

Cursul 10

„Ghidul de viață al războinicului spiritual”

Prima parte

Nivelul trei al filozofiei Căii de Mijloc - Madhyamika

Inspirate după învățăturile lui Geshe Michael,
traducere a conferințelor Lamei Dvora Tzvieli

Lecția 4,a

Lecția 4 este foarte importantă, este o lecție despre purificare.

Așa că acum am spus că Bodhicitta este ceva foarte greu de realizat și doar câțiva o realizează. De ce? Pentru că este nevoie de multă energie pozitivă.

Până acum am vorbit despre modurile de acumulare a energiei pozitive: **prosternări, refugiu.**

- Am spus, că în timp ce ne prosternăm fizic, ne gândim la sensul acesteia și la ce ne prosternăm, la ceea ce facem și de ce suntem în față. Și apoi întăriți-vă unii altora harul.
- Refugiul în cele trei diamante este un act al angajamentului. Ceremonia de luare a jurămintelor de refugiu în Buddha, Dharma și Sangha.

Despre importanța luării jurămintelor

De ce este important să facem această ceremonie? De ce nu este suficient să gândim așa?

- a. Dacă ne-am angajat față de un profesor, vrem să ne onorăm cuvântul față de profesor. Ne-am angajat în fața unei ființe care simbolizează ceva sublim pentru noi și acum trebuie să ne ținem de cuvânt.
- b. Și mai este un aspect: dacă, de exemplu, am auzit de cele zece precepte de libertate. Primul spune să nu ucidem. Deci eu îmi spun: „OK, nu voi ucide. Mi s-a explicat că dacă voi vătăma viața, voi fi eu vătămat. Acum mă voi abține să ucid. Deci, când respect regula?”

Ce înseamnă să nu ucid? Văd o furnică, de care înainte nu mi-ar fi păsat de ea, dar acum, în mod deliberat, o voi ocoli. De câte ori facem asta pe zi? De trei, patru ori? Câte furnici întâlnim și decidem în mod conștient să le ocolim?

Să vorbim de a nu fura. Când respect acest precept? Văd ceva care mă tentează, nimeni nu observă și pot să-l bag în buzunar, dar sunt conștient de jurământ și nu-l iau.

Cum influențează faptul că m-am obligat să nu mai fur? Jurământul se află pe fundalul minții mele tot timpul, indiferent dacă există posibilitatea de a fura sau nu. Este o furnică sau nu, îmi țin jurământul tot timpul.

Acest angajament pe care l-am luat, conform *Abhidharme Kosha*, creează o anumită aură. Și am vorbit despre asta în cursul 5. Unii spun că există o aură, alții spun că nu există, dar lăsând la o parte disensiunile, ceva s-a impregnat în mintea mea și acesta este însuși actul de a lua jurământul. Faptul că am stat în fața Lamei și am spus: „Mă angajez să-mi țin jurământul!” Din acel moment îmi țin în mod constant jurământul, chiar dacă nu vine nicio furnică. Dar când ea va veni, cu siguranță nu voi călca pe ea.

Mintea mea este setată pe a proteja viața și acest fapt este foarte puternic.

Jurămintele în budism sunt considerate reguli de antrenament.

Să spunem că mă pișcă un țânțar. Mâna mea automat îl plesnește. Dacă mi-am luat angajamentele, îmi regret fapta și data viitoare s-ar putea să nu mai reacționez atât de repede. Pentru că îmi aduc aminte mai repede. Așa ne antrenăm. Va veni ziua când n-am să mai pot răni vreo ființă vie, pentru că înțeleg că tocmai asta îmi aduce probleme de sănătate și pericolele de securitate. Dar pentru asta am nevoie de ceva antrenament în jurăminte.

Faptul că am încălcat jurăminte, nu este de obicei sfârșitul lumii. Depinde de gradul de severitate și ce jurământ. Ceea ce este important, este faptul că angajamentele luate ne antrenează din ce în ce mai mult.

· Al treilea lucru despre care am vorbit sunt **ofrandele**. Și am văzut cum Maestrul Shantideva ne-a deschis inima cu minunatele ofrande. De ce am vorbit despre ele? Pentru a aduna energia de a purifica.

Purificarea

Acum vom începe să vorbim despre purificare. Și aici vom vorbi despre **cele patru puteri**.

Trebuie înțeles că nu putem renunța la **prosternări, refugiu și ofrande** pentru că fără ele purificarea este slabă.

După cum știți facem toate aceste lucruri înainte de meditație, pentru a o întări.

Să vorbim despre cele patru puteri. Și vom vorbi despre ele mai pe larg decât am vorbit în trecut.

Pentru ca purificarea să aibă succes, trebuie să fie prezente toate cele patru puteri. Avem nevoie de toate patru.

Scopul nostru este de a dezvolta Bodhicitta, dar pentru asta avem nevoie mai întâi de:



- A purifica karma negativă pe care am acumulat-o deja,
- A înceta de a mai acumula karma negativă, și de
- A începe să acumulăm karma pozitivă.

Sursa învățaturii despre cele patru puteri

Buddha a vorbit despre cele patru puteri în sutra numită „**Sutra asupra celor patru puteri**”. **Gyaltsab Je**, comentatorul textului Maestrului Shantideva, se referă acum la această sutră.

Buddha spune în Sutra:

„Dacă faci corect purificarea, adică cu toate cele patru puteri și cu acțiunile pregătitoare pe care le-am menționat, atunci karma care ar fi putut să-ți provoace suferință milioane de ani, va rodi sub formă de durere de cap care într-o oră dispare”.

Când urcăm cu seriozitate pe cale, rodirile karmice care ne-ar fi târât milioane de ani prin tărâmurile inferioare, se manifestă în acest fel. Și atunci când ni se întâmplă, ar trebui să fim bucuroși că am scăpat de ceva care ne-ar fi dăunat foarte tare. Și asta se întâmplă, de exemplu, când predăm **Sutra Diamantului**.

Când se face purificarea, karma vine repede, e foarte neplăcut și trece. A dispărut. Iar practica va fi mult mai bună după aceea.

Cele patru puteri

Se spune că practica celor patru puteri este eficientă și în cazul faptelor negative în care karma a fost deja săvârșită și acumulată, și conform învățaturii în mod sigur va rodi. Chiar și în astfel de cazuri energia negativă poate fi purificată de cele patru puteri. Chiar și alte tipuri de karme rele pot fi înlăturate, când nu a fost finalizată întreaga **cale karmică**. (obiectul, gândul, săvârșirea faptei și finalizarea ei – cursul 5).

Vom enumera cele patru puteri și vom vorbi puțin despre ele folosind cuvintele maestrului Shantideva. Le vom enumera de două ori în două ordini diferite, deoarece apar în ordine diferită, în locuri diferite.

Vom începe cu ordinea în care Maestrul Shantideva le enumeră.

Puterea de distrugere

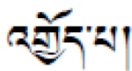
ནམ་པར་སུན་འབྲིན་པའི་སྣོབ་ས།
nampar sunjinpay top

Sunjinpa = a smulge din rădăcină/a dezbădăcina, a distruge.

Același cuvânt este folosit pentru viol, a distruge, a dezdăcina. Este un cuvânt greu.

Ce distrugem? Karmele negative. Distrugem semințele care sunt încă active, care nu au fost încă distruse, care mai pot da roade și vor fi rele și amare pentru noi, ne vor provoca multă suferință. Distrugem amprentele mentale rămase în fluxul nostru de conștiință ca urmare a faptelor greșite pe care le-am făcut, spus sau gândit.

Un factor major care participă la această forță:



Gyopa

Gyopa = regret.

Aceasta este puterea distructivă.

Ceea ce distruge energia negativă pe care am acumulat-o ca urmare a faptului că am făcut rău cuiva, sau am gândit sau am spus ceva rău cuiva - este regretul pentru ceea ce am făcut.

Este foarte important ca regretul să fie un regret profund, și să nu ne grăbim să spunem: „Oh, am bârfit pe cineva, nu ar fi trebuit să bârfesc. OK, data viitoare nu voi mai bârfi”. Și să ne continuăm viața. Facem asta repede și superficial, și ne spunem: „Nu-i nevoie să rămân în ceva negativ”.

Da, este adevărat că nu vrem asta, dar dacă vrem să dăm o șansă puterii de distrugere atunci va trebui să mai zăbovim puțin asupra ei. Învățătura ne spune cum să zăbovim asupra ei. Și ne oferă o poveste care ne demonstrează ce înseamnă cu adevărat să regretăm, să ne pară rău.

Trei prieteni intră într-un bar și comandă o bere. Barmanul le toarnă bere în pahare din aceeași ulcică. Primul bea berea, cade și moare. Celălalt bea berea, cade și moare. Al treilea, bău și el din bere, și îi vede pe cei doi prieteni morți. Și atunci înțelege că berea a fost otrăvită, dar acum este prea târziu: deja a băut din bere. El înțelege amploarea dezastrului, înțelege că și-a făcut singur rău: „Oh, ce am făcut! Ce am făcut aici!”

Regretul/părerea de rău trebuie să fie foarte mare. Trebuie înțeles că sămânța pe care am plantat-o prin faptul că am bârfit pe cineva, sau am defăimat, sau am mințit, ne va aduce multe neazuri. Karma a fost înregistrată. Doamna Karma nu doarme niciodată. Iar când vine momentul, ea va rodi. Același lucru pe care l-am făcut altuia se va întoarce asupra mea amplificat. A doua lege karmică spune: karma se amplifică.

Cele patru legi ale karmei

Să ne aducem aminte repede care sunt cele patru legi karmice.



1. Prima lege karmică - rezultatul este similar faptei. Dacă am rănit viața altei ființe, viața mea va fi în pericol sau mă voi îmbolnăvi. Dacă am furat, alții mă vor fura sau voi trăi în lipsuri. Din măr ies mere și nu pere.

2. A doua lege - karma se amplifică, devine mai puternică. Am omorât un țânțar, data viitoare vor veni cel puțin doi la mine, asta în cel mai bun caz, sau un roi de lăcuste. Sau a treia oară va veni un terorist. Așa funcționează. Se intensifică mereu.

3. A treia lege - dacă nu am semănat, n-am ce culege. Dacă nu am semănat sămânța, nu va fi rod. Dacă nu semăn semințele pentru bodhicitta, nu voi realiza bodhicitta. Dacă nu plantez semințele iluminării, cum poate să vină iluminarea? Cum va veni fericirea dacă nu plantez semințele fericirii? Cu toții căutăm fericirea în viață. Și dacă nu suntem fericiți, înseamnă că nu știm ce să facem ca să fim fericiți.

Dacă nu facem ceea ce ne spune maestrul Shantideva, iluminarea nu poate veni. De ce nu suntem iluminați? Pentru că nu am făcut ceea ce trebuie! Nu se poate altfel!

4. A patra lege spune: karma pe care am semănat-o nu va dispărea de la sine. Ea rămâne în curentul de conștiință, până va rodi. Și aceasta este **calea grea**. Dar dacă o purificăm, va fi **calea ușoară**.

Trei tipuri de rezultate karmice

Pentru a intensifica actul de regret, necesar purificării, trebuie să ne gândim și la faptul că acțiunile negative au de fapt trei tipuri diferite de rezultate karmice.

a. Rezultatul rodirii karmei este similar faptei pe care am comis-o.

b. Rezultatul proiecției. În momentul morții, karma care ne va proiecta în următoarea noastră încarnare este, de asemenea, o rodire faptelor pe care le-am făcut, iar dacă fapta este rea, cu siguranță ne poate proiecta într-o existență suferindă grea,

c. Iar al treilea rezultat este că săvârșirea unei fapte, întărește tendința noastră de a o repeta și prin urmare va crește mult karma negativă.

Maestrul Shantideva ne spune că cel mai important lucru este regretul și el trebuie făcut cum trebuie. Nu pe grabă. Chiar dacă nu ne place să recunoaștem că am făcut o greșală și ne este greu.

Regretul și vinovăția

Regretul nu este vinovăție. Nu vorbim de vinovăție! Sentimentele de vinovăție sunt inutile! Care este diferența?

Vinovăția spune: am fost rău.

- adică mă identific cu „eu”, ceea ce face să-mi întărească ignoranța.

- este, de asemenea, ineficient, mă paralizează,



- mă face să mă simt rău și nu mă ajută cu nimic.

Când regretăm, trebuie să vedem că actul pe care l-am făcut va avea consecințe grele pentru noi. Acesta este regretul. Nu este vorba despre mine, ci despre actul pe care l-am făcut. Acest act, conform legilor karmei, îmi va cauza multe neazuri în viitor. A fost o prostie din partea mea să o fac. Am făcut o greșeală!

Întrebare: *Regretul nu trebuie să fie în fața a cui am făcut?*

Răspuns: *Aceasta este Shakpa, este confesiunea. Pe când regretul este între mine și mine. Regretul este dincolo de confesiune. Pentru că pot spune: „Știi ce? Am ucis un țânțar”. Aceasta este confesiunea, nu o mai țin secret. Confesiunea este foarte importantă. Dar sentimentul de regret este între mine și mine.*

Regretul este întotdeauna însoțit de înțelepciune, de înțelegere a consecinței pe care o va avea fapta, de înțelegerea legilor karmei.

Regretul inteligent - singura emoție negativă care este utilă

Dintre toate emoțiile negative, regretul este singurul care este considerat benefic în budism. Nu există altă emoție negativă recomandată, aceasta este singura care funcționează pentru noi, pentru că este însoțită de înțelepciune, de înțelegerea aspectelor karmei. Și apoi ne întărește această înțelegere. L-am putea numi „regretul inteligent”.

Să presupunem că am observat că am făcut o faptă greșită. Dacă practicăm corect regretul, șansele noastre de a nu mai face asta în viitor cresc. Și când vine data viitoare în care mă va pișca un țânțar voi spune: „Nu-i nimic. Ce dacă m-a pișcat? Nu este plăcut, desigur. Dar, dacă m-a pișcat, înseamnă că am făcut ceva neplăcut altuia în trecut și acum mi-a rodit karma. Această karmă s-a dus. Dacă îl omor, voi avea neazuri în viitor.”

Este greu să trăim în acest mod. Când vine vorba de credințele pe care le avem, cele convenționale, care ne fac să ne învârtim în roata suferinței, unii pot spune: „Înțeleg chestiunile astea legate de karma și vacuitate, dar eu așa trăiesc”. Pentru asta avem nevoie de sangha care să ne sprijine, avem nevoie să auzim vorbindu-se despre pix de 7000 de ori și atunci vom integra adânc. Mai ales dacă ne ținem carnețelul și vedem noi înșine adevărul.

Buddha nu are boli. Este imposibil de a-i face rău lui Buddha. Bodhisattva care are bodhicitta nu-și poate opri plăcerea. Nu poate fi rănit.

Întrebare: *Dar cei care sunt pe cale, pot fi răniți?*

Răspuns: *În funcție de karmă. Care este cea mai bună protecție? Bodhicitta, compasiunea pentru alții. Cu cât practicați mai mult „Tong Len”, „Cele patru gânduri infinite” și alte practici care vă dezvoltă compasiunea, aceasta este cea mai bună protecție. Este imposibil ca cineva să vă mai facă rău după aceea, chiar înainte de a percepe direct vacuitatea. Viața voastră va deveni dulce și minunată și nu mai puteți fi răniți. Gloanțele nu vă vor atinge.*



Poate să fie lângă voi cineva care să fie rănit, dar voi nu. Va fi imposibil, pentru că nu mai există sămânța vătămări care să rodească.

Învățătura maestrului Shantideva despre puterea regretului

Maestrul Shantideva descrie patru etape a puterii regretului.

a. Regretul la care ajungem în urma examinării modului în care am comis fapta negativă.

Începe prin a ne uita la modul în care efectuăm acțiuni negative.

Să începem cu versetul 27:

*Cu mâinile lipite la piept,
Mă rog tuturor Buddha iluminați complet,
Și ai lor copii plini de compasiune
Ce în toate direcțiile lumii locuiesc.*

Deci, în primul rând, începem să ne rugăm în fața ființelor iluminate.

28.
*În ciclul vieții fără început,
în această viață, cât și în celelalte vieți,
Fără să-mi dau seama am păcătuț
Și i-am făcut și pe alții să păcătuiască.*

Apoi ne confesăm și regretăm.

29.
*Înșelat și stăpănit de ignoranța mea
Chiar m-am bucurat de acele păcate.
Dar acum, văzând-mi greșelile făcute,
În fața protectorului meu, mă confesez cu seriozitate.*

30.
*Mărturisesc orice păcat pe care l-am făcut vreodată,
Față de cele Trei Diamante, părinților mei și altor obiecte înalte,
Prin faptele, vorbele și gândurile mele
De afecțiunile mele mentale cauzate.*

Ce sunt obiectele înalte? Profesorii, părinții, oameni care ne-au ajutat în trecut, ființe de înțelepciune. Profesorii spirituali sunt în fruntea listei. De ce ei sunt puși înaintea părinților? Pentru că părinții noștri ne-au dat un corp care ne permite să ne trăim această viață, pe când învățătorii spirituali ne permit să ne eliminăm toată suferința, și a noastră și a altora, din toate viețile. Prin urmare, învățătorii sunt la un nivel superior.



31.

***Sunt plin de defecte și neazuri,
Și fapte grave adesea am comis.
În fața tuturor îndrumătorilor mei, mărturisesc
Toate infrațiunile grave ce le-am făcut.***

b. Teama că moartea va veni înainte de a avea timp să ne purificăm.

Maestrul Shantideva intră puțin în meditația conștientizării morții și încearcă să ne ilustreze teama teribilă că moartea va veni înainte de a ne purifica karmele negative pe care le purtăm în noi și care ne-ar putea proiecta în viitor într-o viață de mare suferință.

32.

***Viața mea poate lua oricând sfârșit,
Înainte ca păcatele mele să fie purificate!
De aceea, grăbiți-vă, vă rog, să mă protejați
Pe orice cale ce mă poate elibera cu siguranță.***

Care este cea mai mare frică? Că nu voi putea să mă purific.

Pentru că ce se va întâmpla?

Când mintea se desprinde de corp, voi fi complet sub controlul forțelor karmei. Acum am karma umană, dar există și alte karme, care sunt latente în acest moment. Și dacă nu le-am purificat, atunci aceste forțe vor fi copleșitoare. Ele sunt ca o tornadă, fără să am control asupra lor și mă vor duce acolo unde mă vor duce. Frica este că nu mă voi putea purifica și voi muri.

Maestrul intră puțin în acest subiect.

33.

***În Lordul Morții nu te poți încrede!
El nu așteaptă pe nimeni
Să fie sau nu pregătit,
Bolnavi și sănătoși, într-o clipă îi ia,
Așa că nu fii sigur de viața ta!***

Ce ne spune maestrul? Că nu știm niciodată când moartea va veni. Moartea nu așteaptă până când vom fi pregătiți să murim. Ea îi ia și pe cei pregătiți și pe cei care nu sunt pregătiți. Nu avem nici un control asupra ei. Moartea îi ia pe cei bolnavi, pe cei sănătoși, pe cei tineri, pe cei bătrâni deopotrivă. Nu avem nicio idee referitor la cât timp mai avem de trăit. Moartea va veni și n-am avut timp să ne purificăm. Asta se va întâmpla, dacă nu practicăm.

Maestrul Shantideva nu exagerează cu nimic. Cu cât vom medita mai mult asupra ei, cu atât vom înțelege grozăvia ei.



34.

***Într-o clipă, voi pierde totul când voi pleca!
Dar acest fapt n-am reușit să-l înțeleg,
Și am comis nenumărate tipuri de păcate,
Pentru prieteni și dușmani.***

Ce fac eu? Am nevoie urgent de bani. Așa că voi face o fraudă, pentru a evita necazul. Fac asta pentru rude sau prieteni. Comit infracțiuni. Ce se întâmplă în timp? Rudele pleacă, prietenii pleacă, și ce a rămas? Mi-au rămas păcatele. Nu-mi amintesc față de cine și de ce le-am făcut.

Va veni vremea când voi fi pe patul de moarte și n-am să mai știu cine mi-a fost prieten și cine a fost dușman. Minte va deveni neclară și n-am să mai știu cine am fost. Dar nu pot scăpa de karma pe care am făcut-o. Ea este latentă în subconștient.

Fugim mereu după bani, bunuri, partener și alte obiective materiale. Dar ce obiective sunt acestea? Nu înțelegem legile cauzei și efectului, legile karmei. Și de karmă nu putem scăpa. Această karmă este cea care ne face să auzim vuietul iadului înainte de a muri.

c. Regretul la care ajungem în urma examinării lipsei de sens a păcatelor pe care le-am comis.

În următorul pas în descrierea puterii de distrugere, Maestrul Shantideva ne mărește regretul pentru faptele noastre rele, subliniind în același timp lipsa lor de sens.

35.

***Toți dușmanii mei vor înceta să mai fie,
Prietenii vor înceta să mai fie,
Eu însumi voi înceta să mai exist;
Și orice altceva va înceta să mai fie.***

36.

***La fel este și orice fenomen care există:
Ca o experiență în vis trăită,
În curând va rămâne doar o amintire,
Și tot ce a fost nu mai revine.***

În aceste versete maestrul ne vorbește despre impermanența lucrurilor. Ele ni se par atât de reale, atât de ferme. Maestrul spune: natura lor este o iluzie. De ce natura lor este o iluzie? Pentru că sunt o proiecție din karma noastră și nimic mai mult. Ele nu au nicio natură proprie de sine, ele vin din noi. Noi le proiectăm. Va veni ziua când karma care le proiectează se va termina.

Nu există nimic real în ele, sunt o iluzie. Sunt ca un vis, ca o bulă de aer. Ele sunt goale de a fi într-un fel sau altul. Sunt doar o proiecție din karma noastră.

Întreaga noastră viață este o proiecție din karma noastră, din ceea ce am făcut altora în trecut, bine sau rău. Este ceea ce determină fiecare clipă a realității pe care o trăim. Fiecare aspect, fiecare etichetă din realitatea mea, fără excepție. Determină lungimea genelor noastre, culoarea ochilor și așa mai departe.

Nu există nimic care să nu fie rezultatul karmei pe care am făcut-o. Nu există excepții.

Și despre asta ne vorbește maestrul aici. În acest sens, totul este o iluzie, pentru că ne gândim că lucrurile sunt într-un fel sau altul, de la sine și nu depind de noi.

37.

***Chiar și în această scurtă viață
Mulți prieteni și dușmani au dispărut,
Dar păcatele datorită lor făcute
Au rămas acum înaintea mea.***

Maestrul spune: „Acei prieteni pentru care am mințit, sau am înșelat, sau am furat, sau am comis fraude, au dispărut, nu mai sunt. Și în curând voi pleca și eu, dar păcatele mele rămân! Ele merg după mine.”

În ***Sursa binefacerilor mele*** scrie:

***Ajută-mă să găsesc sigur înțelegerea
Că totalitatea faptelor mele albe sau negre
Și efectele ce mi le vor aduce
După moartea mea, ca o umbră mă vor urmări.***

Nu pot scăpa de această umbră decât dacă o purific acum.

Lama Dvora Hla povestește:

„Am o prietenă foarte bună, încă din copilărie, și am stat mult la ea acasă. Părinții ei erau minunați și m-au primit mereu cu brațele deschise. Era foarte plăcut să vin la ea. Erau amândoi oameni minunați. Și într-o zi tatăl ei a avut un atac de cord și a murit. Mult mai târziu, prietena mea mi-a spus că tatăl ei obișnuia să-și bată soția în fiecare zi. N-am știut nimic despre asta. În exterior, nimeni nu știa, pentru că era un cuplu atât de minunat și căutau să facă bine.

Se pare că a existat multă violență în casă în toți acești ani. Prietena mea mi-a spus că tatăl ei a suferit de un atac de cord, fiind încă relativ tânăr, avea șaiszeci de ani. El a trebuit să meargă la spital, iar soția lui nu știa să conducă, așa că a condus el. A oprit mașina în mijlocul drumului, a îngenuncheat în fața ei, pentru a-i cere iertare. Știa că va muri. Și deodată l-a apucat groaza, i-a fost clar încotro se duce. Apoi a venit regretul.”





d. Practica de a învăța să ne temem de acțiunile negative.

În a patra parte a descrierii sale, Maestrul Shantideva ne ajută să dezvoltăm conștientizarea și teama de a face rău.

38.

***Deodată realizez, că trăind
Sub influența ignoranței,
A aversiunii și dorinței,
Fără să-mi dau seama, am făcut atâtea păcate.***

La ce se referă maestrul aici? În mijlocul roții vieții sunt reprezentate cele trei otrăvuri: ignoranța, dorința și aversiunea. Ele se află tot timpul în mintea noastră.

- Îmi place, îl vreau. Sunt dispus să fac orice pentru obține lucrul pe care mi-l doresc.

- Nu-mi place, îl resping. Sunt gata să calc și pe cadavre doar ca să scap de chestia asta.

Toate acestea se întâmplă pentru că nu înțeleg de unde vin lucrurile, natura lor. Nu înțeleg că ele sunt proiecția mea. Din cauza acestor otrăvuri, a ignoranței, a dorinței și a aversiunii, am păcătuit, fără măcar să bag de seamă. Acesta este reacția mea firească. Fac lucrurile automat.

39.

***Noapte și zi, fără încetare,
Viața mea se epuizează,
Fără să poată fi prelungită,
Atunci cum poate cineva ca mine să nu moară?***

Timpul se scurge în continuu. Nu putem adăuga timp suplimentar vieților noastre. Trăim permanent în iluzia noastră că moartea nu ni se va întâmpla. Da, știm în principiu că într-o zi vom muri, dar mai avem destul timp, de ce să ne grăbim atât?

Lama Zopa întreabă: „Dacă ai un atac de cord, trebuie să alergi la spital sau să te purifici?” El spune: „Purifică imediat. Pentru că păcatele te vor urmări urma ca o umbră. Într-un spital vei fi salvat sau nu, dar de karma nu poți scăpa”.

40.

***În timp ce sunt întins pe patul de moarte,
Înconjurat de prieteni și rude,
Agonia și durerea morții
Numai eu le voi simți.***

Cineva stă întins pe patul de moarte și toată familia lui este în jurul lui: Cu toții îl iubesc și doresc să-l însoțească pe ultimul lui drum.



Nu mai respiră, inima nu-i mai bate. Mentea lui se află încă în corp și începe să treacă prin durerea morții. El nu mai poate împărtăși nimănui prin ceea ce trece. Corpul este mort clinic. Agonia morții este îngrozitoare. Cu toții am trecut prin asta de nenumărate ori, pentru că am murit de nenumărate ori. Știm asta în subconștientul nostru, motiv pentru care ne este atât de frică de moarte.

Moartea clinică nu este moarte. Oamenii care s-au întors nu au ajuns deloc în acest stadiu. Durerea unică a morții apare după moartea clinică. Și asta nu este o metaforă!

Numai faptele bune ne pot proteja

41.

***Când emisarii Lordului Morți te-au înhățat,
Cu ce te mai ajută familia și prietenii?
Numai faptele bune te pot proteja în acel moment,
Dar asta, vai, prea puțin le-ai practicat.***

Maestrul Shantideva ne-a spus mai înainte: „Tu chiar crezi că mai timp? Nu ai nicio idee cât timp ți-a mai rămas. Nu poți adăuga nicio clipă în plus vieți tale, ceasul ticăie tot timpul. Iar când emisarii Lordului Morții te-au înhățat, la ce-ți mai folosește familia și prietenii din jurul tău? Ei nu te mai pot ajuta cu nimic. Ei pot doar să te țină de mână, dar nu pot să-ți înlăture moartea, nu-i așa?”

Karma acestei vieți s-a terminat. Nu există rude, prieteni și bani, nu există nimic care să mă ajute.

Când voi muri, nu contează câți oameni vor fi acolo, care îmi vor cere să rămân. Karma s-a terminat. Karma s-a terminat. Singurul lucru care mă poate proteja atunci este doar bunătatea pe care am făcut-o! Pe care o fac atât de puțin. Nu sunt atentă să fac asta.

Întrebare: *Cineva suferă de o boală gravă și mulți oameni fac meditații și rugăciuni pentru el. Dacă a rămas fără karma [de a fi sănătos], atunci ce rost mai are ca ei să facă asta?*

Răspuns: *Dacă karma i s-a terminat, nu există nicio forță care să poată schimba asta. Dacă există o forță care să o poată schimba, înseamnă că nu a sosit încă.*

Dacă s-au rugat și el nu a murit, atunci karma lui nu s-a terminat încă. Și cum s-a întâmplat, este prin rugăciuni.

Mâhnirea despărțirii

Întrebare: *Dar oamenii nu se gândesc la karma, ci la durerea despărțirii.*

Răspuns: *În acest caz este dăunător. Pentru că dacă i-a venit karma să moară, trebuie lăsat să moară în pace, să nu-l deranjăm. Așa că, atunci când în preajma celui pe moarte sunt oameni în panică sau care au emoții negative foarte puternice sau care sunt profund mâhniți, toate acestea îl deranjează pe muribund. Deoarece ele poate fi un declanșator pentru karma negativă.*



Așa că cei care încep să intre în panică, trebuie scoși din cameră. Lângă el, oamenii ar trebui să stea liniștiți. Ei pot face meditație, se pot ruga pentru el și asta e bine. Este minunat dacă sunt rostite scripturile în șoaptă, dacă el crede în ele. Chiar dacă nu crede, atunci le poate auzi. Muribundul nu trebuie deranjat. A venit vremea lui. Nici nouă nu ne-ar place să fim deranjați când ne va veni vremea să plecăm din această lume.

Se povestește despre un rabin care trăgea să moară și toți hasidimi lui (*Hasid* - „cuvios”, „sfânt”, „om evlavios” este un onorific evreiesc, folosit frecvent ca termen de respect excepțional, în perioada talmudă și în perioada medievală timpurie. Ea denotă o persoană care este scrupuloasă în respectarea legii evreiești și adesea una care depășește cerințele legale ale respectării rituale și etice a evreilor în viața de zi cu zi) stăteau în jurul patului lui, rugându-se și nu-l lăsau să moară. O servitoare, vede ce se întâmplă, inima ei este plină de compasiune, ia un castron mare și îl trânteste de pământ. Toată lumea aleargă să vadă ce se întâmplă, și atunci rabinul își dă suflul.

Întrebare: *Îl deranjau să moară sau îi deranja doar karma?*

Răspunsul: *Și asta. A-l ține este deranjant. Rabinului i-a venit timpul să moară, să intre în meditație. Și dacă este într-adevăr un mare om spiritual, atunci el poate face asta. Dacă a făcut multe fapte bune, poate călări pe ele. Singurul lucru pe care îl putem face pentru cineva pe care l-am iubit și care a murit, este să ne rugăm pentru el, să-i trimitem binecuvântările noastre și să nu-l deranjăm. Îl lăsăm să plece. Karma îl va duce acolo unde trebuie să-l ducă.*

42.

***O, protectorilor! Am fost nepăsător,
Și n-am știut că mă voi confrunta
Cu astfel de terori;
Am comis atâtea păcate
De dragul acestei vieți trecătoare!***

Despre ce ne vorbește? Ne vorbește despre focusare, despre perspectivă. Despre faptul că nu înțelegem că mintea nu încetează atunci când corpul moare și credem că asta e tot ce există. Credem că există doar o baltă și nu un ocean. Și pentru a obține plăceri, lucruri materiale, să ne simțim bine, reputație, laude, suntem gata să încălcăm regulile morale, să facem tot felul de lucruri oribile. Și acum vine momentul adevărului, care este regretul.

43.

***Cel târât spre locul de tortură
Pentru a-i fi retezat un mădular;
Întreaga sa înfățișare este transfigurată:
Ochii îi sunt cuprinși de spaimă și gura uscată.***

Maestrul ne descrie un infractor care a fost prins furând, iar legea spune să i se rezeze mâna. El este târât spre locul de tortură. Maestrul spune că întreaga înfățișare se transfigurează: are gura uscată, ochii bulbucați de spaimă și este cuprins de spaimă.



44.

***Atunci cât de disperat vei fi,
Când ești luat de emisarii morții?
Cuprins de groază și de febra fricii
Teroarea va fi cu mult mai mare.***

Maestrul spune că în momentul morții, nu ne pierdem doar o mână, ci ni se ia dintr-o dată tot ce aveam. Doamna Karma este extrem de crudă.

În momentul morții, toate karmele care ne-au adus lucrurile pe care le avem în această viață se termină deodată.

Mâinile, picioarele, ochii, gura, mintea, prietenii, rudele, bunurile, reputația, tot ceea ce credeam că suntem, ne sunt luate cu forța. Maestrul încearcă să ne ilustreze ce se întâmplă în acest moment al morții, când pierdem deja totul.

Maestrul spune: „*Hai să luăm pe cel căruia i se va reteza mâna, putem să ne identificăm cu ceea ce simte? Întregul aspect al acestuia se schimbă datorită fricii de a-i fi tăiată mâna. Dar în momentul morții, frica este groznică. În acele momente când nu mai poate spune nimic, trece prin dureri insuportabile și suferința este cu mult mai mare decât aceea de a i se reteza o mână.*”

Uneori se compară cu felul în care se simte o insectă când sistemul ei respiratoriu este strivit. Când ni se smulge totul dintr-o dată, durerea este îngrozitoare. Putem vedea asta la persoana pedepsită prin retezarea unui membru, ceea ce ne oferă o frântură din sentimentul interior din momentul morții.

Prin urmare, este important să regretăm profund acțiunile noastre negative din trecut și să continuăm cu îndârjire să facem cele patru puteri, pentru a purifica karma negativă, prevenind astfel durerea și oroarea morții.

45.

***Există cineva care să te salveze cu adevărat
De această frică îngrozitoare?
Privești îngrozit cu ochii larg deschiși,
Spre cele patru zări căutând pe cineva care să te ajute.***

Cine te va ajuta acum? Maestrul apoi spune:

46.

***Îți dai seama că nu există nimeni care să te protejeze,
Nimeni în nicio direcție, și întunericul te învăluie.
În acest loc nu există nimeni care să te protejeze;
În acel moment nu mai poți face nimic pentru tine.***

Este prea târziu. Nu mai putem fi ajutați. Atunci când este posibil? Acum! Acum, dacă începem să respectăm legile karmei și să înțelegem ce produce protecție, ce produce



fericire, ce produce suferință. Tot ce putem lua cu noi sunt binefacerile și păcatele noastre. Ele cu siguranță vor veni după noi. Dar toate celelalte lucruri nu.

Victoria asupra morții

Întrebare: *Cel care a experimentat iluminarea nu mai trece prin această experiență a morții?*

Răspuns: *Un bodhisattva, dacă a terminat calea, pentru el nu mai există moarte. El este Jivanmukti, cel care a învins moartea în timp ce trăiește, în timp ce este în viață. Acesta este și motivul pentru care se predă tantra. Cel care a realizat Bodhicitta, chiar dacă nu a finalizat întreaga cale, moartea pentru el este cu totul altceva. Dacă știe că poate să aducă altora beneficii în corpul său actual, el va continua în el. Dacă poate aduce mai multe beneficii într-un alt corp, va continua în altul. Este cu totul altceva. Nu va mai exista situația „Cine mă va proteja de întuneric?”, este cu totul altceva. O experiență complet diferită.*

Maestrul ne descrie ce li se întâmplă majorității oamenilor și nu exagerează în ceea ce spune. De aceea Bodhisattva este profund întristat, pentru că îi vede pe ceilalți și nu-i poate ajuta în acele momente.

Dacă facem o practică tantrică avansată și avem relații strânse cu Lama, el ne poate ajuta atunci. Și nu numai că poate, el sau ea chiar ne ajută atunci.

