

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,b

Puterea de bază

Următoarea putere în tibetană:

རྟོག་གྱི་རྩོམ་སྒྲིག་

Ten gyi top

Top — putere, forță.

Ten — bază, suport, sprijin, fundament.

Adică, **puterea de bază**.

Puterea de bază este refugiul și bodhicitta. Puterea de bază înseamnă a ne refugia în înțelepciune și compasiune, și de a ne crea motivația compasiunii.

De ce se numește *de bază*? - Pentru că atunci când facem karma negativă, am căzut. Și vrem să ne ridicăm. Dar ca să ne ridicăm, trebuie să ne sprijinim pe ceva. Pe ce ne bazăm? Pe înțelegerea karmei și vacuității, pe înțelegerea proceselor karmice. Altfel spus, **ne refugiem în cele trei diamante**. Aceasta este puterea de bază.

Cu cât această înțelegere este mai profundă, cu atât ne ridicăm mai repede, pentru că acest fundament va da posibilitatea regretului să-și facă treaba. L-am numit regretul inteligent, pentru că el este însoțit de înțelepciune. Deci, cu cât înțelegem mai bine acest mecanism al karmei și vacuității, cu atât ne va mai ușor să ne ridicăm și cu atât regretul va fi mai eficient.

Să citim ce spune maestrul Shantideva despre puterea de bază. Există trei etape în explicația lui.

a. Refugiază-te chiar acum în cele trei diamante.

După ce maestrul ne-a descris consecințele îngrozitoare, ne-a făcut descrierile sfâșietoare ale faptelor noastre rele, care ar trebui să trezească în noi sentimentul de regret profund, el ne îndeamnă să ne refugiem chiar acum.

47.

***Victorioșii Buddha, mântuitori ai lumii,
Se străduiesc de a proteja orice ființă.
Caută chiar astăzi să te refugiezi,
În cei cu mare putere, care înlătură orice frică.***

În cine ne refugiem? În Protectorii lumii, care sunt cele trei diamante.

48.

***Caută, de asemenea, să te refugiezi
În Dharma pe care ei au realizat-o complet,
Dharma ce elimină orice frică de ciclul existenței,
Precum și în comunitatea bodhisattva.***

Versetele 47 și 48 împreună sunt cele trei diamante.

b. A cere ajutor de la bodhisattva, care au puterea rugăciunii.

În versetele următoare, maestrul se roagă către marii bodhisattva, care datorită bodhicitei pe care o au, rugăciunile lor au puterea de a ne ajuta.

49.

***Tremurând de frică și îngrozit
Ofrandă celor puri le dăruiesc,
Lui Manjushri, Vocii Blânde și Cel Excelent
Le ofer în dar trupul meu.***

Maestrul se refugiază în înțelepciunea care înțelege karma și vacuitatea realizată de bodhisattva. Aici sunt menționați Bodhisattva Manjushri, sau „Vocea blândă”, care este întruchiparea înțelepciunii, și Samantabhadra, numit și „Cel Excelent”, cunoscut pentru dăruirea lui nelimitată.

În acest verset, Maestrul Shantideva ne vorbește de frica față de suferința care dăinuie în existența inferioară sau în existența samsarică. El se referă la faptul că, atunci când o persoană percepe cu adevărat oroarea samsarei, oroarea războaielor, a lipsurilor, a morții care îl înconjoară din toate părțile, el se umple de frică și groază față de realitatea în care a căzut. Apoi caută să scape de aceste lucruri și caută refugiu, caută protecție.



Apoi spune: „**Ofrandă celor puri, le dăruiesc**”, lui Manjushri, care este un bodhisattva, face parte din sangha, „**îi ofer ca ofrandă trupul meu**”. Cu alte cuvinte, el spune, „**la-mi trupul, dar numai scoate-mă de aici!**”

50.

Obosit de suferință

Strig cu voce disperată

Către Ochii Iubitori, protectorul Chenrezik,

Ce trăiește în compasiune, liber de orice eroare:

Te rog, protejează-mă, pe mine

Ce am comis multe păcate!

Cel obosit de suferință a realizat că are karma plină de amprentele lăsate în urma păcatelor comise în trecut. Acum că înțelege acest lucru, înțelegând că rodirea ei îi va provoca suferințe groaznice, se refugiază în Chenrezik, care este îngerul compasiunii.

În continuare, maestrul Shantideva se refugiază în Sangha, în comunitatea de bodhisattva.

51.

Caut protecție în toți acei salvatori

Ale căror inimi sunt pline de mare compasiune:

Strig din toată inima mea la perechea realizată

Numită „Esența spațiului” și „Esența Pământului”.

(Ei sunt Akashagarba și Kshitigarba, doi din cei 8 mari Bodhisattva.)

Maestrul continuă să enumere mari bodhisattva. Se refugiază în toți acei Arya care au perceput vacuitatea și îl pot îndruma.

Cum ne pot îndruma ei pe cale? Pentru ca ei să ne poată îndruma pe cale, trebuie să ne îndreptăm spre ei și să ne deschidem în fața lor. Fără asta, ei pot încerca, dar nu pot ajunge la noi.

Uneori Bodhisattva este comparat cu un soare strălucitor. Bodhisattva, ca și soarele, strălucește și își trimite lumina tuturor. Dacă ne încăpățânăm să stăm în umbra muntelui și lumina nu ajunge la noi, cine este de vină? Nu este vina lui. Soarele Bodhisattva încearcă tot timpul să ne ajute. Dar pentru a putea fi ajutați de el, trebuie să-l rugăm.

Acesta este rolul rugăciunii, de a ne deschide inima. Rugăciunile deschid inima.

Ilustrul Je Tsongkapa – care ne-a învățat despre karma, vacuitate, compasiune, tantra, în cele mai mici amănunte – și-a petrecut jumătate din viață în rugăciuni și prosternări. În locul în care s-a rugat și prosternat se poate vedea talpa piciorului lăsată în piatră.

52.

Mă refugiez și în Cel ce ține Diamantul;

La vederea căruia cei plini de ură, cum ar fi mesagerii morții,

Se umplu de frică și îngroziți

În toate direcțiile fug.

Cine ține diamantul? - Acesta este Bodhisattva Vajrapani, cunoscut pentru puterea sa de a pune pe fugă demonii și forțele dăunătoare de tot felul. De aceea, maestrul se refugiază în Vajrapani, iar când emisarii Lordului Morții îl întâlnesc, fug îngroziți în toate direcțiile.

c. Din momentul în care ne-am refugiat în ei, le îndeplinim dorința.

Cea de a treia etapă se referă la cum să ne refugiem practic. A ne refugia în cele trei diamante înseamnă că ne angajăm să acționăm așa cum ele ne învață. Aceasta este protecția noastră supremă.

53.

Până acum, am acționat împotriva dorinței tale:

Dar după ce am văzut marile terori

Mă refugiez în tine și te implor

Să-mi îndepărtezi frica cât mai curând.

Putem observa că tonul este de smerenie; ne aplecăm capul. Rugăciunea nu se spune cu mândrie. Vom spune smerit: „Am păcătuțit, am săvârșit o crimă, am greșit, ajută-mă!”. Doar așa funcționează.

Puterea de ispășire, puterea de corijare sau antidotul.

གཉིན་པོ་སྟོབས།

Nyen po top

Forma mai completă a numelui este:

གཉིན་པོ་ཀུན་རྫུ་སྟོབས་པའི་སྟོབས།

nyenpo kuntu chupay top

Nyenpo — antidot,

Kuntu — totul,

Chupa — în acest context are sensul de acte, acțiuni,

Top — putere.

Adică: **puterea de corecție a actelor de ispășire.**

O putem numi **putere de anihilare** sau **de corecție**. Sau chiar **ispășire**. Am păcătuit, am săvârșit o crimă, am mărturisit, am regretat, m-am refugiat și acum încerc să-mi ispășesc păcatele.

Cum îmi voi ispăși păcatele? Există mai multe moduri de a face asta. Pentru a purifica karma negativă, trebuie să devenim mari experți în această problemă. De ce? Maestrul Shantideva ne spune: ...pentru că nu știm când va veni moartea, iar dacă nu purificăm bine, ne va ajunge moartea din urmă.

El ne-a spus mai devreme că dezvoltarea bodhicittei va șterge toate aceste karme negative. Dar este greu s-o realizăm. De ce? Pentru că trebuie să ne purificăm mai întâi mintea înainte de a ajunge la purificarea finală.

Există șase moduri de ispășire a păcatelor înainte de a dezvolta adevărata Bodhicitta.

Cele șase acțiuni de ispășire a păcatelor făcute

Vă voi da acum lista cu cele șase acțiuni care pot purifica.

1. A studia vacuitatea

མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་པ། *dode sabmo la tenpa*

Do — sutra,

Do de — se referă la **colecția de sutre din canonul tibetan**,

Sabmo — profund,

La — prepoziție

Tenpa — a te sprijini pe.

Ideea este de a studia scrierile în profunzime ale canonului budist. Când spunem „în profunzime”, ne referim la studiul vacuității.

Ne vom petrece o jumătate de oră studiind, citind despre vacuitate, făcând teme despre vacuitate și această jumătate de oră, această karma pe care am acumulat-o va corecta păcatul pe care l-am făcut. O dedic acestui lucru.

Nu este suficient să facem asta o dată, ci trebuie repetat iar și iar, în funcție de gravitatea actului.





2. A medita asupra vacuității

སྟོང་པ་ཉིད་བསྒྲུབ་པ།

tongpa-nyi gompa

Tongpa nyi — vacuitatea,
Gompa — meditație.

Adică, meditația asupra vacuității. Ea este cel mai puternic antidot care există, dar trebuie să învățăm cum să o facem. Cu cât înțelegem mai mult vacuitatea și funcționarea karmei, încetăm să mai acumulăm karma care să ne provoace suferință, iar asta sterilizează celelalte karme grele.

Aceste karme sunt de asemenea goale, nu au o natură proprie. Ele sunt ca tigru de hârtie, dar care ne-au provocat suferință și ne-au omorât de mii de veacuri.

3. A rosti mantră

བཟླས་པ་ལ་བརྟེན་པ།

depa la tenpa

Denpa — a rosti sau a repeta.

Depa la tenpa înseamnă **a te sprijini pe rostirea mantrelor ca putere corectivă, ca antidot.**

Ce mantră și de ce funcționează? Mantrele ar trebui primite de la Lama. Ele sunt un instrument foarte puternic de purificare. Bineînțeles că meditația asupra vacuității este mai puternică decât mantră.

Cum funcționează mantra? Interesant este că dintre toți maștri, cel care ne-a explicat cum funcționează mantra a fost Dharmakirti (*Cursul 4*). El nu este știut ca profesor de Tantra, ci de logică budistă. Pentru ca mantra să funcționeze, spune el, trebuie îndeplinite două condiții:

- În primul rând, mantra ar trebui să vină de la o ființă sfântă.
- Și în al doilea rând, persoana care rostește mantra, ar trebui să aibă mintea foarte pură. Trebuie să fie o persoană care respectă jurămintele sau care intenționează sincer să le păstreze, să le practice.

Dacă ambele condiții sunt prezente, mantra poate face minuni, poate fi neobișnuit de puternică. Rostirea mantrei ar trebui să fie însoțită de celelalte puteri: puterea regretului, puterea de bază și puterea de înfrânare despre care o să vorbim încă puțin.



Deci, după cum am spus, persoana ar trebui să vină cu mintea pură, iar mantra trebuie să fie dată de o ființă iluminată, de un Buddha. Ele în sine sunt cuvinte goale. Dar ceea ce le dă puterea este **sfîntenia mea și a celui care mi-a dat-o**.

4. A realiza reprezentări fizice ale ființelor iluminate.

A patra acțiune de ispășire este de a crea imagini sau alte reprezentări ale ființelor iluminate.

སྐ་གཟུགས་ལ་བདེན་པ།

kusuk la tenpa

- Ku** — corpul unei ființe iluminate.
- Lu** — corpul unei ființe normale.
- Suk** — formă, figură, imagine.
- La tenpa** — a te sprijini.

Adică, acțiunea de ispășire se bazează pe realizarea de altare, stupa, statui, picturi, imagini și forme ale lui Buddha și ale altor ființe sfinte.

5. A dărui ofrande.

A cincea metodă de ispășire: a face ofrande.

མཚོན་པ་ལ་བདེན་པ།

chupa la tenpa

A face ofrande înseamnă să facem o masă cu ofrande, să avem grijă de masa de ofrande, a oferi ofrande celor trei diamante și așa mai departe. Ne creăm motivația: „Acum voi pregăti altarul, voi oferi ofrandă și așa mai departe, cu intenția de a ispăși ceva ce am făcut”.

Cuprinde și serviciul adus profesorilor, dharmei, prietenilor dharmei. A ajuta oamenii să ajungă la cursuri, a oferi cazare celor care au nevoie și așa mai departe și dedicăm antidotul la ceva anume pe care știu că l-am făcut. Deci și acțiunea de a servi poate fi privit ca ofrandă.

Ce ofrande dăruim?

Mergem și ajutăm la ținerea unui curs de dharma. Această binefacere ne-o putem imagina ca pe o perlă superbă pe care o oferim ca ofrandă.

Văd pe altcineva facilitând un curs de dharma și îmi spun: el face o binefacere. Perla binefacerii lui o pun pe altarul meu. Nu este nicio problemă să punem pe altar ceva ce nu este al nostru. Când ne bucurăm de actele bune ale altcuiva, primim zece la sută din binefacerea lui. Dacă vă bucurați a doua oară, încă zece la sută. De zece ori - [atunci] ați primit sută la sută.

6. Rostirea numelor lui Buddha

མཚན་ལ་བརྟེན་པ།
tsen la tenpa

Tsen = nume.

Tsen la tenpa înseamnă a rosti numele lui Buddha.

Există o sutră numită **Cele Trei Coșuri** în care sunt scrise numele a 35 de Buddha. Sunt persoane care fac din asta o practică. În timp ce se prosternează rostesc numele lui Buddha. Se învață pe de rost destul de repede, toate cele 35 de nume, și practicăm. Acesta este un alt mod.

Putem transforma fiecare acțiune, într-un act de ispășire, cu conștientizarea noastră.

Ce spune maestrul Shantideva despre puterea de corecție?

54.

Când de vreo boală ești chinuit

Sfatul medicului trebuie să-l urmezi.

Cu atât mai mult atunci când ești continuu afectat

De miile de boli ale dorinței și de restul.

Care sunt miile de boli ale dorinței și de restul? Otrăvurile despre care am vorbit: **dorința, aversiunea și ignoranța.**

Ce e în neregulă cu **dorința**? Nu este nimic în neregulă cu ea. Cu siguranță dorim iluminarea, dorim să ne eliminăm suferința. Nu este nimic rău în a dori să înlăturăm suferința noastră și a celorlalți. Nu este nimic rău în aversiunea față de suferință. Dimpotrivă, ea este o forță stimulatorie pentru a ajunge la iluminare.

Atunci unde este problema? Problema este atunci când dorința și aversiunea sunt însoțite de ignoranță. Vedem lucruri atractive și încercăm să le obținem fără să înțelegem de unde au venit și că ele sunt proiecția noastră care vine din karma noastră, [că sunt] proiectate pe ecranul gol al vacuității.

Credem că lucrurile sunt frumoase sau nu, plăcute sau nu, de la sine. Și suntem gata să comitem infracțiuni pentru a pune mâna pe ele, care ne fac să suferim în viitor. Deci, când vrem să scăpăm de țânțarul care ne pișcă, nu înțelegem că a venit din cauză că am omorât țânțari în trecut. Și sunt gata să-l omor din nou. Și aici este problema.

Afecțiunile mentale

Câte otrăvuri avem în general? Avem 84 de mii de afecțiuni mentale.

Cât de des pun ele stăpânire pe noi? Tot timpul! Suntem plini de ele. Este ceva „natural” pentru noi, natural în sensul „Cine vrea să mă omoare, trebuie să-l omor!”. Nu avem idee cum este să fim fără aceste afecțiuni mentale, pentru că niciodată nu am avut o minte lipsită de acestea. Numai când vom ajunge la Nirvana, vom fi purificați de ele.

Arya gustă din această stare în timp ce percepe vacuitatea. Încă nu este în Nirvana, dar capătă gustul.

Un mare Lama ne poate oferi uneori gustul. Și se întâmplă doar dacă suntem lângă el, nu citind din carte sau dintr-o înregistrare. Acest lucru se întâmplă doar prin transmisie personală, deoarece Buddha vorbește prin Lama. Lama este un canal de transmisie pentru Buddha. Dacă elevul este pregătit, se poate întâmpla. Este minunat când dăm de acest gust, pentru că atunci vom ști ce înseamnă o minte eliberată de aceste otrăvuri.

A existat un mare Lama pe nume **Lama Yeshe** care a predat în Occident. El a fost primul Lama tibetan care a adus Tantra în Occident, în anii '70. A fost foarte criticat de alți lama tibetani. Ei i-au spus: „Oamenii din Occident nu sunt pregătiți pentru asta, nu știu să trateze profesorii cu respect!”. Și este adevărat: în Occident nu știu să trateze profesorii cu respect. Și există o etică budistă: nu se predă celor care nu tratează învățătura și profesorul cu respect, pentru că își acumulează karma negativă.

El le-a răspuns: „Adevărat că ei nu știu, dar trebuie început de undeva”. A simțit că menirea lui este să aducă Tantra în Occident. La fel a fost și **Ken Rinpoche**. Dar ei au făcut-o în moduri diferite și cu un public diferit. Erau foarte diferiți unul de celălalt. Dar Tantra este predată doar într-un mod secret. **Lama Yeshe** a ridicat puțin vălul secretului.

Lama Yeshe a spus: „Trebuie să guste ciocolata înainte de a ști spre ce să aspire”. Printre altele, el a transmis practici tantrice avansate în grupuri destul de mari. Dar odată ce am gustat, știm deja că există un loc la care trebuie să ajungem care nu este ceea ce știm noi.

Iubire pură și impură

Deci, am vorbit despre aversiunea și dorința care vin din ignoranță. Am vorbit și despre iubire. Dar există iubirea care vrea să păstreze ceea ce este al meu: copilul meu, partenerul meu. Este iubire, dar implică „eu” și „al meu”. Implică gândirea dualistă, deci atașament, și de aceea nu eliberează.

Și există iubirea benefică, *Maitri* sau *Metta* în dialectul Pali, iubirea care vrea să dăruiască necondiționat, care nu caută să primească nimic în schimb, nu vrea să dețină nimic.

Otrava este atunci când iubirea este posesivă.

Iată o definiție a dorinței cu patimă, a pasiunii care este impură, a dorinței care este otrăvă:

„Dorința impură este un gând care nu vrea să piardă ceva sau să se despartă de ceva, care în esența lui este impur, dar apare ca pur.”

De exemplu: soțul iubit. Partenerul meu făcut din carne și oase nu este ceva pur. Acest corp nu este ceva pur: se degradează și moare. Corpul este rezultatul karmelor mixte, dintre care unele sunt pozitive și, datorită lor avem o existență umană care este relativ minunată, deoarece permite iluminarea, dar el în sine, este impur. Corpul va muri. De ce vom muri? Pentru că avem afecțiuni mentale și karme negative care nu au fost purificate. Imediat ce acestea dispar, se întâmplă altceva.

Deci, când sunt atras de cineva care este în carne și oase, îl văd ca pe cineva în carne și oase și sunt gata să comit infracțiuni pentru el.

De exemplu, creez zâzanie între el și actuala lui iubită și în acest fel comit infracțiuni morale, care rămân cu mine, în timp ce corpul este ceva care dispare. Acesta este un exemplu [de situație] când nu vrem să pierdem ceva care ni se pare atractiv, care este în esență impur.

Mierea de pe muchia cuțitului

Je Tsongkapa a descris acest comportament care este atât de uman și „natural” pentru noi [ca fiind] ca mierea de pe muchia cuțitului. „Natural” îl punem întotdeauna între ghilimele, pentru că nu este nimic natural în asta, ci doar ne-am obișnuit așa! Ni se pare că ceva este dulce ca mierea, lingem mierea, adică producem discordie între el și ea ca să i luăm iubitul și apoi să suferim, așa cum ne doare tăietura de cuțit.

Orice atașament este înrădăcinat în neînțelegerea de unde vine partenerul în viața mea. Dacă cineva minunat intră în viața mea și mă atașez de el, înseamnă că nu înțeleg de unde a venit. Cum apare cineva minunat în viața mea? El apare datorită faptelor mele bune, datorită faptului că i-am ajutat pe alții să-și mențină relațiile, de exemplu. Am respectat relațiile celorlalți și astfel apare cineva minunat în viața mea. Dacă nu aș fi respectat relațiile celorlalți, n-ar fi putut apărea cineva minunat în viața mea și nu l-aș fi putut păstra.

Dorința impură se concentrează asupra obiectului impur, efemer și crede că are un aspect sau altul, de la sine. Este o otravă.

Și aversiunea este otravă, pentru că se concentrează și asupra unui obiect care este impur.

Dorința și aversiunea care se concentrează pe obiecte pure nu sunt otravă.

Precum: dorința de iluminare, aversiunea față de suferință.

Aversiunea față de suferință este ceva pur, pentru că ne ajută să ieșim din suferință. Deci, ceea ce contează este obiectul și înțelegerea sau neînțelegerea obiectului.

Orice există în viața noastră, cu excepția a ceea ce este legat de iluminare, este manifestarea amprentelor karmice impure: ori negative, ori mixte.

Karma pură și impură

Cursul 5 - despre „Cum funcționează karma” - se bazează pe scrierea **Abhidharma Kosha**. În ea se definește ce este pur și ce este impur, despre karma pură, karma impură și despre karma mixtă.

Karma impură în tibetană:

ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས།

Sak che kyi le

Le — karma.

- Karma impură creată de afecțiunile mentale; sau
- Afecțiunile mentale, în sine sunt karma impură,
- sau activează afecțiuni mentale.

din nou:

Lucrurile impure sunt:

- Lucrurile create de afecțiunile mentale: am făcut ceva din gelozie, invidie, ură, sau din ignoranță; Deci, fac ceva datorită afecțiunilor mentale;
- Afecțiunile mentale, în sine. Când sunt cuprins de o criză de furie, las în mintea mea amprente extrem de dificile. Și aceasta este karma impură;
- Și lucrul care provoacă afecțiuni mentale este și el impur.

Deci, dorința este impură, este aceea care nu-și înțelege obiectul.

Nu este nicio problemă cu dorința care își înțelege obiectul. Nu este nicio problemă să vrem să fim buni. Pentru asta suntem aici. Nu vrem doar să ne fie bine, ci și binele suprem. Problema este că nu știm de unde vine binele și ne provocăm neazuri. Nu înțelegem că dacă există ceva bun în viața noastră, a venit ca urmare a faptei bune pe care am făcut-o în trecut, iar acum suntem forțați să-l experimentăm.

Lucrurile bune din viața noastră

Fiecare lucru bun care apare în viața mea este manifestarea amprentelor mentale, karmice, pe care le-am lăsat în minte și [care] provin din ignoranță. De aceea, ele în mod obligatoriu se vor descompune. Fructul care a rodit va trebui să se descompună.

Nu pot păstra lucrurile bune, deoarece ele vin din karma mixtă. Am ceva bun, înseamnă că am făcut ceva bun, dar din ignoranță. I-am dat cuiva să mănânce, nu înțeleg aspectele karmice a acestei fapte și ce se va întâmpla? Altcineva îmi va da să mănânc și cu asta s-a terminat.



Care este diferența dintre mine și Buddha? Buddha înțelege cum să mențină perpetuu lucrurile. Această înțelegere, această înțelepciune, face toată diferența. Buddha nu încetează să fie Buddha. Trecem din locul în care nu înțelegem cum să păstrăm lucrurile, nu înțelegem ce anume le creează, într-un loc în care producem energie dintr-un pahar cu apă (se pare că oamenii de știință făcuseră progrese în direcția producerii unor cantități mari de energie prin fuziunea nucleelor atomice).

Totul este o proiecție și, prin urmare, real!

Întrebare: *Să presupunem că ajut pe cineva. Când îl ajut, cred în suferința lui, îi simt suferința, așa că am sentimentul că el există acolo în sine și nu ca proiecție a mea. De aceea vreau să-l ajut. Dar dacă ar fi doar proiecția mea, atunci aș spune: Ei bine, nu-l voi ajuta!*

Răspuns: *Când spunem „O, el este doar o proiecție a mea, nu trebuie să-l ajut, este doar o închipuire a mea din trecut” ce exprim? Îmi exprim neînțelegerea vacuității care este periculoasă: el nu există acolo cu adevărat, este doar o proiecție, deci nu contează ce fac pentru el. **Este exact ceea ce vrem să evităm atunci când vorbim despre vacuitate.***

Este adevărat că nu există nimic altceva în viața mea decât proiecții. Dar, tocmai pentru faptul că totul în viață este o proiecție, pentru că totul este gol și tot ceea ce experimentez este o reflexie a karmei mele în oglinda vacuității, este foarte important să-l ajut.

El îmi oferă acum ocazia de a acumula karma pozitivă. Dacă văd pe cineva suferind și nu îl ajut, mintea mea înregistrează: n-am ajutat pe cineva la necaz. Când această înregistrare va ajunge să se manifeste, voi suferi. Va fi această suferință reală? Da și nu: Când mașina mă lovește, mă doare. Mașina există de la sine, piciorul există de la sine? Nu, sunt proiecția mea. Tocmai pentru că ele sunt proiecția mea, este foarte important să reacționez corect.

Când înțelegem bine vacuitatea, nu mai avem de ales decât să fim super morali.

Aceasta este puterea unui Arya. Noi înțelegem puțin cum funcționează procesul, la nivel teoretic, pe când Arya l-a experimentat direct. El înțelege că tot ce se întâmplă este o manifestare karmică, pe când noi percepem lucrurile ca venind de la sine, iar reacțiile noastre față de ele ne vor provoca necazuri în viitor.

Calea de mijloc, între cele două prăpastii

Când spunem că totul este gol și totul este o iluzie, există pericolul ca mulți să spună: „De ce trebuie să mai facem efort?”. Aceasta se numește: „extrema nihilismului”. Adică: „Dacă totul este gol, atunci nimic nu contează!”. Asta ne face să cădem în prăpastia nihilismului.

Există două prăpastii:

- Prăpastia în care credem că lucrurile vin de la sine și reacționăm față de ele în conformitate.

- După ce am auzit explicații despre vacuitate și ne spunem „Dacă totul este gol, atunci nimic nu contează!”. Aceasta este a doua prăpastie care este mai adâncă. Acest lucru se întâmplă unui număr restrâns de oameni, care au auzit explicații despre vacuitate și nu au mers mai departe cu ele.

Noi nu dorim să cădem în niciuna dintre aceste prăpastii, ci trebuie găsită Calea de Mijloc.

De ce omul are nevoie de ajutor? Pentru că îl proiectăm așa. De aceea are nevoie de ajutor și de aceea trebuie ajutat.

Și în acest sens respectarea regulilor morale devine atât de importantă.

Lucrurile există, dar nu așa cum credem noi

Când vorbim de pix, nu spunem că el nu există. El există, dar nu așa cum credem noi că există. Ce nu există? Pixul care să vină de la sine, așa cum am crezut că există înainte de a începe să analizez. Nu există vreun pix care să fie independent de cât de mult i-am ajutat pe alții. Dar pixul există? Da! El funcționează, pot scrie cu el.

Pixul a existat și înainte de a analiza, și va exista și după ce am făcut analiza, în aceeași măsură. Diferența este că acum înțeleg de unde vine. Și încep să semăn semințe. Dacă am nevoie de pix, atunci el va veni.

Vacuitatea lucrurilor

Care este vacuitatea pixului? Ce înseamnă că pixul este gol? Pixul este gol de a fi un pix în sine, independent de proiecția mea. Nu există nimic care să nu depindă de proiecția mea, care vine din mine, așa cum mi-a fost impusă de karma mea. Aceasta este vacuitatea pixului.

Pixul este gol de a fi un pix în sine, într-un mod care este independent de proiecția care vine din mine, ca urmare a karmei care mi se impune.

Aceasta este negația, ceea ce nu este pixul. **Ce este pixul? El este o proiecție care vine din mine, ce mi-a fost impusă de karma pe care am făcut-o în trecut.**

Aceasta este existența lui dependentă, conform celei mai înalte școli budiste, **Madhyamika Prasangika**. Există și alte școli care explică altfel. Dar conform acestei școli înalte, existența dependentă a pixului înseamnă că el este o proiecție pe care o proiectez pe o colecție de date brute, ca urmare a karmei pe care am acumulat-o în trecut și care mi se impune acum.

Nu am de ales acum, decât să văd acest pix aici, pentru că aceasta este karma pe care o am. Nu-l pot vedea ca pe un os de ros. Nu mi se întâmplă asta. Așa cum nici câinelui nu i se întâmplă să încerce să scrie cu el.



Potențialul infinit

Când spun: „Nu sunt cine crezi tu că sunt.”, este un adevăr absolut! Nu sunt cine crezi tu că sunt, nici cine cred eu că sunt, și nici cine crede Buddha că sunt! Pentru că tu crezi că sunt drăguță, și altul crede că sunt mai puțin drăguță, sau altul crede că sunt și foarte drăguță. Atunci cine sunt eu cu adevărat?! Care este versiunea care decide cine sunt eu cu adevărat? A mea?! Și versiunea mea este o proiecție ce mi-a impus-o karma!

Atunci cine sunt eu cu adevărat?

Vacuitatea spune: există potențial de a crea paradisul. Pot alege să decid că sunt un înger? Poate, nu știți asta.

Pot alege să decid că obiectul este un os de ros? Eu zic, că nu! Când mașina îmi lovește piciorul, nu voi decide brusc că acum experimentez plăcere. Nu! Durerea mi se impune. Dar dacă înțeleg că durerea mi-a fost impusă pentru că i-am rănit pe alții, voi înceta să-i mai rănesc și atunci și loviturile vor înceta. Pentru că totul este gol de a fi într-un fel sau altul în sine, [atunci] are potențialul de a fi paradisul lui Buddha.

Nu vom mai trăi într-o lume în care există accidente, boli și altele. Fiecare își creează propria lume. Nu există altă lume! Cum este cu adevărat lumea? A cui este versiunea lumii? Cine a decis-o?

Ceea ce este adevărat pentru karma impură, este valabil și pentru cea pură. Cu cât înțelegem mai mult esența obiectului nostru, karma va deveni din ce în ce mai pură. Gândurile impure merg prin canalele laterale, iar cele pure prin canalul central. Prana nu poate exista simultan în ambele canale.

Adică, nu pot să înțeleg vacuitatea șefului care țipă la mine și în același timp să țip înapoi la el.

Dacă înțeleg că el este reflexia mea în oglinda vacuității, nu pot în același timp să-l urăsc și să-l judec. Trebuie să recunosc că situația nu-mi face plăcere. Și asta este important pentru a înceta să mai generez o astfel de karmă. Șeful este cu adevărat neplăcut, în sine? Nu! Șeful există? Da! Este de sine stătător? Nu!

Până nu înțelegem de unde vine șeful supărat, vom reacționa față de el din ignoranță și în acest fel acumulăm karma care este impură. Singurul mod în care putem acumula karma pură este când înțelegem vacuitatea lui.

Oare chiar înțelegem vacuitatea? Nu, nu o înțelegem. Până când nu vom percepe direct vacuitatea, vom acționa din ignoranță. Minte este impregnată de ignoranță tot timpul.

Percepem lumea ca venind de la sine și reacționăm față de ea în conformitate. Atâta timp cât nu am perceput direct vacuitatea, nu putem acumula karma pură.

De aceea, Maestrul Shantideva spune: „Prosternați-vă, faceți ofrande!”. Pentru că avem prea puține mijloace de a acumula karma pură. Datorită înțelepciunii dobândite de Arya, karma începe să devină pură și va ieși repede din samsara.

Ne este foarte greu să acumulăm karma pură. De aceea avem nevoie de Buddha, de Lama și de Dharma.

Cum acumulăm karma pură?

- Ori, prin înțelepciunea dobândită prin perceperea vacuității, ceea ce noi nu o avem,
- Ori obiectul este pur. Orice obiect legat de iluminare provine din puritate, deci este pur. Iar karma acumulată prin acțiuni față de el este pură. Și în acest fel, obiectul devine puternic pentru noi. Pentru că vine din canalul nostru central, vine din iluminarea noastră.

Acesta este motivul pentru care se pune atâta accent pe serviciile aduse dharmaei, profesorilor, celor trei diamante.

Creșterea nivelului de înțelegere

Cu cât înțelegem mai mult pe cine ajutăm, cu atât mai mare este binefacerea făcută.

- Dacă ajut un biet sărac care îmi trezește compasiunea, aceasta este binefacere.
- Dacă înțeleg că persoana săracă pe care o ajut, este proiecția mea karmică, binefacerea pe care o acumulez este și mai mare. Deoarece înțeleg că motivul pentru care oamenii săraci apar în viața mea este pentru că în trecut nu am dăruit. Iar acum inversez roata samsarei.
- Dacă înțeleg vacuitatea a lui, a mea și a actului de generozitate, voi acumula binefaceri care îmi vor permite să ajung la iluminare, acesta fiind un nivel mult mai înalt. Și fiecare faptă devine fapta unui bodhisattva.
 - ❖ Nu doresc doar ca el să mănânce ceva,
 - ❖ Nu doresc doar să nu mai sufăr,
 - ❖ Îmi doresc ca prin generozitatea mea să acumulez binefacerile care să mă ducă la iluminare, să nu mai văd săracii suferind sau suferință în viața mea.

Și în acest fel devin mântuitorul lui. Eu sunt unicul mântuitor pentru toate ființele din viața mea. Și fiecare dintre noi devine mântuitorul ființelor din lumea lui.



Cuvintele maestrului Shantideva despre puterea de corecție

Acum ne vom întoarce și vom citi ce spune maestrul Shantideva.

54.

Când de vreo boală ești chinuit

Sfatul medicului trebuie să-l urmezi.

Cu atât mai mult atunci când ești continuu afectat

De miile de boli ale dorinței și de rest.

Ce ne spune maestrul? El ne spune că atunci când suntem chinuiți de vreo boală, mergem la doctor. Să presupunem că medicul știe ce trebuie făcut, iar noi nu facem ce ne spune. Deci, cum ne vindecăm? Maestrul nu se referă la boala obișnuită, ci la afecțiunile mentale care se abat asupra noastră de veacuri și ne-au făcut să suferim neîncetat, a căror sursă este dorința, aversiunea și ignoranța. Ele sunt boli grele, cronice și sunt tot timpul în sângele nostru.

55.

Chiar și o singură boală dintre acestea

Este suficientă de a elimina toți locuitorii lumii,

Și nicăieri în univers nu vei găsi vreun remediu

Care să-i vindece – în afară de cel de aici.

Despre ce boli vorbim aici? Despre afecțiunile mentale! Dacă luăm doar furia, câtă suferință provoacă ea! Ura provoacă atâta suferință lumii. Nenumărați oameni, nenumărate universuri, nenumărate generații, suferă cu toții. El spune: *Nu există nici un leac în afară de cel ce se predă aici, în afară de ceea ce ne învață Buddha. Dacă nu ne vom elimina aceste afecțiuni mentale, nu avem nicio șansă. Deci acesta este singurul remediu.*

56.

Leacul pentru fiecare astfel de afecțiune

A fost dat de cel Omniscient;

Este o rușine că nu-i urmăm sfatul,

Și în ignoranța noastră nici măcar nu ne uităm la el!

Din lectura cursului: „**Cel Omniscient** este *medicul acestei boli*; el este cel care dă **leacul pentru fiecare astfel de afecțiune**, tuturor afecțiunilor mentale, și *ne învață* cum să smulgem din rădăcină suferința pe care ele ne-o provoacă. Și cu toate acestea, [noi] **nu-i urmăm sfatul**, nu-i respectăm instrucțiunile și ne concentrăm asupra cauzelor care ne țin în ciclul vieții la nesfârșit și care ne aruncă în tărâmurile inferioare. Și este o **rușine**, că **datorită ignoranței noastre nici măcar nu ne uităm la aceste sfaturi**. Prin urmare, din adâncul inimii tale, trebuie să te refugiezi într-un Învățător și să practici învățătura acestuia în mod corespunzător.”



57.

Trebuie mers cu atenție pe o stâncă abruptă.

Chiar dacă este mică și obișnuită;

Cu atât mai mult dacă stânca este de o mie de mile înaltă,

Căderea de la înălțimea ei va dura veacuri!

Mergem pe drum, întâlnim o stâncă abruptă, așa că mergem cu grijă, cu grijă să nu cădem, nu-i așa? Cu atât mai mult, spune el, dacă acționăm mânați de instinctele noastre, care își au originea în ignoranță și în otrăvurile care circulă prin noi, este ca și cum am cădea de pe o stâncă înaltă de o mie de mile, cădere care ne provoacă o suferință de nedescris. Maestrul ne spune că această cădere va dura veacuri. ***Gyeltsab Je*** o descrie ca fiind căderea în infernul cel mai cumplit, [numit] „Neîncetat”, în care se stă multe veacuri. Deci, dacă mergem cu grijă pe o stâncă abruptă, cu atât mai mult nu ar trebui să reacționăm din furie și gelozie, din aroganță și toate celelalte, pentru că vom rămâne în roata samsarei nenumărați eoni.

Din lectura cursului:

„**Trebuie mers cu atenție**, oriunde există riscul de a cădea, deoarece [căderea de pe] **o stâncă abruptă, chiar dacă este mică și obișnuită**, precum în zonele muntoase – căderea de pe ea îți poate provoca răni la mâini sau la picioare. **Cu atât mai mult**, trebuie să fi atent **dacă stânca este de o mie de mile înaltă**, pentru că **o cădere de la înălțimea ei va dura veacuri!** Expresia „o mie de mile” se referă la stânci cu înălțimi de treizeci și două de mii (32.000) de yojana - [aproximativ o sută cincizeci și patru de mii (154.000) de mile], care este adâncimea la care se află infernul „Neîncetat” sub pământ. Un fel de stâncă specială de pe care, odată ce ai căzut, trebuie să stai la fund foarte mult timp, nenumărați eoni. Și acesta este un motiv pentru care trebuie să depui eforturi în aplicarea antidoturilor pentru afecțiunile [tale] mentale.”

58.

Este o greșeală să te relaxezi și să gândești

„Astăzi moartea nu va veni!”,

Căci fără îndoială vremea va sosi

Când vei înceta cu adevărat să mai fii.

Când karma rodește, moartea va veni. Am vorbit despre cele patru rezultate ale karmei. Unul dintre ele ne va arunca în următoarea încarnare, cu excepția cazului în care aplicăm medicamentul.

Din lectura cursului:

„Iată prima dintre cele două. S-ar putea să te gândești: «Desigur că ar trebui să depun eforturi în aplicarea antidoturilor; dar cred că o voi face asta luna viitoare sau poate anul viitor!». Totuși, lucrul corect este să începi să practici chiar de astăzi, pentru că **este o greșeală să te relaxezi** și să nu depui niciun efort în practicarea antidotului și să gândești: „**Astăzi moartea nu va veni!**”. Nu există nicio certitudine că nu vei muri azi și putem spune că **fără îndoială vremea va sosi când vei înceta cu adevărat să mai fii.**



Prin urmare, ar trebui oprită această tendință de a fi leneș și să începi să depui eforturi chiar de astăzi.”

59.

Cine ți-a dat puterea de a nu te teme?

De unde siguranța că ești liber?

Dacă nu există îndoială că vei înceta să mai exiști,

Cum poți sta așa, atât de liniștit?

”Iată al doilea punct. Atunci ai putea spune: „*Chiar dacă este adevărat că vom muri, nu are rost să ne fie frică de asta – nu are rost să fim înfricoșați*”. Dar tu ești chiar aici, în mijlocul fricii care vine din a vedea și auzi de moartea altora, și a fricii că ai putea cădea în târâmurile inferioare. Atunci, cine este această ființă sfântă, care te-a binecuvântat și **ți-a dat puterea de a nu te teme**: de a spune că, în ciuda tuturor acestor lucruri „nu are rost să fi înfricoșat”, [că] nu trebuie să te temi de moarte sau de propriile tale fapte rele? De fapt, nu există nicio ființă care să-ți fi dat o asemenea putere. Deci, dacă nu reușești să depui eforturi pentru aplicarea antidoturilor, atunci **de unde siguranța că ești liber** de faptele tale negative și de moartea însăși? Nu poți fi niciodată liber. Și atunci când vei muri, **nu există îndoială că vei înceta să mai exiști**. Atunci, de ce nu depui eforturi în aplicarea antidoturilor și cum se face că **stai așa, atât de liniștit**? Este greșit să faci asta și, prin urmare, ar trebui să depui toate eforturile pentru a practica calea.”

