

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 10,b

Cum apropiem oamenii de Dharma?

Există mai multe moduri de a apropia oamenii de Dharma și acesta este rolul nostru ca budiști.

1. În primul rând, folosim lucruri materiale. La lecțiile de Dharma aducem fursecuri, prăjiturile, lucruri mărunte de gustat. Dacă vin persoane noi să studieze Dharma și nu au unde să stea, le oferim un loc de dormit. Dacă nu au de mâncare, le oferim o masa pentru ca să poată studia Dharma. Dacă oamenii sunt serioși și doresc să învețe Dharma, le oferim ceea ce este necesar.

Așa cum am spus, dacă este nevoie, le dăm totul, cu excepția robelor pe care le purtăm. Mai există și un alt jurământ de a fi modest și de a fi îmbrăcat. Deci, pentru a atrage oamenii spre Dharma le dăruim lucruri materiale.

2. În al doilea rând, a doua modalitate de a aduce oamenii la Dharma, este de a nu face rău corpului. Dar, maestrul ne spune: „când este timpul să dăruiești, atunci dăruiește, dar nu îți-l răni pentru scopuri minore și neimportante. Sunt oameni care își găuresc corpul și își pun tot felul de accesorii pe el. Conform Dharmei, nu trebuie să facem asta, pentru că vrem să ne menținem corpul sănătos și întreg până când vom ajunge la iluminare. Dar când vine momentul, pentru obiective înalte, atunci dăm.”

Cunoaștem povestea lui Buddha care și-a rănit trupul și i l-a dat tigroaicei ca mâncare. El a adus oamenii la Dharma prin corpul său. Dar pentru asta, a fost nevoie de multe vieți până când tigroaica a devenit discipolul al lui Buddha. Buddha a văzut toate acestea desfășurându-se datorită vederii sale foarte înalte.

Cum dăruim Dharma

Subiectul nostru acum este cum să dăruim Dharma. Și acest subiect este foarte important. Mai ales dacă aveți de gând să predați Dharma, trebuie să știți asta.

După ce un bodhisattva, a perceput vacuitatea, una dintre îndatoririle sale este să dăruiască Dharma altora. Acest lucru nu a fost expus în cele șase perfecțiuni, dar mai sunt încă șase care sunt toate legate de a oferi dharma altora.

Și apropo, nu trebuie să așteptăm până când percepem vacuitatea pentru a oferi Dharma altora.

Trebuie să învățăm cum să dăruim Dharma altora în mod corect și cum să-i atragem spre Dharma. Și acest lucru ține de comportamentul moral. Face parte din codul moral al unui Bodhisattva: de a da Dharma și de a aduce oamenii la Dharma.

Budismul nu încurajează misionarismul

Noi nu încurajăm oamenii să meargă și să predice Dharma oamenilor. Pentru că în primul rând acest lucru nu funcționează. Putem să le vorbim oamenilor mult și bine despre Dharma, dar dacă ei nu sunt pregătiți să audă Dharma se vor îndepărta și mai mult de ea. De aceea misionarismul nu este încurajat.

Dar asta nu înseamnă că Dharma nu trebuie predată. Dacă suntem într-o relație cu cineva, sau ne împrietenim cu cineva, putem vedea dacă este pregătit sau nu să audă Dharma. Și acesta este motivul pentru a purta discuții ușoare la petrecere. Le putem vorbi despre noi și să vedem dacă sunt interesați. Dacă vedem că au interes, ar trebui să le oferim Dharma pentru că ea îi poate ajuta să progreseze. Deci, nu este vorba de misionarism, ci doar de a deschide ușa celor care sunt deja pregătiți.

În continuare Maestrul Shantideva ne dă tot felul de instrucțiuni despre cum să dăruim și cum să nu dăruim Dharma, cum să primim Dharma și cum să nu primim Dharma.

Elevii trebuie să ceară învățătura

În primul rând din punct de vedere tehnic – el nu spune asta – un profesor nu ar trebui să predea Dharma dacă nu i se cere. Trebuie să fie rugat de trei ori. Asta e regula. Și asta pentru că se dorește seriozitate din partea elevului. De aceea trebuie să-l rugăm pe profesor de trei ori pentru a-i lăsa impresia că suntem serioși și că dorim să primim Dharma. Nu vrem să predăm Dharma celui care nu este interesat de ea pentru că:

- a. Nu o va asimila, și
- b. Îi poate stârni împotriviri.
- c. Chiar dacă nu îi stârnește împotriviri, dacă nu este cu adevărat interesat de Dharma și nu va aplica ceea ce a auzit, își va acumula karma negativă.



d. A dăruți Dharma în acest fel, va face ca ea să dispară din lume, pentru că plantează semințele că Dharma este nedorită și este ceva negativ. Dharma ar trebui întotdeauna predată atunci când există respect pentru ea și respect pentru profesorul care o predă. Este esențial pentru transmiterea Dharmei.

Trei principii în dăruirea Dharmei

Maestrul Shantideva enumeră acum trei principii legate de Dharma.

1. Cine nu este potrivit să i se predea Dharma

Primul principiu menționează cine nu este apt să i se predea Dharma:

ཚེས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད།

Chu she du mi rungway nyenpapoy lu kyi kunchu

Chu — dharma,

She — explicație,

Mi rungwa — nu este potrivit, impropriu, inadecvat,

Nyenpapo — elev, ascultător,

Lu kyi kunchu — comportament fizic.

Elevii cărora, datorită comportamentului lor, este inadecvat să li se predea Dharma.

Versetul 88:

Nu preda Dharma

Celor care nu o tratează cu respect;

Celor care își înfășoară capul chiar dacă nu sunt bolnavi;

Celor care poartă umbrelă, sau toiag sau arme;

Sau poartă pălării pe cap.

Aceste reguli au existat în India pe vremea maestrului Shantideva. Tibetanii au în special interes pentru pălării. Pălăriile sunt simboluri ale statutului, ale clasei și cine are pălăria mai înaltă, statutul lui este mai înalt.

Deci, elevul nu ar trebui să poarte pălărie, doar profesorul. Și pălăria trebuie dată jos întotdeauna.

În verset apare umbrela. Cei care aveau o poziție socială înaltă aveau servitori care le țineau umbrela. Deci, dacă pentru un astfel de om bogat, servitorul stă și îi ține umbrela, iar profesorul stă în partea umilă și predă Dharma, aceasta nu este o modalitate [potrivită] de a preda Dharma.



Este bine să nu vă lăsați prinși de aspectele culturale, ci de idei. Ideea este ca elevul să aibă respect față de profesor și față de Dharma. Maestrul Shantideva ne spune pe ton imperativ: „Nu preda Dharma celor care nu respectă Dharma!”.

Lama Dvora Hla povestește:

„Am fost odată când Ken Rinpoche preda și un bărbat pe care nu-l cunoșteam a intrat iar Rinpoche a încetat să mai predea. Cineva care a înțeles ce se întâmplă i-a cerut bărbatului să plece. Cât timp bărbatul s-a aflat în cameră, Rinpoche nu a continuat cursul. Și asta datorită compasiunii față de el! Pentru că karma acumulată este grea, fie de profesor, fie față de Dharma. Ambele lucruri sunt importante.

Și am văzut că se întâmplă și la Geshe Michael. Cineva a intrat la lecția lui Geshe Michael și l-a tot întrerupt. Nu l-a lăsat pe Geshe Michael să vorbească, iar întrebările nu erau pentru a înțelege lucrurile, ci doar pentru a întrerupe lecția. O forță atât de dăunătoare.

Apoi am ieșit afară, iar această persoană... am ajuns să merg cu ea și am încercat să-i explic și mi-a luat ceva timp să înțeleg că uneori este bine să fi tăios! Unui Lama îi este greu să fie tăios. I se frânge inima să se comporte așa.”

Din lectura cursului:

*„Iată prima parte: **Nu preda Dharma celor care nu o tratează cu respect** sau nu au nici un respect pentru cel care predă Dharma. Dharma nu ar trebui predată celor care manifestă anumite tipuri de comportament, cum ar fi **celor care își înfășoară capul chiar dacă nu sunt bolnavi, poartă o umbrelă, sau toiag, sau arme sau poartă pălării pe cap.**”*

Comportament adecvat într-o clasă de Dharma

Deci, dacă elevul se comportă inadecvat și fără respect, nu trebuie să-i dăm Dharma. Printre altele

- Elevul trebuie **să stea cu respect** pentru lecție. Toate accesoriile din verset, armele, umbrele, toiagul au sensul de a sta respectos la lecția de Dharma.
- Să aibă **îmbrăcăminte adecvată**.

Întrebare: Toată chestia asta despre respect și această atitudine, nu este ceva ce am inventat noi aici, un sistem de comportamente și norme umane?

Răspuns: Este adevărat că normele depind de mediu și cultură.

Dar dacă predăm în acest mediu, în această cultură, atunci oricare ar fi normele de respect în această cultură, trebuie respectate. De exemplu, ceea ce spune maestrul despre umbrelă, nu este valabil pentru noi. Dar există și alte reguli care nu sunt enumerate aici, precum, de exemplu, în Tibet și poate în Asia: a sta cu picioarele îndreptate spre cineva este foarte nepoliticos. Lama Dvora spune că pentru dânsa acesta nu este un comportament nepoliticos și chiar și Ken Rinpoche renunțase puțin la asta.



Călugării stau mereu cu picioarele îndoite sub ei, pentru că au stat așa de mici copii. Dar pentru unora dintre noi le este greu să stea cu picioarele încrucișate pentru că membrele sunt deja rigide. Deci doar cei cărora le este greu să stea le este permis. Dar dacă nu vă este greu, atunci stați într-o poziție de respect.

Există și alte reguli care nu sunt enumerate aici despre cum să ne comportăm cu un profesor.

- De exemplu, nu ar trebui să stăm așezați mai sus decât profesorul. Dacă cineva nu poate să stea pe perne jos, atunci poate sta așezat pe un scaun, dar cu condiția să stea respectuos.

2. A preda în funcție de nivelul elevului

Un alt aspect important este de a preda în funcție de nivelul elevului.

སུ་ཀྱི་བསམ་པའི་བྱ་བར་བདག་པ།

Nu kyi sampay kyeper takpa

Nu înseamnă **vas** și se referă la **discipol**, vasul în care este turnată Dharma.

Sampa — **gândire**, dar aici are sensul de **capacitate**,

Kyeper takpa — **a examina și a evalua**,

Acesta este aspectul **evaluării capacității elevului și de a-i preda după cum i potrivește**.

3. Cei care sunt pregătiți pentru acest lucru, ar trebui să fie încurajați să practice scopul înalt.

Al treilea aspect al dăruirii Dharmei:

རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་སྐྱར་བར་མི་བྱ་བ།

Gya chenpo la mupa menpa la jarwar mi jawa

Gya chenpo — **capacitate vastă, extinsă**,

Mupa — **pregătit**,

Gya chenpo la mupa — **unul care este pregătit pentru o practică vastă**,

Menpa — **calea mai mică, Hinayana**,

Menpa la jarwar — **a lega**,

Mi jawa — **nu o face**

Cu alte cuvinte, **trebuie să fiți atenți să nu-i conduceți pe cei atrași de învățătura scopului înalt (Mahayana) către scopul îngust (Hinayana)**.



Versetul 89:

*Nu preda celor cu scopul îngust
Ceea ce este profund și vast,
Și nici femeii neînsoțită de bărbat.
Respectă toată Dharma în mod egal:
Cea a scopului îngust,
Și cea a scopului înalt.*

Versetul 90:

*Nu preda Dharma inferioară
Celui pregătit pentru scopul înalt;
Nu abandona niciodată codul moral,
Și nu înșela pe nimeni
În ceea ce privește sutra sau tantra.*

În aceste două versete maestrul ne spune la ce nivel trebuie să predăm.

Cine sunt cei cu scopul îngust? Ei sunt cei a căror practică este concentrată pe ei înșiși.

Sunt oameni a căror minte în prezent nu este pregătită și când încercăm să-i atragem spre Dharma ei nu sunt interesați, pentru că sunt prea de ocupați cu ei înșiși. De aceea maestrul ne spune: cei care nu sunt ațți să audă Dharma la nivelul scopului înalt, predă-le Dharma scopului îngust.

Profund și vast

Ce înseamnă este profund și vast? Este important să vorbim despre aceste lucru.

Câmpul de merite este reprezentarea celor trei diamante. În mijlocul câmpului stă Buddha, care îl reprezintă pe al nostru Lama. În spatele lui stau toți Lama liniei noastre de învățături, prin care Dharma a trecut și a ajuns la Lama. Deoparte și de alta a lui Buddha stă Maitreya și Manjushri, iar în jurul lor sunt liniile de maestri. Ele reprezintă ceea ce este profund și ceea ce este vast.

- **Manjushri** stă partea stângă și reprezintă înțelepciunea. „**Ceea ce este profund**” se referă la **înțelepciunea vacuității**.

མཐོ་མོ།

Sabmo

În tibetană, **sabmo** — **ceea ce este profund**.

Manjushri reprezintă linia prin care se transmite înțelepciunea vacuității.



- *Avalokiteshvara* sau *Maitreya*, reprezintă **compasiunea, linia compasiunii**. Acest lucru se numește **ceea ce este vast**.

În tibetană:

ཀུ་ཇེན།
Gya chen

De ce se numește vastă? Pentru că se referă la acțiunile bodhisattva care sunt menite să aducă binecuvântare tuturor ființelor, așa că aceste acțiuni sunt vaste. Deci „**ceea ce este profund și vast**”, împreună, înseamnă **înțelepciune și compasiune**. Este ceea ce se predă în scopul înalt.

De aceea maestrul ne spune: **Nu preda celor cu scopul îngust ceea ce este profund și vast** pentru că nu te va înțelege, nu are capacitatea în prezent să practice la acest nivel, așa că învață-l la nivelul la care se află.

Fiecare parte a învățaturii lui Buddha trebuie respectată

Maestrul ne spune:

„**Respectă toată Dharma în mod egal: cea a scopului îngust și cea a scopului înalt.**”

Respectați toată Dharma în mod egal, ceea ce aparține aspectului îngust și cel al aspectului larg” - aceasta este o altă regulă a comportamentului etic.

- Există Dharma scopului îngust.

Ce se predă în ea? Se predă Refugiul, impermanența și legile karmei. În ceea ce privește moralitatea sunt predate legile morale, la nivelul Pratimoksha, ale jurămintelor de eliberare. Practicantul de aici se antrenează în toate aceste antrenamente pentru a nu cădea în tărâmurile inferioare.

- Există Dharma scopului de mijloc,

în care o practicantul își dezvoltă dorința de a ieși din existența samsarică, în timp ce își cultivă Refugiul și meditația, punând accent pe respectarea moralității.

Numai această Dharma nu va duce la iluminarea deplină. Și din acest punct de vedere ea este la un nivel scăzut. Acest tip de Dharma a fost transmisă de Buddha și poate duce la Nirvana. Este foarte important să nu o subestimăm deoarece ea este practică și pe Calea cea Mare. Trebuie să înțelegem că are un rol important, pentru că sunt oameni cărora le este utilă. Ar trebui respectată în aceeași măsură ca Dharma scopului înalt, pentru că ea este inclusă în practica scopului înalt!

Dar, în versetul 90, maestrul Shantideva ne spune: „**Nu preda Dharma inferioară celui pregătit pentru scopul înalt.**” Pentru cei care sunt deja pregătiți să audă despre



acțiunile lui Bodhisattva, nu le restrânge perspectiva, dă-le învățătura care îi va aduce la iluminare deplină.

Diferitele jurăminte trebuie respectate

Maestrul când spune „**Nu abandona niciodată codul moral!**” se referă la faptul că ar trebui să ne comportăm în așa fel încât ceilalți să nu-și piardă credința în Dharma. Nu dorim să-i îndepărtăm de Dharma încălcând jurămintele. Pentru că atunci când ei vor vedea asta, pot să se îndepărteze de Dharma. Trebuie să-i atragem pe oameni spre Dharma și să nu-i alungăm de la Dharma. Dacă cineva predă Dharma și se comportă furios sau denotă zgârcenie, asta nu-i va apropia [pe elevii lui] de Dharma.

A nu induce oamenii în eroare cu privire la practică

Maestrul spune: „**Și nu înșela pe nimeni în ceea ce privește sutra sau tantra**”.

Sunt unii care predau învățăturile sutrice sau tantrice și spun: „Este suficient să spui câteva rugăciuni pe zi și asta te va scoate din suferință!”. Și există profesori care predau așa, chiar și astăzi.

Așa că [Maestrul] spune: **nu înșela pe nimeni!** Dacă [ei] nu intră adânc în practică și nu-și dezvoltă o practică meditativă, vor avea foarte puține realizări.

- Am spus că pentru a atrage oamenii spre Dharma este [necesar] de a dărui lucruri materiale sau corpul atunci când este adecvat de a da.
- De asemenea, să ne asigurăm că se comportă respectuos.
- Un alt aspect de a atrage oameni către Dharma, este să predăm în funcție de nivelul elevilor noștri. Celor care nu sunt pregătiți pentru scopul înalt le vom preda scopul îngust. Dar cei care sunt cu adevărați apți pentru scopul înalt, nu le diminuăm aria de învățat.
- Și va trebui să predăm fiecărui elev cel mai înalt nivel la care este pregătit în prezent [în acel moment]. Profesorului îi este impus să nu oprească elevul. Când elevul este pregătit pentru următorul nivel, el va trebui adus imediat la următorul nivel. Un profesor trebuie să fie maestru în asta. El vorbește la toate nivelurile. Unii aud într-un fel, alții în alt fel.

Lama Dvora Hla spunea:

„L-am văzut pe Ken Rinpoche făcând asta în perioada când am studiat cu el. De-a lungul anilor am învățat să-l aud la un nivel complet diferit. Asta nu înseamnă că el nu a spus lucrurile și înainte – [Ba da,] numai că eu nu le-am auzit. Tibetana mea a progresat și ea. Și când voia să spună lucruri secrete, le spunea în tibetană. Așa că am avut un motiv bun pentru a învăța tibetana.”



Din lectura cursului:

„A doua parte: **Nu preda celor cu scopul îngust ceea ce este profund și vast, celor care nu sunt apți să primească aceste învățături. Și nici femeii neînsoțită de bărbat.**

Respectă toată Dharma în mod egal: cea a scopului îngust și cea a scopului înalt. S-a mai spus că ar fi o infracțiune discriminarea între diferitele părți ale învățaturii - spunând, de exemplu, că învățăturile scopului înalt sunt superioare celor ale scopului îngust, una mai bună ca alta; una conduce spre iluminare, iar cealaltă nu; sau ceva de genul acesta. Prin urmare, ar trebui să urmez un cod de comportament în care să le respect pe toate în mod egal și să le pun în practică pe fiecare.

Iată a treia parte: **Nu preda Dharma inferioară celui pregătit pentru scopul înalt;** pentru că se spune că ar fi o încălcare a jurămintelor să-l conduci pe calea ascultătorilor, de aceea nu face asta niciodată.

De asemenea, **nu abandona vreodată codul moral,** aceasta este moralitatea înfrânării de sine: **și nu înșela pe nimeni în ceea ce privește sutra sau tantra;** Nu spune cuiva care este apt pentru învățatura profundă că tot ce trebuie să facă pentru a se purifica este să recite învățăturile deschise și secrete cu voce tare.”

Trei moduri de comportament de a atrage oamenii spre Dharma

Vom enumera trei principii pentru practicarea antrenamentului în activități care mențin opiniile bune ale altora despre Dharma și care împiedică să fie poluată de fapte rele.

1. Evitarea tipurilor de comportament neadecvat și care i-ar face pe alții să-și piardă credința.

ལུ་ཀྱི་ཇུལ་འཇམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ།

Lu kyi chulam nyepa dang che shing shen ma depa pangwa

<i>Lu kyi chulam</i>	— moduri de comportament,
<i>Nyepa dang che</i>	— poluarea prin fapte rele,
<i>Shing</i>	— și,
<i>Shen ma depa</i>	— lipsa de credință la alții,
<i>Pangwa</i>	— a abandona.

Adică, practicăm abandonarea comportamentului care ne vor face să fim poluați cu fapte rele și îi va face și pe alții să-și piardă credința, atât în noi, cât și în Dharma.

Versetul 91:

*Asigură-te să acoperi bețișorul de curățat,
Și fă la fel și când ai scuiapat.*



***De asemenea, este rușinos să urinezi
În locuri publice sau în apă.***

Acest verset se referă la jurămintele călugărilor. Jurămintele sunt foarte detaliate despre cum să urineze etc. și unde. Un bețișor de curățat este ca o scobitoare, iar când am terminat să ne mai folosim de el, nu doar [nu] îl aruncăm pe jos, ci îl acoperim astfel încât să nu murdărească pe nimeni. De asemenea, nu trebuie să scuipăm în locuri în care cineva poate trece și călca pe el.

Din lectura cursului:

„Prima parte: Bodhisattva care au părăsit viața de acasă trebuie, cu excepția cazurilor care sunt permise în mod special, să păstreze cu strictețe fiecare detaliu al codului de comportament care a fost dat în colecția de scripturi dedicate disciplinei, care este comun atât Marii Căi, cât și a Căii Mici. Chiar și acei bodhisattva care nu au părăsit încă viața de acasă ar trebui să respecte aceste reguli, pentru a nu-i determina pe alții să-și piardă credința.

Asigură-te că acoperi bețișorul de curățat, pe care îl folosești să-ți cureți dinții, cu pământ sau ceva asemănător și fă la fel și când ai scuipat. De asemenea, dacă urinezi, sau arunci excrementele sau mucusul din nas, în locuri publice sau în apă, pe care le folosești în comun cu alții, este o rușine care va face ca puternicele fapte ale plăcerii și alte asemenea lor să te respingă.

Versetul 92:

***Nu-ți umple gura cu mâncare,
Nu mânca cu gura deschisă și nu plescăi.
Nu sta cu picioarele întinse.
Și nu-ți freca ambii umerii.***

Acestea sunt din nou jurămintele legate de călugări:

- În primul rând, trebuie să te porți cu respect, nu-ți umple gura cu mâncare, nu plescăi, nu face zgomot când mănânci, nu mânca cu gura deschisă – ce ți-a spus mama acasă, asta scrie aici. Când vrei să atragi oamenii spre Dharma, dă [un bun] exemplu personal.

- Nu-ți întinde picioarele când stai. Noi nu avem această regulă, dar în acele vremuri a sta cu picioarele întinse spre cineva era o insultă foarte mare.

Geshe Michael povestea că atunci când lucra la fabrica de diamante, era și o femeie thailandeză care lucra cu ei. Oamenii când stăteau jos își întindeau picioarele și pentru ea acest lucru era teribil de jignitor. Nu a mai suportat asta și și-a dat demisia.

- Și nu-ți freca ambii umerii

Comentatorul nostru Gyeltsab Je spune: „Dar este în regulă să-ți freci umerii pe rând”.



Ideea este că atunci când stăm la o lecție de Dharma, nu ne comportăm cu lipsă de respect. Elevul, nu stă relaxat în timp ce profesorul vorbește. El trebuie să fie atent, să stea așa cum trebuie și să se concentreze asupra profesorului. De asemenea, să arate respect prin limbajul corpului său față de profesor. Ken Rinpoche era foarte atent la aceste lucruri. Desigur că excludem cazurile în care oamenii nu puteau sta pe jos sau aveau probleme de sănătate. Odată, la lecție, o femeie a stat cu pălăria pe cap, iar Ken Rinpoche i-a zis să-și dea jos pălăria.

Din lectura cursului:

„Nu-ți umple gura mâncare, în timp ce mănâci, nu mânca cu gura deschisă și nu plescăi când mănânci. Când stai pe tronul Dharmei sau pe un scaun similar, nu sta cu picioarele întinse pentru a atinge podeaua etc. Și nu-ți freca ambii umerii. Dar este permis să te freci pe umeri, pe rând.”

Versetul 93:

***Nu rămâne niciodată singur cu o femeie,
Într-un vehicul sau în pat.
Evită tot ceea ce subminează încrederea colectivă,
În mod clar sau cunoscut.***

Așa este regula, nu trebuie subminată credința oamenilor. Deci, dacă cineva este călugăr, nu trebuie să rămână singur cu o femeie care nu-i este rudă într-un loc care poate da naștere la bârfă. Deci, trebuie menținute bunele maniere.

În versetul 89 s-a spus „**nu preda femeii neînsoțită de bărbat**”. Bineînțeles că maestrul se referă la călugări.

Deci, nu învățăm femeia în particular, pentru că nu va arata bine.

Din lectura cursului:

„[Fiind călugăr] Nu rămâne niciodată singur cu o femeie, într-un vehicul cum ar fi pe un cal etc., sau în pat. Chiar și acei Bodhisattva care sunt laici ar trebui să evite să rămână împreună cu femei care nu sunt rudele lor.

Pe scurt, evită tot ceea ce subminează încrederea colectivă, orice fel de comportament care ar putea determina oamenii din lume să-și piardă credința, fie că este ceva care va crea în mod clar o problemă sau ceva care trebuie cunoscut, care este specific locului sau timpului respectiv și, prin urmare, ceva de care s-ar putea să nu fi deja conștient, dar cu care ar trebui să te familiarizezi.”

2. Cum să te porți când le arăți altora calea și altele asemenea.

Acum vine o altă regulă al cărei scop este să păstreze părerea bună a altora despre Dharma și aici ne referim la comportamentul respectos al călugărilor care o predau:



ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཚེ་རི་ལྟར་བྱ་བ།

Lam la sokpa tunpay tse jitar jawa

Lam — cale, drum,
La sokpa — etc.,
Tunpay tse — când arătăm, când indicăm,
Jitar jawa — cum să te porți.

Cum să ne comportăm când arătăm calea cuiva și altele asemenea.

Versetul 94:

*Nu arăta niciodată cu degetul ceva,
Folosește-te de toată mâna dreaptă
Cu gest de respect.
Așa ar trebui să-i îndrumi pe cei care sunt pe drum.*

Este considerat nepolitic să arătăm ceva cu degetul. Chiar și când dăm ceva facem asta cu ambele mâini și cu mâinile deschise, nu spunem: „ia!”. Pot fi lucruri mărunte, dar de fiecare dată când facem ceva cu respect acumulăm binefaceri.

Din lectura cursului:

„Iată a doua parte: când arăți ceva cuiva, nu arăta niciodată cu degetul sau cu degetele individuale ale mâinii stângi, deoarece ar fi ceva insultător. Folosește-te de toată mâna dreaptă, adică folosind toate degetele mâinii tale drepte, cu gest de respect, întorcând palma în sus. Așa ar trebui să-i îndrumi pe cei care sunt pe drum.”

Versetul 95:

*Nu gesticula cu mâinile niciodată,
Ci mișcă-le cu modestie, abia auzit,
Sau din degete pocnind,
Pentru că a acționa diferit,
Ar arăta că ești de control lipsit.*

Din nou, apare ideea de a fi în control. Practicantul Bodhisattva dorește să-și dezvolte Drenpa și Sheshin, și conștientizarea. El vrea să-și controleze mintea tot timpul și nu să-l târască mintea acolo unde vrea ea. Și dacă vrem să atragem oamenii spre Dharma, trebuie să ne comportăm respectuos.

Din lectura cursului:

„Nu gesticula cu mâinile niciodată, decât dacă este pentru un anume scop, deoarece acest lucru poate duce la neglijență. Ci mișcă-le cu modestie, abia auzit, sau din degete pocnind, pentru că a acționa diferit ar arăta că ești de control lipsit și va face (acest) zgomot prea tare.”



3. Metoda potrivită de a dormi

ཉལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

Nyelway kunchu jitar jawa

Nyelwa — a dormi.

Cum să mergem la culcare.

Versetul 96:

***Întinde-te să dormi în direcția dorită,
La fel cum Salvatorul s-a culcat pentru a trece în „nirvana”,
Vigilent, încă de la început –
Să fi sigur că te trezești repede din somn.***

Acest verset prezintă al treilea mod de a ne comporta pentru a atrage oamenii spre Dharma și anume cum ne culcăm. Aici nu mai este vorba despre ceilalți, ci între mine și mine. Recomandarea lui este să ne culcăm așa cum s-a culcat Buddha când a trecut în Parinirvana. Buddha s-a culcat pe partea dreaptă, capul sprijinit pe mâna dreaptă, iar piciorul stâng era așezat pe cel drept.

Recomandarea este ca Bodhisattva să doarmă așa.

În acest verset apare [cuvântul] „vigilent”. Somnul este pentru satisfacerea nevoi biologice și atât. Nu ne scufundăm în el, nu ne complacem în el. Decidem dinainte ca atunci când am terminat de dormit să ne trezim imediat și să fim gata de a face fapte virtuozose.

Un alt punct important prezentat aici este că atunci când ne culcăm, să încercăm să ne concentrăm pe obiect înalt, cum ar fi Buddha, sau Lama, dacă avem. Ne folosim aici de reamintire și vigilență. Încă de la început, pe măsură ce vine somnul, trebuie să încercăm de a ne păstra o stare a minții luminoasă, în care ne umplem mintea cu lumină, și intenționăm ca trezirea să fie rapidă.

Când adormim, să ne gândim că ne protejăm corpul cu ajutorul somnului [prin odihnă], pentru ca apoi să putem face fapte virtuozose.

Din lectura cursului:

„Iată a treia parte: Când te culci, fă-o imitând poziția Salvatorului care s-a culcat pentru a trece în „nirvana”. Adică, mai întâi întinde-te să dormi cu capul în direcția dorită. Stai culcat pe partea dreaptă, cu piciorul stâng peste cel drept, capul să fie sprijinit de mâna dreaptă și învelește-te frumos cu roba ta de Dharma și dormi așa.

Când te culci, ar trebui să te concentrezi pe un obiect virtuos prin a te folosi de reamintire și vigilență. Încă de la început, pe măsură ce vine somnul, trebuie să te asiguri că îți vei păstra o stare a minții luminoasă, în care lumina îți umple mintea, cu intenția de a fi sigur

că te trezești repede din somn. Când adormi, ar trebui să te gândești la modul în care îți protejezi corpul cu ajutorul somnului, pentru a putea mai târziu să faci multe fapte virtuozitate.”

Rezumat

Maestrul încheie cu versetul 97:

***Acțiunile războinicului spiritual sunt nelimitate –
Așa cum spun învățăturile.
Perseverază în a te antrena în aceste acțiuni
Până când le vei implementa.***

Avem aici o listă lungă de acțiuni a căror scop este să ne aducă la aspirația spre iluminare, să ne aducă la iluminare. Direcția este de a persevera în aceste acțiuni, inclusiv în desăvârși cele șase perfecțiuni, inclusiv în aducerea oamenilor la Dharma.

Acesta este un antrenament lung care necesită mult timp. Așa că aici Maestrul ne roagă fierbinte să perseverăm și să practicăm aceste acțiuni, până când va veni momentul când vom deveni maeștri în aplicarea fiecăruia dintre aceste moduri de viață.

Din lectura cursului:

„Iată al doilea punct a părții anterioare: *Acțiunile războinicului spiritual sunt nelimitate – așa cum spun învățăturile, diferitele scripturi și comentariile care explică adevărata lor intenție. Nu le vei putea realiza niciodată pe toate în prezent. Așa cum am menționat mai sus, perseverază în a te antrena în aceste acțiuni, încă de la început, până când va veni momentul și vei implementa fiecare dintre aceste moduri de a trăi.*”

