



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 7

În următorul capitol, maestrul Shantideva ne vorbește despre afecțiunile mentale.

Ce este afecțiunea mentală?

În tibetană:

ཉོང་མོངས།

Nyon Mong

Klesha este cuvântul sanscrit pentru **Nyon Mong** care înseamnă *afecțiune mentală*.

Care este definiția ei?

རང་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་མ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་རིགས་གནས་གྱི་
སེམས་བྱུང་།

rang dang tsungden gyi semgyu ma-shiwar jepay rikne kyi semjung

Tsungden — a fi asociat,

Semgyu — fluxul minții,

Rang dang tsungden gyi semgyu — asociat de fluxul minții,



<i>Shiwa</i>	— pace, liniște
<i>Jep</i>	— a face.
<i>Ma shiwar jepa</i>	— a tulbura liniștea,
<i>Rik ne kyi</i>	— de tipul,
<i>Semjung</i>	— funcție mentală.

Afecțiunea mentală este o funcție mentală de tipul care acționează pentru a tulbura liniștea minții cu care este asociată.

Pe scurt putem spune: orice gând care ne tulbură liniștea sufletească. Aceasta este definiția.

Cu toții știm că un minut de supărare este suficient pentru a ne strica ziua. Și cu siguranță dacă acționăm după aceea din această supărare, ne poate întuneca zece ani de viață mai târziu. Dacă am spus ceva greșit, persoanei greșite, la momentul nepotrivit, ne va măcina sufletul ani mai târziu.

Nu putem spune ceva din supărare, dacă n-am fi avut mai întâi un gând de supărare, iar acest gând este o afecțiune mentală. Am spus că în budism, toate emoțiile negative sunt afecțiuni mentale, cu excepția uneia: regretul care este însoțit de înțelegere vacuității lucrurilor, care este însoțit de înțelepciune.

Nirvana

Dacă reușim să eliminăm toate afecțiunile mentale, ajungem la Nirvana.

Ce este nirvana? Nirvana este o stare de calm profund, de pace, o minte foarte liniștită.

Un Arhat care a ajuns în Nirvana, mai experimentează durerea? Da! Poate experimenta durere. Mai ales dacă mai are un corp fizic. Există oameni, nu mulți care au ajuns la Nirvana și încă au corp fizic. Aceasta se numește **Nirvana cu rest**. Dacă au un corp samsaric, un corp din carne și oase, acest corp poate fi rănit și vor experimenta durere.

Dar ce nu mai au? Nu mai au afecțiuni mentale. Această durere pe care o vor experimenta, să presupunem că vine cineva și îi taie, ei nu vor reacționa cu resentimente împotriva acelei persoane, cu furie sau judecată. Vor înțelege esența ei.

De fapt, un Bodhisattva, care este pe calea iluminării, se expune în mod deliberat la dureri imense. Ce se întâmplă când ni se petrece ceva neplăcut? Ne închidem inima. Ne îndepărtăm de sursa durerii. Nu vrem să mai iubim persoana care ne-a făcut să suferim. Înainte l-am iubit, acum ne-a jignit rău, ne închidem inima și nu vrem să ne mai gândim la asta.

Bodhisattva face exact invers. **Bodhisattva își deschide inima** și durerea devine din ce în ce mai mare. Este o afecțiune mentală? Aceasta este deosebirea pe care o facem. O persoană care a ajuns la Nirvana poate experimenta durere și nu va reacționa la ea cu



afecțiune mentală. Nu va reacționa cu o înțelegere greșită a ceea ce se întâmplă. Nu va reacționa cu resentimente față de cine l-a tăiat de exemplu, sau cine l-a părăsit, de exemplu. Toate acestea nu vor mai veni. Încă mai pot exista karme vechi care au fost plantate și se manifestă acum. Dar Bodhisattva nu mai plantează nimic nou.

Cele șase afecțiuni mentale principale

Vom da lista afecțiunilor mentale principale pentru a le cunoaște și apoi să începem să le eliminăm. Nu vom enumera optzeci și patru de mii de afecțiuni mentale. Vom enumera doar șase.

De ce le spunem principale? Pentru că le avem cu toții. Și nu numai că le avem cu toții, dar le avem foarte dezvoltate. De aceea maestri s-au străduit să le menționeze pe acestea din toate cele 84000. Ca să începem să fim atenți la ele. Pentru că ceea ce dorim este să le eliminăm și pe ele și semințele lor.

1. Dorința care vine din ignoranță

Dacă vă aduceți aminte am făcut odată distincție între dorința pozitivă și dorința negativă și am spus că dorința pozitivă este dorința de iluminare.

འདོད་ཆགས།

Duchak



În roata vieții avem un inel exterior cu 12 secțiuni. Prima secțiune este femeia oarbă care umblă cu bastonul și simbolizează că venim în această lume deja cu semințele ignoranței, a neînțelegerii realității noastre și credem că pixul este un pix în sine. Și că eu sunt „eu” independent de sine și că al meu este „al meu”, ceea ce ne provoacă toate necazurile în viață. Nu vom intra acum în detalii. Secțiunile 8 și 9 descriu dorința. În secțiunea 8 vedem un om stând, căruia i se servește masa. Este servit cu vin. Acesta este nivelul mai puțin dezvoltat al dorinței în care există atașament. Există dorința, dar ea nu este încă pe deplin dezvoltată. În 9 dorința este pe deplin dezvoltată. Ea este reprezentată printr-un copac plin de fructe coapte și cineva stă și le culege.

Când vorbim de dorință vorbim despre dorința negativă care nu înțelege de unde vine obiectul dorit, nu înțelege că vine din karma mea; crede că vine de la sine, că există acolo independent de mine. Pentru a pune mâna pe el, sunt dispusă să încalc etica morală. Mi-l doresc atât de mult încât nu-mi pasă de jurăminte, nu-mi pasă de karma, nu-mi pasă de nimic.

Să nu credeți că sunteți scutiți de aceste lucruri pe care le auziți acum, pentru că va veni momentul în care vi se va aprinde dorința și dintr-o dată veți arunca la gunoi tot ceea ce ați auzit. Trebuie să auzim toate acestea de 7000 de ori pentru că straturile noastre de ignoranță sunt foarte groase.

2. Supărarea și ura care provin din ignoranță

ཐོང་འཇོག་

Kongtro

Kongtro este opusul lui 1. El înseamnă aversiunea, dezgustul, respingerea, supărarea, ura.

Sunt dispus să încalc etica morală, numai să scap de ceea ce nu-mi place. Sunt gata să înjur, să-i trântesc cuiva telefonul în nas, sunt gata să fac tot felul de lucruri numai ca să nu mai aud ceva care nu-mi face plăcere sau să scap de cineva care îmi face greutate.

Deci, dacă văd că cineva stă să fure portofelul cuiva, ar trebui să am aversiune față de ceea ce face sau nu? Este o afecțiune mentală dacă simt repulsie față de ceea ce face el?

Dacă îl opresc acum să fure, îi leg mâinile, oare fac un act care este o afecțiune mentală?

Depinde cum o fac.

- Dacă opresc persoana să fure și vin cu multă compasiune față de el; și îmi zic: „Dacă va fura acum, va suferi mult în viitor pentru că își acumulează karma negativă” iar apoi acționez pentru a-l opri – [în acest caz] nu este o afecțiune mentală.

- Dar dacă acum încep să țip la el sau să-l condamn sau să am repulsie față de el, îmi voi provoca eu suferință în viitor.

Deci, desigur că sunt multe lucruri de distins.



3. Mândria

ང་རྒྱལ།

Nga gyel

Nga — eu,
Gyel — rege.

Nga Gyel este cuvântul tibetan pentru **mândrie**, „**Eu sunt regele**”.

În *Abhidharma Kosha* există nouă tipuri de mândrie.

În general, toată mândria provine din ignoranță pentru că cuvântul în tibetană începe cu „eu”. De unde vine „eu-l”? Direct din ignoranță. Nu înțelegem cine este „eu”.

Putem spune în general că orice tip de mândrie își are rădăcina în ignoranță. Mândria se concentrează pe „eu”: sunt atât de bun, sunt atât de frumos, sunt atât de talentat, eu, eu, eu; sau pe ceva al meu: am mai multe cunoștințe decât celălalt sau am mai multă frumusețe, mai mulți bani...

Mereu suntem mândri:

- a. Nu înțelegem cine este acest eu când spunem: „Sunt deștept”.
- b. În al doilea rând, nu înțelegem efemeritatea. Mândria nu înțelege niciodată efemeritatea.

Dacă spun: „Sunt mai deștept decât ea!”, poate că este adevărat că în prezent am acest avantaj față de ea. Dar odată ce încep să mă mândresc cu asta, am plantat garantat semințele ca să pierd asta.

În mod normal, la oamenii care nu practică înțelepciunea și nu înțeleg vacuitatea, durează mult până când karma se manifestă.

Dar uneori aceste karme pot fi văzute în această viață. Poate că ați văzut când erați în facultate pe profesorul tânăr care este atât de talentat și se înfoaie ca un păun. Întoarceți-vă după douăzeci de ani să-l vedeți.

Lama Dvora Hla povestește:

„Am lucrat mulți ani la Bell Labs. La acea vreme era o instituție de cercetare de primă clasă, a celei mai mari companii de telefoane din lume, și acolo lucrau mulți oameni de știință foarte străluciți. Acolo era părintele teoriei informațiilor și era un om neobișnuit de strălucit. Fusese un matematician și fizician strălucit. În fiecare zi publica un articol și fiecare articol era mai remarcabil decât celălalt. A scris într-un ritm amețitor și a fost și artist de circ. Avea multe talente. Avea o mulțime de studenți și admiratori și oriunde mergea se adunau mereu în jurul lui. Era și foarte mândru.

La o vârstă relativ tânără a făcut Alzheimer. Oamenii îl întrebau despre vreun articol pe care îl scrisese, iar el nu-și mai aducea aminte despre articol și nici când l-a scris. S-a deteriorat rapid și a pierdut totul. Vreți o cale sigură de a vă coborî IQ-ul? Începeți să vă mândriți cu IQ-ul vostru.”

Apropo, am spus cum pierdem IQ-ul. Ne mândrim cu IQ-ul pe care îl avem. După câțiva ani, zece sau douăzeci sau treizeci de ani persoana va deveni senilă.

Care este cauza karmică pentru un IQ bun? Cauza karmică pentru un IQ ridicat este menținerea moralității.

Morala pură. Respectarea moralității duce la înțelegere. Pentru ca să ne dezvoltăm înțelepciunea, avem nevoie de un fundament moral, pentru că moralitatea este complet legată de înțelegerea vacuității. Atunci când înțelegem vacuitatea nu vom mai face nimic imoral pentru că știm că totul se va întoarce. Cu cât înțelegem vacuitatea mai mult, cu atât avem mai multă înțelepciune.

Deci, IQ-ul ridicat, inteligența ridicată, este complet legat de respectarea moralității. În general, el vine dintr-o viață trecută. Dacă cineva are un IQ mare în această viață, înseamnă că în trecut și-a păstrat bine moralitatea. S-ar putea ca astăzi IQ să se deterioreze și să fie pe cale să și-l piardă.

Să privim și altfel: dacă cineva are conștiința încărcată, a făcut fapte rele și are muștrări de conștiință, cu timpul această conștiință încărcată va duce la scăderea capacității mentale. Vederea i se va estompa, nu va vedea lucrurile, își va pierde perspectiva. Îi coboară [îi reduce] inteligența și judecata.

Dacă vedeți oameni a căror judecată scade în timp, de aici vine.

Încrederea în sine

Mândria care este în regulă, este cea înrădăcinată în înțelepciune. Numele ei este **încrederea în sine**. Ea este minunată pentru că nu spun „Cât de bun sunt!”, ci „Am făcut o faptă bună, am capacitatea de a fi de folos altora.”

Îmi dă siguranța de sine că pot continua să-mi dezvolt capacitatea de a-i ajuta pe ceilalți, iar acesta este un lucru minunat pentru că, cu cât fac mai mult, cu atât voi avea mai multă încredere în mine de a face asemenea acțiuni și atunci voi putea să le fac pe scară largă. Încrederea în sine spune: „Vreau să fac ceva pentru a aduce binecuvântare altora”. Deci există un aspect al compasiunii. Există dorința de a ajuta și asta este ceva pozitiv. Deci nu mai este vorba despre „eu sunt bun”, ci „vreau să fac din ce în ce mai multe fapte bune, să am din ce în ce mai multe abilități astfel încât să pot ajuta cât mai mulți oameni”. Apoi IQ-ul crește. O persoană poate ajunge la rangul de geniu într-o singură viață dacă este motivată de compasiune în acest fel. Este ca în povestea lui Tsok sak și Drip jang. Acel călugăr înapoiat mintal, care mătura templul a ajuns la nivel de Arhat.

Ambele procese funcționează: de a pierde IQ-ul datorită mândriei și de amplificare datorită acțiunii motivate de compasiune.

Acest *Nga Gyel* are un aspect deosebit și foarte pozitiv atunci când intrăm în Tantra. Nu voi vorbi acum despre el, ci doar trebuie să știți că acest cuvânt în tibetană este folosit pentru un aspect foarte pozitiv.

Ce este Tantra? Cel mai rapid mod de a face tot ceea ce predăm.

Există un anumit tip de mândrie pe care o cultivăm în tantra și ne ajută să ajungem rapid la iluminare. Nu are nicio legătură cu mândria care vine din ignoranță despre care am vorbit, este complet diferit dar se folosește același cuvânt.

4. Ignoranța

མ་རིག་པ།

Marikpa

Ma — nu.

Rikpa — cunoaștere.

Marikpa — ignoranță.

Neînțelegerea clară a lucrurilor precum **legile karmei**. Este neînțelegerea legii cauzei și a efectului, că totul are o cauză care este legată de ceea ce am făcut în trecut. Este neînțelegere realității și datorită ei reacționăm incorect față de realitatea noastră.

5. Îndoiala

ཇི་ཚོམ།

Te tsom

Puteți întreba, și pe bună dreptate, de ce au introdus-o în lista principalelor afecțiuni mentale? Nu orice îndoială este o afecțiune mentală. De fapt, budismul încurajează îndoielile și cu siguranță la nivelul sutrei. Nu numai că le încurajează, ci ne încurajează să le terminăm la nivel de sutra, pentru că dacă rămânem cu ele în tantra, nu este bine.

Deci, este bine să avem îndoieli, dar trebui să știm ce să facem cu îndoiala.

Majoritatea dintre noi avem mult scepticism și multe îndoieli. Sunt multe lucruri pe care nu le înțelegem, pentru că cunoașterea noastră nu este completă, nu avem cunoașterea lui Buddha. Ceea ce facem cu îndoiala este important.



- Îndoiala care infirmă

Unul dintre cele mai importante lucruri este să nu folosim îndoiala pentru a infirma ceva. Nu știm dacă există ființe iluminate sau nu, nu ne-am întâlnit cu ele, nu știm dacă sunt Buddha sau nu - asta nu înseamnă că ele nu există. Unii spun: „Nu am întâlnit nicio ființă iluminată, semn că nu există!”. Noi nu dorim să facem asta.

Doar pentru că nu știm ceva, nu înseamnă că nu există. Mulți spun: „Nu știu nimic despre viața mea trecută și viitoare, așa că îmi voi trăi viața ca și cum nu ar mai exista alta”. Și dacă greșim? Și dacă există alt loc care este mai puțin bun decât locul ăsta?

Nu dorim să ne folosim de îndoiala care neagă.

- Îndoiala leneșă

De multe ori suntem leneși. Avem o îndoială cu privire la ceva, și ne este prea lene să facem munca de cercetare. Pur și simplu nu investigăm și asta e o mare problemă. Auzim despre legile karmei, auzim despre cauză și efect, auzim despre vacuitate, dar atâta timp cât nu le vom verifica, vom suferi. Aceasta este ceea ce spune Buddha. Și nu numai noi vom suferi, dar și toți cei dragi nouă.

Deci, este datoria noastră, să folosim îndoiala într-un mod pozitiv și să o folosim ca motor de investigare și să nu ne lenevim.

Nu înțelegem de ce există război, de exemplu. De aceea trebuie să verificăm cum se face că în realitatea noastră există războaie. Vorbim de lene în raport cu îndoiala și asta vrem să eliminăm.

- Folosirea corectă a îndoielii

Deci, ce ne spune budismul să facem în caz că ne îndoim, să presupunem, de faptul că ființele iluminate ar putea exista:

- Ori avem instrumente și verificăm cu ajutorul lor.
- Ori în cazul în care este ceva ce nu putem verifica acum, pentru că nu avem mijloacele necesare pentru a le vedea noi înșine, budiști spun: dacă Buddha, de exemplu, spune asta și dacă este adevărat că el este o ființă omniscientă și în prezent avem îndoieli cu privire la acest lucru, nu negăm. Punem îndoiala într-un sertar. Va veni ziua în care vom înțelege. Acesta este sfatul în cazul în care momentan nu am mijloace de verificare.

Datoria noastră este să acordăm timp pentru a explora aceste întrebări filozofice. Nu pentru că ar fi o filozofie interesantă sau că avem nevoie pentru teza de doctorat, ci pentru că dacă nu vom face asta, vom continua să suferim.



Dacă nu cercetăm și rămânem la nivel de îndoială și ne spunem: „Bine, Buddha a spus asta, poate are dreptate, poate că greșește, nu am timp acum”. Dacă facem asta, atunci:

- Nu vom ajunge la un nivel de convingere.
- Dacă nu ajungem la un nivel de convingere, atunci chiar dacă avem o mică credință în ceea ce a spus Buddha, nu vom proceda așa, nu vom trăi așa. Nu avem nicio convingere.
- Dacă nu avem convingere vom continua să suferim.

De aceea, datoria noastră este nu numai să vedem că poate lucrurile au sens, ci și să ajungem la convingere profundă, astfel încât să putem acționa din asta. Este foarte important să facem asta acum, pentru că scopul acestor elucidări și dezbateri este pentru a ne îndepărta îndoielile și de a ajunge la un nivel de convingere.

6. Concepția greșită

ཇལ་བ།

Tawa

Există cinci tipuri de concepție greșită.

a. Concepția perisabilă

འཇིག་ལྷ།

jikta

Jik — a distruge, a se dezintegra,
Ta — concepție, vedere.

Această concepție se concentrează pe ceva care se va distruge, pe ceva destructibil. Ea se concentrează pe „eu”. Ea spune că există și sunt așa cum sunt. Și are două aspecte:

- „eu”, și
- „al meu” sau „lucrurile mele”

și cred că aceste lucruri există de la sine. „Eu” înseamnă corpul meu, sinele meu, brațele, picioarele, etc. „Al meu” înseamnă casa mea, hainele, etc. Ele sunt sursa tuturor afecțiunilor mentale.

De ce se numește concepție perisabilă? Este ceva ce trece! **Jikten** este cuvântul în tibetană și pentru „lume”. **Ten** este o **bază**. Bază care se distruge, efemeră.



Această concepție se concentrează pe ceva ce este prin natură efemer, supus dispariției, crezând că este permanent și ca existând de la sine. Deci aceasta este prima greșeală de gândire: tratăm lucrurile temporare ca și cum ar fi permanente.

Există o poveste frumoasă în Sutra:

Un călugăr, care era foarte avansat spiritual, mergea pe drum și văzu o familie de pescari. Tatăl își ținea copilul în brațe și voia să-i dea de mâncare un pește. Câinele lătră la el și vru să-l atace, așa că bărbatul aruncă cu o piatră în el. Călugărul interpretează scena karmic și spune: «De fapt, această familie este o familie de pescari. Peștele pe care vrea să i-l dea fiului său să mănânce fusese tatăl lui. Câinele fusese mama lui, iar copilul pe care tatăl îl ținea în brațe fusese de fapt cel mai mare dușman al familiei. Fusese amantul soției lui pe care l-a ucis.»

Viața trece într-o clipă. Este ca bula din spuma unui val. Și va veni o altă viață, și o alta, și dușmanul tău de astăzi va fi în următoarea viață fiul tău și invers.

Ce se întâmplă dacă reușesc cumva să-mi elimin această concepție? Nu am cum să mă mai supăr pe cineva. Când mă supăr? Când cineva îmi face mie ceva. Am ideea despre „eu”, și „al meu”. Dacă nu mai am concepția despre „eu” care există în sine, atunci pe cine supăr?

Vă mai aduceți aminte despre cele cinci etape pe calea iluminării? Etapa acumulării, a pregătirii, a percepției, a practicii și nu mai este nimic de învățat. Pe calea practicii ne folosim de concepția corectă dobândită pe calea perceperii pentru a elimina afecțiunile mentale, una câte una. Care este ultima pe care o eliminăm? Este atașamentul de „eu” care există de la sine, pe care îl protejez; și din cauza căruia sufăr. Nu se poate ajunge la iluminare cu ego. Toate afecțiunile mentale trebuie eliminate, inclusiv ego-ul. Și dacă vrem să accelerăm procesul, mergem la Lama și îl rugăm: „Te rog, antrenează-mi mintea!”, iar apoi [acesta] începe să o facă.

b. Concepția extremă

མཐར་ལྗོངས།

tarta

Ta — extremă.

Este ca marginea prăpastiei, capătul a ceva, o graniță. **Ken Rinpoche** a fost numit: **Geshe Lobsang Tarchin**. **Tarchin** înseamnă „a ajuns până la capăt”, adică „a ajuns la iluminare”.

Ce înseamnă această concepție extremă?

Există două extreme.

În cursul 1 și 6 am vorbit despre ele, așa că vom face o scurtă trecere în revistă:



1. Prima extremă crede că lucrurile sunt așa cum ne apar. Crede că pixul este pix că eu sunt ceea ce sunt și că cel ce mă insultă este rău de la sine.

Aceasta este prima extremă: să cred că lucrurile sunt așa cum mi se par.

Majoritatea oamenilor și aproape toate ființele au această concepție.

2. Există o mică minoritate de oameni care trec la a doua concepție extremă, după ce au auzit explicații incomplete despre vacuitate, așa că încep să spună că dacă pixul nu este pix, atunci nu există nimic. Această concepție este la fel de periculoasă ca și prima.

Prima ne determină să-l tratăm pe șeful rău ca și cum ar fi rău în sine și apoi țipăm la el și în acest fel plantăm semințe ca el să vină din nou și să țipe la noi.

A doua spune: „Nu există nimic, totul este gol și deci nimic nu contează.”

De ce este periculos?

Dacă spun că nimic nu contează, atunci când nu-mi convine nu voi respecta moralitatea. Ce se va întâmpla după aceea? Voi suferi.

Deoarece totul este gol de orice natură, va trebui să întâlnesc ceea ce am plantat. Întâlnesc reflectarea a ceea ce am semănat, în oglinda vacuității. Deci, dacă totul este permis și comit infracțiuni, atunci sufăr.

c. Concepția greșită

ལོ་ཀ་ལྷ།

lokta

Lok — greșit, invers, opus

Dacă înainte am vorbit despre Marikpa, care este denumirea generală pentru neînțelegere, aici ne referim la concepția care neagă legea karmică, care spune: „A spune că nu voi lua notă bună dacă copiez la examen, este o prostie! Tocmai de aceea am luat nota bună.”

Acest punct de vedere, neagă legea karmică, care spune că a copia nu poate aduce o notă bună, deoarece fapta este o sămânță negativă a fraudei și nota bună este un rezultat pozitiv. Un curmal nu poate proveni dintr-o sămânță de lămâi. Dacă rezultatul este pozitiv, înseamnă că am făcut ceva pozitiv înainte de asta. Dacă copiez acum, acest lucru va avea o consecință negativă în viitor: cineva mă va înșela.

Aceasta este **Lokta**. Este legătura incorectă pe care o facem.

Spre deosebire de **Marikpa** - ignoranța, care nu înțelege, **Lokta** este o concepție activă - care neagă legea karmică, care susține cauzalitatea într-un mod incorect, care spune:



„Dacă nu pot vedea când voi avea parte de binecuvântarea ca urmare a ajutorului pe care l-am dat cuiva, asta înseamnă că nu există o astfel de binecuvântare”.

Pentru a ne deschide la această înțelepciune, pentru a începe să ne gândim corect la cauzalitate avem nevoie de multe binefaceri.

d. Concepția arogantă

མཚོག་འཛིན་གྱི་རྩ་བ།

chokdzin gyi tawa

Tawa — concepția asupra lumii, (este același **Ta** ca în **Lokta**).

Chok — cel mai bun,

Dzin — a crede, a ține.

Chokdzin gyi tawa înseamnă **a crede că concepția ta greșită este cea mai bună.**

Aceasta este o atitudine care are legătură cu mândria. Este o atitudine care spune: „Părerile mele – cele greșite – sunt cele mai bune”. Am păreri – care nu înțeleg cauza și efectul - și eu am dreptate. Mai lasă-mă în pace cu prostiile tale, eu am dreptate!”. Este de a fi mândru de opiniile mele care sunt de fapt greșite.

e. Credința în căi spirituale greșite

Aici există credința în așa-numitele metode de practică spirituală, care sunt greșite.

ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུགས་མཚོག་འཛིན་གྱི་རྩ་བ།

tsultrim dang tulshuk chokdzin gyi tawa

Tsultrim — moralitate,

Tulshuk — ascetism,

Chokdzin gyi tawa — concepție arogantă.

Aceasta este concepția care consideră că moralitatea greșită și ascetismul ca fiind cele mai înalte. Convingerea că practicile spirituale în care o persoană se lovește sau se rănește (etc.) sunt cele mai bune.

Există tot felul de idei despre cum se face o practică spirituală și de multe ori acest lucru duce la un fel de ascetism:

- de înfometarea a corpului,
- de a-l lovi,
- de a-l găuri,
- de a-l tortura,

- de ține posturi lungi,
- sau a biciui spatele,

- în trecut în India au existat tot felul de fachiri care credeau că dacă pun trei baionete într-un triunghi și folosindu-se de concentrarea pe care au dezvoltat-o în meditație, să se arunce de pe o stâncă înaltă și să cadă în așa fel încât sulitele să străpungă corpul în anumite puncte atunci vor ajunge la iluminare.

Budismul spune că ascetismul nu duce la iluminare și de aceea este respins. Avem nevoie de un corp sănătos, întreg și în stare bună pentru a ajunge la iluminare, așa că, practic, orice metodă de ascetism este negativă.

Acestea au fost cele cinci concepții greșite.

Războiul împotriva afecțiunilor mentale

Să ne întoarcem la Maestrul Shantideva.

Oare atașamentul este o afecțiune mentală? Desigur!

Gyaltsab Je ne spune că atașamentul este o afecțiune mentală, dar pe de altă parte dorim să ne atașăm de practica care ne va elimina afecțiunile mentale.

Este ura o afecțiune mentală? Fără îndoială. Dar a urî ura este o afecțiune mentală? A urî afecțiunile mentale nu este o afecțiune mentală.

A urî ceea ce îmi provoacă suferință este o virtute.

Urăsc atât de mult afecțiunea mentală, încât sunt dispus să fac orice pentru a o elimina.

Procesul de a observa afecțiunile mentale

Maestrul Shantideva ne duce acum într-o călătorie de observare a afecțiunilor noastre. **Gyaltsab Je** distinge patru etape în acest proces, patru pași diferiți, când ne gândim la modul în care afecțiunile mentale ne rănesc.

a. A recunoaște cât de neputincioși suntem în fața afecțiunilor mentale

În versetul 28, capitolul 4:

*Dușmanii precum ura, dorința și restul
Nu sunt creaturi cu brațe și picioare,
Și nici mari războinici sau maștri vicleni,
Atunci cum de am devenit sclavul lor rănit?*



Suntem neputincioși în fața afecțiunilor mentale. Ele ne controlează și fac ce vor cu noi.

Din lectura cursului:

*„Marii **dușmani precum ura, dorința și restul**, care includ toate afecțiunile mentale primare și secundare - **nu sunt creaturi cu brațe și picioare**, care poartă arme în mâini sau altele asemenea. **Nici nu sunt mari războinici**, plini de energie, **sau maștri vicleni**, care știu să obțină ceea ce își doresc prin viclenie. **Atunci cum s-a întâmplat că aceste afecțiuni mentale m-au făcut neputincios și am devenit sclavul lor rănit?**”*

În versetul **29**, maestrul compară afecțiunile mentale cu paraziții care trăiesc în noi și ne rănesc după cum vor.

***Ei în mintea mea trăiesc,
Și mă rănesc după cum vor,
A-i tolera fără să-i disprețuiesc –
Asta nu-i răbdare, ci o rușine!***

Din lectura cursului:

*„Iată al doilea punct. Afecțiunile mentale **în mintea mea trăiesc și mă rănesc după cum vor**, mă târăsc în suferințele tărâmurilor inferioare și alte tipuri de durere. **A-i tolera fără să-i disprețuiesc** este o greșeală gravă, **asta nu-i răbdare, ci o rușine!** De aceea, ar trebui să văd afecțiunile mentale ca pe dușmanii mei și să fac eforturi mari pentru a le opri. Ar trebui să mă străduiesc să studiez definițiile, diviziunile, cauzele, funcțiile și alte detalii asupra afecțiunilor mentale, așa cum sunt prezentate în tratatele despre cunoașterea înaltă. Și mai presus de toate, trebuie să reflectez din nou și din nou asupra problemelor pe care mi le provoacă afecțiunile mentale.”*

Maestrul ne prezintă aici ideea că nu trebuie să avem răbdare față de ele.

În următoarele versete, el descrie puterea enormă a afecțiunilor mentale asupra noastră:

30.

***Chiar dacă toți zeii și semizeii
S-ar ridica împotriva mea ca dușmanii ai mei,
Nu vor avea puterea să mă arunce în focul aprig
Al infernului „Neîncetat”.***

31.

***Dar imensa putere a dușmanilor mei,
Afecțiunile mele mentale,
Dacă ar atinge nobilul munte,
Într-o clipă, nici măcar praful n-ar mai rămâne!***



„Nobilul munte” este legendarul Munte Meru, descris ca fiind un munte imens, dar puterea afecțiunilor mentale este atât de mare încât ele îl pot vaporiza într-o clipă. De aceea, afecțiunile mentale sunt mari dușmani pentru noi!

Din lectura cursului:

*„Chiar dacă toți zeeii și semizeii s-ar ridica împotriva mea ca dușmanii ai mei, cu toții împreună, nu vor avea puterea să mă arunce în focul aprig al infernului, numit „Neîncetat”, atâta timp cât evit să fiu sub puterea afecțiunilor mentale. Dar **imensa putere** chiar și a unuia dintre **dușmanii mei, afecțiunile mele mentale**, este suficient să mă arunce **într-o clipă** în focul aprig al infernului, care **dacă ar atinge nobilul munte – muntele Meru**, are puterea să-l distrugă în totalitate și **nici măcar praful n-ar mai rămâne** din el. De aceea trebuie să fac mari eforturi să zdrobesc acest dușman, dușmanul a tot ce ține de afecțiunile mentale”.*

b. Afecțiunile mentale ne-au afectat pe o perioadă nesfârșită de timp

Maestrul Shantideva își pune întrebarea: Cât timp m-au afectat afecțiunile mentale?
În versetul 32 spune:

***Acești dușmani ai mei, suferințele mentale,
M-au însoțit de vremuri nesfârșite, fără de început!
Nu există nimeni dintre dușmanii mei lumești
Care să fi putut trăi atât de mult.***

Afecțiunile mentale ne-au chinat mintea de o infinitate de vieți. Dacă am trăit o infinitate de vieți, ele au fost mereu cu mine. Pentru că încă sunt aici în lumea suferindă. Încă nu am scăpat de ele, încă nu am ajuns la Nirvana. Maestrul numește afecțiunile mentale „dușmani”. Ele au trăit în mintea mea dintotdeauna și m-au ucis iar și iar. Pentru a scăpa de ele trebuie să practic energetic. Pentru a putea aduna energie trebuie să le urăsc! Maestrul spune: a le urî, nu înseamnă afecțiune mentală! Este ca la matematică: minus minus, dă plus.

Din lectura cursului:

*„Iată a treia parte: Vom considera acum o altă problemă legată de afecțiunile mentale. **Acești dușmani ai mei, suferințele mentale, m-au însoțit de vremuri nesfârșite, fără de început! Nu există nimeni dintre dușmanii mei lumești care să fi putut trăi atât de mult.** Dacă aplic diferitele antidoturi legate de afecțiunile mentale doar ocazional, nimic nu se va schimba. Nu este suficient doar să depun eforturi pentru a distruge afecțiunile mentale, ci trebuie să fac asta continuu, ca și fluxul continuu de apă al unui mare râu.”*

c. Ele ne provoacă suferință nesfârșită

În versetele următoare, maestrul continuă să descrie amploarea suferinței datorită afecțiunilor mentale, modul în care acestea ne aruncă în suferință nesfârșită.



33.

*Toți caută să te ajute și să te facă fericit,
Dacă îi prețuiești și îi servești prietenos;
Dar dacă încerci să te relaționezi la afecțiunile mentale,
Ele se întorc asupra ta — te rănesc și îți provoacă durere.*

Din lectura cursului:

„Celelalte tipuri de dușmani — adică cei lumești — **toți** se împrietenesc cu tine și **caută să te ajute și să te facă fericit, dacă îi prețuiești și îi servești prietenos**, cu mâncare și altele asemenea. Afecțiunile mentale nu sunt așa, sunt diferite: dacă te relaționezi la ele sau încerci să te împrietești cu ele, devin din ce în ce mai puternice; și apoi se întorc asupra ta, te rănesc și îți provoacă durere. Cel mai bun mod de a te ajuta este să te concentrezi pe acest obiectiv: de a le distruge complet!”

Versetul 34:

*Acești dușmani au trăit în mine dintotdeauna,
Și numai datorită lor durerea mea este mare.
Atâta timp cât sunt în inima mea înrădăcinate,
Cum mă pot elibera de teroarea roții,
Și să cunosc bucuria?*

Din lectura cursului:

„Există două părți în explicația de ce este greșit să tolerăm afecțiunile mentale: înțelegerea daunelor pe care le provoacă minții și înțelegerea daunelor pe care le provoacă corpului. Iată prima parte: acești dușmani — afecțiunile mentale — **au trăit în mine dintotdeauna**, din timpuri imemorabile. **Numai datorită lor durerea mea este mare**. Ele sunt singura sursă a întregii mele dureri și suferințe. **Atâta timp cât sunt în inima mea înrădăcinate, cum mă pot elibera de teroarea roții și să cunosc bucuria?** Fericirea ar fi o imposibilitate. Prin urmare, trebuie să fac eforturi adevărate pentru a distruge afecțiunile mentale.”

35.

*Ei sunt paznicii închisorii, ai roții vieții,
Al infernului și altele asemenea;
Ei sunt măcelari care teucid.
Cum aș putea fi vreodată fericit
Atâta timp cât trăiesc în plasa dorinței din mintea mea?*

Din lectura cursului:

„Iată explicația modului în care afecțiunile mentale dăunează organismului. Afecțiunile mentale ne împiedică ieșirea din roata vieții și prin urmare **ele sunt paznicii închisorii, ai roții vieții** - ne aruncă în temnița **infernului și altele asemenea**. Ei sunt, de asemenea,

măcelarii care teucid, fie că trăiești în tărâmurile inferioare, fie în cele superioare. **Cum aș putea fi vreodată fericit, chiar și pentru o clipă, atâta timp cât trăiesc în plasa dorinței din mintea mea?** Adică atâta timp cât ele există printre impresiile false ale gândurilor mele? Răspunsul este că nu voi putea avea niciodată nici măcar o clipă de bucurie, în corpul sau în mintea mea.”

d. Ar fi o greșeală să le tratăm cu ușurință.

Și în a patra etapă, acest lucru îl duce la concluzia inevitabilă că războiul cu acești dușmani va fi greu până la victoria zdrobitoare.

În versetul 36 el spune:

**Prin urmare, nu voi înceta nicio clipă efortul
Până când acest dușman teribil nu va fi zdrobit!
Chiar și acum nu pot dormi
Până nu-l elimin pe cel care m-a rănit,
Chiar și pentru o mică rană, care îmi stârnește mânia și mândrie.**

Ce ne spune maestrul? „Stai lipit de acești dușmani și nu te lăsa până nu-i distrugi.” Atâta timp cât nu i-am eliminat nu pot să dorm pentru că îmi provoacă atâta suferință.

Din lectura cursului:

„Fiecare lucru nedorit care mi se întâmplă vreodată este cauzat de ceva legat de afecțiunile mentale. **Prin urmare, pentru mine abordarea corectă este că nu voi înceta nicio clipă efortul până când acest dușman teribil nu va fi zdrobit. Chiar și acum, în viața mea de zi cu zi, nu pot dormi până nu-l elimin pe cel care m-a rănit, chiar și pentru o mică rană, ca de exemplu, mi-a spus niște cuvinte dure. Ceea ce asta imediat îmi stârnește mânia și apoi vine un fel de mândrie atunci când încep să mă agăț de sentimente negative față de această persoană. Dacă acționez în acest fel față de dușmanii lumefști, atunci cu siguranță că este complet potrivit să fac mari eforturi pentru a zdrobi pe celălalt inamic, afecțiunile mentale.”**

Războiul împotriva afecțiunilor mentale

În continuare, maestrul ne descrie războiul împotriva afecțiunilor mentale. Desigur, cu un astfel de dușman teribil este nevoie de un efort uriaș!

În versetul 37, maestrul ne spune că de fapt știm deja să luptăm din greu:

**Sunt acei sărmani amăgiți de afecțiunile minții
Care sunt dispuși să se angajeze în luptă
Cu cei care oricum prin natura lor vor muri.
Hotărâți să fie uciși, își aruncă viața în luptă,**



***Și nu se retrag din bătălie niciodată,
Ignorând complet durerea loviturii de săgeată.***

Despre ce ne vorbește maestrul? Unii oameni pleacă la război.

Nu există război bazat pe înțelepciune. Oricine merge la război, merge acolo datorită afecțiunilor minții, pentru că nu înțelege. Așa că se duce să omoare inamicul.

Cu cine se luptă? Pe cine omoară? Omoară oameni care suferă și ei.

Maestrul spune: „Dă-le câțiva ani și vor muri oricum. Te duci și te lupți cu oameni care suferă și ei și care oricum vor muri”. El spune: „Războinicul viteaz, marele erou, merge cu multă hotărâre să-i omoare, își aruncă viața în fața lor, nu se dă înapoi. El este gata să fie lovit de săgeți. Împotriva cui este tot acest eroism?”

...cu atât mai mult cu teribilul dușman al afecțiunilor mentale

În versetul 38 spune:

***Dar adevăratul dușman, care este un dușman prin natură,
Ce ne provoacă atâta suferință,
Cu siguranță nu este loc de a dispera și a ceda în fața lui.
Trebuie să facem eforturi de a-l elimina,
Chiar dacă de mii de ori vom fi loviți.***

Așa că ne spune: această vitejie pe care știm s-o mobilizăm împotriva dușmanilor care și ei oricum suferă... dar pe de altă parte, avem dușmanii noștri, afecțiunile noastre mentale care ne provoacă și nouă și întregii lumi suferință cumplită. El spune: Mobilizați-vă vitejia împotriva acestora și într-adevăr, **nu este loc de a dispera și de a ceda în fața lor**, adică de a șovăi. Trebuie să facem eforturi pentru a le elimina, chiar dacă vom avea de suferit înfrângeri. Iar înfrângeri vor fi.” El spune: „**Chiar dacă de mii de ori vom fi loviți**”, nu vom renunța și vom continua lupta.

Din lectura cursului:

„Iată prima parte: **Sunt acei sărmani amăgiți, de care ar trebui să ne fie milă, de afecțiunile din suflet care sunt dispuși să se angajeze în luptă cu cei care oricum prin natura lor vor muri, adică vor muri oricum singuri, fără ca cineva să fie nevoit să-i omoare. Ei merg la război, hotărâți să fie uciși, își aruncă viața în luptă, ei nu se retrag din bătălie niciodată, ignorând complet durerea loviturii de săgeată, până când nu și-au atins scopul de a-și distruge adversarul. Pe de altă parte, ne confruntăm cu dușmani ce ne provoacă atâta suferință. Ei sunt adevăratul dușman, un dușman pur - care este un dușman prin natură și care a fost întotdeauna așa, din momentul în care ne-am născut. Trebuie să ne comportăm ca și războinicii de pe câmpul de luptă – cu siguranță nu este loc de a dispera și ceda în fața lui, în ciuda tuturor greutăților cu care trebuie să ne confruntăm – trebuie să facem eforturi de a-l elimina, chiar dacă vom fi răniți de mii**



de ori, precum frigul, foamea, setea și altele asemenea. Nu trebuie să renunțăm niciodată la eforturile noastre până când nu-l vom supune pe dușmanul nostru, afecțiunile mentale.”

Maestrul continuă cu sarcasmul:

39.

Unii se mândresc cu stupida cicatrice

Lăsată de inamic pe trupul lor,

Prețuind-o ca pe un ornament.

Atunci de ce ar trebui considerată o problemă

Durerea pe care o simțim de a atinge un scop foarte mare?

Ce ne spune maestrul aici? Sunt oameni care au cicatrice primite în lupte și se mândresc cu ele: „Uite, pe asta am primit-o în lupta asta și asta am primit-o într-o alta”. Și el spune: Aceste lucruri sunt lipsite de sens pentru că împotriva cui s-a dus lupta? Împotriva dușmanilor care oricum sunt muritori.

Așa că spune: În bătălia cu afecțiunile mentale, vor fi înfrângeri, multă durere, cicatrici. Dacă ne mândrim atât de tare cu o cicatrice care nu are sens, spune el, atunci de ce dăm înapoi în fața durerii prin care trebuie să trecem în lupta împotriva afecțiunilor noastre mentale?

Acestea sunt cele mai grele bătălii pe care trebuie să le ducem în viața noastră.

Din lectura cursului:

*„Prima parte: vezi cum, în viața de zi cu zi, există **unii care se mândresc cu stupida cicatrice, lăsată de inamic pe trupul lor, prețuind-o ca pe un ornament.** Ei se laudă cu ea în fața altor oameni și spun: „Așa am primit cicatricea asta...” Noi, pe de altă parte, ne confruntăm cu o greutate semnificativă, un fel de **durere** pentru **un scop foarte mare**: adică atingerea iluminării totale. **Atunci de ce ar trebui considerată o problemă durerea pe care o simțim de a atinge un scop foarte mare?** Mai degrabă, ar trebui să îmbrățișăm această suferință în inima noastră, deoarece ea nu poate decât să ne ajute.”*

Versetul 40:

Dacă pescari, măcelari, fermieri și alții,

Îndură de bunăvoie atât căldura cât și frigul,

Doar pentru a-și câștiga existența,

Atunci de ce n-aș îndura și eu

Orice greutate pentru fericirea întregii creații?

Maestrul ne spune, chiar și fără ca noi să fim în dharma, fără să fim pe o cale spirituală: oamenii sunt dispuși să îndure multă suferință pentru a-și câștiga traiul, cum ar fi de exemplu, pescarii pe mare și fermierii care lucrează câmpul cu multă sudoare și așa mai departe. Cu siguranță că și pe o cale spirituală vor fi dificultați. El spune: „Fii gata să le înduri!”

Disponibilitatea de a face față dificultăților pe calea spirituală este considerată una dintre cele zece reguli principale în tradiția yoga. Tocmai asta ne spune aici Maestrul Shantideva.

Practică interioară și practică exterioară

Maestrul ne oferă și un alt aspect. El spune: „*Nu fac asta doar pentru mine.*”

Când mă lupt cu afecțiunile mele mentale, fac asta pentru toată creația. De ce? Pentru că dacă le elimin, voi ajunge la iluminare și voi putea arăta și altora calea de a le elimina. De aceea, fac asta pentru fericirea întregii creații.

Și nu numai atât, pe măsură ce îmi purific mintea, mi se impune să proiectez o lume mai pură, iar oamenii vor fi mai puțin impuri datorită muncii mele.

Nu te duce să-i îndrepti, nu te ocupa de ei, stai și meditează, elimină-ți afecțiunile mentale și o altă lume va apărea înaintea ta. Așa vei salva lumea.

Este singura cale care funcționează cu adevărat.

De ce să nu-i îndreptăm? Pentru că ei sunt proiecția mea. Ei nu există de la sine. Dacă le văd defecte, îmi văd defectele. Există zicala: „...Vezi paiul din ochiul altuia și nu vezi bârna din ochiul tău”.

Cauza de a vedea un zgârcit în viața mea este pentru că am în mine semințele zgârceniei la niveluri diferite. Calea dharmică spune că dacă văd nedreptate sau răutate sau criminali în realitatea mea, ele sunt reflexia mea în oglinda vacuității. Și dacă vreau să elimin zgârcenia, ce ar trebui să fac? Să fiu atent la zgârcenie și să merg să dăruiesc altora. Să fac asta perseverent și lumea mea se va schimba.

Dacă văd ceva bun la ei, ce ar trebui să fac? Să mă bucur. Dacă văd ceva în neregulă la ei, nu merg să le reproșez, să-i corijez, ci corijez ceea ce este în mine. Aceasta este calea.

Asta e tot. Le suntem recunoscători pentru ce ne oglindesc.

Mai ales cu profesorii. Profesorii sunt reflecția cea mai bună, pentru că îi proiectez din partea mea pură.

Din lectura cursului:

„Iată a doua parte: observă pescarii careucid pești pentru a-și câștiga existența; măcelarii din abatoare care sunt considerați prin tradiție o castă inferioară; fermierii care lucrează pământul pentru a trăi; și altele asemenea. Ei îndură de bunăvoie atât căldura cât și frigul, și alte dificultăți doar pentru a-și câștiga existența. Atunci de ce n-aș îndura și eu orice greutate pentru fericirea întregii creații? Trebuie să înfrunt aceste dificultăți.”



***Înainte de a-i putea ajuta pe alții,
trebuie să-mi înving afecțiunile mentale!***

Versetul 41:

***Ai jurat că vei elibera toate ființele
Din cele zece direcții, de afecțiunile lor mentale,
Dar tu însuți nu te-ai eliberat
De propriile tale afecțiuni mentale!***

Vreau să fiu un mare și sfânt Bodhisattva, să salvez întregul univers și toată creația, dar cum rămâne cu afecțiunile mentale din mintea mea? Cum reacționezi când nu ți se aduce porția de mâncarea la timp restaurant?

Maestrul continuă apoi:

Versetul 42:

***Nu ți-ai supraestimat capacitatea?
Nu este o nebunie să pretinzi așa ceva?
Depune efort de a-ți elimina afecțiunile
Și nu da niciodată înapoi!***

Aici maestrul spune: Vrei să fi un Bodhisattva sfânt, să salvezi toate ființele, dar uite-te la tine câte afecțiuni mentale ai! Ce se întâmplă în mintea ta? Nu cumva exagerezi? **Nu este o nebunie să pretinzi așa ceva?**

Și sunt cei care fac semnele de punctuație din această propoziție diferit.

„Nu, nu este o nebunie să pretinzi așa ceva!”

Interpretarea de aici este că până la urmă nu este o nebunie. Da, poate suna ca o exagerare, dar nu este o nebunie. Dacă depun efort și îmi fac munca, într-o zi îmi voi arde toate afecțiunile mentale și de aceea nu trebuie să mă dau înapoi.

Chiar dacă pare o exagerare că eu personal aș putea elimina toată suferința din întreaga lume, maestrul spune: Nu! Dacă perseverezi pe cale și îți dezvolt bodhicitta și vei ajunge la iluminare, vei reuși! Poate că toate astea par a fi departe, dar nu este o nebunie, deci niciodată nu da înapoi.

Oare bodhisattva aspiră să rămână în samsara pentru a ajuta ființele simțitoare?

Se perindă ideea că bodhisattva, datorită mării lui compasiuni, nu aspiră să ajungă la Nirvana, ci vrea ca alții să ajungă mai întâi la nirvana.

Ce spune maestrul Shantideva despre această idee?

Există multe neînțelegeri despre modul în care acționează un Bodhisattva. Oamenii spun: „OK, sunt un mare bodhisattva, am multă compasiune pentru ființe, nu voi merge spre Nirvana înainte ca alții să ajungă la Nirvana.”

Dalai Lama o citează: „Atâta timp cât există suferință în lume, atâta timp cât există samsara, un Bodhisattva rămâne aici, nu pleacă și nu îi părăsește pe ceilalți”. Și asta e adevărat, dar ce înseamnă „el rămâne aici”?

Să nu vă derute asta! Există Nirvana inferioară, la care aspiră practicantul cu scopul îngust. El se străduiește să iasă numai el din suferință.

Bodhisattva nu are scopul îngust, ci înalt. El nu aspiră să ajungă la Nirvana pentru el însuși, ci la iluminarea totală ca să-i poată aduce și pe toți ceilalți la iluminare.

Acest lucru poate duce la neînțelegeri. Asta înseamnă că nu aspir să ajung la Nirvana personală, pentru că vreau să-mi păstrez câteva afecțiuni pentru mine?

Nu asta înseamnă!

Ce este Nirvana? Ea este eliminarea permanentă și ireversibilă a tuturor afecțiunilor mentale și a semințelor lor. Deci, dacă spun: „Nu merg spre Nirvana până nu ajung la ea ceilalți, adică mai îmi păstrez puțin din afecțiunile mentale, până și le elimină ceilalți pe ale lor”. Ce sens are asta? Nu are sens.

Nu ajută pe nimeni dacă rămân cu câteva afecțiuni mentale. Singurul mod în care pot să-i ajut pe ceilalți este să-mi elimin toate afecțiunile mele mentale, astfel încât să-i pot ajuta și pe ceilalți să și le elimine. Asta înseamnă două lucruri:

- a. Nu ajută pe nimeni dacă rămân cu câteva afecțiuni mentale.
- b. Atâta timp cât le mai am, nu voi putea îndruma pe ceilalți pe cale.

Pe scurt, Maestrul Shantideva spune că este complet invers. Aspir să-mi elimin cât mai repede posibil, toate afecțiunile mentale, dar nu vreau să mă opresc aici.

Există o etapă pe calea spre iluminare, a patra etapă numită *Calea practicii - Gom Lam*, în care cel ce se află în meditație profundă poate trece deja într-o lume mai bună. Bodhisattva și-a eliminat deja afecțiunile mentale și are deja un bilet de intrare, dar el nu va intra. Acest lucru îl pune la nivelul opt Bodhisattva. El nu se oprește aici și continuă până la iluminarea totală. A eliminat **Nyundrip** și continuă să elimine **Shedrip** - cele două tipuri de obstacole.

- Obstacolele afecțiunilor mentale, și
- Obstacolele în calea omniscienței.



Atâta timp cât există samsara, Bodhisattva este în serviciul tuturor. Pentru aceasta el trebuie să ajungă la iluminarea deplină.

Din lectura cursului:

„Iată a treia parte. Cineva ar putea face următoarea afirmație: „Recunosc că sunt o persoană care a fost de acord să întreprindă distrugerea afecțiunilor mentale din mintea altor persoane. Și totuși, ar fi greșit să acționez pentru a distruge afecțiunile mentale din propria mea minte, pentru că dacă aș fi reușit să fac asta, aș cade în ceea ce se numește „extrema păcii personale”.

Ai jurat și ți-ai dezvoltat dorința că vei elibera toate ființele, până în capăt de lume și din cele zece direcții, de afecțiunile lor mentale, dar tu însuți nu te-ai eliberat de propriile tale afecțiuni mentale! Ai eșuat chiar și în efortul de a-ți satisface propriile nevoi, darămite nevoile altora. **Nu ți-ai supraestimat capacitatea? Nu este o nebunie să pretinzi asta?** Nu este o nebunie să pretinzi că scopul tău este să eliberezi toate ființele de afecțiunile lor mentale, în timp ce tu însuți ești încă la mila afecțiunilor tale mentale? Cei care sunt încă înlănțuiți de ciclul suferinței vieții nu vor putea împlini toate scopurile ființelor vii, așa că ar trebui mai degrabă să depui eforturi pentru a distruge afecțiunile mentale din propria ta minte.”

Dacă înțelegem bine forțele care ne creează lumea: corpul nostru, mintea noastră, lumea care ne înconjoară - vom prelua noi controlul și vom începe să ne transformăm realitatea în paradis.

Puterea va fi în mâinile noastre.

Cursul ACI 10

dharmakaya.ro