

*Sfaturi oferite de Lama Zopa Rinpoche*

## Concluzia este „Supune-ți propria minte”

*Mănăstirea Kopan, Kathmandu, Nepal, 11 aprilie 2020*

*Transcris în direct de Ven. Joan Nicell și Ven. Tenzin Tsomo, Mănăstirea Kopan, 11 aprilie 2020.*

© FPMT Inc., 2020

Dragii mei dragi, prețioși, buni, ca niște bijuterii care îndeplinesc dorințe, minunați, toți studenții și toți prietenii, toți tații, mamele, frații, surorile, toate ființele simțitoare - în această perioadă când lumea este dată peste cap se produce o schimbare incredibilă, cum ar fi faptul că China sau America, cele mai puternice [țări] către care lumea privește pentru a căuta o metodă sau un anumit medicament sau ceva...dar aceștia nu le-au putut produce. Încă nu le-au putut produce. Deci, ca înainte [credeau] că doar bătrânii se vor îmbolnăvi, tinerii nu se îmbolnăvesc, apoi acum treptat chiar și cei de vârste foarte tinere, foarte, foarte tinere se îmbolnăvesc; se schimbă. Ceea ce se credea înainte, nu rămâne valabil; se schimbă cine moare. Cred că prin știința occidentală, ceea ce pot să spună [este ce trebuie să se facă] extern - izolarea și alte asemenea lucruri, dar subiectul are încă atât de multe aspecte necunoscute, nedescoperite încă, despre boală și condițiile bolii, [precum] spiritele malefice, și faptul că acestea provin din karma negativă. A provenit din karma, dar din karma negativă... Nu din karma virtuoaasă, nu din karma pozitivă, din karma sănătoasă; provine din minte – care provine din amăgiri. Acesta este subiectul cel mai important, care nu este cunoscut. Da, în lumea exterioară este necunoscut, total necunoscut. Este un subiect imens. Acesta este cel mai important [lucru] - că a provenit din minte. Prin urmare, întregul accent este pe minte. Ceea ce trebuie îngrijit este mintea. Acordați toată atenția minții pentru a nu crea cauza, karma negativă. Cu ignoranță, mânie și atașament, făcând lucruri greșite, lucruri nedrepte, lucruri nesănătoase. Lucruri nedrepte pentru tine și, mai ales, dăunătoare pentru alte ființe simțitoare.

De exemplu, dacă plantați o plantă otrăvitoare, atunci ea crește, din aceea; apoi crește, dintr-o sămânță otrăvitoare apoi crește o plantă otrăvitoare. Florile și totul este așa [otrăvitor]. Dacă plantați o sămânță medicinală, atunci [crește] o plantă medicinală [cu] flori medicinale; totul este așa [medicinal]. Deci este similar. Prin urmare, se spune, o minte pozitivă - fără mânie, fără ignoranță, fără atașamente - o minte sănătoasă, o minte pozitivă, o minte pură, chiar și o minte pură doar științific, o minte sănătoasă, aceea aduce toată fericirea, inclusiv sănătate. Din acea [minte sănătoasă] rezultă o acțiune sănătoasă; apoi [din asta], un efect sănătos, rezultat -

fericire. Fericire pentru tine și pentru ceilalți. Și pentru alții. Apoi, dintr-o minte nevirtuoasă - ignoranță, mânie, atașament - o minte nevirtuoasă, apoi [vin] acțiuni nevirtuoase. Iar apoi efectul este suferința, precum virusul, coronavirusul și așa mai departe, și îți dăunează ție și celorlalți.

[Rinchen Trengwa, Jewel Garland (v. 20-21), compusă de Nagarjuna]

DÖ CHHAG ZHE DANG TI MUG SUM

Acțiunile născute din atașament,

DE KYE LÄ NI MI GE WA

Furie, ignoranță sunt non-virtute.

DE LÄ NGÄN DRO THAM CHÄ JUNG

De acolo provin tărâmurile inferioare.

MA CHHAG ZHE DANG TI MUG ME

Acțiunile născute din non-atașament,

DE KYE LÄ NI GE WA YIN

Non-mânia, non-ignoranța sunt virtute.

DE LÄ DE DRO THAM CHÄ JUNG

De acolo izvorăsc toate ființele transmigratorii fericite.

Din ignoranță, mânie, atașament, acțiunile născute din acestea sunt nonvirtute. ”De acolo provin toate tărâmurile inferioare, tărâmurile rele” toate suferințele, suferința durerii. Apoi, „Non-ignoranța, non-mânia, non-atașamentul, Ma chhag zhe dang ti mug me / De kye lä ni ge wa yin, acțiunile născute din acestea sunt virtute”, asta înseamnă sănătos, pur. De lä de dro tham chä jung, „De acolo, izvorăsc toate ființele transmigratorii fericite.” Deva și ființele umane, toate acestea – apare corpul unei ființe transmigratoare fericite. Asta și, desigur, inclusiv tărâmul pur, nașterea în tărâmul pur. Oh, așa. Bine.

Deci aici, Buddha a spus - întotdeauna în timpul predării, cuvintele sunt recitate,

DIG PA CHI YANG MI JA ZHING

Nu comite nici o acțiune nesănătoasă.

GE WA PHÜN SUM TSHOG PAR CHÄ

Implică-te în acțiuni perfecte, sănătoase.

RANG GI SEM NI YONG SU DÜL

Supune-ți mintea pe deplin.

DI NI SANG GYÄ TÄN PAYIN

Aceasta este învățătura lui Buddha.

Se ajunge la concluzia: „Supune-ți propria minte”. Asta a spus Buddha - „Supune-ți propria minte”. Oh-hoh, totul apare în minte. Odată ce cunoașteți karma ... Atâtea subiecte din afară sunt necunoscute, nedescoperite, nici cea mai vagă idee. Se crede doar că vin din afară, virusul vine din afară, nu vine din minte. Nu se înțelege că acestea vin din minte. Deci, așa cum am mai spus, pentru a vă face o idee, așadar, esența învățăturilor lui Buddha, concluzia este „Supune-ți propria minte. Aceasta este învățătura lui Buddha.” Ah, asta este cel mai important. Așa că vedeți, dacă studiați doar lamrim, lojong, nu este doar pentru cunoaștere, nu este doar pentru a obține cunoștințe ca să vă puteți mândri altora. Oh, știți, budismul nu e așa. Trebuie să folosiți lamrim pentru a vă supune mintea. Trebuie să folosiți lojong pentru a vă supune mintea. Chiar dacă studiați subiecte extinse din sutra și tantra, chiar dacă puteți explica toate învățăturile lui Buddha, Kangyur, mai mult de o sută de volume și Tengyur, ale învățaților, Nagarjuna și așa mai departe, mai mult de două sute de volume, chiar dacă le cunoașteți pe de rost și le puteți explica oamenilor, sunteți un mare mare profesor în lume, dar dacă nu le folosiți pentru a vă supune propria minte, dacă nu le folosiți pentru acel „Supune-ți propria minte. Aceasta este învățătura lui Buddha.”, dacă nu le folosiți pentru a vă supune mintea, nu generați fericire de pe urma studierii Dharmei. Ideea este că nu generați fericire de pe urma studierii Dharmei.

Acest lucru s-a întâmplat cu mult timp în urmă, era un călugăr care studia predarea unor subiecte importante, Drang Nge Legshe Nyingpo, sensuri definitive și interpretative, Madhyamaka, subiecte foarte importante. Le învăța de la mari profesori, Geshe Jampa Gyatso, Geshe Jampa Tegchok, poate Geshe Kelsang, dar el a spus: „Nu mi-a adus fericirea.” S-a întâmplat chiar așa. Deci, faptul că nu știi că trebuie să le practici, nu doar [să înveți] cuvintele. Nu doar devii o portavoce pentru ceea ce se spune în cărți, nu doar asta, dar ai lăsat deoparte în totalitate practica. Așadar, care este practica - „Supune-ți propria minte” - asta este lăsată deoparte; crezi că studiezi atât de mult, dar nu ți-a adus fericirea. Asta se întâmplă. Chiar și primele subiecte din lamrim și așa mai departe, ele ajută la supunerea minții, la controlul minții, la controlul minții. Chiar și acestea, de necrezut. [De exemplu,] poți muri mâine. Până [mâine] la această oră, corpul tău este pe foc și a terminat de ars. Până mâine la această oră, ești mort în cimitir, [doar] cenușa mai rămâne. Sau până la data aceasta anul viitor sau până la ora aceasta mâine.

Îmi pare rău, nu-mi amintesc [un citat]. Vă amintiți? În Bodhicharyavatara (v. 2.58ab):

NGA NYI DE RING MI CHHI ZHE

DE WAR DUG PA RIG MA YIN

Gândindu-te, “Nu voi muri astăzi,”

nu este corect să stăruiești în fericire.

Nga nyi de ring mi chhi zhe - „Nu voi muri astăzi.” De war dug pa rig ma yin - „nu poți rămâne în fericire”, dar înseamnă lene. Leneș. În loc să faci practică, îți întinzi picioarele, lene. Nu-ți pasă de practică, dormi. Nu-ți pasă, mintea ta nu pricepe, ești leneș.

[Bodhicharyavatara(v. 2.32ab)]:

DAG NI DIG PA MA JANG WAR

Fără a-mi purifica karma negativă,

NGE PAR NGÖN DU GUM PAR CHHI

Categoric moartea se va întâmpla înainte de asta.

Dag ni dig pa ma jang war / Nge par ngön du gum par chhi. Apoi, Dag ni dig pa ma jang war, „Fără a-mi purifica karma negativă, eu însumi”, Dag ni dig pa ma jang war, „fără a purifica karma negativă, cu siguranță moartea va veni înainte de asta.” Așadar, Dag ni dig pa ma jang war, [„Gândindu-te], nu voi muri astăzi”, ești doar leneș, ceea ce numiți voi confortabil, leneș. În practica lamrimului - lamrim conține preliminariile, importanța în budism a renunțării, bodhichitta, înțelegerea corectă - a nu face asta, apoi ce vi se spune, ceea ce vi se recomandă, practica recomandată de guru, a nu face acest lucru. Dag ni dig pa ma jang war, „Prin urmare, eu însumi”, dig pa ma jang war, „fără a purifica karma negativă, cu siguranță” Nge par ngön du gum par chhi, „cu siguranță moartea se va întâmpla înainte de asta”. Acesta este pericolul aici. Deci, trebuie să aduci mereu ... chiar dacă studiezi filosofia, subiectele extinse, introduci lamrim-ul și apoi faci practica pentru a-ți supune propria minte. Când te gândești la impermanență-moarte ... În fiecare oră, minut, secundă - există un anumit număr până la moarte - de acum încolo [viața] se termină constant. Câte ore, minute, secunde ai, ele se termină în mod constant. Ajungi atât de aproape de moarte. Asta înseamnă că te apropii atât de tare de tărâmurile inferioare. De exemplu, dacă te vei naște în iad, atunci te apropii atât de mult de iad - unde vei avea de suferit - atât de curând. Chiar și impermanența subtilă, fără să te gândești la ea, chiar și doar [impermanența] grosieră, trebuie să faci ceva. Când te gândești la asta, trebuie să practici Dharma. Întregul răspuns este acesta. Chiar în timp ce mănânci, alimentația ta trebuie să devină Dharma. În timp ce mergi, umbli, mersul tău trebuie să devină Dharma. În timp ce faci cumpărături, cumpărăturile trebuie să devină Dharma. În timp ce te speli, spălarea trebuie să devină Dharma. Orice faci, trebuie să devină Dharma. Dacă vorbești, orice ar fi. Nu înseamnă să nu faci nimic și doar să te întorci în templu și să te așezi pe pernă, să închizi ochii cam așa, sau așa ceva, ha-ha, sau să continui să reciti o mantră toată ziua și noaptea, citind texte și meditând. Dacă nu faci altceva decât asta, atunci nu primești mâncare, nu ai nimic de băut. Devine un pericol dacă Dharma ta nu are nicio legătură cu mintea, dacă ea constă doar în această activitate. În America sau în astfel de țări puternice, desigur, percepția lor despre ce înseamnă religia creștină este că și aceasta e doar rugăciune în templu, doar asta. Deci sunt separate, politica sau guvernul și religia, sunt separate. Trebuie separate aceste

lucruri. Devine foarte ciudat. S-ar putea să fie asta - rugăciuni în biserică. Definiția ar putea fi așa ceva.

În ceea ce privește budismul, cum știți bine [povestea], mulți oameni, studenții vechi... În Tibet, Mănăstirea Radreng [Reting], mănăstirea lui Gyalwa Dromtonpa ... a fost construită de Gyalwa Dromtonpa, traducătorul lui Lama Atisha, dar el este Chenrezig. Dromtonpa este Chenrezig. De aceea există povești secrete despre Dromtonpa. Apoi există sfaturi secrete, povești despre Lama Atisha, tatăl. Există o poveste secretă despre tată și fiu. Am început să primesc Lung pentru asta, dar nu am terminat, de la Kyabje Khyongla Rato Rinpoche. Da, da, este incredibil. Deci asta nu se raportează la viața oamenilor obișnuiți. Mănăstirea...Dromtonpa a construit mănăstirea Radreng în Tibet. Am fost [acolo]. Am mers cu niște studenți [la Reting] când am făcut pelerinaj în Tibet, a treia oară. Când am mers în Tibet a treia oară în pelerinaj, am mers la Reting. Lama Atisha a recomandat să se construiască acea mănăstire, a sfătuit că va fi atât de benefică pentru ființele simțitoare. Când ajungi acolo, urci. Urci pe deal, apoi un pic mai sus [de acolo], este un schit în care Lama Tsongkhapa a scris învățăturile despre lamrim, Lamrim Chenmo. Pe una a scris-o în alt loc. Cred că a predat ceva [acolo]. Mai sus de acest loc, am ajuns ... Pe o parte erau pietre rămase. Mă gândeam să aduc o piatră de acolo ca relicvă. Am făcut Jorcho, practică preliminară - Jorcho, practica pregătitoare, am făcut-o. Era seara târziu, s-a făcut întuneric. Călugărul numit de șeful chinez al mănăstirii, nu de stareț ... starețul era acolo. Nu purta haine, ci chuba. E un stareț grozav. Nu am ajuns să vorbim prea mult. Călugărul, al doilea, cred, ne-a invitat. Ne-a dat ceai și dulciuri și lucruri. El ne-a urat bun venit. Așadar, există principalul obiect sfânt [în Mănăstirea Radreng] pe care l-au primit de la Lama Atisha, al lui Sangdu Mikyo Dorje, probabil. Poate că nu mi-am amintit numele exact. Obiectul de devotament al lui Lama Atisha, Lama Atisha l-a păstrat. Cred că poate Dromtonpa l-a primit. Nu sunt sigur. Mănăstirea îl avea pe acela. Apoi ni l-au arătat. Massimo Corona i-a oferit aur. Cred că i-am oferit aur, nu sunt sigur. Apoi, am oferit șiraguri de perle pe gât, de această mărime. Acesta este un obiect sfânt foarte prețios – Sangdu Jampal Dorje [Guhyasamaja Manjuvajra], cred. Am oferit, pentru timp de un an, în zilele speciale, aur sau ceva de genul acesta. Este foarte prețios.

Și atunci, când ajungi acolo la mănăstire, sus în vârf, în cameră, se află statuia. Mai jos este apă afară. În interior se află statuia, apoi jos, sub casă, există apă unde toată lumea vine să bea. Este apă binecuvântată. Doar bând karma ta de a renaște pe tărmurile inferioare este purificată; este o apă foarte sfântă. Apoi am coborât... Am aprins lumânări în timp ce făceam Jorcho. Apoi am coborât, nu a fost atât de abrupt. Pentru că era întuneric, oamenii aveau lanterne. Nimeni nu a căzut, asta a fost un lucru bun. Nimeni nu a căzut și nu și-a rupt nasul sau piciorul! Ha-ha. Cred că înainte de a veni, tibetanii din zonă au fost anunțați de chinezi că nu ar trebui să vină la mănăstire să ne vadă. Pentru că, cred, am doar numele de „rinpoche”, și atunci oamenii când îl aud vin. Așa că a fost anunțat înainte să venim. Într-o dimineață în jurul orei zece, a venit o

femeie tibetană. A venit la cortul meu. Avea niște tămâie, o plantă de tămâie în șorț. În jurul orei zece a venit; și asta este tot. Asta e tot. Desigur, nu știu, mintea mea este foarte obișnuită, așa că nu îmi dau seama cine este. Asta e tot; nu a venit nici un alt [tibetan].

Și în jur sunt câteva sate, foarte, foarte sărace. Nu au alimente pentru a mânca. Mănâncă nămol, noroi foarte fin cu apă. Dampa?

Ven. Tsenla: Argilă.

Rinpoche: Argilă. Nu, noroi, pământ foarte fin, foarte fin. Deci noroi, mănâncă. Am auzit asta.

Apoi, povestea este aceasta. Îmi pare rău, s-a lungit. Mai sus de asta, este Lama Umapa, gurul lui Lama Tsongkhapa. Cred că Lama Umapa era Sakya. Schitul său a fost reparat. Există o casă nouă, o casă mică, dar nu am avut timp să mergem. În povestea lui Lama Tsongkhapa, la început are întrebări despre vacuitate și înțelegere corectă, așa că l-a întrebat pe Manjushri prin intermediul lui Lama Umapa. Bine.

Ideea este aceasta. În dreptul mănăstirii stătea un bătrân. Cred că poate omul citea un text. S-ar putea să fie asta. Sunt trei lucruri. Citind un text, un om bătrân. Dromtonpa venea din pădure. În timp ce mergea, el a venit [și l-a întrebat pe bătrân], „Ce faci?” [Bătrânul a răspuns:] „Citesc un text Dharma.” [Dromtonpa a spus,] „Oh, este bine să citiți textele Dharma, dar este mai bine să practicați Dharma.” Nu a întrebat care este practica Dharma, dar bătrânul a crezut că poate să facă altceva și să mediteze, în loc să citească Dharma, așa că a început să mediteze. Apoi, într-o zi, Dromtonpa a venit plimbându-se prin pădure, a întrebat: „Ce faci?” [Bătrânul a răspuns:] „Meditez.” [Dromtonpa a spus,] „Este bine să meditați, dar este mai bine să practicați Dharma.” Apoi, tot nu a întrebat care este practica Dharma. S-a gândit să se oprească din asta și să înconjoare templul. Apoi, într-o zi, Dromtonpa a venit și l-a întâlnit pe bătrân. [Dromtonpa a întrebat,] „Ce faci?” [Bătrânul a răspuns:] „Înconjur templul”. [Dromtonpa a spus,] „Este bine să înconjurați templul, dar este mai bine să practicați Dharma.” Abia a treia oară, el a întrebat: „Ce înseamnă să practici Dharma?” Apoi Dromtonpa a spus: „Renunță la această viață”. Când se referă la minte - renunțați la această minte. Asta înseamnă, ceea ce trebuie să înțelegeți este că toaaaaaaate problemele, toată suferința, toată suferința, de la renașteri fără început, acum, viitor, continuu, toată suferința, toate problemele acestei vieți, tot, ceea ce vă face viața nefericită, totul, toate problemele lumii...Un copac are rădăcini. Poate începe cu două sau trei rădăcini, apoi înaintează, apoi devin cinci sau zece sau cincisprezece, apoi mai multe, mai multe, mai multe. Așa vă dau un exemplu, din cele trei minți otrăvitoare, mai ales atașamentul față de această viață, o minte lumească, cele opt preocupări lumești, atașament față de această viață, ooooh, apoi, de acolo, toate problemele provin din asta, că răspândirea rădăcinilor. Pac, pac, pac. Atunci, înseamnă că „Renunțați la această viață” înseamnă să renunțați la mintea celor opt preocupări lumești, atașamentul care se agață de această viață, de plăcerile acestei vieți, de

unde pornesc toate problemele. Pac, pac, pac. Renunță la astea. Renunță la ele. Abandonează-le. Renunță la asta, atunci ești liber de toate celelalte probleme. Oh, hoh, așa este, dacă practici cu adevărat Dharma fără greșeală, dacă știi să practici Dharma și practici într-adevăr Dharma, vine o pace și fericire incredibilă. Pac, pac, pac. De acolo, apoi toată fericirea temporară. Această viață este complet plină de fericire, de necrezut. În absența tuturor problemelor, atât de multă pace. Pac, pac, pac. Apoi, de acolo, pace supremă, eliberare din samsara, ah, ah, ah, oceanele suferințelor samsarice, pac, pac, pac, fericirea finală. Apoi, din fericirea supremă, vine fericirea fără egal, încetarea totală a obscurațiilor și finalizarea realizărilor. Deci așa. Deci ceea ce spune Dromtonpa: „Renunță la această viață”, conține asta. Ei bine, ar trebui să vă spun asta.

Acum mulți ani, cred, nu știu care, păi, în 1963, explozia de droguri a apărut în Occident, LSD, toate acele chestii diferite. Mulți tineri într-un fel au, nu știu ce cuvânt să folosesc, s-au întors împotriva vieții materiale, a dezvoltării exclusiv externe, viața materială. De asemenea, se citea cartea lui Lobsang Rampa care spunea că fără corp, mintea poate călători până în Tibet. A devenit foarte faimoasă în Occident. În vremurile timpurii, când Lama Yeshe susținea prelegeri în orașe, prima întrebare care i s-a pus: „Îl cunoști pe Lobsang Rampa?”. Aceasta a fost prima întrebare. Nu știu ce a răspuns Lama. Ha-ha. Oamenii luau droguri, astfel încât să poată simți, în experiența lor, în viziunea lor, că au o halucinație prin care mintea poate călători fără corp. Deci se potrivea cu experiența lor.. apoi au fost atât de surprinși în Occident. Atât de mulți au venit să caute o fericire nouă, o nouă viață, în Nepal și India. Unii au întâlnit hinduismul, unii s-au legat de religia hindusă pentru toată viața sau multă vreme. Unii au întâlnit religia hindusă, apoi au ajuns la budism. Buddhadharma, se întâlnesc în funcție de karma lor. Apoi, unii se întâlnesc imediat [cu] budismul.

Vreau să vă povestesc despre elevul nostru, Piero, un student italian. Nu în acel an, dar după mult timp - desigur, cu atâția ani în urmă, nu-mi amintesc anul exact, cred, cursul de la Kopan ar putea să fi fost în jurul anilor timpurii, al treilea curs sau al patrulea, nu știu. Al patrulea curs, cam la acea perioadă mă refer. El a citit - karma lui era [de a citi] - cartea lui Milarepa în Occident. Erau doar două sau trei cărți [în engleză, una era] cartea lui Lama Govinda, Calea norilor albi, de Lama Govinda, care l-a cunoscut pe Dromo Geshe Rinpoche. Deci unii oameni au dat peste acea carte, apoi au început să acceseze budismul. Apoi mai era și cartea lui Milarepa. Asta era tot. Probabil că așa era. Erau doar două sau trei cărți. Apoi, mai târziu a fost, nu știu numele lui, din Thailanda, el a scris o carte despre roata vieții. Era foarte, foarte englez. M-am gândit să învăț engleza de la el. Deci este în funcție de karma. Prima noastră doamnă rusă, Zina Rachevsky, prințesa Zina Rachevsky, prima noastră studentă, a dat peste cartea lui Lama Govinda. Așa a ajuns să fie interesată să meargă la Darjeeling, la mănăstirea Dromo Geshe. Noi am venit din Buxa. La un moment dat am venit pentru că aveam o boală, tuberculoză - [am venit] pentru sănătate. Am ajuns la noua mănăstire din Darjeeling. A venit să-l întâlnească pe Dromo Geshe, marea încarnare a lui lama, dar el nu era acolo.

Era un călugăr numit Drugdra, Sunet de Dragon. Vorbea engleză, câteva cuvinte. El a cunoscut-o. El a adus-o în camera noastră. Ne-a deschis ușa, nu a intrat înăuntru, dar a spus: „Oh, acolo e prietenul tău”. Apoi ea a intrat înăuntru. Avea părul lung așa și purta un pulover pe care l-a cumpărat în stația de autobuz din Darjeeling. Profesorul meu - cel care m-a ajutat să devin călugăr în mănăstirea lui Dromo Geshe din Tibet, care a făcut ofrande [în numele meu] și m-a ajutat să memorez două volume pe care să le ofer mănăstirii, care m-a ajutat să memorez și să fac puja timp de trei ani în Pagri, lângă Bhutan - i-a oferit ceai tibetan. I-a oferit o cană uriașă, o cană indiană, uriașă, din care călugării tibetani beau ceai, nu ceva special, a umplut-o. În ziua aceea l-a băut pe tot. Din acea zi nu am mai văzut-o să bea ceai tibetan nicăieri! Ce voiam să spun? Așa a fost ... A venit la Dromo Geshe, așa s-a întâmplat. De ajuns.

Deci Piero [citise] cartea lui Milarepa. Era tradusă la acea vreme. A citit cartea lui Milarepa, așa că a renunțat la tot. Milarepa a trăit o viață ascetică și a obținut iluminarea. A renunțat la atașamentul care se agață de această viață, de plăcerile acestei vieți, de familie, prieteni, atașament, apoi [atașamentul care] se agață de mâncare, îmbrăcăminte, reputație, laudă, el a renunțat la tot, fără atașament, Milarepa. Apoi a îndurat atâtea greutăți. El a practicat calea pe care gurul său Marpa a recomandat-o, astfel încât a obținut iluminarea într-o viață scurtă, în vremuri degenerate - nu numai într-o singură viață, ci într-o viață scurtă în vremuri degenerate. Oh-hoh, chiar așa. Apoi, datorită bodhichitta, datorită dăruirii lui, a devenit foarte foarte cunoscut în lume, Milarepa. Deci oricine recită mantra de șapte ori renaște în tărâmul pur, tărâmul pur al lui Milarepa, Ngonga; este uimitor. Deci Piero, cred că nu știa că era vorba despre minte, cele trei minți otrăvitoare, în special de atașament. Prima definiție a unui practicant Dharma este renunțarea la cele opt minți lumești, trăind o viață pură, o viață sănătoasă. Aceasta devine baza, apoi, din aceasta obțineți toate realizările, toată fericirea până la iluminare. Așa că el a renunțat la toate. Cred că nu înțelegea ideea; a dat totul, toate lucrurile materiale, le-a dat, apoi a venit în Nepal. La vremea aceea purta, ca asceții indieni, o culoare foarte spalacită, nu complet galbenă, pe care o poartă asceții, asta purta. Deci, când se ridica, puteai vedea prin picioarele lui. Desigur, mai târziu a înțeles ce înseamnă de fapt [a renunța la această viață].

Voi face [restul] mâine.

Bine. Mulțumesc, mulțumesc, mulțumesc, mulțumesc. Trebuie să prezint această [jucărie de pluș]. Urma să o prezint când urma să scriu subiectele respective, dar nu azi. Am prezentat o [jucărie de pluș], [cea cu] OM PADMA USHNISHA BIMALE HUM PHAT. Deci pentru astăzi este suficient. În regulă. Poate că ne vedem mâine, ne vedem anul viitor, viața viitoare. Ha-ha.

Bodhichitta, fie că ea să fie generată: Datorită tuturor meritelor trecute, prezente și viitoare acumulate de mine, tuturor meritelor de trei ori acumulate de ființe simțitoare nenumărate și



buddha fără număr, fie că bodhichitta să fie generată în inimile tuturor ființelor simțitoare, în tine, iar în cei care au generat-o, fie că ea să se dezvolte.

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE

Fie ca prețioasa bodichitta supremă

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

Care nu s-a născut încă să se nască.

KYE PA NYAM PA ME PA YI

Fie ca cea născută să nu scadă,

GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG

Ci să crească din ce în ce mai mult.

Toți oamenii care au murit în special datorită virusului, atâtea sute, pac, pac, pac, mii, în America, Italia, lama khyen, lama khyen, lama khyen [fie ca gurul să mă înțeleagă]. În afară de război, război mondial, nu vedeți așa. Așa că ne rugăm. Așa cum am menționat în trecut, câte ființe simțitoare există care sunt bolnave să se elibereze de boli, pentru a nu se mai îmbolnăvi niciodată, pentru totdeauna.

SEM CHÄN NÄ PA JI NYE PA

Oricât de multe ființe simțitoare bolnave există,

NYUR DU NÄ LÄ THAR GYUR CHIG

Fie ca ele să fie eliberate rapid de toate bolile.

DRO WÄI NÄ NI MA LÜ PA

Fie ca toate bolile fără excepție

TAG TU JUNG WA ME PAR SHOG

Ale ființelor transmigratoare să nu mai apară niciodată.

Datorită tuturor meritelor trecute, prezente și viitoare, acumulate de mine, toate meritele de trei ori acumulate de ființe simțitoare nenumărate și nenumărați buddha, să se întâmple asta.

Apoi, fiecare și toți acei oameni bolnavi, morți, pe cei bolnavi, pe toți aceia, în toate viețile, să se întâlnească cu Lama Tsongkhapa, un prieten virtuos Mahayana, un prieten Mahayana virtuos direct, apoi să nu fie niciodată despărțiți de pura cale care este extrem de admirată de toți buddha, niciodată despărțiți de aceasta.

TSHE RAB KÜN TU GYÄL WA TSONG KHA PÄ

Datorită celui învingător, Tsongkhapa,

THEG CHHOG SHE NYEN NGÖ SU DZÄ PÄI THÜ

Fiind prietenul meu Mahayana virtuos direct în toate viețile mele,

GYÄL WÄ NGAG PÄI LAM ZANG DE NYI LÄ

Fie ca niciodată să nu fiu separat nici macar preț de o secundă

KÄ CHIG TSAM YANG DOGPAR MA GYUR CHIG  
De calea pură admirată de toți cei învingători.

Dacă nu vrei să spui asta, poți spune „un guru perfect”.

Apoi vreau să spun asta. Jewel Garland (v. 483) din învățăturile lui Nagarjuna, este incredibilă.

SA DANG CHHU DANG ME DANG LUNG  
Ca pământul, apa, focul și vântul,  
MÄN DANG GÖN PÄI SHING ZHIN DU  
Medicamentele și lemnul de foc la mănăstire,  
TAG TU SEM CHÄN THAM CHÄ KYI  
Fie ca întotdeauna să fiu plăcut de toate ființele simțitoare  
RANG GAR GAG ME CHÄ JAR SHOG  
După cum vor și fără nici o obiecție.

„Pământul, apa, focul, vântul, medicamentele, precum lemnul de foc în mănăstiri, chiar așa, fie ca mereu ființele simțitoare să se bucure de mine”, Rang gar gag me, „să se bucure de mine fără obiecții, rezistență, obiecții din partea lor, se bucură de mine după cum doresc.”

[Rinpoche recită:]

SA DANG CHHU DANG ME DANG LUNG  
Ca pământul, apa, focul și vântul,  
MÄN DANG GÖN PÄI SHING ZHIN DU  
Medicamentele și lemnul de foc la mănăstire,  
TAG TU SEM CHÄN THAM CHÄ KYI  
Fie ca întotdeauna să fiu plăcut de toate ființele simțitoare  
RANG GAR GAG ME CHÄ JAR SHOG  
După cum vor și fără nici o obiecție.

Dacă puteți gândi așa, este atitudinea incredibilă a unui bodhisattva, în fiecare zi. Este incredibil. Această practică este incredibilă. Încă nu am terminat. Deci [următorul vers este] „Consider ființele simțitoare precum viața mea, extrem de prețioase, incredibil de prețioase ca viața mea.” Nu vreau să revin peste asta. Doar traduc cuvintele.

[Rinpoche recită versetul din Jewel Garland (v. 484):]

SEM CHÄN NAM LA SOG ZHIN PHANG  
Fie ca să prețuiesc toate ființele simțitoare ca pe propria mea viață.  
DAG LA DE DAG CHHE PHANG SHOG  
Fie ca să le prețuiesc mult mai mult decât pe mine.

DAG LA DE DAG DIG MIN CHING

Fie ca toată karma lor negativă să se fructifice asupra mea,

DAG GE MA LÜ DER MIN SHOG

Și fie ca toate virtuțile mele să se fructifice asupra lor.

Dag la de dag chhe phang shog. Sem chän nam la sog zhin phang / Dag la de dag chhe phang shog. A doua [linie], „Fie ca să le prețuiesc cel mai mult, [mai mult] decât pe mine”. De la Eu, prețuind eul, așa cum am menționat în trecut, vin toate suferințele, trecute, prezente și viitoare, toate obstacolele, totul. De la alții, toată fericirea trecută, prezentă și viitoare, inclusiv iluminarea, totul provine de la alții. După cum am menționat, Buddha, Dharma și Sangha în care ne refugiem provin de la alții. Prin urmare, „Fie ca să prețuiesc ființele simțitoare mai mult decât pe mine”, pentru că renunți la eu. În loc să renunțăm la acesta, acum renunțăm la alții, ființe simțitoare, una și multe, iar apoi prețuim cel mai mult eul. Acesta este cel vechi din renașteri fără început. Acesta este motivul pentru care nu ne-am iluminat încă. Nenumărați buddha, înainte, erau ca noi în privința faptului că aveau toate amăgirile, toate problemele, suferința, dar apoi și-au schimbat mintea, au renunțat la eu și i-au prețuit pe alții, de unde vine toată fericirea. Au renunțat la eu, de unde vine toată suferința și i-au prețuit pe alții, de unde vine toată fericirea. Deci, s-au iluminat cu mult timp în urmă. Deci noi am întârziat. „[Fie ca să] prețuiesc mai mult ființele simțitoare decât pe mine.” Dag la de dag dig min ching, “[Fie ca] toată suferința lor să se maturizeze asupra mea.” Dag ge ma lü der min shog, “[Fie ca] toate virtuțile mele să se fructifice asupra lor.” Deci „karma lor negativă” înseamnă toate suferințele, totul vine la tine, în inima ta, în inima ta. O oferi la auto-prețuire, dușmanul tău, gândul auto-prețuitor și îl elimini total. Apoi virtutea ta, fiecare singură virtute, adică toată fericirea ta, totul, fie ca să se fructifice asupra altor ființe simțitoare.

[Rinpoche recită:]

DAG LA DE DAG DIG MIN CHING

Fie ca toată karma lor negativă să se fructifice asupra mea,

DAG GE MA LÜ DER MIN SHOG

Și fie ca toate virtuțile mele să se fructifice asupra lor.

[Rinpoche recită versul din Jewel Garland (v. 485):]

JI SI SEM CHAN GA ZHIG KYANG

Atâta timp cât oricare ființă simțitoare

GANG DU MA DRÖL DE SI DU

Nu a fost eliberată [din samsara],

DE CHHIR LA NA ME PA YI

Fie ca să rămân [în samsara] pentru a le ajuta,

JANG CHHUB THOB KYANGNĂ GYUR CHIG

Chiar dacă aş putea atinge cea mai înaltă iluminare.

Bineînţeles, fără îndoială, se poate spune ca toate fiinţele simţitoare, dar, „Chiar şi pentru unele fiinţe simţitoare, până când se eliberează din samsara, până la acel moment, chiar dacă aş putea realiza iluminarea, totuşi fie ca să rămân în samsara pentru ele. “ Oh-hoh.

[Rinpoche recită:]

JI SI SEM CHAN GA ZHIG KYANG

Atâta timp cât oricare fiinţă simţitoare

GANG DU MA DRÖL DE SI DU

Nu a fost eliberată [din samsara],

DE CHHIR LA NA ME PA YI

Fie ca să rămân [în samsara] pentru a le ajuta,

JANG CHHUB THOB KYANGNĂ GYUR CHIG

Chiar dacă aş putea atinge cea mai înaltă iluminare.

Aici, atât de mulţi medici, multe asistente medicale, oamenii care îi ajută la spital pe bolnavi, iau virusul în timp ce au grijă de cineva. Apoi, mulţi alţi [pacienţi] noi vin, şi mai fac puţin. Apoi mai vin, mai fac puţin. Atât de mulţi [medici şi asistente] au murit, s-au îmbolnăvit. Au avut grijă de [bolnavi] din inima lor pentru a-i ajuta, apoi au luat boala şi au murit. S-au oferit din inimă pentru a avea grijă de ceilalţi, astfel încât nu vor renaşte niciodată pe tărâmurile inferioare. Nu. Aceasta este cea mai bună moarte - au murit pentru alţii. Oricum trebuie să murim. S-ar putea să mori cu karma negativă, cu o oarecare problemă de ignoranţă, furie, ataşament, cu ceva problemă, atâta durere, atâtea probleme, ai putea muri, apoi vei renaşte pe tărâmurile inferioare timp de eoni. Dacă faceţi asta, tocmai acum, pentru a-i ajuta pe ceilalţi, pentru a veni în beneficiul altora, vă daţi viaţa lor, inima bună, aşa cum este spus aici de către Nagarjuna în învăţătură, atunci cel mai bun mod de a muri este de a muri pentru fiinţe simţitoare. Oh, este cu totul opus - nu veţi renaşte pe tărâmurile inferioare şi veţi avea o renaştere superioară sau într-un tărâm pur.

Bine. Mă opresc aici.

Datorită tuturor meritelor trecute, prezente şi viitoare, culese de mine, toate meritele de trei ori colectate de fiinţe simţitoare fără număr şi de buddha fără număr, care există doar cu numele, fie ca eul care există doar cu numele să atingă starea de buddha, care există doar cu numele, starea de iluminare deplină, care există doar cu numele, şi să conduc toate fiinţele simţitoare, care există doar cu numele, la acea iluminare, care există doar cu numele, de unul singur, care există doar cu numele.

JAM PÄL PA WÖ JI TAR KHYEN PA DANG

Dedic pe deplin toate aceste virtuți

KÜN TU ZANG PO DE YANG DE ZHIN TE

Pentru a mă putea antrena întocmai ca

DE DAG KÜN GYI JE SU DAG LOB CHHIR

Eroul Manjushri, care cunoaște realitatea,

GE WA DI DAG THAM CHÄ RAB TU NGO

La fel ca și Samantabhadra.

DÜ SUM SHEG PÄI GYÄL WA THAM CHÄ KYI

Îmi dedic pe deplin toate rădăcinile virtuții,

NGO WA GANG LA CHHOG TU NGAG PA DE

Cu dăruirea lăudată ca fiind cea mai bună

DAG GI GE WÄI TSA WA DI KÜN KYANG

De către toți învingătorii care au trecut dincolo, din cele trei timpuri

ZANG PO CHÖ CHHIR RAB TU NGO WAR GYI

Pentru a avea o conduită bună.

JIG TEN KHAM DIR PHÄN DE MA LÜ PA

Bijuteria care acordă și îndeplinește dorințe,

GANG LÄ JUNG WÄI SAM PHEL YI ZHIN NOR

Sursa fiecărui beneficiu și fericiri din această lume,

KA DRIN TSHUNG ME TÄN DZIN GYA TSHO LA

Către Tenzin Gyatso cel binevoitor fără seamăn, implor:

SÖL WA DEB SO THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG

Fie ca toate dorințele voastre sfinte să fie îndeplinite pe loc.

Vă mulțumesc foarte mult. Am spus asta? Mulțumesc foarte mult. Mulțumesc, mulțumesc, mulțumesc.