

Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

Dincolo de religie

*etică pentru
o lume mai bună*

**Sfinția Sa
DALAI LAMA**

Traducere din engleză de
Ramona Neacșa

Lifestyle

**TREBUIE
SĂ ȘTII**

EDITORI:

Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu
Magdalena Mărculescu

DIRECTOR:

Crina Drăghici

REDACTOR:

Constantin Dumitru-Palcus

DESIGN:

Alexe Popescu

Foto copertă: Getty Images/Guliver/Christopher Furlong

DIRECTOR PRODUCȚIE:

Cristian Claudiu Coban

DTP:

Florin Paraschiv

CORECTORI:

Lorina Chițan
Roxana Nacu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale
a României
DALAI LAMA
**Dincolo de religie: etică pentru o lume
mai bună** / Dalai Lama; trad. din engleză
de Ramona Neacșa — București:
Lifestyle Publishing, 2017
ISBN 978-606-789-091-4

I. Neacșa, Ramona (trad.)

2

Titlul original: BEYOND RELIGION: ETHICS FOR
A WHOLE WORLD
Autor: Sfinția Sa Dalai Lama

Copyright © The Dalai Lama Trust, 2011

Copyright © Lifestyle Publishing, 2017
pentru prezenta ediție

Lifestyle Publishing face parte
din Grupul Editorial Trei

O.P. 16, Ghișeu 1, C.P. 0490, București
Tel.: +4 021 300 60 90 ;
Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro

www.lifestylepublishing.ro

ISBN 978-606-789-091-4

Cuprins

<i>Mulțumiri</i>	7
<i>Introducere</i>	9

Partea I. Un nou sistem de etică seculară

1. Regândirea secularismului	17
2. Umanitatea noastră comună	33
3. În căutarea fericirii	41
4. Compasiunea, fundamentul stării de bine	49
5. Compasiunea și problema dreptății	63
6. Rolul discernământului	76
7. Etica în lumea noastră comună	84

Partea a II-a. Educația sufletului prin exersarea minții

Introducere: începem cu noi înșine	99
8. Conștientizarea etică în viața de zi cu zi	101
9. Gestionarea emoțiilor distructive	109
10. Cultivarea valorilor interioare importante	127
11. Meditația ca pregătire mentală	141
<i>Postfață</i>	164

Valorile interioare într-o epocă a științei

Sunt un om religios, dar religia singură nu poate răspunde la toate problemele noastre.

Nu cu mult timp în urmă am participat la o ceremonie oficială care marca deschiderea unui nou templu budist în Bihar, într-o parte deosebit de populată și săracă din nordul Indiei. Prim-ministrul din Bihar, un vechi prieten de-al meu, a ținut un discurs frumos în care și-a exprimat convingerea că, datorită binecuvântărilor lui Buddha, de acum statul Bihar va prospera. Când mi-a venit rândul să vorbesc, am sugerat, oarecum în glumă, că, dacă prosperitatea statului Bihar ar fi depins numai de binecuvântările lui Buddha, ar fi trebuit de fapt să fi prosperat cu mult timp în urmă! La urma urmelor, Bihar adăpostește locul cel mai sfânt pentru budiști — Bodh Gaya, acolo unde personajul istoric Buddha a atins iluminarea totală. Pentru o schimbare reală, avem nevoie de ceva mai mult decât de binecuvântările lui Buddha, oricât de puternice ar fi ele, și de ceva mai mult decât de rugăciune. Avem nevoie și de acțiune, care se va produce prin eforturile competente ale prim-ministrului și ale altora ca el!

Spunând aceasta, nu sugerez că rugăciunea ar fi inutilă. Dimpotrivă, consider că rugăciunea are un mare beneficiu psihologic. Dar trebuie să acceptăm că rezultatele sale tangibile sunt adesea greu de văzut. Când vine vorba de a obține anumite rezultate directe, este limpede că rugăciunea nu poate

rivaliza, de exemplu, cu realizările științei moderne. Bolnav fiind, acum câțiva ani, mă reconforta gândul că oamenii se rugau pentru mine, dar trebuie să recunosc faptul că și mai reconfortantă era ideea că spitalul în care mă internasem avea dotări dintre cele mai moderne, care m-ar fi putut face bine!

Pornind de la faptul că, în ultimele aproximativ două secole, am ajuns să stăpânim atât de multe aspecte ale lumii fizice, nu este de mirare că oamenii din zilele noastre se întrebă dacă avem de fapt nevoie de vreo religie. Lucruri la care în trecut abia dacă se visa — eliminarea maladiilor, călătoria în spațiu, calculatoarele — au devenit, datorită științei, realitate. Nu trebuie să ne surprindă că mulți au ajuns să își pună speranțele în știință și chiar să creadă că fericirea poate fi obținută cu ajutorul lucrurilor oferite de știința materială.

Dar, deși înțeleg cum anume știința a ajuns să submineze credința în anumite aspecte ale religiei tradiționale, nu văd niciun motiv pentru care progresele din știință să nu aibă același efect asupra noțiunii de valori interioare sau spirituale. Într-adevăr, nevoia de valori interioare este mai presantă ca niciodată în această epocă a științei.

În strădania de a apăra cauza valorilor interioare și a traiului etic într-o epocă a științei, ideal ar fi să ne construim argumentația bazându-ne numai pe termeni științifici. Deși nu este încă posibil să facem aceasta numai pe fundamentele cercetării științifice, sunt încredător că, pe măsura trecerii timpului, treptat vor apărea tot mai multe pledoarii științifice în favoarea beneficiilor valorilor etice interioare.

Desigur, nu sunt om de știință, iar știința modernă nu a făcut parte din educația formală a copilăriei mele. Cu toate acestea, de când am plecat în exil, am recuperat destul de mult. Timp de mai bine de treizeci de ani, am organizat întâlniri periodice cu experți și cercetători din multe domenii ale științei, inclusiv fizică, cosmologie, biologie, psihologie și, mai ales în ultima vreme, neuroștiință.

Tradițiile contemplative, în toate religiile, pun un accent deosebit pe explorarea lumii interioare a experienței și

conștientului, așa că unul dintre scopurile mele în aceste discuții a fost acela de a explora înțelegerea științifică în zone precum gândirea, emoția și experiența subiectivă. Sunt încurajat în mod deosebit de faptul că știința, și mai ales neuroștiința, acordă acum tot mai multă atenție acestor chestiuni, care au fost neglijate atât de multă vreme. Sunt încântat de evoluția recentă a metodologiei științifice în aceste domenii, în care tradiționalul principiu științific al verificării obiective de către o terță persoană este acum extins pentru a include domeniul experienței subiective. Un exemplu în acest sens sunt cercetările din neurofenomenologie ale regretatului meu prieten Francisco Varela.

De asemenea, am urmărit multă vreme cu mare interes descoperirile științifice privind înțelegerea efectelor practicii contemplative și ale cultivării deliberate a unor calități precum compasiunea, bunățatea, atenția și mintea calmă. Întotdeauna am simțit că, dacă știința ar putea arăta că aceste practici sunt deopotrivă posibile și benefice, atunci ar putea fi promovate prin intermediul educației oficiale.

Din fericire, există acum un corpus substanțial de dovezi în biologie, neuroștiință și alte domenii care sugerează că, chiar și din cea mai riguroasă perspectivă științifică, altruismul și grija pentru alții nu sunt doar în folosul nostru, dar sunt, într-un fel, intrinseci naturii noastre biologice. Astfel de dovezi, dacă ar fi combinate cu reflecția asupra propriilor experiențe personale și completate cu simplul bun-simț, ar putea, cred eu, să ofere un argument solid în favoarea beneficiilor cultivării valorilor umane fundamentale, care nu se bazează deloc pe principii religioase sau pe credință. Și socotesc acest lucru bine-venit.

Abordarea secularismului

Acestea sunt, prin urmare, bazele a ceea ce eu numesc „etica seculară”. Sunt conștient de faptul că, pentru unii oameni, în

special pentru unii frați și surori creștini și musulmani, faptul că folosesc cuvântul „secular“ ridică probleme. Cuvântul le sugerează unora respingerea fermă a religiei, sau chiar ostilitate față de aceasta. Ar putea părea că, folosind acest cuvânt, pledez pentru excluderea sistemelor etice din toate sferele vieții publice. Intenția mea nu este nicidecum aceasta. Dimpotrivă, felul în care eu înțeleg cuvântul „secular“ derivă din modul în care este el folosit în India.

India modernă are o constituție seculară și se mândrește cu faptul că este o țară seculară. În limbajul uzual indian, cuvântul „secular“, departe de a sugera un antagonism cu religia sau oamenii credincioși, sugerează de fapt un respect profund și toleranță pentru toate religiile. Ea implică, de asemenea, o atitudine inclusivă și imparțială care îi cuprinde și pe necredincioși.

Această semnificație a termenului „secular“ — toleranță reciprocă și respect pentru toate credințele, ca și pentru toți cei fără credință — derivă din trecutul istoric și cultural specific indian. Presupun că, în chip similar, înțelegerea occidentală a termenului își are rădăcinile în istoria europeană. Nu sunt istoric și nici expert în domeniu, dar mi se pare că, pe măsură ce știința a început să avanseze tot mai rapid în Europa, s-a produs o deplasare tot mai mare către raționalism. Și acest raționalism implică, între altele, o respingere a ceea ce a ajuns să fie socotit drept superstiții din trecut. Pentru mulți gânditori radicali, de atunci și până în zilele noastre, adoptarea raționalismului a atras o respingere a credinței religioase. Revoluția Franceză, care a exprimat atât de multe idei noi ale Iluminismului european, este un bun exemplu al acestei realități, cu puternica sa componentă antireligioasă. Desigur, a existat de asemenea o importantă dimensiune socială a acestei respingeri. Religia a ajuns să fie considerată conservatoare, legată de tradiție și strâns asociată cu regimurile vechi și eșecurile acestora. Moștenirea acestei istorii a făcut ca, timp de peste două sute de ani, mulți dintre cei mai influenți gânditori și reformatori să considere religia nu o cale către eliberarea

umană, ci un obstacol în calea progresului. Marxismul, una dintre cele mai puternice ideologii seculariste din secolul al XX-lea, a denunțat chiar religia ca fiind „opiu pentru mase“ — cu consecințe tragice, căci regimurile comuniste au suprimat cu forța religia în multe părți ale lumii.

Cred că acestei istorii i se datorează faptul că, în Occident, secularismul este atât de des înțeles ca fiind antagonic religiei. Secularismul și religia sunt adesea văzute ca două poziții opuse și mutual incompatibile și există chiar ostilitate și suspiciune între adepții celor două tabere. Chiar dacă nu pot accepta sugestia că religia este un obstacol în calea dezvoltării umane, cred că sentimentele antireligioase pot fi înțelese în contextul acestei istorii. Istoria ne învață adevărul incomod că instituțiile religioase și adepții fiecărei confesiuni au fost, la un anumit moment dat, implicați în exploatarea altora. Religia a fost, de asemenea, folosită ca pretext pentru conflicte și opresiune. Chiar și budismul, cu doctrina sa ce îndeamnă la nonviolență, nu poate scăpa în totalitate de această acuză.

Prin urmare, când atitudinile negative față de religie, în Occident sau aiurea, sunt motivate de o preocupare pentru dreptate, ele trebuie să fie respectate. S-ar putea spune că aceia care scot în evidență ipocrizia oamenilor religioși care încalcă principiile etice pe care le declară, la fel ca și cei care iau atitudine împotriva nedreptăților comise de figuri și instituții religioase, de fapt consolidează și fac bine tradițiilor însele. Când evaluăm, însă, asemenea critici, este important să facem distincția dintre criticile îndreptate împotriva religiei înseși și cele îndreptate împotriva *instituțiilor* religioase, care pot fi două lucruri cât se poate de diferite. După părerea mea, ideea de justiție socială nu contrazice în niciun fel principiile expuse de religia însăși, deoarece aproape de inima tuturor marilor tradiții se află scopul promovării celor mai bune calități ale umanității și cel al cultivării unor valori precum bunătatea, compasiunea, iertarea, răbdarea și integritatea personală.

Secularismul în India

Pentru mine, cuvântul „secular“ nu prezintă niciun pericol. Dimpotrivă, nu-i voi uita pe fondatorii constituției seculare indiene, precum dr. B.R. Ambedkar și dr. Rajendra Prasad, pe cel din urmă având onoarea să îl cunosc personal. Intenția lor de a promova secularismul nu a fost aceea de a îndepărta religia, ci mai degrabă de a recunoaște în mod formal diversitatea religioasă a societății indiene. Mahatma Gandhi, care a inspirat constituția, a fost un om profund religios. În ședințele sale zilnice de rugăciuni, el includea lecturi și cântece din toate tradițiile majore ale țării. Acest exemplu remarcabil este urmat în ceremoniile publice indiene până în zilele noastre.

Tipul de toleranță religioasă pe care Gandhi l-a personificat nu este nou în India. El are rădăcini străvechi, ce se întind cu mai bine de două mii de ani în urmă. El apare, de exemplu, pe coloane incizate din timpul domniei împăratului Așoka, în secolul al III-lea î.Hr. Una dintre inscripții conține un imn „pentru cinstirea religiei celuiilalt, căci astfel procedând o întărim și pe a noastră, și pe a celuiilalt“. Mai mult, literatura sanscrită ne dezvăluie o cultură clasică tolerantă din punct de vedere intelectual și bogată în dezbateri. În India, multe școli filosofice au făcut subiectul unor discuții ample încă din timpuri străvechi. Chiar și școli care seamănă destul de mult cu materialismul și ateismul modern au o istorie onorabilă și respectată în tradiția indiană. Textele filosofice clasice conțin numeroase referințe la școala carvaka, ai cărei adepți respingeau orice idee de Dumnezeu și de existență a sufletului după moarte. Alți gânditori s-au opus cu tărie viziunilor carvaka, socotindu-le nihiliste, dar materialismul lor radical a fost luat în serios drept concepție filosofică, iar fondatorul său era în general numit *rishi* (înțelept). Propunătorii ideilor carvaka s-au bucurat, de asemenea, de un anumit nivel de recunoaștere și respect din partea unora dintre conducătorii indieni — dintre care mulți erau deosebit de toleranți cu alte confesiuni

religioase. Împăratul musulman Akbar, care a purtat dialoguri cu hinduși, creștini și alții, este un exemplu concludent al acestei tradiții.

Am avut, acum ceva vreme, o discuție lămuritoare asupra acestui subiect cu un fost prim-ministru al Indiei, domnul L.K. Advani. El a sugerat că această îndelungată cultură a toleranței, diversității și dezbaterii în India este tocmai ceea ce explică succesul său remarcabil în menținerea unei democrații seculare. Sunt convins că are dreptate. În zilele noastre, în India majoritatea sunt hinduși, dar multe alte religii sunt de asemenea bine reprezentate. India este casa unei numeroase populații de musulmani — a doua ca mărime din lume, fapt care nu este apreciat de mulți din Vest — și sunt de asemenea milioane de sikhi și creștini, la fel ca și comunități destul de mari de jainiști, budiști, zoroastrieni și evrei. De fapt, minoritățile etnice și religioase ale Indiei sunt aproape prea numeroase pentru a le putea menționa. Mai mult, sute de limbi diferite sunt vorbite astăzi în țară. În mijlocul acestei diversități umane extraordinare este un lucru destul de obișnuit să vezi, pe străzile orașului, temple hinduse și minarete musulmane unul lângă celălalt. Cele mai multe sate au mai mult de o religie în rândul populațiilor lor. Am întâlnit recent un om din România care vizitase multe sate indiene pentru un proiect de cercetare. Pe când îmi povestea despre un sat, în mare parte musulman, din Rajasthan, în care existau doar trei familii de hinduși, și-a exprimat uimirea că acele familii trăiau fără niciun sentiment de teamă sau neliniște. Am socotit că mirarea sa era rezultatul mass-mediei occidentale care ilustrează eronat relațiile comunitare indiene. Este adevărat că au existat câteva incidente de violență publică în India, dar este o greșală să le generalizăm pentru întregul subcontinent. În afară de aceste incidente izolate, India menține, în ciuda mării sale diversități, o societate foarte pașnică și armonioasă. Este limpede că vechea doctrină indiană a nonviolentei (*ahimsa*) a înflorit și a fost adoptată ca principiu al coexistenței pașnice a tuturor credințelor. Aceasta este o

realizare extraordinară, una de la care toate celelalte țări din lume pot învăța.

Respectarea oamenilor ca ființe
Toleranța într-o epocă a globalizării

Uneori mă autodescriu ca pe un mesager modern al vechii gândiri indiene. Două dintre cele mai importante idei pe care le împărtășesc oriunde călătoresc — principiile nonviolentei și armoniei inter-religioase — sunt amândouă derivate din moștenirea indiană antică. Deși sunt, desigur, tibetan, și eu mă socotesc, într-un fel, fiu al Indiei. Încă din copilărie mintea mea a fost hrănită de clasicii gândirii indiene. De la vârsta de șase ani, când mi-am început studiile de călugăr, majoritatea textelor pe care le citeam și memoram erau din clasicii budiști indieni, dintre care mulți erau de la vechea universitate Nalanda din centrul Indiei. Și, de la prima tinerețe, trupul meu, de asemenea, a fost hrănit cu mâncare indiană: orez și *dal* (linte).

Sunt, prin urmare, foarte bucuros să promovez această înțelegere a secularismului specific indiană, căci am credea că poate fi de mare valoare pentru întreaga umanitate. În lumea interconectată și globalizată de astăzi, este un lucru obișnuit ca oameni cu viziuni diferite asupra lumii, de credințe și etnii variate, să trăiască unii lângă ceilalți. Sunt adesea șocat de acest lucru în călătoriile mele, mai ales în Occident. Pentru o parte considerabilă a umanității de astăzi, este posibil și foarte probabil ca un vecin, un coleg sau un angajat să aibă o limbă maternă diferită, să mănânce o mâncare diferită sau să fie adeptul unei religii diferite de a noastră. Avem, prin urmare, nevoie urgentă de a găsi moduri de a coopera unul cu celălalt, în spiritul acceptării mutuale și al respectului reciproc. Dacă pentru unii oameni traiul într-un mediu cosmopolit, unde pot experimenta un spectru larg de culturi variate, poate fi o sursă de bucurie, nu există nicio îndoială că pentru alții a trăi lângă cei care nu vorbesc aceeași

limbă sau nu au aceeași cultură poate ridica dificultăți. Poate crea confuzie, teamă și resentimente, ducând în cele mai grave cazuri la ostilitate față și noi ideologii de excludere bazate pe rasă, naționalitate sau religie. Din păcate, dacă privim în jurul nostru, vedem că astfel de tensiuni nu sunt întâmplări izolate, ci sunt, dimpotrivă, destul de comune. Mai mult, se pare că, pe măsură ce migrațiile economice vor continua, astfel de tensiuni vor spori.

Cred că într-o astfel de lume este vital pentru noi să descoperim o abordare cu adevărat trainică și universală a eticii, valorilor interioare și integrității personale — o abordare care poate transcende diferențele religioase, culturale și rasiale și poate ajunge în inimile oamenilor la un nivel fundamental uman. Această căutare a unei abordări durabile, universale, este ceea ce eu numesc proiectul pentru o etică seculară.

Înainte să continui elaborarea acestei abordări, trebuie să accept că există câțiva care, deși manifestă înțelegere față de explicația dată de mine, în termeni indieni, secularismului, încă mai pun sub semnul întrebării viabilitatea desprinderii în acest mod a eticii de religie. Neîncrederea în încercarea de a le separa pe cele două este atât de puternică în rândul unor adepți ai tradițiilor teiste, încât am fost atenționat, în unele ocazii, să nu folosesc termenul „secular“ atunci când vorbesc despre etică în public. Desigur, aceștia sunt oameni care cred cu toată sinceritatea că separarea eticii de religie este o mare greșală în sine și este într-adevăr sursa multora dintre problemele sociale și morale ale societății moderne — destrămarea familiilor, numărul crescut de avorturi, promiscuitatea sexuală, alcoolismul, dependența de droguri și așa mai departe. Pentru ei, aceste probleme rezultă în mare măsură din faptul că oamenii și-au pierdut fundamentele dezvoltării valorilor interioare pe care numai religia le poate oferi. Pe cei ale căror credințe religioase sunt atât de strâns legate de practica etică, este greu să îi convingi de posibilitatea existenței uneia fără cealaltă. Pentru cei care cred că nu se poate