

Libris.RO

Resurse **Învățăături de Chögyal Namkhai Norbu**

Compile și editate de John Shane

CRISTALUL ȘI CALEA LUMINII

Sutra, Tantra și Dzogchen

Traducerea din limba engleză:

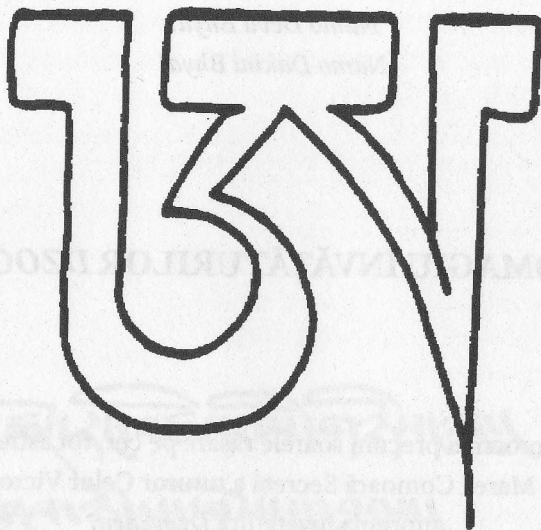
GABRIELLA SCHNEIDER

EDITURA  HERALD

București, 2018

CUPRINS

Nota editorului la ediția Snow Lion	7
Cele Șase Versuri Vajra	13
1. Nașterea, copilăria și educația mea; cum am ajuns să îl întâlnesc pe principalul meu maestru	17
2. O perspectivă introductivă: învățăturile <i>Dzogchen</i> și cultura Tibetului	28
3. Despre cum maestrul meu, Changchub Dorje, mi-a dezvăluit ce înseamnă cu adevărat Introducerea Directă	33
4. Relația dintre <i>Dzogchen</i> și diferitele niveluri ale Căii Budiste	43
5. Cu cei doi unchi ai mei care au fost maeștri <i>Dzogchen</i>	61
6. Baza	93
7. Calea	114
8. Fructul	159
Anexa 1	
A. Cele Trei Principii ale lui Garab Dorje privind învățăturile <i>Dzogchen</i>	181
B. Cheia Grupelor de Trei în învățăturile <i>Dzogchen</i>	181
C. Rezumat al celor Trei Metode	184
D. Principalele practici ale celor Trei Serii ale învățăturilor <i>Dzogchen</i>	188
Anexa 2	
Schiță biografică a autorului	193
Anexa 3	
Comentarii la planșe	199
Note	206
Alte publicații ale lui Chögyal Namkhai Norbu	221
Comunitatea <i>Dzogchen</i>	226
Index	228



Litera tibetană „A” de culoare albă, simbol al stării primordiale

NAȘTEREA, COPILĂRIA ȘI EDUCAȚIA MEA; CUM AM AJUNS SĂ ÎL ÎNTÂLNESC PE PRINCIPALUL MEU MAESTRU

De la începutul începuturilor
infinitul număr de ființe care există,
au drept condiție esențială înăscută
starea perfect pură a unei ființe iluminate;
știind că acest lucru este adevărat și pentru mine,
mă dedic realizării supreme.

*Rânduri despre Bodhicitta, scrise de Longchenpa
(1308–1363), exprimând conceptul Bazei în Anuyoga*

Se spune că la nașterea mea, în localitatea Geug, districtul Kongra din Derghe, situată în Tibetul de Est, în luna a zecea a anului Tigruului de Pământ (decembrie 1938), tufele de trandafiri de lângă casa părinților mei au înflorit, deși era iarnă. Doi dintre unchii mei au venit imediat în vizită. Ei fuseseră discipolii unui mare maestru, Adzam Drugpa, care murise cu câțiva ani în urmă, și acum ajunseseră ei înșiși maeștri *Dzogchen*. Credeau cu tărie că eu sunt o reîncarnare a maestrului lor, atât datorită celor împărtășite de acesta înainte de a muri, cât și pentru faptul că lăsase moștenire niște bunuri aparte unui fiu, care, spusese el, urma să se nască părinților mei după moartea sa. La vârsta de doi ani am fost recunoscut oficial ca reîncarnare de către un înalt *trulku* al școlii *Nyingmapa*¹, care mi-a dăruit câteva haine. Nu îmi amintesc multe

amănunte din cele petrecute atunci, știu însă că după aceea am primit o mulțime de cadouri.

Mai târziu, la vârsta de cinci ani, am fost recunoscut, de către cel de-al șaisprezecelea *Karmapa* și de către Situ Rinpoche de atunci, ca fiind încarnarea minții unui alt mare maestru, care fusese la rândul lui reîncarnarea fondatorului statului Bhutan modern, și a cărui genealogie au constituit-o *Dharmaraja* sau *Chögyal*², conducătorii temporali și spirituali ai aceluia stat până la începutul secolului al XX-lea. Pe măsură ce creșteam, am primit, așadar, o sumedenie de nume și titluri, multe dintre acestea fiind foarte lungi și de rezonanță. Eu nu le-am folosit însă niciodată, preferând întotdeauna numele pe care părinții mi l-au dat la naștere, *Namkhai Norbu*, care este, în felul lui, un nume destul de special. *Norbu* înseamnă „giuvaer”, și *Namkhai* înseamnă „al cerului” sau „al spațiului”. În tibetană folosirea genitivului este neobișnuită, însă părinții mei au ales acest nume întrucât, deși aveau patru fete minunate, își doriseră de multă vreme un fiu.

Aspirația aceasta a fost atât de puternică, încât au apelat la serviciile unui călugăr, care să o invoce vreme de un an întreg pe Tara (a se vedea ilustrația de la pagina 21), rugând-o să le îndeplinească dorința. Acest călugăr a devenit și tutorele surorii mele. În cele din urmă, a avut un vis pe care l-a interpretat ca fiind un semn favorabil. Se făcea că o plantă minunată crescuse chiar în fața vetrei din casa părinților mei, și din ea a înflorit o superbă floare galbenă, care s-a deschis și s-a făcut foarte mare. Călugărul a fost sigur că semnul indică nașterea unui băiat. Mai târziu, când m-am născut, părinții mei au fost atât de fericiți încât au avut sentimentul că sunt un dar al cerurilor. De aceea m-au numit „Giuvaer al Spațiului”, și acesta este numele pe care l-am purtat mereu.

Părinții mei au fost întotdeauna foarte buni cu mine, iar eu am devenit un băiețel la fel de neastâmpărat ca oricare altul. Am învățat să scriu și să citesc acasă. Copil mic fiind, am visat adesea

că merg cu viteză mare în interiorul a ceva ce mie mi se părea că este un tigru, o fiară cu un răget bizar. Nu văzusem niciodată un mijloc de transport motorizat, căci pe vremea aceea nu exista niciunul prin părțile noastre din Tibet. Desigur, mai târziu am ajuns să călătoresc de multe ori cu mașina, și atunci mi-am dat seama că aceasta era ceea ce văzusem în visele mele. Primul camion l-am văzut ca adolescent, într-o noapte când, călărind pe coasta unui munte, am văzut în vale autocamioane trecând pe noul drum chinezesc.

Farurile din spate ale camioanelor uriașe aruncau o lumină roșie strălucitoare, și m-am gândit că au luat foc. De asemenea, am visat obiecte zburătoare ciudate incandescente care explodau provocând distrugerii teribile. Acum știu că ceea ce visam erau proiectile care se fabricau în alte părți îndepărtate ale lumii.

Uneori le jucam vecinilor niște feste care îmi produceau serioase neplăceri când tatăl meu se întorcea din călătoriile sale de serviciu. Mă bătea și eram foarte furios, încercând să mă răzbun pe vecinii care îi povestiseră ce-am făcut, făcându-le și mai multe șicane. Ceea ce îmi aducea, desigur, și mai multe neplăceri. De-abia sub influența bunicii mele am început să am mai multă considerație față de vecini. Ea fusese un discipol de-al lui Adzam Drugpa și s-a ocupat foarte mult de mine. Câteodată reușea să mă scape de pedeapsă împiedicându-i pe părinții mei să descopere ce am făcut. Îmi amintesc că odată am găsit cadavrul unui rozător uriaș numit marmotă. Neobservat de nimeni, am petrecut o după-amiază încântătoare jucându-mă cu creatura moartă, umplându-i corpul cu apă și învârtind-o deasupra capului. Când am luat însă jucăria cu mine în pat, bunica m-a prins. Știa că mama ar fi fost foarte supărată dacă ar fi aflat ce am făcut și că și-ar fi făcut griji să nu mă fi infectat cu vreo boală, așa că nu a spus nimănui nimic. Am găsit că este un gest foarte frumos din partea ei, și am iubit-o enorm. Când am văzut însă cum plânge încet din cauza

purțării mele, când credea că dorm, am fost adânc mișcat și am decis să-mi corectez comportamentul. Nu pot spune însă că am reușit vreodată să-mi înfrânez complet tentația de a face șotii.

Într-o bună zi, pe atunci aveam cinci ani, mă jucam în curte, când au apărut doisprezece călugări, toți îmbrăcați elegant. Locul în care trăiam era foarte izolat și aproape niciodată nu treceau pe acolo călători, astfel că am fost foarte surprins să-i văd. Nu aveam idee de ce veniseră. Au intrat în casă și puțin mai târziu am fost chemat și eu înăuntru. Am fost dus în cămăruța cu altar și îmbrăcat în haine fine de mătase. Nu am înțeles pentru ce m-au îmbrăcat astfel, însă m-am bucurat. Am stat apoi ore în șir pe un tron înalt pe care îl pregătiseră special pentru mine, timp în care ei au îndeplinit un ritual, după care au plecat. În sinea mea mi-am spus: „Bun, asta a fost tot”. Însă de atunci toți îmi aminteau întruna că sunt o reîncarnare și îmi arătau mare respect, astfel încât am realizat repede că nici vorbă de sfârșit, ci, dimpotrivă, totul abia începuse.

Am locuit acolo cu un maestru, un profesor care m-a pus să studiez serios zi și noapte până când am împlinit nouă ani. Aveam atât de multe lucruri de învățat, inclusiv toate regulamentele și rugăciunile mănăstirii. Un călugăr termină în mod normal o astfel de pregătire la nouăsprezece ani, eu însă am încheiat-o în întregime la opt ani, pentru că maestrul meu a fost foarte sever și nu mi-a lăsat deloc timp liber. Am fost însă și dotat în mod natural cu darul memoriei.

Laturo mea neastâmpărată reușea totuși din când în când să iasă la suprafață. Îmi amintesc, de exemplu, că odată, când regele lua parte la o ceremonie militară în cursul căreia trebuia să stea pe cal nemișcat timp îndelungat în curtea din fața ferestrei mele de la primul etaj, m-am aplecat peste pervaz și i-am reflectat cu o oglindă razele soarelui în ochi, orbindu-l. Intenția mea, destul de nevinovată, a fost să-l ajut să depășească seriozitatea relativ apă-



Tara Verde. Există douăzeci și una de manifestări Sambhogakaya diferite ale lui Tara, o emanatie feminină a lui Buddha Amitabha (aspect al lui Buddha primordial în Dharmakaya). Fiecare formă a lui Tara întrușează un aspect particular al compasiunii. Tara Verde reprezintă aspectul activ, energic, al compasiunii, ea fiind proteoarea națională a Tibetului, în timp ce Tara Albă, de exemplu, întrușează aspectul fertil, matern, al compasiunii. (Desen de Nigel Wellings.)

sătoare a ceremoniei. Spre norocul meu, regele mă cunoștea pe atunci foarte bine, astfel încât nu s-a simțit deloc ofensat, ba chiar s-a amuzat el însuși de îndată ce și-a redobândit controlul.

Apoi am învățat timp de un an toate regulile de desenare și de practicare a *mandalei*, după care am plecat la colegiul monastic. Un colegiu are întotdeauna legile și regulamentele lui proprii, iar cel pe care îl urmam eu prevedea cinci ani de studiu. Cum însă eu intrasem la colegiu la o vârstă mult mai fragedă decât se obișnuia, am rămas acolo șase ani. Vârsta normală pentru admiterea în colegiu era de minimum treisprezece ani, iar eu aveam doar nouă ani când m-am dus acolo, astfel încât nu mi s-a pus la socoteală primul an, care a fost considerat în cazul meu ca un fel de perioadă de test, în care voiau să vadă dacă sunt capabil să fac față. Aici se cerea mai mult decât simpla memorare a datelor: studiam filosofie, care necesită capacitatea de a raționa corect; mulți colegi au considerat că este prea greu și au abandonat.

Fiind mult mai tânăr decât ceilalți studenți, viața în colegiu nu a fost nici pentru mine întotdeauna ușoară, și am suferit, la fel ca și ceilalți, din cauza asprimii vieții în acest gen de instituție. A trebuit să învăț foarte repede câteva lecții practice. Când tatăl meu m-a adus la colegiu pentru primul trimestru, mi-a lăsat destule provizii ca să îmi ajungă cele trei luni până la vacanță. Dar cum eu nu îmi administrasem niciodată până atunci singur proviziile, la jumătatea perioadei pentru care fuseseră prevăzute le consumasem deja pe toate, deoarece mă dovedisem mult prea generos în ospitalitatea față de noii mei colegii. Când nu am mai avut nimic de mâncare am reușit să supraviețuiesc mai mult de o săptămână cu ceaiul amestecat cu unt sărat de iac, singurul lucru pe care ni-l dădeau în școală, după care, fiind prea flămând ca să mai fac caz de mândrie, mi-am călcat pe inimă și am cerut ajutorul profesorului meu. Acesta a fost foarte cumsecade și mi-a aranjat să primesc în

fiecare seară o farfurie de supă. Bineînțeles, în trimestrul următor am fost mult mai cumpătat cu resursele mele.

Regulamentul colegiului era foarte sever controlat și prevedea să rămânem în fiecare seară, după cină, în cămăruțele noastre ca să practicăm și să studiem până la culcare. Ni se puneau la dispoziție lămpi cu unt și cărbune de încălzit, însă nu în cantități foarte generoase. Îmi amintesc că, o dată, untul din lampa mea s-a terminat înainte ca eu să fi citit în întregime numărul considerabil de practici pe care le aveam de repetat în fiecare noapte pentru a-mi respecta promisiunile făcute la primirea numeroaselor inițieri prin care trebuia să treacă un *trulku* ca mine.

Nu ne era permis să părăsim camerele la o asemenea oră, iar pe coridor patrula un călugăr, urmărind ca regulile să fie respectate, astfel încât nu am avut curajul să merg la vecin să împrumut o lampă, însă am încercat să citesc exercițiile la lumina focului de cărbuni. Cunoșteam o parte din text destul de bine ca să reușesc să-l recit chiar și atunci când cărbunii de-abia mai pâlpâiau, însă când s-a dus și ultima scânteie, m-am aflat în întuneric cu un teanc de pagini tibetane lungi care trebuiau citite dacă voiam să-mi respect promisiunile legate de *samaya*. Pe atunci nu știam cum să-mi respect angajamentul aplicând părțile esențiale ale practicii și interpretam și aplicam instrucțiunile date de profesorii mei într-o manieră foarte literală.

În vacanțe am găsit timp să-i vizitez pe cei doi unchi ai mei, și aceste vizite au fost foarte importante pentru mine, deoarece amândoi erau practicanți *Dzogchen*. Unul dintre ei era abate, iar celălalt yoghin, și în capitolele care urmează am de gând să povestesc câteva dintre experiențele pe care le-am avut cu ei, sperând ca acestea să dea viață învățăturilor *Dzogchen* pentru cititori. Relația cu ei a fost de foarte mare importanță pentru mine în decursul anilor de colegiu, și exemplul lor ca practicanți a compensat în

mod vital accentul pus pe studiile intelectuale care au dominat viața mea între nouă și șaisprezece ani.

În cele din urmă, în 1954, când aveam șaisprezece ani, mi-am terminat studiile și am părăsit colegiul. De pe atunci știam deja o mulțime de lucruri despre toate variatele forme ale învățaturii, fiind considerat bine pregătit și în medicina și astrologia tibetane. Studiasem sârguincios cu mulți maeștri, dintre care unii chiar au fost de părere că stăpânesc atât de bine unele subiecte încât mi-au cerut să predau în colegiu. Puteam recita texte întregi filosofice și ritualice pe dinafară, astfel că atunci când mi-am luat diploma am avut impresia că am învățat, într-adevăr, o mulțime de lucruri. Mai târziu am descoperit că, de fapt, nu înțelesesem absolut nimic.

Fără să-mi dau seama, întâmplările m-au călăuzit spre acel maestru anume care urma să confere o perspectivă nouă și mai profundă tuturor lucrurilor pe care le învățasem și le experimentasem, iar prin intermediul contactului cu el urma să ajung la o retrăzire spirituală și la o adevărată înțelegere a învățăturilor *Dzogchen*. Prin inspirația pe care mi-a transmis-o am ajuns să cunosc importanța acestor învățături și, în cele din urmă, să le predau eu însumi în lumea occidentală. Acest maestru nu era un personaj fastuos. Tibetanii sunt obișnuiți în general ca învățăturile să fie reprezentate de profesori faimoși, de rang înalt, care se prezintă într-un stil impunător. De fapt, în lipsa unor asemenea semne exterioare, oamenii nu pot recunoaște, de obicei, calitățile unui maestru, și probabil că nici eu nu eram altfel.

La terminarea colegiului mi s-au încredințat primele responsabilități oficiale și am fost trimis în China ca reprezentant al tineretului tibetan la Adunarea regională a provinciei Szechuan, organul de guvernământ local, și, în timpul petrecut acolo, am început să învăț limba chineză, predând în același timp limba tibetană. Aceste activități secundare, alături de funcția mea oficială, m-au ținut extrem de ocupat. Cu toate acestea, nu am putut să

nu remarc cât de diferită era structura socială și politică de acolo și să nu mă întreb în ce măsură ceea ce se întâmplă în China o să afecteze, eventual, propria mea țară și poporul ei.

Apoi, am avut într-o noapte un vis – un vis deosebit de important – în care am văzut un loc cu multe case albe construite din ciment. Deoarece nu erau construite în stil tibetan, ci într-o manieră des întâlnită în China, am crezut în mod greșit, după cum aveam să aflu mai târziu, că erau case chinezești. Dar când în vis m-am apropiat de clădiri, am văzut pe una dintre ele mantra lui Padmasambhava, scrisă mare în caligrafie tibetană. Am fost uluit, pentru că dacă aceea era, într-adevăr, o casă chinezească, ce căuta deasupra ușii o mantră scrisă în limba tibetană?

Așa că am deschis ușa, am intrat, și am văzut înăuntru un om în vârstă – un bătrân obișnuit, după toate aparențele. Nu știu cum se face însă că în interiorul meu s-a ivit brusc întrebarea: „Să fie oare acest om cu adevărat un maestru?” Și, spre surprinderea mea, bătrânul s-a aplecat atingându-și fruntea de a mea în felul în care maeștrii tibetani se salută între ei, și a început să recite mantra lui Padmasambhava, care părea să dea răspuns întrebării mele. Ceea ce se întâmpla continua să mă surprindă în mare măsură, dar am fost absolut convins că bătrânul din visul meu era un maestru.

El mi-a spus apoi să înconjur o stâncă mare din apropiere, adăugând că în spatele ei, la mijloc, voi găsi o grotă conținând opt mandale naturale. M-a îndemnat să merg imediat și să mă uit la ele. Acest lucru m-a uluit și mai mult decât faptul că am întâlnit un maestru în asemenea împrejurări ciudate, cu toate acestea am făcut ce mi-a spus și m-am dus să caut stânca la care se referea. Când am dat de grotă, în spatele meu s-a ivit tata, care, în timp ce intram în ea, a început să recite cu voce tare Sutra *Inimii* sau *Prajnaparamita Hridaya*, o sutra *Mahayana* importantă. Am început și eu să recit sutra împreună cu el, și am înconjurat împreună interiorul grotii. În ciuda tuturor eforturilor mele, nu am putut vedea în în-

tregime cele opt mandale despre care vorbise maestrul. Am putut zări doar colțurile și conturul lor, dar m-am trezit cu prezența lor în minte.

La un an după acest vis, când m-am întors în Tibet, a venit în vizită la tatăl meu un om din satul vecin, pe care l-am auzit povestindu-i despre un doctor extraordinar pe care tocmai îl întâlnise. A făcut o descriere amănunțită atât a doctorului, cât și a locului în care trăia acesta, și, în timp ce vorbea, mi-am reamintit visul. Am avut certitudinea că omul pe care îl descria era cel pe care îl văzusem în vis.

Am vorbit imediat cu tata. Îi povestisem deja visul meu din China cu omul în vârstă ce părea să fie un maestru, și acum i l-am reamintit, întrebându-l dacă nu l-am putea vizita pe doctorul despre care îi vorbise prietenul lui. Tatăl meu a fost de acord și a doua zi am pornit la drum. Am călătorit patru zile călare, iar când am ajuns în satul în care trăia doctorul, omul în vârstă pe care l-am întâlnit acolo semăna perfect cu cel văzut de mine în vis. Am avut chiar senzația că mai fusesem în satul acela, cu casele sale tibetane construite în stil chinezesc. Și mantra era scrisă deasupra ușii exact așa cum o văzusem în vis.

Nu m-am îndoit nicio clipă că acest bătrân va fi maestrul meu, și chiar de la prima mea vizită în satul lui am decis să rămân acolo și să primesc învățături de la el. Numele lui era Changchub Dorje, și după aspectul exterior arăta ca un țăran obișnuit din Tibet. Modul său de a se îmbrăca și stilul său de viață erau în aparență perfect obișnuite. Însă după cum voi arăta mai încolo, condiția sa de existență era departe de a fi obișnuită.

Discipolii care trăiau în jurul lui duceau și ei o viață foarte normală. În majoritatea lor erau oameni foarte simpli, neînstăriți, care cultivau și recoltau cereale, lucrau pământul și practicau împreună.

Changchub Dorje era un maestru *Dzogchen*, și *Dzogchen* nu depinde de aspectele exterioare; este mai curând o învățatură despre esența condiției umane.

Mai târziu, când din cauza problemelor politice a trebuit să părăsesc Tibetul ca să mă stabilesc în cele din urmă în Occident, preluând un post de profesor la Institutul Oriental din Neapole, Italia, am ajuns să realizez că, deși condițiile exterioare și cultura în care trăiau oamenii erau foarte diferite de cele pe care le părăsisem odată cu Tibetul, condiția fundamentală a fiecărui individ este pretutindeni aceeași.

Mi-am dat seama că învățăturile *Dzogchen*, nefiind dependente de cultură, pot fi predate, înțelese și practicate în orice context cultural.