

Dalai Lama

POTENȚIALUL
NOSTRU UMAN

**Calea budistă a compasiunii, altruismului și
liniștii interioare**

de Sanctitatea Sa Dalai Lama

Prelegeri susținute la Universitatea Harvard

Traducere din limba engleză de:
Ruxandra Apetrei

EDITURA  HERALD
București

CUPRINS

PREFAȚA TRADUCĂTORULUI JEFFREY HOPKINS	9
ABORDAREA ANALITICĂ BUDISTĂ	13
REFUGIUL	15
PATRU PERSPECTIVE DIFERITE	21
NEVOIA DE ANALIZĂ	25
CELE PATRU NOBILE ADEVĂRURI	28
NEVOIA UNEI EXAMINĂRI ATENTE	30
EXISTENȚA CICLICĂ	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	35
ATRIBUTE ALE CELOR PATRU	
NOBILE ADEVĂRURI	43
LUMEA	47
PSIHOLOGIA EXISTENȚEI CICLICE	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	61
SURSELE SUFERINȚEI	71
KARMA	73
PSIHOLOGIA BUDISTĂ	76
MAI MULTE DESPRE CONȘTIINȚĂ ȘI KARMA	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	83
MINTEA ȘI FACTORII MENTALI	92

FACTORII MENTALI	94
NIVELURI DE CONȘTIINȚĂ	102
KARMA	104
12 RAMURI ALE GENERĂRII DEPENDENTE	107
ÎNCETAREA SUFERINȚEI ȘI NATURA DE <i>BUDDHA</i>	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	117
ÎNCETAREA SUFERINȚEI	129
NATURA DE <i>BUDDHA</i>	133
NIVELURI ALE VACUITĂȚII	140
CĂILE DE URMAT ȘI FOLOSIREA STĂRII DE BEATITUDINE	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	143
ADEVĂRATELE CĂI	151
TEHNICI DE MEDITAȚIE	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	165
CULTIVAREA CALMULUI MEDITATIV	175
OBIECTELE UNIVERSALE	177
OBIECTE PENTRU PURIFICAREA COMPORTAMENTULUI	178
OBIECTE LEGATE DE ISCUSINȚĂ	178
OBIECTE ALE OBSERVAȚIEI PENTRU PURIFICAREA EMOȚIILOR DISTRUCTIVE	179
	179
ALTRUISMUL	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	187
ATINGEREA STĂRII DE CALM MEDITATIV	191
CULTIVAREA ÎNȚELEGERII INTUITIVE	194
APRECIEREA DUȘMANILOR	
SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	213
ANTRENAREA ALTRUISMULUI	220
ACȚIUNILE UNUI BODHISATTVA	229
ÎNȚELEPCIUNEA ȘCOLII „DOAR-MINTE”	230

ÎNȚELEPCIUNEA

SESIUNE DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	235
ÎNȚELEPCIUNEA ȘCOLII „CĂII DE MIJLOC”	239
MANTRA	254
ORDINELE TIBETANE	257
CONCLUZIE	258

INDEX	261
--------------	-----

BIBLIOGRAFIE

SUTRE ȘI TANTRE	273
TEXTE ÎN LIMBILE SANSCRITĂ ȘI TIBETANĂ	274
CINCI TRATATE DESPRE STADII	275
ALTE TEXTE	284

PREFAȚA TRADUCĂTORULUI

În luna august a anului 1981, Sanctitatea Sa Dalai Lama al Tibetului a susținut o serie de prelegeri la Universitatea Harvard, sub patronajul Institutului American de Studii Budiste și al Centrului de Studiu al Religiiilor Lumiiⁱ. Prelegerile susținute în cadrul evenimentului organizat de Profesorul Robert Thurman, președintele Institutului American de Studii Budiste, în incinta *Emerson Hall* din cadrul Universității Harvard, și-au atins din plin scopul de a oferi o introducere în profunzimea teoriei și practicii budiste.

Prelegerile s-au întins pe durata a cinci zile, în fiecare zi având loc sesiuni de aproximativ două ore, dimineața și după-amiaza. Folosind [cadrul teoretic] al celor Patru Nobile Adevăruri, Sanctitatea Sa Dalai Lama a descris situația ființelor captive într-o stare de suferință determinată de acțiuni contra-productive, generate, la rândul lor, de o înțelegere greșită a naturii umane și a altor fenomene. Pentru că ignoranța este cauza tuturor suferințelor, Sanctitatea Sa a descris în detaliu calea spre ieșirea din această situație: motivarea de a ne extrage din repetitivitatea atitudinilor nesănătoase, conștientizarea efectului pe care îl are propria stare asupra stării celorlalți și modul în care se generează, pe cale de consecință, compasiunea universală. Sanctitatea Sa a accentuat în special

ⁱ În original, American Institute for Buddhist Studies și Center for the Study of World Religions. (N. red.)

felul în care, cu ajutorul înțelepciunii, putem străpunge vălul falselor aparențe ale fenomenelor și cum putem ajunge la adevărata lor natură, nealterată de idei preconcepute.

După prima prelegere ținută luni dimineața, Sanctitatea Sa Dalai Lama a răspuns la întrebări la începutul fiecărei prelegeri care a urmat. Având în vedere că s-au atins teme precum relația dintre știință și religie, natura și nivelurile conștiinței, sensul de a trăi ca persoană într-un sistem altruist, dualismul și non-dualismul, diferența dintre diminuarea valorii de sine și altruism, metode de vindecare a depresiei, tipurile de corpuri-curcubeu, diferența dintre atașament dăunător și atașament benefic, statutul femeilor în budism, conflictul dintre evoluție și teoria budistă a devoluției, rolul sexului pe calea tantrică, [informații despre] cum să desfășori practica zilnică fără să te atașezi de aceasta și despre echilibrarea acțiunii altruiste cu dezvoltarea internă, răspunsurile au acoperit un spectru larg de subiecte pe care chiar și cei cu un interes pasager față de budism au dorit să le înțeleagă în ultimele decenii. Răspunsurile oferite de Sanctitatea Sa au revelat abordarea sa profund compasională și totodată practică asupra acestor teme fundamentale, presărată cu un umor care denotă modestie.

Prelegerile traduse și editate în această carte oferă informații tehnice despre perspectiva budistă asupra existenței umane, precum și sfaturi inspirate despre iubire și compasiune. Inteligența și abilitatea impresionantă de expunere a ideilor, combinate cu spiritul practic plin de compasiune al Sanctității Sale reverberează pe parcursul prelegerilor. Dalai Lama vorbește din inimă, cu o profunzime oferită de tradiția budistă ajunsă la un înalt nivel de dezvoltare în regiunea culturală tibetană, care cuprinde zonele mongole populate de calmucii din apropierea râului Volga (în Europa), acolo unde râul se varsă în Marea Caspică, Mongolia Exterioară și Mongolia Interioară, Republica Siberiană Bureatia, Ladakh, Bhutan,

Sikkim, mare parte din Nepal și toată provincia Ch'ing-hai de astăzi împreună cu anumite părți din Gansu, Yunan și cu Provinciile Sichuan (care erau parte din teritoriul Tibetului înainte de Cucerirea chineză din anii '50). În această regiune întinsă a Asiei Centraleⁱ, limba în care se spuneau rugăciunile și a discursurilor filosofice a fost limba tibetană, iar marile universități monastice tibetane atrăgeau studenți din toate zonele enumerate mai sus, înainte de acapararea zonei de către comuniști. Dalai Lama vorbește din experiență și prin prisma acestei tradiții budiste vechi de sute de ani despre aplicarea principiilor și a tehnicilor budiste într-o perioadă foarte dificilă în care tibetanii și-au pierdut ținuturile natale.

Cu o apăsare aparte în glas, Dalai Lama a vorbit despre valoarea inamicului și despre nevoia presantă de compasiune, răbdare și toleranță. Pe măsură ce prelegerile se desfășurau, se întrevedea imaginea unui Dalai Lama care depune eforturi pentru a aduce pace la nivel individual, în familii, la nivel local, național și internațional – un lider al umanității care propune metode și promovează anumite atitudini pentru a participa în mod activ la transformarea conflictului în stare de pace.

Am fost interpretul Sanctității Sale pe parcursul acestor prelegeri pe care le-am retradus pentru această carte în încercarea de a surprinde detaliile și nuanțele care se pierd adesea sub presiunea traducerii simultane.ⁱⁱ Doresc să-i mulțumesc lui Kensur Yeshi Thupten, fost lama al unui colegiu monahal tibetan acum reinstituat în Sudul Indiei, pentru că a identificat [sursele a] numeroase citate rostite de Sanctitatea Sa, și lui Elisabeth S. Napper, director executiv al Institutului de Studii Tibetane, pentru cantitatea considerabilă de sugestii editoriale. Îi mulțumesc totodată lui Gareth Sparham, care a citit întregul manuscris și a făcut observații deosebit de folositoare.

ⁱ Cunoscută și drept Asia Interioară sau Mijlocie. (*N. red.*)

ⁱⁱ Sanctitatea Sa Dalai Lama a susținut aceste prelegeri în tibetană, iar Jeffrey Hopkins a fost interpretul său de limba engleză. (*N. red.*)

Explicarea alegerilor de traducere, trimiterile la materiale suplimentare de studiu, precum și referințele pentru fragmentele citate sunt date în cele câteva note de subsol din cuprinsul cărții. Numele autorilor tibetani și ale ordinelor tibetane sunt scrise în alfabetul latin pentru a facilita pronunția; pentru mai multe detalii despre sistemul de scriere folosit, vezi explicațiile tehnice de la începutul cărții *Meditations on Emptiness*. Menționarea transcrierii în alfabetul tibetan între paranteze și în Glosar s-a făcut după sistemul conceput de Turell Wylie; vezi „Un Sistem Standardizat de transcriere în limba Tibetană”, studiu publicat în *Harvard Journal of Asiatic Studies*, 22, 1959, pp. 261-267. Pentru transcrierea numelor cercetătorilor indieni și ale școlilor de gândire s-au folosit grupurile *ch*, *sh* și *ṣh* în locul obișnuitelor *c*, *ś*, și *s*, cu scopul de a facilita pronunția pentru nespecialiști.

Jeffrey Hopkins
University of Virginia

ABORDAREA ANALITICĂ BUDISTĂ

Luni dimineața

Sunt foarte bucuros și profund onorat să vorbesc despre budism și în special despre filosofia budistă în cadrul acestei universități celebre. Voi vorbi despre budism din perspectiva largă a celor Patru Nobile Adevăruri în engleza mea deficitară, atunci când am să mă simt în stare. În rest, mă voi exprima cu ajutorul interpretului meu.

Vă voi vorbi despre școlile budiste de gândire și despre ideile exprimate în cadrul acestora. Voi pune accent pe școala „Căii de mijloc” [Madhyamika]ⁱ și pe școala „Doar-Minte” [Cittamātra]ⁱⁱ. Dacă ar fi să vorbesc despre toate școlile de gândire budiste, probabil că v-aș confuza și m-aș confuza și pe mine!

Învățătorul doctrinei budiste din această epocă a fost Gautama Buddha, născut în tribul Shākya din India. Povestea vieții lui Buddha cuprinde trei părți: generarea inițială a intenției altruiste de a atinge Iluminarea, acumularea de merite și înțelepciune și atingerea stării de Iluminare, și învârtirea roții doctrinei. Motivul pentru care povestea lui este prezentată astfel este pentru că în budism nu există un învățător care să

ⁱ *Dbu ma pa, mādhyamika*. Cea mai influentă dintre cele patru școli filosofice majore ale budismului tibetan. Numele său înseamnă literal „Calea de mijloc”, între extremele eternalismului și nihilismului. Prāsaṅgika Madhyamika, școala Consecinței, este una dintre cele două subșcoli principale ale Madhyamika. (*N. red.*)

ⁱⁱ *Sems tsam pa, cittamātra*.

fie iluminat de la începutul timpurilor, în schimb orice om trebuie să atingă Iluminarea.

Pentru că în budism există patru școli de gândire, există și mai multe metode de generare a intenției altruiste de a deveni iluminat, de a acumula merite și înțelepciune și de a atinge Iluminarea. General vorbind, Shākyamuni a fost primul care a dezvoltat aspirația către *condiția de buddha*ⁱ pentru a aduce bunăstarea ființelor conștiente, starea de bine a acestora fiind intenția lui primordială, în timp ce Iluminarea a fost mijlocul de a o realiza. Apoi, în etapa de mijloc, el a acumulat merite și înțelepciune pe parcursul a trei perioade, fiecare întinsă pe nenumărați eoni, în urma cărora a devenit pe deplin iluminat. Povestea vieții lui Shākyamuni se găsește în literatura budistă, așa că nu este nevoie să o repetăm aici.

Pentru mine are o mare importanță faptul că viața lui Buddha, a lui Iisus Hristos și a altor învățători din trecut este marcată de simplitate și devotament față de munca depusă în beneficiul concret al celorlalți. Fiecare dintre acești lideri este un exemplu de asumare voluntară a suferinței – fără a ține seama de greutate – spre binele celorlalți. Buddha, de exemplu, deși născut într-o familie bogată, a renunțat la toate beneficiile lumefști și s-a retras într-o zonă îndepărtată pentru a-și desfășura practica în condiții de austeritate. Numai după aceea a devenit complet iluminat. Ca urmași ai acestor credințe, avem datoria de a avea în vedere aceste asemănări esențiale [între liderii acestor credințe].

După ce Shākyamuni a devenit Buddha la Bodhgayā, nu a predat nimic timp de câteva săptămâni, nu a învățat roata doctrinei. El a atins Iluminarea în cea de-a cincisprezecea zi a celei de-a patra luni [conform calendarului indo-tibetan] și a început să predea doctrina sa în cea de-a patra zi a lunii a

ⁱ În original, *Buddhahood*. Am tradus *buddhahood* prin „condiția de buddha”, întrucât nu este vorba despre o „stare”, adică una dintre multele alternative (existențiale în acest caz), ci despre *singura* condiție existențială *reală* (cel puțin în accepțiunea budistă). (*N. red.*)

șasea. Adică mâine; se pare că noi am început să vorbim mai devreme cu o zi!ⁱ El a început să învârtă roata doctrinei cu un discurs ținut în orașul Varanāsi, despre cele Patru Nobile Adevăruri, rostit în fața a cinci asceți. Înainte de a ajunge la învățăturile lui legate de cele Patru Adevăruri, haideți să ne pregătim discutând despre tema fundamentală a celor trei refugii.

REFUGIUL

Ce fel de refugiu ne oferă budismul? Care e diferența dintre budiști și non-budiști? Dacă ne raportăm la ideea de refugiu, budist este acela care îl consideră pe Buddha, împreună cu doctrina sa și cu comunitatea spirituală ca refugiu ultim. Dintr-o perspectivă filosofică, budistul este cel care afirmă cele patru perspective [pe care le vom explica mai târziu] care garantează caracterul budist al unei doctrine. Referitor la cele trei refugii, numite Cele trei Nestemateⁱⁱ, se spune că Buddha este cel care ne învață despre refugiu, dar refugiuul propriu-zis se găsește în *dharmā*, adică în doctrină. Buddha însuși spune: „Eu vă arăt calea spre eliberare. Liberarea propriu-zisă depinde de voi”ⁱⁱⁱ. În spiritul aceleiași idei, Buddha adaugă: „Ești propriul tău stăpân”. Comunitatea spirituală este formată din cei care îi asistă pe cei aflați în căutarea refugiului.

Buddha

Ce este un *buddha*, conform celor mai înalte sisteme de gândire? Cu toții avem caracteristicile primordiale^{iv} necesare

ⁱ Referindu-se la momentul în care a susținut această prelegere. (*N. red.*)

ⁱⁱ *Dkon mchog gsum, triratna.*

ⁱⁱⁱ A se vedea, de exemplu, *Udānavarga*, XII.8 și XXIII.10ff. Pentru o traducere a textului, a se vedea Gareth Sparham, *The Tibetan Dhammapada: Sayings of the Buddha* (Wisdom, Londra, 1986).

^{iv} În original, *substances.* (*N. red.*)

pentru a deveni *buddha* – corp, discurs și minte – și, datorită acestor factori esențiali, putem să ne ridicăm corpul, mintea și discursul la un nivel sublim propriu *condiției de buddha*, condiție cu care culminează călătoria spre Iluminare. În ce privește *mintea superioară de buddha*, vom distinge între două trăsături ale acesteia: faptul de a cunoaște și natura supremă, ultimă de a fi a acestei mințiⁱ. Acestea două se numesc Corpul Înțelepciunii și al Adevăruluiⁱⁱ și Corpul Esenței unui *buddha*ⁱⁱⁱ, împreună fiind denumite Corpul de Adevăr al unui *buddha*^{iv}.

În entitatea unitară a Corpului Esenței unui *buddha*, se diferențiază două tipuri de realități – realitatea finală sau sfera realității^v în care impuritățile dispar și acțiunea separării de impurități folosind puterea antidotului lor. Aceste [două realități] sunt factorul purității naturale și cel al purității atinse prin [eliminarea tuturor] impurităților temporare – cele două aspecte ale Corpului Esenței unui *buddha*.^{vi}

Doctrina [Dharma]

Dintre cele Trei Nestemate care constituie refugiul budist – Buddha, doctrina și comunitatea spirituală –, Nestemata doctrinei are două dimensiuni: încetările adevărate și căile adevărate. Încetările adevărate sunt refugiul propriu-zis, adică fac posibilă protecția de lucrurile nedorite, fiind stări de separare de suferință și de cauzele acesteia. La încetările adevărate se ajunge parcurgând căile adevărate. De aceea refugiul propriu-zis este constituit din încetări adevărate și din căi adevărate. Prelegerile care vor urma vor avea ca

ⁱ În original, *suchness* – stare cunoscută în budism ca *tathata*, starea de a fi a minții fără alte caracteristici. (N. red.)

ⁱⁱ *Ye shes chos sku, jñānadharmakāya*.

ⁱⁱⁱ *Ngo bo nyid sku, svabhāvikakāya*.

^{iv} *Chos sku, dharmakāya*.

^v *Chos kyi dbyings, dharmadhātu*.

^{vi} Pentru explicarea detaliată a acestor corpuri, vezi *Practicile Kalachakra*, Glenn H. Mullin, Editura Herald, 2020. (N. red.)

temă principală sfera realității în care impuritățile ajung la extincție. Doctrina este împărțită în forme verbale și forme de realizare, cele din urmă constând în încetări și căi adevărate. Acestea sunt forme prin care se realizează doctrina. Căile adevărate sunt, de fapt, acelea care conduc la depășirea impurităților – cultivarea înțelepciunii –, dar care includ în același timp fundamentele care fac posibilă atingerea înțelepciunii, pregătirea pentru stabilizarea meditativă, precum și fundamentul care face posibilă stabilizarea meditativă, adică pregătirea etică. Aceste trei tipuri de pregătire – etică, meditativă și transmiterea înțelepciunii – reprezintă realizarea doctrinei, în timp ce textele care tratează aceste trei tipuri de pregătire reprezintă doctrina verbală, adică modalitatea de exprimare a acestor subiecte, adică cele trei colecții scripturale: cunoașterea manifestăⁱ, discursurileⁱⁱ și disciplinaⁱⁱⁱ.

După cum ne spune Maitreya în *Ornament for the Great Vehicle Sūtras*^{iv}, „există trei colecții de scripturi sau două”. Ele sunt fie cele trei pe care le-am menționat mai sus, fie doar două, anume textele aferente Vehiculului Ascultătorului [practicanți care trăiesc în comunități spirituale, *Śrāvaka*] și Vehiculului Practicanților Solitari [*Pratyekabuddha*], și textele Vehiculului bodhisattva-șilor.^v

Comunitatea spirituală [*Sangha*]

Comunitatea spirituală este formată din ființe bodhisattva, Ascultători și Practicanți Solitari care au ajuns cel puțin

ⁱ *Chos mngon pa, abhidharma.*

ⁱⁱ *Mdo sde, sūtrānta.*

ⁱⁱⁱ *'dul ba, vinaya.*

^{iv} *Theg pa chen po'i mdo sde rgyan, mahāyānasūtrālamkāra*; XI.1. În sanscrită: *piṅgākārayaṃ dvayaṃ vā samāgrahataḥ kāraṇairnavabhiraṣam*. Vezi S. Bagchi, „Mahāyāna-Sūtrālamkāra of Asaṅga,” în *Buddhist Sanskrit Texts*, Nr.13, Mithila Institute, Darbhanga, 1970, p. 55.

^v Învățăturile lui Buddha sunt numite „Vehicule” și sunt în general împărțite în Micul Vehicul, Marele Vehicul și Vehiculul de Diamant. Pentru detalii și clarificări, vezi *Practicile Kalachakra*, carte publicată la Editura Herald, 2020. (*N. red.*)

la nivelul numit „Calea vederii”, nivel la care vacuitatea este realizată în mod direct. Datorită acestei realizări, cei care au ajuns la ea sunt numiți Superioriⁱ. Bodhisattva Superiori sunt aceia care au parcurs toate cele zece niveluri.ⁱⁱ Există mai multe clasificări ale nivelurilor de practică: o clasificare este cea în care practica aferentă „căii acumulării” și cea a „căii pregătirii”, numite niveluri de practică prin credințăⁱⁱⁱ, sunt considerate o categorie unitară sau cea în care se au în vedere doar practicile Superiorilor și în care apar distincții suplimentare până la nivelul al zecelea etc. De aceea există explicații pentru nivelurile al unsprezecelea, al treisprezecelea sau al cincisprezecelea. În mod asemănător, mai ales în ceea ce privește sistemul tantra, nivelurile pot fi clasificate în multe feluri diferite. Pe de altă parte, din perspectiva unui practicant de nivel avansat, cu o metodă [de realizare] rapidă și ușoară, datorată practicării căii mantrice (sau tantrice) a minții iluminate de Lumina Clară, unii cercetători își mențin părerea că enumerarea căilor și a nivelurilor este o greșeală, mai ales în cazul celor care realizează ultima mare pecete [*mahamudra*]^{iv}. Motivul este, în mantra, greșeala de a aplica explicațiile unei metode foarte lente unei metode [de realizare] rapide și ușoare.

Din perspectiva practicantilor Ascultători și a Practicanților Solitari, pot fi descrise opt stadii sau niveluri.^v Acestea pot fi explicate mai bine prin cele patru rezultate ale practicii:

ⁱ *'phags pa, ārya.*

ⁱⁱ *Sa, bhūmi.* Aceste stadii se numesc „niveluri[/fundații/baze]” – în engleză, *grounds* – pentru că servesc drept baze, fundații pentru generarea altor calități, la fel cum pământul este o bază, o fundație pentru toate lucrurile care cresc etc.

ⁱⁱⁱ *Mos spyod kyi sa, adhimukticyābhūmi.*

^{iv} *Phyag rgya chen po, mahāmudrā.*

^v Cele opt niveluri ale Ascultătorilor sunt: nivelul descendenței, al optimii, al vederii, al micșorării, al eliberării de dorință, al realizării completitudinii, al Ascultătorilor și al Practicanților Solitari.

1. Nivelul intrării în fluxⁱ: al acelor care percep adevărul în mod direct.
2. Nivelul primei întoarceriⁱⁱ: al acelor care au trecut de primele șase niveluri ale emoțiilor distructive care țin de Tărâmul Dorinței.
3. Nivelul celui care nu se întoarce niciodatăⁱⁱⁱ: al celor care au abandonat toate cele nouă niveluri ale emoțiilor distructive care țin de Tărâmul Dorinței.
4. Nivelul „Distruătorului de dușmani”^{iv}: al celor care au depășit toate cele optzeci și unu de niveluri

ⁱ *Rgyun zhugs, srotāpanna.*

ⁱⁱ *Lan gcig phyir 'ong, sakṛdāgāmin.*

ⁱⁱⁱ *Phyir mi 'ong, anāgāmin.*

^{iv} *Dgra bcom pa, arhan.* În ce privește traducerea termenului *arhant* (*dgra bcom pa*) prin „Distruător de dușmani”, aceasta este în acord cu traducerea obișnuită în limba tibetană a termenului și caută să capteze savoarea lingvistică a tradițiilor scrise și orale la care trimite această etimologie. Arhații au învins inamicul întruchipat de emoțiile distructive (*nyon mongs, kleśa*), dintre care cel mai puternic este ignoranța, concepția (școlii Consecinței) conform căreia oamenii și fenomenele își au fundamentul în ei înșiși. Traducătorii indieni și tibetani erau și ei conștienți că sensul etimologic al cuvântului *arhant* este „cel meritos” în momentul traducerii numelui „fondatorului” sistemului Jaina, Arhat, prin *mchod 'od*, adică „demn de” slavă (a se vedea *Great Exposition of Tenets*, a lui Jam-ñang-shay-ba, ka 62a.3). Ei erau, de asemenea, conștienți și de glosa lui Chandrakīrti despre acest termen în scrierea *Clear Words: sadevamānuṣūsurāl lokāt pūnārhatvād arhannityuchyate* (Poussin, 486.5) *lha dang mi dang lha ma yin du bcas pa'i 'jig rten gyis mchod par 'os pas dgra bcom pa zhes brjod la* (409.20, Tibetan Cultural Printing Press edition și P5260, Vol. 98 75.2.2), „Pentru că sunt demni să fie slăviți de zei, oameni și semi-zei, ei se numesc Arhați”. Traducătorii cunoșteau și dubla etimologie dată de Haribhadra în cartea *Illumination of the Eight Thousand Stanza Perfection of Wisdom Sūtra*. În șirul de epitete care-l caracterizează pe Buddha la începutul sutrei (a se vedea *Abhisamayālamkārikā Prajñā-pāramitāvyaḥkyā, The Work of Haribhadra*, Unrai Wogihara, The Toyo Bunko, Tokyo, 1932–5; ed. retipărită, Sankibo Buddhist Book Store, Tokyo, 1973, 8.18), Haribhadra spune: „Se numesc arhați (cei merituși, de la rădăcina *arh* – «a fi vrednic») de vreme ce sunt vrednici de slavă, de donații religioase și sunt reuniți în același grup etc”. (W9. 8–9: *sarva evātra pūjā-dakṣiṇā-gaṇa-parikarṣādy-ārhatayārhanṭaḥ*; P5189, 67.5.7: *'dir thams cad kyang mchod pa dang // yon dang tshogs su 'dub la sogs par 'os pas na dgra bcom pa'o*). De asemenea: „Se numesc Arhați (de la «Distruătorul de dușmani», *arhan*) pentru că au distrus (*hata*) dușmanul (*an*)”. (W10.18: *hatāritvād arhanṭaḥ*; P5189, 69.3.6. *dgra mams bcom pas na dgra bcom pa'o*.) (Mulțumirile mele se îndreaptă către Gareth Sparham pentru referințele din textele lui Haribhadra.) După cum se vede, nu avem de-a face cu o concepție greșită, ignorantă a unui termen, ci cu o

ale emoțiilor distructive care țin de toate cele trei Tărâmurii: al Dorinței, al Formei și al celui Fără de Formă.

Aceste numeroase împărțiri pe niveluri de realizare a practicii sunt explicate cu respect în cadrul comunității care îl sprijină pe cel aflat în căutarea refugiului.

Acestea sunt cele trei refugii: Buddha, doctrina lui Buddha și comunitatea spirituală. În Tibet însă se spune că există patru refugii: lama, Buddha, doctrina și comunitatea spirituală. O doamnă din Germania, interesată de budism, m-a întrebat profund uimită: „Cum se face că lama este considerat chiar mai important decât Buddha? Eu nu pot accepta asta. Cum se explică acest lucru?” I-am răspuns că are dreptate. Pentru că, într-adevăr, refugiile budiștilor sunt numai trei: Buddha, doctrina și comunitatea spirituală. Lama, sau guru, este considerat atât de important pentru că el este un fel de mesager al lui Buddha, care ne introduce pe cale în acest punct al evoluției noastre. Mai mult, un lama desăvârșit este la fel ca un Buddha. Așa că, deși lama este luat în considerare separat, adevărul este că nu există niciun lama sau guru care să nu fie Buddha sau să nu facă parte din comunitatea spirituală; există numai trei refugii, nu patru. Cât despre cei care sunt lama fără să aibă calificările necesare, asta este o altă discuție.

preferință în urma consultării unor etimologii alternative – expresia „Distrugătorul de dușmani” cerând prezența infixului *i* ca să se obțină termenul *arihan*, *ari* însemnând „dușman”, iar *han* însemnând „a ucide” și, prin urmare, desemnând împreună „Distrugătorul de dușmani”. Din păcate un singur cuvânt din limba engleză nu poate cuprinde și acest sens și pe cel de „vrednic de slavă”; de aceea am ales sensul care a devenit predominant în Tibet. (Pentru o discuție foarte interesantă în jurul celor două etimologii ale termenului „Arhat” în budism și jainism, a se vedea textul „Facets of Jaina Religiousness in Comparative Light” al lui L. M. Joshi în L. D. Series 85, L. D. Institute of Indology Ahmedabad, Mai, 1981, pp. 53–58.)