

DALAI LAMA

Cartea
înțelepciunii





Faptul că toate ființele, în special oamenii, caută fericirea și se feresc de durere și suferință este un fapt fundamental. Pe acest temei avem dreptul să fim fericiți și să folosim diferite metode pentru a depăși suferința și pentru a avea o viață fericită. Merită să ne gândim serios la consecințele pozitive și la cele negative ale acestor metode.

Ar trebui să fii conștient de diferența dintre avantajele și consecințele pe termen scurt și cele pe termen lung – și de faptul că cele pe termen lung sunt mai importante. Budiștii au o vorbă: nimic nu este absolut, totul este relativ. Așadar, trebuie să gândim în funcție de circumstanțe.





Tot ceea ce experimentăm, inclusiv sentimentele, e legat de corpurile și de mințile noastre. Știm din experiența de zi cu zi că fericirea mintală este binefăcătoare. Bunăoară, deși doi oameni se pot confrunta cu același tip de situație tragică, unul o acceptă mai lesne decât celălalt, datorită atitudinii sale mintale.





Dacă cineva își dorește cu adevărat o viață fericită, atunci este foarte important să aibă în vedere atât mijloace interne, cât și externe. Cu alte cuvinte, o minte evoluată și o stare materială mai bună. Cineva ar putea sugera sintagma „dezvoltare spirituală“, dar atunci termenul de „spiritual“ nu ar trebui să se refere neapărat la vreun fel de credință religioasă. Când folosesc acest cuvânt am în vedere calitățile umane fundamentale, care sunt: afecțiunea, implicarea, onestitatea, disciplina și inteligența călăuzită de o motivație justă. Avem toate aceste calități încă de când ne naștem, nu e nevoie să le așteptăm să apară mai târziu.





Avem cu toții același potențial uman, exceptând situația în care apare vreo întârziere în funcționarea creierului. Admirabilul creier uman este originea puterii noastre și cel cu ajutorul căruia ne clădim viitorul, cu condiția să-l întrebuințăm într-o direcție bună. Dacă folosim minunatul creier uman într-un mod greșit, este cu adevărat un dezastru.






Consider ființele umane ca fiind ființele conștiente superioare de pe această Planetă. Oamenii au potențialul nu doar de a crea vieți fericite pentru ei înșiși, ci și de a ajuta alte ființe. Avem capacitatea înnăscută de a crea, și este foarte important să o folosim.



Orice om năzuiește să aibă parte în viață de iubire, de fericire și de compasiune. Mai mult, își dorește să înțeleagă natura umană – cine este el, cine sunt ceilalți? Sfinția Sa Dalai Lama, liderul spiritual al poporului tibetan, oferă fiecăruia dintre noi un sfat de care, cu siguranță, avem nevoie. E undeva scris în această cărțuie. Trebuie doar căutat cu atenție.

Esențele tari se țin în sticlulețe mici. Așa și mesajele înțelepte. Le găsești în paginile unei cărți pe care o poți lua cu tine oriunde și oricând. La orice pagină ai deschide-o, te va inspira și te va încuraja. Te va învăța să te ferești de emoțiile distructive și să te lași călăuzit de principii budiste fundamentale. Scrisă cu umor și cu o abordare pragmatică, este un ghid spiritual esențial pentru viața de zi cu zi.

CURTEA  VECHЕ

curteaveche.ro

ISBN 978-606-44-0132-8



9 786064 401328