

Jampa Lungtog, călugăr budist

„Am avut sentimentul că onorez cumva învățătura creștină“

CONFESIUNE Aflat la a șasea vizită în România, la Centrul Spiritual „Seeds for Happiness” călugărul Jampa Lungtog vorbește despre ce înseamnă budismul

Venerabilul Jampa Lungtog este un amestec de bunătațe și de claritate în gândire încât orice întâlnire cu el devine memorabilă. L-am cunoscut cu ocazia celei de a șasea vizite în România, la Centrul Spiritual Seeds for Happiness din București, unde a susținut un curs de introducere în budism. Centrul Spiritual „Seeds for Happiness” (în traducere,

„semințe pentru fericire”) și-a deschis porțile în 2009 și încă de la inaugurare și-a propus ca prin intermediul activităților pe care le organizează să le ofere celor care îi calcă pragul prilejul de (re)descoperire a componentei spirituale a existenței. Aici au loc periodic sesiuni de meditație, atellere de pictat mandale (mandala înseamnă „cerc” în

sanscrită și se referă la simboluri desenate, schițate sau pictate într-o formă circulară, care crează o punte de legătură între lumea interioară și cea exterioară), cursuri de ceremonii japoneze a cealului, grupuri de dialog, seri de carte precum și cursuri pe tematici spirituale și de dezvoltare personală.

Florina Tecuceanu
 florina.tecuceanu@adevarul.ro

• **„Weekend Adevărul”:** Ce înseamnă Centrul de Înalte Studii Tibetane și prin ce diferă această instituție de învățământ de una occidentală?

• **Jampa Lungtog:** Centrul de Înalte Studii Tibetane este o mănăstire budistă creată de maestrul nostru Geshe Rabten, lângă Vevey, în apropierea lacului Geneva, în 1977. Ceea ce înveți acolo nu există ca subiect de studiu în universitățile occidentale. Instrumentul principal de învățare este dezbaterile logice. Aceasta este o manieră foarte puternică de a-ți antrena mintea să gândească logic, corect.

• **Care sunt liniile generale și chintesenta învățăturilor budiste?**

• Reprezintă înțelegerea funcționării minții, și prin aceasta, a felului în care se petrece întreaga noastră existență, înțelegerea profundă a cauzelor care provoacă fericirea sau nefericirea noastră, cum să înlăturăm cauzele nefericirii de la tine și de la ceilalți pentru totdeauna.

• **Cum ați devenit călugăr budist, dumneavoastră fiind născut și crescut într-o familie de creștini catolici?**

• M-am îndreptat spre budism datorită întâlnirii cu un maestru foarte special, Geshe Rabten. La vremea aceea studiam Electronica la Universitatea din Zürich și în paralel doream să înțe-

leg cum funcționează mintea umană și natura existenței noastre. Nefiind satisfăcut la Facultatea de Electronică, am mers la câteva prelegeri ale lui Geshe Rabten care, din fericire, se stabilise în apropierea orașului Zürich și astfel am avut posibilitatea să învăț direct de la el. Ascultând învățăturile budiste am primit explicații foarte logice și precise. Asta m-a făcut să-mi doresc să studiez tibetana. Am absolvit Facultatea de Electronică la 22 de ani și apoi am decis să continui să învăț direct de la Geshe Rabten. El vorbea despre moarte ca despre ceva natural, deloc înspăimântător, și despre consecințele pe care singuri ni le creăm în funcție de cum ne trăim viața. Mi-am dorit să studiez cât mai în profunzime aceste lucruri și astfel am decis să-mi dedic viața studiind învățăturile tibetane, devenind călugăr și fiind în serviciul semenilor în felul acesta.

• **Ce presupune a fi călugăr budist?**

• Trebuie să-ți petreci timpul studiind învățăturile lui Buddha și, de asemenea, să le practici. Să încerci să-ți dezvolti mintea, să-ți dezvolti calitățile pozitive și să le reduci pe cele negative. Evident, călugăr fiind, nu ai familie.

• **Au fost momente când ați fost tentat să dați înapoi, să vă întoarceți și la viața pe care o aveți înaintea?**

• Am avut o prietenă pe parcursul studiilor universitare și am trăit ca și cum am fi fost căsătoriți, deci am idee

“

Sunt mulți oameni care vin la mănăstirile budiste cerând sfaturi. Mulți se consideră budisti, alții nu au nicio religie, dar cei mai mulți se consideră creștini. Nu am nicio problemă în a le da sfaturi, ținând cont de contextul religiei lor.

despre ce înseamnă viața de cuplu, ce beneficii și ce provocări aduce ea. Și chiar dacă îmi vin în minte beneficiile, este suficient să mă gândesc la aspectele problematice ale unei astfel de relații și astfel orice dorință legată de viața de cuplu dispare. Dacă dorințele sexuale nu te tulbură prea tare, este o mare libertate și fericire în modul de viață al unui călugăr budist.

• **Cât de importantă este disciplina în stadiul de inițiere? Am dedus, citind câteva povestiri zen traduse în română, că disciplina din mănăstirile budiste seamănă cu una din instituțiile militare.**

• Nu este valabil și pentru mănăstirile tibetane. Tibetanii sunt plini de bunătațe și de compasiune. Evident, există

asteptarea ca tu să urmezi și să participi la regulile comunității respective. De exemplu, dacă un călugăr nu urmează codul etic, maestrul său trebuie să îl disciplineze într-un fel. Și, dacă într-o astfel de disciplinare maestrul îi spune discipolului „nu trebuie să faci lucrurile acestea”, maestrul stă cu spatele, nu îl privește în ochi, ca și cum i-ar fi jenă să-i adreseze acele cuvinte. Înțelegeți care este diferența față de „disciplina” de alt tip?

• **Atunci când ați decis să deveniți călugăr budist ați avut temerea că îl trădați cumva pe Dumnezeu creștin?**

• Este o întrebare interesantă. Nu, nu am simțit asta. La vârsta de 13-14 ani am început să-mi pun multe întrebări existențiale. Am avut un profesor foarte bun în școală, dar nu a fost în stare să îmi ofere niște răspunsuri convingătoare. Și pentru că nu eram convins, până la vâr-

sta de 16 ani mi-am pierdut aproape toată credința creștină. Și atunci nu m-am mai raportat la etică, ci m-am comportat după cum am simțit eu, așa cum mulți tineri fac în zilele noastre. Și întâlnindu-mă cu acest mare maestru, Geshe Rabten, care vorbea despre consecințele pe care le suportăm în funcție de acțiunile noastre negative sau pozitive, mi-am adus aminte amintire de etica creștină, care este similară cu cea budistă. Deosebirea este că cea budistă este însoțită de explicații foarte convingătoare – nu trebuie doar să crezi, să te supui. Urmând sfaturile maestrului, am avut sentimentul că urmez și onorez cumva învățătura etică creștină la care renunțasem cu mulți ani în urmă. În zilele noastre sunt mulți oameni care vin la mănăstirile budiste cerând





Discipol al Maestrului Geshe Rabten Rinpoche

● Venerabilul Jampa Lungtog este un fin cunoscător al limbii tibetane, fiind traducătorul Sanctității Sale Dalai Lama pe parcursul primelor vizite ale acestuia în Elveția și Austria. Ulterior a fost translatorul Venerabilului Geshe Rabten Rinpoche și actualmente este traducătorul și unul dintre discipolii apropiați ai Maestrului Gonsar Tulku Rinpoche. În paralel, predă învățăturile budiste la Centrul de Înalte Studii Tibetane din Elveția și are o susținută activitate de promovare a acestora în Europa. De asemenea, este unul dintre primii discipoli occidentali ai Marelui Maestru Tibetan Geshe Rabten Rinpoche.

Înainte de a fi călugăr budist, Jampa Lungtog a fost cetățeanul austriac Helmut Grasser



Jampa Lungtog și Mihai Popa Radu, fondatorul și directorul de programe al Centrului „Seeds for Happiness”

sfaturi. Mulți se consideră budiști, alții nu au nicio religie, dar cei mai mulți se consideră creștini. Nu am nicio problemă în a le da sfaturi, ținând cont de contextul religiei lor.

● **Ați descoperit, pe parcurs, că cele două învățături, creștine și budiste, sunt compatibile?**
● Vizavi de comportamentele recomandate, învățăturile budiste și cele creștine sunt foarte compatibile.

● **Oamenilor din societatea actuală nu le place să se gândească la moarte...**
● Nu le place, dar trebuie să o faci întrucât fiecare dintre noi va muri. Pe vremea bunicii noastre, credința că după moarte urmează Raiul sau Iadul era foarte puternică. Ei spuneau: „Nu trebuie să minți, pentru că ajungi în Iad”. Credința că după moarte o să ajungi într-un loc al fericirii sau nefericirii este cumva minimizată în zilele noastre. A rămas doar

un sentiment neplăcut față de ceea ce va urma.

● **Pentru cei care nu au participat la acest seminar: ce este karma și cum putem lucra cu propria karmă?**

● În viziunea creștină există un anumit cod de conduită etică. Urmând regulile pe

“
Meditația nu este altceva decât o modalitate structurată menită să ne ajute să ne obișnuim cu acele stări ale minții care se traduc prin liniște, pace, fericire interioară.

care ți le-a dat Dumnezeu, vei reuși să ajungi în Rai. Decalogul spune să nu ucizi, să nu furi, să nu minți etc. În învățatura budistă se spune că acțiunile noastre în sine provoacă fericire sau nefericire. Ele determină atât existențe superioare care sunt similare Raiului, cât și existențe nedorite sub formă de animal, om sau altele similare Iadului din creștinism. Principala diferență este că aceste consecințe ale acțiunilor noastre nu sunt determinate de judecata unui Dumnezeu, ci decurg din modul natural în care funcționează Universul. Cum se spune: „Ce semeni, aia culegi” sau „După faptă și răsplată”. Buddha Shakyamuni ne învață că nimeni, nici măcar el, nu poate să intervină în acest proces și fiecare dintre noi este responsabil și trebuie să își asume consecințele.

● **Cu alte cuvinte, budismul nu ne spune ce să facem - este alegerea noastră**

tră dacă vrem să mințim sau să nu mințim, să furăm sau să nu furăm -, dar trebuie să știm în fiecare moment ce urmări vom suporta.

● Da, aceasta este esența.

● **Ați fost translator de limba germană pentru Dalai Lama. În ce împrejurări l-ați cunoscut?**

● Maestrul meu, Geshe Rabten, a fost îndrumătorul pe teme de logică și de dezbateri filozofice al actualului Dalai Lama în anii de formare ai acestuia. Tot el a fost primul maestru tibetan care l-a invitat pe Dalai Lama în Occident în 1979. Pentru că această vizită s-a desfășurat în Elveția, era nevoie de un traducător german și eu eram singurul care puteam face asta, desigur, nu foarte bine. Ulterior și mama mea m-a sfătuit să intru în serviciul Sanctității Sale Dalai Lama, pe care l-am servit în calitate de translator de limba germană vreme de 13 ani.

● **Monahii creștini au ajuns la desăvârșire prin post și rugăciune neîntreruptă. Călugării budiști ajung la iluminare prin meditație. Și rugăciunea, și meditația sunt căi de acces pentru elevare spirituală...**

● Rugăciunile sunt dorințe exprimate către o instanță divină care să ne ofere pace, liniște, bunăstare pentru noi înșine sau pentru cei apropiați nouă. Meditația nu este altceva decât o modalitate structurată menită să ne ajute să ne obișnuim cu acele stări ale minții care se traduc prin liniște, pace, fericire interioară. Printr-o practică meditativă consecventă, ajungem să ne autogenerăm aceste stări mentale pozitive, ele devenind în timp ceva natural, firesc, fără să avem nevoie de nicio intervenție din exterior. ●