



Les cinc etapes successives de comprensió



Kyabchok Suktse Rinpoché

Benvolguts amics a prop i lluny,

Com sempre, espero que aquest missatge us trobi bé, sans i feliços. En aquest dia de Guru Rinpoche, m'agradaria compartir amb vosaltres alguns punts de referència senzills per a mesurar el vostre progrés en la pràctica.

Quan comencem a practicar el Dharma, tots passem per cinc etapes successives: primer, manquem de tota comprensió; a continuació ens creem malentesos; després passem progressivament per la

comprensió parcial, la comprensió gairebé completa i comprensió perfecta. Aquestes cinc etapes s'apliquen a la visió, la pràctica, i la conducta.

En primer lloc, la falta de comprensió de la visió és la condició general de les persones mundanes, que perceben un jo on no n'hi ha. Aquí visió significa la veritable naturalesa de les coses, que tots els éssers no poden veure a causa del seu aferrament al jo.

La manca de comprensió de la visió es refereix a conceptes addicionals que ens formem basant-nos en el nostre sentit del jo. Així, la gent s'imagina que el jo és permanent, real, o pur, i pot donar-li tota mena d'etiquetes i noms. Aquest tipus de conceptualització addicional és un enteniment erroni de la visió.

Comprendre parcialment la visió és reconèixer l'absència del jo, entenent que en última instància no existeix un jo personal veritable, permanent, i independentment existent.

La comprensió gairebé completa estén aquesta percepció d'absència d'identitat a tots els objectes percebuts, veient que res del que percebem a l'exterior existeix de manera substancial.

La comprensió perfecta de la visió és la comprensió de què ni els objectes percebuts ni la ment que percep, que experimentem com a subjecte existeixen substancialment. Aquesta és la comprensió completa de la visió, que és el fonament de totes les coses, la seva essència i veritable naturalesa— és a dir, la falta d'existència intrínseca.

A continuació, la pràctica és cultivar la visió. Quan manquem de tota comprensió, tot el que practiquem fomenta aquesta manca de comprensió. És a dir, totes les nostres activitats mundanes, sigui llegir un llibre o fer un dibuix, són distraccions, que ens impedeixen reconèixer la visió. Lliurats a la distracció i als pensaments errants, practiquem la falta de comprensió.

Practicar la falta de comprensió és conrear els falsos conceptes que ens hem creat sobre el jo o la veritable naturalesa de les coses. Practicar la comprensió parcial és conrear el reconeixement de l'absència del jo. Practicar la comprensió gairebé completa és conrear el reconeixement de la insubstancialitat, o manca d'existència veritable, de tots els objectes percebuts. Finalment, la pràctica de la comprensió perfecta consisteix en l'estudi, reflexió, i meditació que conreen el reconeixement de la falta d'existència intrínseca tant del subjecte com de l'objecte.

En tercer lloc, la conducta consisteix en les accions o comportaments que realitzem en funció del nostre nivell de comprensió. En general, tots els éssers mundans es comporten basant-se en una total manca de comprensió. Basant-se en aquesta manca de comprensió, poden a més realitzar accions errònies o perjudicials.

Com a practicants, si progressem en la nostra comprensió, pot ser que primer lloc ens sentim motivats per la renúncia a comportar-nos d'una determinada manera; aquesta és una conducta basada en una comprensió parcial. Quan progressem cap a una conducta altruista, aquesta pot estar basada en una comprensió parcial. Finalment, i molt rarament, podem sentir-nos impulsats per una total manca d'aferrament, la veritable bodhichitta que condueix a la conducta basada en la comprensió perfecta.

D'aquesta manera, la nostra conducta progressa paral·lelament a la nostra comprensió. Per tant, primer hem d'establir la visió correcta, i la pràctica i la conducta correctes seguiran de forma natural. I les tres coses es recolzen en l'atenció plena, la introspecció, i la cura.

Qualsevol que practiqui el Dharma passa per aquestes etapes successives de comprensió. Per tant, crec que és crucial que tots siguem capaços de reconèixer-les, i per tant identificar el nostre propi nivell de progrés en el camí. Per això volia recordar-vos aquests cinc nivells de comprensió, perquè els tingueu presents en aquest dia de Guru Rinpoche.

Amb tot el meu amor i pregàries,
Sarva Mangalam.



Phakchok Rinpoche