

Sua Santità il XIV Dalai Lama, nella prefazione a un moderno commento sul Lamrim, ha detto questo riguardo alla tradizione Lamrim:

Il Grande Trattato sugli stadi del sentiero verso l'illuminazione (Lamrim Chenmo), composto da Tsongkhapa e qui spiegato da Geshe Lhundub Sopa, è un commento alla Lampada per il sentiero verso l'illuminazione di Atisha. L'obiettivo principale di questi insegnamenti è disciplinare e trasformare la mente. Questi testi hanno la loro fonte nei sutra e negli altri insegnamenti del Buddha stesso, ma la loro virtù speciale è che trasmettono il pensiero del Buddha in un formato facile da applicare nella pratica reale.

Gli autori di questi meravigliosi testi li hanno composti per aiutare tutti gli esseri viventi. Poiché hanno sviluppato l'atteggiamento altruistico di beneficiare gli esseri senzienti, anche noi dovremmo seguire il loro esempio, indipendentemente dalla nostra situazione di debolezza.

Il Buddha e i grandi maestri che lo hanno seguito hanno dato chiare istruzioni su come passare da uno stato di sofferenza a uno stato di pace e felicità. Seguendo tali insegnamenti dei grandi maestri del passato, Atisha li ha riassunti nel suo famoso testo, La lampada per il sentiero verso l'illuminazione. È un testo meraviglioso, e i discepoli di Atisha, come Dromtonpa e Potowa, hanno messo in pratica ciò che insegna. È stato poi trasmesso attraverso i lignaggi Kadam, arrivando infine a Tsongkhapa.

Egli era uno studioso senza pari, che ha composto il Grande trattato sugli stadi del sentiero verso l'illuminazione, il meraviglioso testo spiegato qui alla maniera dei grandi maestri dell'università monastica di Nalanda. Siamo davvero fortunati, dopo tanto tempo, ad avere accesso a un'opera così grande e a poter leggere e riflettere sul suo contenuto. Con questa pubblicazione del commento di Geshe Sopa, le parole di Tsongkhapa prendono vita e vengono illuminate per un pubblico moderno, continuando i lignaggi delle scritture e della realizzazione che il Buddha ha messo in moto più di 2500 anni fa.

I due aspetti principali della pratica qui descritti sono una corretta comprensione della vacuità e la mente risvegliata della bodhicitta. Una corretta comprensione della visione della vacuità è molto importante, perché sia che si prenda rifugio, sia che si coltivi la mente risvegliata della bodhicitta, tutte le altre pratiche sono potenziate da tale comprensione. Allo stesso tempo, è estremamente importante che la nostra comprensione della natura ultima della realtà sia sostenuta dalla compassione e dalla mente risvegliata della bodhicitta.

Nel mio caso, nonostante le mie capacità limitate, cerco di fare del mio meglio per sviluppare queste due menti: la saggezza che comprende il vuoto e la bodhicitta, il desiderio di raggiungere l'illuminazione per il bene di tutti gli esseri senzienti. Il solo fatto di cercare di avvicinarsi e coltivare queste due menti porta maggiore pace e felicità. Lo sviluppo di queste due menti è davvero il cuore della pratica buddhista. È il significato essenziale di queste Fasi del Sentiero verso l'Illuminazione. Se esaminassimo tutti i sutra e le parole del Buddha, insieme ai trattati successivi che ne sono i commentari, scopriremmo che possono essere riassunti in queste due pratiche. Pertanto, dovremmo studiare questi insegnamenti motivati dall'aspirazione a raggiungere l'illuminazione per il bene di tutti gli esseri senzienti.

Oggi il buddhismo si sta diffondendo in tutto il mondo occidentale, incontrando nuove culture e nuove lingue. In un periodo di transizione come questo, è molto importante che il Dharma sia trasmesso da studiosi e praticanti che possiedono una comprensione profonda e vasta degli insegnamenti, perché questo è l'unico modo per proteggere l'autenticità e la purezza degli insegnamenti.

Atisha ha esemplificato questo ruolo portando gli insegnamenti puri dai grandi centri monastici dell'India settentrionale e stabilendoli in Tibet in una forma autentica e completa che, allo stesso tempo, era adeguatamente adattata alla personalità tibetana. Ha ristabilito il monachesimo in Tibet e ha sottolineato la condotta etica come il cuore della formazione buddhista. Ha dissipato i molti malintesi e le usanze errate che erano entrati nella pratica del Dharma in Tibet. In questo modo ristabilì il puro Buddhадharma in molti luoghi dove era andato perduto e lo rafforzò dove era sopravvissuto.

Su richiesta di Jangchub Ö di impartire un insegnamento che fosse di beneficio al popolo tibetano in generale, Atisha compose La lampada per il sentiero verso l'illuminazione, che condensava i punti essenziali sia dei sutra che dei tantra in un metodo graduale facile da seguire. Questo testo inaugurò la grande tradizione dello studio e della pratica del metodo delle fasi del sentiero in Tibet.

Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama
23 settembre 2002

© Sua Santità il Dalai Lama, 2005. Prefazione. Ristampato da Steps on the Path to Enlightenment: A Commentary on the Lamrim Chenmo, Volume 1: The Foundation Practices di Geshe Lhundub Sopa con David Patt, con il permesso di Wisdom Publications, 199 Elm Street, Somerville, MA 02144 USA.