

**KALACZAKRA NA RZECZ ŚWIATOWEGO POKOJU**  
**GRAZ 2002**  
**NAUKI JEGO ŚWIĄTOBLIWOŚCI XIV DALAJLAMY**  
na temat:  
„ŚREDNIE STOPNIE MEDYTACJI”  
(Aczarja Kamalaszila)  
„TRZYDZIEŚCI SIEDEM PRAKTYK BODHISATTWÓW”  
(Ngulczu Thogmej Zangpo)  
„LAMPA NA ŚCIEŻKĘ KU OŚWIECENIU”  
(Lama Atiszia Dipankaraśridźniana)

**Dzień 3, 17 października 2002 r.**

Mistrz Maitreja rozpoczyna omawianie procesu wzbudzania bodhicitty od słów:

*To ona zamyka drogę ku negatywnej egzystencji,  
To ona wskazuje szlak do wyższych stanów szczęścia,  
I to ona unicestwia starość i śmierć -  
Skladam hołd bodhicicie!*

Jak podkreśla w tej zwrotce Maitreja, jeśli żywimy życzenie przynoszenia pożytku innym czującym istotom, jeśli żywimy altruistyczne życzenie osiągnięcia oświecenia dla dobra wszystkich czujących istot, dzięki temu zaś ponad nasze własne dobro przedkładamy dobro innych czujących istot, to wówczas, w sposób naturalny, pojawia się efekt dodatkowy – kładziemy także kres procesowi gromadzenia negatywnych działań, procesowi, który ponosi winę za nasze odrodzenia w niesprzyjających formach egzystencji. Gdy zdołamy wzbudzić tak pozytywny stan umysłu, jak bodhicitta – można rzec, ostateczną postać dobroczynnych stanów umysłu, wówczas nasze szlachetne praktyki w sposób naturalny wzmacniają się i możemy, stopniowo, przechodzić na coraz wyższy poziom.

Dzięki wzbudzeniu takiego właśnie stanu – bodhicitty, jeżeli nawet dobrowolnie nadal pozostajemy w cyklu egzystencji, aby móc przynosić korzyść wszystkim czującym istotom, rozwijamy bezgraniczną wprost odwagę. Mówią o tym słowa tekstu, zwanego „Wersy oddania dla Mistrza” („Pudża Guru”):

*Wzbudzenie bodhicitty powoduje rozwój bezgranicznej wprost odwagi, tak więc, gdyby nawet przyszło ci - dla dobra choćby jednej czującej istoty - pozostawać w gorących pieklach lub w pieklach nieustających przez niezliczone eony, nigdy nie stracisz męstwa; obym był w stanie osiągnąć doskonałość nieustraszonego wysiłku!*

Powyższy wers „Pudży Guru” mówi, że gdy rozwiniemy odwagę tak potężną, iż jesteśmy w stanie ofiarować siebie samego dla pożytku innych czujących istot, to nawet jeżeli w ogóle przestaniemy troszczyć się o siebie, nasze własne, osobiste cele zostaną i tak spełnione, jako skutek dodatkowy naszej ofiary na rzecz pomyślności innych istot. I w takim właśnie kontekście wielcy mistrzowie tradycji kadam przeszłości mówili, że rozwinięta w pełni

bodhicitta spełnia zadanie nagromadzenia zasługi, spełnia zadanie zaspokojenia naszych własnych, osobistych dążeń i spełnia misję urzeczywistniania dążeń innych czujących istot, zaś swoje własne aspiracje, własne cele, osiągamy jako efekt dodatkowy, w sposób spontaniczny i bezwysiłkowy. Dlatego nasze obecne zadanie polega na upewnieniu się, że nasz umysł kieruje się ku takiemu właśnie altruistycznemu stanowi – ku umysłowi bodhicitty - i uczynieniu tego stanu naszym trwałym nawykiem. Jeżeli nawet jesteśmy w stanie wzbudzić tylko część spośród zalet tej altruistycznej intencji i tak można powiedzieć, że jest to prawdziwy początek szczęśliwego życia, życia pełnego spokoju. Zaś dla podjęcia tej praktyki nigdy nie znajdziemy chwili lepszej niż dzień dzisiejszy, ponieważ dziś właśnie osiągnęliśmy to drogocenne ludzkie życie, napotkaliśmy to drogocenne, święte nauczanie Buddy. Posiadłszy do naszej dyspozycji tę cudowną sposobność i środki, należy - wciąż i wciąż na nowo - podejmować wysiłek, mający na celu wzbudzanie altruistycznego stanu umysłu, tak by pozostawić tak wiele pozytywnych śladów, jak to tylko możliwe.

By móc wzbudzić takie altruistyczne życzenie osiągnięcia oświecenia dla dobra wszystkich czujących istot, należy najpierw przyswoić sobie pewne procesy wizualizacji i nauczyć się koncentrować na różnych obiektach. Przede wszystkim musimy nauczyć się doceniać znaczenie procesu wzbudzania bodhicitty i jasno zdać sobie sprawę z pożytków, które nam przyniesie; szacunek dla bodhicitty stanowi podstawę, na której może ukształtować się pragnienie, aby taki proces rozwoju zastosować do naszego własnego umysłu, dzięki temu zaś bodhicitta będzie mogła stać się naszą osobistą cechą.

Teraz, na tance znajdującej się na wprost was, tam, gdzie znajduje się wizerunek Buddy, powinniście wizualizować nie tylko portret Buddy, lecz faktyczną Buddy obecność, Buddy przyozdobionego głównymi i drugorzędnymi cechami i oznakami, tak jak wyraził to Tsongkhapa w tekście „Współzależne powstawanie - chwała Buddzie!”:

*I kiedy rozważam Twe słowa,  
Myślę o słuchaniu Cię – cokolwiek mówisz,  
Nauczycielu o melodyjnym głosie Brahmy,  
Promieniujący oznakami doskonałości,  
Otoczony girlandą światła –  
Twa oświecona forma odbija się w moim umyśle,  
Jak chłodne światło Księżycy,  
Lekarstwo na moje rozognione męczarnie.*

W taki właśnie sposób należy rozważać zalety ciała, mowy i umysłu Buddy i kontemplować Jego faktyczną obecność na wprost was, jako obiektu schronienia, jako świadka, przed którym wzbudzacie umysł bodhicitty. Wokół Buddy wyobraźcie sobie obecność wielkich mistrzów, takich jak Nagardżuna.

Na wizerunku znajdującym się na wprost was, Nagardżuna został przedstawiony w rodzaju koszuli bez rękawów, co jest w rzeczy samej błędne, ponieważ strój i szaty Nagardżuny powinny być przedstawiane tak samo, jak szaty każdego innego zwyczajnego mnicha, nie zaś w takiej formie, jak tutaj. Jest tradycją, że Asangę przedstawia się w stroju bez rękawów, ponieważ był on synem króla; w przypadku jednak mistrzów takich, jak Nagardżuna, Arjadewa i inni, przedstawiać ich należy w zwykłej postaci bikszu. Pod względem zaś starszeństwa, wizerunek Nagardżuny powinien znajdować się po prawej stronie, jednakże na tej szczególnej tance 17 panditów z Nalandy, namalowanej na moje zlecenie, celowo poprosiłem malarza aby namalował Nagardżunę po lewej stronie, jako reprezentanta

dogłębnej linii poglądu filozoficznego. Jednakże, jak już mówiłem wcześniej, nie prosiłem malarza o przedstawienie Nagardżuny ubranego w taką koszulę bez rękawów.

Tak więc, powinniście przywoływać tych mistrzów w kolejności podanej w *Modlitwie do 17 wielkich panditów z pełnej świetności Nalandy* oraz wizualizować innych wielkich mistrzów linii, jak linia rozległa i linia błogosławieństw. Podobnie, powinniście przywołać - zgodnie z kolejnością rozwoju Buddadharmy - wielkich mistrzów, którzy zachowali tradycję Pali i za nią podążają, następnie zaś wielkich mistrzów Chin, gdzie tradycja sanskrycka rozwinęła się nieco później, i - w końcu - obecność wielkich mistrzów linii tybetańskiej, obejmującej praktyki tłumaczone zarówno z Pali, jak i z Sanskrytu. W ramach tradycji, czy też szkoły tybetańskiej, należy wizualizować wszystkich mistrzów linii starożytnej – szkoły njingma, mistrzów linii *ścieżki i jej owocu* – tradycji sakja, mistrzów linii kagju, takich jak Marpa. Milarepa, Gampopa, i, podobnie, mistrzów linii nowego przekazu - Tsongkhapę i jego dwóch najważniejszych uczniów.

Pokrótko, należy wyobrazić sobie wszystkich mistrzów linii, począwszy od samego Buddy aż do naszego rdzennego guru, i postrzegać prawdziwą obecność tych mistrzów tutaj, na wprost nas, jako świadków, że oto wzbudzamy i ustanawiamy - jako swoją cechę - bodhicittę. Wyobrażamy sobie buddów i boddhisattwów i przywołujemy ich tylko dlatego, iż wszyscy oni rozwinęli bodhicittę - umysł życzący pomyślności innym czującym istotom. Wszystkie zalety, które znajdujemy w buddach i boddhisattwach, są rezultatem ich praktyki bodhicitty.

Podobnie, należy wyobrazić sobie obecność nieskończenie wielu czujących istot dokoła nas i spostrzec, że w swoim pragnieniu szczęścia i chęci uniknięcia cierpienia absolutnie w niczym się od nas nie różnią, i rozwinąć intensywne życzenie: „Najpierw sam osiągnę oświecenie, a wówczas pomogę wszystkim moim cierpiącym matkom – czującym istotom, w osiągnięciu takiego samego stanu oświecenia.”. W taki właśnie sposób należy rozwijać bodhicittę.

Proces generowania bodhicitty dokonuje się w obrębie umysłu konkretnej osoby, więc jeżeli w chwili wzbudzania bodhicitty nie jest się wolnym od pewnych przeszkód, na przykład gdy ktoś, wskutek braku odwagi, myśli: ”jakże ktoś taki jak ja mógłby wzbudzić w sobie tak wspaniały stan umysłu, jak bodhicitta?” itp., lub jeśli brak jest zasługi – wówczas, w takiej sytuacji, stan umysłu uniemożliwia wzbudzenie bodhicitty. Podobną przeszkodę, uniemożliwiającą wzbudzenie bodhicitty, stanowią będą dokonane przez daną osobę ciężkie negatywne czyny.

Należy więc oczyścić się i wyeliminować lub – co najmniej – zminimalizować obecność przeszkód w postaci braku zasługi czy nagromadzenia ciężkich negatywnych czynów, dlatego właśnie skupimy się w tej chwili na medytacji oczyszczającej i eliminującej negatywne czynniki. Zazwyczaj praktyka ta polega na recytowaniu *Modlitwy siedmioczłonowej*, ale tutaj recytacja tego tekstu w języku tybetańskim nie przyniosłaby wielkiego skutku, jako że większość z was słucha w tej chwili tłumaczeń na różne języki. Pomijając recytację *Modlitwy siedmioczłonowej*, wyjaśnię pokrótce każdy z siedmiu elementów, takich jak pokłony, składanie ofiar itd. W tym czasie powinniście gruntownie rozważać każdy z tych punktów, kolejno, jeden po drugim.

Jak mówiłem wcześniej, należy jasno rozważyć zalety ciała, mowy i umysłu wszystkich przywoływanych obiektów schronienia. W szczególności, należy skupić się na zaletach bodhicitty konwencjonalnej i ostatecznej i złożyć im hołd swoim ciałem, swoją mową i swym umysłem. Składanie hołdu ciałem polega na złożeniu rąk, złożenie hołdu mową to recytacja

słów chwały, zaś złożenie hołdu umysłem to rozważanie wszelkich zalet obiektów schronienia.

W następnej kolejności mamy składanie ofiar. Dary ofiarne można podzielić na dwa rodzaje: te, które stanowią naszą własność, i takie, które do nas nie należą. Innymi słowy, należy przywołać w pamięci wszystko, co jest cudowne, wszystko, co dobrego, pozytywnego można znaleźć w naszym świecie, i wyobrazić sobie, że ofiarowujemy to Triratnie – Buddzie, Dharmie i Sandze. Podobnie, należy uzmysłowić sobie wszelkie pozytywne cechy, które udało się nam nagromadzić w sferach ciała, mowy i umysłu, i wyobrazić sobie, że wszystkie te zalety przybierają formę różnorodnych darów, ofiarowywanych obiektom schronienia.

Następny człon to praktyka przyznawania się do błędów. W ciągu naszego życia dokonaliśmy wielu negatywnych działań, które pamiętamy do tej pory; są też takie, których nie jesteśmy w stanie przywołać w tej chwili w pamięci, ponieważ albo dokonaliśmy ich jako zupełnie małe dzieci, albo w trakcie poprzednich żywotów, z których nie zdajemy sobie obecnie sprawy. Zastanowiwszy się uważnie nad sytuacją zwykłych, nieoświeconych istot, takich jak my, spostrzeżemy jednak, że zawsze motywowani jesteśmy przez nasze przeszkadzające emocje i złudzenia i cokolwiek robimy, przyczynia się to, w taki czy inny sposób, do nagromadzenia negatywnych uczynków. Nie tylko popełniamy wszelkie negatywne czyny, ale robimy to z własnej, nieprzymuszonej woli i napawa nas to wielką radością, a kiedy możemy dać upust takim negatywnym działaniom, znajdujemy w tym swoisty rodzaj uciechy i satysfakcji.

Koniecznym jest więc dokonać dokładnej analizy i przywołać wszystkie nasze negatywne czyny z przeszłości, zarówno te, z których zdajemy sobie sprawę, jak i te wyparte z bezpośredniej pamięci; należy myśleć: „Niewątpliwie, mam na swoim koncie niezliczone negatywne czyny dokonane w przeszłości.” W chwili obecnej całe to dokonane zło nie przynosi nikomu żadnego, choćby najmniejszego, pożytku, a jedyną jego rolę polega na wyrządzaniu krzywdy zarówno nam samym, jak i innym istotom. Należy jasno zdać sobie z tego sprawę i przyznać: „Popełniłem wielki błąd!”, po czym pomyśleć: „Nigdy więcej nie dokonam takich złych czynów ani nie dopuszczę, aby moje ciało, mowa lub umysł stały się źródłem zła.”

Zachowanie czystej dyscypliny etycznej jest sprawą najwyższej wagi zwłaszcza w przypadku wyświęconej Sangi, nie wolno bowiem zhańbić dogłębnego nauczania Buddy. Jeżeli nawet nie jesteśmy w stanie przyczynić się do rozkwitu Buddadharmy, jest sprawą najwyższej wagi, aby nauczaniu Buddy nie przynosić hańby. Należy o tym pamiętać zawsze, gdy angażujemy się w praktyki związane z wyznawaniem negatywnych czynów z przeszłości. Niektórzy ludzie, przyjąwszy święcenia mnicha lub mniszki, mogą myśleć: „Oto otrzymałem święcenia mnisie, stanowiące podstawę dla szybkiego nagromadzenia pozytywnych działań!” itp., lecz osoba taka może nie radzić sobie z koniecznością nienagannego przestrzegania złożonych ślubowań i zobowiązań. W takim przypadku otrzymanie święceń mnisich może służyć wręcz jako czynnik zwiększający ilość negatywnych działań, ponieważ gdy ktoś podejmuje zobowiązania, nie będąc w stanie swoich zobowiązań dotrzymać, w efekcie łamie więcej reguł, pomnażając, w ten sposób, ilość swoich negatywnych czynów. Należy więc koniecznie pamiętać nauki, które znajdujemy m.in. w *Trzydziestu siedmiu praktykach bodhisattwy*, gdzie wielki bodhisattwa Togmej Zangpo mówi, że o ile nie analizujemy swoich własnych błędów, to jeżeli nawet przybieramy postać osoby religijnej, w ostatecznym rozrachunku nasze praktyki mogą okazać się niereligijne i niezgodne z nauczaniem Dharmy, dlatego należy zawsze zwracać baczną uwagę na swoje błędy, zawsze wyznawać je i dokonywać oczyszczenia.

Następna gałąź to praktyka zwana radowaniem się. Wyobrażamy sobie, na wprost nas, buddów i bodhisattwów i przypominamy sobie, w sposób jasny i klarowny, ich niewyobrażalnie wielkie zalety. Z poczuciem szacunku i oddania, wpływającym z samej głębi naszego serca, powinniśmy rozważyć, jak piękne, jak dobre, jak korzystne są wszelkie zalety rozwinięte przez buddów i bodhisattwów. Osiągnięcie tak cudownego stanu umysłu okazało się możliwe, gdyż w trakcie swojej praktyki bodhisattwowie rozwinęli bodhicittę - pragnienie przynoszenia pożytku czującym istotom, i zaangażowali się w faktyczną praktykę rozwoju sześciu doskonałości, w rezultacie zaś albo już osiągnęli stan oświecenia albo są tego bliscy.

Podobnie, należy cieszyć się, że zalety rozwijają także czujące istoty w obrębie sześciu światów - ci, którzy trwają wciąż, jak w pułapce, w ramach cyklicznej egzystencji. Życie tych istot bywa pełne żalu i często znajdują się one w trudnym położeniu, pomimo to podejmują one różnorodne szlachetne praktyki; i jest to doprawdy zdumiewające - że istoty te, jakkolwiek przytłoczone wielorakimi problemami i cierpieniami, znajdują siłę, aby pielęgnować konkretne szlachetne cechy. Powinniśmy doceniać te niezwykle, zdumiewające, pozytywne cechy czujących istot i radować się nimi, zamiast rozwijać zazdrość czy rywalizację.

Analizując także naszą własną sytuację, powinniśmy zdać sobie sprawę, że to obecne drogocenne ludzkie życie otrzymaliśmy dzięki nagromadzeniu szlachetnych zalet, i że to także jest cudowne; powinniśmy docenić ten fakt i umocnić się w naszym zobowiązaniu.

Dwie następne gałęzi, to prośby do buddów, aby obrócili kołem doktryny, czyli udzielali nauk, oraz prośba, aby nie odchodzili z naszego świata. Te dwie praktyki wyjaśnia się w terminologii najwyższej emanacji ciała buddy. W przypadku najwyższych ciał emanacji zwracamy się z prośbą o nieustanną obecność w naszym świecie i kontynuowanie nauczania Dharmy; prosimy ich także, aby nie umierali.

W końcu, siódma gałąź zwana jest dedykacją. Gdy pragniemy, po prostu, zyskać możliwość odradzania się w wyższych światach, czy nawet osiągnąć własne wyzwolenie, i wszystkie nasze szlachetne uczynki dedykujemy spełnieniu takich właśnie pragnień, to dedykacji takiej nie można uznać za wystarczającą. Należy spróbować uzmysłwić sobie, w bardzo wyrazisty sposób, wszystkie swoje szlachetne zalety i zadedykować je osiągnięciu oświecenia dla dobra wszystkich istot. Innymi słowy, należy myśleć: „Oby wszystkie zgromadzone przeze mnie zalety stały się przyczyną złagodzenia doraźnych i długotrwałych cierpień wszystkich czujących istot.”.

Gdy przywołując buddów i bodhisattwów wyrażamy podziw dla ich zalet, to przede wszystkim mamy na względzie fakt, iż rozwinęli oni bodhicittę - altruistyczne życzenie osiągnięcia oświecenia dla dobra wszystkich istot. A skoro tak, może my sami również powinniśmy spróbować wykształcić w sobie takie altruistyczne pragnienie, rozwijając bodhicittę? Życzenie takie generujemy nie w celu osiągnięcia osobistych korzyści, czy też wyłącznie dla naszego własnego szczęścia, lecz dlatego, że chcemy zyskać zdolność wspierania wszystkich czujących istot na ich ścieżce do oświecenia. Dlatego właśnie podjęcie jednoznacznego wysiłku, mającego na celu rozwój bodhicitty, jest niezmiernie ważne. Nawet jeśli chodzi tylko o słowa, odnoszące się do praktyki bodhicitty, powinieneś powtarzać te słowa, zaznajamiając swój umysł z tymi naukami, rozwijając i pielęgnowując w ten sposób

altruistyczne życzenie osiągnięcia oświecenia po to, by móc nieść pomocy wszystkim czującym istotom.

[Ofiarowanie Mandali]

To już wszystkie praktyki i wizualizacje modlitwy siedmioczłonowej. Rzeczywisty rozwój i pielęgnowanie bodhicitty, jak mówiłem wcześniej, wymaga systematycznego zaznajamiania swojego umysłu z różnymi jej aspektami. Przywołajmy tutaj zwrotkę z *Bodhiczarjawatary*, w której powiedziane jest, że wszelkie szczęście, postrzegane na tym świecie, jest rezultatem dbałości o pomyślność innych czujących istot, a wszelkie cierpienia tego świata są skutkiem postawy egoistycznej. Nie ma potrzeby, abym rozwodził się dłużej na ten temat; jeśli po prostu zdamy sobie sprawę z różnicy pomiędzy naszym obecnym stanem, a Buddą, będziemy w stanie jasno spostrzec, że Budda osiągnął doskonały stan oświecenia, ponieważ zawsze praktykował altruizm, ponieważ zawsze troszczył się o pomyślność innych czujących istot, podczas gdy my sami – od zawsze zdominowani przez postawy egoistyczne - nie jesteśmy w stanie spełniać nawet naszych indywidualnych dążeń.

W naszej codziennej pracy zarobkowej napędzani jesteśmy przez pragnienie osiągnięcia potęgi, chcemy być pełni siły, chcemy być bogaci, i nawet w marzeniach zawsze myślimy o wszystkich tych rzeczach, które dostarczają pewnego rodzaju tymczasowej rozkoszy i komfortu naszym umysłom. Wskazuje to wyraźnie, jak dalece pozostajemy pod wpływem stanu umysłu - lgnięcia do „ja”, a ten rodzaj silnej, egoistycznej postawy charakterystyczny jest nie tylko dla istot ludzkich, lecz występuje nawet wśród zwierząt. Od czasu, który nie ma początku, zawsze byliśmy zdominowani przez egoistyczne postawy, a zatem, gdyby dzięki temu można było zyskać spełnienie wszelkich naszych pragnień, do chwili obecnej nasze indywidualne dążenia już by się urzeczywistniły; byłoby to cudowne i nie powinniśmy mieć już żadnych powodów do żalu. Jednakże podążaliśmy błędną ścieżką – bo postawa egoistyczna to ścieżka błędna – i nie osiągnęliśmy niczego. Aby to sobie jasno uzmysłowić, wystarczy dokładnie przeanalizować nasze aktualne – mizerne - położenie.

Jest właśnie tak, a zatem nadszedł najwyższy czas, aby zatrzymać się, spocząć i zastanowić: „Czy jest jakkolwiek inna – lepsza – metoda? Jak mam udoskonalić swoje dążenia, jak osiągnąć swój cel – długofalowe szczęście i pomyślność?” Bardzo pomocna i ważna będzie tutaj refleksja i kontemplacja nt. nauk o bodhicicie, przekazanych przez niezliczonych buddów i bodhasattwów, praktykujących w przeszłości, bowiem uważnie analizując niezliczone zalety, związane z rozwojem bodhicitty, można dostrzec kilka niezwykłych cech.

Otóż wszyscy - począwszy od samego Buddy aż do naszego własnego mistrza duchowego, jak również otaczający nas przyjaciele w Dharmie, wszyscy oni posiadli wszelkie swoje przymioty przede wszystkim dzięki życzeniu, dzięki woli, aby przynosić pomocy innym czującym istotom. Taka postawa altruistyczna naprawdę jest źródłem wszelkich pozytywnych cech. Im silniejsze życzenie przynoszenia korzyści innym istotom cechuje umysł, tym bardziej będzie on zrelaksowany, tym bardziej będzie cichy i pełen spokoju. Dlatego można stwierdzić definitywnie, że podążanie ścieżką bodhicitty, ścieżką, której nauczali buddowie i bodhisattwowie w przeszłości, przynosi długotrwały spokój i szczęście. Jak możemy na tę ścieżkę wkroczyć? Zastanówmy się, jaka jest nasza obecna sytuacja - otóż samolubną, egocentryczną postawę hołubimy w najbardziej intymnym zakątku naszego serca, tam również rezyduje błędne pojmowanie rzeczywistości - postawa lgnięcia do „ja”. Przyjmowaliśmy schronienie w tych dwóch bardzo negatywnych emocjach – postawie samolubnej i postawie lgnięcia do „ja”, takie zaś obiekty schronienia sprawiły, że nieustannie napotykałyśmy na niezliczone problemy, jeden za drugim, nieustający strumień trudności.

Czasami jesteśmy przytłoczeni problemami do tego stopnia, że czujemy się wręcz zniewoleni w ciemnościach cierpienia.

Zyskaliśmy właśnie to drogocenne ludzkie życie i napotkaliśmy nauczanie Buddy, nadeszła więc chwila, w której jesteśmy w stanie spostrzec, że te dwie błędne koncepcje - samolubność i lgnięcie do „ja”, to nasi zaprzysięgli wrogowie. Powinniśmy postarać się, wykorzystując cudowny przykład buddów i bodhisattwów, rozwijać i pielęgnować zalety, które oni posiadli. Czyniąc tak, naprawdę spełniamy cel bycia człowiekiem, istotą ludzką, nadajemy pełnię znaczenia naszej ludzkiej egzystencji. Obierając taką ścieżkę udowadniamy, że naprawdę jesteśmy inteligentną osobą, naprawdę mądrym człowiekiem, ponieważ umysł, mający na względzie pomyślność innych istot, stanowi przepustkę do wszystkich rodzajów szczęścia i spokoju, podczas gdy postawa samolubna jest bramą do wszelkich upadków, cierpień i problemów. Refleksja tego typu pozwala rozwinąć pewien rodzaj szacunku, entuzjazmu i radości wobec procesu wzbudzania bodhicitty.

Możliwe, że wśród słuchaczy tutaj zebranych nie wszyscy są buddystami, być może niektórzy z was podążają za taką czy inną religią; jeśli jesteś chrześcijaninem, możesz rozważać obecność Jezusa czy Marii i kontemplować ich doskonałe cechy. Odnośnie chrześcijan - gdy kontemplują oni Jezusa z wielką czcią, czynią tak nie dlatego, że Jezus posiadał wielką władzę lub ogromne bogactwa. Jest obdarzany czcią ze względu na swoje współczucie, na pełen dobroci umysł. Jeżeli więc szczerze praktykujesz przesłanie miłości do Boga, to powinieneś także kochać swoich współbraci – czujące istoty.

Podobnie jak chrześcijaństwo, wszystkie główne tradycje religijne świata są sobie bliskie w przesłaniu powszechnego rozwoju miłości, współczucia, braterstwa itp. Jeżeli zatem podążasz za jedną z religii innych niż buddyzm, masz również wiele sposobności, aby kontemplować i rozwijać takie pozytywne cechy – życzenie, aby pomagać innym i przynosić im pożytek. Nawet ci, którzy nie ufają ani nie pokładają wiary w żadnej religii lub wręcz są zagorzałymi ateistami, oni także rozumieją, że należy zostać dobrym człowiekiem, niosącym innym pożytek. I z tej właśnie przyczyny, dzisiaj, w tym wysoko rozwiniętym współczesnym świecie, Budda postrzegany jest jako ucieleśnienie współczucia i, w takim kontekście, poważany jest nie tylko przez swoich wyznawców, lecz także przez wiele osób spoza kręgu buddystów - ze względu na szacunek, jaki budzą Jego pozytywne cechy. Dlatego w przypadku osób, które nie wyznają żadnej konkretnej religii, bardzo pomocne byłoby wzbudzenie w sobie pewnej determinacji, należy myśleć: „Będę prowadził życie pełne współczucia, życie, w którym nie rani się innych czujących istot” - rozważanie tego zagadnienia sprawi, że od razu, w trakcie tej sesji, pojawi się w twoim umyśle rodzaj spokoju, szczęścia, wyciszenia i odprężenia, a dzięki temu będziesz w stanie przywołać uśmiech na swojej twarzy i gdy wreszcie sesja się zakończy i wyjdiesz stąd, będziesz wciąż uśmiechnięty. Później, gdy spotkasz się ze swoją rodziną, być może usłyszysz pytanie: „Co ci się stało? Czyżby ktoś podarował ci dzisiaj prezent, że masz tak szczęśliwą minę?” Ale źródło leży nie w jakichś materialnych prezentach, tylko w wyciszeniu i odprężeniu twojego umysłu.

[Recytacja trzech zwrotek wzbudzania bodhicitty]

*Pragnąc wyzwolenia wszystkich istot,  
Dopóty, dopóki nie osiągnę sedna oświecenia,  
Będę zawsze przyjmować schronienie  
W Buddzie, Dharmie i Sandze.*

*Z mądrością, miłością i współczuciem,  
Dla dobra wszystkich istot,  
Wzbudzam dziś, przed obliczem Buddy,  
Umysł doskonałego oświecenia.*

*Dopóki trwa przestrzeń,  
I dopóki pozostają czujące istoty,  
Niechaj trwam i ja,  
Aby koić cierpienia świata.*

Zwrotka pierwsza to przyjęcie schronienia. Przyjmujesz schronienie nie tylko ze względu na swój osobisty dobrobyt i pomyślność, ale przyjmujesz schronienie dla pożytku wszystkich czujących istot.

Druga zwrotka odnosi się do faktycznego procesu wzbudzania bodhicitty. Zobowiązujesz się rozwinąć współczucie, wspierane przez mądrość, nie tylko dla samego siebie, ale dla pomyślności wszystkich istot - właśnie to jest realny proces wzbudzania bodhicitty.

Trzecia zwrotka pochodzi z *Bodhiczarjawatary* Sziantidewy, recytuje się ją i rozważa w celu ustabilizowania wzbudzonej właśnie bodhicitty.

Gdy już wzbudzimy bodhicittę, najważniejszym zadaniem jest nieustanna jej praktyka, wzmacniamy w ten sposób swoją determinację osiągnięcia oświecenia. Ale jeśli będziesz utrzymywał, że - począwszy od chwili, w której wzbudziłeś tutaj bodhicittę - jesteś już bodhisattwą, będzie to błędem, bowiem jest to nieprawda. Upłynie dużo czasu, zanim naprawdę zostaniesz bodhisattwą, w niektórych przypadkach może to zająć kilka eonów, a to, co stało się tutaj dzisiaj, dzięki wzbudzeniu bodhicitty, jest jak umiejscowienie się na torach – zwróciłeś się właśnie twarzą w kierunku ruchu i podjąłeś zobowiązanie podążania po szlaku. Wzbudzenie prawdziwej bodhicitty zajmuje dużo czasu, ale jeśli wytrwasz w swojej praktyce i nie ustanieś w wysiłku, wówczas, stopniowo, przyswoisz sobie elementy, cząstki zalet bodhisattwy.

Niektórzy ludzie, bardzo krótkowzroczni, mogą sądzić, że trzykrotnie powtarzając tutaj trzy zwrotki nt. wzbudzania bodhicitty, po czym odbywając trzyletnie odosobnienie, osiągną oświecenie; oczekiwanie takiego rodzaju oświecenia - w zawrotnym tempie, jak dzięki naciśnięciu przycisku, stanowi jasny znak, że nie jest się w stanie osiągnąć omawianych tu zalet.

Dlatego właśnie mówiąc o pielęgnowaniu bodhicitty podobnej Słońcu i podobnej Księżycowi, (bodhicittę absolutną, ostateczną, określa się jako “podobną Słońcu”, zaś bodhicittę konwencjonalną jako “podobną Księżycowi”), wielki mistrz Atiszia stwierdził, że nie jest ważne, ile czasu taki rozwój nam zajmie – gdyby nawet miało to być nieskończenie wiele eonów. Stwierdzenie to jest, według mnie, całkowicie prawdziwe, gdy bowiem zastanowimy się, czym, mianowicie, zajmujemy się od niepamiętnych czasów, zrozumiemy, że cały ten czas poświęciliśmy praktykowaniu postawy samolubnej i egocentrycznej. I jakie jest nasze



obecne położenie? Co zdołaliśmy dzięki temu osiągnąć? Otóż nie osiągnęliśmy niczego! Dlatego też czas, tak naprawdę, nie gra roli. Gdy zdecydujesz się uczynić krok w kierunku wzbudzenia w sobie dwóch rodzajów bodhicitty, to w miarę upływu czasu będziesz rozwijał stopniowo zalety z nimi związane, a twoje życie, twoje istnienie, nabierze znaczenia.

Modlitwa z *Bodhiczarjawatary*, którą już przytaczaliśmy, przeznaczona jest w rzeczy samej dla tych, którzy podążają szlakiem bodhisattwy: *“Dopóki trwa przestrzeń, niechaj trwam i ja, aby koić cierpienia świata”*. Gdy ktoś modli się w taki sposób, jego umysł przepelnia energia i siła, a dla osoby tak zdeterminowanej czas nie stanowi żadnego istotnego czynnika. Z drugiej strony, jeśli ktoś pozostaje krótkowzroczny, to jego umysł będzie zatracił odwagę. Dlatego też, jak mówi *Bodhiczarjawatara* i *Drogocenna girlanda*, powinniśmy traktować samych siebie jak jeden z elementów - ziemię, wodę itd., i kontynuując rozwój bodhicitty, modlić się o to, by nieść pożytek wszystkim czującym istotom.

Wróćmy do *Stopni medytacji* Kamalaszili. Muszę tu zaznaczyć rzecz bardzo istotną - otóż dla praktykującego buddysty absolutnie najważniejsze jest, aby doskonale znać nauczanie Buddy, a przy tym jednocześnie, szczerze i całym sercem, w pełni zaangażować się w praktykę. Część związana z praktyką jest niezwykle istotna, ponieważ nasza nauka, np. wszystko, czego uczy się tutaj, nie przypomina żadnych innych przedmiotów akademickich, jak historia itp. Konkretny cel, jakim jest dobra znajomość nauk, musi znaleźć punkt odniesienia w kontinuum naszego własnego umysłu, tak aby umożliwić praktykę. Dlatego też, z jednej strony, gruntowne zrozumienie nauk jest bardzo ważne, z drugiej zaś strony, należy próbować praktykować to, czego się nauczyliśmy.

Trony, które widzicie na tej scenie, mają różną wysokość, ale te różnice wysokości nie zostały ustalone na podstawie zróżnicowania wewnętrznych, duchowych zalet, natomiast zgodnie z tybetańską hierarchią i statusem społecznym. Najwyższy status społeczny posiada dalajlama, więc mój tron jest najwyższy i nie ma to nic wspólnego z kategorią duchowego urzędywistnienia.

Powiada się, że swojego czasu mongolscy uczeni poczynili trafną uwagę, iż tybetańscy lamowie mają niezmiernie długie imiona, ale bardzo znikome zalety, podczas gdy wielcy mistrzowie przeszłości mieli imiona bardzo krótkie, za to zalety bezgraniczne. Moje własne imię, na przykład, jako dalajlamy, jest również niezmiernie długie – Dżetsun Dżampel

Ngawang Lobsang Jeszie Tenzin Gjatso.

Oczywiście, to tylko dygresja. Mówiąc o tych niezmiernie długich imionach, należy jeszcze dodać, że gdy lamie, siedzącemu na wysokim tronie, składane są ofiary w intencji jego długiego życia, wówczas uczniowie czy też ci, którzy takie ofiary składają, recytują pięknie skomponowane modlitwy, które w jeszcze bardziej przesadny sposób mówią o zaletach danego lamy. W takich okolicznościach lama również może wysoko podnieść swe czoło, uznając, że wszystkie te zalety naprawdę posiada, lub chcąc sprawić wrażenie, że tak właśnie jest, a wówczas istnieje poważne ryzyko kłamstwa, a w efekcie złamania ślubowań i nagromadzenia wielu ciężkich negatywnych czynów. Jest to więc sytuacja wymagająca naprawdę niezwyklej wprost ostrożności.

Poruszyłem te sprawy, ponieważ mają one związek z rozwijaniem warunków wstępnych przy medytacji szczególnego wglądu i pielęgnowaniem trzech przyczyn - niezbędnych, aby osiągnąć prawidłową kontemplację. Te trzy przyczyny, niezbędne dla rozwoju szczególnego wglądu, zgodnie z tekstem na stronie dziewiątej *Stopni medytacji*, to: poleganie na świętych osobach, poważne poszukiwanie obszernych instrukcji i właściwa kontemplacja. Co do polegania na świętych osobach, Jego Świątobliwość wyjaśnił to właśnie pokrótce, jeśli chodzi o poszukiwanie obszernych instrukcji oznacza to, że należy dążyć do doskonałej znajomości nauk i studiować najważniejsze teksty. Bardzo przydatne będzie tu przywołanie instrukcji i rad bardzo wykształconego, inkarnowanego lamy, imieniem Njengung Tulku. Uczynił on celne spostrzeżenie, że różnorodne teksty i nauki, które studiujemy, możemy rozdzielić na dwie kategorie. Do jednej zaliczymy te, w których styl prezentacji zgodny jest z ogólnym procesem przekazywania nauk jako całości, i tak mamy, na przykład, sześć tekstów ułożonych przez Nagardżunę i pięć różnych tekstów ułożonych przez Maitreję. Tekstów tych naucza się zgodnie z ogólnym procesem i kierunkiem stopniowej ścieżki, tak jak nauczał Budda. Jest też inny rodzaj instrukcji i nauk, udzielanych na potrzeby konkretnej, pojedynczej osoby. Przykładem tego typu nauczania, które służyć miało pożytkowi jednej konkretnej osoby, są *Poematy Sarahy – Doha of Saraha*.

Co do pierwszego z tych dwóch sposobów udzielania instrukcji - otóż podążanie za takim nauczaniem wyklucza jakąkolwiek możliwość błędzenia, nie ma żadnego niebezpieczeństwa zejścia na manowce, ponieważ podążamy za procesem, który systematycznie wyjaśnia wszystkie stopnie ścieżki, wiodącej do oświecenia, nie ma więc w tym żadnego ryzyka. W

przypadku, gdy podaży się za drugim rodzajem instrukcji - udzielanych jednej konkretnej osobie, uwzględniających potrzeby jednej konkretnej osoby, wówczas nie ma pewności, czy zgłębiając takie osobiste instrukcje, będziemy w stanie zrozumieć całokształt nauczania Buddy czy też nie.

Czytając *Stopnie medytacji*, znajdujemy ustęp, rozpoczynający się od słów:

*Co rozumie się przez poważne poszukiwanie obszernych instrukcji? Jest to słuchanie, z powagą i szacunkiem, ostatecznego i interpretacyjnego znaczenia dwunastu gałęzi nauczania Buddy.*

Następnie mamy cytat z *Wyjaśnień do sutry myśli*.

Omówimy teraz warunki niezbędne dla rozwoju szczególnego wglądu. Są dwa rodzaje szczególnego wglądu, tutaj skupimy się przede wszystkim na transcendentalnym szczególnym wglądzie i omówimy warunki konieczne dla osiągnięcia właśnie takiego wglądu. Rozwój transcendentalnego szczególnego wglądu wymaga wcześniejszego urzeczywistnienia pustki, najpierw należy więc przestudiować, we właściwy sposób, te teksty, które wyjaśniają znaczenie takości i pustki.

Rozróżniamy dwa rodzaje nauczania Buddy: nauczanie poziomu interpretacyjnego i nauki ostateczne. Szkoły *waibaszika* i *sautrantika* nie dokonują takiego rozróżnienia nauk Buddy, zgodnie bowiem z ich poglądami każde nauczanie Buddy ma charakter ostateczny. Jedynie szkoły *tylko-umysł* i *madhjamika* klasyfikują nauki Buddy jako interpretacyjne lub ostateczne.

Według szkoły *tylko-umysł* nauki klasyfikujemy jako interpretacyjne, gdy nie można przyjmować ich dosłownie, natomiast nauki ostateczne to te, które akceptujemy w dosłownym ich znaczeniu. Szkoła *madhjamika* rozumie pojęcia „nauki ostateczne” i „interpretacyjne” w sposób odmienny – mówi ona, że te spośród nauk Buddy, które bezpośrednio i dosłownie, jako swój temat podstawowy, objaśniają prawdę ostateczną, stanowią nauczanie ostateczne, zaś nauki, które bezpośrednio i dosłownie omawiają znaczenie prawdy konwencjonalnej, należy uważać za nauczanie interpretacyjne. Linia demarkacyjna pomiędzy nauczaniem interpretacyjnym i ostatecznym wyznaczana jest zatem na podstawie tematu.

Następnie *Stopnie medytacji* wyjaśniają trzeci z koniecznych warunków wstępnych – jest to cecha zwana właściwą kontemplacją. Tekst mówi:

*Co rozumie się przez właściwą kontemplację? Jest to właściwe ugruntowanie ostatecznych i interpretacyjnych sutr.*

Oznacza to, że powinniśmy osiągnąć właściwe rozumienie całokształtu nauk Buddy, a zwłaszcza znaczenia dwóch prawd. Należy systematycznie rozważać to zagadnienie dopóty, dopóki nie będziemy w stanie precyzyjnie przeniknąć znaczenia prawdy ostatecznej. Gdy już rozwiemy przeświadczenie co do znaczenia prawdy ostatecznej, wówczas, koncentrując się na pustce, będziemy w stanie podjąć medytację rozwijającą spokojne spoczywanie i szczególny wgląd. Gdy rozważywszy znaczenie pustki, skupiamy swój umysł, tak aby jednopunktowo spoczywał na tym (temacie), nazywa się to “szukaniem medytacji poprzez pogląd”. Można także “poszukiwać medytacji poprzez wgląd”, tzn., najpierw osiągnąć stan spokojnego spoczywania, na takim zaś fundamencie dopiero poszukiwać wglądu. Osiągnięcie precyzyjnego zrozumienia znaczenia ostatecznej prawdy jest więc niezwykle ważne.

W następnych wierszach wyjaśnia się proces faktycznej medytacji. Mamy dwa rodzaje medytacji – medytację w trakcie sesji medytacyjnej i w trakcie sesji post-medytacyjnej. Na temat praktyki w sesji post-medytacyjnej, na stronie 9 *Stopni medytacji*, czytamy:

*Jogini zawsze powinni unikać ryb, mięsa itp., powinni jeść umiarkowanie i unikać żywności, która nie sprzyja zdrowiu.*

Jak wyraźnie tutaj powiedziano, należy być wstrzemięźliwym w jedzeniu, następnie należy angażować się w praktykę jogi bez zasypiania, itd. Wszystkie te punkty wyjaśniono w *Stopniach medytacji*.

W przypadku faktycznej sesji medytacyjnej, przywoławszy przede wszystkim odpowiednią motywację, należy podjąć praktyki modlitwy siedmioczłonowej, które nie tylko oczyszczają umysł z negatywnych czynów, ale pozwalają jednocześnie nagromadzić czyny pozytywne, po czym przyjąć odpowiednią postawę ciała, którą w tekście przyrównuje się do siedmiorakiej postawy Wajroczały.

Następnie tekst wyjaśnia proces rozwoju spokojnego spoczywania umysłu, koncentrującego się na obiekcie, którym jest prawda konwencjonalna; może to również być prawda ostateczna, obiekt zewnętrzny lub obiekt wewnętrzny; spośród obiektów wewnętrznych może to być nasz własny umysł, można także koncentrować się na kanałach, energiach i kroplach swojego własnego ciała. Podobnie, jeśli rozważamy dwanaście zbiorów nauczania Buddy, podsumowujemy całokształt pism Buddy, następnie zaś pozwalamy, aby umysł skoncentrował się, spoczął, na punkcie, który to podsumowanie stanowi, jest to medytacja spokojnego spoczywania. Z drugiej strony, jeśli podejmuje się szczegółowe studia 12 zbiorów pism, jest to proces medytacji szczególnego wglądu.

Gdy naprawdę rozwijamy spokojne spoczywanie, nie wolno nam dopuścić do zakłóceń umysłu. Samo wyrażenie “spokojne spoczywanie” wywodzi się w rzeczy samej ze znaczenia: “pozwól, aby twój umysł był absolutnie uspokojony, wolny od wszelkich zewnętrznych i wewnętrznych rozproszeń, i pozwól, aby jednopunktowo spoczął na wybranym obiekcie”. Takie jest znaczenie umysłu spokojnie spoczywającego.

Czym są negatywne czynniki, przerywające medytację spokojnego spoczywania? Zakłócenia takie powodowane są przez rozproszenie bądź też opadanie, ospałość. Rozwijanie przywiązania do poszczególnych obiektów zewnętrznych, poprzez przywoływanie przyjemności, których doświadczyliśmy w przeszłości itp., nazywamy podnieceniem, ekscytacją; jest to jedna z postaci rozproszenia umysłu. Kolejne zakłócenie to ospałość, opadanie umysłu, zastój. Taki zastój stanowi bardzo potężną przeszkodę, w tym sensie, że gdy umysł staje się ospały, to nawet jeśli pozostaje skoncentrowany na obiekcie, traci jakąkolwiek wyrazistość, klarowność swojego obiektu. A przy koncentracji na samym umyśle utracona zostaje czujność, utracona zostaje intensywność i pojawia się letarg.

Tutaj właśnie leży wielkie ryzyko, albowiem można wciąż myśleć, że medytujemy i koncentrujemy się na obiekcie, nawet jeśli nie jest on wyrazisty; patrząc powierzchownie, można uznać, że nadal praktykujemy cudowną medytację, ponieważ nie utraciliśmy obiektu medytacji, niemniej jednak nie rozwijamy żadnej wyrazistości, żadnej klarowności wobec swojego obiektu, nasz umysł nie jest świeży, utracił intensywność. Stopniowe zapadanie w subtelniejsze formy mentalnej ospałości prowadzi więc do mylenia mentalnego zastoju z faktyczną medytacją. Istnieje wielkie ryzyko, związane z nawykiem pozostawania w takim

mentalnym zastoju, ponieważ umysł, stając się z czasem coraz bardziej ospały, zatraci ostatecznie swoją ostrość.

Gdy rozproszenie przyjmuje postać ekscytacji, podniecenia, znaczy to, że energia naszego umysłu jest nadmierna; gdy energia umysłu za bardzo wzrasta, umysł zaczyna się rozpraszać, porzuca swój obiekt. W takim przypadku, aby poradzić sobie z problemem mentalnego podekscytowania, należy obniżyć energię umysłu i ponownie skoncentrować go na obiekcie. Ospalność lub zastój umysłu jest natomiast wynikiem jego zbyt niskiej energii, umysł traci swoją energię, swego ducha, a w takim przypadku odpowiednia reakcja polega na zwiększeniu energii, przywróceniu ducha umysłu. Poziom energii umysłu można podnieść, rozważając jakiś szczególnie uroczy obiekt, coś, co wnosi do naszego umysłu radość, światło i iluminację.

Należy dokładnie rozumieć, na czym polega mentalne rozproszenie - podekscytowanie albo zastój, ospalność, i umieć szybko je zidentyfikować, kiedy tylko się pojawiają i zaczynają nas rozpraszać, upewniać się, że nasz umysł spoczywa spokojnie, nierozpraszanym przez żaden z tych dwóch negatywnych czynników.

Mówiąc o rozwoju i praktyce spokojnego spoczywania - jeśli praktykuje się naprawdę bardzo systematycznie i w sposób zdyscyplinowany, rozwój możliwy jest nawet w ciągu kilku miesięcy. Angażujemy się w praktyki kształtujące spokojne spoczywanie, ponieważ ten stan umysłu umożliwi nam rozwój szczególnego wglądu, toteż nawet jeśli nasz umysł jest już w stanie spokojnie spoczywać, nie należy poprzestawać na tym osiągnięciu.

Jak mówiliśmy wczoraj, stan spokojnego spoczywania ma pomóc nam wyeliminować przeszkadzające emocje, to zaś będzie możliwe jedynie dzięki urzeczywistnieniu takości, jedynie dzięki rozwinięciu szczególnego wglądu, prowadzącego do precyzyjnego zrozumienia natury, istoty takości, sedna ostatecznej prawdy. Taki cel zaś wymaga zrozumienia znaczenia bejażniowości osób i bejażniowości zjawisk. Bejażniowość osób i zjawisk zostaje tutaj objaśniona zgodnie z nauczaniem Kamalaszili. Kamalaszila był uczniem opata Sziantarakszity, wywodzącego się ze szkoły *swatantrika-madhjamika*, uznającej konwencjonalne naturalne istnienie wszystkich zjawisk, a także obiekty zewnętrzne.

Zgodnie z tą prezentacją, antidotum na przeszkadzające emocje stanowi rozwój mądrości

ureczywistniającej bejaźniowość osób, zaś antidotum, które wyeliminuje zaciemnienia na drodze ku oświeceniu, jest rozwój mądrości ureczywistniającej bejaźniowość zjawisk. Uznaje się również, iż mądrość ureczywistniająca bejaźniowość osób jest mniej subtelna, niż mądrość ureczywistniająca bejaźniowość zjawisk.

Dlatego też, na stronie 12 *Stopni medytacji*, Kamalaszila mówi:

*Jogini powinni analizować w następujący sposób: osoby nie można spostrzec w oddzieleniu od mentalnych i fizycznych skupisk, elementów i działania zmysłów. Osoba nie jest również tożsama ze swoimi skupiskami, ponieważ skupiska itd., są w swej istocie wielorakie i nietrwałe. Inni przypisują osobie jednostkowość i trwałość. Osoba - jako zjawisko – nie może istnieć inaczej, jak tylko jako jednostka lub mnogość, albowiem nie ma innego sposobu istnienia. Musimy więc podsumować, że postulat istnienia światowego “ja” i “moje” jest całkowicie błędny.*

Przede wszystkim, spójrzmy jak pojęcie “osoba” rozumiane jest przez niektóre niebuddyjskie szkoły filozoficzne. Mówią one, że osoba istnieje w oddzieleniu zarówno od swojego ciała, jak i swojego umysłu. Stwierdzenie, że osoba musi istnieć oddzielnie od swego fizycznego ciała, uzasadniane jest przez fakt, że kiedy nasze “ja” widzi obiekt, mówimy wówczas “ja widzę obiekt”, wyraźnie zaznaczając istnienie “ja” oddzielnego od ciała. W podobny sposób mówimy o pamiętaniu tego, co zrobiliśmy rano, a w przypadku ludzi, którzy są w stanie pamiętać poprzednie żywoty, mówią oni o swoich poprzednich żywotach. Na podstawie takich właśnie doświadczeń postuluje się istnienie osoby poza lub w oddzieleniu od fizycznych skupisk.

Nie jest również łatwe odnalezienie osoby w obrębie psychofizycznych skupisk, dlatego też szkoły te mówią, że osoba jest czymś całkowicie różnym od swoich skupisk psychofizycznych, i że ta oddzielna od swoich psychofizycznych skupisk osoba jest czymś stałym, czymś niezależnym, czymś niepodzielnym. Na przykład mówimy: “kiedy byłem dzieckiem”, wyraźnie podkreślając, że “moje „ja” było tam, kiedy byłem dzieckiem”, i zakładamy przy tym, że to “ja” jest wciąż obecne dzisiaj. Można również powiedzieć “w moim poprzednim życiu”, ponownie wskazując, że nasze „ja” było tam w poprzednim życiu. Z takich właśnie obserwacji niebuddyjskie szkoły myśli filozoficznej wyciągają wniosek, że istnieje osoba, która w sposób ciągły przechodzi z przeszłych żywotów w żywoty kolejne, a

osoba ta jest trwała, niepodzielna i niezależna od skupisk psychofizycznych. Precyzyjna analiza naszych faktycznych doświadczeń dowodzi jednak, że jakkolwiek staramy się znaleźć osobę oddzieloną od psychofizycznych skupisk, nie jesteśmy w stanie jej odnaleźć.

Kamalaszila odrzuca więc tutaj wyraźnie punkt widzenia szkół niebuddyjskich mówiąc, że osoby nie można odnaleźć w oddzieleniu od mentalnych i psychofizycznych skupisk, elementów, organów zmysłów itd. Tekst kontynuuje: *“ani też osoba nie posiada natury skupisk itd., ponieważ skupiska itd. posiadają cechę wielorakości i nietrwałości”* Oznacza to, że osoba nie jest identyczna ze swoimi skupiskami itd., ponieważ gdyby osoba była - w swojej istocie - swymi psychofizycznymi skupiskami, wynikałoby z tego, że skoro mamy wiele różnych typów psychofizycznych skupisk, powinna istnieć dokładnie taka sama ilość “ja” danej osoby. Tak właśnie należy rozumieć stwierdzenie *“ani też osoba nie jest w swojej istocie skupiskami psychofizycznymi itp.,”* - skupiska itd. posiadają naturę wielorakości i nietrwałości, gdy tymczasem osoba jest jedna.

*“Inni przypisują osobie trwałość i jednolitość”* – niebuddyjskie szkoły filozoficzne przypisują osobie cechy trwałości i jednostkowości mówiąc, że osoba nie jest w swej istocie tym samym, co jej psychofizyczne skupiska, nie jest postrzegana jako tożsama ze swymi psychofizycznymi skupiskami. I wreszcie Kamalaszila na zakończenie mówi, że *musimy podsumować, że postulowanie istnienia światowego “ja” i “moje” jest całkowicie błędne.*

Pogląd szkół niebuddyjskich wyraża się w naszym zwyczajnym, nieoświeconym umyśle jako tendencja do postrzegania osoby jako właściciela, zaś skupisk psychofizycznych jako czegoś do osoby należącego. Mamy skłonność do postrzegania relacji pomiędzy osobą i jej skupiskami psychofizycznymi jako relacji pomiędzy królem a jego orszakiem, królem a jego poddanymi. W *Pramanavarttika* powiedziane jest, że z powodu takiej właśnie błędnej koncepcji, czasami, gdy widzimy kogoś, kto posiada formę fizyczną pełną uroku, wręcz wyrażamy życzenie: *“byłoby cudownie, gdybym był w stanie zamienić swoje ciało na ciało tej osoby!”*. Ów rodzaj błędnego pojmowania rzeczywistości jest więc dla nas charakterystyczny - mamy tendencję do postrzegania ciała i skupisk psychofizycznych jako całkowicie oddzielnych, całkowicie różnych, a nawet posuwamy się tak daleko, że zamianę ciał uważamy za zupełnie możliwą.

Chwywanie, towarzyszące postrzeganiu osoby jako czegoś trwałego, niepodzielnego i



jednolitego, nazywane jest chwytnością osoby. Takie chwytności osoby, lgnięcie do „ja” i „moje”, jest całkowicie mylne i stanowi w gruncie rzeczy rdzenną przyczynę cierpienia, albowiem postulowanej na bazie naszego rozumienia samowspierającej się, samowystarczającej osoby, osoby niezmiennej, nie ma; konieczna jest więc właściwa analiza, która pozwoli nam dociec, gdzie tkwi błąd takiej koncepcji, gdzie popełniamy omyłkę.

Jak widzimy, w *Stopniach medytacji* wprowadza się wyraźną klasyfikację na nieistnienie jaźni osoby i nieistnienie jaźni zjawisk. To fundamentalny podział, niezbędny dla właściwego zrozumienia znaczenia ostatecznej rzeczywistości. Teksty śrawakajany, pojazdu słuchaczy, w pierwszej kolejności omawiają nieistnienie jaźni osoby. Jak jasno stwierdza *Pramanavarttika*, wszelkie negatywne emocje, takie jak przywiązanie czy nienawiść, rozwijają się na bazie koncepcji istnienia „ja”. *Pramanavarttika* mówi wyraźnie, że takie odczuwanie jaźni, „ja”, skutkuje natychmiastowym rozwojem poczucia istnienia „innych”, na bazie tego zaś rozwijamy przywiązanie do samego siebie i tych, którzy są po stronie „nas”, jak nasi przyjaciele czy krewni, zaś niechęć i poczucie odseparowania wobec tych, których klasyfikujemy jako „innych”. To zaś stanowi podłoże dla powstawania wszelkiego rodzaju negatywnych emocji, błędnych koncepcji, wynikających z przywiązania bądź nienawiści. Możemy więc dostrzec, że chwytności jaźni stanowi rdzenną przyczynę wszelkich problemów, wszelkiego rodzaju przeszkadzających emocji.

Nie znaczy to jednak, że na poziomie konwencjonalnym w ogóle nie ma żadnego „ja” - otóż na poziomie konwencjonalnym istnieje „ja” nominalnie postulowane, stanowiące podstawę dla doświadczania krzywdy, pomocy, korzyści itd. Potężnym czynnikiem, ustanawiającym różnicę, w sensie podłoża dla pielęgnacji przeszkadzających emocji, jest siła chwytności, moc lgnięcia do „ja”. Można to wyraźnie dostrzec, rozważając nawet zwykłe codzienne sytuacje, na przykład obserwując relacje pomiędzy ludźmi, gdy zaczyna być mowa o „mnie” i o „tobie”, „nas” i „innych” itp. Można zauważyć, że ludzie są bardzo różni - niektórzy mówią o swoim „ja” z wielką arogancją, wielką dumą, i to silne odczucie „ja” skłania ich do wykorzystywania „innych”, do poniżania ich, do patrzenia na nich z góry. Inni natomiast, gdy mówią „ja”, mają skłonność do postrzegania owego „ja” jako czegoś małoważnego, a rozważania na ten temat pozwalają im wręcz rozwinąć pewien rodzaj pokory. Silne poczucie ego, silne chwytności, lgnięcie do „ja”, staje się źródłem problemów i prowadzi do rozwoju wszelkiego rodzaju przeszkadzających emocji, jeśli zaś nie hołubimy owego „ja” z wielką mocą, nie chwytności się go z całą siłą, to wszelkie inne problemy, innego rodzaju

przeszkadzające emocje, również rozwijać się będą w niewielkim stopniu. Gdy nasze ego jest silne, to z całą mocą chwytny się „ja”, odczuwając je niezwykle wprost ostro, co z kolei sprawia, że nie jesteśmy w stanie znieść nawet małych i niezbyt istotnych problemów, stajemy się bardzo wybuchowi, wszystko nas irytuje. Z drugiej strony, jeśli nie łągniemy do „ja” aż tak przesadnie, wówczas niezbyt dbamy również o to, czy inni nas chwalać czy też wyśmiewają. Nasze wzloty i upadki nie są aż tak liczne, w ten zaś sposób jesteśmy w stanie utrzymywać spokojny, stabilny umysł. Wagę tego zagadnienia wyraźnie podkreślają niektórzy lekarze. Przeprowadzane przez nich badania wykazały, że ludzie, którzy nieustannie odnoszą się do swojej jaźni, wciąż mówiąc o „ja” i „moje” itd., są bardziej narażeni na ataki serca. Silne poczucie „ja” sprawia, że bardzo trudno znosimy pojawienie się choćby niewielkich przeszkód i dlatego mamy skłonność do ich wyolbrzymiania, reagujemy na nie w sposób przesadny, nie możemy ich znieść, a wówczas pojawia się cały szereg problemów fizycznych i umysłowych.

Rodzi się więc pytanie jak zredukować tak silnie utrwalony nawyk chwytania „ja”? Przed wszystkim należy zidentyfikować „ja” na poziomie nominalnym, określić to „ja”, które ma zostać wyeliminowane, to „ja”, które stanowi obiekt zaprzeczania. Należy znaleźć faktyczny, prawdziwy sposób istnienia owego „ja”. Kiedy dokonujemy analizy, poszukiwań, kiedy badamy funkcjonowanie „ja”, sposób postrzegania obiektów przez pryzmat takiego „ja”, sposób w jaki to „ja” wpływa na odczuwanie, wówczas zauważamy, że obecność takiego chwytania „ja” bądź też jego brak, czyni ogromną różnicę.

Rozważmy przykład różańca, który trzymam w ręce. Załóżmy, że różaniec ten należy do kogoś innego, że widząc ten różaniec z pewnej odległości, możemy pomyśleć „Tak, on ma ładny różaniec”. Gdy nieoczekiwanie właściciel upuszcza różaniec na podłogę, wówczas zauważamy „o, różaniec spadł na podłogę”, nie okazując jednak zbytniej troski, ponieważ różaniec ten nie należy do nas. Wyobraźmy sobie jednak, że później ktoś podarował nam ten różaniec, albo kupiliśmy go i jesteśmy teraz jego właścicielem. W tej sytuacji, jeśli różaniec spadnie na ziemię, bardzo nas to obchodzi, martwimy się, że któryś z paciorków mógł się połamać itp. Widzimy tu, że nie tolerujemy faktu, że rzeczy będące naszą własnością mogą ulec zniszczeniu, a stan ten wynika z faktu, że mamy bardzo silne poczucie jaźni, mocno chwytny się idei „ja” i „moje”.

Na bazie chwytania „ja” rozwijamy skłonność do oddzielania, jak podkreśliłem to dzisiaj i w

trakcie poprzednich wykładów – jeśli cechuje nas silne chwytnie “ja”, mamy również skłonność do rozróżniania ludzi, niektórych zaliczamy do kategorii naszych przyjaciół i uznajemy, że są po naszej stronie, o innych zaś sądzimy, że choć nie należą do naszego stronnictwa pozostają neutralni, jeszcze innych zaś uznajemy za swoich wrogów. Z drugiej strony, o wiele lepiej byłoby dostrzec wyraźnie, że takiego “ja”, które byłoby trwałe, niepodzielne, niezależne, samowystarczalne, po prostu nie ma, zwłaszcza zaś należałoby zrozumieć, że tak samo jak ja mam “ja”, wszyscy inni ludzie też mają “ja”, więc fakt posiadania przeze mnie “ja” nie jest czymś szczególnym. Dlaczegoż więc miałbym sądzić, że to “ja”, posiadane przeze mnie, jest czymś specjalnym, czymś najwyższym?. Gdy jesteśmy w stanie ujrzeć swoje “ja” w taki sposób, jako całkowicie równe z “ja” innych osób, pomoże to także zredukować nasze ego. W taki właśnie sposób należy rozumieć beżjaźniowość osób.

Przyjrzyjmy się teraz beżjaźniowości zjawisk. Tak samo jak zdaliśmy sobie sprawę, że osoba, która np. raduje się obiektem, nie posiada przyrodzonej, niezależnej egzystencji, tak wszelkie odrębne od jaźni zjawiska, jak w omawianym wcześniej przykładzie z różańcem, wszystkie one, tak samo jak osoby, nie mają prawdziwego istnienia, nie istnieją w sposób ostateczny. Taki rodzaj zrozumienia braku prawdziwej egzystencji wszelkich obiektów, którymi raduje się dana osoba, jest bardzo istotny, ponieważ zazwyczaj, gdy rozwijamy w sobie przywiązanie, nienawiść itd., robimy to w odniesieniu do konkretnego obiektu.

Gdy widzimy bądź napotyamy atrakcyjny, przyjemny obiekt, mamy skłonność do rozwijania przywiązania, gdy zaś napotyamy obiekt, który jest nam wstrętny, którego nie lubimy, nawykowo rozwijamy gniew lub nienawiść. Jeśli więc jesteśmy w stanie spostrzec, że tak samo jak osoba, obiekty - tj. zjawiska, których doświadcza dana osoba - także nie mają prawdziwej egzystencji, to wówczas możemy zredukować nasze przywiązanie bądź naszą niechęć i wszelkie inne przeszkadzające emocje.

Pogląd szkoły *tylko-umysł* głosi na przykład, że obiekty takie, jak różaniec z naszego przykładu oraz sam umysł, nie są w swej istocie od siebie oddzielone. Z takiego punktu widzenia pustka rozumiana jest jako brak istotnej odrębności podmiotu i przedmiotu, postrzeganego i postrzegającego. Stwierdzenie, że przedmiot i podmiot są w swej istocie tym samym, znaczy w tym przypadku, że wszystko, czego doświadczamy, każdy obiekt, w który angażuje się nasz umysł, stanowi w swojej istocie odbicie naszego umysłu.

Widzimy więc, że nasze postrzeganie, sposób, w jaki rzeczy jawią się naszemu umysłowi, zależy w wielkim stopniu od naszego poglądu, od naszej postawy mentalnej. Zdając sobie sprawę z braku istotnej odrębności podmiotu i przedmiotu, jesteśmy w stanie zredukować przywiązanie bądź nienawiść do obiektów, jesteśmy w stanie spostrzec, że np. nasze skupiska psychofizyczne również nie istnieją w taki sposób, w jaki widzi je nasz umysł, dzięki temu zaś możemy zredukować, a nawet wyeliminować, wiele błędnych koncepcji, zwodniczych myśli, wypaczonych stanów umysłu, funkcjonujących w odniesieniu do zewnętrznych obiektów.

Na stronie 12 *Stopni medytacji* Kamalaszili czytamy:

*Na temat beżażniowości zjawisk należy medytować w następujący sposób: pokrótce, zjawiska zalicza się do pięciu skupisk, dwunastu źródeł percepcji i osiemnastu elementów. Fizyczne aspekty skupisk, źródeł percepcji i elementów to, w sensie ostatecznym, nic innego jak przejaw umysłu. Jest tak, bowiem gdy rozpadną się one na drobne cząstki i zbadamy istotę, sedno, elementów składowych tych cząstek, nie możemy odnaleźć ich tożsamości.*

Takie rozumienie beżażniowości zjawisk zgodne jest z poglądem szkoły *tylko-umysł*, nieuznającym istnienia zewnętrznych zjawisk i obiektów, przy czym rozróżnia się dwa rodzaje beżażniowości zjawisk: ta, która przejawia się myślom konceptualnym oraz ta, która jawi się świadomości zmysłowej, zaliczanej do niekonceptualnych. Zgodnie z poglądem szkoły *tylko-umysł*, umysł postrzega rzeczy na skutek uaktywniania śladów, chociaż obiektów zewnętrznych nie ma. Mówi się tutaj o różnych kategoriach śladów: śladach tego samego rodzaju, śladach uwarunkowanych, opartych na wyrażeniach i myślach, śladach powiązanych z poglądem chwytania „ja”, itd., mowa jest o piętnastu różnych rodzajach śladów, takich jak jaźń, inni, czas, ilość, itd. Wszelkie zjawiska, które postrzega umysł, są w swej istocie tożsame z umysłem. Weźmy przykład świadomości wzrokowej, postrzegającej różaniec: świadomość wzrokowa widzi różaniec jako różaniec – głosi pogląd szkoły *tylko-umysł* - na skutek uaktywnienia śladów tego samego rodzaju; gdy zaś różaniec postrzegany jest jako obiekt zaangażowania w kategoriach wyrażen i nazw, dzieje się tak na skutek uaktywnienia śladów wyrażen i myśli z przeszłości; kiedy zaś widzimy tę podstawę zaangażowania wyrażen i nazw, jako istniejącą ze swej własnej strony, dzieje się tak na skutek uaktywnienia, przebudzenia się, śladów chwytania „ja”.

W rzeczywistości jednakże rzeczy nie istnieją tak, jak jawią się umysłowi. Jest rozdział pomiędzy przejawami a rzeczywistością. Przejaw obiektu, jak gdyby istniał on ze swojej własnej strony, jako podstawy dla nazwy i myśli, to właśnie chwytność się jaźni, przejawiająca się myślom konceptualnym, zaś brak istnienia takiej jaźni przejawia się w umyśle mądrości.

Źródło takich poglądów szkoły *tylko-umysł* znajduje się w jednej z sutr, gdzie sam Budda mówi wyraźnie, że trzy światy są tylko umysłem - w tym znaczeniu, że są w swej istocie tożsame z umysłem i mają tę samą naturę, co umysł. Podobnie, można tu przytoczyć również cytaty z jednego z tekstów Nagardżuny, gdzie mówi on, że wszystkie cztery elementy itd., można zaliczyć do świadomości. W tym poglądzie filozoficznym odrzuca się więc wszelkie obiekty zewnętrzne. Taki rodzaj negacji istnienia zewnętrznych obiektów może stanowić czynnik pomocny przy usuwaniu przywiązania, nienawiści i innych emocji, odnoszących się do obiektów zewnętrznych.

Jednakże, zgodnie z *madhjamiką*, odpowiedź na pogląd *tylko-umysł* jest następująca: "Takie przedstawienie pustki – jako brak istotnej odrębności przedmiotu i podmiotu, jest cudowne, jak również bardzo użyteczne. Niemniej jednak, problem polega na tym, że zaprzecza się tylko zewnętrznym obiektom, ale gdy chodzi o sam umysł, wciąż dąży się do stwierdzenia, że posiada on prawdziwą egzystencję, ostateczne istnienie. A zatem, wówczas gdy umysł doznaje wlotów i upadków, gdy napotyka cierpienia, problemy itp., Ignięcie do umysłu, jako posiadającego prawdziwą egzystencję, nie pomoże zredukować przeszkadzających emocji. Dlatego też należy zdać sobie sprawę, że tak jak obiekty zaangażowania umysłu nie mają zewnętrznej egzystencji, prawdziwego istnienia, tak samo umysł, który postrzega rozdział pomiędzy przejawem a rzeczywistością, nie posiada prawdziwego, niezależnego istnienia. Kamalaszila wyjaśnia to zagadnienie w tekście *Stopni medytacji* mówiąc:

*W sensie ostatecznym, umysł także nie może być rzeczywisty. Jak umysł, który postrzega i rozumie tylko złudną naturę formy fizycznej itd. oraz różnorodne aspekty przejawów, może być realny? Tak samo jak formy fizyczne itd., są złudne, tak umysł, który nie istnieje oddzielnie od form fizycznych itp., które są nierealne, też jest nierealny. Tak samo jak forma fizyczna posiada różnorodne aspekty, a jej tożsamość nie jest ani pojedyncza ani wieloraka, podobnie umysł, skoro nie jest od nich różny, w swej naturze nie jest ani pojedynczy ani*

*mnogi. Dlatego też umysł w swej naturze jest jak iluzja, jak złudzenie.*

W taki właśnie sposób, z punktu widzenia szkoły *madhjamika*, mówi się o braku prawdziwej egzystencji wszystkich zjawisk, nie tylko obiektów, ale również umysłu. To zagadnienie jest również wyjaśnione w dalszej części tekstu.

Gdy analizujemy naturę umysłu w przeszłości, naturę umysłu w nadchodzącej przyszłości, sposób, w jaki umysł widzi różne aspekty i formy obiektów, krótkotrwałość tego, otóż rozważywszy to wszystko spostrzegamy, że ów “umysł” także nie posiada prawdziwej egzystencji, rzeczywistego istnienia. Takie rozumienie prawdziwości egzystencji, z punktu widzenia szkoły *madhjamika*, stosuje się więc do wszystkich zjawisk, i dlatego właśnie szkoła *madhjamika* mówi o czterech rodzajach pustki, dwóch rodzajach pustki, szesnastu rodzajach pustki itd. Gdy mówimy o szesnastu rodzajach pustki, mamy na myśli pustkę pustki – nie tylko w przypadku prawdy konwencjonalnej i zjawisk konwencjonalnych, ale również w przypadku zjawisk ostatecznych, takich jak sama pustka, jeśli zanalizujemy i zbadamy, czy pustka stanowi swoją własną ostateczną naturę, zauważamy, że tak nie jest - pustka także pozbawiona jest wrodzonej egzystencji. To właśnie jest znaczenie pustki pustki.

W ramach poglądu szkoły *tylko-umysł* pewnych problemów mogą więc następczać niektóre cytaty z *Sutry doskonałości mądrości*, w których wszystkie zjawiska zdefiniowane są jako nieposiadające tożsamości, puste ze swej natury. Szkoła *tylko-umysł* mówi jednak, że gdy *Sutra doskonałości mądrości* określa wszystkie zjawiska jako pozbawione swojej własnej natury, to stwierdzenie takie zaliczyć należy do nauczania poziomu interpretacyjnego, a nie ostatecznego. Poziom interpretacyjny oznacza tutaj, że pojęcie “pozbawiony prawdziwej natury” można rozważać w różnym kontekście, w zależności czy chodzi o zjawisko przypisywane, zjawisko zależne od innych czy też ściśle ustanowione. W przypadku zjawiska przypisywanego, określenie “pozbawiony wrodzonej natury” oznacza, że nie posiada ono wrodzonych cech charakterystycznych; w odniesieniu do zjawisk przypisywanych i zjawisk zależnych od innych - brak wrodzonego niezależnego pochodzenia, a w przypadku ściśle ustanowionych zjawisk - że nie posiadają one ostatecznej, absolutnej egzystencji.

*Madhjamika*, podobnie jak szkoła *tylko-umysł*, akceptuje trzy wymienione tu kategorie zjawisk – przypisywane, zależne od innych i ściśle ustanowione, przy czym pojęcie „zjawisko zależne” odnosi się do podstawy, „zjawisko przypisane” odnosi się do obiektów negacji, a

gdy mówimy o zjawiskach ściśle ustanowionych, odnosi się to do ostatecznej rzeczywistości, do pustki. Zasadniczo, zarówno szkoła *tylko-umysł* jak i *madhjamika* akceptują omówione tu trzy kategorie zjawisk, ale gdy zaczynamy zagłębiać się w szczegóły znaczenia okazuje się, że szkoły te nie zgadzają się ze sobą, mają różne poglądy. I tak, szkoła *tylko-umysł* mówi, że faktyczne znaczenie i intencja drugiego obrotu kołem doktryny zgodne są z interpretacją przedstawioną w *Samdhinirmochana Sutra*.

Szkoła *madhjamika* natomiast uznaje *Sutrę doskonałości mądrości* nie za nauczanie poziomu interpretacyjnego, ale za nauczanie ostateczne. Niemniej jednak, stwierdzenie to należy rozumieć we właściwym kontekście, tzn. na przykład gdy mówimy: “nie ma formy”, nie oznacza to, że nie ma formy w konwencjonalnym sensie, a jedynie, że nie ma formy, posiadającej niezależną, wrodzoną, prawdziwą egzystencję.

Omawiany tekst mówi następnie, że przy medytowaniu na pustkę przede wszystkim należy ocenić i sprawdzić, jaki rodzaj percepcji, jaki rodzaj refleksji rodzi się w naszym umyśle, gdy myślimy o “ja”, o samym sobie, kiedy myślimy o osobie? Opierając się na swoim doświadczeniu, powinniśmy być w stanie jasno zrozumieć, jaki rodzaj percepcji wówczas rozwijamy, to zaś pozwoli nam stopniowo zdać sobie sprawę, że takiego “ja”, jakie postrzegają nasze zwyczajne myśli, po prostu nie ma, że chociaż nawykowo nasz zwyczajny umysł postrzega “ja”, jako posiadające niezależną, prawdziwą egzystencję, to w rzeczywistości takiej egzystencji ono nie posiada. Dzięki takiemu zrozumieniu będziemy w stanie zredukować i wyeliminować jaźń, stanowiącą rdzenną przyczynę samsary.

Gdy podążamy dalej za *Lampą na ścieżkę Atiszi*, znajdujemy wersy wyjaśniające korzyści rozwoju i pielęgnowania spokojnego spoczywania, jak również wyjaśnienia praktyk przygotowawczych. Atiszia porusza również konieczność osiągnięcia zjednoczenia metody i mądrości itd., ale główny punkt, który chciałbym tu omówić, zawarty jest w wersie 47, gdzie powiedziane jest bardzo wyraźnie:

*Rozumieć pustkę przyrodzonego istnienia,  
Zdawszy sobie sprawę, że skupiska, składowe  
I źródła pochodzenia nie powstają -  
To właśnie nazywamy mądrością.*

I to właśnie jest zasadniczy punkt, który chciałbym tutaj omówić. Gdy obserwujemy obiekty fizyczne, składowe albo elementy itd., to spostrzegamy, że w przypadku tych zjawisk, na poziomie konwencjonalnym, nominalnym, istnieje powstawanie, dezintegracja itd. Jednakże ów rodzaj powstawania i zaniku, narodzin i dezintegracji, występuje tylko i wyłącznie na poziomie konwencjonalnym, na poziomie desygnacji przez umysł, bo jeśli spojrzymy z perspektywy ostatecznej analizy, nie ma żadnego powstawania, nie ma żadnego zaniku, nie ma narodzin ani dezintegracji. Osiągnięcie takiego zrozumienia jest równoznaczne z rozwojem mądrości urzeczywistniającej pustkę.

Podobnie Nagardżuna, składając hołd w jednym z wersów *Fundamentalnej mądrości*, omawia fakt, że w przypadku każdego zjawiska, które powstało współzależnie, nie można mówić o jego pochodzeniu, zaniku, powstaniu, odrębności, byciu takim samym itd. Nagardżuna stwierdza, że jakkolwiek na poziomie konwencjonalnym istnieje odrębność, bycie tożsamym, trwałość, nietrwałość, kiedy zbadamy poziom ostateczny, absolutną naturę danego konkretnego zjawiska, nie znajdziemy żadnego powstawania, zaniku, itp. Bowiemy gdyby ta obdarzona niezależnym pochodzeniem natura powstawania, zaniku itd., faktycznie stanowiła składową absolutnej natury danego konkretnego zjawiska, to w procesie poszukiwania - gdy umysł analizuje ostateczną rzeczywistość zjawisk – powinniśmy móc ją odnaleźć.

Dlatego też, na przykład, na podstawowym poziomie konwencjonalnym wiemy, że ziarno wytwarza kiełek, z ziarna powstanie drzewo, kwiat itd., niemniej jednak, choć na poziomie konwencjonalnym bierzemy za pewnik, że kiełek powstaje z ziarna, drzewo powstaje z ziarna itd., ale poza tym nie wchodzimy w szczegóły, nie pytamy, w którym dokładnie momencie ów kiełek powstał z ziarna, o której godzinie, w której minucie, czy ziarno i kiełek mają taką samą, czy też odrębną naturę, z jakich przyczyn powstały itp. Nie analizujemy sytuacji w taki sposób, jesteśmy zadowoleni i po prostu wystarczy nam natura konwencjonalna, rzeczywistość konwencjonalna. Ale jeśli spróbujemy przekroczyć ten konwencjonalny sens, to usatysfakcjonowanie przejawami na poziomie konwencjonalnym, wówczas, tak jak wyraźnie wyjaśnia to Nagardżuna w *Fundamentalnej mądrości*, ujrzymy, że “rzeczy nie powstają same z siebie ani z innych ani z obu razem ani bez przyczyny, a zatem nie ma powstawania rzeczy.”



Zagadnienia te omawiane są w dalszym ciągu od wersu 47 do 53, a zwłaszcza w wersie ostatnim, tj. 53, gdzie Atiszia podsumowuje mówiąc:

*Zatem, jakakolwiek nie byłaby medytacja  
Na beżjaźniowość, to, że nie ma w niej postrzegania  
Wrodzonej natury w zjawiskach,  
Jest pielęgnowaniem mądrości.*

Tak więc, *Lampa na ścieżkę ku oświeceniu* i myśli wyrażone w tym tekście przez Atiszę reprezentują szkołę *madhjamika*, chociaż jeden z nauczycieli Atiszi – Suwarnadwipa, znany też jako Lama Serlingpa, podążał za szkołą *tylko-umysł*. Niemniej jednak, w swych poglądach filozoficznych Atiszia podążał za innym nauczycielem – za Awadhuti, znanym też jako Rigpe Kudżug, który uznawał pogląd Czandrakirtiego, tak więc pogląd filozoficzny, przedstawiony w *Lampie na ścieżkę*, to pogląd filozoficzny Czandrakirtiego.

Ostateczny sens poglądu filozoficznego Nagardżuny wyjaśniony został przez Buddhapalię. Według Buddhapality, ostateczny pogląd na pustkę oznacza, że wszystko - czy jest to zjawisko trwałe czy nietrwałe, osoba czy też obiekt, umysł czy jego obiekt, wszystko to jest jedynie desygnowane, nazwane, i, ze swojej własnej strony, nie posiada obiektywnej przyrodzonej egzystencji. Dotyczy to zarówno przyczyny, owocu, jak i istoty rzeczy - w jakikolwiek sposób będziemy je analizować, dojdziemy do wniosku, że są one jedynie desygnowane i nie posiadają wrodzonej egzystencji. Zatem, podsumowując pokrótce, ten punkt widzenia szkoły *madhjamika* można zrozumieć bardzo jasno, jeśli zrozumiemy logikę współzależnego powstawania, tak jak wyraził to w jednym z tekstów Nagardżuna: *“Cokolwiek jest w swej istocie współzależnie powstałe, jest w swej istocie pustką, tylko to stanowi środkową ścieżkę, tylko to jest drogą madhjamiki.”*

To samo zagadnienie wyjaśnia Arjadewa w *Czterystu wersach*, gdy mówi: *“Gdy dane zjawisko jest w swej istocie współzależnie powstałe, wówczas nie może ono powstawać niezależnie”*. I patrząc właśnie z takiej perspektywy mówimy, iż rzeczy pozbawione są wrodzonej egzystencji. Podobnie Nagardżuna, w swym komentarzu do *Czterystu wersów*, stwierdza wyraźnie, że gdy mówimy o jaźni, to pojęcie „jaźń” odnosimy do takiego sposobu istnienia, który w żaden sposób nie zależy od innych, i takie właśnie znaczenie nadajemy jaźni. Zatem, gdy mówimy o jaźni, jako obiekcie negacji, nie mamy na myśli

konwencjonalnej jaźni, a jedynie tę jaźń, która - jakkolwiek skłaniamy się do postrzegania jej jako czegoś posiadającego wrodzoną, obiektywną egzystencję – w taki sposób nie istnieje. I dlatego należy zdawać sobie sprawę, że gdy mówimy o pustce, nie jest to równoznaczne z nicością czy nieistnieniem. Mówimy o pustce w znaczeniu istnienia li tylko współzależnego; ponieważ rzeczy są współzależne, nie posiadają niezależnej egzystencji, albowiem zależność i niezależność wykluczają się wzajemnie. Dzięki takiemu zrozumieniu jesteśmy w stanie wyeliminować dwie skrajności - skrajność nieistnienia i skrajność niezależnej, trwałej egzystencji. Podsumowanie całości tego zagadnienia odnajdujemy także w innym tekście, w słowach: „*Pokrótkce, nie ma zjawisk, których naturą nie byłoby współzależne powstawanie i dlatego nie ma zjawisk, których natura nie byłaby pusta*”. Przypomnijmy, że na początku *Stopni medytacji* znajduje się krótkie wyjaśnienie pojęcia „współzależne powstawanie”, ograniczone przede wszystkim do znaczenia uwarunkowania zjawisk, współzależne powstawanie wyjaśnione jest tutaj w sensie relacji przyczyny i skutku. Ale gdy mówimy o subtelniejszych formach współzależnego powstawania - z punktu widzenia *madhjamiki*, to nie mamy na myśli współzależnego powstawania w sensie relacji przyczyny i skutku, ale fakt, że wszystko, zarówno zjawiska trwałe jak i nietrwałe, są wyznaczane przez nazwy i kategorie. I właśnie taki sposób istnienia leży w prawdziwej naturze wszystkich zjawisk, i taka właśnie rzeczywistość przenika wszystkie zjawiska. Takie jest znaczenie wyrażenia “brak bytu wszystkich zjawisk”, zgodnie z wyjaśnieniami *Sutry doskonałości mądrości*, i ten sposób rozumienia pustki jest najbardziej dogłębny – tzn. dopóty, dopóki podtrzymujemy taki dogłębny pogląd na pustkę, żadna z form chwywania jaźni, które znajdujemy wciąż w niższych szkołach filozoficznych - w szkołach niebuddyjskich, w szkole *waibaszika* i *sautantrika*, jak również w szkole *tylko-umysł*, żadna z tych form chwywania jaźni nie jest już obecna, a zatem żadna z przeszkadzających emocji, wywoływanych przez te błędne poglądy, również nie może powstać. Na tej podstawie mamy prawo stwierdzić, że jest to najwyższy i najbardziej dogłębny pogląd filozoficzny. Z drugiej strony, w przypadku urzeczywistnienia poglądu o bejaźniowości osób i zjawisk itd., w rozumieniu niższych szkół, nawet jeśli osiągnięte się gruntowne zrozumienie takiego poglądu filozoficznego, wciąż istnieje możliwość rozwoju błędnych poglądów w odniesieniu do poszczególnych obiektów. Rozważmy przykład szkoły *tylko-umysł*. Dzięki urzeczywistnieniu takich poglądów, praktykujący będą w stanie powstrzymać poszczególne „grubsze” przejawy chwywania jaźni osób i jaźni zjawisk, ale nie będą oni w stanie powstrzymać przejawów subtelniejszych form chwywania jaźni zjawisk, jak wyjaśnia to *madhjamika*. W przypadku szkoły *madhjamika* nie ma różnicy w kategoriach subtelności pomiędzy bejaźniowością osób a bejaźniowością zjawisk, te dwie kategorie

rozdziela się tylko ze względu na różne punkty odniesienia, pustka osób nazywana jest bezjaźniowością osób, a pustka zjawisk innych niż osoba, zwana jest bezjaźniowością zjawisk. Oprócz różnicy punktów odniesienia, różnicy podstawy, nie ma żadnych innych różnic, poziomów subtelności punktu widzenia. Różnice w poglądach filozoficznych powodują także różnice w sposobie przedstawiania, w ramach poszczególnych szkół, przeszkadzających emocji.

W dalszej części tekstu *Lampy na ścieżkę*, jak również w *Stopniach medytacji* Kamalaszili, mówi się wyraźnie, że jeśli podtrzymujemy swoją medytację i przyzwyczajamy umysł do procesu medytacji na bezjaźniowość osób i zjawisk itd., to stopniowo jesteśmy w stanie przejść z jednego poziomu duchowego na następny, prowadzący do osiągnięcia oświecenia.

Na przykład w *Lampie na ścieżkę*, w wersie 59, czytamy:

*Medytowawszy na takość,  
Ostatecznie, po osiągnięciu "żaru" itd.,  
Osiąga się (poziom) "przepelniony radością" i pozostałe,  
I – niezadługo - oświecony stan buddy.*

W końcu, chciałbym podsumować, przytaczając słowa Nagardżuny:

*Oby cnoty uzyskane w ten sposób sprawiły, że wszystkie czujące istoty  
Zdolają zgromadzić zbiór zasługi i mądrości,  
A dzięki temu, niechaj wszyscy będą w stanie urzeczywistnić  
Ciało prawdy i ciało formy buddy.*

Podsumowując całość zagadnienia, najbardziej istotną i serdeczną praktyką jest rozwój tych dwóch – bodhicity konwencjonalnej i ostatecznej. Rozwój bodhicity konwencjonalnej odnosi się do rozwoju altruistycznego życzenia osiągnięcia oświecenia dla dobra wszystkich czujących istot, zaś rozwój bodhicity absolutnej odnosi się do rozwoju mądrości urzeczywistniającej pustkę, tak jak omawialiśmy to przed chwilą, opierając się na *Stopniach medytacji* i *Lampie na ścieżkę*. Przyjmując te dwie praktyki jako podstawowe i najważniejsze, jesteśmy w stanie bezpośrednio zwalczyć dwóch wrogów: postawę samolubną i umysł chwytający się jaźni. I dzięki takiej praktyce bodhicity konwencjonalnej i ostatecznej,

będziesz mógł otrzymać błogosławieństwo Buddy, otrzymać błogosławieństwo lamy, i w ten właśnie sposób spełni się modlitwa Nagardżuny.

Dziękuję bardzo!

*Przekład na język polski - Barbara Kropiwnicka ©, październik 2008 - styczeń 2009*

*Prawa autorskie do oryginału tekstu należą do Tibet Bureau, Genewa.*

*Serdeczne podziękowania dla She Drup Ling w Grazu, za udostępnienie transkrypcji wykładów Jego Świątobliwości.*