

**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 Atiśa Dipamkaraśridźniana

**Dzień 1**, 15 października 2002 roku

Zebraliśmy się dzisiaj w bardzo pięknym mieście - w Grazu. Kilka lat temu, gdy odwiedzałem Graz, burmistrz poprosił mnie, abym znów złożył tu wizytę, równocześnie wyrażając pragnienie, abym zechciał udzielić w tym czasie Inicjacji Kalaczakry. Położony w centrum Europy Graz byłby łatwo dostępny dla wielu zainteresowanych przyjazdem osób z różnych części Europy. W szczególności także liczni Tybetańczycy, mieszkający w Szwajcarii, mogliby bez trudu przyjechać, aby otrzymać nauki Kalaczakry. I w ten właśnie sposób spotykamy się, aby otrzymać Inicjację Kalaczakry.

Zazwyczaj, gdy udzielam Inicjacji Kalaczakry, właściwą ceremonię poprzedzają trzy lub cztery dni nauk wstępnych. Są to nauki religijne dotyczące ogólnych praktyk przygotowawczych; w ich trakcie staram się udzielić wstępnych wyjaśnień dotyczących nauczania Buddy. Jak zwykle więc, tutaj również będziemy mieć trzy dni wstępnych nauk.

*Jego Świątobliwość zapytał w tym momencie, ilu Tybetańczyków jest na sali i poprosił ich o podniesienie rąk; poprosił także przybyszy z Mongolii, Tuwy, Kałmykii i Buratii o podniesienie rąk.*

Tybetańczycy i wszyscy ci, którzy zamieszkują region Himalajów, tradycyjnie są buddystami, podobnie mieszkańcy Mongolii i sąsiadujących republik na terenie Rosji - podążamy za naukami Buddy od czasów naszych dalekich przodków. Ludność zamieszkująca na tych terenach praktykowała, przede wszystkim, nauki Buddy, zwane buddyzmem; są także zakątki i rejony, gdzie praktykuje się bön.

Dla tych spośród was, którzy przybyli z różnych innych części świata, jak ci, którzy przyjechali z Europy czy Ameryki, buddyzm nie jest religią tradycyjną. W waszym przypadku większość wywodzi się spośród wyznawców chrześcijaństwa, judaizmu lub islamu. Dlatego też, zazwyczaj mówię ludziom, że byłoby znacznie bezpieczniej i o wiele lepiej, gdyby podążali za tradycyjną religią swoich przodków, bowiem jeśli spróbują podążać za tradycją, która nie stanowi części ich własnego dziedzictwa, to mogą okazywać wielkie podekscytowanie i przejście nową religią na wstępie, lecz później, w miarę upływu czasu,

mogą napotkać wiele komplikacji. Jest nawet możliwe, że stopniowo nie będą należeli do żadnej religii - ani swojej tradycyjnej ani buddyjskiej. Dlatego też jest znacznie bezpieczniej i znacznie bardziej odpowiedzialnie, aby podążać za tradycyjną religią swoich przodków.

*Jego Świątobliwość zaprasza w tym momencie opata z Mongolii do zajęcia miejsca, i żartując mówi: "Chociaż przygotowaliśmy nieco wyższe siedzenie, to nie ma ono oparcia, więc lepiej upewnij się, że stamtąd nie spadniesz!" Następnie Jego Świątobliwość zwraca się także do przedstawiciela Parlamentu Mongolii informując go, że będzie dostępne tłumaczenie na język rosyjski; upewnia się, że będzie on w stanie korzystać z tego tłumaczenia.*

Niemniej jednak, choć buddyzm nie jest religią, którą odziedziczyliście po przodkach, w zależności od waszych osobistych zainteresowań, osobistych predyspozycji umysłu i – używając terminologii buddyjskiej – dzięki skłonnościom z poprzednich żywotów, wielu spośród was może uznać, że nauki Buddy o wiele bardziej odpowiadają ich zainteresowaniom i skłonnościom umysłu, i wobec tego dojść do przekonania, że buddyzm przynosi o wiele więcej korzyści w procesie przekształcania umysłu niż religia waszych przodków, która może nie być zbyt efektywna w takiej mentalnej transformacji. Dlatego możecie nie tylko wykazywać zainteresowanie nauczaniem Buddy ale nawet całkowicie je przyjąć.

Jest to, jednakże, naprawdę ważne zagadnienie: aby usprawiedliwić przejście na nową religię, aby usprawiedliwić tę zmianę, ludzie czasami przyswajają sobie tendencję do okazywania pewnego braku szacunku dla swojej poprzedniej religii, i czynienia pewnych sarkastycznych uwag, co naprawdę nie jest rzeczą dobrą. Nawet jeśli w waszym przypadku tradycyjna religia przodków nie okazała się zbyt odpowiednia dla waszego temperamentu, nie jest to bynajmniej prawdą w odniesieniu do wszystkich innych ludzi. Tradycyjna religia waszych przodków przyniosła korzyść milionom ludzi w przeszłości, przynosi pożytek milionom ludzi obecnie i przyniesie pożytek milionom ludzi w przyszłości. Dlatego też ważne jest, aby zachować szacunek.

*Jego Świątobliwość pyta: "Czy jest także ktoś z Chin?" Wydaje się, że nie ma nikogo. O, tam jest grupa!*

Wśród osób, które zebrały się tutaj, być może są też tacy, którzy praktykują swoją własną tradycyjną religię, jak również osoby nie praktykujące żadnej konkretnej religii. W przypadku tych, którzy już praktykują tę czy inną formę tradycji religijnej - nawet jeśli wasza tradycja religijna jest odmienna, słuchając nauczania Buddy możecie zyskać pewien nowy wgląd, umocnić zrozumienie swojej religii. W przeszłości miałem sposobność udzielania nauk i wykładów w różnych miejscach; uczestniczyli w tych wykładach praktykujący religię protestancką i katolicką. Wielu spośród nich mówiło mi, że odnieśli wielką korzyść w postaci umocnienia się w swojej własnej tradycji religijnej. Nawet jeśli taki proces nie ma miejsca, z pewnością słuchanie takich nauk pomaga ustanowić harmonię i jedność pomiędzy różnorodnymi tradycjami religijnymi.

Mając na uwadze nasze obecne nauki, wybrałem trzy teksty: „Stopnie medytacji”, zwane też *Bhawanakrama*, Aczarji Kamalaszili, „Lampę na ścieżkę ku oświeceniu” Lamy Atiśi oraz „Trzydzieści siedem praktyk bodhisattwów” Bodhisattwy Thogmeja Zangpo. Jeśli idzie o kolejność- tekstem, który pojawił się jako pierwszy, były „Stopnie medytacji”, następnie „Lampa na ścieżkę” i wreszcie „Trzydzieści siedem praktyk”. Nie mam jednak intencji, aby czytać wszystko, co znajduje się w tych trzech tekstach. Wybiorę raczej ważne, istotne zagadnienia w nich zawarte, i postaram się je wam wyjaśnić.

Ja sam także otrzymałem przekazy tych trzech tekstów – w przypadku „Stopni medytacji” otrzymałem przekaz wyjaśniający (*bshad lung*) wszystkich trzech stopni medytacji od nieżyjącego już opata klasztoru Sakja, Sangje Tenzina. Był to bardzo niezwykły lama, i choć nie ma go już z nami, to jego reinkarnacja już się pojawiła. Był on nie tylko wykształconym człowiekiem, ale i wielkim praktykującym, i wydaje się, że on sam otrzymał te nauki od lamy, który był mistrzem praktykującym dzogczen i przybył z rejonu Khamu, a sam otrzymał te nauki w klasztorze Samje.

Jeśli chodzi o ustny przekaz „Lampy na ścieżkę”, otrzymałem go od Lamy Kinnauri Rigzina Tenpy, który kształcił się w klasztorze Drepung, a który, z kolei, otrzymał je od Kansaga Dordze Czanga. Otrzymałem także przekaz wyjaśniający komentarza do „Lampy na ścieżkę” od nieżyjącego już Lamy Serkonga Rinpocze, który, jak się zdaje, otrzymał ten przekaz od bardzo słynnego Gesze, który był także pustelnikiem, imieniem Gendun Taši. Było to tuż przed wybuchem powstania w Tybecie.

Jeśli chodzi o przekaz wyjaśniający do „Trzydziestu siedmiu praktyk” - otrzymałem go od Lamy Kinnauri Tenzina Gjaltse. Chociaż wywodził się on z tradycji Sakja, pozostawał praktykującym tradycji niesektariańskiej. On także otrzymał ten przekaz od lamy – mistrza dzogczen z Khamu.

Istoty ludzkie w szczególności, ale także absolutnie wszystkie czujące istoty, które posiadają zdolność różnicowania, i mają moc rozróżniania tego co jest krzywdzące od tego, co pomyślne, wszystkie czujące istoty, które mają moc poznania i dokonywania rozróżnień pomiędzy tymi różnymi rodzajami uczuć - wszyscy jesteśmy podobni w naszym pragnieniu szczęścia i unikaniu cierpienia.

Gdy zagłębialiśmy się w pytanie o pochodzenie i rozwój całokształtu tego doświadczenia cierpienia, przyjemności i tak dalej, możemy prowadzić rozległe rozważania, bowiem istnieje wiele różnorodnych, możliwych do zaprezentowania, interpretacji. Dzisiaj nie możemy zagłębiać się w złożoności procesu poszukiwania źródeł pochodzenia i dróg rozwoju różnych rodzajów uczuć, ale oczywiste i jasne jest dla nas wszystkich to, iż doceniamy szczęście i pragniemy go, cechuje nas zaś niechęć do doświadczania cierpienia i bólu. Dlatego też jest niezwykle ważne, aby prowadzić takie życie, które niesie z sobą harmonię i pokój, a nie takie, które przysparza kłopotów i przeciwności.

Rozważając pytanie o osiągnięcie pokoju i szczęścia, błędem jest myśleć, że cały nasz spokój i szczęście wywodzą się jedynie z zewnętrznego, materialnego powodzenia. Polegając na materialnych dobrach możemy uzyskać fizyczne szczęście i fizyczną przyjemność oraz usunąć pewne fizyczne trudności. To, co otrzymujemy dzięki bazie materialnej, ogranicza się do doświadczeń ciała.

Odmienne niż gatunki zwierząt, człowiek ma olbrzymie zdolności do myślenia, rozważania, osądzania i czynienia dalekosiężnych planów. Z tego też powodu, ból i przyjemność, których doświadczamy jako istoty ludzkie, są także o wiele silniejsze i pełne mocy, i dlatego istoty ludzkie mogą doświadczać dodatkowych cierpień, bardzo mocno związanych z ludzką zdolnością do myślenia. W przypadku istoty ludzkiej, odmiennie niż zwierzęcia, nie jesteśmy, na przykład, usatysfakcjonowani osiągnięciem pewnego rodzaju czasowego szczęścia lub zyskaniem chwilowej możliwości usunięcia cierpienia. Jak mówiłem wcześniej, my – ludzie – mamy zdolność czynienia dalekosiężnych planów i kalkulacji, i dlatego właśnie

czynimy rozróżnienie pomiędzy sobą i innymi. Opierając się na tym rozróżnianiu, mówimy o różnych narodowościach, różnych rasach, różnych religiach, czynimy niezliczone różnicowania, i opierając się na nich, rozwijamy różne rodzaje dyskursywnych myśli, błędnych koncepcji mentalnych; czasami zbyt wiele nadziei, czasami zbyt wiele zwątpienia.

Z tego też powodu doświadczamy wielu rodzajów nieszczęść, mających swe źródło jedynie w ludzkiej inteligencji i rozwijanych koncepcjach. Bardzo wyraźnie jest to podkreślone w słynnym tekście Arjadewy, zwanym „Czterysta wersów”, gdzie znajdujemy: *„Ludzie doskonali i wyżsi doświadczają cierpień mentalnych, zaś ludzie zwyczajni doświadczają cierpień fizycznych”*. Znaczy to, że ci ludzie, którzy dysponują większą mocą, większym bogactwem, mogą nie doświadczać wielu fizycznych cierpień, ale doświadczają wielu cierpień umysłu, cierpień mentalnych. W przypadku zaś ludzi zwyczajnych, doświadczają oni większej ilości cierpień fizycznych, nie będąc w stanie uzyskać wystarczającej ilości odzieży, żywności itd. Tak więc jasne jest, że istoty ludzkie doświadczają wielu dodatkowych cierpień, spowodowanych szczególnym rodzajem swojego myślenia.

Jak mówiłem wcześniej, cierpienia fizyczne mogą zostać usunięte, zminimalizowane poprzez rozwój materialny, poprzez uzyskanie dostępu do materialnych dóbr. Cierpienia, które napotykaemy dzięki naszej postawie mentalnej, nie mogą jednak zostać zminimalizowane, zredukowane poprzez wzrost dóbr materialnych. Jasny przykład stanowią ci wszyscy liczni bogaci ludzie, dysponujący wszelkimi dobrami materialnymi, którzy jednak w dalszym ciągu doświadczają wielu rodzajów cierpień mentalnych. Takie zjawisko możemy zaobserwować wszyscy. A zatem jest zupełnie jasne, że trudności, problemy i cierpienia, które wynikają jedynie z naszej postawy mentalnej, te rodzaje cierpień mogą zostać zminimalizowane i wyeliminowane poprzez zmianę postawy mentalnej, a nie poprzez zewnętrzne dobra materialne.

Podsumowując ten punkt - gdy mówimy o doświadczaniu szczęścia i cierpienia, możemy rozróżnić dwa sposoby takiego doświadczania. Jeden bardzo mocno związany jest z doświadczeniem zmysłowym, to znaczy przyjemnościami i bólem, których doświadczamy poprzez pięć narządów zmysłów; jest także inny poziom doświadczania szczęścia i cierpienia, mający za podstawę nasz umysł, postawę mentalną. Spośród tych dwóch dróg doświadczania szczęścia i cierpienia, doświadczane przez umysł cierpienie i szczęście jest o wiele silniejsze i posiada większą moc, niż to doświadczane przez organy zmysłów, zdolności zmysłowe.

Jasny przykład stanowi fakt, że nawet gdy posiadamy wszystkie dobra materialne do swojej dyspozycji i nie doświadczamy żadnych fizycznych cierpień i problemów, ale nasz umysł nie jest odprężony i doświadczamy cierpień mentalnych, to żaden komfort fizyczny nie jest w stanie pokonać cierpienia, które napotykaemy na poziomie mentalnym. Z drugiej strony, nawet jeśli napotkaliśmy pewne fizyczne trudności, fizyczne cierpienie, ale na poziomie mentalnym akceptujemy tę sytuację, jesteśmy w stanie znieść to fizyczne cierpienie. Weźmy przykład osoby, która jest całkowicie oddana pewnym praktykom religijnym. Nawet jeśli w trakcie wykonywania tych praktyk napotka wiele fizycznych trudności, dzięki poczuciu zadowolenia, poczuciu satysfakcji, dzięki posiadaniu jasnej wizji celu do którego dąży, osoba taka będzie postrzegała te trudności bardziej jako rodzaj ornamentu, ozdoby, niż jako cierpienie. Tak więc, dzięki mentalnej gotowości do zaakceptowania sytuacji, dzięki postrzeganiu wyższych celów, jesteśmy w stanie pokonać trudności fizyczne. Istnieje wiele przykładów na to, że jesteśmy w stanie pokonywać cierpienia fizyczne gdy skupiamy się na pracy dla ważniejszych

celów, na ważniejszych obiektach. W takim przypadku, choć doświadczamy wielu fizycznych problemów, traktujemy je jako wielką przyjemność, wielką radość, jako chlubę.

Podsumowując to zagadnienie - biorąc pod uwagę dwa rodzaje doznań: doświadczane poprzez narządy zmysłów i te doświadczane na poziomie mentalnym - te doświadczane poprzez umysł są o wiele ważniejsze.

Gdy napotkamy problemy mentalne, jak powiedziałem, problemy, które są wyłącznie rezultatem naszej postawy mentalnej i naszych poglądów, jesteśmy w stanie zminimalizować, wyeliminować je poprzez zmianę naszej postawy mentalnej, mentalnego postrzegania. A zatem istnieje droga, środki i metody do usunięcia problemów mentalnych. Dlatego rzeczą istotną jest, aby znać metody i środki, dzięki którym możemy zminimalizować i wyeliminować wiele spośród przeszkadzających emocji i problemów mentalnych. Co więcej, gdy mówimy o metodach i środkach, służących usuwaniu problemów mentalnych, ważna jest świadomość i rozpoznanie wrodzonego dobra ludzkich cech.

Ja, na przykład, widzę ten problem w następujący sposób: gdy przyglądamy się dokładnie społeczności ludzkiej, możemy zauważyć, że jesteśmy zwierzętami uspołecznionymi. Znaczący to, że żyjemy w społeczeństwie, w całkowitej wzajemnej zależności. Od chwili samych naszych narodzin aż do chwili, gdy osiągamy dorosłość, tzn. do chwili, gdy jesteśmy w stanie sami zatroszczyć się o siebie, musimy polegać na dobroci innych, jest to po prostu niezbędne dla zachowania naszego fizycznego istnienia. Dzieje się tak z powodu struktury naszej biologii, szczególnej struktury naszego ciała. Im bardziej okazujemy sobie bliskość i im bardziej rozwijamy współczucie i wzajemną troskę, tym bardziej jesteśmy w stanie osiągać spokój i szczęście. Biorąc pod uwagę korzyści płynące z tych fundamentalnych wartości ludzkich, możemy powiedzieć, że te podstawowe ludzkie wartości są ważne, są konieczne, stanowią wręcz cechy niezbędne.

Rozważając inne przykłady, jak potomstwo motyli czy żółwi, wydaje się, że nie ma aż tak wielkiej zależności pomiędzy matką i potomstwem żółwia lub motyla. W przypadku motyla, na przykład, po złożeniu jaj, potomstwo nie jest w stanie spostrzec swoich rodziców, a w przypadku żółwi matki po prostu składają jaja po czym znikają. Nawet jeśli przyniesiesz matkę w pobliże potomstwa, wątpię, czy jej potomstwo będzie w stanie odpowiedzieć lub okazać jakikolwiek rodzaj miłości czy uczuć do swoich rodziców, ponieważ wiodą one niezależne życie od samych swoich narodzin. Być może jest to spowodowane nawykami z poprzednich żywotów lub też wynika ze struktury fizycznej - są one w stanie poradzić sobie same. Gdy usłyszą szmer fal oceanu, stopniowo idą w tym kierunku i są w stanie zatroszczyć się o siebie. Matki z całą pewnością nie przybywają, aby powitać swoje potomstwo i nauczyć je pływania itp., nic takiego nie ma miejsca. A zatem prowadzą one niezależne życie, i dlatego nie widzimy zbyt wielu uczuć pomiędzy potomstwem i rodzicami.

Rozważając teraz przykład istot ludzkich, z powodu naszej budowy fizycznej, od samych naszych narodzin jesteśmy w stanie okazywać silne uczucia i miłość wobec naszych rodziców, a zwłaszcza matki. Podkreślam te sprawy, nie kierując się poglądem o akceptacji przeszłych i przyszłych żywotów lub jakimiś zagadnieniami religijnymi. Jeśli przyjrzymy się dokładnie w jaki sposób istoty ludzkie są w stanie przeżyć, i jak się rozwijają, spostrzeżemy, że to nasze własne przetrwanie wymaga, abyśmy stali się całkowicie zależni od wartości ludzkich, ludzkiej miłości i współczucia. W przypadku ludzkich dzieci, od samych narodzin, są one uzależnione od mleka matki, po czym - aż do czasu, gdy stopniowo staną się zdolne

aby troszczyć się o siebie - są całkowicie uzależnione od dobroci swoich rodziców, a nawet gdy dorosną, zależne są w dalszym ciągu od dobroci innych istot ludzkich.

Tak długo, jak mamy towarzyszącego nam człowieka, dopóki mamy kogoś, kto się o nas troszczy, odczuwamy o wiele większy spokój, odprężenie, czujemy się o wiele bardziej w domu. A zatem ważnym jest, by prowadzić życie, w którym nikogo nie ranimy, staramy się zaś pomagać wszystkim tak bardzo, jak to tylko możliwe. Jeśli masz takie poczucie miłości, poczucie więzi z innymi istotami ludzkimi, będziesz – w odpowiedzi - lubiany i kochany przez wszystkich, i w chwili śmierci także nie będziesz odczuwał trwogi, lęku, mentalnej udręki.

Gdy dorastamy, jednakże, czasami ten szczególny rodzaj ludzkiej inteligencji z całą mocą dochodzi do głosu, i czasami ta ludzka inteligencja obdarza nas pustą nadzieją. Uczymy się nowych zagadnień, zdobywamy nową wiedzę dzięki naszej ludzkiej inteligencji i ludzkiej mądrości. Dysponując takim rodzajem mądrości, czasami, zwłaszcza w przypadku gdy osiągamy szczególne sukcesy, możemy myśleć: „Mogę znieważać innych ludzi, mogę eksploatować innych ludzi, ponieważ posiadam tę cudowną mądrość i inteligencję, więc w moim przypadku fundamentalne ludzkie wartości nie są ważne”. Zyskujesz ten rodzaj pustej nadziei, rozwijając w ten sposób różne rodzaje postaw mentalnych i poglądów, nie powstrzymując się przed eksploatowaniem i znieważaniem innych ludzi, tak jakbyś w ten sposób był w stanie osiągnąć jakąkolwiek korzyść.

Jednakże w rzeczywistości, jeśli prowadzisz życie, w którym nie troszczysz się o szczęście innych ludzi, to stopniowo uzmysławiasz sobie, że wszyscy wokół stali się twymi wrogami, czy spojrzysz w prawo, czy spojrzysz w lewo, za siebie czy na wprost – spostrzeżesz, że nie ma absolutnie nikogo, kto by cię lubił. I z powodu tego negatywnego życia, które prowadziłeś, w momencie twojej śmierci wszyscy będą się cieszyć, że oto nareszcie umierasz. Także ty sam możesz zacząć żałować, patrząc wstecz i rozważając swój styl życia. Możesz też czuć się bardzo rozczarowany, że z powodu rodzaju życia, które prowadziłeś, nikt więcej się o ciebie nie troszczy. A zatem jest jasne, że jeśli zignorujesz te podstawowe ludzkie wartości, oczekiwanie prawdziwego szczęścia lub długotrwałego spokoju jest rzeczą bezpodstawną, i dlatego, gdy w końcu umrzesz, nie będzie przy tobie nikogo, nie będziesz miał nikogo, kto by cię kochał, i opuścisz ten świat z pustymi rękoma, z poczuciem wielkiej pustki, z poczuciem wielkiego rozczarowania.

Tak więc, taki sposób życia - brak troski o inne czujące istoty, jest naprawdę głupi.

Z drugiej strony, jeśli jesteś w stanie kultywować i cenić te podstawowe ludzkie wartości, którym towarzyszy wielka ludzka inteligencja i mądrość, to będziesz w stanie rozwinąć ludzkie współczucie do bezgranicznego wymiaru. Dlatego prowadzenie takiego sposobu życia jest mądre, i uczynisz w ten sposób swoje życie znaczącym.

W głównych tradycjach religijnych wielki nacisk kładziony jest na kultywowanie takich fundamentalnych ludzkich wartości jak miłość, dobroć itp. Gdy przyglądamy się różnym tradycjom religijnym, przesłaniu, które ze sobą niosą, to sądzę, że można rozumieć je w dwóch płaszczyznach, na dwóch poziomach. Pierwsza płaszczyzna wyznaczona jest przez odpowiednie filozofie, druga to aspekt praktyczny. Tak więc, celem tych różnych tradycji religijnych jest kultywowanie i podtrzymywanie miłości, dobroci, cierpliwości, zadowolenia, samodyscypliny, szczodrości itp. Tak więc przesłanie wszystkich głównych tradycji religijnych zawiera się w tym, jak oczyścić, jak przeobrazić swój umysł. I takie rodzaje

praktyki, które ucieleśniają zasadnicze przesłanie tradycji religijnych, przynoszą wielki pożytek w naszym codziennym życiu. Przyczyna zaś, dla której powinniśmy kultywować te pozytywne wartości, wyjaśniona jest w doktrynie filozoficznej każdej z tych tradycji religijnych.

Główne tradycje religijne świata można podzielić, ogólnie, na dwa rodzaje – religie teistyczne i nieisteistyczne. W przypadku religii teistycznych wierzymy w boga stwórcy. Taka koncepcja zawiera pełne mocy przesłanie, ponieważ jeśli wierzymy, że to życie zostało stworzone przez boga, wpaja to nam poczucie bliskości z bogiem. I im silniejsze poczucie więzi z bogiem posiadamy, tym bardziej będziemy zainteresowani podążaniem za jego przesłaniem i wypełnianiem jego życzeń i myśli. Właśnie w taki sposób osiąga się narodziny w niebie. Myśli i życzenia boga stwórcy to aby pomagać innym, przynosić im korzyść. Zatem, ten rodzaj silnej intymnej więzi wzmacnia naszą praktykę.

Możemy spostrzec tu pewne analogie z praktyką buddyjską. Jakkolwiek w buddyzmie nie akceptujemy boga stwórcy, im silniejsze jest nasze uczucie bliskości wobec Buddy, tym silniejsza jest wola podejmowania praktyki zgodnej z jego nauczaniem. A zatem, dzięki ideom filozoficznym, praktyka miłości i współczucia itp. ulegają wzmocnieniu.

Pośród niezliczonych czujących istot, za przyczyną naszej specyficznej, ludzkiej inteligencji, my – istoty ludzkie – w ramach naszej społeczności, wykształciliśmy różne tradycje religijne. Społeczeństwo ludzkie jest bardzo zróżnicowane, składa się z jednostek o różnorodnych i odrębnych rodzajach predyspozycji i skłonności mentalnych, dlatego właśnie zrodziły się różne filozofie należące do poszczególnych tradycji religijnych. Jak mówiłem wcześniej, odnosząc się do naszej codziennej praktyki, takiej jak praktyka miłości, współczucia, cierpliwości itp. – czynniki te stanowią główne przesłanie wszystkich tradycji religijnych. A zatem, można powiedzieć, że główne przesłanie wszystkich tradycji religijnych jest jednakowe. Lecz jeśli staramy się wytłumaczyć, dlaczego powinniśmy kształtować te fundamentalne ludzkie cechy, mogą pojawić się różne interpretacje, i na tej podstawie właśnie rozróżniamy poszczególne tradycje filozoficzne. Ta różnorodność tradycji filozoficznych ważna jest ze względu na różnorodność ludzkich skłonności mentalnych. Dla niektórych osób filozofia i poglądy, zakładające istnienie boga stwórcy, są pełne mocy i zachęcają do zaangażowania się w praktykę, podczas gdy dla innych bardziej odpowiednie są religie nieisteistyczne. W ten właśnie sposób wykształciły się w naszym świecie różnorodne tradycje religijne, i jest rzeczą ważną, aby wybrać tradycję religijną najbardziej odpowiadającą naszym skłonnościom mentalnym.

Jeśli chodzi o religie nieisteistyczne, to należy do nich dżinaizm, następnie mamy starożytne filozofie indyjskie, zwane Samhja, które dzielimy na dwie grupy – filozofie teistyczne i nieisteistyczne. Nieisteistyczne tradycje Samhja nie akceptują idei boga stwórcy, jak również buddyzm nie akceptuje koncepcji boga stwórcy.

Nawiązując do filozofii buddyjskiej - po osiągnięciu oświecenia Budda obrócił pierwszym kołem doktryny, nauczając słynnych „Czterech Szlachetnych Prawd”. Nauki dotyczące Czterech Szlachetnych Prawd mieszczą w sobie fundamentalne nauczanie Buddy i stanowią najważniejsze składniki tego nauczania.

Cztery prawdy, czego wszyscy tutaj jesteście świadomi, odnoszą się do prawdy cierpienia, prawdy o pochodzeniu cierpienia, prawdy o ustaniu i prawdy ścieżki. Jak powiedziałem wcześniej, z natury wszyscy pragniemy szczęścia a nie chcemy cierpienia. Gdy rozważamy

doświadczanie cierpienia, to nie chcemy nawet najłżejszego rodzaju cierpienia, jeśli rozważamy doświadczanie szczęścia, to pragniemy najwyższego i najpotężniejszego rodzaju szczęścia. Tak więc, gdy Budda nauczał nas Czterech Szlachetnych Prawd, mówił po prostu o dwóch rodzajach doświadczenia - doświadczaniu cierpienia i doświadczaniu szczęścia. Za pośrednictwem nauk o Czterech Szlachetnych Prawdach Budda mówi nam, że jesteśmy pogrążeni w cierpieniu, chcemy zaś szczęścia, cierpienie pochodzi ze swoich przyczyn i szczęście również pochodzi ze swoich przyczyn. Tak więc, to szczęście, którego pragniemy, które chcielibyśmy osiągnąć, powinno być kultywowane poprzez właściwe pielęgnowanie przyczyn i warunków, a cierpienie, którego nie chcemy, ból, którego nie chcemy doświadczać, również powinno zostać wyeliminowane - nie poprzez modlitwy, ale poprzez rozpoznanie odpowiednich przyczyn i warunków, i wyeliminowanie ich.

Dlatego też, gdy Budda nauczał Czterech Szlachetnych Prawd, nauczał dwóch poziomów prawdy – mówił o poziomie odpowiadającym klasie splamień i o poziomie odpowiadającym klasie nieskalanej. Poziom odpowiadający klasie splamień, odpowiada zidentyfikowaniu cierpienia i przyczyn cierpienia, zaś klasa nieskalana odpowiada prawdzie ścieżki i prawdzie ustania - nirwanie, którą urzeczywistnia się, osiąga, podążając za prawdą ścieżki.

Szczegółowe zrozumienie Czterech Szlachetnych Prawd można osiągnąć kontemplując i rozważając piątą część ilustracji koła życia, zawierającą jasny opis dwunastu członów współzależnego powstawania – w jaki sposób nasze pełne skalań życie błąka się w obrębie cykli egzystencji, napędzane i projektowane najpierw przez ignorancję, następnie przez działanie itd. Gdy studiujemy te dwanaście członów współzależnego powstawania, możemy czynić to w kolejności właściwej lub odwrotnej. W kolejności właściwej, dwanaście ogniw współzależnego powstawania mówi nam, że to ignorancja jest podstawową, rdzenną przyczyną naszych narodzin i naszych doświadczeń w samsarze, jak również wszelkiego rodzaju szkodliwych emocji. Dlatego właśnie, kładąc kres głupocie, ignorancji, będziemy w stanie wydobyć się z samsary. Rozważane w kolejności odwrotnej, dwanaście ogniw mówi nam, że jeśli położymy kres ignorancji, nasze negatywne działania zaczną zanikać, osłabiając karmiczne ślady, potencjały, pozostawiane na umyśle itp. Zatem, jeśli podejmiemy trud położenia kresu szkodliwym emocjom, poczynając od wyeliminowania ignorancji, stopniowo będziemy w stanie tłumić, i krok po kroku, wreszcie całkowicie wyeliminować ignorancję, która stanowi korzeń samsary. Ostatecznie będziemy w stanie osiągnąć prawdziwe ustanie, które oznacza stan, w którym położyliśmy kres wszelkiemu cierpieniu, wszystkim jego rodzajom, jak również szkodliwym emocjom. To właśnie jest stan wyzwolenia.

Dzięki tego rodzaju wyjaśnieniom, nauki Buddy mówią nam, że szczęście i cierpienie, których doświadczamy, zależą jedynie od poprzedzających je przyczyn i warunków, i że nie powstają one bez stowarzyszonych z nimi przyczyn. Oznacza to, że nietrwałe zjawisko może zostać wytworzone przez wcześniejsze nietrwałe zjawisko, a nie zaś przez zjawisko trwałe, które w tym przypadku stanowiłoby pierwotną substancję nieadekwatną do rezultatu. I podobnie, to czego doświadczamy, nie jest także skutkiem działań boga stwórcy, ponieważ bóg stwórca uważany jest za istotę niepodzielną i trwałą, a jak mówiliśmy wcześniej, trwały stwórca nie może wytworzyć nietrwałego doświadczenia czy nietrwałego owocu.

Nauczanie buddyjskie tłumaczy te zagadnienia w sposób bardzo przejrzysty, sądzę, że w tekście Asangi, w którym mówi on o powstawaniu zjawisk uwarunkowanych, zależnym od trzech cech. Pierwsza cecha, zwana nieporuszoną, polega na rzeczywistym posiadaniu właściwości niezbędnych do wytworzenia rezultatu, następnie – po drugie – czynnik



powinien być nietrwały, i po trzecie - czynnik powinien posiadać niezbędny potencjał i zakres do wytworzenia tego indywidualnego, konkretnego rezultatu. Tak więc, buddyzm wyjaśnia doświadczanie szczęścia i cierpienia poprzez wytłumaczenie procesu współzależnego powstawania - wzajemnej zależności wszystkich zjawisk.

Spójrzmy, jak rozpoczynają się „Stopnie medytacji”. Początkowy wers, rozpoczynający „Środkowe stopnie medytacji” Aczarji Kamalaszili, brzmi:

*Hold Mandżuśriemu w rozkwicie młodości!*

*Udzielę tu, pokrótce, wyjaśnień dotyczących stopni medytacji tym, którzy podążają za systemem Sutr mahajany.*

Wyjaśnię, krótko, historyczny kontekst, dotyczący autora tego tekstu. Jak podkreślone jest to w samym tekście, został on ułożony przez wielkiego mistrza Kamalaszilę, który był studentem Śantarakszity. Mistrz Śantarakszita również odwiedził Tybet. Wydaje się, że trzyczęściowe „Stopnie medytacji” zostały napisane przez Kamalaszilę w Tybecie, a tekst, którym zajmujemy się w tej chwili, to „Średnie stopnie medytacji”, czyli druga część cyklu. Zawsze wybieram tę drugą część „Stopni medytacji”, ponieważ jest ona bardzo przystępna i zawiera w sobie całość zasadniczego znaczenia trzech „Stopni medytacji”.

Zdaje się, że tekst ten napisano w samym Tybecie, jakkolwiek, na samym początku znajduje się stwierdzenie, że w języku Indii jest to „*Bhawanakrama*”, a w tybetańskim „*Gom-rim Barpa*”. Nawet jeśli napisany został wyłącznie w Tybecie, to słowo w sanskrycie – *Bhawanakrama*, zostało umieszczone na początku, tak jak jest to przyjęte przy tłumaczeniach tekstów, dokonywanych przez wielu Tybetańczyków. Ten wers w języku Indii użyty jest na samym początku, aby ukazać autentyczność nauczania, fakt, że nauczanie posiada swe autentyczne źródło w naukach buddyjskich mistrzów z Indii, nie jest zaś czymś stworzonym dowolnie przez mistrzów tybetańskich.

Prawdziwa żywotność i pełnia rozkwitu nauk Buddy zaistniała dzięki jednoczesnemu pojawieniu się trzech wielkich nauczycieli – opata Śantarakszity, Aczarji Guru Padmasambhawy i tybetańskiego króla Dharmy – Czogjala Trisonga Detsena. I to właśnie opat Śantarakszita, jako pierwszy, wyświęcił w Tybecie siedmiu mnichów. Tych siedmiu mnichów naprawdę nazwano mnichami w okresie próbnym – mnichami nowicjatu. Tak więc, to za czasów Śantarakszity ustanowiona została autentyczna doktryna Winai; Śantarakszita odegrał dominującą rolę nie tylko w zbudowaniu podstaw dyscypliny monastycznej, lecz także położył podwaliny pod poważne studia nad słowami Buddy i Jego komentarzami. Głównym zadaniem Guru Padmasambhawy było kontrolowanie i narzucenie dyscypliny niereligijnym mocom, które stwarzały trudności i stawały na przeszkodzie pełnemu rozkwitowi nauczania Buddy. Guru Padmasambhawa udzielił także wysokich tajemnych nauk tantrycznych niektórym wybranym uczniom, w tym królowi Dharmy Trisongowi Detsenowi. Kolejnym ważnym nauczycielem tego okresu był Kamalaszila.

Tak więc podstawowa, główna zasługa ustanowienia Buddhadharmy w Tybecie przypadła Śantarakszicie, później jednak buddyzm uległ w Tybecie degeneracji. Podczas kolejnego, drugiego okresu rozwoju Buddhadharmy, Tybet odwiedził Atiśa, odgrywając niezwykle istotną rolę, nie tylko wyjaśniając konkretne znaczenie poszczególnych tekstów, lecz także wzmacniając nauczanie i system, który został ustanowiony w Tybecie przez Opata Śantarakszite.

Gdy czytamy wszystkie te prace, jedna sprawa staje się całkowicie jasna i oczywista – że tradycja buddyjska, praktykowana w Tybecie, nie jest w czymkolwiek odmienna od tradycji Nalandy. Gdy czytamy teksty takie jak „Podstawowa mądrość” Nagardżuny, „Madyamikavatara” Czandrakirtiego czy „Czterysta wersów” Arjadewy, to zauważamy, że do tej pory są one studiowane w najważniejszych instytucjach klasztornych. Zatem, jeśli czytamy teksty tybetańskie, przekonujemy się, że nie są one w niczym odmienne od tekstów wielkich mistrzów z Nalandy.

Nawiązując do ewolucji historycznej i rozwoju Buddhadharmy, po raz pierwszy została ona sformułowana w języku pali a następnie w sanskrycie. Można tu poczynić interesujące spostrzeżenie, że Uniwersytet Klasztorny w Nalandzie był miejscem studiów i praktyki nad absolutnie wszystkimi tradycjami zachowanymi zarówno w języku pali jak i w sanskrycie. Obecna była pełna, kompletna praktyka dyscypliny monastycznej, praktyki związane z poszczególnymi poziomami koncentracji, jak również praktyki różnych poziomów poszczególnych etapów ścieżki – tak dogłębnej jak i rozległej – wyjaśnionych w „Sutrach doskonałości mądrości” i, podobnie, obecne były także praktyki tajemnych nauk tantrycznych. Tak więc, wszystkie te nauki były dostępne w Uniwersytecie Klasztornym Nalandy, nie ulega zaś wątpliwości, że wszystkie tradycje praktykowane w Nalandzie były później przekazane w czystej postaci i praktykowane w Tybecie.

Przyjrzyjmy się, kiedy w Tybecie dokonano przekładów poszczególnych tekstów. I tak, mamy starożytną tradycję njingma, która, przede wszystkim, koncentrowała się na naukach pozostawionych przez Śantarakszite. Następnie, starożytną tradycję kadampa, w której praktykujący podążali, przede wszystkim, za Atisą. Co do samego Atiszi, zdaje się że w późniejszym okresie życia studiował on na Uniwersytecie Wikramaszila, lecz najpierw był panditą w Nalandzie. Patrząc dalej, mamy, w następnej kolejności „Ścieżkę i jej owoc” - nauki lam-dre - pochodzące od całkowicie urzeczywistnionego mistrza Wirupy, który odziedziczył je od wielkiego nauczyciela, także pandity z Nalandy, znanego jako starszy Dharmapala. W przypadku tradycji kagju, wywodzi się ona od Marpy, Milarepy i Gampopy. Tradycja ta sięga wstecz do Maitripy oraz – w szczególnym stopniu - do Naropy. Mówi się, że Naropa był nie tylko wielkim mistrzem w Nalandzie, ale również strażnikiem północnych wrót tego słynnego uniwersytetu klasztornego. Podobnie jest w przypadku nowego przekazu kadampy – tradycji gelug, która również ma swoje źródło w klasztorze Nalanda. Tak więc, jeśli przyjrzymy się i zbadamy wszystkie cztery tradycje buddyzmu tybetańskiego: njingma, sakja, kagju i gelug to stwierdzimy, że mają one swe źródło w klasztorze Nalanda.

Dalsze potwierdzenie stanowi fakt, że gdy zaczynamy rozwijać znaczenie bardzo rozległych i dogłębnych stopni ścieżki widzimy, że tybetańscy mistrzowie zawsze cytują teksty wielkich mistrzów Indii, przede wszystkim z klasztoru w Nalandzie; to również dowodzi autentyczności nauczania.

Jeśli chodzi o samego Śantarakszite, był on uczonym wywodzącym się z tradycji Nalandy. Według niektórych uczonych Indii, Śantarakszita przybył do Tybetu, gdy miał lat 75, i pozostawał tam przez około 20-25 lat. Niektórzy mistrzowie tybetańscy twierdzą, że Śantarakszita żył 900 lat; jeden z moich przyjaciół, indyjski uczony, mówi, że być może jest to pomyłka w cyfrach, i że chodzi o 90 lat a nie o 900. Jakkolwiek jest, Śantarakszita okazał Tybetańczykom niezwykłą dobroć. Wyobraźmy sobie tylko, jak Śantarakszita, który osiągnął już bardzo zaawansowany wiek starczy, mógł przedsięwziąć taki wysiłek dla Tybetu! Nie było samolotów, nie było samochodów ani pociągów. Przeważająca część podróży musiała

odbywać się konno, a w niektórych przypadkach na osły, walcząc przy przekraczaniu przepastnych dolin z wielkimi trudnościami. Patrząc na to, możemy zrozumieć, iż tylko współzucie tego wielkiego mistrza umożliwiło przedsięwzięcie takiego dzieła dla Tybetu. Przed swoją śmiercią Śantarakszita uczynił przepowiednię mówiącą : „Mój uczeń Kamalaszila przybędzie do Tybetu i podejmie dzieło zachowania i wyjaśnienia świętości nauczania Buddy”.

Co do samego Kamalaszili, znane są dwie historie. Zgodnie z jedną, Kamalaszila przybył do Tybetu i znany był później jako wielki siddha Padampa Sangje. Według innej zaś historii, ten dobrotliwy mistrz został później zabity przez Tybetańczyków - zmarł na skutek ran zadanych w nerki. Tak więc, tekst ten, zwany „Średnie stopnie medytacji”, napisany został przez tego właśnie wielkiego mistrza. Jak wszyscy wiecie, Tybetańczycy nie znają pali ani sanskrytu; ten rodzaj sanskrytu, który znajdujemy w tybetańskich tekstach, jest zniekształcony - w tym sensie, że nasza artykulacja nie odpowiada oryginalnej intonacji i akcentowaniu w sanskrycie. Tak więc, gdy staramy się odczytać niektóre sanskryckie wersy w tybetańskich tekstach, brzmi to jak język tybetański w ustach mieszkańców Mongolii. Tak więc, jeśli chodzi o akcent, jesteśmy bardzo odlegli od oryginalnej melodyki. Tutaj, w Grazu, mam okazję przysłuchiwać się, bezpośrednio, recytacjom wielkich mistrzów sanskrytu i jest to niezwykle poruszające. Gdy słyszy się ich cudowną melodykę, przychodzą na myśl wielcy mistrzowie przeszłości, jak Arjadewa, Nagardżuna i inni. Chociaż jednak nasz akcent nie jest poprawny, Tybetańczycy z całą pewnością zachowali jednak znaczenie - w sensie, w jakim wyraził to Budda: „Nie polegaj na słowach ale na znaczeniu”. Tak więc myślę, że byliśmy w stanie zachować znaczenie. W ten sposób możemy powiedzieć, że jako Tybetańczycy całkowicie podtrzymaliśmy tradycję Nalandy i tę tradycję praktykujemy.

Czytając „Stopnie medytacji”, znajdziemy w tym tekście wyjaśnienia, w jaki sposób Budda osiągnął stan, w którym posiada się wszelkie zalety i pozostaje bez żadnego błędu - dzięki poleganiu na przyczynach i czynnikach. Ten proces generowania - odpowiednio - zalet i błędów, w zależności od właściwych przyczyn i czynników, jest w pełni harmonijny ze sposobem, w jaki rzeczy funkcjonują. Jakikolwiek rodzaj uwarunkowanego zjawiska może zaistnieć, czy będzie ono szkodliwe czy też pomyślne, wszystkie powstają ze swoich indywidualnych przyczyn i czynników. Nie mogą rozwinąć się przypadkowo - muszą wyrastać na podłożu swoich indywidualnych przyczyn i warunków, mających zakres odpowiedni dla wytworzenia danego rezultatu. Dlatego też wszystkie uwarunkowane zjawiska, które posiadają ulotną naturę, których natura wciąż się zmienia, muszą zależeć od przyczyny i czynnika, który także jest ulotny i podlega ustawicznym zmianom - jest przemijający. I to właśnie w tym kontekście Budda nauczał „Czterech Szlachetnych Prawd”. Na przykład, gdy Budda nauczał Prawdy Cierpienia, mówił o czterech cechach – iż każdy obiekt, którego naturą jest prawdziwe cierpienie, jest nietrwały, przeniknięty cierpieniem, pusty i pozbawiony jaźni.

Gdy mówimy o nietrwałości musimy zauważyć, że posiada ona dwa aspekty: niesubtelny poziom nietrwałości i poziom subtelny. Nietrwałość, której nauczał oświecony Budda to, przede wszystkim, nietrwałość na poziomie subtelnym. Niesubtelny poziom nietrwałości odnosi się do tego typu zmian, tego rodzaju zjawisk nietrwałych, które wszyscy możemy postrzegać i odczuwać bezpośrednio. Możemy spostrzec, na przykład, zanikanie ciągłości, możemy spostrzec jak ludzie się starzeją itp. Tak więc, wszystkie te niesubtelne zmiany, które zachodzą na poziomie widocznym, jasno ukazują znacznie subtelniejszy proces zmian, zachodzący pod powierzchnią, bowiem jeśli brak byłoby zmian subtelnych, nie można by zaobserwować żadnych zmian w płaszczyźnie widocznej. Fakt ten ukazuje nam, że zmiany te

bardzo mocno zależą od swoich przyczyn i czynników. Zatem błędem byłoby myśleć, że rola, którą odgrywa przyczyna, polega tylko na wytworzeniu owocu, umożliwieniu jego istnienia i trwania, później zaś, gdy dochodzi do rozpadu obiektu, musimy wykształcić nową przyczynę, odpowiedzialną za rozpad i zniknięcie - nie jest to prawda. Przyczyna, dla której zjawisko zostaje wytworzone, ta właśnie przyczyna sama w sobie, staje się przyczyną, czynnikiem rozpadu i zniknięcia tego zjawiska, obiektu. Tak więc, gdy postrzegamy subtelniejszy poziom nietrwałości - w sensie zachodzenia momentalnych zmian, musimy zauważyć, że to właśnie ta przyczyna, która wytwarza dane zjawisko, jest także odpowiedzialna za dezintegrację obiektu. I dowodzi to jasno znaczenia współzależnego powstawania na poziomie zjawisk uwarunkowanych.

Współzależne zmiany, które obserwujemy na różnych poziomach, na poziomie niesubtelnym jak i subtelnym, są niczym innym, jak prawem natury. Nie jest to coś stworzonego przez błogosławieństwo i moc Buddy, nie jest to coś stworzonego przez siłę karmy czujących istot - jest to sposób w jaki rzeczy istnieją, jest to sposób, w jaki naturalne zjawiska funkcjonują, dlatego też przyczyny i warunki, które wytworzyły dane zjawisko uwarunkowane, muszą być nietrwałe, zmienne. Trwałe zjawisko nie jest w stanie wytworzyć tak zmiennego rezultatu.

I dokładnie tak samo, jak szczęście i cierpienie, którego doświadczamy, zależne jest od odpowiednich przyczyn i czynników – podobnie ci, którzy temu doświadczeniu podlegają, czujące istoty, które doświadczają tego szczęścia czy cierpienia, te czujące istoty także nie są czymś trwałym - są nietrwałe.

Jeśli weźmiemy przykład zjawiska zewnętrznego takiego jak drzewo itp., jest jasne, że powstaje ono w zależności od przyczyn i czynników. Tak samo jest w przypadku fizycznego ciała poszczególnych osób, ono także zależy od przyczyn i czynników. Jest to coś, co wszyscy jesteśmy w stanie spostrzec, jeśli tylko chwilę się nad tym zastanowimy. W przypadku wewnętrznego umysłu, wewnętrznej świadomości, także jest jasne, że wewnętrzne doświadczenia w bardzo wysokim stopniu zależą od swoich przyczyn i warunków; w obrębie świata umysłu jest tak wiele różnych stanów mentalnych, a każdy z nich zależy od swoich szczególnych przyczyn i czynników. Czy jest to pozytywna cecha umysłu czy też negatywna, wszystkie one zależą od swoich indywidualnych przyczyn i czynników. W przypadku pozytywnych czynników mentalnych, takich jak miłująca dobroć, współczucie itp., zależą one od swoich własnych czynników i przyczyn. To samo dotyczy negatywnych stanów umysłu, takich jak nienawiść, gniew i wszystkie tego typu przeszkadzające uczucia, które tworzą w naszym umyśle stan nieszczęścia - one także zależą od swoich przyczyn i czynników.

Dlatego też, dostrzegając tę grę zależności przyczyn i efektów we wszystkich światach i miejscach występowania uwarunkowanych zjawisk, ważne jest, aby wzmacniać przyczyny i czynniki odpowiedzialne za rozwój pozytywnych cech, takich jak miłująca dobroć i współczucie, aby przyzwyczajając nasz umysł do miłującej dobroci oraz pielęgnować przyczyny i czynniki, odpowiedzialne za jej powstawanie.

W przypadku krzywdzących emocji, jak nienawiść, itp., ważne jest, aby dostrzec błędy zawarte w tych negatywnych, szkodliwych emocjach i nie przywoływać ich dobrowolnie - to właśnie sposób, w jaki możemy je zminimalizować. Tak więc, jest to wzajemna gra przyczyn i czynników, która pomoże przekształcić nasz umysł.

Jak podkreślone zostało w „Stopniach medytacji”, aby być w stanie kultywować pozytywne cechy, należy bezbłędnie i właściwie zidentyfikować przyczyny i czynniki związane z wytwarzaniem tych dobrych cech. Bezbłędność rozpoznania dotyczy istoty, natury tych przyczyn i czynników - nie może być ona pojmowana w niewłaściwy sposób; nie wystarczy jednak, że prawidłowo zdefiniujemy naturę tych przyczyn i warunków - musimy uświadomić sobie wszystkie konieczne przyczyny i czynniki. To jednak także nie jest jeszcze wystarczające - nie wystarczy, że rozpoznamy bezbłędnie tożsamość przyczyn i warunków, i że rozpoznamy je wszystkie - musimy czynić to nie naruszając właściwej kolejności.

Gdy, na przykład, rozważamy proces uprawy zboża na polu, to, przede wszystkim, ziarno powinno być prawidłowe, wolne od błędów. Oprócz tego, konieczne jest zaistnienie wszystkich niezbędnych czynników i warunków, takich jak woda, gleba, ciepło itp., jak również zastosowanie odpowiedniej kolejności czynności. Oznacza to, że musimy wiedzieć, jaka ilość wilgoci i jaka temperatura będą właściwe, zanim ziarno zostanie zasiane, jakie czynności pielęgnacyjne będą odpowiednie podczas siewu oraz co należy robić, gdy ziarno zakiełkuje itd.

Jeśli chcemy uświadomić sobie, jaki jest bezbłędny zestaw wszystkich czynników i warunków niezbędnych do osiągnięcia oświecenia, bardzo jasne przedstawienie tego zagadnienia znajdziemy w „Stopniach medytacji”, gdzie jest powiedziane:

*„Wadźrapani, Władca Tajemnic, transcendentna mądrość wszechwiedzy, ma swój korzeń we współczuciu, powstaje z przyczyny – altruistycznej myśli, przebudzonego umysłu bodhicitty i doskonałości zręcznych środków.”*

Po czym Kamalaszila kontynuuje:

*Kierowani współczuciem, bodhisattwowie składają ślubowanie wyzwolenia wszystkich czujących istot. Następnie, pokonując swoją egocentryczną postawę, angażują się nieustraszenie i bezustannie w bardzo trudne praktyki gromadzenia zasług i wglądów.*

Słowa te jasno ukazują nam, że współczucie jest fundamentem, korzeniem, i będąc pod wpływem tego współczucia, powinniśmy rozwijać bodhicittę - altruistyczne życzenie osiągnięcia oświecenia dla dobra wszystkich czujących istot. Gdy to już nastąpi, w celu wzmocnienia naszej praktyki bodhicitty, powinniśmy zaangażować się w praktykę sześciu doskonałości, która dopełniana jest, z kolei, poprzez podjęcie łącznej praktyki umysłu trwającego w uspokojeniu oraz szczególnego wglądu.

W tekście, tuż przed fragmentem, który przytoczyłem powyżej, znajduje się inny fragment, który chciałbym odczytać:

*Jeśli zapytasz: „Jakie są przyczyny i warunki ostatecznego owocu – wszechwiedzy?” ja, który jestem jak ślepiec, mogę nie być w stanie udzielić odpowiedzi samodzielnie, ale mogę posłużyć się słowami samego Buddy, które wypowiedział do swych uczniów po osiągnięciu oświecenia.*

Jest bardzo ważne, aby rozumieć ten fragment we właściwym kontekście. Kamalaszila mówi o sobie „jestem jak ślepiec”, i mówi, że nie jest w stanie samodzielnie wyjaśniać nauczania Buddy, nie polegając na słowach wypowiedzianych przez samego Buddę. Z jednej strony słowa takie świadczą o pokorze, o tym, że jest się wielkim praktykującym, z drugiej zaś

strony udzielał on tych nauk wyłącznie uczniom, podążającym za naukami Buddy, dlatego też nie ma nic złego w dosłownym przytaczaniu nauk samego Buddy. Jednakże, nie powinniśmy z tego wyciągać wniosków, że w celu ustanowienia wyzwolenia i wszechwiedzy, musimy zawsze odwoływać się tylko i wyłącznie do słów samego Buddy.

Zagadnienie to jest jasno wytłumaczone w wersach składania hołdu, znajdujących się w słynnych tekstach epistymologicznych Dignagi, w których mówi on, w jaki sposób Budda osiągnął stan prawomocnego doświadczenia dzięki praktyce współczucia itp. W okresie późniejszym, wersy te zostały objaśnione w drugim rozdziale tekstu epistymologicznego napisanego przez Dharmakirtiego, gdzie cała idea i przymioty nirwany i oświecenia zostały udowodnione dzięki logice i wnioskowaniu. Taki proces ustanawiania faktów dzięki użyciu logiki i wnioskowania jest bardzo ważny, ponieważ jeśli mamy wyjaśnić te idee nie-buddyście, nie ma raczej sensu cytowanie dosłowne wypowiedzi Buddy, ponieważ nie muszą one stanowić dla takich osób żadnego argumentu. Jednakże możliwe jest, że omawiając pewne bardzo subtelne cechy nirwany i oświecenia, jesteśmy zmuszeni odwoływać się do konkretnych cytatów, ale w tym przypadku ufamy tym cytatom, bowiem wcześniej pojęliśmy i zbadaliśmy wiarygodność Buddy jako prawomocnego, niezawodnego nauczyciela.

Badając zjawiska, możemy rozróżnić różne ich poziomy. Manifestowanie się zjawisk może zachodzić na poziomie bezpośrednio postrzegalnym przez nasze narządy zmysłów. Następnie - mamy częściowo ukryty poziom zjawisk, tzn. takie, których nie możemy bezpośrednio postrzegać naszymi narządami zmysłów, ale które możemy zrozumieć dzięki zastosowaniu logicznego wnioskowania. I po trzecie, istnieją tak zwane zjawiska całkowicie ukryte, które można zrozumieć jedynie polegając na cytatach i słowach wielkich mistrzów, takich jak Budda. Poleganie na takich cytatach ponownie związane jest z użyciem wnioskowania, logiki i własnego prawomocnego doświadczenia. Z tej przyczyny, w odniesieniu do procesu zrozumienia poprzez poznanie pośrednie, stosuje się określenie „polegając prawie jak ślepiec”. I taka pomoc w postaci zastosowania pośredniego poznania potrzebna jest, abyśmy później byli w stanie udowodnić dane zagadnienie dzięki bezpośredniemu doświadczeniu. Zatem nie ma potrzeby, aby akceptować coś jedynie na podstawie tego, że było to nauczane przez Buddę.

Zwłaszcza w przypadku *bodhisattva – pitaka*, kategoryzuje się nauki Buddy zgodnie z poziomem interpretacyjnym i poziomem ostatecznym. Oznacza to, że nie musimy akceptować w dosłowny sposób wszystkich faktów, należących do nauczania poziomu interpretacyjnego. Analizując takie nauczanie i używając wnioskowania, stopniowo będziesz w stanie zrozumieć je poprzez bezpośrednie poznanie. Taki proces rozumienia różnorodności poziomów zjawisk również pozostaje w zgodzie z tradycją Nalandy. I jeśli coś jest sprzeczne z logiką i wnioskowaniem lub też z twoim bezpośrednim doświadczeniem, nawet jeśli dotyczy to faktów nauczanych przez Buddę, powinieneś to odrzucić - nie ma potrzeby aby coś takiego akceptować.

Nauczanie Buddy zakorzenione jest w praktyce współczucia, jak zostało to podkreślone w „Stopniach medytacji”, gdzie powiedziane jest wyraźnie:

*Dlatego też, ponieważ współczucie jest jedynym korzeniem wszechwiedzy, powinieneś zaznajamiać się z tą praktyką od samego początku.*

Potrzeba rozwoju współczucia w równej mierze podkreślana jest w innych głównych tradycjach religijnych świata. Na ogół wszyscy dysponujemy pewnym bardzo ograniczonym

zasobem współczucia dla naszych krewnych, rodziców, przyjaciół, itd. Potrzebujemy stałego wzmocnienia tego niewielkiego współczucia, które w sobie mamy, tak aby mogło ono rozwinąć się do poziomu, na którym będzie w stanie wzbudzić w nas to szczególne poczucie odpowiedzialności, aby pomóc cierpiącym matkom - czującym istotom. W taki właśnie sposób powinniśmy rozwijać pełne mocy współczucie do innych czujących istot, określane jako wielkie współczucie. Warunkiem koniecznym, aby móc rozwinąć takie wielkie współczucie, jest wcześniejsze osiągnięcie stanu, w którym potrafimy ujrzeć wszystkie czujące istoty jako bardzo bliskie, bardzo drogie naszemu sercu; zagadnienie to jest również bardzo jasno wyrażone w "Stopniach medytacji":

*Naturą współczującego umysłu jest życzenie, aby wszystkie cierpiące istoty były wolne od cierpienia. Medytuj na współczucie dla wszystkich czujących istot, bowiem istoty w trzech światach egzystencji doznają męczarni trzech rodzajów cierpień, w różnorodnych formach.*

W tekście podane są dwa rodzaje techniki wzbudzania bodhicitty, umożliwiające rozwinięcie tego rodzaju uczucia bliskości w stosunku do innych czujących istot.

I tak mamy proces rozwijania bodhicitty poprzez praktykę siedmiu przyczyn i skutków, zwaną też siedmioma instrukcjami dotyczącymi przyczyn i skutków, oraz proces wymiany siebie na innych, ofiarowanie siebie dla pomyślności innych czujących istot, tak jak nauczał Śantidewa w "Bodhicharyavatare" oraz Nagardżuna w "Drogocennej girlandzie". W ten sposób powinniśmy rozwinąć współczucie i miłującą dobroć w odniesieniu do wszystkich czujących istot, bez żadnego rozróżniania czy różnicowania. Na drugim etapie należy wiedzieć, że aby móc rozwinąć takie autentyczne współczucie, przede wszystkim należy jasno określić cierpienia, którym wszystkie te czujące istoty podlegają, dlatego też "Stopnie medytacji" zawierają również wyjaśnienia na temat trzech rodzajów cierpienia. Spośród tych trzech cierpień - cierpienia cierpienia, cierpienia zmiany i cierpienia uwarunkowanego - to właśnie cierpienie uwarunkowane powinno zostać zidentyfikowane i rozpoznane przez osobę, która aspiruje do osiągnięcia wyzwolenia. Zagadnienie to zostało bardzo jasno wytłumaczone w "Stopniach medytacji", na stronie 6, gdzie powiedziane jest:

*Tym, co powstaje pod wpływem potęgi przyczyn, określanych przez działanie i przeszkadzające emocje, jest przenikliwa nędza. Posiada ona naturę i cechy natychmiastowej dezintegracji i przenika wszystkie czujące istoty.*

Z tego fragmentu wynika jasno, że właśnie to wszechobecne, przenikliwe, uwarunkowane cierpienie działa jako fundament wszystkich cierpień, których doświadczamy obecnie, działa również jako rdzeń generujący cierpienia w przyszłości. Naturą tego przenikliwego cierpienia jest zmienność z chwili na chwilę, tak samo jak w przypadku każdego innego uwarunkowanego zjawiska, lecz tutaj mamy dodatkową przyczynę tej zmienności - stanowi ją nic innego, jak ignorancja. Ta ignorancja, która jest rdzenną przyczyną samsary, rdzenną przyczyną cyklicznej egzystencji. Tak więc przyczyna i czynnik, które wytwarzają cierpienia na poziomie przenikliwego uwarunkowanego cierpienia - głupota, uwarunkowane działanie itp., nie są czymś sprzyjającym - jest to coś bardzo niesprzyjającego, bardzo zakłócającego i bardzo negatywnego.

Istnieje wiele różnych filozoficznych interpretacji znaczenia ignorancji, ale wystarczy wiedzieć, że w tym przypadku jako ignorancję rozumiemy błędny stan umysłu, błędną koncepcję rzeczywistości. Dlatego też, tak długo jak znajdujemy się we władzy tej ignorancji, doświadczamy jedynie cierpienia i niczego ponadto. Jak długo znajdujesz się pod kontrolą tej ignorancji, jesteś zniewolony na zawsze i błądasz się bez żadnego celu w samsarze. I tak długo, dopóki nie jesteś w stanie uwolnić się od tej ignorancji, będziesz napotykał jedynie nieprzerwane pasmo nieszczęść, tragedii, problemów i cierpienia.

Dlatego też powinieneś rozwinąć silne życzenie: "Jak dobrze byłoby, gdyby wszystkie czujące istoty były oddzielone od takich cierpień i przyczyn tych cierpień!". Jest to, w rzeczy samej, rozwój wielkiego współczucia. Jak mówiłem wcześniej, aby wykształcić tak silne poczucie wielkiego współczucia, należy, przede wszystkim, jasno zidentyfikować cierpienia. Wyraziste zrozumienie cierpienia, jego rozpoznanie, jest możliwe dopiero, gdy będziemy w stanie zrozumieć cierpienie w odniesieniu do siebie samego. Jeśli nie posiadamy choćby najmniejszego zrozumienia cierpień w odniesieniu do siebie samego, mówienie o cierpieniach, doświadczanych przez inne czujące istoty, pozostaje tylko pustosłowiem. Nie będziesz miał żadnej rzeczywistej wizji, jak inne czujące istoty cierpią, o ile nie doświadczyłeś tych cierpień sam.

Jeśli chodzi o rzeczywistą praktykę, kolejność powinna być, wobec tego, następująca: najpierw należy jasno określić cierpienie w odniesieniu do siebie samego - to cierpienie, które spowodowało, że znajdujemy się w samsarze, a następnie, w podobny sposób, wykształcić poczucie zrozumienia wobec cierpień innych czujących istot, następnie zaś rozwinąć wielkie współczucie. Rozważając najpierw cierpienia, które nękają ciebie samego, osiągnąwszy zrozumienie tych cierpień, w konsekwencji będziesz w stanie rozwinąć silne poczucie wyrzeczenia; a kiedy kontemplujesz cierpienia innych istot, będziesz w stanie rozwinąć wielkie współczucie. Tak więc, choć tekst najpierw omawia, jak troszczyć się o inne czujące istoty, w warunkach rzeczywistej praktyki ważne jest, aby najpierw rozważać różne zakresy cierpienia w odniesieniu do samego siebie, i na bazie tego rozwijać współczucie do innych czujących istot.

Jeśli chodzi o "Lampę na ścieżkę ku oświeceniu", którą napisał Atiśa Dipamkaraśridźniana, tekst ten rozpoczyna się stwierdzeniem:

*W sanskrycie: Bodhipatrapradipam*

*Po tybetańsku: Jang - chub lam- gyi drön - ma*

Pierwsze dwa wersy odnoszą się do złożenia hołdu i obietnicy ułożenia tekstu:

*Składam hołd Bodhisattwom,*

*Mandżuśriemu w rozkwicie młodości!*

*Z wielkim szacunkiem składam hołd*

*Zwycięzcom trzech czasów,*



*Ich nauczaniu oraz tym,  
Których życzeniem jest rozwinięcie zalet.  
Nakłoniony przez dobrego ucznia - Dżangczup Wö  
Zapalę lampę  
Na ścieżkę ku oświeceniu.*

Następne wersy mówią o trzech rodzajach osób - posiadających trzy różne stopnie zdolności umysłu:

*Mając na względzie ich małe, średnie  
i najwyższe zdolności,  
Będę pisał, wyraźnie rozróżniając  
Ich indywidualne cechy.*

Jak czytaliśmy w "Stopniach medytacji" Kamalaszili, jeśli pragniemy osiągnąć oświecenie, musimy kultywować odpowiednie przyczyny i czynniki, nie obarczone żadnym błędem, nie pomijając żadnego z nich i zachowując właściwą kolejność. To samo zagadnienie wyjaśnione tutaj zostaje w odniesieniu do każdego z trzech rodzajów istot o różnych mentalnych możliwościach. To oznacza, że na początkowym etapie, gdy nasz umysł nie jest wytrenowany, nie powinniśmy sięgać po wyższe tematy, czy wyższe ścieżki praktyki, powinniśmy zadowolić się stosowaniem bardziej niesubtelnych poziomów praktyki i studiów. W następnej kolejności możemy przejść do drugiej fazy, w której staramy się zrozumieć subtelniejszy poziom, i ostatecznie, gdy nasz umysł jest już dobrze wytrenowany, powinniśmy uczynić wysiłek, aby rozważać nawet subtelniejsze poziomy nauk.

Ta sama metoda powinna obowiązywać w przypadku rozwoju duchowej ścieżki. Wszystkie te duchowe ścieżki i wizualizacje są wzajemnie połączone i zależne, tak więc, zgodnie z wyjaśnieniami udzielonymi przez cztery rodzaje wnioskowania, poczwórną logikę - prawo natury, prawo funkcjonowania itd., podjęcie systematycznej praktyki stanowi niezwykle ważny czynnik. Zatem, jeśli podejmiesz systematyczną praktykę, będzie ci znacznie łatwiej podążać ścieżką. W takim właśnie kontekście scharakteryzowano trzy rodzaje istot praktykujących na poszczególnych etapach ścieżki.

Gdy mówimy o trzech rodzajach istot - sformułowanie "o niskich mentalnych zdolnościach" odnosi się do tych osób, które starają się osiągnąć jedynie przyjemności tego życia. Atiśa mówi w trzecim wersie:

*Wiedz, że ci, którzy wszelkimi metodami  
Szukają dla siebie nie więcej,  
Niż przyjemności cyklicznej egzystencji,  
To osoby o najmniejszych możliwościach.*

Osoby o najniższych możliwościach możemy podzielić ponownie na dwa rodzaje: jeden to bardzo zwyczajne niższe osoby, drugi - to niższe jednostki, do których odnosi się rozważany tekst. "Bardzo zwyczajne niższe osoby" to ci, których wyłącznym celem są przyjemności tego życia, zaś "osoby niższe", do których odnosi się tekst, to ci, których życzeniem jest osiągnięcie wyższego odrodzenia, wyższego stadium w następnym życiu.

Przypadek osób o średnich zdolnościach mentalnych odnosi się do tych osób, które mają już dosyć przyjemności tego świata, rozwinęły silne życzenie osiągnięcia wyzwolenia z cierpienia uwarunkowanej egzystencji:

*O tych, którzy szukają spokoju dla siebie samych,  
Odwracając się od światowych przyjemności,  
I porzucając destrukcyjne działania,  
Mówi się, że mają średnie możliwości.*

To ci spośród praktykujących, którzy widzą szkodliwe emocje i chwytanie "ja" jako rdzenną przyczynę cierpienia, i dlatego ich celem jest ograniczenie, wyeliminowanie ignorancji, stanowiącej rdzenną przyczynę samsary. Jako czynnik ułatwiający stosują oni także praktykę spokojnego trwania, a jako fundament praktyki traktują przestrzeganie dyscypliny etycznej. W ten sposób główna praktyka i ścieżka, zastosowana przez osoby o średnich możliwościach, jest praktyką trzech treningów - trwania w uspokojeniu, dyscypliny etycznej i mądrości.

Po zakończeniu takiego cyklu praktyki na poziomie osób o średnich możliwościach mentalnych, stopniowo stajemy się zdolni do spostrzeżenia, że jesteśmy nękani przez cierpienia na różnych poziomach. I gdy rozważamy, w podobny sposób, fakt, że inne czujące istoty doznają takich samych męczarni, spowodowanych cierpieniem na różnych poziomach, stopniowo zyskujemy zdolność rozwinięcia w sobie życzenia osiągnięcia oświecenia w imię pomocy wszystkim czującym istotom - poprzez taki wysiłek rozwija się intencja osiągnięcia oświecenia. Taki poziom umysłu zwany jest umysłem "osoby o wielkich zdolnościach mentalnych". W kolejnych wersach czytamy:

*Ci, którzy dzięki  
Swojemu własnemu cierpieniu,  
Szczерze pragną, aby ustały całkowicie  
Wszystkie cierpienia innych -  
To osoby o najwyższych zdolnościach.*

Tutaj także możemy jasno dostrzec, że istnieje kolejność praktyki, porządek praktyki zależny od naszych zdolności mentalnych.

Najlepsze wyjaśnienia, dotyczące faktycznej praktyki osób o małych lub średnich zdolnościach mentalnych, udzielone zostały w "Trzydziestu siedmiu praktykach bodhisattwów". "Trzydzieści siedem praktyk" to tekst ułożony przez Ngulczu Thogmeja Zangpo. Pierwszy wers to złożenie hołdu dla Awalokiteśwary, druga linijka to obietnica

ułożenia tekstu, zaś trzeci wers to wyjaśnienia drogocенności ludzkiego życia, wolności, którą posiadamy oraz rzadkości osiągnięcia tak drogocенnej ludzkiej egzystencji. Proces nadawania temu drogocенnemu ludzkiemu życiu pełni znaczenia dokonuje się poprzez słuchanie, myślenie i medytowanie na nauki Buddy. Wszystkie te zagadnienia wyjaśnione są kolejno w tekście, i powiemy więcej na ten temat jutro.

*Jego Świątobliwość powiedział: " Ponieważ udzieliłem nauk w formie wykładu, nie ma potrzeby dokonywania ofiarowania mandali; czasami, w rzeczy samej, można odnieść wrażenie, że o ile mandala nie zostanie ofiarowana, nie jest możliwe udzielenie nauk, ale w tym przypadku tak nie jest ".*

Ci spośród was, którzy są bardziej obowiązkowi, i którzy są bardziej zainteresowani, rano, lub kiedykolwiek będziecie mieć czas, spróbujcie raz jeszcze rozważyć zagadnienia, które już wyjaśniłem i przeczytać tekst - może to być całkiem pomocne.

*Przekład na język polski Barbara Kropiwnicka.*

*Tekst powyższy służyć ma doskonaleniu indywidualnej praktyki. Jakiemkolwiek inne wykorzystanie wymaga wcześniejszej pisemnej zgody IKN.*