



Budda, Dharma i Sangha

Drugi Cenzap Serkong Rinpocze

Kim jest Budda?

Każdy słyszał o Buddzie, wielkim przewodniku duchowym, który żył i nauczał w Indiach ponad dwa i pół tysiąca lat temu. Historyczny Budda, Śakjamuni, nie jest jednak jedyny. Nauki buddyjskie mówią o niezliczonych Buddach, a wedle jednej z najważniejszych każda istota we wszechświecie ma potencjał stania się następnym.

Historyczny Buddy

Według większości tradycyjnych podań przysły Budda urodził się w arystokratycznym rodzie Śakjów, w północnych Indiach, w V wieku przed naszą erą. Otrzymał imię Siddhartha Gautama, a mędrzec Asita przepowiedział, że zostanie wielkim królem albo nauczycielem religii. Ojciec, Suddhodana, głowa klanu, pragnął ponad wszystko, by syn poszedł w jego ślady, i robił, co mógł, by nic temu nie przeszkodziło.

Młody Siddhartha został zamknięty w rodzinnym pałacu i otoczony wszelkimi luksusami: drogocennymi klejnotami, pięknymi kobietami, lotosowymi stawami i wspaniałymi zwierzętami. Chroniono go przed wszystkim, co mogłoby zakłócić tę idyllę, choćby widokiem ludzi starych i chorych. Książę, który nie miał sobie równych w nauce i sporcie, poślubił Jasodharę i służył syna, Rahulę.

Siddhartha żył w bajkowym świecie niemal trzydzieści lat, ale coraz bardziej chciał wiedzieć, co znajduje się za murami. Ciągłe pytał o kraj i ludzi, nad którymi miał panować, więc ojciec zorganizował mu w końcu wycieczkę rydwanem. Jadąc wysprzątanymi ulicami, opróżnionymi zawczasu z ludzi starych i chorych, książę zauważył w wiwatującym tłumie zgarbioną, pomarszczoną postać i zapytał o nią woźnicę. „To starzec, Panie – odparł Czanna. – Wszystkich nas czeka ten los”. Później zobaczył jeszcze chorego i zwłoki, stając oko w oko z nieuchronnymi (i najzupełniej naturalnymi) aspektami życia.

Na koniec natknął się na świątobliwego mędrca, który szukał wyzwolenia z bólu. Pierwsze trzy spotkania uświadomiły mu, że dał się zwodzić mirażowi szczęścia za murami, czwarte pokazało, że można próbować zaradzić cierpieniu.

Nawet jeśli trudno wyobrazić sobie, że Siddhartha nigdy wcześniej nie zetknął się z chorobą ani śmiercią, ta historia symbolicznie pokazuje, że tak jak my wszyscy nie zawracaliśmy sobie głowy cierpieniem. Teraz jednak czuł niepokój. Jak miał dalej cieszyć się luksusami, wiedząc, że i jego, i wszystkich, których kochał, czeka starość, niemoc i śmierć? Wierząc, że znajdzie jakieś wyjście, pewnej nocy uciekł z pałacu, wybierając życie wędrownego ascety.

Siddhartha spotkał wielu wybitnych nauczycieli, ale nie znalazł satysfakcji, bo choć dzięki otrzymanym pouczeniom osiągnął głębokie stany medytacyjnego skupienia, nie były one panaceum

na cierpienie. Po sześciu latach niemal nieprzerwanej medytacji, głodzenia i umartwiania ciała zostały z niego skóra i kości.

Pewnego dnia, siedząc nad rzeką, usłyszał nauczyciela, który uczył dziecko grać na winie. „Struny nie mogą być zbyt luźne, bo nie dobędziesz właściwego dźwięku, ani zbyt napięte, gdyż pękną”. Zrozumiał wtedy, że asceza – podobnie jak inna skrajność, życie w pałacu – nie pomoże mu pokonać cierpienia i że musi znaleźć drogę środka.

Chwilę później dziewczynka imieniem Sudziata poczęstowała go ryżem z mlekiem. Ku zgorszeniu towarzyszy, z którymi się umartwiał, Siddhartha zjadł pierwszy prawdziwy posiłek od sześciu lat i usiadł pod figowcem, ślubując sobie, że nie wstanie, póki nie osiągnie pełnego Przebudzenia. I tam właśnie – pod drzewem, które dziś nazywamy „bodhi” – urzeczywistnił swój cel, stając się Buddą, Przebudzonym.

Wkrótce potem udzielił pierwszych nauk, wykładając cztery szlachetne prawdy i ośmioraką ścieżkę. Przez następne czterdzieści lat przemierzał równiny północnych Indii, dzieląc się swoim odkryciem. W ten sposób stworzył Sanghę, monastyczną społeczność, która przekazywała jego nauki najpierw w Indiach, potem w Azji i wreszcie na całym świecie.

Budda odszedł w wieku około osiemdziesięciu lat w Kusinagarze, pytając uczniów, czy mają jeszcze jakieś wątpliwości i potrzebują dalszych objaśnień. Zaleciwszy polegać na Dharmie i etycznej dyscyplinie, na koniec powiedział: „Słuchajcie, mnisi, oto moja ostatnia rada. W tym świecie każda złożona rzecz podlega zmianie. Wszystko jest nietrwałe. Zapracujcie na własne wyzwolenie”. Po czym ułożył się na prawym boku i umarł.

Kim są Buddowie?

Wiemy, kim był historyczny Buddy, ale co właściwie znaczy być Buddą?

Budda to po prostu przebudzony. Przebudzony z głębokiego snu – nie po całonocnej zabawie, tylko z mroku zagubienia, które naznacza każdą chwilę naszego życia i sprawia, że nie znamy własnej natury ani natury żadnej rzeczy.

Buddowie nie są bogami i stwórcami. Wszyscy zaczynają jak my (od dezorientacji, szkodliwych emocji i mnóstwa problemów), niemniej dzięki praktyce ścieżki współczucia i mądrości oraz stopniowego, żmudnego rozwijania tych przymiotów każdy może osiągnąć Przebudzenie.

Buddowie mają trzy najważniejsze przymioty.

Raz, mądrość, gdyż uwolniwszy się od wszelkich mentalnych ograniczeń, doskonale wszystko wiedzą (zwłaszcza, jak pomagać innym).

Dwa, współczucie, ponieważ widząc sieć wzajemnych powiązań wszystkich istot dzięki swej mądrości, pragną – i potrafią – każdemu służyć. (Mądrość bez współczucia może się okazać tylko mało pożyteczną wiedzą. Buddowie pielęgnują je, by najskuteczniej służyć wszystkim bez wyjątku.)

Trzy, możliwości, albowiem wiedząc, jak wyplenić cierpienie, i całym sercem pragnąc pomóc w tym innym, faktycznie potrafią to zrobić, na różne sposoby ukazując nam ścieżki do Przebudzenia.

Buddowie rozumieją, że jak oni sami, nikt nie chce cierpieć i każdy pragnie szczęścia. I pracują nie dla siebie, tylko – z dokładnie takim samym zaangażowaniem – wszystkich istot w całym wszechświecie.

Powodowani niesłychanie silnym współczuciem, uczą, jak raz na zawsze uwolnić się od cierpienia. Wiedzą to dzięki mądrości, która pozwala im precyzyjnie odróżniać fikcję od rzeczywistości, a co za tym idzie, całkowicie wyzbyć się tego, co szkodliwe: zagubienia, egoizmu, negatywnych emocji. Każdy z nas też może stać się doskonałym Buddą i doświadczać pełni wewnętrznego spokoju.

Podsumowanie

Buddowie są doskonałymi nauczycielami, którzy dokładnie wiedzą, jak mogą pomóc, i mają do tego narzędzia. Pełni współczucia, zawsze chcą nam służyć, wskazując właściwą ścieżkę. Jak Siddhartha, my także bywamy ślepi na cierpienia świata. Nic jednak na tym nie zyskujemy, gdyż wszystkim czeka ten sam los: choroba, starość i śmierć. Życie Buddy dowodzi, że jeśli zrozumiemy swoje położenie, również my możemy uwolnić się frustracji i cierpień. Musimy tylko, jak on, dać z siebie wszystko, żeby uwolnić się od ułudy i szkodliwych uczuć, by najskuteczniej służyć innym.

Czym jest Dharma?

Dla buddystów słowo „Dharma” odnosi się do nauk Buddy, które mogą przeprowadzić nas z obecnej sytuacji dezorientacji i cierpienia do stanu świadomości i radości. Podobnie jak słowo „religia”, pochodzące od łacińskiego „związywania”, sanskrycki rdzeń „dhr” oznacza „podtrzymywanie” i „wspieranie”. Dharma przede wszystkim zabezpiecza nas przed spadnięciem na długi czas w otchłań niższych, gorszych form bytu, pełnych cierpienia, na które nie mamy żadnego wpływu.

Pierwsze nauki Buddy

Kiedy ponad dwa i pół tysiąca lat temu Budda osiągnął Przebudzenie w Bodh Gai, początkowo nie nauczał, obawiając się, że jego przesłanie jest za trudne i zbyt głębokie, by zainteresować ludzi pochłoniętych doczesnymi sprawami. Według najstarszych pism to Brahma, stwórca wszechświata, poprosił Buddę o głoszenie Dharmy dla dobra istot, przekonując, że znajdują się tacy, którzy będą w stanie pójść w jego ślady. I tak Budda udzielił pierwszych nauk w Parku Jeleni, wykładając cztery szlachetne prawdy, stanowiące fundament całej buddyjskiej ścieżki i wszystkich jej istniejących do dziś tradycji.

Pierwsza z owych prawd stanowi, że życie nigdy nie daje autentycznej satysfakcji. Bez względu na to, jak bardzo czujemy się szczęśliwi, ten stan jest – uniwersalnie – niestabilny i ulotny. Każdy przekonuje się o tym na własnej skórze. Szczęście, którego doznajemy, nie trwa wiecznie i w każdej chwili może zmienić się w ból. Wedle drugiej prawdy, cierpienie w gruncie rzeczy nie przychodzi z zewnątrz, tylko bierze się z naszej fiksacji na punkcie zaspokajania własnych pragnień, a przede wszystkim z braku zrozumienia prawdziwej natury rzeczy. Trzecia prawda mówi, że od udręk i problemów można się uwolnić, a czwarta ukazuje ścieżkę, dzięki której da się to zrobić raz na zawsze.

Nauki Buddy służą wyplenieniu cierpienia

W czasach Buddy wszystkie nauki Dharmy wykładano ustnie i uczono się ich na pamięć. Przekazywane w ten sposób z pokolenia na pokolenie, zostały spisane znacznie później. Dzięki temu mamy dziś setki sutr, spisów wskazań dla wyświęconych adeptów oraz traktatów filozoficznych, które składają się na tripitakę, czyli „trzy kosze”. Tradycyjnie mówi się, że zawierają one osiemdziesiąt cztery tysiące pouczeń, stanowiących antidotum na tyleż szkodliwych emocji. Ta wielka (i niekoniecznie dokładna) liczba ma nam uświadomić ogrom problemów i frustracji, z którymi się zmagamy, oraz różnorodność metod, jakie przekazał Budda, żebyśmy mogli uwolnić się od tego brzemienia.

W rzeczy samej wszystkie nauki buddyjskie służą pokonaniu cierpienia. Budda nie był zainteresowany metafizycznymi spekulacjami. Zdarzało mu się nawet nie odpowiadać na pytania dotyczące istot i wszechświata, gdy ich roztrząsanie nie przybliżało do Wyzwolenia. Budda przeanalizował naszą kondycję, stwierdził, że wszyscy cierpimy, i znalazł rozwiązanie tego problemu. Dlatego też często porównuje się go do lekarza, a Dhamę do panaceum, które pozwala nas ostatecznie wyleczyć.

Mamy Trzy Klejnoty – Buddę, Dharwę i Sanghę – lecz to właśnie nauki są właściwym Schronieniem. Buddowie nauczają Dharmy, ale nie mogą uwolnić nas od cierpienia czarodziejskim zaklęciem. Sangha daje wsparcie i zachęę, nie zmusi jednak nikogo do praktyki. Sami musimy zgłębiać i stosować nauki; innej drogi nie ma. W tym sensie sami jesteśmy swoimi wybawcami.

Przymioty Dharmy

Dharma ma niezliczone przymioty, tu wymienimy tylko trzy z najważniejszych.

Raz, Dharma jest dostosowana do rozmaitych i różnorodnych predyspozycji. Choć tradycje buddyjskie są tak różne, jak w Tajlandii, Tybecie, Sri Lance i Japonii, wszystkie zawierają najistotniejsze nauki i służą osiągnięciu Wyzwolenia.

Dwa, Dharma opiera się na logice. Mówi, że mamy patrzeć realistycznie na siebie i na to, czego doświadczamy. Nie jest dogmatyczna, nie każe wierzyć w boga czy bogów, tylko poddawać wszystko szczegółowej analizie. Jego Świątobliwość Dalajlama od lat współpracuje z uczonymi, dyskutując o kluczowych buddyjskich pojęciach, takich jak świadomość i umysł. Buddyści i naukowcy uczą się od siebie nawzajem.

Trzy, Dharma nie zajmuje się poszczególnymi problemami, tylko źródłem ich wszystkich. Jeśli dzień w dzień boli nas głowa, możemy co rano zażywać proszek, ale to rozwiązanie doraźne, gdyż problem wraca. Rozwiązałyby go pigułka, która uwalnia od bólu ostatecznie – i tak właśnie działa Dharma, która raz na zawsze uśmierza wszelkie cierpienia.

Podsumowanie

Budda jest niczym niezrównany lekarz, który diagnozuje naszą chorobę i aplikuje niedościgłe panaceum: Dharwę. Niemniej to my musimy je zażyć, czyli zaangażować się w praktykę. Nikt nas nie może do tego zmusić, jeśli jednak zdołamy dostrzec korzyści i spokój, jakie zapewnia Dharma, eliminując wszelkie problemy, frustracje i cierpienia, uczynimy to z radością dla własnego dobra i pożytku wszystkich czujących istot.

Czym jest Sangha?

Sanskrycka „Sangha”, dosłownie „społeczność”, tradycyjnie odnosi się do wyświęconych uczniów Buddy, mnichów i mniszek. Na Zachodzie przyjęło się nazywać tak wszystkich buddystów, w tym także małe grupy świeckich, praktykujących w poszczególnych ośrodkach Dharmy.

Początki Sanghi

Wedle *Sutry Koła Dharmy* pierwsze nauki o czterech szlachetnych prawdach odebrało od Buddy pięciu dawnych towarzyszy, od lat praktykujących z nim ascezę. Wszyscy zostali wtedy jego uczniami, a Kaundinja urzeczywistnił stan Arhata, wyzwolenie. Kilka dni później – podczas omawiania pustości poczucia własnego ja czy też absurdalności przypisywanych mu atrybutów – pułap ten osiągnęli też pozostali. Cała piątka została pierwszymi członkami Sanghi, buddyjskimi mnichami.

Resztę życia – w sumie jakieś czterdzieści pięć lat – Budda poświęcił na dzielenie się swoim odkryciem, czyli nauczanie Dharmy. Jego uczniowie przemierzali miasta i wioski północnych Indii z tym samym przesłaniem. Budda błyskawicznie przyciągał rzesze wiernych, wywodzących się ze wszystkich grup społecznych: od innych duchowych mistrzów, królów i królowych po rolników i rzeźników. Większość nie chciała porzucić dotychczasowego życia, ale ci, którzy pragnęli zostawić

je za sobą, mogli to zrobić, dołączając do Sanghi. Świeccy – zakładający rodziny i pracujący – wspierali ją, zaopatrując w żywność i odzienie.

Z czasem, za sprawą rosnącej liczby uczniów, trzeba było ustanowić reguły dyscypliny, gwarantujące harmonijne funkcjonowanie społeczności. Formułowano je, gdy pojawiała się taka potrzeba, w związku z niefortunnymi konsekwencjami konkretnych zdarzeń. Pod koniec życia Buddy mnichów i mniszki obowiązywało kilkaset zasad.

Święcenia kobiet

Początkowo Budda przyjmował tylko mnichów. Po pięciu latach jego ciotka, Mahapradżapati Gautami poprosiła o wyświęcanie kobiet, ale odmówił. Nie ustąpiła i – wraz z pięcioma setkami innych – ruszyła za nim, ogoliwszy głowę i przywdziawszy żółtą szatę.

Budda odmawiał Mahapradżapati jeszcze dwukrotnie, ale za czwartym razem za kobietami wstawił się Ananda, pytając, czy mają one taki sam potencjał duchowego rozwoju i przebudzenia. Kiedy Budda przytaknął, Ananda odrzekł, że powinny więc móc praktykować jako mniszki i tak też się stało.

Sangha konwencjonalna i Arja Sangha

Termin Sangha najczęściej odnosi się do tych dwóch grup: mnichów i mniszek. Sanskryckie słowo „bhikszu” oznacza „żebraka”, gdyż wyświęceni wyrzekali się większości doczesnych dóbr i wędrowali z miejsca na miejsce, jedząc to, co dostali. Do stworzenia Sanghi – nazywanej „konwencjonalną” – trzeba co najmniej czterech mnichów albo mniszek (z pełnymi święczeniami bądź nowicjuszy), bez względu na stopień zaawansowania w praktyce Dharmy. Określenie Arja Sangha odnosi się natomiast do istot – wyświęconych i niewyświęconych – które osiągnęły określone urzeczywistnienie.

Trzeba rozumieć różnicę między tymi dwiema Sanghami. Obok wspaniałych są też duchowni tak samo emocjonalnie zagubieni jak my, co może rodzić pytania o sensowność szukania w nich Schronienia. Za jeden z Trzech Klejnotów uważamy zatem Arja Sanghę i to ona pomaga nam nie zbaczać z właściwej drogi.

Przymioty Sanghi

Jakie właściwości Sanghi chcemy rozwinąć w sobie?

Po pierwsze, nauczając, Sangha nie powtarza zdań wyczytanych w książkach, tylko mówi z własnego doświadczenia, co jest niezwykle inspirujące.

Po drugie, pragnie tylko pomagać innym i praktykuje to, czego naucza. Palacz, który gardłuje za niepaleniem, nie wydaje się szczególnie przekonujący. Sangha natomiast jest zawsze szczerą i prostolinijną, dzięki czemu możemy jej ufać.

Po trzecie, będąc w nieodpowiednim towarzystwie, często nie widzimy nawet, jak szybko przejmujemy złe nawyki. Podobnie, trzymając się sensownych przyjaciół, bez trudu nabieramy dobrych cech. Sangha wywiera na nas dobroczynny wpływ i pomaga należycie praktykować Dharma.

Znaczenie Sanghi

Budda odszedł ponad dwa i pół tysiąca lat temu, zostawiając nam swoje nauki, Dharma. Buddyzm sprowadza się do jej praktykowania. Aby robić to dobrze, potrzebujemy konstruktywnych przykładów, czyli ludzi, którzy osiągnęwszy rezultaty studiów i praktyki, mogą nas wspierać i prowadzić. Społeczność takich osób jest Sanghą.

Dziś wzorem często są dla nas celebryci: aktorzy, aktorki, modelki, piosenkarze, sportowcy. Wiemy przecież, że sami mają problemy i wielu nie układa się w życiu prywatnym. Co gorsza,

zafascynowani takimi osobami, z reguły marnujemy czas na plotki i rozbudzamy w sobie coraz więcej pragnień, nie przysparzając w ten sposób szczęścia sobie ani nikomu innemu. Tymczasem członkowie Sanghi wiele problemów mają już za sobą i sumiennie pracują, by uwolnić się od pozostałych. Czy to nie najlepszy wzór, skoro i nam o to chodzi?

Tylko Sandze zawdzięczamy dostęp do cudownie zachowanych, przekazywanych z pokolenia na pokolenie nauk Buddy. To ona inspiruje nas do wzniesienia się ponad doraźne problemy i dostrzeżenia ścieżki, która uwalnia od wszystkich cierpień. Ona też kieruje, zachęca i wspiera na każdym kroku na tej ścieżce. I właśnie dlatego mówi się, że bez Sanghi nie ma buddyźmu.

Podsumowanie

Jak znaleźć wzór do naśladowania? Nawet jeśli nie dane nam było spotkać urzeczywistnionego przedstawiciela prawdziwej Arja Sanghi, są ludzie, którzy wiedzą o Dharmie o wiele więcej niż my i potrafią inspirować. Jeśli to dostrzeżemy, pójdziemy w ich ślady.

Rozprzestrzenianie Dharmy zawdzięczamy poświęceniu buddyjskich mnichów i mniszek, Sanghi konwencjonalnej. Skoro Buddę porównuje się do lekarza, a Dharmę do lekarstwa, Sangha jest niczym pielęgniarka, wspierając nas i podtrzymując na ścieżce, dzięki której raz na zawsze uwolnimy się od wszystkich problemów.

Serkong Rinpocze (rocznik 1984) – jest inkarnacją cenzapa (partnera filozoficznych dysput) i jednego z najbliższych „duchowych przyjaciół” Jego Świątobliwości Dalajlamy.

Za „Study Buddhism” by Berzin Archives <https://studybuddhism.com/>

Przekład na język polski: Adam Koziel