

## Natura umysłu

*Sakja Trizin Rinpocze*



Wedle prawa karmy – jednej z głównych nauk Buddy – wszystko w naszym życiu ma swoje przyczyny, których nie tworzą inni bądź zrządzenie losu, tylko własne działania. Nikt nam nie dał pełnych miłości związków, długowieczności, dobrego zdrowia czy dostatku. Jeśli możemy się dziś nimi cieszyć, zawdzięczamy to dokonanyemu kiedyś przez siebie prawym czynom. Podobnie rzeczy przykrych – takich jak przedwczesna śmierć, choroba czy bieda – nie sprokurował nikt poza nami i popełnionymi niegdyś przez nas występkami.

Jeśli naprawdę pragniemy szczęścia i nie chcemy cierpieć, powinniśmy pracować nad przyczynami. Bez tego nie możemy oczekiwać żadnych rezultatów. Każda rzecz musi mieć swój pełny powód, bowiem nie bierze się znikąd, z przyczyny nieprzystającej bądź cząstkowej. Źródłem naszego cierpienia są zatem własne negatywne czyny. Te zaś biorą się z nieznamośności rzeczywistości, z nieświadomości prawdziwej natury umysłu. Zamiast ją widzieć, bez żadnego logicznego powodu lgniemy do poczucia ja. Wszyscy mamy tę naturalną skłonność, ponieważ wyrobiliśmy ją sobie. To rodzaj nawyku, który towarzyszy nam od czasu bez początku. Poddane drobiazgowej analizie, owo ja okazuje się jednak nie istnieć. Gdyby było inaczej, musiałyby być imieniem, ciałem bądź umysłem.

Imię jest jednak puste, każde można nadać komukolwiek. Podobnie z ciałem. Mówimy „moje ciało” tak samo, jak „mój dom”, „mój samochód” czy „mój kraj”, wyraźnie zaznaczając jego odseparowanie od „ja”. Badając członki, także nigdzie nie znajdujemy żadnego „siebie”. To po prostu zbiór różnych organów, które składają się na coś, do czego lgniemy i nazywamy „sobą”, choć nie umiemy tego znaleźć w niczym od czubka głowy po koniuszki palców. Ciało nie może być naszym ja, gdyż składa się z mnóstwa części (z których wiele nie jest nawet niezbędnych do życia).

Wydaje się, że mógłby być nim umysł, ale ten z kolei ciągle się zmienia. Umysłu sprzed chwili już nie ma, a coś, co nie istnieje, nie może przecież być nami. Dotyczy to również umysłu z chwili następnej, bowiem tego nie ma jeszcze. Bezustannie zmienia się nawet umysł obecny, aktualny. Umysł dziecka różni się zasadniczo od umysłu osoby dorosłej i jego różne postaci nie występują jednocześnie. Słowem, umysł zmienia się bez przerwy, z mgnienia na mgnienie, a coś tak ustawicznie chwiejnego naszym ja być nie może.

Nie mamy więc żadnego ja poza imieniem, ciałem i umysłem, lecz utrwalany od niepamiętnych czasów nawyk sprawia, że do niego lgniemy. Robimy to bez żadnego logicznego powodu zamiast przejrzeć prawdziwą naturę umysłu. Jakbyśmy brali kawałek sznurka za węża. Dopóki nie zobaczymy, że to postronek, a nie gad, będziemy odczuwać niepokój i lęk. Lgnięcie do

poczucia ja – zrodzone z nieznamości rzeczywistości, prawdziwej natury umysłu – oznacza więc cierpienie.

Kiedy jest „ja”, naturalnie są również „inni”. Różnica między nimi leży w umiejscowieniu „siebie”. Podobnie jak z zależnymi od siebie „lewym” i „prawym”. Skoro jestem ja, muszą być i inni, co pociąga za sobą przywiązanie do swoich – przyjaciół, bliskich i tak dalej – oraz niechęć do tych, którzy się z nami nie zgadzają, wyznają odmienne idee czy poglądy. W tej sieci iluzji, czyli samsarze więżą nas trzy naczelné trucizny: głupota niewiedzy i lgnięcie do ja, przywiązanie czy też pożądanie oraz złość, z których rodzi się zatręsenie innych przypadłości, takich jak zawiść, pycha i cała reszta. Za ich sprawą tworzymy karmę, a więc zasiewamy nasiona, które w swoim czasie bez wątpienia wydadzą plon. Robimy to bezustannie, przykuwając się do sfer bytu. Do całkowitego uwolnienia się od samsary niezbędna jest mądrość, odcinająca jej korzeń i pozwalająca przejrzeć ułudę ja. Mądrość taka wymaga metody.

Bez metody nie ma mądrości, zaś bez mądrości nie znajdziemy właściwej metody. Jak ptak potrzebuje dwóch skrzydeł do latania, tak do osiągnięcia Przebudzenia trzeba nam metody i mądrości.

Najważniejsza i najskuteczniejsza metoda opiera się na miłującej dobroci, powszechnej miłości i współczuciu. Wyrasta z nich bodhicitta, myśl Przebudzenia, szczere pragnienie osiągnięcia jego doskonałości dla dobra wszystkich czujących istot. Jeśli obudzimy w sobie tę myśl, wszystkie prawe czyny przyjdą nam naturalnie.

Potrzebujemy jednak również mądrości, która zna prawdziwą naturę wszystkich zjawisk, zwłaszcza zaś umysłu, bowiem to on jest korzeniem samsary i nirwany – to znaczy, wszystkiego. Budda rzecze: „Stroń od występku, kultywuj prawość, okiełznaj umysł – oto nauka Buddy”. Problem tkwi w dzikości naszego umysłu, przez którą tkwimy w samsarze, cyklu bytu. Osiemdziesiąt cztery tysiące nauk Buddy służą jednemu: poskromieniu umysłu. W końcu wszystko nim jest – to on cierpi, jest szczęśliwy, tkwi w pułapce samsary i osiąga wyzwolenie. Urzeczywistnienie jego prawdziwej natury oznacza więc urzeczywistnienie wszechrzeczy wewnątrz i na zewnątrz.

Czym zatem jest umysł? Szukamy i nie umiemy znaleźć. Nie możemy przypisać go do żadnej części ciała. Nie ma go w nim, nie ma na zewnątrz ani pomiędzy. Rzecz istniejąca musi mieć określony kolor i kształt, a w przypadku umysłu nie potrafimy ich wskazać. Naturą umysłu jest więc pustość. Mówiąc, że wszystko jest puste i nie istnieje, nie mamy na myśli istnienia konwencjonalnego. W końcu to umysł robi wszelkie złe i dobre rzeczy, doświadcza cierpienia i tak dalej. Zatem umysł istnieje, a my nie jesteśmy martwi ani nieprzytomni. Mamy świadomość, jej ciągły strumień. Jak płonie świeca, tak jasność umysłu pała ciągłym blaskiem. Umysł cechuje jasność, która jest nieprzerwana, mimo że nie potrafimy wskazać jego koloru, kształtu czy miejsca. Te dwa aspekty – pustość i jasność – są nierozłączne niczym ogień i żar. Nierozdzielność jasności i pustości stanowi pierwotną esencję umysłu.

Nie doświadczymy tego stanu bez przejścia praktyk wstępnych, dzięki którym gromadzi się zasługę. Najlepsza medytacja – mądrości wglądu – wymaga przygotowania naszego umysłu: tego zwyczajnego, bezustannie rozproszonego kłębowiskiem myśli, bowiem w tym stanie nie jest gotowy na ową mądrość. Najpierw trzeba przygotować podstawę przy pomocy koncentracji i właściwej metody. Skupienie pozwala nam uzyskać stabilność, a jej jasność i punktowość – medytować nad mądrością wglądu. Prawdziwą naturę umysłu urzeczywistnia się właśnie w ten sposób. Osiągnięcie tego pułapu wymaga gigantycznej zasługi, którą najskuteczniej zbiera się, rozwijając bodhicittę.

Innymi słowy, urzeczywistnienie prawdziwej natury umysłu – i zrodzone z niego pełne Przebudzenie – bierze się więc z mariażu metody i mądrości.