



## Schronienie i bodhicitta

### *Patrul Rinpoche*

W Buddzie, Dharmie i Najwyższym Zgromadzeniu  
Przyjmuję Schronienie do chwili osiągnięcia Przebudzenia.  
Obym dzięki zasłudze zrodzonej ze szczodrości i pozostałych [doskonałości]  
osiągnął Stan Buddy dla dobra wszystkich istot.

Objaśnię pokrótce Schronienie – fundament ścieżki do wyzwolenia i wszystkich ślubowań, źródło wszelkich przymiotów Przebudzenia, rzecz odróżniająca buddystów od niebuddystów – tudzież umysł bodhicitty, podwalinę osiągnięcia pełnego Przebudzenia, krynicę każdego dobra w bycie i spokoju.

### Schronienie

Omawia się tu trzy kwestie: obiekty, czas oraz praktykę.

#### Obiekty Schronienia

Są trzy obiekty Schronienia: doskonały Budda, nieprześcigniony nauczyciel; święta Dharma, niezrównana ochrona; oraz najwyższe zgromadzenie szlachetnej Sanghi, doskonali przewodnicy.

#### a. Budda

Budda to ktoś o czterech kajach i pięciu mądrościach.

Cztery kaje: swabhawikakaja, wolna od jakichkolwiek zaciemnień natura rzeczywistości zjawisk; dharmakaja, nieustający aspekt mądrości; sambhogakaja, samopowstała rupakaja zdobna większymi i mniejszymi znakami; nirmanakaja, która pojawia się, by prowadzić wymagających tego uczniów.

Pięć mądrości: mądrość dharmadhatu, przyrodzona czystość przestrzeni absolutu; mądrość podobna zwierciadłu, nieustający aspekt jasności; mądrość zrównująca, wolność od przywiązania wobec wszystkich i wszystkiego tu i tam; mądrość rozróżniająca, znajomość każdej rzeczy bez mylenia i łączenia; mądrość wszechspełniająca, która bez wysiłku służy innym.

#### b. Dharma

Dharmę definiuje się jako pisma i urzeczywistnienie. Dharma pouczeń składa się z trzech zbiorów (pitaka): winaji, poskramiającej przeszkadzające emocje; sutr, omawiających zagadnienia podzielone na kategorie; oraz abhidharmy, która budzi mądrość, dokładnie znającą stan rzeczy.

Dharma urzeczywistnienia to trzy rodzaje wyższych ćwiczeń: wyższej dyscypliny (przedmiotu winaji); wyższej medytacji (przedmiotu sutr); i wyższej mądrości (przedmiotu abhidharmy). Dwie prawdy (ustania i ścieżki) rodzą się z doświadczenia trzech ćwiczeń wraz z pogłębianiem porzucenia i urzeczywistnienia na pięciu ścieżkach i dziesięciu bhumi. Prawda ustania jest doskonałym porzuceniem, a prawda ścieżki – doskonałym urzeczywistnieniem.

c. Sangha

Najwyższe zgromadzenie to nieodwołalna Sangha Bodhisattwów na dziesiątym bhumi, którym nie grozi ani powrót do samsary, gdyż urzeczywistnili pustość bezpośrednio mocą swej mądrości, ani popadnięcie w skrajny spokój, bowiem powodowani współczuciem, darzą istoty miłością, jaką matka żywi wobec jedyne dziecko.

Czas Schronienia

Tekst powiada „do chwili osiągnięcia Przebudzenia”, mahajanę wyróżniają tu bowiem trzy kwestie.

Obiekt

Adepci hinajany przyjmują Schronienie w nieprześcignionej nirmanakaji, Siakjamunim, „Buddzie, najwyższym z ludzi” (dosłownie: „dwunożnych”). Nie uznają dharmakaji i sambhogakaji, wierząc, że nawet nirmanakaja przestaje pomagać istotom, opuściwszy ten świat. Ich zdaniem klejnot Dharmy odnosi się wyłącznie do stanu nirwany, która jest prawdziwym ustaniem, nazywanym przez nich „spokojem i całkowitą wolnością od namiętności”. Sanghę, „najwyższe ze zgromadzeń”, upatrują w śrawakach i pratjekabuddach, zanurzonych w strumieniu, raz wracających, niewracających oraz arhatach.

Trwanie

W hinajanie przyjmuje się Schronienie, docześnie, tylko w tym życiu i, ostatecznie, do czasu osiągnięcia własnego celu.

Postawa

Adepci hinajany przyjmują Schronienie z postawą wyrzeczenia, pragnąc wolności od cierpień samsary tylko dla siebie. W mahajanie Schronieniu towarzyszy bodhicitta, życzenie Stanu Buddy wszystkim istotom.

Praktyka przyjmowania Schronienia

Przyjmując Schronienie i wypowiadając jego formułę, wyobrażajcie sobie, że na każdym atomie jest tyłu Buddów, co atomów we wszechświecie, każdy z własnym orszakiem Bodhisattwów, sięgającym granic sfery zjawisk. Pamiętajcie, że przebudzone umysły wszystkich zwycięskich Buddów oraz ich synów i córek przepełnione są świętą Dhammą pism i urzeczywistnienia, wyobrażając sobie, że znajdują się przed wami, gotowi prowadzić każdą istotę z bezbrzeżną mądrością, współczuciem i siłą. Wraz z wszystkimi istotami myślicie, składając dłonie: „Od tej chwili do czasu osiągnięcia serca Przebudzenia jesteście dla nas Schronieniem. Składamy ofiary Trzem Klejnotom, naszej jedynej praktyce. Poza wami nie ma dla nas żadnej nadziei”.

Ślubowania Schronienia

Istnieje sześć szczególnych i pięć ogólnych ślubowań Schronienia.

Sześć ślubowań szczególnych - ślubowania szczególne dotyczą rzeczy, których należy unikać i które trzeba czynić.

Trzy rzeczy, których należy unikać

Raz, przyjąwszy Schronienie w Buddzie, nie należy czcić żadnych bogów, którzy wciąż tkwią w kole samsary. Dwa, przyjąwszy Schronienie w Dharmie, nie wolno krzywdzić żadnej istoty. Trzy, przyjąwszy Schronienie w Sandze, nie należy wiązać się ludźmi, którzy wyznają skrajne poglądy.

Trzy rzeczy, które należy czynić

Raz, praktykuj zgodnie ze słowami Buddy i nie zapominając o nich, obudź w sobie wiarę i oddanie. Okazuj szacunek nawet fragmentom strzaskanych posągów i wyobrażeń Buddy. Dwa, przykładaj się do studiowania, rozmyślenia i medytowania nad świętą Dharma. Oddawaj cześć choćby strzępom reprezentujących ją pism. Trzy, szanuj Sanghę uczniów Buddy, przestawaj z prawymi ludźmi i traktuj z respektem bodaj skrawki żółtej tkaniny.

Pięć wskazań ogólnych

Po pierwsze, nie odwracaj się od Trzech Klejnotów nawet za cenę życia. Po drugie, i w sprawach szczególnie ważnych nie sięgaj po inne metody. Po trzecie, nie przerywaj regularnej praktyki. Po czwarte, zachęcaj siebie i innych do przyjmowania Schronienia. Po piąte, oddawaj cześć Buddzie, gdziekolwiek zmierzasz.

Rozwijanie bodhicitty

Powiedziano, że są dwa rodzaje bodhicitty, względna i absolutna. Pierwsza jest umysłem, chcącym osiągnąć doskonałe Przebudzenie dla dobra innych, druga – mądrością, która bezpośrednio widzi pustość.

Względną dzieli się dalej na bodhicittę dążenia (którą można porównać do zamiaru udania się gdzieś) i zastosowania (czyli faktycznego ruszenia w drogę). Obie budzi się przy pomocy formalnej praktyki, noszą więc miano „prostych, pochodzących ze znaków”.

Bodhicitta ostateczna bierze się z mocy medytacji na ścieżce i dlatego nazywana jest „subtelną, pochodzącą z samej rzeczywistości”.

Bodhicitta względna ma dwa wymiary czy też aspekty: skupione na czujących istotach współczucie oraz mądrość nakierowaną na doskonałe Przebudzenie. Jeśli któregoś zabraknie, nie może być mowy o bodhicicie mahajany – trzeba więc ich pełni.

W tym kontekście rozwijanie samej bodhicitty dążenia ma dwa aspekty: skupienia na zasłudze, a więc przyczynie, oraz pragnienia doskonałego Przebudzenia, czyli rezultatu. Pierwszy zawiera się w słowach o „zasłudze zrodzonej ze szczodrości i pozostałych”. Kiedy wylicza się wszystkie źródła prawości, należy do „trzech podstaw gromadzenia zasługi” poprzez szczodrość, dyscyplinę oraz medytację. W przypadku łączenia ich z paramitami, dwie pierwsze odpowiadają sobie nazwami, zaś zdobywanie zasługi medytacją odnosi się do cierpliwości, koncentracji i mądrości. Pilność wspiera natomiast wszystkie.

Sześć paramit opiera się również na określonych stanach umysłu. Szczodrość jest postawą dawania, dyscyplina – wyrzeczenia, cierpliwość – nieporuszenia, pilność – entuzjazmu, koncentracja to nierozproszenie, a mądrość – precyzyjne rozróżnianie zjawisk.

Punkt drugi, pragnienie rezultatu doskonałego Przebudzenia, zawiera się natomiast w słowach „obym osiągnął Stan Buddy dla dobra wszystkich istot”. To faktyczna bodhicitta o dwóch aspektach. „Dobro wszystkich istot” wskazuje, dla kogo praktykujemy, i skupia na nich współczucie. „Obym osiągnął Stan Buddy” jest tęsknotą za celem praktyki oraz mądrością skierowaną na pełne Przebudzenie; zatem to bodhicitta aspiracji: „Obym dzięki wszelkim źródłom swej prawości osiągnął Stan Buddy dla pożytku wszystkich istot, niepoliczalnych niczym przestrzeń”.

Ślubowania bodhicitty dążenia

Dodatkowo mamy pięć ślubowań bodhicitty dążenia.

Raz, nigdy nie porzucać czujących istot. Dwa, ciągle rozmyślać o pożytkach bodhicitty. Trzy, przykładać się do metod gromadzenia zasługi i mądrości. Cztery, poświęcać się ćwiczeniu bodhicitty. Pięć, rozwijać i porzucać osiem zdrowych i szkodliwych dharm.

Opuszczenie jednej istoty oznacza całkowitą utratę bodhicitty dążenia, kultywuj więc pragnienie służenia wszystkim.

Dumanie o pożytkach z bodhicitty daje entuzjazm do jej rozwijania, myśl więc o nich bez ustanku.

Budowanie nagromadzeń wzmacnia bodhicittę, zatem pomnażaj zasługę i mądrość na różne sposoby, na przykład praktykując siedem gałęzi.

Ćwiczenie bodhicitty składa się z trzech elementów: ćwiczenia przyczyny medytacją czterech niezmierności; właściwej zaprawy, czyli praktyki przyjmowania ślubowania bodhicitty po trzykroć za dnia i w nocy; oraz ćwiczenia zobowiązań medytacjami bezstronności i wymiany siebie na innych, a także stawianiem ich na pierwszym miejscu.

Cztery niezmierności to: miłość (życzenie szczęścia wszystkim, którym go brakuje); współczucie (życzenie wolności od cierpienia tym, co go doświadcza); życzliwa radość (życzenie, by wszyscy szczęśliwi i wolni od bólu nigdy tego nie utracili); oraz bezstronność (życzenie, by wszyscy odczuwający przywiązanie oraz niechęć do bliskich i obcych, uwolnili się od tych postaw).

Właściwe ćwiczenie bodhicitty polega na przyjęciu jej ślubowania podczas (rozbudowanej, normalnej lub krótkiej) formalnej praktyki sześć razy w ciągu doby, to znaczy o świcie, rano, w południe, po południu, o zmierzchu i o północy.

„Bezstronność” polega na zrozumieniu, że jesteśmy równi innym w pragnieniu znalezienia szczęścia i unikania cierpienia. „Wymiana siebie na innych” jest dawaniem własnego szczęścia czującym istotom i przejmowaniem cudzych cierpień. „Stawianie innych na pierwszym miejscu” to przedkładanie ich dobra nad własne.

Po cztery z „ośmiu zdrowych i szkodliwych dharm” wymagają rozwinięcia i porzucenia. Cztery szkodliwe dharmy to: wprowadzenie w błąd tych, którzy zasługują na szacunek; niestosowny żal; znieważenie osoby świątobliwej; oszukiwanie. Czterem dharmami zdrowymi są: niekłamanie nawet za cenę życia; wprowadzanie wszystkich na ścieżkę Przebudzenia; okazywanie Bodhisattwom szacunku należnego Buddzie; szczerłość wobec każdego.

Jeżeli przykładasz się do tych ćwiczeń, nie zapomnisz o umyśle bodhicitty w żadnym z przyszłych żywotów, a wszelkie przymioty ścieżek i bhumi będą się powiększać niczym rosnący księżyc.

*Prawość!*

*Patrul Rinpocze (1808-1887), nazywany często drugim Śantidewą, żył jak wędrowny żebrak i był jednym najwybitniejszych mistrzów dziewiętnastowiecznego Tybetu.*

Przekład na język polski: Adam Kozieł