



Cztery szlachetne prawdy

Dalajlama

Pierwsze nauki, których udzielił Budda, obracając Kołem Dharmy po osiągnięciu Przebudzenia, dotyczyły czterech szlachetnych prawd o cierpieniu, jego źródle, ustaniu oraz prowadzącej do tego ścieżce. Bez ich zrozumienia nie da się poważnie studiować i zgłębiać buddyjskiej wizji natury rzeczywistości. Zanim jednak zacznę je omawiać, chcę podkreślić, że wszystkie wielkie tradycje religijne mają ten sam potencjał, przesłanie i cel, co według mnie sprowadza się do autentycznego pragnienia uczynienia świata lepszym, a ludzi bardziej współczującymi.

Jeśli chcemy żyć w harmonii, musimy do tego wspólnie dążyć. Wzajemny szacunek jest zatem ważniejszy od propagowania własnej tradycji. Często powtarzam, że ludzie powinni trzymać się swojej wiary i nie spieszyć z jej zmienianiem, choć rzecz jasna są i tacy, do których bardziej przemawia wizja innej religii.

Trzy poziomy zrozumienia

Nauki buddyjskie mówią o trzech poziomach zrozumienia, które bierze się – kolejno – z uczenia się i studiowania, z przemyślenia i kontemplacji oraz z doświadczenia medytacyjnego.

Najpierw uczymy się, a następnie pogłęwiamy zdobyte w ten sposób rozumienie głębokim namysłem, aż do uzyskania pewności, pochodzącego z rozumu przeświadczenia. Dzięki wnikliwej, krytycznej analizie nie damy się zbić z tropu cudzym argumentom i będziemy trwać przy swoim, niemniej wiedza taka wciąż ma charakter czysto intelektualny. Jeśli jednak pogłębimy ją nieprzerwaną kontemplacją i zażyłością z prawdą, dotrzemy do poziomu, na którym przekonanie sięga emocji, wykraczając poza domenę rozumu. Pisma buddyjskie nazywają to rozumieniem pochodzącym z doświadczenia medytacyjnego.

Słuchając moich słów, możecie zdobyć pierwszy poziom zrozumienia. Przejdziecie na drugi, jeśli zaciekawia was cztery prawdy i „odrobicie lekcje” rozmyślań, starannej analizy oraz ciągłej kontemplacji. Ci z was, którzy interesują się naukami buddyjskimi i przedstawioną w nich ścieżką duchową, będą musieli zrozumienie to pogłębić, osiągając poziom trzeci dzięki regularnej medytacji. Warto przecież pamiętać, że wymaga to czasu oraz konsekwentnego, wytrwałego zaangażowania w praktykę duchową, co może kłócić się z nowomodną fascynacją błyskawicznością nagrody po naciśnięciu guzika. Trzeba się przemóc i cofnąć w rozwoju ludzkości do czasów, gdy jedyną skuteczną metodą była ciężka praca.

Buddyzm i inne tradycje starożytnych Indii

Kiedy ponad dwa i pół tysiąca lat temu przychodził na świat Budda Siakjamuni, w Indiach istniały różne tradycje duchowe i kierunki filozoficzne. Budda zaczerpnął pewne elementy i praktyki z tych szkół (choćby rozwijanie punktowej koncentracji w celu wyciszenia umysłu czy medytacyjne odtrutki na pragnienie), tworząc własny system, którego osią było odkrycie braku niezależnego, samoistnego „ja”, co w sanskrycie nosi miano *anatman*.

Duchowe tradycje dawnych Indii można podzielić na dwie grupy. Upraszczejac, jedne wierzyły w transcendentną istotę czy też boga jako stwórcę, inne jego istnienie odrzucały. Podobnie z reinkarnacją. Wśród jej głosicieli byli i tacy, którzy uznawali możliwość osiągnięcia wyzwolenia z cyklu bytu, a więc ostatecznej wolności duchowej. Część z nich wyznawała ideę wiecznej, stałej jaźni (sanskrycki *atman*), inni ją negowali. Buddyzm – podobnie jak dżinizm czy jedna ze szkół klasycznego systemu *sankhja* – przeczył istnieniu stwórcy.

Tradycje indyjskie były niesłychanie różnorodne, propagowały sprzeczne poglądy filozoficzne i metafizyczne. Dlaczego? Warto sobie uprzytomnić, że owa różnorodność, zwłaszcza w wymiarze metafizycznym, odzwierciedlała odmienne potrzeby adeptów, poszukujących duchowej pociechy – co z kolei świadczy o fundamentalnej mnogości naszych skłonności i upodobań.

Dziś, podobnie jak wtedy, idea transcendentnego boga stwórcy potężnie oddziałuje na tych, którzy w niego wierzą. Poczucie, że ich los leży w rękach wszechpotężnej, wszechwiedzącej i współczującej istoty, skłania do głębokiej zadumy nad jej zamysłem i przesłaniem. Zrozumiawszy, że uosabia ona miłość i niezmiernie współczucie, wierni sami starają się obdarzyć nimi bliźnich, dając w ten sposób wyraz swemu oddaniu dla stwórcy, z którego bliskości czerpią inspirację i siłę.

Choć buddyzm odrzuca ideę transcendentnego stwórcy, niektórzy buddyści traktują pewne istoty, na przykład Tarę, jako niezależne, realne byty, mogące wpływać na ich los. Dla takich adeptów Tara jest jedynym schronieniem, strażniczką i przedmiotem najwyższej czci, co wskazuje, że jako ludzie mamy naturalną skłonność do szukania zewnętrznych źródeł opieki.

Równie oczywiste wydaje się jednak i to, że dla innych metafizyczna idea transcendentnego boga jest nie do przyjęcia. Ci pytają, skąd wziął się stwórca albo kto go stworzył i co przemawia za „prawdziwym początkiem”? Ludzie o takich skłonnościach szukają odpowiedzi gdzie indziej. Staroindyjska szkoła *sankhja* podobnie jak buddyzm przyjmuje, że wszystkie zjawiska i zdarzenia, w tym także czujące istoty, biorą się z przyczyn i warunków. Jej adepci widzieli rzeczywistość na dwóch poziomach – jako różnorodny i wieloraki świat codziennych doświadczeń oraz jego źródło, tak zwaną „pierwotną substancję” (w sanskrycie *prakrit*). Buddyzm teorię tę neguje i utrzymuje, że wszystkie zjawiska i rzeczy istnieją tylko w zależności przyczyny i skutku.

Buddyzm wyróżnia dwie sfery przyczynowości: zewnętrzną i wewnętrzną. Pierwsza odnosi się do środowiska, czyli do fizycznego świata, w którym żyjemy – z naszym ciałem włącznie. Druga obejmuje percepcje, uczucia, emocje i myśli, które zwykle uznajemy za domenę „subiektywnego doświadczenia”. Obie składają się z elementów ulotnych, przemijających. Innymi słowy, w pewnej chwili pojawiają się, by potem zniknąć. Możemy się o tym z łatwością przekonać, obserwując tak swoje myśli, jak i otoczenie. Kiedy to zrozumiemy, dojdziemy do wniosku, że wszystko zmienia się z chwili na chwilę i z tej przyczyny przestaje istnieć.

Krótko mówiąc, wedle buddyjskiej wizji źródła i natury rzeczywistości, zjawiska i rzeczy pojawiają się wyłącznie za sprawą zejścia się przyczyn i warunków, przez co są nietrwałe i podlegają bezustannym zmianom.

Zależne powstawanie i prawo przyczynowości

Kluczem jest zależne powstawanie. Według naczelnej zasady buddyzmu wszystko pojawia się i znika w zależności od przyczyn i warunków. W czwartym wieku indyjski myśliciel Asanga sformułował trzy zasady tego procesu. Po pierwsze, nie ma on „projektanta”, czyli transcendentnej inteligencji, która byłaby źródłem wszechświata. Po drugie, jest „nietrwały”, co znaczy, że

przyczyny i warunki, z których bierze się świat wzajemnych zależności, same podlegają zmianom i przemijają. Po trzecie, bardzo ważna „potencjalność” stanowi, że rzeczy nie powstają z byle czego: między określonymi przyczynami i warunkami oraz konsekwencjami i skutkami musi istnieć naturalne pokrewieństwo.

Na przykład nasze wewnętrzne doświadczenia (percepcje, zamiary, myśli, emocje itd.) jako zjawiska mentalne, a nie fizyczne, muszą mieć możliwe do zidentyfikowania źródła w kolejnych stopniach procesu poznawczego. Zdaniem buddystów to prawo natury stosuje się również do świata materialnego. Musimy być w stanie wskazać przyczyny jednych fizycznych właściwości w drugich – aż po źródła obecnego wszechświata.

Ten proces redukcji powinien doprowadzić nas do stanu z początków wszechświata i tkwiącej tam przyczyny całej makroewolucji. W buddyjskich pismach Kalaczakry, na przykład, mowa jest o – z braku lepszego terminu – „częstkach przestrzeni”: niezwykle subtelnymi, materialnymi cząsteczkami, uważanych za źródło ewolucji znanego nam fizycznego świata. Wszystkie przedmioty materialne możemy więc przyczynowo rozebrać do poziomu cząstek elementarnych, a stąd – do pierwocin wszechświata.

Choć między światami zjawisk fizycznych i mentalnych zachodzą relacje przyczynowe, w kategoriach własnego continuum jedne nie mogą być źródłem drugich – i to jest sedno owej potencjalności. Myśl bądź emocja musi wywodzić się z poprzedzającego ją zjawiska mentalnego, zaś cząstka fizyczna z innej takiej cząstki.

Są one, rzecz jasna, ściśle związane. Dobrze wiemy, że stan umysłu potrafi wpływać na określone przedmioty, choćby na ciało, a zjawisko fizyczne – na subiektywne doświadczenie. Obserwujemy to na co dzień. „Gruby” poziom świadomości jest blisko związany z ciałem, co znajduje odzwierciedlenie w języku i konwencjach. Mówimy o „ludzkim umyśle”, jakby podstawą jego definicji było nasze ciało. Przynależne do tego poziomu doświadczenia zmysłowe są w oczywisty sposób uzależnione od organizmu i procesów fizjologicznych. Odniesienie rany czy kontuzji natychmiast odbija się na stanie psychicznym. Nie zmienia to jednak zasady, która stanowi, że określone zjawisko musi wywodzić się z poprzedzającego zjawiska tego samego rodzaju – czy to mentalnego, czy materialnego.

Konsekwentnie śledząc zjawisko mentalne, cofniemy się w końcu do pierwszego momentu świadomości w tym życiu. W tym miejscu continuum mamy trzy opcje. Możemy stwierdzić, że to mgnienie pochodzi od poprzedzającej chwili świadomości, czyli z poprzedniego życia, że powstało z niczego albo że ma przyczynę fizyczną. Z buddyjskiego punktu widzenia dwa ostatnie warianty są bardzo problematyczne. W tym ujęciu continuum umysłu czy też świadomości nie ma początku. Nie mają go także zjawiska mentalne, a więc i osoba, czy też istota, będąca w gruncie rzeczy tylko określeniem przypisanym strumieniowi umysłu.

Wewnętrzny świat świadomości

Terminy takie jak „umysł” czy „świadomość” sprawiają fałszywe wrażenie, że mówimy o jednym monolitycznym bycie. Doskonale wiemy przecież, że nasz świat mentalny jest niesłychanie zróżnicowany. Co więcej, badając dowolną chwilę percepcji albo doświadczenia psychicznego, przekonujemy się, że nieodmiennie są one związane z zewnętrznym lub wewnętrznym przedmiotem. Postrzeganie, na przykład, dostosowuje się do tego, co akurat znajduje się w centrum naszej uwagi. A skoro często okazuje się zniekształcone i wprowadza w błąd, możemy stwierdzić, że bywa niemiarodajne.

Do sfery świadomości – czyli subiektywnego świata doświadczenia – należą dwie główne grupy: doznań zmysłowych (takich jak widzenie czy słyszenie) z bezpośredniego kontaktu z przedmiotem oraz procesu poznawania za pośrednictwem języka, wyobrażeń i myśli. W tym modelu postrzeganie definiuje się jako bezpośrednie doświadczenie przedmiotu na poziomie zmysłów. Jest tu co prawda medium w postaci pochodzących z nich danych, ale nie ma oceny przydatności, zbędności, atrakcyjności i tak dalej. Osądy pojawiają się na następnym etapie wraz z uruchomieniem myślenia pojęciowego.

Odnieśmy to do osobistego doświadczenia. Kiedy na coś patrzymy, w pierwszej chwili percepcji mamy bezpośrednie wizualne doświadczenie przedmiotu. Jeśli pomyślimy o nim, zamykając wtedy oczy, wciąż będziemy mieli w umyśle jego obraz, ale tym razem z poziomu myślenia pojęciowego. Doświadczenia te różnią się jakościowo, ponieważ obraz wyobrażony łączy czas i przestrzeń.

Powiedzmy, że zobaczyliście piękny kwiat na ogrodowym klombie. Dostrzegając następnego dnia podobną roślinę na innym gazonie, myślicie sobie, że już ją widzieliście. W rzeczywistości są to jednak dwa kwiaty, rosnące w innych częściach ogrodu. Dzieli je czas i przestrzeń, które łączycie w myślach, nakładając obraz wczorajszy na dzisiejszy. Owo zlanie czasu i przestrzeni – często za pośrednictwem języka i pojęć – znów przypomina, że nasze postrzeganie nie musi być miarodajne.

Wszystko byłoby w porządku, gdyby te zniekształcone i fałszywe spostrzeżenia nie miały negatywnych konsekwencji. Ale tak nie jest. Opaczne rozumienie świata (włączając w to nas samych) mnoży problemy, potęgując naszą dezorientację, a działając w tym trybie, przysparzamy cierpienie sobie i innym. Skoro wszyscy z natury pragniemy szczęścia i uciekamy przed bólem, należy przyjąć do wiadomości, że to fundamentalne nieobeznanie leży u podstaw wielu naszych katuszy i problemów. Co więcej, doświadczenia radości i cierpienia oraz nastroczająca nam tylu kłopotów fundamentalna niewiedza są zjawiskami mentalnymi, jeśli więc rzeczywiście chcemy ziścić naturalne marzenia o szczęściu, musimy zrozumieć, jak działa nasz wewnętrzny świat, świat świadomości.

Cztery reguły rzeczywistości

Jak już powiedzieliśmy, cierpienia i szczęścia nie doświadczamy bez powodu, tylko za sprawą przyczyn i warunków, czyli zejścia się wielu różnych czynników. Niektóre z nich są zewnętrzne, niemniej przytłaczająca większość pochodzi z naszego świata wewnętrznego.

Jaka zatem jest natura tych mentalnych zjawisk i jak w ich przypadku działa prawo przyczynowości? Skąd wiemy, że przedmioty materialne posiadają określone cechy charakterystyczne takie jak kształt? Jak stwierdzamy, że zjawiska psychiczne także mają swoje atrybuty, na przykład brak wymiarów przestrzennych czy charakter subiektywnego doświadczenia? Skąd w ogóle bierze się continuum świadomości, a skoro już o to spytaliśmy – także świata fizycznego?

W znalezieniu odpowiedzi na te ważne filozoficzne pytania pomagają buddystom cztery reguły rzeczywistości. Pierwsza z tych zasad – natura – stanowi, że żyjemy i posiadamy wrodzone pragnienie szczęścia oraz niechęć do bólu po prostu dlatego, że tak jest. Przypomina to ideę praw przyrody i dotyczy również faktu, że każda rzecz, w tym też istoty czujące, istnieje za sprawą przyczyn i warunków. Zgodnie z tą regułą – tyczącą także źródła i ewolucji naszego wszechświata – proces przyczynowości jest naturalny i powszechny. Innymi słowy, materialne continuum wszechświata składa się z przedmiotów i zdarzeń, które powołuje do istnienia proces ewolucji.

Pytamy więc dalej: czy to proces czysto naturalny, na który nie wpływają żadne obce czynniki? Skoro tak, dlaczego w pewnym momencie fizyczny wszechświat przybiera postać, w której zaczyna bezpośrednio oddziaływać na żyjące istoty, przyczyniając im zadowolenia i bólu? I czemu w pozornie naturalnym ciągu przyczyny i warunki tworzą nagle podstawę powstania świadomości i doświadczenia?

Dla buddysty w tym miejscu pojawia się *karma*. Termin ten dosłownie oznacza „działanie”, ale tu odnosi się specyficznie do procesu przyczynowo-skutkowego, obejmującego intencję sprawcy. Innymi słowy, karma jest umyślnym czynem dokonany przez istotę, która posiada naturalną i praktyczną zdolność odczuwania.

Wróćmy do kwiatu. Jeśli podoba się nam jego zapach i kolor, staje się źródłem przyjemności; lubimy na niego patrzeć. Ta sama roślina może być także domem dla wielu owadów i innych organizmów. I w jednym, i w drugim przypadku, choć sama nie odczuwa, wpływa na

(pozytywne bądź negatywne) doznania istot. W ten sposób idea karmy pomaga buddystom zrozumieć, jak nieożywiony przedmiot może bezpośrednio oddziaływać na nasze doświadczenia.

Kwestia charakteru wpływu karmy na rozwój tej czy innej rośliny pozostaje przecież otwarta. Pytań jest, rzecz jasna, mnóstwo. Co sprawia, że płatki jednego kwiatu więdną po dwóch dniach, a innego po tygodniu? To wyłącznie prawo przyrody czy też karma rządzi nawet takimi detalami? Pisma buddyjskie – zapewne za sprawą podobnych komplikacji – mówią, że tylko wszechwiedzący umysł Buddy może przeniknąć subtelności karmy i precyzyjnie wskazać konkretne przyczyny nawet najdrobniejszych skutków. Z naszego poziomu widać tylko, że zewnętrzne elementy świata materialnego oraz wewnętrzne elementy świata mentalnego są z sobą ściśle związane, dzięki czemu jesteśmy w stanie badać różne poziomy własnych doświadczeń psychicznych.

Druga istotna dla naszych rozważań reguła rzeczywistości tyczy „zależności”, która wiąże się z czytaniem przyczyny i skutku. Przyjąwszy prawo przyrody – naturę istnienia rzeczy – widzimy zasadę zależności we wzajemnym oddziaływaniu przedmiotów i zjawisk, rodzącym kolejne takie byty. Reguła następna, „funkcji”, pozwala zrozumieć, jak indywidualne właściwości różnych rzeczy – cząstek, atomów i innych substancji, a także zjawisk mentalnych – sprawiają, że funkcjonują one w określony sposób. Czwarta zasada „prawidłowego rozumowania” opiera się na przyswojeniu poprzednich i pozwala wnosić, co będzie skutkiem czego. Próbując przejrzeć działanie przyczyn, warunków i rezultatów, jako buddyści posługujemy się właśnie tymi czterema podstawowymi regułami.

Cztery szlachetne prawdy

Jeśli odniesiemy mechanizm przyczyny i skutku do swojego życia, odpowiedzi i głębszego wglądu naturalnie szukać będziemy we własnych doświadczeniach. Buddyjska doktryna czterech szlachetnych prawd jest niesłychanie pomocna, gdyż odnosi się bezpośrednio do naszych przeżyć, zwłaszcza zaś do przyrodzonego pragnienia szczęścia i unikania bólu. Nauki Buddy pomagają nam zrozumieć najpierw naturę cierpienia, następnie jego źródła oraz możliwość kresu, a na koniec ścieżkę, wiodącą do tej wolności.

Buddyzm opisuje trzy poziomy cierpienia: doświadczenia jego samego, zmiany i wreszcie uwarunkowanego bytu.

Z oczywistej dolegliwości pierwszego – cierpienia bólu – zdają sobie sprawę nawet zwierzęta. Tak jak my, instynktownie przed nim uciekają i próbują się od niego uwolnić.

Zrozumienie drugiego – cierpienia zmiany – nie nastręcza problemu także niebuddystom, którzy widzą je i starają się go unikać.

Cierpienie wszechobecności uwarunkowań jest natomiast domeną buddyzmu. Adepoci, którym marzy się osiągnięcie doskonałego wyzwolenia z cyklicznej egzystencji, muszą zrozumieć je w pełni. Trzeba wiedzieć, że cierpienie uwarunkowania stanowi nie tylko fundament zaznawanego dziś bólu, ale i źródło przyszłych katuszy. Uprzytomniwszy to sobie w całej rozciągłości, musimy obudzić w sobie autentyczne pragnienie wolności. Powinno być ono tak przejmujące, by ukazać nam uwarunkowanie jako chorobę, z której należy się jak najszybciej wyleczyć.

Skąd bierze się ten trzeci rodzaj cierpienia? Buddyzm twierdzi, że prawdziwymi źródłami cierpienia są karma oraz splamienia, które stanowią motor tej pierwszej i dzielą się na pojęciowe (na przykład błędne poglądy) oraz emocjonalne (takie jak pożądanie, złość czy zawiść). Ich pojawienie się w sercu i umyśle natychmiast wywołuje niepokój i wzburzenie, przysparzając w dodatku kolejnych: żalu, strachu i im podobnych.

Ogólnie rzecz biorąc, wszystkie te splamienia wywodzą się z trzech głównych trucizn umysłu: przywiązania, złości i ułudy. Ta ostatnia jest podstawą dwóch poprzednich i całej reszty. W buddyzmie mahajany definiuje się ją jako ślepe lgnięcie do rzeczywistości rzeczy i zjawisk. Naszym celem jest więc przecięcie ułudy, czyli wyrwanie korzenia wszystkich splamień, co kładzie kres cierpieniu i przynosi prawdziwe wyzwolenie (które w sanskrycie nazywa się *moksha*).

Nagardżuna, jeden z najbardziej wpływowych buddyjskich myślicieli, pisał w drugim wieku, że tylko osiągając wgląd w pustość siebie i zjawisk zdołamy przejrzeć swoje złudzenia i raz na zawsze przeciąć bałamutny łańcuch przyczyn i skutków. Zrozumienie pustości i rozwijanie współczucia stanowi esencję praktyki nauk Buddy. Spełniony adept, któremu naprawdę udało się wyzwolić z cierpienia, nie poprzestaje na tym, pozostając w świecie i pracując dla innych. Słowem, urzeczywistniwszy pustość, praktykuje współczucie.

Trzy wyższe ćwiczenia

Cztery szlachetne prawdy – pierwsze nauki, jakich udzielił Budda, osiągnąwszy pełne Przebudzenie – stanowią fundament praktyki: urzeczywistniania pustości i pogłębiania współczucia. Pomagając zrozumieć, jak naprawdę rzeczy się mają, są punktem wyjścia wszystkich późniejszych pouczeń Buddy. Nie można bez nich autentycznie praktykować tak zwanych trzech wyższych ćwiczeń – moralności, medytacji i mądrości. Wyższe ćwiczenie dyscypliny to podstawa punktowego skupienia, a więc następnego etapu i pogłębiania koncentracji.

Buddyzm propaguje różne rodzaje ślubowań, przeznaczonych dla ludzi świeckich i wyświęconych. Tradycyjnie dzieli się je na siedem albo osiem klas, które zawierają nauki etyki. Mając za podstawę praktykę moralności, adept rozwija skupienie, czyli drugie z wyższych ćwiczeń, koncentrację.

Pisma buddyjskie używają określenia „wyższy”, aby odróżnić te ćwiczenia od praktyk dyscypliny, skupienia i wglądu, wspólnych innym doktrynom. Tym, co je wyróżnia w kontekście buddyjskim, jest właściwa motywacja, wyznaczona przez przyjęcie schronienia w Trzech Klejnotach: Buddzie jako nauczycielu, Dharmie, czyli nauce, oraz Sandze, społeczności szczerze praktykujących. Dla adepta najistotniejsza z nich musi być Dharma, prawdziwa metoda położenia kresu cierpieniu i osiągnięcia wyzwolenia. Buddyjska praktyka koncentracji wymaga ponadto głębokiego poczucia wyrzeczenia wszystkich spraw doczesnych. W oparciu o tę parę – moralność jako podstawę i całkowite skupienie jako metodę – wkracza się na właściwą ścieżkę wyższego ćwiczenia mądrości.

Nauki mądrości pierwszego obrotu Koła Dharmy przedstawia się jako trzydzieści siedem aspektów ścieżki do Przebudzenia.

W obrocie drugim wielki nacisk kładzie się na dwa kluczowe elementy praktyki: *bodhicittę*, czyli budzenie bezinteresownego pragnienia osiągnięcia stanu Buddy dla dobra wszystkich istot, oraz pogłębianie wglądu w ostateczną naturę rzeczywistości. Odnosi się to do trzeciej szlachetnej prawdy, autentyczne ustanie cierpienia wymaga bowiem całkowitego oczyszczenia szkodliwych emocji i myśli, a więc zastosowania odpowiedniego antidotum.

Jeżeli mamy rzeczywiście zrozumieć ustanie cierpienia, najpierw trzeba znaleźć źródło mentalnych i emocjonalnych splamień, a następnie przeciwdziałające im stany umysłu. Co więcej, należy też sprawdzić, czy owe trucizny mają mocne korzenie i w ogóle dadzą się wyplenić ze strumienia umysłu. Innymi słowy, nauki drugiego obrotu Koła Dharmy rozwijają wcześniejsze i dotyczą przede wszystkim trzeciej oraz czwartej szlachetnej prawdy (ustania i ścieżki).

Najważniejsza sutra trzeciego obrotu Koła Dharmy mówi o Naturze Buddy i została rozwinięta przez Majtreję, który szczegółowo opisał prawdziwą naturę umysłu w słynnej *Uttaratantrze*. Te niezwykle głębokie nauki tłumaczą czwartą szlachetną prawdę, ścieżkę do ustania cierpienia, i pomagają zrozumieć pustość umysłu. Choć tak jak zjawiska zewnętrzne jest on pusty, czyli pozbawiony samoistnego bytu, to badając jego ostateczną naturę, odkrywamy prócz tego naturalną jasność. Okazuje się, że splamienia, które zanieczyszczają nasz umysł (przywiązanie, złość itd.) nie przynależą do niego, są przygodne, zatem nie mogą stanowić jego integralnej części. Najgłębsza natura umysłu jest – wrodzonym nam wszystkim – potencjałem stanu Buddy.

Innymi słowy, wszelkie splamienia nie są częścią natury umysłu, który kryje za to nasienie doskonałości Przebudzenia i niezliczonych przymiotów. I ma go absolutnie każdy. Pisma buddyjskie nazywają ten potencjał esencją bądź naturą Buddy, którego właściwości nie musimy więc szukać na zewnątrz, tylko obudzić i rozwinąć je w sobie.

Najpierw uczymy się, a następnie pogłębiamy zdobyte w ten sposób zrozumienie głębokim namysłem, aż do uzyskania pewności, pochodzącego z rozumu przeświadczenia. Dzięki wnikliwej, krytycznej analizie nie damy się zbić z tropu cudzym argumentom i będziemy trwać przy swoim, niemniej wiedza taka wciąż ma charakter czysto intelektualny. Jeśli jednak pogłębijmy ją nieprzerwaną kontemplacją i zażyłością z prawdą, dotrzemy do poziomu, na którym przekonanie sięga emocji, wykraczając poza domenę rozumu. Pisma buddyjskie nazywają to zrozumieniem pochodzącym z doświadczenia medytacyjnego.

Przekład na język polski: Adam Kozieł