



Lampa rozświetlająca ścieżkę Przebudzenia

Dalajlama

Indyjski mistrz Atiśa Dipamkara streścił całą ścieżkę, ukazaną w trzech obrotach Koła Dharmy. Zrobił to, wzruszony prośbą władcy zachodniego Tybetu, Dziangiuba O, który podkreślał, że idzie mu nie tyle o głębię, co jasność nauk, aby mogli z nich korzystać wszyscy Tybetańczycy.

Indyjski tekst zatytułowany jest *Bodhipathapradipa*, co na tybetański przełożono jako *Dziangiub lamgji dronme*: „Lampa rozświetlająca ścieżkę Przebudzenia”. Sanskryckie słowo *bodhi* oznacza „Przebudzenie” i ma konotacje tak usuwania i oczyszczania, jak doskonalenia i urzeczywistniania. Tybetańscy tłumacze przełożyli ten ważny termin jako *dziangiub*. Sylaba *dziang* oznacza odrzucenie, rugowanie, eliminowanie, a *ciub* – urzeczywistnienie, kończenie, co razem znamionuje pełne Przebudzenie, Stan Buddy. Innymi słowy, Budda to ktoś, kto całkowicie wyzbył się wszelkich splamień i osiągnął pełnię doskonałych przymiotów.

Ścieżka, o której tu mówimy, składa się z kolejnych etapów rozwoju mentalnego kontinuum, od pierwszych duchowych wglądów po wszechwiedzę Buddy. Proces ten nazywa się „ścieżką”, ponieważ trzeba go przejść, aczkolwiek podróż jest wewnętrzna i odbywa się ją we własnym umyśle. Słowo „lampa” odnosi się zatem do pouczeń, pomieszczonych w tekście, który zawiera wszystkie po klei kluczowe elementy ścieżki, precyzyjnie definiując najważniejsze kwestie i tłumacząc właściwy porządek oraz wzajemne relacje poszczególnych części. Sam tekst jest więc jak lampa, której światło umożliwi nam wędrowanie ścieżką Przebudzenia.

W buddyźmie przyjmuje się, że adeptci mają różne skłonności. Jednym bliższy jest cel Śrawaków (słuchaczy), drugim – Pratyekabuddów (urzeczywistniających samotnie). Inni skłaniają się ku ścieżce Bodhisattwy, prowadzącej do pełnego Przebudzenia Stanu Buddy, o którym mówi nasz tekst i które, dla odróżnienia od poprzednich, nazywa się „wielkim”.

Tekst zaczyna się od „pokłonu Bodhisattwie, młodzieńczemu Mandziuśriemu” – hołdu, który pochodzi od tybetańskiego tłumacza indyjskiego pierwowzoru. Tybetańczycy dodawali je z dwóch powodów. Przede wszystkim miało to zapewnić pomyślność i sprawić, że przekład zostanie ukończony bez przeszkód, ale także wskazywać – zgodnie z nakazem jednego z królów Tybetu – do którego z trzech głównych zbiorów pism (nazywanych *Tripitaką*) należy niniejsze dzieło. Owe zbiory to *winaja* (traktaty etyczne), *sutry* (rozprawy religijne) i *abhidharma* (studia psychologiczne i fenomenologiczne). Przekłady winaji należało poprzedzić hołdem dla Wszechwiedzącego Buddy, sutry – pokłonem dla Buddów i Bodhisattwów, a abhidharmę – dla Bodhisattwy Mandziuśriego. Choć *Lampa* zawiera nauki z wszystkich zbiorów, dominuje abhidharma i stąd na początku przypisany jej wers. Sanskryckie cząstki *mandziu* i *śri* odnoszą się do dwóch aspektów stanu Przebudzenia. Dwie sylaby tybetańskiego przekładu „Dziam-pel” oznaczają odpowiednio „łagodność” (owoc oczyszczenia wszelkich negatywnych sił, które mogłyby poruszyć lub wzburzyć strumień umysłu) oraz „chwałę” (osiągnięcia wszystkich mniejszych i większych znamion całkowitego Przebudzenia). Imię Mandziuśriego zawiera więc przymioty porzucenia i spełnienia.

1.

Z wielką czcią kłaniam się przed wszystkimi Zwycięzcami
Trzech czasów, ich naukami i tymi, co dążą do prawości.
Zaklinany przez dobrego ucznia Dziangciuba O,
Zapalę teraz lampę ścieżki Przebudzenia.

„Zwycięzcy” to Buddowie, którzy zawdzięczają ten tytuł pokonaniu czterech *marów*, czyli wrogich sił. Najsubtelniejszymi z nich są przyrodzone skłonności szkodliwych emocji i podszywające je myśli, nazywane „subtelными zasłonami wszechwiedzy”. Nauki Buddów, którym oddaje cześć Atiśa – Dharma – oznaczają tu nie tyle księgi, co wewnętrzne urzeczywistnienie duchowe Zwycięzców oraz „szlachetnych”, *arjów*, którzy osiągnęli bezpośredni wgląd w prawdę.

Atiśa kłania się następnie społeczności duchowej „tych, co dążą do prawości”, czyli Sandze szlachetnych, którzy wkroczyli na ścieżkę widzenia, osiągając bezpośrednie urzeczywistnienie ostatecznej natury rzeczy. Pierwsza strofa jest zatem hołdem dla Trzech Klejnotów: Buddy (nauczyciela), Dharmy (nauk) i Sanghi (społeczności praktykujących).

Wreszcie, jak już wspomniałem, Atiśa informuje, że spisuje te pouczenia na prośbę Dziangciuba O, tybetańskiego króla i „dobrego ucznia”. To także odwołanie do ogólnej zasady buddyjskiej, która pozwala udzielać nauk tylko wtedy, gdy jest się o nie proszonym.

Trzy Klejnoty

Jak należy rozumieć pierwszy z Klejnotów, przed którymi kłania się Atiśa? Kim jest Budda? Odpowiedzi na to pytanie warto szukać w klasycznym *Kompendium miarodajnego poznania* indyjskiego mistrza Dignagi, sławiącego Buddę jako tego, „który stał się miarodajną istotą”. Kluczowa fraza „stał się” wskazuje, że nie jest on odwieczny, tylko zmienia się w wiarygodnego nauczyciela za sprawą osiągnięcia Przebudzenia.

Wskazuje to, że Stan Buddy nie bierze się z niczego, a jego przyczyny – które ewidentnie nie są stałe i niezienne – nie mogą być sprzeczne z rezultatem. Jakie to przyczyny? Wedle Dignagi jedną z najważniejszych jest wielkie współczucie. We wspomnianym hołdzie mówi o niestrudzonym pielęgnowaniu współczucia, które dopełniają praktyki, takie jak rozwijanie mądrości pustki.

W pismach buddyjskich często porównuje się Trzy Klejnoty do lekarza (Budda), lekarstwa (Dharma) i pielęgniara (Sangha). Wedle tej metafory Dharma jest lekiem, który leczy „chorobę” naszego cierpienia i jego przyczyn. Zapisuje go Budda, a w „zażywaniu” pomagają towarzysze na ścieżce, członkowie społeczności duchowej.

Prawdziwym klejnotem Dharmy jest faktyczne „wygaśnięcie”, co w tym kontekście oznacza całkowitą wolność od konieczności ciągłego stosowania antidotów na negatywne stany umysłu. Ostateczny owoc praktyki duchowej to położenie kresu pojawianiu się splamień (szkodliwych myśli i uczuć). Ścieżkę, która prowadzi do prawdziwego wygaśnięcia, również nazywa się „prawdziwą Dharma”.

Następne pytanie brzmi zatem: jak działa to antidotum? W tym miejscu należy wrócić do nauk o trzech rodzajach cierpienia. Trzeci – wszechobecność uwarunkowania – oznacza, że samo nasze istnienie, jako uwarunkowane karmą i spaleniami, naznaczone jest cierpieniem. Karma nie odnosi się li tylko do działania, ale, co ważniejsze, do kryjących się za nimi pobudek i zamiarów. Czyny jako takie nie są naczelną przyczyną naszych cierpień, które pochodzą głównie ze świata intencji – innymi słowy, własnych emocji i myśli. Zła karma podszyta jest negatywnymi stanami umysłu, a więc to one stanowią korzeń czy też źródło cierpienia.

Splamienia, ma się rozumieć, nie znikną za sprawą samej naszej chęci czy powtarzania modlitw. Można się ich pozbyć, tylko stosując odpowiednie, przeciwstawne antidotum. Mechanizm jego działania obserwujemy na co dzień. Chłód, na przykład, leczymy ciepłem: jeśli jest nam

zimno, przekręcamy pokrętko i zwiększamy temperaturę w pokoju. Podobnie z ciemnością i jasnością. Mrok znika, gdy włączamy światło – i odwrotnie.

W świecie emocji i myśli proces stosowania antidotum siły przeciwnej wygląda jednak nieco inaczej. Tu musimy wzbudzić odpowiedni stan umysłu, który bezpośrednio przeciwdziała określonemu splamieniu. Posługujemy się tym samym przedmiotem, lecz przyjmujemy odwrotną postawę czy też perspektywę. Przeciwstawne siły, powiedzmy, nienawiści i współczucia skupione na tej samej rzeczy bądź osobie przynoszą zupełnie różne doświadczenia.

Przyjmijmy dla dobra tego wywodu, że osoba, która nie znosi współczucia, chce za wszelką cenę je w sobie zdusić. W tym celu rozmyślnie podsyca wrogość wobec wszystkich i wszędzie szuka złych stron okazywania dobroci. Łatwo sobie wyobrazić, że w ten sposób można z czasem zapamiętać się w złości i nienawiści.

Praktykujący duchową ścieżkę mają cel zgoła odmienny. Z własnego doświadczenia wiemy, że niechęć i gniew odbierają umysłowi spokój i, co gorsza, mogą stanowić zagrożenie dla innych. Z kolei stany pozytywne, takie jak współczucie i miłość, niosą poczucie spełnienia i spokoju, którymi potrafimy się dzielić. Docenienie ich wielkiej wartości naturalnie rodzi pragnienie rozwijania takich postaw. W ten sposób antidota stopniowo osłabiają i wreszcie eliminują przeciwstawne siły ze sfery psychiki, czyli emocji i myśli.

Czy to oznacza, że pozytywne i negatywne uczucia są sobie zupełnie równe, i wzmacniając jedno, możemy eliminować drugie w obie strony? Moim zdaniem powinniśmy lepiej rozumieć, co je różni. Niektóre splamienia – choćby pożądanie, agresja czy złość – wydają się instynktowne. Choć może mieć w nich udział rozum albo katalizator, najczęściej są odruchowe. Inne, na przykład fałszywy obraz poczucia własnego ja czy stawianie na piedestale pewnych skrajnych poglądów, wiążą się bardziej z myśleniem.

Analizując szkodliwe emocje i myśli, znajdujemy u ich podstaw subtelniejszą postać ułudy. Nasz zdeorientowany umysł lgnie do namacalnej rzeczywistości zjawisk i w oparciu o to reaguje na nie emocjami, co sprawia, że pewne rzeczy postrzegamy jako pożądane, inne zaś jako niechciane. Umysł, który czepia się rzeczywistości zjawisk, pogrążony jest – fundamentalnie – w ułudzie, bowiem prawdziwą naturę rzeczy stanowi ich pustość: brak jakiegokolwiek samoistnego bytu. Zrozumiałwszy to, uprzytamniamy sobie, że negatywne emocje nie mają żadnych – tak materialnych, jak intelektualnych – sensorycznych podstaw, wyrastają bowiem z bałamutnego stanu umysłu. Co więcej, rozwijając głęboki wgląd w pustość, która jest prawdziwą naturą rzeczy, możemy odciąć źródło pojawiania się owych splamień.

Natomiast uczucia pozytywne, takie jak miłująca dobroć i współczucie, z reguły nie są zależne od lgnięcia do rzeczywistości rzeczy, i co więcej, mają potencjał powiększania w nieskończoność. Innymi słowy, emocje dobre i złe różnią się zasadniczo podstawami i możliwościami.

Skoro wszystkie splamienia podszyte są ułudą, jak stwierdzić, że polega ona na lgnięciu do rzeczywistości istnienia rzeczy? Arjadewa tłumaczy, że „wgląd w prawdę zależności powstawania jest początkiem końca ułudy”. Krótko mówiąc, uwolni się od niej ten, kto pojmie głębię nauk o współzależności. Zatem ułuda to tkwienie w błędzie – stan umysłu, który widzi świat i „ja” na opak, niezgodnie z zasadą zależnego powstawania.

Buddyzm naucza, że każda rzecz powstaje w zależności od różnych czynników. Jego zaprzeczeniem byłoby więc przypisywanie zjawiskom niezależnego bytu. W naukach o niesamoistności do projektowanego w ten sposób statusu odnosi się cząstka „samo”. Dowodzą one, że rzeczy nie istnieją niezależnie, ponieważ każda pojawia się w oparciu o przyczyny i warunki. „Co powstało w zależności – konkluduje Arjadewa – nie może być z natury niezależne. Ów brak samodzielnego bytu nazywam zależnym powstawaniem”.

Uczniowie Nagardżuny nie byli zgodni, czy ułuda lgnięcia do rzeczy i zjawisk jako samoistnych bytów należy do kategorii splamień czy też subtelnych zasłon wiedzy. Rzecznicy stanowiska pierwszego dowodzili, że już osiągnięcie stanu arhata – czyli wolności od samsary, koła bytu – wymaga wyzbycia się ułudy lgnięcia do realnego istnienia. I wnioskowali, że jedyną drogą do wyzwolenia jest wgląd w pustość. Nazywa się go mądrością niesamoistności (albo braku ja) i

przedstawia w kategoriach „trzech wrót pełnego wyzwolenia”. Wgląd w pustość rzeczy i zjawisk rozwija się w oparciu o zrozumienie ich natury tak z perspektywy przyczyn, jak skutków.

Możemy odnieść nauki o rozumieniu niesamoistności do czterech szlachetnych prawd, pierwszego publicznego wykładu Buddy, który przedstawił je w szesnastu punktach. Czterema cechami pierwszej szlachetnej prawdy o cierpieniu są nietrwałość, niemożność osiągnięcia zadowolenia, pustość i brak ja. Wszystkie szkoły buddyjskie i wyznawcy Buddy wiedzą zatem, że jego podstawowa idea to anatman, nie-ja.

Była ona przecież interpretowana na różne sposoby. W historii filozofii Indii istnieje bardzo stara tradycja analizowania natury ja i jednostki. Pytano i dyskutowano, na przykład, kim jest doznający, gdy doświadcza się bólu? Kiedy mowa o gromadzeniu karmy, kto ją zbiera? Kto jest podmiotem karmicznego działania? Komu przypadają owoce karmy? Uznajemy fakt, że istnieje jednostka czy też istota, którą nazywamy „ja”, ale jak dokładnie wygląda jego natura?

Niebuddyjskie szkoły myślenia, zwłaszcza wyznające ideę odrodzenia, zgadzały się, że skoro fizyczne ciało przemija i trwa ledwie jeden żywot, nie może być identyfikowane z „ja”. Najczęściej przyjmowano, że musi być ono niezależne od fizycznych i psychicznych składowych (sanskryckich *skandh*) jednostkowego bytu i widziano w nim wieczną zasadę, która jest obecna we wszystkich życiowych cyklach i ich etapach, ale je przekracza.

Poddany analizie, atman ma trzy główne cechy – jest niezmienny z perspektywy czasu; jednolity czy też niepodzielny; oraz niezależny, samodzielny. Wszystkie szkoły buddyjskie odrzucają jego wieczność, ale kwestionując niezależne, nieprzemijające ja, różnie widzą jednostkę i podmiot działania. Kim jest ta istota? Niektóre szkoły chcą ją identyfikować na podstawie fizycznych i psychicznych składowych z sumą pięciu skandh; inne – na podstawie ciągłości continuum świadomości. Zwolennicy jogaczary, szkoły „tylko umysł”, uznają za osobę jednostkowe continuum świadomości, którą nazywają „podstawową”. Uczniowie Nagardżuny (zwłaszcza przychylający się do wizji najsubtelniejszej) kwestionują próby identyfikowania ja czy to jako niezależnego od ciała i umysłu, czy to w nie wpisane. Dla nich osobę należy rozumieć jako nazwę, określenie, miano nadane skupisku ciała i umysłu, a więc czemuś pozbawionemu przyrodzonej rzeczywistości.

Poddając przedmioty i zjawiska drobiazgowej analizie, odkrywamy, że powstają na skutek nagromadzenia wielu czynników. Nic nie istnieje samodzielnie, wszystko jest z natury od czegoś zależne. Niemniej na co dzień tego nie dostrzegamy, żyjąc w przeświadczeniu o dyskretnej rzeczywistości zjawisk. Ten rozbrat między rozumieniem natury rzeczy a ich widzeniem leży u podstaw negatywnych i emocjonalnych reakcji na otaczający nas świat.

Po pierwsze, nasze opaczne rozumienie świata stanowi źródło szkodliwych emocji, takich jak złość, nienawiść czy przywiązanie. Po wtóre, postrzeganie go jako niezależnego i realnego jest zupełnie bezpodstawne. Po trzecie, rozwijając bezpośrednie antidotum, czyli mądrość braku ja, wyzbywamy się iluzji rzeczywistości i niezależności rzeczy. Pogląd, który nie kłóci się z rozumem i rzeczywistością, szlifowany, krzepnie, z czasem pozwalając na całkowite wyplenienie fałszywej wizji.

Co więcej, mądrość braku ja, jako przymiot umysłu, ma – w przeciwieństwie do umiejętności fizycznych – mocne podstawy. Wyćwiczona, staje się samorzutna i nie wymaga przywoływania świadomym, celowym wysiłkiem. Do jej uruchomienia wystarcza najprostszy bodziec czy impuls.

Trzeba też pamiętać, że splamienia nie są częścią natury umysłu. Biorą się z niezrozumienia, więc uporawszy się z nim, można się ich pozbyć. Kiedy rozważamy to wszystko, słowa *moksha* nabiera sensu i „wyzwolenie” staje się najzupełniej realne. Możemy połączyć tę konstatację z wizją Natury Buddy wyłożoną w *Sutrze Tathagatagarbhy*, wedle której najgłębsza natura umysłu jest jasna i niesplamiona. Uprzytomnimy sobie wtedy, że usuwalne są nie tylko splamienia, ale i skłonności do nich oraz ślady, jakie zostawiły w umyśle. W ten sposób rodzi się realna perspektywa osiągnięcia Stanu Buddy, to znaczy ostatecznego wyplenienia całego bagażu negatywności.

Traktaty mahajany opisują Stan Buddy w kategoriach czterech *kaji*, czyli „ciał” pełnego Przebudzenia. Głębszą i bardziej wyrafinowaną wizję znajdziemy jednak w pismach wadżrajany,

które przedstawiają cztery kaje z perspektywy umysłu subtelnego, „przyrodzonego podstawowego umysłu jasnego światła”. *Swabhawikakaja* jest naturalnym ucieleśnieniem Buddy. Jego wszechwiedzący umysł nazywa się w tym kontekście „ciałem prawdy mądrości”, *dharmakają*. Nieoddzielna od niej najsubtelniejsza forma energii, *prana*, to *sambhogakaja*, „ciało doskonałości środków”, a widzialna postać, jaką owa energia przyjmuje – *nirmanakaja*, „ciało doskonałej emanacji”. Cztery kaje składają się na podstawowy umysł jasnego światła, który jest Stanem Buddy.

Rozmyślając o tym, osiągamy głębsze zrozumienie Dharmy, dzięki czemu możemy zrozumieć Buddę, który uosabia jej doskonałe urzeczywistnienie, oraz Sanghę, czyli podążających ścieżką tego urzeczywistnienia. Czytana w ten sposób pierwsza strofa – pokłon przed Trzema Klejnotami – przybliży zatem przymioty Dharmy.

Przyjmowanie schronienia w Trzech Klejnotach

Budda – powiada Dignaga – to ktoś, kto osiągnął pełne Przebudzenie dzięki rozwijaniu współczucia i mądrości braku ja, niesamoistności. Jak się właśnie przekonaliśmy, klejnot Dharmy należy rozumieć jako ścieżkę, mogącą nas doprowadzić do tego samego pułapu. Klejnot Sanghi jest zaś społecznością szczerze praktykujących, którzy osiągnęli bezpośrednio zrozumienie pustości, ostatecznej natury rzeczy.

Jeśli uważamy się za praktykujących buddystów, musimy wiedzieć, czym w istocie są Trzy Klejnoty, gdy przyjmujemy w nich schronienie. W przypadku Buddy, na przykład, rozwijamy podziw dla historycznych postaci, żarliwe oddanie i wiarę w ich osiągnięcia duchowe. Musimy przy tym pamiętać, że w kontekście buddyjskim wiara opiera się na rozumie. Wiara wyrasta z mądrości, ta zaś potrzebuje wiary i współczucia – wszystkie więc wspierają się tu nawzajem i uzupełniają.

Musimy też rozumieć, że przyjmowanie schronienia wiąże się z naszym własnym rozwojem duchowym i doświadczeniem na ścieżce. Wiara i oddanie dla Trzech Klejnotów musi polegać na naśladowaniu, a więc wyrastać nie tyle z podziwu, co z żarliwego pragnienia obudzenia ich w sobie. Taka wiara popycha i inspiruje do praktyki oraz przechodzenia kolejnych poziomów urzeczywistnienia aż do osiągnięcia Stanu Buddy. Przyjmując schronienie w Buddzie, trzeba więc koniecznie pamiętać, że szukamy go nie tylko w historycznej postaci, ale i w stanie, który osiągniemy w przyszłości.

Poziomy adeptów

Autor przechodzi do rzeczy w strofie drugiej:

2.

Wiedźcie, że są trzy rodzaje osób
O nikłych, średnich i wielkich zdolnościach.
Jasno opiszę teraz
Określające je cechy.

Jednym z najważniejszych wyróżników tekstu *Atiśi* – co wyrasta z przekonania, że systematyczność zwiększa skuteczność – jest przedstawienie esencji wszystkich nauk Buddy w postaci precyzyjnej listy tematów i praktyk.

Przykładem tego podejścia niech będzie rozwijanie bodhicitty, bezinteresownego umysłu Przebudzenia, czyli pragnienia osiągnięcia Stanu Buddy dla dobra wszystkich istot. Najpierw musimy zrozumieć przedmiot swoich dążeń: Stan Buddy i Przebudzenie. Potrzebujemy też wielkiego altruizmu, który wyrasta z autentycznego współczucia: żarliwego pragnienia uwolnienia od cierpienia każdej istoty. Takie współczucie wymaga rozwinięcia szczerzej empatii i więzi ze wszystkimi – niemożności pogodzenia się z ich bólem, jakbyśmy doznawali go sami.

Musimy także wiedzieć więcej o naturze cierpienia, od którego mamy uwolnić innych. Jak już wspominaliśmy, wymaga to zbadania własnych doświadczeń, aby obudzić w sobie pragnienie wolności, które jest prawdziwym wyrzeczeniem. Bodhicittę, bezinteresowny umysł Przebudzenia, wyda dopiero połączenie wszystkich tych czynników. Aby mogła się ona zakorzenić, musimy najpierw pielęgnować poszczególne elementy tej postawy, czemu służy sekwencja określonych praktyk. Atiśa wyjaśnia rozmaite aspekty ścieżki, za punkt odniesienia obierając odmienne – nikłe, średnie i wielkie – zdolności adeptów. I nie musi to wcale oznaczać klasyfikowania ludzi, tylko różne rodzaje indywidualnych możliwości na kolejnych etapach duchowego rozwoju.

Z początku nasze możliwości są niewielkie. Dzięki praktyce przechodzimy na szczebel drugi i wreszcie osiągamy ich pełnię. Na podobnej zasadzie działa współczesny system oświaty. Można powiedzieć, że te trzy stopnie odpowiadają poziomowi szkoły podstawowej, średniej i wyższej, przez które kolejno przechodzą uczniowie, zdobywając coraz większą wiedzę.

Możemy odnieść słowa Atiśi do trzech faz duchowego rozwoju z nauk Arjadewy:

Wprzód pokonać złe uczynki,
Pośrodku własne ja,
Na koniec porzucić wszelkie poglądy.
Kto to wie, jest mędrcem.

„Złe uczynki” odnoszą się do szkodliwych działań i myśli, będących główną przyczyną naszych cierpień. W tym kontekście mówimy zawsze o karmie, działaniu, którą zwykle dzieli się na trzy rodzaje: karmę negatywną, pozytywną oraz stałą czy też niezmienną. Pierwsza przynosi cierpienia trzech niższych światów, druga – odrodzenie w wyższych światach bogów i ludzi, trzecia – w sferach formy i bezformnych.

Pierwszy etap Arjadewy, porzucenie szkodliwych działań, odpowiada z grubsza początkowym nikłym możliwościom z klasyfikacji Atiśi. Głównym celem jest tu uwolnienie się od bezpośredniego doświadczania cierpienia, a duchowe poszukiwania napędza strach przed gehenną niższych światów.

Dekonstrukcja wyobrażenia „ja”, u Arjadewy poziom drugi, pokrywa się ze średnimi predyspozycjami od Atiśi. Tu adeptem powoduje przede wszystkim pragnienie wyzwolenia z koła bytu, praktyka polega zaś na oczyszczaniu mentalnych splamień, które wywołują cierpienia i uniemożliwiają Przebudzenie. Trzeci i ostatni z etapów Arjadewy, rozbrat z wszelkimi poglądami, odpowiada najwyższym zdolnościom z opisu Atiśi. Tutaj główną motywacją jest nie tyle uwolnienie od samsary, co osiągnięcie całkowitego Przebudzenia dla dobra wszystkich istot.

Bodaj najważniejszym przesłaniem obu tych klasyfikacji jest konieczność przejścia praktyk związanych z najskromniejszymi czy też początkowymi możliwościami także przez adeptów o predyspozycjach średnich i wielkich. Każdy poziom praktyki opiera się na poprzednim w określonej sekwencji i wymaga mocnego fundamentu.

Trzy główne aspekty ścieżki

Wielki indyjski nauczyciel Nagardżuna zdefiniował trzy kluczowe czynniki osiągnięcia pełnego Przebudzenia. Pierwszym z nich jest bodhicitta, bezinteresowne pragnienie urzeczywistnienia Stanu Buddy dla dobra wszystkich istot; drugim – potężna siła współczucia, które nie tylko życzy innym wolności od cierpień, ale także bierze za to odpowiedzialność. Czynnik trzeci stanowi, jak ujmuje to Nagardżuna, „niedualna mądrość”, czyli wgląd w pustość, przekraczającą skrajności absolutyzmu i nihilizmu – zrozumienie faktycznego stanu rzeczy często nazywanego „takością” albo „ostateczną naturą rzeczywistości”.

Buddyjskie traktaty opisują proces osiągania całkowitego Przebudzenia w kategoriach „pięciu ścieżek” i „dziesięciu poziomów Bodhisattwy”, których pokonanie wymaga gromadzenia zasługi przez trzy niezmierzone eony. Niektóre pisma wadżrajany mówią z kolei o możliwości urzeczywistnienia Stanu Buddy w „jednej chwili”, jakby istniała jakaś szczególna medytacja,

pozwalająca na osiągnięcie tego celu za sprawą wypowiedzenia jednej mantry czy czegoś w tym rodzaju. To zupełnie nierealistyczne. Nasze stany psychiczne przesiąknięte są rozmaitymi splamieniami, które wymagają stopniowego usuwania, warstwa po warstwie. Urzeczywistnienie Stanu Buddy jest kulminacją tego procesu sukcesywnego oczyszczania umysłu.

Taka perspektywa może zniechęcać, czego sam doświadczyłem jako nastolatek. Do dziś pamiętam, co powiedziałem swojemu nauczycielowi Tadrakowi Rinpoczemu: „Kiedy czytam o praktykach Bodhisattwy, odnoszę wrażenie, że tak długa ścieżka jest właściwie nie do pokonania. Sądzę, że bardziej odpowiednia byłaby dla mnie wadźrajana, według której Stan Buddy da się osiągnąć znacznie szybciej”. „Jak można myśleć o podążaniu ścieżką wadźrajany – usłyszałem natychmiast – bez rozwijania bodhicitty?”

W rzeczy samej Nagardżuna przytacza wiele argumentów, przemawiających za nietraceniem ducha na ścieżce. Jeśli wytrwamy w praktyce – tłumaczy – osiągniemy pułap, na którym nie będziemy już podatni na cierpienia samsary. I chętnie pozostaniemy tam tyle czasu, ile trzeba na uwolnienie od cierpień wszystkich istot. A skoro przyjęliśmy uroczyste ślubowanie pracy na rzecz innych – ciągnie – po osiągnięciu Przebudzenia i tak nie zaczniemy zajmować się czymś innym. Czas nie jest więc problemem i pod tym względem. Szczere poświęcenie praktycy Bodhisattwy – zapewnia jeszcze – przynosi wielkie poczucie spełnienia i najsensowniejszego wykorzystania ludzkiego życia, co stanowi najlepsze lekarstwo na zmęczenie i zniechęcenie.

Mistrzowie kadampy tak żarliwie wzywają nas do całkowitego poświęcenia się rozwijaniu bodhicitty, gdyż wiedzą, że raz obudzona, zatroszczy się o wszystko. O gromadzenie zasługi i o oczyszczanie wszelkich splamień. Dlatego nazywa się ją gwarantem wypełnienia celów tak doraźnych, jak dalekosiężnych.

Jeżeli nie jesteście zainteresowani rozwijaniem bodhicitty albo uznajecie to za zbyt trudne lub czasochłonne, możecie tego, oczywiście, nie robić. Jak jednak zatrzymacie wtedy rzekę własnego cierpienia? Nawet jeśli kwestionujemy karmę i splamienia, ponad wszelką wątpliwość nasz obecny uwarunkowany byt jest skutkiem ich nagromadzenia. Póki pozostaniemy do nich przykuci, póty nie zaznamy szczęścia, będziemy zmagać się z powracającymi problemami oraz doświadczać nieuniknionego bólu narodzin, choroby, starości i śmierci.

„Czy istnieje szansa na wyczerpanie naszych cierpień samym ich przeżyciem?”, pytał retorycznie kadampa Gesze Potoła. Oczywiście, nie. Od zawsze, bez ustanku, raz po raz rodzimy się, chorujemy, starzejemy i umieramy, a czas nie leczy tych ran. Racjonalnie będzie więc założyć, że cierpiąc w ten sposób dalej, choćby i całą wieczność, też nic nie osiągniemy. Położenie temu kresu musi wymagać świadomego wysiłku opartego na zrozumieniu najgłębszej natury cierpienia oraz stosowania odpowiednich środków zaradczych.

Pewien uczony *gesze*, z którym rozmawiałem o nieuchwytności „ja” oraz niemożności znalezienia go w ciele i umyśle, powiedział mi kiedyś: „Gdyby ja nie istniało w ogóle, wszystko stałoby się bardzo proste. Nie byłoby komu doświadczać cierpienia i bólu. Ale tak nie jest. Bez względu na to, czy potrafimy ją wskazać, istnieje indywidualna istota, która doznaje przyjemności i przykrości, stanowi podmiot doświadczenia, postrzega i tak dalej. Z autopsji wiemy, że jest coś – jakkolwiek to nazwiemy – co umożliwi nam przeżywanie tych rzeczy. Mamy zdolność ich rozpoznawania, orientację”.

Badając doświadczenie cierpienia – choćby fizycznego bólu – stwierdzamy, że jest ono ściśle związane ze świadomością, z umysłem, a więc należy do świata mentalnego. To właśnie odróżnia istoty czujące od innych żywych organizmów, na przykład roślin: wymiar subiektywny, który możemy nazwać doświadczeniem czy też świadomością.

Czym faktycznie jest ten fenomen? Czy całkowicie zależy od ciała bądź zjawisk fizycznych? To bardzo stare pytanie, które stawiała indyjska szkoła materialistycznego myślenia, dowodząca, że w ostatecznym rachunku umysł sprowadza się do ciała, jest z nim tożsamy i nie istnieje poza nim. Porównywała je do ściany i fresku (malowidło istnieje tyle, co mur, i wraz z nim znika) albo do wina i zawartego w nim alkoholu (którego nie ma bez trunku).

Wiele innych tradycji filozoficznych Indii odrzucało jednak ten pogląd. Dziś także toczy się dyskusja o relacji ciała i umysłu oraz ich miejscu w całej kosmologicznej wizji źródła

wszechświata. Zdaniem współczesnych uczonych początek naszemu światu dał tak zwany Big Bang. Pozostaje jednak pytanie, czy był to początek wszystkiego? Można też zapytać, skąd wzięła się świadomość? Tak naukowe badania, jak własne doświadczenie mówią nam jedno: wszystko, czego doznajemy, jest konsekwencją tego, co było wcześniej. Nic nie pojawia się bez przyczyny. Przyczyn i warunków wymaga tak każda rzecz materialna, jak każde doświadczenie psychiczne.

W świadomości, świecie mentalnym istnieją dwa główne rodzaje przyczyn: substancjalne (które przeobrażają jedno w drugie) oraz pomocnicze (proces ten umożliwiające).

Kwestia odrodzenia

Indyjski mistrz buddyjski Dharmakirti stwierdza, że „rzecz niementalna nie może zmienić się w zjawisko mentalne”. Innymi słowy, przedmioty nie przechodzą ze stanu materialnego w psychiczny. Dharmakirti powiada, że chwila świadomości może wziąć się jedynie z poprzedzającej ją chwili świadomości. Podążając za jej strumieniem, dochodzimy do początku tego życia – i w tym miejscu stawiamy tezę o istnieniu żywotu poprzedniego.

Kiedy mówię o „niezliczonych żywotach” albo „poprzednim życiu”, natychmiast pojawia się pytanie, jak mogę dowieść ich istnienia? Wiele starych indyjskich tradycji duchowych i filozoficznych, w tym buddyzm, nie przyjmuje odrodzenia na wiarę, poświęcając tej kwestii mnóstwo analiz.

Istnieją też dzieci, które wydają się pamiętać poprzednie żywoty, choć często pochodzą z niewierzących w nie rodzin. Takie świadectwa trzeba, rzecz jasna, szczegółowo sprawdzać, nie tracąc przecież z oczu jednej ważnej kwestii. Musimy odróżniać rzeczy, których nie udało się dotąd wyjaśnić, od zweryfikowanych negatywnie. Coś, czego nie umiemy dziś znaleźć, może zostać odkryte jutro. Negowanie zjawisk tylko dlatego, że nie potrafimy ich zobaczyć, wydaje się nadmiernym uproszczeniem.

Bez przyjęcia nieskończonego strumienia odradzającej się ciągle świadomości nie da się wyjaśnić wielu rzeczy. Można uznać je za „tajemnicze” albo „cudowne”, ale to tylko synonimy niewiedzy i bezradności. Uznając odrodzenie i ciągłość świadomości, nie przekonujemy wszystkich, zyskujemy jednak świetne wytłumaczenie.

Trudno przekonać się do rzeczy, których inni sami nie doświadczyli. Spróbujcie wyobrazić sobie, że dowodzicie istnienia snów komuś, kto utrzymuje, że nigdy nie śnił. Jak mielibyście to zrobić? Choć według nauk buddyjskich odradzamy się od zawsze, lwią część wspomnień z każdego żywota znika wraz ze zmianą ciała. Trudno kategorycznie twierdzić, że były, nie mogąc pamiętać minionych. Kiedy doświadczeni adeptci wchodzą w głębokie stany medytacyjne, uzyskują jednak dostęp do poziomów umysłu znacznie subtelniejszych od codziennych stanów świadomości. Osobiście znam takich, którzy wyraźnie przypominali sobie zdarzenia z wcześniejszych wcieleń. Słowem, wedle nauk buddyjskich łącznikiem między obecnym stanem umysłu a poprzednimi żywotami jest continuum subtelnej świadomości.

Pisma, wnioskowanie, dowody empiryczne

Mimo to, jeśli pojawią się empiryczne dowody przeczące odrodzeniu – czy też, podkreślmy, którejkolwiek z naszych idei – będziemy musieli je uznać i zmienić stanowisko z powodu wagi, jaką myśl buddyjska przywiązuje do rozumu. Mamy, na przykład, wiele traktatów poświęconych pustości, które wydają się pozornie sprzeczne. Gdybyśmy więc próbowali dociekać ich znaczenia tylko na podstawie pism, znaleźlibyśmy się w impasie. Tradycja buddyjska każe więc studiować wszystkie teksty dotyczące określonej kwestii, a następnie badać różne poziomy ich znaczeń przy pomocy krytycznego myślenia, dzięki czemu jedne uznaje się za dosłowne, a inne za wymagające interpretacji.

W przypadku spraw powszednich, nazywanych w pismach buddyjskich „rzeczywistością konwencjonalną”, nasze poglądy są najczęściej zbieżne z wyjaśnieniami naukowymi. Znajdując dowody empiryczne, musimy uznać ich wagę, co oczywiście nie znaczy, że zdaniem buddystów

wszystkie zjawiska da się zrozumieć za pomocą krytycznego myślenia i zwykłego umysłu. Nasze zdolności poznawcze są ograniczone i pewne sprawy, przynajmniej na razie, mogą być poza ich zasięgiem.

Buddyzm rozróżnia trzy rodzaje zjawisk. Pierwsze, „oczywiste”, odbieramy bezpośrednio zmysłami. O drugich, „częściowo niejasnych”, można wnosić na podstawie rzeczy znanych i zachodzących między nimi relacji. Trzecie, „zupełnie niejasne”, całkowicie wymykają się naszej obecnej zdolności pojmowania. Na razie mamy do nich dostęp tylko za pośrednictwem kogoś, kto doświadczył ich bezpośrednio – i jedynie na tej podstawie możemy uznawać je za prawdziwe.

Te ostatnie często porównuję do daty urodzenia. Większość z nas swoją zna, ale nie z pierwszej ręki. Dowiadujemy się o niej od rodziców albo z innych źródeł i uznajemy za prawdziwą, bo nie ma powodów, dla których bliscy – stanowiący dla nas autorytet – mieliby o tym kłamać. Oczywiście można sobie wyobrazić wyjątki, bo niektórzy mogą chcieć się postarzyć, żeby wcześniej przejść na emeryturę, albo z jakiegoś względu odmłodzić, z reguły dajemy tu jednak wiarę cudzej relacji.

Dla buddystów podstawę do uznania zjawisk „zupełnie niejasnych” stanowi autorytet Buddy. Nie jest to przecież wiara prosta, sprowadzająca się do przekonania, że „był święty i musi mieć rację”. Autorytet pism opiera się na określonych zasadach. Jedną z nich nazywa się „czterema podporami” i najczęściej wyklada w ten sposób:

Polegaj na nauce, nie osobie.
Polegaj na treści, nie słowach.
Polegaj na sensie ostatecznym, nie doraźnym.
Polegaj na umyśle mądrości, nie intelekcie.

W oparciu o te wskazówki poddajemy autorytet Buddy – i każdego wielkiego nauczyciela – krytycznej analizie, weryfikując słuszność jego słów (zwłaszcza tam, gdzie można to zrobić racjonalnie i empirycznie). Sprawdzamy także sam autorytet, aby upewnić się, że nie działa z niskich pobudek i nie rozpowszechnia kłamstw. W ten sposób upewniamy się, że dana osoba ma tytuł do rozstrzygnięcia o sprawach, które na razie przerastają naszą zdolność pojmowania.

Podsumowując, mówiłem o konieczności rozwijania bodhicitty jako esencji praktyki duchowej na – trwającej wiele żywotów – ścieżce do Przebudzenia. Niezbędne warunki do jej pokonania i pogłębiania medytacji, które przyniosą nam w końcu owoc pełnego Przebudzenia, Stanu Buddy, zapewnia tylko odrodzenie w trzech wyższych światach.

Poziom możliwości początkowych

Wszystkie praktyki duchowe, które służą przede wszystkim zapewnieniu odrodzenia w wyższych światach, odpowiadają – jak ujmuje to Atiśa – „predyspozycjom najmniejszym”.

3.

Ci, co na wszelkie sposoby
Szukają dla siebie tylko
Przyjemności samsary,
Mają predyspozycje najmniejsze.

Główną metodą zdobycia wyższego odrodzenia jest utrzymywanie etycznej dyscypliny unikania negatywnych działań ciała (zabójstwo, kradzież, wyuzdanie), mowy (kłamstwo, sianie niezgody, grubiaństwo, gadulstwo) i umysłu (pożądliwość, wrogość, hołdowanie błędnym poglądom). W prowadzeniu moralnego życia pomaga wracanie do tak zwanych „czterech rozmyślań” o drogocенności ludzkiego odrodzenia; nieuchronności i niepewności godziny śmierci; nieomyślności prawa przyczyny i skutku, karmy; oraz naturze cierpienia. Niektórzy tybetańscy

mistrzowie dodawali, że powinniśmy myśleć raczej o konieczności uczynienia tego życia cennym, by nie dopuścić do jego zmarnowania albo obrócenia w przyczynę przyszłych cierpień.

Cztery kontemplacje dają hart do pełnego zaangażowania w praktykę Dharma, by zapobiec możliwości odrodzenia w niższych światach. Wymaga to ćwiczenia umysłu nie tylko na poziomie myślenia, ale także emocji i działania. Prowadzenie moralnego życia nie polega na stosowaniu się do narzuconych z zewnątrz zasad, takich jak przepisy państwowe, tylko dobrowolnym przestrzeganiu dyscypliny, której wartość się rozumie. Słowem, prawdziwa moralność jest samodyscypliną. Budda powiadał, że jesteśmy panami swego losu, nazywając nas „własnym mistrzem i własnym wrogiem”.

Jeśli jednak chcemy przejść całą ścieżkę Przebudzenia, musimy zdać się na nauczyciela, przewodnika duchowego. Dokładne zrozumienie praktyk, które prowadzą do tego celu, wymaga znalezienia prawdziwego, kompetentnego mistrza. „Źródło czystej wody – powiada jedno z tybetańskich przysłów – musi być w czystych śnieżnych górach”. Trzeba więc koniecznie zadbać, aby praktyki, którym się poświęcamy, pochodził z autentycznej, udokumentowanej linii przekazu.

Panuje dziś moda na własne recepty, zlepki elementów zaczerpniętych z różnych źródeł. Nie musi to być złe, jeśli jednak mamy podążać ścieżką określonej tradycji duchowej (w naszym przypadku – buddyzmu tybetańskiego), trzeba się upewnić, że jest ona czysta i wywodzi się z autentycznego źródła, zaś nauczyciel stanowi tej czystości uosobienie.

Poziom możliwości średnich

W następnej strofie Atiśa opisuje możliwości adeptów o możliwościach „średnich”.

4.

Ci, co nie dbają o doczesne radości
I wystrzegają się złych czynów,
Szukając dla siebie spokoju,
Mają możliwości przeciętne.

Określenie „złe” albo „destrukcyjne czyny” odnosi się do splamień, które razem z karmą stanowią źródło cierpienia. Dlatego też adepci o przeciętnych predyspozycjach skupiają się na praktykach, służących nade wszystko pozbyciu się splamień. Najogólniej dzielą się one na dwie grupy. Pierwsze polegają na budzeniu szczerego pragnienia uwolnienia się z koła bytu (i nazywanego często wyrzeczeniem), drugie – na jego ziszczaniu. Takie ćwiczenie umysłu wymaga kontemplacji niedostatków samsary oraz zrozumienia przyczynowego łańcucha karmy i splamień. Za ich sprawą budzi się pragnienie wolności i wkracza na jej ścieżkę.

Wszystkie te praktyki wpisują się w cztery szlachetne prawdy. Nauczając o cierpieniu, Budda wskazał cztery cechy istnienia, z których pierwszą jest nietrwałość. Kontemplują ją także adepci o predyspozycjach mniejszych, ale oni skupiają się na ulotności życia, czyli nieuchronności śmierci, podczas gdy tu przedmiot medytacji stanowi chwilowość, bezustannie zmieniająca się, dynamiczna natura rzeczywistości. Autentyczne przyswojenie subtelnej nietrwałości prowadzi do zrozumienia natury cierpienia (czy też niezadowolenia), to zaś – do uchwycenia braku ja. Wzajemne powiązanie tych subtelnych aspektów omawia wiele traktatów, między innymi *Czteryście strof drogi środka* Arjadewy i *Przedstawienie miarodajnego poznania* Dharmakirtiego.

Jak więc kontemplować subtelną nietrwałość? Często patrzymy na otaczający nas świat – drzewa, skały, góry – z poczuciem, że jest on niezmienny. Z czasem jednak, nawet jeśli wymaga to tysięcy lat, wszystkie te pozornie wieczne rzeczy ulegają przeobrażeniu. Zmusza to nas do uznania, gdyż innego wytłumaczenia nie ma, że ów proces musi zachodzić ciągle, bez ustanku.

Następnie pytanie brzmi, dlaczego? Czemu rzeczy przestają istnieć? Czy wymaga to dodatkowych przyczyn, czy też zachodzi naturalnie? Łatwo sprawdzić, że nic nie pojawia się samo i że przyczyna powstania sprowadza także koniec. Można śmiało stwierdzić, że wszystkie

przedmioty i zjawiska niosą w sobie ziarno zagłady – oraz podlegając przyczynom i warunkom, znajdują się „cudzej” mocy.

Również naszym uwarunkowanym życiem – podlegające takim samym subtelnym zmianom – rządzą przyczyny i warunki. Tymi pierwszymi są tu karma i szkodliwe emocje, których korzeniem jest fundamentalna nieświadomość, sprawiająca, że lgnjemy do rzeczy, jakby istniały one realnie. Innymi słowy, uwarunkowanym istnieniem władają ułuda, splamienia i niewiedza. Już same te nazwy jeżą włosy na głowie. Czy podlegając podobnym siłom, można liczyć na trwałe szczęście? Takie rozmyślenia pomagają nam przejrzeć złowróżbną naturę uwarunkowanego bytu i rozwinąć autentyczne poczucie wyrzeczenia.

Jak powiedziano, wgląd w nietrwałość daje wgląd w cierpienie, a ten – w brak ja. Można to czytać w ten sposób, że zrozumiałwszy, iż naszym życiem władają negatywne siły, uprzytamniamy sobie, że nie pozbedziemy się fundamentalnej niewiedzy bez (stanowiącego jej przeciwieństwo) urzeczywistnienia braku ja. Dzięki temu uzbrajamy się w przeświadczenie, że owa mądrość jest nam niezbędna. Bez tego rozważania o pustości i niesamoistności mogą wydawać się zwyczajnie nużące i zbędne.

Pozwolę sobie zilustrować to anegdotą. Po moim wykładzie na temat *Podstaw drogi środka* Nagardżuny, jeden ze słuchaczy, który nie studiował wcześniej traktatów o pustości, powiedział do kolegi: „Dzisiejsze nauki były dziwne. Jego Świątobliwość zaczął od przedstawienia buddyjskiej ścieżki, wznosząc piętro po piętrze wielki gmach, by nagle przejść do braku samoistnego bytu i w jednej chwili całą tę misterna konstrukcję zburzyć”. Nie widział w tym sensu. Jeśli jednak pojmiemy, że wgląd w pustotę jest nam niezbędny do wyplenienia splamień, zwłaszcza zaś zasadniczej niewiedzy, dostrzeżemy wartość pogłębiania zrozumienia pustki. Jak dowodzi Dharmakirti, uczucia pokroju miłującej dobroci i współczucia nie mogą stanowić bezpośredniego lekarstwa na fundamentalną nieświadomość. Jest nim wyłącznie wgląd w brak ja.

Na tym zakończę krótki opis różnych aspektów ćwiczenia umysłu w budzeniu autentycznego pragnienia uwolnienia się z koła bytu. Właściwa metoda czy też ścieżkę do wolności omawia się w kategoriach tak zwanych „trzech wyższych ćwiczeń”.

Poziom możliwości wielkich

Atiśa kontynuuje swój wywód, przechodząc do najbardziej zaawansowanych adeptów.

5.

Ci, co zaznawszy cierpień,
Całymi sobą pragną
Uwolnić od nich innych,
Mają zdolności największe.

Na tym poziomie praktykujący wykorzystują zrozumienie natury cierpienia, zrodzone z analizy własnych doświadczeń, do rozpoznania fundamentalnej równości siebie i innych, jednakowo marzących o uśmierzeniu bólu. To rodzi zaś spontaniczne pragnienie uwolnienia od cierpienia wszystkich istot i staje się potężnym bodźcem praktyki duchowej, mającej doprowadzić do bezinteresownego osiągnięcia tego celu.

Najważniejszą z tych praktyk jest rozwijanie bodhicitty, bezinteresownego pragnienia osiągnięcia Stanu Buddy dla dobra wszystkich istot.

Istnieją dwie główne metody pielęgnowania takiej postawy. Jedną nazywa się siedmioma punktami przyczyny i skutku, drugą – zrównaniem i wymianą siebie na innych. Obie służą rozwijaniu poczucia silnej więzi i bezbrzeżnej empatii. Metoda siedmiu punktów pomaga zobaczyć w innych własne matki, i zrozumieć, jak wielką okazują nam dobroć. Technika wymiany idzie nawet dalej, ucząc szczególnie doceniać własnych wrogów. Przy okazji analizujemy wady egoizmu i zalety troski o dobro bliźnich.

Budzenie bezinteresownego umysłu Przebudzenia

Kiedy dzięki praktyce zrozumiemy te metody lepiej, Atiśa doradza nam formalne potwierdzenie naszego oddania tej bezinteresownej postawie poprzez udział w ceremonii budzenia bodhicitty, której poświęca kolejnych sześć strof.

6.

Dla tych wybitnych,
Którzy pragną najwyższego Przebudzenia,
Przedstawię tu doskonałe metody
Wyłożone przez nauczycieli duchowych.

7.

Przed malowidłem albo posągami
Całkowicie Przebudzonego,
Stupą i doskonałą Dharma
Ofiaruj kwiaty, kadzidło, co tylko masz.

8.

Wraz z ofiarą siedmiu części
Modlitwy szlachetnego postępowania
Z postanowieniem niezawracania
Aż do osiągnięcia ostatecznego Przebudzenia.

9.

Przepełniony wiarą w Trzy Klejnoty,
Klęcząc na jednym kolanie,
Ze złożonymi dłońmi
Trzykroć przyjmij Schronienie.

10.

Budząc w sobie miłość
Wobec wszystkich bez wyjątku istot,
Myśl o tych, co cierpią w trzech niższych światach
Za sprawą narodzin, śmierci i reszty.

11.

Jako że pragniesz uwolnić je od katuszy bólu,
Od cierpień i ich przyczyn,
Obudź niewzruszone postanowienie
Osiągnięcia Przebudzenia.

Następnych siedem strof Atiśa poświęca opisowi wielkich zasług i pożytków z obudzenia bodhicitty, bezinteresownego umysłu Przebudzenia.

12.

Przymioty, jakie niesie
Obudzenie takiego dążenia,
Objaśnił szczegółowo Majtreja
W *Sutrze szeregu pni*.

13.

Czytaj sutry i słuchaj nauczyciela,
By poznać bezmiar dobrodziejstw,
Jakie niesie pragnienie osiągnięcia Przebudzenia,
I podsycaj je w sobie raz po raz.

14.
Wynikającą z tego zasługę wyłożono
W *Sutrze uproszonej przez Wiradatę*,
Przytoczę więc teraz
Trzy stosowne wersy.

W strofie czternastej Atiśa podaje źródło opisu zasług, jakie przynosi obudzenie bodhicitty.

15.
„Gdyby zasługa bezinteresownej intencji
Miała fizyczną postać,
Brakłoby dla niej miejsca
Po wypełnieniu bezkresu przestrzeni.

16.
Napełnienie klejnotami
I ofiarowanie Buddom
Tylu czystych krain,
Ile jest w Gangesie ziaren piasku,

17.
Nie może się równać
Ze złożeniem dłoni
I pokłonieniem umysłu przed Przebudzeniem,
Ten dar bowiem nie zna granic”.

18.
Obudziwszy bodhicittę dążenia,
Bezustannie staraj się ją wzmacniać
I utrzymuj zgodnie z pouczeniami,
By pamiętać o niej i w przyszłych żywotach.

W strofie osiemnastej Atiśa wzywa do całkowitego poświęcenia się osiągnięciu ostatecznego duchowego celu – Stanu Buddy – dla dobra wszystkich istot, co wieńczy ceremonię budzenia bodhicitty.

Ślubowania Bodhisattwy

Opisawszy ceremonię budzenia bodhicitty, Atiśa omawia ślubowania Bodhisattwy.

19.
Bez ślubowania bodhicitty zastosowania
Nie rozwinię się doskonałej aspiracji,
Zrób, co możesz, aby je przyjąć,
Skoro chcesz podsycać pragnienie Przebudzenia.

20.

Utrzymując któreś z siedmiu
Ślubowań indywidualnego wyzwolenia,
Masz idealny fundament
Ślubowania Bodhisattwy, nie inaczej.

21.
Pośród wyłożonych przez Tathagę
Siedmiu ślubowań indywidualnego wyzwolenia
Niedościgłe jest cudowne czyste postępowania,
A więc pełne śluby zakonne.

22.
Przyjmuj ślubowanie zgodnie z rytuałem
Opisanym w rozdziale o dyscyplinie
Poziomów Bodhisattwy
Od dobrego, kompetentnego nauczyciela.

23.
Dobry nauczyciel duchowy
Jest biegły w rytuale ślubowania,
Sam go przestrzega oraz ma
Współczucie i cierpliwość do jego udzielania.

24.
Na wypadek gdyby mimo wszystko
Nie udało się takiego nauczyciela znaleźć,
Wyjaśnię inną procedurę
Należytego przyjęcia ślubowania.

25.
Opiszę teraz jasno, jak wedle
Sutry ozdoby Krainy Buddy Mandziusriego,
Dawno temu obudził on bodhicittę,
Odrodziwszy się jako Ambaradża.

26.
„W obecności Opiekunów
Postanawiam osiągnąć pełne Przebudzenie.
Jako gości zapraszam wszystkie czujące istoty
I uwolnię je z samsary.

27.
Od tej chwili
Aż do osiągnięcia Przebudzenia
Nie dam przystępu złym myślom,
Gniewowi, skąpstwu i zawiści.

28.
Będę prowadził się czysto,
Porzucę złe czyny i pożądanie,
I znajdując radość w ślubach dyscypliny,
Nie ustane w naśladowaniu Buddów.

29.

Nie będę próbował
Jak najszybciej sięgnąć Przebudzenia,
Trwając do samego końca
Choćby dla jednej istoty.

30.

Oczyszczę niepojęte
I niepoliczalne światy,
Dostępny zawsze i wszędzie
Dla każdego, kto wypowie me imię.

31.

Oczyszczę każdy czyn
Swego ciała i mowy,
Oczyszczę wszystkie aktywności umysłu
I nigdy nie uczynię nic nieprawego”.

W ten sposób formalnie pobudza się Bodhicittę, bezinteresowny umysł Przebudzenia. Następnie adepci o największych możliwościach muszą wprowadzić te altruistyczne idee w życie, angażując się w praktykę sześciu doskonałości: dawania, dyscypliny moralnej, cierpliwości, wytrwałości, koncentracji i mądrości – które razem stanowią esencję duchowej drogi Bodhisattwy. Listę doskonałości wydłuża się czasem do dziesięciu. Szósta, mądrość jest wtedy rozbijana na cztery części: doskonałości metody, mocy, aspiracji i transcendentnej mądrości. Doskonałości bywają również zbierane w trzy etyczne dyscypliny Bodhisattwy: poniechania działań szkodliwych, zaangażowania w pozytywne oraz pracy dla innych.

W przypadku trzech niezwykle wszechstronnych etycznych dyscyplin Bodhisattwy ważna jest także sama kolejność. Aby móc skutecznie wypełniać zobowiązanie pracy dla innych, najpierw trzeba się nauczyć robić to na co dzień, co oznacza przestrzeganie dyscypliny praktykowania cnót i zaangażowania się w konstruktywne działania. To jednak wymaga uprzedniego poniechania negatywnych czynów ciała, mowy i umysłu.

Jak powiedziałem, celem adepta bodhicitty jest pomaganie innym. Wymaga to przecież wcześniejszego przygotowania strumienia własnego umysłu. Nie można oświadczyć: „interesuje mnie tylko służenie bliźnim i praca dla dobra wszystkich istot”, bo jeśli przy okazji stracimy z oczu konieczność oczyszczenia swojego umysłu, po prostu nic z tego nie będzie.

Praktyka spokojnego spoczywania

Poczynając od strofy trzydziestej drugiej, Atiśa omawia praktyki, przy pomocy których Bodhisattwa stara się służyć wszystkim istotom. Pierwszą z nich jest spokojne spoczywanie, w sanskrycie *siamatha*, sedno praktyki doskonałości koncentracji. Jej waga bierze się stąd, że jeśli rzeczywiście chcemy pracować dla innych, musimy nauczyć się dostrzegać ich potrzeby, aby wiedzieć, jakich nauk duchowych potrzebują najbardziej. Atiśa opisuje metodę, która pozwala wejrzeć w stan umysłu drugiego człowieka, swoistą moc jasnowidzenia. Doskonalenie spokojnego spoczywania stanowi bardzo skuteczną metodę rozwijania przymiotów wyższej świadomości. Nie ma mowy o efektywnej praktyce Bodhisattwy bez zdolności punktowej koncentracji i stabilności umysłu.

Przeobrażania umysłu można dokonać tylko za sprawą nieprzerwanego skupienia na przedmiocie naszej medytacji. Nie narzucimy sobie dobrowolnej dyscypliny praktyki bez głębokiego namysłu i poczucia niewzruszonego przekonania, które rodzi się z prawdziwego zrozumienia. To konieczny warunek przemiany. Nie możemy oczekiwać, że umysł zmieni się dzięki

samym rygorom czy nakazom zewnętrznym. Praktyka spokojnego spoczywania doskonali go, dając mu zdolność skupienia bez reszty na wybranym przedmiocie medytacji. Kiedy połączymy ją z omawianym wcześniej rozumowaniem analitycznym, możemy dopiąć swego, doprowadzając do autentycznej metamorfozy, której rezultatem jest umysł o wiele silniejszy i sprawniejszy od obecnego.

Praktyka, która polega przede wszystkim na rozwijaniu i utrzymywaniu punktowego skupienia, nosi miano „medytacji spokojnego spoczywania”. Kiedy jednak postanowimy zająć się jakimś przedmiotem, by zbadać gruntownie jego naturę, zmienia się w praktykę „wnikliwego wglądu” (*wipasiāna*).

Przedmiotem obu tych medytacji można, rzecz jasna, uczynić także pustotę, ale robić to powinni wyłącznie ci, którzy już ją rozumieją. W pismach znajdujemy frazy „poszukiwanie medytacji za pośrednictwem filozoficznego poglądu” oraz „szukanie poglądu w medytacji”, które odnoszą się do dwóch rodzajów adeptów: tych, co najpierw pojęli pustotę i w oparciu o nią rozwijają punktowe skupienie; oraz tych, co opanowawszy spokojne spoczywanie, wykorzystują je do koncentracji na pustce.

Wariant, w którym najpierw urzeczywistniamy pustotę, a następnie próbujemy skupić na niej spokojne spoczywanie, nastroczałby większości z nas ogromnych problemów. Możemy czuć, że doskonale rozumiemy brak samoistnienia i podczas medytacji pogłębiając punktową koncentrację na pustce, ale początkowo bardzo trudno utrzymać stabilne i żywe doświadczenie pustości. Dlatego też z reguły zaczyna się od ćwiczenia spokojnego spoczywania, aby móc wykorzystywać potem zdolność całkowitego skupienia do uzyskania wnikliwego wglądu w prawdziwą naturę wybranego przedmiotu medytacji.

Atiśa zaczyna od wyjaśnienia, do czego potrzebne jest spokojne spoczywanie, a następnie omawia właściwą praktykę.

32.

Przyczyną czystości ciała, mowy i umysłu
Jest utrzymywanie ślubowania bodhicitty dążenia.
Im lepiej praktykuje się trzy rodzaje dyscypliny,
Tym większy rośnie dla nich szacunek.

33.

Przestrzegając ślubowań
Czystego, doskonałego Przebudzenia,
Bodhisattwa buduje
Pełnię jego nagromadzeń.

34.

Wszyscy Buddowie uczą,
Że doskonałość nagromadzeń
Zasługi i pierwotnej mądrości
Bierze się z jasnowidzenia.

35.

Jak ptak nie wzbija się w niebo
Bez dwóch silnych skrzydeł,
Tak nie da się służyć istotom
Bez mocy jasnowidztwa.

36.

Zasługi, jaką gromadzi się
Za jej sprawą jednego dnia,

Nie zdobędzie się bez niej
I przez sto żywotów.

37.
Ci, co chcą szybko
Zgromadzić kapitał Przebudzenia,
Sięgają jasnowidzenia
Pracą, nie lenistwem.

38.
Nie ma mowy o jasnowidzeniu
Bez spokojnego spoczywania.
Nie ustawaj przeto w wysiłkach,
By je opanować.

39.
Bez podstaw siamathy
I tysiąc lat
Zawziętej medytacji
Nie zrodzi samadhi.

40.
Nie zapominaj zatem o warunkach
Wyłożonych w *Wymogach samadhi*,
Skupiając umysł
Na prawym przedmiocie.

41. (1)
Urzeczywistniwszy siamatę,
Adept osiąga także jasnowidzenie.

Do osiągnięcia spokojnego spoczywania trzeba, jak tłumaczy Atiśa, określonych warunków, między innymi odosobnionego miejsca i czasu na sumienną, długotrwałą praktykę. Co do zasady, początkowo lepiej niż w długich, praktykować systematycznie w seriach krótkich sesji. Nie można liczyć, że osiągniemy punktowe skupienie, medytując sporadycznie w wolnych chwilach. Musimy też zadbać o odpowiednie otoczenie, a przede wszystkim o właściwy tryb życia, co dla mnie oznacza ograniczanie do minimum liczby obowiązków i zmartwień, przestrzeganie dyscypliny etycznej oraz zrównoważonej, zdrowej diety.

Następnie trzeba wybrać odpowiedni obiekt medytacji spokojnego spoczywania. Nie zmysłowy (takie jak widoczny kształt), ale wyobrażony, wymyślony. W tej roli doskonale sprawdza się postać Buddy. Wybierzcie więc jego wizerunek, obraz lub posąg. Nie za duży i nie za mały, najlepiej wysokości od dwóch do pięciu centymetrów. I spróbujcie go sobie wyobrazić. Ma być jednocześnie promiennie świetlisty i ciężki, mocno osadzony. Przywoławszy ten obraz przed sobą, skupcie na nim bez reszty umysł, praktykując w ten sposób spokojne spoczywanie.

Kiedy nauczycie się przywoływać w umyśle wybrany obraz, obiecujcie sobie solennie nie spuszczać go z uwagi. Kluczowe znaczenie mają tu dwa elementy: zdolność utrzymania koncentracji oraz jasność i przytomność umysłu. Obecne muszą być oba. Bez stabilności, która pozwala na zachowanie skupienia, umysł będą rozpraszały inne rzeczy i myśli. Bez przytomności i jasności umysłu koncentracja, choćby i mocna, nie będzie ostra.

Musimy być czujni i strzec się dwóch głównych wrogów medytacji: ekscytacji i otępienia. Podniecenie wyraża się w rozproszeniu i odbiera zdolność utrzymania skupienia; apatia uniemożliwia zachowanie jasności i przytomności. Musimy być na nie wyczuleni, co wymaga

rozwinęcia odpowiedniej umiejętności. Z doświadczenia wiemy, że wpadamy w letarg, gdy jesteśmy zbyt rozluźnieni albo przygnębieni. Aby mu przeciwdziałać, trzeba znaleźć sposób na podniesienie nastroju. I odwrotnie – wyciszyć się, sprowadzić na ziemię, kiedy umysł jest rozbiegany i rozkojarzony. Innymi słowy, próbujemy osiągnąć stan równowagi, wolny od obu odchyłań.

Możemy też praktykować spokojne spoczywanie, czyniąc obiektem medytacji własny umysł (jak w przypadku technik „wielkiej pieczęci, *mahamudry*). Nie wystarczy jednak wiedzieć, że umysł definiuje się jako świetlisty i wiedzący – trzeba tego jeszcze doświadczyć.

Przedstawię tu jedną metodę, która pomaga zrozumieć naturę umysłu. Najpierw powinniśmy spróbować powstrzymać napływ wspomnień i myśli związanych z przeszłością oraz projekcji przyszłości: nadziei, lęków, obaw i tak dalej. Kiedy otrząśniemy się tego uwikłania, należy starać się utrzymać świadomość bieżącego doświadczenia i dostrzec przerwę między myślami. Doświadczymy wtedy swego rodzaju próżni, pamiętajmy jednak, że nie jest to pustość, o której mówiliśmy w kontekście ostatecznej natury rzeczywistości.

Na co dzień w naszym umyśle kłębią się myśli, nawet gdy zmysły nie odbierają żadnych wyraźnych bodźców – jakby spowijały go pokłady pojęciowych wyobrażeń. Staramy się je teraz usunąć, żeby móc doświadczyć umysłu jako takiego, nietkniętego i spontanicznego. Dzięki wytrwałej, systematycznej praktyce wydłużamy przerwy między myślami i wreszcie zaczynamy autentycznie odczuwać, co znaczą słowa „świetlisty i wiedzący” z definicji umysłu. I na tym etapie możemy uczynić tę jasność przedmiotem naszej medytacji.

Przystępując do praktyki rozwijania punktowej koncentracji, przekonamy się, że w normalnym stanie świadomości o wiele częściej jesteśmy rozproszeni niż skupieni na wybranym przedmiocie. Dzięki wytrwałości można jednak tę sytuację odwrócić, pokonując rozkojarzenie. Jeżeli nie ustaniemy w wysiłkach, z czasem rozwiniemy uważność i czujność – zdolności, które pozwalają uporać się nawet z subtelnymi poziomami ekscytacji i ospałości. Wreszcie nauczymy się utrzymywać niezakłóconą koncentrację na wybranym obiekcie nawet kilka godzin. Zaawansowany stan medytacyjnego pochłonięcia przynosi mentalną i fizyczną sprawność, a wraz z nią poczucie ekstazy, błogości, wywołanej osiągnięciem doskonałości ciała i umysłu. Ten pułap praktyki nazywa się „autentycznym spokojnym spoczywaniem”.

Mądrość pustości

Stabilne spokojne spoczywanie wykorzystujemy do rozwinięcia mądrości pustki. W kolejnych strofach Atiśa opisuje praktykę „wnikliwego wglądu”, serce doskonałości mądrości.

41. (2)

Zaciemnień nie usunie się jednak
Bez praktyki doskonałości mądrości.

42.

Chcąc przeto usunąć zaciemnienia,
Które stoją na drodze wyzwolenia i wszechwiedzy,
Nie ustawaj w praktyce
Doskonałości mądrości i metod.

43.

Mądrość bez metody
I metoda bez mądrości są,
Jak powiedziano, więzami.
Niczego więc nie zaniedbuj.

44.

Wytłumaczę teraz jasno,
Na czym polega różnica,
Aby rozwiać wszelkie wątpliwości
Wobec mądrości i metod.

45.
Zwycięzcy nazywają metodami
Wszystkie prawe praktyki,
Takie jak doskonałość dawania,
Poza doskonałością mądrości.

46.
Ci, co rozwijają mądrość,
Szybko osiągają Przebudzenie,
Gdy posługują się metodami,
A nie tylko medytują nad niesamoistnością.

Istnieje wiele rodzajów mądrości, które odnoszą się do prawd konwencjonalnych, w następnej strofie Atiśa tłumaczy więc, co oznacza ona dla adeptów o możliwościach największych.

47.
Mądrość definiuje się
Jako zrozumienie pustości
W kategoriach niepowstawania
Zbiorów, składowych i źródeł.

Atiśa nie twierdzi, że zjawiska, takie jak zbiory, składowe i źródła, powstają z niczego, bez udziału przyczyn i warunków. Nie zgadza się jednak, że mogą posiadać jakiś przyrodzony, niezależny, obiektywny byt. O tym, że określone skutki biorą z określonych przyczyn, mówimy na poziomie prawdy konwencjonalnej, innymi słowy – w ramach konwencjonalnej rzeczywistości.

Kiedy jednak sięgamy ostatecznej natury rzeczy, niemożność znalezienia przedmiotów i zjawisk przywodzi nas do przekonania, że jest ona pusta. Atiśa nazywa to mądrością zrozumienia pustości. Błędem byłoby przecież rojenie, że jest jakaś uniwersalna pustka, niezależna od wszystkiego ostateczna natura wszechrzeczy, która istnieje w jakimś wymiarze sama z siebie i w sobie. Pustotę można rozumieć jedynie w odniesieniu do przedmiotów i zjawisk, w tym także czujących istot. Szukamy odpowiedzi na pytanie, czy rzeczy istnieją tak, jak się nam zdaje na co dzień, czy też, na poziomie ostatecznym, pozbawione są samoistnego bytu. Badanie pustości i wgląd, który dzięki niemu zyskujemy, nie mogą być więc oderwane od otaczającego nas wielopłaszczyznowego i różnorodnego świata. Dlatego Nagardżuna pisze w *Podstawach drogi środka*:

Bez oparcia w konwencjonalnym
Nie da się wyłożyć znaczenia ostatecznego.

Pełne zrozumienie tego stwierdzenia ma znaczenie kluczowe. Nagardżuna tłumaczy bowiem, że dochodzimy do zrozumienia pustości w oparciu o rzeczy i sprawy, które bezpośrednio wpływają na nasze doświadczenie cierpienia i szczęścia.

Jak już wspominałem, według wielu traktatów najskuteczniejszą metodą poznania pustki jest zrozumienie zależnego powstawania. Kiedy medytując nad pustością nie znajdujemy przyrodzonej rzeczywistości przedmiotu skupienia, nie dochodzimy do wniosku, iż nie istnieje on w ogóle, lecz wnioskujemy, że skoro krytyczna analiza nie pozwala na stwierdzenie, iż badany przedmiot jest realnym, niezależnym bytem, jego istnienie należy rozpatrywać wyłącznie w

kategoriach zależnego powstawania. Zatem autentyczne zrozumienie pustości musi być rzeczywiste. W chwili, gdy rozmyślamy nad swoją wizją pustki, braku samoistnego bytu, nasze zrozumienie jako takie wskazywać będzie na istnienie rzeczy. Słyszac słowo „pustość”, powinniśmy poniekąd od razu dostrzec jego implikację istnienia w kategoriach zależnego powstawania. Powtórzmy to zatem jeszcze raz: prawdziwe zrozumienie pustości umieszcza ją w ramach współzależności.

Podobnie przedstawia to Nagardżuna w *Drogocennej girlandzie*, pokazując pustotę czy też niesamoistność „osoby” przy pomocy analizy redukcyjnej. Stwierdziwszy krok po kroku, że nie da się jej utożsamić z żadnym elementem (ziemi, wody, ognia itd.) ani znaleźć poza nimi, stawia pytanie: gdzie zatem jest osoba? I nie odpowiada, że nie istnieje, tylko odwołuje się do zależnego powstawania, konstatując jej „zależność od zbioru sześciu elementów”. W ten sposób nie neguje też, że doświadcza ona przyjemności i bólu.

Z doświadczenia wiem, że istnieję oraz nieiluzorycznie doznaję radości i bólu. Kiedy jednak szukam „siebie” albo „własnego ja” pośród różnych elementów, które razem składają się na moje istnienie, nie znajduję niczego, co miałyby przyrodzony, niezależny byt. Dlatego też Nagardżuna stwierdza, że istnienie osoby rozumieć można tylko w kategoriach zasady zależnego powstawania.

W tym miejscu mogą pojawić się protesty: czyż odebranie zjawiskom właściwego bytu nie jest równoznaczne ze stwierdzeniem, że nic nie istnieje? Nagardżuna odpowiada, iż „pustość” nie oznacza nicości, tylko zależne powstawanie. Jego wizja przekracza skrajności absolutyzmu (negując przyrodzony, niezależny byt) i nihilizmu (uznając istnienie – zależnie powstałych – rzeczy i zjawisk), stanowi więc prawdziwą „drogę środka”.

Warto tu poświęcić chwilę różnym poziomom znaczenia zasady zależnego powstawania. Z jednej strony odnosi się ona do natury rzeczy i zjawisk, rozumianej jako zależność od przyczyn i warunków. Z drugiej – do zależności wzajemnej, jak w przypadku zespolonych pojęć „długi” i „krótki” albo „całość” i „część”, które implikują się i czerpią z siebie sens.

Na kolejnym poziomie zasada zależnego powstawania odnosi się do podmiotu: konceptualnego umysłu, który tworzy nazwy, określa, etykietuje. Jak już wspominałem, nadając rzeczy imię, z reguły przypisujemy jej jakąś formę realnego, niezależnego bytu. Poszukiwanie jej prawdziwej istoty, esencji zawsze kończy się jednak niczym. Dochodzimy zatem do wniosku, że choć przedmioty istnieją w sensie konwencjonalnym, pozbawione są ostatecznej, obiektywnej rzeczywistości. Ich byt okazuje się wyłącznie opisem, określeniem, nazwą. Zdaniem Nagardżuny te trzy poziomy znaczenia zasady zależnego powstawania obejmują całe spektrum rzeczywistości.

48.

Powstać nie może coś istniejącego
Ani nieistniejącego, jak kwiat na niebie.
Absurdalność obu
Wyklucza także ich sumę.

Atiśa nawiązuje następnie do jednej z *Siedemdziesięciu strof pustoty*, w których Nagardżuna tłumacząc, że gdyby rzeczy i zjawiska posiadały byt przyrodzony, nie byłoby miejsca na przyczynowość i nic nie brałoby się z przyczyn i warunków. Z drugiej strony podkreśla przecież, że nie istniejąc w ogóle, przedmioty także nie miałyby przyczyn „jak kwiat na niebie”. Jak miałyby powstać coś, czego nie ma?

Nagardżuna stwierdza po prostu, że o przyczynach i skutkach mówić można tylko na poziomie pozorów i rzeczywistości konwencjonalnej. Nazywając kogoś czyimś dzieckiem albo łącząc pęd z określonym ziarnem, przedstawiamy zwykły związek przyczynowy, a nie wynik badań ostatecznej natury rzeczy, którą – jak przekonaliśmy się wcześniej – jest pustota.

Atiśa rozwija tę ważną refleksję filozoficzną w kolejnych strofach.

49.

Rzeczy nie powstają z siebie,

Z innej rzeczy, z tych obu
Ani też z niczego,
Pozbawione są więc samoistności.

50.

Gdy zbadać ich ewentualną
jedność albo mnogość,
Okazują się niesamoistne,
A więc pozbawione immanentnego bytu.

Możemy zastanawiać się, czy rzeczy i zjawiska istnieją jako byty osobne czy mnogie, oraz pytać o przyrodzoną realność owych cech. Jej uznanie natychmiast postawiłoby nas przed nierozwiązywalnymi problemami. Gdyby przedmioty posiadały immanentną tożsamość, trudno byłoby wytłumaczyć obserwowane zależności. Jak sensownie wyjaśnić przyczynowy związek między dwoma niezależnymi, realnymi i odrębnymi bytami?

51.

Siedemdziesiąt strof pustości,
Traktat drogi środka i inne pisma
Szczegółowo tłumaczą,
Dlaczego natura wszechrzeczy jest pusta.

52.

Nie przytaczam tu kolejnych,
Mnogich wywodów,
Tylko ich konkluzję
Z myślą o medytacji.

53.

Każda medytacja,
Która obnaża brak samoistności
I immanentnej natury zjawisk,
Jest rozwijaniem mądrości.

Nabrawszy głębokiego przekonania, że zjawiska nie są samoistne, kierujemy uwagę na sam umysł, który rozumie pustość. I odkrywamy, iż ma on tę samą ostateczną naturę, nie posiadając immanentnego bytu. Urzeczywistnienie pustości tak przedmiotu, jak podmiotu prowadzi – tłumaczy Atiśa – do zrozumienia pozapojęciowego.

54.

Jak mądrość nie znajduje
Immanentnej natury w zjawiskach,
Tak poddawszy analizie samą mądrość,
Medytuj nad nią poza pojęciami.

Dlaczego musimy rozwinać taką mądrość?

55.

Naturą doczesnego bytu,
Który wziął się z wyobrażeń, są one same.
Uwolnienie się od pojęć
Jest najwyższą nirwaną.

56.

Wielka niewiedza pojęciowości
Strąca nas w ocean samsary.
Kiedy spocznie się samadhi poza pojęciami,
Wolna od nich przestrzeń otwiera się na oścież.

57.

Kontemplując bez pojęć
Tę niedościgłą naukę,
Bodhisattwa przekracza uparte pojęcia
I wreszcie osiąga stan poza nimi.

58.

Nabrawszy przekonania
Dzięki naukom i analizom,
Że zjawiska nie powstają i nie są samoistne,
Medytuj bez pojęć.

59.

Medytując nad takością,
Osiąga się ciepło i następne,
Potem zaś wielką szczęśliwość,
Skąd już niedaleko do Stanu Buddy.

Termin „ciepło” odnosi się do ścieżki przygotowania, na której adept osiąga głęboki wgląd w pustotę, a „wielce szczęśliwy” to nazwa pierwszego poziomu (*bhumi*) ścieżki Bodhisattwy.

Ścieżka tantry

Poczynając od strofy sześćdziesiątej, Atiśa streszcza ścieżkę tantry.

60.

Jeśli chcesz szybko zbudować
Nagromadzenia Przebudzenia
Przy pomocy aktywności uspokajającej,
Pomnażającej i innych, zrodzonych z mocy mantry

Cztery aktywności – uspokajająca, pomnażająca, magnetyzująca i gniewna – to przykład zasobów z tantrycznego skarbcza nauk, służących pomaganiu czującym istotom.

61.

A także ośmiu wielkich osiągnięć
dobrej wazy i pozostałych,
Jeżeli chcesz praktykować tajemną mantrę
Z tantr działania i spełnienia,

62.

Aby otrzymać abhiszekę mistrza,
Musisz zdobyć uznanie doskonałego nauczyciela
Służbą, cennymi darami
Oraz posłuszeństwem.

63.

Kiedy usatysfakcjonowany nauczyciel
Udzieli ci pełnej abhiszeki mistrza,
Oczyścisz wszelkie negatywne czyny
I będziesz gotów do wielkich osiągnięć.

W strofie sześćdziesiątej czwartej Atiśa tłumaczy, jak wyświęceni mają odnosić się do tych aspektów wadżrajany (choćby praktyki w zjednoczeniu), które na pierwszy rzut oka wydają się kłócić ze ślubowaniami zakonnymi. Stwierdza, na przykład, że nie powinni oni przyjmować w sposób dosłowny abhiszeki tajemnej oraz abhiszeki mądrości. I tłumaczy, że muszą nauczyć się rozumieć, co dla nich stosowne, praktykując zgodnie ze swoim poziomem urzeczywistnienia duchowego.

64.

Ponieważ *Wielka tantra pierwotnego Buddy*
Stanowczo tego zakazuje,
Ci, którzy ślubowali czystość,
Nie mogą przyjmować abhiszeki tajemnej i mądrości.

65.

Przyjmując je
I czyniąc zakazane,
Zobowiązani do celibatu
Łamią swoje śluby.

66.

Takie naruszenie dyscypliny
Jest dla adeptów upadkiem.
Skazani na odrodzenie w niższych światach,
Niczego nie osiągną.

67.

Nic nie przeszkadza, by ci,
Co otrzymali abhiszekę mistrza i znają takość,
Nauczali i słuchali tantr, odprawiali rytuały ognia,
Składali materialne ofiary i tak dalej.

Strofa sześćdziesiąta ósma jest kolofonem.

68.

Uproszony przez Dziangciuba O,
Ja, Starszy Dipamkara Śri,
Udzieliłem tych zwięzłych wyjaśnień
Na podstawie tego, co widziałem w sutrach i innych naukach.

Tekst zamyka nota:

Tak kończy się *Lampa rozświetlająca ścieżkę Przebudzenia* Aczarji Dipamkary Śridźniany. Tekst został przełożony, sprawdzony i zatwierdzony przez samego wielkiego indyjskiego opata oraz wielkiego korektora, tłumacza i w pełni wyświęconego mnicha Gełę Lodro. Całość spisano w świątyni Tholing w Szang Szungu.

Na tym kończę komentarz do *Lampy rozświetlającej ścieżkę Przebudzenia* Atiśi. Nie przypisuję sobie żadnego urzeczywistnienia, niemniej możecie traktować moje wyjaśnienia jako klucz, który pomoże otworzyć drzwi dalszych studiów i praktyk, służących pogłębianiu własnego zrozumienia buddyjskiej ścieżki.

Przekład na język polski: Adam Koziel

pochyłe:

Bodhipathapradipa; Dziangciub lamgji dronme; bodhi; dziangciub; dziang; ciub; Tripitaką; winaja; sutry; abhidharma; Lampa (choć Lampa zawiera); mandziu; śri; marów; arjów; Kompendium miarodajnego poznania; skandh; moksza; Sutrze Tathagatagarbhy; kaji; Swabhawikakaja; dharmakaja; prana; sambhogakaja; nirmanakaja; gesze (Pewien uczony gesze); Czterysta strof drogi środka; Przedstawienie miarodajnego poznania; Podstaw drogi środka; Modlitwy szlachetnego postępowania; utrze szeregu pni; Sutrze uproszonej przez Wiradatę; Poziomów Bodhisattwy; Sutry ozdoby Krainy Buddy Mandziusriego; siamatha; wipasiana; mahamudry; Podstawach drogi środka; Drogocennej girlandzie; Siedemdziesięciu strof pustości; Siedemdziesiąt strof pustości; Traktat drogi środka; bhumi; Wielka tantra pierwotnego Buddy; Lampa rozświetlająca ścieżkę Przebudzenia; Lampy rozświetlającej ścieżkę Przebudzenia