

Komentarz do nauk Mistrza Samantabhadry Kunzang lama'i szallung

*Nauki udzielone w Szczecinie, w dniach 24-26 marca 1998 r., w Świątyni Buddyjskiej
Trzech Klejnotów*

Lama Jampa Thaye

przekład na język polski: **Przemysław Żywicznyński**

tekst dostępny w serwisie mahajana.net

Przypomnę, że przedmiotem naszych studiów są słynne nauki ułożone przez mistrza tradycji Ningmapy Patrula Rinpocze i tekst nosi tytuł „Kunzang lama'i szallung” co oznacza „Bezpośrednie instrukcje lamy Samantabhadry”. Tekst ten został ułożony szczególnie pod kątem wstępnych praktyk do medytacji dzogczien. Istnieje wiele przekazów dzogczien i ten szczególny przekaz dzogczien, do którego należy tekst Patrula Rinpocze jest znany jako longcien nintig, który pojawił się w XVII wieku i pochodzi od wielkiego mistrza Dzigme Lingpa. Choć sam tekst powstał dla specyficznego celu praktyki dzogczien stał się tak słynny w Tybecie, że ma znacznie szersze użycie niż tylko komentarz do wstępnej praktyki Nyndro. Z tego powodu tak wielu lamów zarówno kagyju jak i ningma naucza tego tekstu, gdyż stanowi on najlepszy wstęp do podstawowych nauk i praktyk stanowiących fundament dzogczien i mahamudry. Sam otrzymałem ten tekst od mojego nauczyciela Karma Thinley Rinpocze, tak więc jest to nieprzerwany przekaz aż do dzisiejszego dnia.

Przypomnijmy sobie strukturę tych nauk, ponieważ jak wszelkiego rodzaju nauki udzielane w Tybecie są one tak ułożone by móc je przyjmować krok po kroku lub stopniowo, tak byśmy mogli praktykować właściwą naukę w naszym duchowym rozwoju. Patrul Rinpocze podzielił te nauki w taki sposób, w jaki podzielone są same praktyki nyndro. Każdy rozdział dotyczy specyficznej części nyndro. Są dwie zasadnicze części tego tekstu, pierwsza dotyczy zewnętrznego lub zwyczajnego nyndro, a druga wewnętrznego lub nadzwyczajnego nyndro. Zewnętrzne nyndro składa się z nauk właściwych dla wszystkich trzech pojazdów w buddyzmie, czyli hinajany, mahajany i wadžrajany. Nawet, jeśli ktoś nie otrzymałby dalszych nauk, a tylko te, po czym rozmyślałby o nich i medytował nad nimi, to uzyskałby wielkie ilości zasługi i mądrości. Dzieje się tak, ponieważ nie ma żadnego lepszego przewodnika do tych podstawowych nauk, niż te, które podał Patrul Rinpocze, gdyż był w stanie tak je nauczać, iż możemy bezpośrednio użyć je w naszym życiu. Jeśli nauki dotyczące zewnętrznego nyndro wnukną w nasze serce i umysł, to staniemy się nieporuszonymi mężczyznami i kobietami Dharmy.

Często na Zachodzie ulegamy zauroczeniu bardzo wysokimi naukami jak inicjacje wadžrajany, albo mahamudra, dzogczien lub medytacja zen, ale ignorujemy podstawowe nauki i w rezultacie nasza praktyka nie jest stabilna. Patrul Rinpocze choć przemawiał do Tybetańczyków

w XIX wieku, cały czas podkreśla potrzebę zaabsorbowania tych podstawowych nauk w naszych sercach, tak byśmy mogli w pełni skorzystać z wyższych nauk, gdy będziemy mieli szansę je napotkać i praktykować. Być może trudno w to będzie wam uwierzyć, ale dzisiaj jest tak łatwo otrzymać na Zachodzie nauki Wadźrajany, jak było to w Tybecie, ale istnieje wielka różnica. Dharma jest wyjątkowo niestabilna na Zachodzie, a pośród Tybetańczyków była całkowicie stabilna. Różnica więc tkwi w tym, że Tybetańczycy urzeczywistniali te podstawowe nauki [byli z nimi całkowicie zintegrowani] poprzez co mieli tę stabilność, natomiast nam brakuje tego, ponieważ nie zwracamy uwagi na te podstawowe nauki.

Patrul Rinpoche nieustannie powtarza o potrzebie skoncentrowania się na podstawowych naukach i to będziemy czynić za nim, ale to nie jest tak jak z rodzicami, którzy namawiają swoje dzieci, żeby najpierw jadły główne danie zanim przejdą do bardziej interesującego deseru; te podstawowe nauki są niezwykle wspaniałe i inspirujące i nieskończenie głębokie, nigdy nie uda nam się kiedykolwiek je wyczerpać, obojętnie jak długo i intensywnie byśmy praktykowali. Jeśli czytamy je wielokrotnie we właściwy sposób, to za każdym razem znajdziemy i odkrywamy coś nowego.

W pierwszej części tekstu, dotyczącej zewnętrznych nauk jest sześć rozdziałów. Pierwsza dotyczy wolności i szansy uzyskanej poprzez cenne ludzkie odrodzenie. Druga część, którą będziemy teraz przerabiać, dotyczy nietrwałości i śmierci. Po niej następuje część dotycząca błędów tkwiących w samsarze. Kolejna traktuje o karmie, jako źródle tych różnych doświadczeń w samsarze. Te cztery nauki znane są jako zwracające umysł ku Dharmie, ponieważ jeśli poważnie je potraktujemy to nie jesteśmy w stanie nic zrobić jak zająć się Dharumą, podobne jest to do transfuzji krwi, jeśli zostaniemy wypełnieni tymi naukami, to jesteśmy wypełnieni Dharumą, podobnie jak krew wypełnia nasze ciało.

Piąta część, bardzo krótka, wyjaśnia dobrodziejstwa wyływające z wyzwolenia, następuje ona po pierwszych czterech, gdyż, jeśli zaakceptujemy najpierw pierwsze cztery to nie pragniemy niczego innego jak wyzwolenia. Szósta ostatnia część jest wyjaśnieniem Patruła Rinpoche jak znaleźć odpowiedniego i wiarygodnego mistrza. Te sześć części jest podstawą wejścia w praktykę nadzwyczajną nyndro, gdzie oczyszczamy negatywną karmę i zbieramy niezbędną zasługę potrzebną do praktyki dzogczien czy mahamudry. Wcześniej zakończyliśmy nauki dotyczące naszego szczęśliwego odrodzenia jako ludzkie istoty, które wyjaśniają nam jak nasza obecna sytuacja jako ludzi pozostających w kontakcie z Dharumą daje nam wspaniałą szansę. Jeśli chcemy kroczyć Drogą Dharmy musimy najpierw mieć przekonanie, że posiadamy odpowiednią zdolność i warunki by móc praktykować efektywnie. Nie tylko Buddha nauczał nieustannie, że każdy posiada możliwość urzeczywistnienia oświecenia, ale jest faktem, że nasze obecne ludzkie życie jest specjalną okazją, kiedy nasz potencjał może być w pełni wykorzystany. Słyszając te nauki powinniśmy mieć pełne zaufanie do nich i gotowość do podjęcia praktyki Dharmy. Ale na tym etapie nadal istnieje duże niebezpieczeństwo i przeszkoda dla prawdziwej praktyki Dharmy.

Niebezpieczeństwo na tym etapie tkwi w przywiązaniu do światowych rzeczy. Możemy myśleć: „Tak mam możliwość by stać się oświeconym i bycie człowiekiem daje mi tę sposobność, ale najpierw muszę zgromadzić wiele rzeczy i osiągnąć wiele celów w moim życiu”. Tego zupełnie nie da się pogodzić z praktyką Dharmy, ponieważ jeśli mamy takie podejście, to Dharma

nie jest pierwszą rzeczą w naszym życiu. Najpierw powinniśmy zapytać się samych siebie jak ważna jest Dharma w naszym życiu, czy jest to rzecz najważniejsza w naszym życiu czy nie. Musimy w tym miejscu być ostrożni, mahajana i wadžrajana nie wymagają od nas w sposób bezwzględny byśmy zostali mnichami czy mniszkami; jak zostało to wyjaśnione w tradycji nowych tantr, kiedy Buddha po raz pierwszy udzielił nauk wadžrajany miało to miejsce w czasie, kiedy król Indrabhuti, który posiadał 500 żon spytał się Buddy czy bez wyrzekania się ich i swojej pozycji mógłby praktykować Dharwę. Wówczas Buddha wygłosił nauki Ghuyasamadżatantry.

Z jednej strony możemy praktykować wadžrajanę nie będąc mnichami, ale wewnętrznie musimy podjąć wyrzeczenie się zwykłego świata i ustanowić Dharwę jako rzecz najważniejszą. Jeśli tego nie zrobimy, to będzie to tak jakby korzenie chwastów pragnień i ambicji zadusiły ziarno Dharmy w nas samych. Dlatego najpierw powinniśmy spojrzeć w głąb siebie i zbadać na ile Dharma jest dla nas ważna. Przypomnijmy, co Mańdziuśri Bodhisattwa powiedział Sandzie Kunga Ninpo: „Jeśli jesteś przywiązany do spraw tego świata życia, to nie jesteś człowiekiem Dharmy”. Najlepszym sposobem usunięcia przywiązania do obecnego życia jest ciągle medytowanie nad nietrwałością, a najważniejsze medytowanie nad śmiercią. Kiedy w sercu mamy pewność, że nadejdzie śmierć to wówczas to, co ma wartość dla nas to Dharma, wszystko inne nie ma dla nas żadnej istotnej wartości. Z drugiej strony możemy myśleć: „Tak tak, słyszałem o nietrwałości i zgadzam się z tymi naukami o nietrwałości”, ale musicie bardzo uważać, bo po 10, 15, 20, 30 latach praktyki łatwo stracić uważność i praktyka Dharmy może zostać zaduszona światowymi pożądaniami i ambicjami. Patrul Rinpocze podaje tu jako przykład nietrwałości ludzi, którzy za młodu byli wspaniałymi mnichami, a później porzucali szaty i żenili się i mieli wiele dzieci [str. 56]. Niezależnie od tego czy jesteśmy początkującymi w praktyce Dharmy czy też mamy za sobą lata doświadczeń, powinniśmy mieć skuteczne sposoby medytowania nad śmiercią i nietrwałością. I w tym rozdziale o nietrwałości Patrul Rinpocze przedstawia nam taką metodę. Teraz przejdziemy do samego tekstu.

Najpierw Patrul Rinpocze przypomina nam, w jaki sposób powinniśmy słuchać nauk, co studiowaliśmy ostatnim razem. Zawiera to właściwą motywację, którą jest bodhicitta; powinniśmy myśleć, że przyjmujemy te nauki po to by osiągnąć stan buddhy by wyzwolić inne odczuwające istoty. Powinniśmy rozwinąć wizję, w której miejsce, gdzie otrzymujemy nauki jest Czystą krainą Buddy, nauczyciela jako Padmasambhawę, a uczniów jako uczniów guru Padmasambhawę. Nie powinno mieć to miejsca tylko przy okazji tych nauk, ale zawsze, kiedy otrzymujemy nauki powinniśmy mieć takie nastawienie. I pamiętajcie również o błędach, które powinniśmy unikać w trakcie słuchania nauk i o przyjmowaniu właściwej postawy, o których mówił Patrul Rinpocze. Właściwa postawa zawarta jest w myśleniu o sobie jako o osobie chorej, nauczycielu jako doktorze, a Dharwie jako lekarstwie, a praktyce jako procesie leczenia.

I jest siedem medytacji o śmierci i nietrwałości, które naucza nas Patrul Rinpocze. Zaczynają się one z najbardziej ogólnymi rozmyślaniami o nietrwałości i stają się coraz bardziej intymne. Najpierw powinniśmy rozważyć nietrwałość zewnętrznego świata. W języku tybetańskim słowo określające zewnętrzny świat to zewnętrzne naczynie, a żyjące istoty rozpatrywane są jako wewnętrzna zawartość tego naczynia. Medytacja nad nietrwałością i śmiercią ma na celu zniszczenie naszego poczucia trwałości i rzeczywistego namacalnego istnienia. Poczucie

trwałości powstrzymuje nas od praktykowania Dharmy w tym właśnie momencie. Choć intelektualnie pojmujemy nietrwałość, to w rzeczywistości nasze codzienne życie oparte jest na poczuciu trwałości i niezmienności i odczuciu, że mamy nieskończoną ilość czasu przed sobą. „Mój” pogląd na świat wokół mnie i na cały kosmos jest leniwym przekonaniem o całkowitej trwałości środowiska, w którym jestem całkowicie bezpieczny.

Sposób, w jaki Patrul Rinpoce pokazuje nietrwałość tego zewnętrznego świata wiąże się ściśle z legendami i mitami o powstawaniu i zanikaniu świata będącymi częścią kosmologii i mitologii buddyjskiej w tym czasie. Nie pozwólcie by was to odpychało ze względu na swoje starodawne pochodzenie, ponieważ jak zauważycie te terminy dadzą się łatwo przełożyć na współczesne terminy kosmologiczne. Ostatecznym wynikiem tego jest uświadomienie sobie, że nie ma niczego trwałego, na czym moglibyśmy się oprzeć w tym świecie. Ostatecznie, czy dojdziemy do tego urzeczywistnienia w oparciu o starożytne poglądy czy w oparciu o współczesną naukę nie ma większego znaczenia. Przeczytamy to teraz tak jak opisuje to Patrul Rinpoce.

Mówi, że nasz świat został stworzony poprzez zbiorową karmę wszystkich istot. To odzwierciedla bardzo istotną naukę, że wszystko to, co istnieje jest wynikiem działań wszystkich odczuwających istot i świat nie został stworzony przez jakąś istotę – Stwórcę. Ten świat stworzony karmą odczuwających istot będzie istniał przez kalpę, inaczej eon. Niemniej jest on nietrwały i nie uniknie ostatecznego zniszczenia ostatecznej zagłady. Zniszczenie przyjdzie przez siedem etapów ognia i jeden etap wody. Teraz w oparciu o kosmologię buddyjską mówi: „Gdy ten eon będzie się zbliżał do swojego końca, wszystkie istoty ze światów poniżej dewów ulegną zniszczeniu, wszędzie wtedy siedem słońc jedno po drugim wysuszając całkowicie wodę i po tym zniszczeniu przez ogień nastąpi zniszczenie przez wodę i wówczas świat bogów również ulegnie zniszczeniu, aż ostatecznie wszystko zostanie zmiecione przez kosmiczny wiatr”. I tak brzmi kosmiczny mit na temat końca naszego świata, w którym żyjemy u kresu końca kalpy. Jest to pewnego rodzaju poezja mitologiczna, ale gdy się uważnie przyjrzymy nie jest to bardzo różne od współczesnych teorii kosmologicznych, tak że nie powinno nam sprawiać trudności pracowanie nad tymi opisami.

Dlatego Patrul Rinpoce mówi w konkluzji: „I w taki sposób powinniśmy nad tym faktem medytować. Kontempluj nad tym szczerze i głęboko, jeśli każdy z miliardów wszechświatów – jak wiemy wg nauk buddyjskich istnieje niezliczona ilość wszechświatów – zostanie zniszczony w taki sposób, tak że pozostanie jedynie przestrzeń, jakże mogłoby to moje ludzkie ciało posiadać jakkolwiek trwałość czy stałość”. Ta pierwsza medytacja, która jest najogólniejsza przygląda się zewnętrznemu światu i dochodzi w konkluzji do wniosku, że nie ma bezpiecznego miejsca, gdzie moglibyśmy się zatrzymać. W podobny sposób możemy medytować dochodząc do tej samej konkluzji, gdy przypatrujemy się rozgwieżdżonemu niebu w nocy i zdamy sobie sprawę, że dochodzące do nas światło dochodzi często z już nieistniejących słońc. Dlatego możemy łatwo się przekonać o nietrwałości i śmierci, ponieważ z pewnego punktu widzenia wszechświat jest jednym wielkim cmentarzyskiem.

Celem nauk o nietrwałości nie jest wzbudzenie w nas uczucia, że wszystko jest bezcelowe i puste i by wpędzić nas w rozpacz, ale byśmy docenili obecną chwilę naszego życia. Pamiętajmy o tym, że nauki o nietrwałości i śmierci następują po naukach o cennym ludzkim odrodzeniu [cennym ludzkim życiu] i jeśli te pierwsze powinny napełnić nas poczuciem siły

i możliwości [którą możemy zrealizować], te drugie powinny podkreślić i pogłębić to poczucie poprzez rozpoznanie nietrwałości. Jeśli jutro miałyby się coś zdarzyć, coś najbardziej wyjątkowego w waszym życiu, ale wasi przyjaciele pozwoliliby wam przespać cały ten dzień, to później ogarnęłyby was rozpacz i przygnębienie z powodu przespanej jedynej w życiu okazji; natomiast gdyby ktoś was obudził wylewając wam na głowę wiadro zimnej wody, tak że nie przepuścilibyście wymarzonej okazji, to bylibyście z tego powodu bardzo szczęśliwi.

Podobnie te nauki o nietrwałości to nie tylko jakaś jedynie teoria wymyślona przez Buddę, ale mówi ona o tym jak rzeczywistość wygląda naprawdę. Medytacja nietrwałości jest podwójnie właściwa, ponieważ jest dobra dla nas i jednocześnie jest prawdą. Z drugiej strony gdybyśmy spędzili życie w samooszukiwaniu się, myśląc że rzeczy są wieczne i podążalibyśmy za wieloma światowymi ambicjami, to byłaby największa szkoda, jaką moglibyśmy sobie wyrządzić. Wówczas pod koniec naszego życia podobni byśmy byli człowiekowi, który udał się na wyspę pełną skarbów i powrócił z niej z pustymi rękami – tak zmarnowalibyśmy nasze cenne ludzkie życie.

Teraz druga medytacja o nietrwałości odczuwających istot, czyli zawartości zewnętrznego naczynia. Patrul Rinpoche mówi, że od najwyższych niebiańskich istot po te, które zamieszkują na samym dnie piekieł, nie ma nikogo, kto byłby w stanie uniknąć śmierci. Ostatnio tylko nieco omawialiśmy sześć światów i bardziej szczegółowo omówimy je przy rozdziale o sam-sarze, więc teraz nie ma potrzeby bym mówił o nich szczegółowo. Jedna z sutr mówi: „Czy widzieliście kiedykolwiek kogoś na ziemi czy w niebie, kto nie musi umrzeć?”. Pierwsza myśl pod rozwagę, którą powinniśmy podjąć, gdy medytujemy nad nietrwałością żyjących istot to po prostu fakt, że nigdy nie było żywej istoty, która uciekłaby śmierci. Intelektualnie oczywiście my o tym wiemy, ale nie wiemy tego w naszych sercach. Dlatego powinniśmy zdać sobie sprawę, że jeśli ni ma nikogo w całej historii, kto nie uniknąłby śmierci, to jednocześnie możemy sami siebie zapytać, kto spośród dzisiaj żyjących będzie jeszcze żywy za sto lat. (W Ameryce są co prawda bogaci i sprytni ludzie, którzy każą się zamrażać, ale jest to jeszcze jeden przykład ludzkiej rozrzutności).

Jeśli nie ma nikogo, kto uniknął śmierci, dlaczego wydaje się nam, że my jej unikniemy? Ponieważ w głębi naszych serc żyjemy takie złudzenie. I to w jakimś sensie powstrzymuje nas przed prawdziwym praktykowaniem Dharmy. Powinniśmy zawsze rozważać, że śmierć jest coraz bliżej nas. W zasadzie nasze pierwsze urodziny powinny być powodem do smutku, ponieważ jest to oznaka nadchodzącej z czasem śmierci. Prawdą jest, że śmierć podkrada się do nas jak myśliwy i ten myśliwy z każdą chwilą jest coraz bliżej nas. Aria Śiantidewa w „Bodhisattwaczariawatara” mówi: „Dlaczego śpicie teraz głupcy, czy nie wiecie, że Pan Śmierci podkrada się do was cały czas?”.

Jednocześnie życie jest tak kruche, że możemy zakończyć je dokładnie w miejscu, w którym jesteśmy. Nagardżuna mówi w „Liście do przyjaciela”, że jest cudowną rzeczą to, iż ponownie wdychamy po wydechu. Jeśli widzimy małe dziecko czy jakąś osobę możemy zauważyć, że po wydechu wdech nie jest rzeczą automatyczną i w tym tkwi widoczna kruchość życia lub inaczej ujmując, śmierć jest zawsze w pobliżu nas. Jeśli mamy okazję być w szpitalu i zobaczymy medyczną aparaturę do podtrzymywania życia wtedy również możemy się przekonać jak ulotną rzeczą jest życie i to my możemy znaleźć się w sytuacji, w której nasze życie będzie

podtrzymywane przez tą aparaturę, nie ma żadnej różnicy pomiędzy nami, a pacjentem, którego w danym momencie zobaczymy podłączonego pod taką maszynę.

Dalej Patrul Rinpocze mówi, że jest cudem, iż budzimy się żywi z nocnego snu, a my po prostu uważamy to za oczywiste. Śmierć jest sprawą pewną dla nas, jako że nikt jej do tej pory nie uniknął, a życie zbliża się do swojego końca z każdym momentem. Lecz my zachowujemy się jak bydło, które Siantidewa opisuje w wyżej wymienionym tekście, gdzie krowy spokojnie pasą się przed rzeźnią, gdy ich towarzyszki idą na pewną śmierć. Tak że wykluczamy śmierć z naszego życia i zamiast mieć szeroki horyzont rzeczywistości i prawdy o życiu i śmierci zanurzamy się w zwykłych światowych ambicjach. Możemy myśleć, że jest to nasza wolność, ale w rzeczywistości jest to odwrotność wolności, ponieważ jest to krępujące ograniczenie i jak Patrul Rinpocze mówi, jesteśmy całkowicie zaangażowani w walkę o bogactwo, chwilowe szczęście i sławę.

Dzieltsyn Rinpocze mówi gdzie indziej, że nawet pod koniec naszego życia jesteśmy wciąż zaangażowani w robienie różnych planów na przyszłość. Zostaje to przerwane dopiero przez przejście władzy nad nami poprzez Pana Śmierci. Powinniśmy się zastanowić, co wówczas się z nami stanie. Powinniśmy się zapytać czy rzeczy, którymi się tak teraz zajmujemy będą miały jakkolwiek wartość w momencie śmierci? Pieniądze, fizyczna siła, uroda ani zwykła wiedza czy znajomość wielkich tego świata nie pomogą nam, gdy zostaniemy skonfrontowani z Panem Śmierci. Rzeczy, które mogą mieć dla nas wartość i których pragniemy za życia nie mają sensu po śmierci. Patrul Rinpocze mówi, że nawet, jeśli zamkniemy się w stalowej skrzyni, którą będzie strzegło tysiące żołnierzy, to i tak Pan Śmierci dopadnie nas.

Znam interesującą historię o pewnym milionerze z Ameryki. W latach czterdziestych dorobił się olbrzymiego majątku produkując samoloty, później zajął się produkcją filmów i znalazł szczególnie upodobanie w pięknych kobietach z Hollywoodu. Ale ostatnie dwadzieścia lat swojego życia spędził w obsesji, iż może być zarażony bakteriami chorobotwórczymi i cały czas musiało mu towarzyszyć dwanaście osób, które w rękawiczkach usługiwały mu podając różne przedmioty przez dwanaście chusteczek higienicznych. Człowiek ten ostatecznie umarł pozostawiając po sobie setki milionów dolarów, którymi nie potrafił się cieszyć i jedynym wnioskiem dla nas jest to, iż skoro potężni bogacze tego świata ulegają śmierci, jakkolwiek by jej unikali, to my również jej ulegniemy.

Patrul Rinpocze mówi, że śmierć nie może zostać pokonana przez żadnego wojownika, nie przyjmuje rozkazów wydawanych przez władców, ani nie może być prześlana przez bogaczy. Kiedy raz nasze życie dobiegnie końca, nawet jeśli pojawi się Buddha Medycyny Sandzie Menla, nie powstrzyma on śmierci. Jest to bardzo ważne, ponieważ mówi się że istnieją trzy przyczyny śmierci. Pierwszym jest brak zasług, drugim karma, a trzecim zaniknięcie siły życia.

Jeśli pojawia się tylko jeden z tych czynników to wówczas praktyka na długie życie, lub inicjacja na długie życie może pomóc, nawet powiada się że kiedy dwa czynniki pojawią się jednocześnie to przy dużym wysiłku można je pokonać, ale gdy wszystkie trzy mają miejsce, to cała sprawa jest beznadziejna. Nawet, jeśli potrafimy zaradzić coś choćby dzięki medycynie lub podobnym metodom to i tak ostatecznie wszystkie trzy czynniki w końcu pojawią się równocześnie dla każdego z nas. Patrul Rinpocze mówi, że od tej chwili nigdy nie powinniśmy popaść w lenistwo, ponieważ śmierć z pewnością podaży za nami. Jeśli medytujecie nad nietrwałością

zrozumiecie, że najistotniejszą rzeczą jest praktyka Dharmy, ponieważ jak już zobaczyliście nic innego nie może nam pomóc w momencie śmierci.

Jak Dharma może nam pomóc w momencie śmierci? Należy to widzieć w następujący sposób, w momencie śmierci umysł opuszcza ciało i z tego powodu wszystkie rzeczy omawiane wcześniej, ponieważ są fizycznymi rzeczami nie są w stanie pomóc nam, gdyż nie mogą nam towarzyszyć po śmierci. Ale czy po śmierci jest w stanie coś pójść za naszym umysłem? Tak. Za naszym umysłem podążą nasze dobre i złe czyny popełnione za życia, będące jak jego cień i są one jak odcisnięte pieczęcie w strumieniu naszego umysłu. W ten właśnie sposób Dharma nam pomoże w momencie śmierci. Im więcej za życia praktykowaliśmy Dhamę tym mniej śladów negatywności znajdzie się w strumieniu naszego umysłu po śmierci, a więcej śladów pozytywnych. Te ślady dojrzeją również jako moce i doświadczenia w naszym przyszłym życiu. Dlatego będą pomocne w momencie śmierci, ponieważ będą decydowały o naszej przyszłości. Będą miały znaczenie w okresie pomiędzy śmiercią, a ponownymi narodzinami pomagając nam w osiągnięciu pewnej stabilności w tym okresie.

Lecz Dharma jest nam w stanie pomóc jeszcze bardziej niż w momencie śmierci. Jeśli praktykujemy Dhamę teraz, wówczas możemy doświadczyć prawdziwej natury naszego umysłu poprzez praktykę mahamudry, dzogczen czy zen i jeśli uczynimy to w ciągu naszego życia to w momencie śmierci rozpoznamy czyste światło. Wówczas śmierć nie będzie momentem pomieszania, ale okazją wyzwolenia. Medytacja nad nietrwałością i bezużytecznością świeckich spraw (tj. ambicji), nie jest tylko negatywną historią, to jest coś więcej jak mówi tekst te rzeczy będą wam przydatne w tym najważniejszym ze wszystkich momentów, dlatego lepiej poświęć swój czas by rozwinąć tę wspaniałą zdolność poprzez praktykę Dharmy. To kończy drugą medytację o nietrwałości żyjących istot.

Podstawowym aspektem tej nauki jest to, iż śmierć jest nieuchronna, ponieważ nie ma ani jednego człowieka, który by jej uniknął. W trzeciej i czwartej medytacji Patrul Rinpocze rozwija ten wątek mówiąc, że nawet święte istoty są nietrwałe jak i władcy wszechświata nie są trwali. Najistotniejszy punkt tkwi w tym, iż musimy zdać sobie sprawę, że jeśli nawet takie istoty ulegają przemijaniu to tym bardziej ja jestem przemijający. Rozważając nietrwałość świętych istot, Patrul Rinpocze mówi, że nawet w historii samego buddyzmu możemy to dostrzec.

W jednej z sutr mówi się, że w tym eonie będzie tysiąc buddhów. Czterech już się pojawiło razem z grupą swoich oświeconych uczniów i nic po nich nie pozostało oprócz nauk ostatniego z nich Siakiamuniego Buddy. Wszyscy buddhowie odeszli w nirwanę i nic po ich naukach nie pozostało jedynie po ostatnim z nich. Patrul Rinpocze mówi, że po odejściu Siakiamuniego Buddy w Kusinagara pięciuset arhatów spotkało się by zebrać Trzy Kosze nauk i później sześciu wielkich mistrzów mahajany i dwa klejnoty nauk tj. Nagardżuna i Asańga wszyscy odeszli. Również 84 wielkich siddhów wadżrajany z okresu średniowiecza, którzy posiadali wielkie moce, wszyscy oni odeszli.

Dzisiaj dla nas buddystów jest bardzo melancholijną i smutną sprawą, kiedy jesteśmy w Indiach widzieć ten kraj gdzie żył Buddha i wielcy mistrzowie, a gdzie nie ma śladu po buddyzmie jedynie współczesną zwariowaną cywilizację. Gdzie kiedyś żyli wielcy siddhowie jest tylko milion biurokratycznych urzędów zamieniając wszystko w ruinę. Buddha wędrował często po dzisiejszym stanie Bihar, gdzie pojawiło się również wiele klasztorów i przez ponad tysiąc lat

było to jedno z najświętszych miejsc Indii; dzisiaj ten region jest najbiedniejszym miejscem z najwyższą ilością przestępstw i jest to tak wielkim problemem dla jego mieszkańców, że ci biedni ludzie uciekają do Nepalu. Jako buddyści na przykładzie świętego kraju, jakim są Indie mamy żywy przykład nietrwałości.

Sam Budda dał współczujący przykład, kiedy umarł wskazując, tym samym niemożność ucieczki przed nietrwałością. Patrul Rinpocze wspomina również o nietrwałości i śmierci wielkich świętych ludzi w Tybecie, którzy żyli w przeszłości. Mówi tu o Guru Rinpocze i jego uczniach wielkich joginach oraz o wielkich siddhach nowych tantr jak Marpa, Milarepa i Gampopa; jakiegokolwiek wielkie moce by nie posiadali wszyscy umarli. Jeśli ci wielcy ludzie posiadający kontrolę nad wewnętrznymi i zewnętrznymi elementami dzięki swej praktyce jogi musieli umrzeć, to jest to tym bardziej oczywiste dla nas. To była trzecia medytacja o nietrwałości świętych istot.

Czwarta medytacja dotyczy nietrwałości wielkich ludzi posiadających władzę. Gdzie oni są? Na przykład Edward Gierek? Parafrazując Szekspira: „Był czas, kiedy kroczył po tej ziemi jak potężny kolos”. Patrul Rinpocze daje jeszcze wyższy przykład mówiąc: „Są wspaniali bogowie, którzy mogą żyć tak długo jak długo trwa jedna kalpa. Tacy jak Brahma, Wisznu, Indra i Iśwara. Ich chwała i potęga są większe niż słońce i księżyc. Lecz nawet oni nie są w stanie uniknąć śmierci, ponieważ ich egzystencja jako bogów zależy od przyczyn i warunków, dlatego ich doświadczenie bycia bogiem jest nietrwałe”. Powiedzione jest w jednej z sutr, że Indra stanie się służącym służących, ponieważ uważa, że jest szefem, a Brahma upadnie do najniższych piekieł, gdyż wydaje mu się, że jest stwórcą.

Gdy pojawia się nowy Brahma to rozgląda się nie widząc nikogo, po czym pojawiają się inni bogowie i wówczas myśli: „A ja ich stworzyłem”. Ktoś taki, kiedy pojawiają się głupie ludzkie istoty jest w stanie przekonać ich iż to on je stworzył, zazwyczaj obiecując im coś w zamian i tak długo jak ci ludzie czczą go, to utrzymuje on ów stan umysłowego złudzenia. Lecz z czasem ludzie przestają w niego wierzyć i wtedy biedny stary bóg upada do niższych stanów istnienia. Nawet bóg uważany za stwórcę jest przemijający.

Jeśli spojrzymy na świat ludzi zwracając się od świata bogów, Patrul Rinpocze mówi, że istnieli władcy i cesarze, którzy sięgnęli samych szczytów potęgi i wymienia całe dynastie indyjskich czy potężnych tybetańskich władców, i wskazuje na fakt, iż był nawet taki czas, kiedy Tybet kontrolował nawet część Indii, Chin i Iranu, ale teraz nic z tego nie pozostało. Jako przykład upadku wielkiego mocarstwa mogę przytoczyć, co następuje: kiedy byłem dzieckiem w latach 50-tych w Wielkiej Brytanii, w naszych szkołach mieliśmy wciąż w użytku mapy, które były wydrukowane przed drugą wojną światową. Na tych mapach nie było części świata, która nie byłaby zaznaczona czerwonym kolorem, co oznaczało, że nie podlegałyby koronie brytyjskiej. I jak mówiono wtedy nad imperium brytyjskim nigdy nie zachodziło słońce. I szczęśliwi byli ludzie, którzy mogli żyć pod tym łagodnym jarzmem brytyjskim. Teraz musimy błagać Niemców, by pozwolili nam pozostawać w Unii Europejskiej.

Patrul Rinpocze mówi, rozważ te wspaniałe splendory przeszłości. Porównaj je z naszymi obecnymi domostwami i majątkami, które nie mają żadnego istotnego znaczenia. Powinniśmy głęboko nad tym medytować i zastanawiać się. Jakże moglibyśmy myśleć, że takie rzeczy mogłyby przetrwać na zawsze. Spójrzcie, jeśli medytujemy w taki sposób nasze życie stanie się

poprzez to lżejsze. Jesteśmy dziwnymi istotami, ciągnącymi tyle niepotrzebnego bagażu za sobą. Mamy tyle zmartwień, których nie potrzebujemy. Mamy tyle trosk, których nie są warte by je mieć. Kiedy pozwolimy odejść tym rzeczom to poczujemy się wolni, jak mówi Nagardżuna w „Liście do przyjaciela”: „Im więcej głów posiada naga tym więcej doświadcza cierpienia”. Podobnie im więcej mamy zmartwień i zajmowania się światowymi sprawami, tym więcej doświadczamy cierpienia.

Każda z tych czterech medytacji, które do tej pory omawialiśmy są serią pytań, które powinniśmy sobie zadawać, pytając samych siebie, czy to czy tamto jest naprawdę potrzebne i niezbędne? Nauki nie są sformułowane w sposób taki, w którym czy wskazuje się, że ta rzecz jest dobra, a tamta niedobra, ale zapytują nas cały czas czy rzeczywiście powinniśmy zajmować się tymi różnymi sprawami, czy powinniśmy sprowadzać na siebie cierpienie, które nie jest konieczne. Im bardziej prości będziemy się stawali dzięki odpuszczeniu sobie tych wszystkich rzeczy, tym bardziej będziemy zrelaksowani, a tym samym bardziej radośni. To nie jest nauka, zgodnie z którą przyjmujemy teraz na siebie więcej cierpienia, za co w przyszłości doświadczymy miłej zapłaty i nagrody; jest to nauka mówiąca, że dzięki odpuszczeniu sobie tych rzeczy będziemy żyli szczęśliwsi i umierali szczęśliwsi.

Piąta z siedmiu części tego rozdziału jest najdłuższa. Patrul Rinpocze daje nam różne przykłady kontemplacji nad nietrwałością. Oczywiście, kiedy zaczniemy obserwować świat w świetle nauk o nietrwałości, to zobaczymy, że nasze osobiste doświadczenie uczy nas tego najlepiej. Można powiedzieć, że cały świat jest ciągłym przykładem nietrwałości i przemijalności. Ponieważ nie ma żadnej rzeczy, która wykraczałaby poza nietrwałość, dlatego też każdą rzecz możemy użyć do medytacji nad nietrwałością. Czy jest to rzecz fizyczna jak nasze ciało, czy jest to nietrwałość naszego umysłu co doświadczamy w czasie medytacji. To, co od nas się wymaga to posiadanie zapytującego umysłu, który głęboko spogląda w rzeczy zapytując, co jest ich rzeczywistością oraz potrzebujemy także umysłu, który jest uważny w każdym momencie gdziekolwiek jesteśmy i cokolwiek robimy. Umysł ignorujący nietrwałość zachowuje się tak, ponieważ nie zapytuje, nie wnika i jest zapominalski i jest rozproszony. Kiedy staramy się skoncentrować nasz umysł poprzez przytomność w naszym codziennym życiu i dzięki praktyce medytacji, to pierwszą rzeczą, jaką zobaczymy to strumień ciągle zmieniających się emocji i myśli. Pierwszy przykład, jaki podaje Patrul Rinpocze dotyczy zewnętrznego świata i jest zaczerpnięty z mitologii. Jest to przykład wzrostu i upadku w czasie jednego eonu.

W jednej z sutr Buddha opowiedział o początku cyklu wszechświata i upadku istot wraz z ich moralnym upadkiem z upływem czasu. Istotą nauki tej sutry jest jak poprzez pojawienie się przywiązania do jaźni i podziału na siebie i innych tracimy szczęście, ale Patrul Rinpocze użył ją tutaj jako przykład upadku. Mówi, że na początku tego eonu ludzkie istoty same emanowały światło, tak iż niepotrzebne było światło słońca i księżyca, nie potrzebowali jedzenia, ale żywili się nektarem, byli tak szczęśliwi jak bogowie. Z czasem jednak wzrastały ich skalania i straciły tą szczęśliwość i subtelność. Patrul Rinpocze nie wspomina tu o tym, ale w sutrze powiedziane jest, że przywiązanie jaźni było związane z posiadaniem rzeczy. W rezultacie skalania wzrastały i ludzie czuli przyciąganie do niższych substancji, dzięki czemu zaczęli spożywać bardziej fizyczne jedzenie i stopniowe ich ciała utraciły świetlną promienistość i stawały się cięższe.

Patrul Rinpocze nie mówi o tym gdyż skoncentrował się jedynie na temacie nietrwałości i nie zajmuje się tematem tej sutry. Z czasem ludzie stali się ciężcy, szczęście zaczęło zaniżać oraz długość życia zaczęła się skracać. Ten proces będzie trwał tak długo, aż długość życia osiągnięta przez ludzi nie będzie przekraczać dziesięciu lat, wówczas pojawi się Maitreia Buddha i zacznie nauczać najpierw pierwszego wskazania o nie zabijaniu. W rzeczywistości nie będzie to sam Maitreia Buddha, a jego emanacja. Od tego momentu stopniowo ludzkie życie zacznie się przedłużać, aż osiągnie zdolność do utrzymania się nieprzerwanie przez 80 000 lat i wówczas pojawi się Maitreia Buddha i zacznie nauczać Dharmę. Patrul Rinpocze z rozmysłem daje nam wskazówkę jak ustosunkować się do wzrastającej liczby osób twierdzących, że są Maitreią. Jak ci ludzie mogą być Maitreią, gdy nie osiągamy jeszcze wieku 80 000 lat? Jest to pytanie, na które trudno będzie odpowiedzieć tym wszystkim osobom. Nie wiem jak to jest w Polsce, ale w Wielkiej Brytanii z pewnością cierpimy na przeludnienie spowodowane nadmierną liczbą Maitreiów.

Na przykład mieliśmy takiego „mistrza żeń” wyświęconego w Tajlandii, który w 1972 roku ogłosił się Maitreią, mówiono, że ta inkarnacja Maitrei miała szczególne upodobania do kobiet. Później ten człowiek w ogóle ściągnął szaty i jeździł na motorach w skórzanej kurtce a ostatnio prowadzi restaurację wegetariańską. Na pewno nie jest to jeden z dwunastu czynów, który każdy buddha przychodzący na ziemię ma dokonać. Patrul Rinpocze mówi, że w tym eonie te okresy wzrostu i upadku powtórzą się tysiąc razy. Jak my ludzie Zachodu powinniśmy to rozumieć?

Wszechświat jest nieskończony i jako taki podlega nieskończonym przemianom. Uważamy, że stałymi częściami świata to nasze ciała, nasze związki z ludźmi i świat, który postrzegamy, np. meble itp. nawykowo myśląc, że pozostaną takimi jak je widzimy na zawsze. Patrul Rinpocze mówi, kiedy przeegzaminujemy zmiany dotyczące zaniku i wzrostu widzimy, że nawet na wielką skalę nic nie jest trwałe. Innym przykładem nietrwałości są pory roku. Jeśli spojrzycie na pory roku to zobaczycie nietrwałość w akcji. Patrul Rinpocze mówi – w lecie każdy jest pełen szczęścia, kwiaty wszędzie kwitną i wszystko jest jak w samym niebie, na jesieni robi się chłodno trawa traci swój kolor, a w zimie wszystko jest zmarznięte i twarde jak skała, po czym znowu przychodzi wiosna i zimno puszcza wszystko ponownie. Pory roku następują po sobie, ale każda jest tak samo nietrwała jak nietrwała jest poprzednia pora. Podobnie możemy postrzegać przemijające lata, miesiące, tygodnie i dni.

Innym przykładem jest medytowanie nad miastem i społecznością, w którym żyjemy. Jest tyle historii nietrwałości, które możemy usłyszeć i zobaczyć. Historie bogatych, którzy stają się biedni, posiadających siłę władzę, a będących obecnie słabymi i bezbronnymi. To my sami myślimy, że wszystko jest stabilne i będzie trwało wiecznie, ale myślimy tak, gdyż nie mamy dostatecznie szeroko otwartych oczu i nie postrzegamy oczywistych faktów. Nawet w naszych rodzinach, gdy pomyślimy o naszych przodkach jakże możemy myśleć, że nasi krewni i my sami nie podzielimy ich losu? Patrul Rinpocze wskazuje jak szybko zapomina się o potężnych ludziach tego świata po ich śmierci. Kiedy przyglądamy się tym rzeczom nabieramy przekonania, że nic nie trwa wiecznie? Jak już wcześniej powiedziałem, ci którzy żyli sto lat temu teraz są martwi, podobnie my za sto lat też będziemy martwi? Nie niczego na świecie co byłoby trwałe i niezmiennie. Buddha powiedział, że cokolwiek zostało stworzone rozpadnie się, ktokolwiek narodził się umrze, wszystko, co zostało zgromadzone jest nietrwałe.

Jeśli chodzi o tą niepewność, Nagardżuna w „Liście do przyjaciela” mówi, ci którzy byli naszymi przyjaciółmi wczoraj dziś są naszymi wrogami. Dzisiaj możemy mieć wiele szczęścia, możemy mieć władzę, być bogaci lub atrakcyjni, ale nadejdzie śmierć i wszystko to utracimy. Powinniśmy wyobrazić sobie moment śmierci, kiedy wszystko zostanie nam zabrane, że nie ma niczego w tym momencie, na czym polegamy, na co dzień i nie będzie absolutnie niczego, co możemy zabrać ze sobą. Wszystko, z czego czerpiemy naszą siłę, poczucie znaczenia i celu dla nas, motywację, poczucie bezpieczeństwa, to jeśli to nie będzie Dharma zostanie nam odebrane.

Dlatego w naukach lodziong mówi się, że najlepszym przygotowaniem do śmierci to oddanie i pozbawienie się wszystkiego zanim umrzemy. Tak, że nasz umysł nie będzie przywiązany do niczego, gdy będziemy opuszczali nasze ciało i nie będziemy przywiązani do rzeczy, które posiadamy, co mogłoby doprowadzić do wielkiego cierpienia. I wówczas będziemy musieli porzucić najcenniejszą dla nas rzecz, jaką jest nasze ciało. Całe nasze poczucie bezpieczeństwa znajdujemy w naszym ciele, dlatego zawsze czujemy się tak przyjemnie, kiedy inni robią coś dobrego dla naszego ciała. Patrul Rinpocze mówi, że nasze ciało, które było odziane w najlepsze ubrania za życia wypełnione herbatą i piwem i było uważane za piękne, po śmierci jest przedmiotem obrzydzenia, do którego nikt nie chce się zbliżyć. Patrul Rinpocze pisze bardzo bezpośrednio, że to, co nazywamy zwłokami to jest to, co posiadamy teraz. Możemy ująć to w ten sposób, już teraz nosimy szaty śmierci i jest nimi nasz własny szkielet już go posiadamy.

Możemy myśleć, mówi Patrul Rinpocze, że jesteśmy bardzo ważnymi ludźmi, ponieważ jesteśmy odpowiedzialni za innych, że bez nas inni nie dadzą sobie rady. Myśląc tak sami siebie oszukujemy, ponieważ kiedy nasz umysł opuści ciało inni będą starali się pozbyć naszego ciała tak szybko jak to tylko będzie możliwe. Ci ludzie, o których myślimy, że jesteśmy dla nich tacy ważni, gdy tylko umrzemy natychmiast pozbędą się naszego ciała, zakopią je, spalą albo wrzucą do rzeki. Powinniśmy o tym myśleć, ponieważ da nam to odpowiednią perspektywę, co do tego gdzie jesteśmy teraz. Jest bardzo ważne by sobie uświadomić, że świat po nas się nie zawali, wszystko będzie toczyć się dalej. Gdy umrze ktoś bardzo ważny czy z tego powodu świat się zatrzymuje czy ludzie na przykład przestają się kochać? Dlatego cele, jakie stawiają sobie politycy ponoszą fiasko, ponieważ zazwyczaj myślą, że bez nich świat się zawali. Powinniśmy myśleć w następujący sposób, bez względu na to jak wiele ludzi zależy ode mnie teraz lub myślę, że zależy ode mnie znajdą dla siebie sposób jak żyć beze mnie. Wszyscy zostaną zapomniani, nawet Budda został już prawie zapomniany. Skoro tak się rzeczy mają to nasza śmierć nie zatrzyma historii, nie zatrzyma biegu świata. Kiedy umrzemy, co wówczas się wydarzy?

Patrul Rinpocze mówi, że wejdziemy w stan pośredni bez nawet jednego towarzysza. Tylko Dharma będzie nam towarzyszyć i z tego powodu powinniśmy praktykować teraz Dhamę. Buddha powiedział że wszystko, co zostało zgromadzone jest nietrwałe. Patrul Rinpocze mówi, że król, który rządzi całym światem może skończyć jako żebrak. Niektórzy ludzie zaczynają swe życie otoczeni wszelkimi dobrami a kończą je straciwszy wszystko.

Możemy zobaczyć to sami, kiedy powstają fortuny i giną w ciągu jednej nocy na rynkach kapitałowych. Jakies sześć czy siedem lat temu w jeden dzień skarbnik Królestwa W. Brytanii w ciągu jednego dnia stracił 15 mld funtów próbując utrzymać rynek funta w Europie i tego samego dnia niektórzy inwestorzy zarobili po 30-40 mln funtów każdy. Dlatego Patrul Rinpocze

mówi, że nie możemy kurczowo trzymać się nagromadzonych rzeczy i bogactwa w nieskończoność.

Co więc powinniśmy zrobić? Praktykujcie szczodrość, jak mówi Nagardżuna, nie ma lepszego przyjaciela w następnym życiu jak szczodrość praktykowana teraz. Szczodrość oznacza pozbycie się przywiązania do dóbr. Buddha powiedział, że ci, którzy się spotkali muszą się rozejść. Wszystkie związki kończą się rozstaniem. Patrul Rinpocze mówi, że jesteśmy jak ludzie którzy spotykają się na targu w dzień a wieczorem wszyscy rozchodzą się w różnych kierunkach. Może się tam spotkać setki tysiące ludzi, ale wieczorem wszyscy się rozejdą. Tak zakończą się wszystkie nasze związki czy to związki z naszym nauczycielem duchowym czy z rodziną. Nie oznacza to jedynie, że nie powinniśmy mieć przywiązania oznacza to również, że nie powinniśmy kłócić się z naszymi bliskimi, ponieważ nigdy nie wiemy, kiedy ich utracimy. Jak powiada Padampa Sandzier w naukach dla ludzi z Tingri – jesteście jak ludzie spotykający się na targu, dlatego nie kłóćcie się.

Jak wyjaśniłem wcześniej nauki i całkowity przekaz tekstu otrzymałem od mojego nauczyciela Karma Thinley Rinpocze i pod koniec każdej sekcji, którą komentuję czytam lung, czyli ustny przekaz oryginalnego tekstu Patrula Rinpocze. Jest to tradycyjny sposób nauczania, ponieważ lama czy nauczyciel Dharmy nie powinien tworzyć swoich własnych nauk, ale powinien przekazywać nauki Buddy czy wielkich nauczycieli. Wielki Sakya Pandita powiedział na ten temat, że ponieważ nie ma nikogo, kto byłby mądrzejszy od Buddy nikt nie powinien dodawać ani niczego dodawać do tego, co nauczał Buddha. Podobny stosunek powinniśmy mieć do nauk, które napisali mistrzowie w przeszłości, tak że nie otrzymujecie nauk Jampa Thaye, ale nauki Patrula Rinpocze. Patrul Rinpocze jest tu kluczową osobą nie Jampa Thaye.

Teraz dalej będę omawiał drugi punkt w zwykłych praktykach nymdro dotyczący nietrwałości i śmierci. Cały rozdział zawiera siedem punktów przedmiotów medytacji omówiliśmy cztery z nich i zaczęliśmy omawiać piąty ilustrujący nietrwałość. Pamiętajcie, że tą medytację nad nietrwałością i śmiercią czynimy by uwolnić się od spraw tego świata i odczuć palącą potrzebę praktykowania Dharmy. Powinniśmy zrozumieć, że te nauki mają swój cel, buddyzm nie naucza jedynie nietrwałości tak, że powinniśmy wierzyć we właściwą doktrynę to nie o to chodzi. Buddha wyjaśniał nietrwałość by jego uczniowie mieli odczucie, że nie możemy opierać się na światowych rzeczach czy łączywie trzymać się życia jedynie możemy polegać jedynie na obecnej chwili.

Patrul Rinpocze cytując Buddhę mówi, że wszystko co zostało nagromadzone, musi się rozpaść. Jest to stan wszystkich uwarunkowanych rzeczy. Posługując się przykładem mówi, że wioski i klasztory, które niegdyś były prosperujące dziś stoją opuszczone i zrujnowane. Polska nie przeżyła fali rewolucji protestanckiej tak jak Anglia, ale można tam dziś oglądać reszki i pozostałości niezwykle pięknych i okazałych klasztorów katolickich, są to dobre miejsca do medytacji, ponieważ możemy tam łatwo poczuć nietrwałość tych miejsc, które kiedyś kwitły jako ośrodki życia duchowego z poczuciem swojej wielkości na zawsze, dzisiaj pozostały tylko ruiny. Patrul Rinpocze mówi w Tybecie wielkie klasztory z przeszłości z okresu pierwszego buddyjskiego monarchy Songcam Gampo są teraz całkowicie zrujnowane, tak, że pozostały po

nich jedynie widoczne fundamenty. W podobny sposób powinniśmy myśleć o naszych obecnych domach, klasztorach czy miastach pamiętając, że z czasem one również będą zupełnie opuszczone.

Tyle czasu i życia poświęcamy na zdobycie własności i błędnie pojmujemy, że znajdziemy w niej schronienie. Patrul Rinpocze mówi, że lepiej być jak kadziupowie z okresu średnio-wieczna i stać się po prostu pustelnikami. Mówi byśmy praktykowali jak dawni kadampowie, to znaczy oprzeć swój umysł o Dhamę uczynić ją głównym zajęciem naszego życia, oprzeć praktykę Dhamy na pokornym życiu to znaczy nie używać Dhamy jako środka do zdobycia sławy, pozycji czy ważności swojej osoby. Oprzeć swoją skromność o poczucie śmierci, to znaczy myśląc o rzeczywistości śmierci tracimy przywiązanie do naszych ambicji i skromność pojawi się naturalnie. Śmierć, o której powinniśmy rozmyślać powinna opierać się o samotną jaskinię. Powinniśmy myśleć, że najlepiej byłoby umrzeć w samotnym miejscu, gdzie możemy skupić się na praktyce Dhamy. Siantidewa mówi w „Bodhisattwaczariawata”: „Najlepiej byłoby dla mnie umrzeć tu w odosobnieniu, gdzie nie jestem niepokojony przez nikogo”. I podobne pragnienia daje Dzietsyn Milarepa w swoich pieśniach. W ten sposób używa się śmierci jako przewodnika, w jaki sposób należy żyć. Śmierć staje się wówczas przyjacielem, który nie pozwala naszej praktyce się zdegenerować.

Kolejnym przykładem nietrwałości jest to, iż wysoka pozycja i potężne armie nie są wieczne. Szczególnie dla nas w Polsce, gdzie jest teraz wielka i niewyciężona Armia Czerwona?! Jej zasoby broni i amunicji dostały się w ręce mafii i można je znaleźć w Londynie i Berlinie. Patrul Rinpocze przytacza przykład władcy wszechświata z mitologii indyjskiej Mandaty. Mówi, iż był on tak potężny, że dzielił tron z władcą bogów Indrą, ale ostatecznie upadł na Ziemię i zmarł. Jeśli to przydarzyło się Mandacie to nikt z wielkich tego świata nie może być wiecznie potężny i utrzymać swoją władzę na zawsze. Wielu potężnych ludzi, którzy ustanawiali prawo sami później kończyli w więzieniu. Skoro tak jest, to po co mamy się starać o władzę. Patrul Rinpocze mówi, że jest łatwo być uwiedzionym od Dhamy przez cel, jakim jest władza, ale jest to tylko światowy cel, który nigdy nie trwa na zawsze. Natomiast osiągnięcie stanu buddy nigdy nie ulega rozpadowi i jest wieczny. Medytując nad tym przykładem nietrwałości jak również nad innymi kieruje nas na to, co warte jest osiągnięcia.

Następnie Patrul Rinpocze pisze o kolejnej rzeczy, którą możemy uważać za coś, co da nam poczucie bezpieczeństwa i schronienia, mowa tu o przyjaciółach i związkach. Ale jeśli tak myślimy to zapominamy o instrukcjach zawartych w „Liście do przyjaciela”, pozostawionych przez Nagardżunę, który mówi, że nasi wczorajsi przyjaciele są naszymi dzisiejszymi wrogami. Możemy czuć, że znajdziemy bezpieczeństwo i schronienie w przyjaźni i związkach błędnie myśląc o nich jako wiecznych, ale nic nie pozostaje na zawsze. Patrul Rinpocze posługuje się słynnym przykładem z sutr.

Pewnego dnia Arhat Katjana jeden z uczniów Buddy, zobaczył mężczyznę z dzieckiem na kolanach. Ów człowiek jadł rybę i rzucał kamieniami w sukę, która próbowała złapać rybę kości, ale Katjajana miał wielkie doświadczenie w medytacji i zobaczył, kim były te istoty w poprzednim życiu. Był w stanie porównać sytuację tych istot w obecnym życiu i w poprzednim. Ryba, którą ten człowiek zjadał była jego ojcem w poprzednim życiu, suka w którą rzucał kamieniami była jego matką, a dziecko na jego kolanach było jego wrogiem z poprzedniego

życia. Była to osoba, którą zabił w poprzednim życiu i jako zapłata karmiczna ten człowiek odrodził się jako jego dziecko. Ale z powodu niewiedzy istoty te nie wiedziały, co łączyło je w przeszłości.

Jeśli przyjmiemy schronienie w związkach to ignorujemy fakt, że wszystko się zmienia i układ naszych związków również ulegnie zmianie. Jeśli romantycznie wierzymy, że w tym życiu zakochaliśmy się w kimś, ponieważ taki związek miał miejsce w przeszłości, to prawdopodobnie traktowaliśmy tę osobę niewłaściwie w przeszłości i obecnie staje się naszą żoną, tak że może wziąć na nas rewanż za złe traktowanie. Albo są to tylko uwagi mężczyzny w średnim wieku.

Patrul Rinpocze mówi, że możemy zaobserwować zmienność związków w ciągu jednego życia. Nawet zaprzysiężeni wrogowie godzą się i zostają przyjaciółmi. Z drugiej strony zaprzysiężeni wrogowie mogą nie tylko stać się przyjaciółmi, ale również członkami rodzin. Widzimy też bliskich, którzy się szczerze nienawidzą i wyrządzają sobie krzywdę z byle powodów. Widząc, że zarówno przyjaźnie i wrogość są nietrwałe powinniśmy wszystkich traktować z miłością i współczuciem. Powinniśmy zachować zrównoważony pogląd na ludzi i nie przyklejać naklejek „prawdziwy przyjaciel” czy „prawdziwy wróg”, a raczej wszystkich traktować z otwartością poprzez miłość i współczucie.

Kiedy Patrul Rinpocze mówi później o miłującym współczuciu to podkreśla, że nie można tego osiągnąć, o ile nie będzie się traktować ludzi z punktu widzenia równości. Istotną sprawą z punktu widzenia Dharmy nie jest posiadanie miłości i współczucia dla niektórych istot, ale rozwinięcie tego na wszystkich. Nie będziemy w stanie tego zrobić, jeśli będziemy przywiązani do tych podziałów ludzi na przyjaciół i wrogów. Pierwszą rzeczą jest więc puszczenie tego przywiązania do podziałów, co nazywamy równością i czynimy to poprzez widzenie, że te etykiety nie są prawdziwe, ponieważ cały czas się zmieniają.

Kolejnym przykładem nietrwałości, o którym mówi Patrul Rinpocze jest problem biedy i bogactwa. Możemy myśleć, że najważniejszą sprawą w życiu jest stać się bogatym człowiekiem, ale gdy tak będziemy uważać to zdusi naszą praktykę Dharmy i przestanie być ona głównym celem w naszym życiu. Powinniśmy postrzegać takie pragnienia jako bezwartościowe, ponieważ skoro wszystko jest nietrwałe to również nasze bogactwo ma taką cechę. Patrul Rinpocze mówi, że wielu ludzi żyło w bogactwie a zakończyli je w biedzie. Inni zaczynają w biedzie a kończą jako bogacze. Są tacy, co zaczęli życie jako żebracy a kończyli jako królowie. Bieda i bogactwo są oba nietrwałe i gdy dotknie was zły okres nie traktujcie tego jako czegoś wiecznego po prostu postrzegajcie to w taki sam sposób. Jeśli myślimy nad nietrwałością to nawet, jeśli będziemy bogaci to nie powinniśmy być do tego neurotycznie przywiązani, ponieważ bogactwo jest również nietrwałe i powinniśmy mieć do tego zrelaksowany stosunek. Co oznacza, że możemy użyć nasze bogactwo by przynieść korzyści innym, ponieważ nie chwytnie się tego jako swego schronienia.

Patrul Rinpocze mówi, że zarówno dobry jak i zły los są całkowicie nieprzewidywalne. Chodzi tu o uzyskanie właściwej perspektywy o wyjście poza sytuację, w jakiej jesteśmy nie traktowanie jej jako wiecznej. Przynajmniej pewną historię ku przestrodze. Dawno temu w pewnym królestwie przez siedem dni spadał z nieba deszcz zboża. Później przez siedem dni spadały z nieba ubrania. Trzeciego tygodnia spadały klejnoty, ale na czwartym tygodniu spadała z nieba

ziemia, która pogrzebała całą populację. I po tym, gdy umarli wszyscy odrodzili się w piekle. Możemy więc przyjąć, że tak się rzeczy mają w życiu na tym świecie, czasami jesteśmy na górze a czasami na dole. Dlatego mówi, że nie możemy kontrolować rzeczy by mieć zawsze szczęście i omijać nieszczęście – świata nie da się kontrolować. Ale tak się zachowujemy, chcemy zmaksymalizować nasze szczęście w wierze, że możemy kontrolować to i utrzymać ten stan szczęścia na zawsze unikając nieszczęścia i choć możemy myśleć, że jest to głupie to w rzeczywistości tak postępujemy.

Patrul Rinpocze mówi, że powinniśmy porzucić poszukiwanie komfortu i postępując za Buddhą akceptując wszelkie przeciwności dla dobra Dharmy.

Następnie Patrul Rinpocze uczy o doskonałości i przeciętności jako nietrwałymi. W świecie jakkolwiek elokwentni, wykształceni lub silni byśmy byli wszystkie te właściwości zostaną wyczerpane. Kiedy wyczerpie się zasługa nic z tego, co planujemy nie odnosi sukcesu. Wówczas wszyscy będą nas krytykować i będziemy bardzo nieszczęśliwi. Ale może przydarzyć się coś dokładnie odwrotnego – ktoś o kim myślano bardzo źle i może nie posiadać żadnych szczególnych talentów później może stać się bogaty i żyć w komforcie. Tak więc te właściwości są ciągle zmienne. Podobnie ma się sprawa z praktyka Dharmy. Patrul Rinpocze mówi, cytując stare powiedzenie tybetańskie, w późnym wieku mądrzy ludzie stają się głupcami, ci którzy byli mnichami stają się bogaci, a nauczyciele Dharmy stają się głowami rodzin.

Nie jest to tylko przykład nietrwałości, pokazuje, że nawet, jeśli czynimy wysiłek w praktyce Dharmy powinniśmy cały czas kontynuować medytację nad fundamentalnymi naukami jak nietrwałość, tak by Dharma nie upadała i byśmy utrzymali życie Dharmy w nas samych. Jeśli ktoś wydaje się dobry czy zły to jest to jedynie przejaw w obecnym okresie i nie posiada on trwałej stabilności. Teraz możemy być zainteresowani Dharumą i zniechęceni światem i możemy zacząć nawet praktykę Dharmy, i wyglądamy jak poważni ludzie Dharmy, być może będzie to nawet przyciągało do nas innych, ale choć może wydawać się nam, że jesteśmy zainteresowani wielką Dharumą, to w rzeczywistości rozwijamy wielką dumę. Dopóki nie osiągnięcie najwyższych stopni bodhisattwy nasza praktyka może się zdegenerować.

Często ludzie praktykują Dharumą przez kilka lat, ale później tracą serce do niej. Jest tak, ponieważ często wyobrażamy sobie, że zdobędziemy jakieś interesujące doświadczenie lub jakieś ważne zrozumienie i wyciągamy błędne przekonanie, że doszliśmy do sedna Dharmy, które przekracza nasze problemy. Kiedy zwykły ludzki problem powstaje w naszym życiu nie damy sobie z nim rady i początkowe zaufanie do Dharmy znika i wydaje się, że Dharma jest całkowicie teoretyczna i nie jest lekarstwem na nasze problemy. Ale to nie jest błąd po stronie Dharmy – nie jest tak, że Dharma nie jest lekarstwem na problemy. Po prostu tracimy kontakt z podstawowymi naukami, takimi jak te o nietrwałości itp., i w powiązaniu z tym, czyjaś postawa niecierpliwości spodziewanie się szybkiego urzeczywistnienia(???). Początkujący tacy jak my potrzebują wielu, wielu lat by przyswoić sobie podstawowe nauki i zabierze nam wiele lat zanim będziemy mieli jakiegokolwiek urzeczywistnienie i wymaga to od nas dużej cierpliwości.

Jeśli będziemy skromni i nasz stosunek do Dharmy będzie pełen pokory, to zawsze, kiedy w naszym życiu pojawią się problemy znajdziemy w naukach środki zaradcze, które nam pomogą. Bardzo często naszym problemem jest nasza inteligencja. Czasami zdarza się, że łatwo nam zrozumieć zaawansowane nauki o dzogczen, zen mahamudrze czy pustce, ale mylimy

to ograniczone intelektualne zrozumienie z autentycznym urzeczywistnieniem tych nauk. Nie zdajemy sobie sprawy, że autentyczne urzeczywistnienie zajmie nam co najmniej całe życie. I to urzeczywistnienie wydarzy się tylko pod warunkiem, że cały czas będziemy kontynuowali naszą praktykę powracając do medytacji nad fundamentalnymi naukami.

Konsekwencją niecierpliwości w praktyce Dharmy jest przykład wygłaszania poglądów na Zachodzie, że należy zmienić nauki Dharmy dostosowując je do Zachodu, ponieważ Dharma nie działa w naszej kulturze. Ludzie którzy praktykują 5, 10, 15 lat wygłaszają takie poglądy, a w rzeczywistości powinniśmy praktykować Dhamę w jej niezminionej formie przez 500 lat i dopiero wówczas możemy zacząć o tym myśleć. Z mojego własnego i innych doświadczenia mogę powiedzieć, że wszelkie problemy wynikające z praktyki Dharmy biorą się jedynie z tego, że nie praktykujemy Dharmy prawidłowo. Często, kiedy pojawiają się problemy przy praktyce wewnętrznego nindro lub w tzw. wysokich praktykach, wynika to z nieopanowania jakiegoś podstawowego problemu, wobec którego stosuje się fundamentalne nauki. Jesteśmy jak ludzie, którzy chcą postawić złoty dach, ale nie wybudowali jeszcze nawet fundamentów pod ten dom, nie mówiąc już o kolejnych piętrach.

Powracamy do tego, co napisał Patrul Rinpocze: „Cały czas medytuj nad przemijalnością i śmiercią, analizuj swoje błędy i zajmuj najniższą pozycję”, innymi słowy nie szukaj błędów w innych, a nawet kiedy dostrzegasz błędy w innych pojmuj je jako odbicie swoich własnych błędów. Ponieważ karma działa tak jak działa, odbicia naszych własnych problemów będą szczególnie przyciągały naszą uwagę. Zajmowanie najniższego miejsca oznacza to samo, co czytamy w tekście „Osiem wersów treningu umysłu”: „Kiedy będę przebywał z innymi zajmę najniższe miejsce i będę ich uważał za wyższych od siebie”. W ten sposób ograniczamy poczucie, że my jesteśmy najważniejsi i innych stawiamy przed nami. Cały czas powinniśmy rozwijać zniechęcenie samsarą i pragnienie uwolnienia.

Nie studiowaliśmy jeszcze rozdziału o wszystkich cierpieniach samsary, ale już z samych obrazów nietrwałości powinniśmy już dostatecznie odczuć, że nie ma niczego w nieskończonym kole narodzin i śmierci, co przynosiłoby trwałe szczęście. Praktykujcie w taki sposób by stać się spokojnymi, zdyscyplinowanymi i świadomymi. Kultuwujcie poczucie smutku medytując nad nietrwałością wszystkich rzeczy i cierpieniami samsary. Kiedy czytamy pieśni Milarepy wypełnia je poczucie słodkiego smutku. Teraz macie jakiś związek z Dhamą, ale nie uważajcie tego za trwałe pewnik, raczej postrzegajcie to jako szansę stania się wolnym dzięki praktyce Dharmy. Nigdy nie zapominajcie, że praktyka Dharmy to całe życie.

Teraz przejdziemy do szóstej części – niepewność momentu śmierci. Z pierwszych pięciu części wiemy, że śmierć jest pewna. Ale wyobraźcie sobie, że mówimy sobie: „Tak uważam, że śmierć jest pewna, ale nadejdzie ona za wiele lat, dlatego najpierw mogę skoncentrować się na innych interesujących rzeczach i zwrócę się do Dharmy później”.

Jak Patrul Rinpocze mówi, po naszych narodzinach śmierć jest pewna, ale gdzie i kiedy tego nie wie nikt. Długość ludzkiego życia jest nie do określenia, nie możemy powiedzieć, że życie jakiegoś człowieka będzie trwało tyle i tyle lat. Aby podkreślić fakt niepewności życia podkreśla jego kruchość mówi, że jest tylko kilka rzeczy, które sprzyjają zachowaniu życia, a wiele zagraża. Zaprasza nas byśmy się zastanowili ile rzeczy zagraża naszemu życiu, być może niektóre z tych przykładów są specyficzne dla dawnego Tybetu, ale wymienia takie jak

ogień woda, przepaście, trucizny, bandyci i dzikie zwierzęta, ale tylko niewiele rzeczy przedłuża życie. Powinniśmy myśleć o tym, że świat jest dla nas niebezpieczny. Nawet jedzenie może stać się przyczyną śmierci, choć jego przeznaczeniem jest podtrzymanie życia. Patrul Rinpocze mówi, że niektórzy ludzie umierają z powodu jedzenia np. po zjedzeniu zatrutego pożywienia lub niewłaściwego połączenia niektórych produktów.

Patrul Rinpocze przytacza wiele okoliczności, które mogą przynieść śmierć np. pogoń za bogactwem, przechodzenie przez niebezpieczne miejsca itp. wszystkie one mogą prowokować śmierć. Ponieważ wszystko w świecie jest współzależne nawet niewielka zmiana warunków w naszym bezpośrednim otoczeniu może spowodować śmierć. Np. niewielka zmiana w składzie chemicznym atmosfery i powietrza, którym oddychamy natychmiast może spowodować naszą śmierć. Nawet niewielka zmiana w komórkach naszego ciała też może być przyczyną szybkiej śmierci. Zamiast uważać nasze życie jako pewnik i trwać w przekonaniu, że mamy jeszcze dużo czasu i możemy odłożyć praktykę Dharmy powinniśmy przywołać uczucie bezpośredniości, to znaczy, że tylko obecny moment należy do nas.

Jak mówią sutry niektórzy umierają w łonie matki, inni po narodzinach inni, gdy już raczkują, gdy są młodzi i starzy. Nasze życie jest tak niepewne, że przypomina płomień lampki maślanej na wietrze. Powinniście być całkowicie pewni, że jest nie do przewidzenia, kiedy umrzecie i gdzie się ponownie odrodzicie. To kończy szóstą część, niepewność chwili śmierci.

Siódma i ostatnia część tego rozdziału dotyczy podsumowania przez Patrula Rinpocze faktu nietrwałości. Cała nauka o nietrwałości jest niezwykle intensywna, ale powinniśmy traktować medytację nad nietrwałością jako lekarstwo. Paradoksalnie te nauki i sposób medytacji nad nimi dają nam poczucie lekkości i wolności. Jak możemy zobaczyć na przykładzie naprawdę wielkich mistrzów, choć urzeczywistnili prawdziwie pewność śmierci, nie pojawia się w nich poczucie przygnębienia, niechęci, depresji itp. czy czegoś podobnego wynikłego z niezrozumienia tych nauk, raczej są oni naprawdę radosnymi ludźmi. Dlatego tacy wielcy praktykujący z jednej strony są bardzo poważni, a z drugiej mają silne poczucie lekkości i radości, ponieważ pojęli te nauki w prawidłowy sposób. Nawet na niskim poziomie postrzeganie piękna i istoty naszego życia jest jedynie możliwe, gdy rozumiemy śmierć i nietrwałość. Dlatego Patrul Rinpocze rozpoczyna siódmą część rozdziału od słów: „Medytujmy nad nieuchronnością śmierci zawsze i w każdych warunkach”. Bardzo często w tym tekście spotykamy się z takim zaleceniem przy różnych tematach, kiedy Patrul Rinpocze zaleci nam żebyśmy medytowali z nieporuszonym umysłem nad takim czy innym tematem, dlatego powinniśmy widzieć to w tym kontekście.

Kiedy praktykujemy zewnętrzne praktyki wstępne powinniśmy poświęcić pewną ilość czasu każdej z nauk i praktyk; teraz rozważamy sprawę nietrwałości i pojawiają się różne aspekty, które powinniśmy powtarzać w naszym umyśle, później w miarę studiowania tego tekstu tematy będą się zmieniać i przyjdzie czas na cierpienia w samsarze, następnie bodhicitta i tak istnieją fazy, w których musimy się koncentrować na jakiejś szczególnej nauce. Gdy poświęcicie odpowiednią ilość czasu medytując w poważny sposób, wówczas stanie się to waszą integralną częścią i cokolwiek będzie głównym przedmiotem waszej praktyki zrozumienie nietrwałości będzie w was samych. Patrul Rinpocze mówi, że w każdej postawie czy to leżąc, siedząc czy stojąc powtarzaj sobie to jest ostatni czyn w tym życiu.

Kiedy wychodzimy z domu pomyślcie, że może umrzecie tam, dokąd idziecie i być może nie powrócicie już nigdy do domu. Gdziekolwiek jesteście powinniśmy myśleć, że może to jest miejsce gdzie umrę. Kiedy idziecie spać pomyślcie, że może już się nie obudzicie, a kiedy się obudzicie rano pomyślcie, że może to jest ostatni dzień waszego życia. Doświadczycie wówczas jak zostanie podważony wasze nawykowe poczucie trwałości, a tym samym branie życia jako pewnika. Patrul Rinpocze mówi, że to jest sposób, w jaki dawni gesze – mistrzowie Kadampy zwykli medytować z gorliwością nad nietrwałością.

Ale samo myślenie nad nieuchronnością śmierci nie jest wystarczające, powinniśmy również pamiętać, że jedyną rzeczą, która w momencie śmierci jest przydatna to Dharma. Powinniśmy obiecać sobie, że nie będziemy marnowali życia na sprawy nie związane i nieprzydatne w momencie śmierci, że poświęcimy każdą chwilę drogiego czasu na praktykę Dharmy.

By pogłębić nasze uczucie nietrwałości powinniśmy kierować nasz umysł ku Dharmie cały czas we wszystkich sytuacjach. Patrul Rinpocze mówi, że to jest sposób, w jaki powinniśmy to stosować czy też używać z każdą sytuacją naszego codziennego życia. Mówi on, gdziekolwiek jesteście to miejsce jak i wszystkie inne miejsca jest nietrwałe, dlatego postrzegaj je jako pole – obszar Buddy, zamiast być przywiązany do wszystkich pojawiających się rzeczy. Cokolwiek jemy czy pijemy i jest to coś, co lubimy również jest nietrwałe, dlatego powinniśmy żywić się medytacją. Również sen jest nietrwały i zamiast nadmiernie się wysypiać powinniśmy medytować nad jasnym światłem. Materialne bogactwo jest nietrwałe, dlatego powinniśmy dążyć do wyższego bogactwa, którym jest wiara i dyscyplina. Ponieważ związki są nietrwałe rozwińcie praktykę w samotności. Sława i wysoka pozycja są nietrwałe, dlatego zawsze powinniśmy być skromni i zajmować niską pozycję. W ten sposób powinniśmy nauczyć się odróżniać, co jest warte od rzeczy, które nie są warte.

Użycie nietrwałości jest wskaźnikiem; to, co jest nietrwałe nie ma dla nas większego znaczenia i możemy spokojnie się z tym rozstać. To samo tyczy się medytacji, nie powinniśmy lgnąć do chwilowych doświadczeń jak błogość, jasność lub przejrzyste światło, ponieważ wszystkie te stany są przemijające i nie powinniśmy ulegać satysfakcji, raczej winniśmy kontynuować praktykę medytacji aż nie dojdziemy do najwyższego do najwyższego stanu urzeczywistnienia, który jest wyczerpaniem wszystkich splamień i osiągnięciem Dharmaty. Wówczas osiągnięcie stan nieśmiertelny, ponieważ rzeczywistość jest poza narodzinami i śmiercią. Po osiągnięciu tego stanu jesteście w zamku nieśmiertelności jak orzeł szybujący po niebie. Wtedy nie będziecie mieli potrzeby medytacji nad nieuchronnością śmierci, ponieważ przekroczycie ją całkowicie. Teraz potrzebujemy medytować nad nietrwałością, aby odnaleźć nieśmiertelność. Patrul Rinpocze przypomina tutaj Milarepę, mówiąc: „Ponieważ bardzo bałem się śmierci udałem się w góry, gdzie cały czas medytowałem nad śmiercią, ostatecznie uchwyciłem mocno nieśmiertelną, niezmienną naturę, całkowicie poza lękiem śmierci”.

Patrul Rinpocze cytuje w tej części różnych wielkich mistrzów, by pokazać jak medytować nad nietrwałością i co jest rezultatem takiej praktyki. Najpierw cytuje Gampopę: „Najpierw musisz być opętany lękiem przed śmiercią i narodzinami jak jelen uciekający z pułapki”. Zaczynamy praktykować Dharę, ponieważ boimy się śmierci i chcemy znaleźć się w stanie poza śmiercią. Jest to bardzo ważne, ponieważ kiedy bierzemy schronienie w Trzech Klejnotach trzy motywacje powinny być obecne i tą pierwszą motywacją jest niepokój czy też lęk, lęk śmierci.

Następnie czytamy: „W połowie drogi uczucie żalu, także w chwili śmierci powinno być nam już obce. Jesteśmy jak rolnik dobrze uprawiający swoje pole”. Znaczy to, że nawet, kiedy miałyby się nam coś przytrafić, kiedy jeszcze praktykujemy powinniśmy mieć uczucie jak rolnik, który wie, że dobrze obsiał pole i może być pewnym dobrych plonów. Zrozumieliśmy poważnie nieuchronność śmierci, dlatego praktykowaliśmy do pewnego stopnia i możemy być pewni, że jakiś pozytywny rezultat z naszej praktyki wypłynie w momencie śmierci. I kiedy tak spędzimy życie Gampopa mówi, że poczujemy się szczęśliwi jak po wykonaniu jakiegoś wielkiego zadania.

Teraz Patrul Rinpocze przechodzi do Buddy i ten cytat mówi o pożytkach, jakie otrzymujemy, gdy medytujemy nad śmiercią. Buddha powiedział: „Medytowanie cały czas nad śmiercią jest ofiarą uczynioną wobec wszystkich Buddhów”. Oznacza to, że przekształca cię to w taki sposób jakbyś czynił ofiary wobec wszystkich Buddhów we wszechświecie. Buddha powiedział: „Medytowanie nad nietrwałością jest bycie inspirowanym przez wszystkich Buddhów”. Stale medytować nad śmiercią to otrzymywać przewodnictwo wszystkich Buddhów, stale medytować nad nietrwałością to otrzymywać błogosławieństwo wszystkich Buddhów. Dlatego Patrul Rinpocze mówi, że pośród wszystkich medytacji praktykowanych przez tych, którzy podążają drogą ukazaną przez Pana Buddhę medytacja nad nietrwałością i śmiercią jest nieprześcigniona. Jak możemy zobaczyć medytacja nad nietrwałością zawiera w sobie nasiona wszystkich innych nauk Dharmy.

Patrul Rinpocze wspomina wcześniej, że wszyscy gesze kadampy brali jako swoją główną praktykę medytację nad nietrwałością i przywołuje cytat jednego z nich Gesze Potala. Choć Patrul Rinpocze pochodził z tradycji Ningma wielu lamów twierdzi, że w tym dziele „Kunzung lama'i szallung” połączył dwie nauki tj. dzogcien i kadam i w tym tkwi szczególnie siła tego tekstu. Gesze Potala powiadał: „Jeśli miałbyś zrobić tylko jedną praktykę to koncentruj się na medytacji nad nietrwałością”. Kiedy zaczniesz medytację nad śmiercią i nietrwałością pozwoli ci to oddać się Dharmie. Gdy będziesz średnio zaawansowany tzn. medytowałeś już przez jakiś czas, będzie cię to pozytywnie podtrzymywało w kontynuowaniu praktyki. Czyli pozwoli nam to na uniknięcie stanu, w którym jesteśmy znudzeni praktyką Dharmy, lub zniechęceni brakiem postępu i rezultaty w praktyce, a w końcu pomoże ci to urzeczywistnić jedność wszystkich zjawisk, jeśli chcesz zrozumieć prawdziwą naturę wszystkich zjawisk, tzn. pustkę, najlepszym sposobem jest urzeczywistnić ich nietrwałość.

Gesze Potala mówi: „Najpierw medytacja nad nietrwałością prowadzi cię do uchwycenia swojego przywiązania do rzeczy”. Jak zobaczyliśmy wcześniej światowe sprawy i rzeczy nie mają większego znaczenia, ponieważ są przemijające; i dalej mówi: „Następnie pozwoli ci to odciąć przywiązanie do samsary”. Kiedy praktykujemy przez jakiś czas możemy ulec przywiązaniu do dobrego odrodzenia lub wyższych doświadczeń w samsarze, ale zrozumcie, że te również są nietrwałe, pomagają nam pozostawać w prawidłowy sposób na drodze. Ostatecznie kieruje nas ku nirwanie tzn. urzeczywistnienie nietrwałości wszystkich rzeczy pokazuje stan poza śmiercią.

Mówi się, że najbardziej efektywnym lekarstwem na lenistwo jest właśnie medytacja nad nietrwałością. Jeśli macie problem z porannym wstawaniem by odbyć poranną praktykę medytacji lub trudno utrzymać wam regularną praktykę, to wówczas powinniście medytować nad

śmiercią. Jest to skuteczniejsze niż inwestycja w doskonale budzący budzik. Wielki Dampa Sandzie powiedział: „Na początku przekonanie o nietrwałości sprawia, że angażujemy się w Dharwę”. Ponieważ widzicie, że nic nie jest warte tylko Dharma, to po prostu ustanawiamy nasze życie w Dharmie. Gdy jesteśmy tak zaangażowani wówczas jest biczem, który trzyma nas w pilności. Często z praktyką Dharmy jest tak, że po 5, 10, 15 latach przestajemy czuć jej wpływ pomimo kontynuowanej praktyki medytacji Dharma działa na nas jak szczepionka, stajemy się na nią odporni po przyjęciu niewielkiej dawki. Jeśli nie jest to zbyt brutalnie powiedziane to dostajemy zatwardzenia. Najlepszym lekarstwem na taką przypadłość jest strach. Jeśli pojawi się taka sytuacja to medytujcie nad śmiercią, co spowoduje, że staniemy się znowu bardziej otwarci na Dharwę i jej działanie.

To jeszcze raz pokazuje, że bez względu na to ile i jak długo praktykujemy nie możemy porzucić i zapomnieć o tych podstawowych naukach. Jeśli tak uczynimy to pokazuje, że nasza praktyka jest jedynie pokazem i staje się jedynie zewnętrzną rzeczą. Dokładnie o tym mówi Padampa Sandzie twierdząc, że ta praktyka nad nietrwałością jest dla nas jak bicz i dodaje nam pilności, gdy praktykujemy drogę. I w końcu Padampa Sandzie mówi, że praktyka nad nietrwałością powoduje urzeczywistnienie Dharmakaji ostateczny stan Stanu Buddy. Patrul Rinpoche mówi, że dopóki nie pocujemy powagę nietrwałości wszystkie nauki, jakie otrzymamy i myślimy, że je urzeczywistniliśmy będą nas jedynie uodparniały na działanie Dharmy. Medytacja nad nietrwałością jest bramą wejściową do wszystkich praktyk Dharmy.

Gesze Potala kiedy był spytany jak sobie radzić z przeciwnościami odpowiedział następująco: „Powinieneś medytować nad śmiercią i nietrwałością przez długi czas. Kiedy nabierzesz pewności, że umrzesz porzucisz zło i skłonisz się ku dobru”. Unikamy konsekwencji naszych działań, ponieważ mamy złudne poczucie naszej nieśmiertelności. Dlatego mówi tutaj, że powinniśmy najpierw medytować nad przemijalnością, a następnie nad miłością i współczuciem, gdyż posiadając miłujące serce będzie wam łatwiej pracować dla dobra innych istot.

Ostatecznie długo medytuj nad pustką, ponieważ gdy raz zrozumiesz, czym jest pustka rozproszysz złudzenia. Patrul Rinpoche mówi byśmy spytali sami siebie i daję jak głęboko zrozumieliśmy naukę o nietrwałości. Daje nam dwa przykłady, z którymi powinniśmy porównać nasze rozumienie nietrwałości.

Jednym z nich był dawny gesze kadampy, Gesze Karab Gonczung. Kiedy medytował on na odosobnieniu przed jego jaskinią rósł kolczasty krzak. Gdy był w jaskini pomyślał, że być może warto byłoby wyciąć ten krzak, ale od razu miał inną myśl, że może wkrótce umrze i nie ma to żadnego sensu tracić na to czas. I znowu, kiedy opuszczał jaskinię pomyślał ponownie o wycięciu krzaka, ale druga myśl jego była być może umrę zanim powrócę do tej jaskini, po co więc tracić na to czas. I ponieważ był cały czas świadom nietrwałości, nigdy nie zrealizował tej myśli o wycięciu krzaku. Gdy po wielu latach ostatecznie opuścił jaskinię po swoim urzeczywistnieniu ten kolczasty krzak rósł sobie przed jaskinią. Dzięki zrozumieniu nietrwałości, wiedział jak ważna jest jego praktyka a nie zainteresowanie chwilowymi problemami.

Drugim przykładem jest sam Dzigme Lingpa, od którego pochodzą nauki omawianego tekstu. Co roku Dzigme Lingpa brał wodę z pewnego stawu o właściwościach leczniczych. Zejście

do tego stawu było bardzo trudne i pozbawione schodów. Jego uczniowie zaproponowali zrobienie schodów, ale powiedział im, że to nie ma sensu, ponieważ może już w następnym roku nie powrócić do tego miejsca.

Patrul Rinpocze powiedział, że dopóki nie będziemy mieli takiego nastawienia, kiedy sprawy tego świata są zupełnie nieistotne dla nas musimy praktykować medytację nad nietrwałością. Na końcu udziela instrukcji jak medytować praktykować nad nietrwałością. Składa się ona z trzech części: wstępu, rozwinięcia i zakończenia.

Najpierw należy rozbudzić bodhicittę, czyli myśl, że podejmuję tę praktykę nad nietrwałością by osiągnąć oświecenie dla dobra i oświecenia wszystkich istot. Główna część polega na rozważeniu wszystkich nauk zawartych w tym tekście, aż nie staną się one treścią naszych myśli i nas samych. Nie oznacza to, iż w ciągu jednej sesji rozmyślamy o wszystkich naukach i praktykach zawartych w tekście, ale za każdym razem bierzemy jako przedmiot medytacji tylko jedną część tych nauk i dobrze ją rozważamy. W końcowej fazie ofiarowujemy zasługi tej praktyki wszystkim istotom.

[*odpowiedź na pytanie*] Kiedy zaczynamy praktykę Dharmy, nasze odczucia fizyczne nie są zbyt wyraźne. Zaczynając praktykę medytacji jest ważne zwolnić tempo naszego życia i spróbować lepiej odczuwać nasze ciało. Nie chodzi o to by rozpieszczać nasze ciało czy folgować sobie. W pewnym sensie jesteśmy zbyt mocno świadomi naszej głowy w oderwaniu od ciała, dlatego Buddha powiedział, że najpierw powinno się praktykować świadomość naszego ciała. Gdy będziemy praktykowali uważność naszego ciała wówczas pewne napięcia i zablokowania w naszym ciele zaczną nas opuszczać. W ten sposób zaprzyjaźniamy się z naszym ciałem i powodujemy, że pomiędzy ciałem i umysłem zachodzi harmonia. Jeśli nasze ciało jest nam obce, wówczas łatwo dochodzi do błędów i wypaczeń. Gdy nasza praktyka jest właściwa proste fizyczne działania są źródłem radości i potrafimy odczuwać z nich przyjemność.

Rozważcie samą pozycję medytacyjną. Jest ona przykładem niezwyklej prostoty. Nasze pośladki i kolana spoczywają na ziemi kręgosłup jest wyprostowany i samo przyjęcie tak prostej pozycji powoduje, że nasz umysł się uspokaja. Możemy powiedzieć, że pozwalamy naszemu ciału uczyć nas. Możemy również zaryzykować stwierdzenie, że w naszym ciele znajduje się o wiele więcej mądrości niż w naszej głowie. Dlatego fundamentem w naszej praktyce powinno być harmonia i jedność naszego ciała i umysłu. Na wysokim poziomie praktyki w praktyce wadżrajany powinniśmy również zjednoczyć ciało i umysł i wykonujemy różnego rodzaju ćwiczenia pomocne w urzeczywistnieniu. Dlatego w Hewdźra Tantrze napisane jest, że nie istnieje najwyższe urzeczywistnienie poza ciałem.

Pytanie: Jaki jest związek pomiędzy współzależnym powstawaniem a nietrwałością?

Odpowiedź: Współzależne powstawanie jest żywym odzwierciedleniem nietrwałości. Współzależne powstawanie jest istotą nietrwałości, ponieważ cokolwiek się pojawia nie jest duplikowaniem poprzednich zjawisk i nic nie jest wieczne. Oczywiście nauka Dharmy o nietrwałości nie jest nauką o tym, że po prostu nie istnieje żadne continuum. Jest to raczej kombinacja zjawisk, które powstają z poprzedzających przyczyn i warunków. Jest to nowe zjawisko, ale nie powstałe z niczego tylko z poprzedzających przyczyn i warunków, dlatego istnieje związek. Gra przyczyn i warunków jest strumieniem, nie jest to trwała i niezmienna rzecz, ale jest

ciągłość pomiędzy tym, co było wcześniej teraz i tym, co będzie później. Jeśli chodzi o kolejne odradzanie się nie wierzymy w trwałą duszę, która przechodzi z żywota na żywot. Ale nie popadamy w pogląd anihilacji, ponieważ wiemy dzięki współzależnemu powstawaniu, że przyczyny i warunki, które wytworzyliśmy w tym życiu wydadzą owoce w przyszłości. Jeśli zrozumieliśmy głęboko nietrwałość to zrozumiemy współzależne powstawanie i na odwrót.

Pytanie: Chciałbym spytać się, jaka jest różnica między emanacją a inkarnacją?

Odpowiedź: Wyjaśnię to odwołując się do tybetańskiego. Inkarnacja po tybetańsku jest *trulku*. Słowem, które oznacza emanację jest *trulpa*. Te słowa posiadają ten sam rdzeń – *trul*. *Trulku* jest trzecim ciałem Buddy. Pierwszym jest dharmakaja – *cieku*, sambhogakaja – *lonku*, i nirmanakaja – *trulku*. Kiedy jakaś istota staje się Buddhą, uzyskuje wgląd w nienarodzoną naturę wszystkich zjawisk wówczas osiąga dharmakaję – *cieku*. Ale *cieku* jest niedostrzegalna dla zwykłych istot, dlatego dla bodhisattwów manifestuje samobhogakaję – *lonku*, a dla zwykłych istot o skalanych umysłach nirmanakaję – *trulku* i czyni to po to by móc nas nauczać. Buddha może zmanifestować niezliczoną ilość ciał-trulku, by nauczać odczuwające istoty.

Zasadniczo mówimy o trzech rodzajach trulku. Artystyczne nirmanakaje, które zainspirują do Dharmy odczuwające istoty, a nawet same przedmioty sztuki mogą być trulku. Może zmanifestować się jako narodziny w formie króla czy nawet zwierzęcia jak jest to ukazane w dżatakach w opowieściach z poprzednich żywotów Buddy. I trzecim rodzajem trulku – *ciegi trulku* – jest zupełnie oświecony Buddha, który dokonuje dwunastu czynów oświeconej istoty jak było to w przypadku Siakiamuniego Buddy.

Te nauki wyłożone są w siostrach mahajany, wynika z tego, że trulku oznacza w pełni oświeconego Buddhę. Weźmy teraz historyczne spojrzenie. W Indiach czasami rozpoznawani niektórzy ludzie jako kontynuację wielkich mistrzów przeszłości. Na przykład wydaje się, że Nagardżuna miał swojego następcę, który był jego inkarnacją. Ale nie nazywano go trulku, ponieważ wg nauk mahajany Nagardżuna nie był w pełni oświeconym Buddhą, ale wysoko, duchowo rozwiniętym Bodhisattwą. Jakkolwiek ta praktyka odnajdywania inkarnacji nie była zinstytucjonalizowana.

W Tybecie natomiast zrodziła się instytucja rozpoznawania inkarnacji. Pierwszym przypadkiem był mistrz Pondrakpa, który rozpoznał pewnego chłopca jako inkarnację swojego nauczyciela Dysum Cienpa – Pierwszego Karmapę, i chłopiec ten stał się znany jako Drugi Karmapa – Karma Pakszi. Terminem, jakiego tutaj użyto było *jangsi*, dokładnie odrodzenie lub wcielenie, tak więc Karma Pakszi był *jangsi* Dysum Cienpy. Trzeci Karmapa – Rangdziung Dordze został rozpoznany jako *jangsi* Karma Pakszi. Później ten zwyczaj rozprzestrzenił się bardzo szybko dla powodów, w które nie warto wchodzić. I jest jasne z historycznych źródeł jak i z nauk Dharmy, że termin trulku został przekształcony z *jangsi* i ma jedynie znaczenie wyrażania szacunku. Uczniowie raczej czczą swego lamę, ponieważ w praktyce wadżrajany postrzegają go jako buddhę, ale w świetle nauk powinniśmy raczej rozumieć, że są to osoby nie będące jeszcze buddhami, ponieważ nie są jeszcze w stanie zmanifestować czynów buddhy. Lepiej rozumieć ich jako zaawansowanych praktykujących, którzy mogą podtrzymać pewną uważność w stanie bardo i swoje ślubowania bodhisattwy w kolejnych żywotach. Nadaje się im tytuł buddhy, ale ma on charakter grzecznościowy i pomaga w rozwijaniu wiary i zaufania uczniów.

Drugie znaczenie zastąpienie jangsi terminem trulku jest tym przypadkiem, z którym mamy powszechnie dzisiaj do czynienia. Aby wrócić do twojego pytania posłużę się przykładem mojego nauczyciela Sakia Trizin Rinpocze. On, jak wszyscy mężczyźni członkowie rodziny Kon, jest uważany, za *tyrpa* tzn. emanację Mańdziuśriego. Jest to zgodne z przepowiednią Atisi. Ale Jego Świątobliwość Sakia Trizin Rinpocze nie jest inkarnacją poprzedniego Sakia Trizina Rinpocze.

Dotarliśmy do czwartego rozdziału tekstu, który zajmuje się przyczyną, działaniem i skutkiem. Patrul Rinpocze przypomina nam na samym początku, że powinniśmy mieć właściwą postawę, kiedy przyjmujemy nauki. Krótko mówiąc oznacza to, że będziemy słuchać nauk po to by osiągnąć stan buddhy dla dobra wszystkich odczuwających istot, które były naszymi rodzicami w poprzednich żywotach. Powinniśmy rozwinąć czystą wizję nauczyciela przekazującego nam nauki i nas samych otrzymujących te nauki, oraz otoczenia, w którym nauki są przekazywane. I ostatecznie powinniśmy z naszego umysłu usunąć przeszkody takie jak duma, czy brak zaufania. Nauki w tym rozdziale są podzielone na trzy części. 1) wyjaśniają niecnotliwe postępowanie, które winno się porzucić, 2) wyjaśniają cnotliwe postępowanie, które należy praktykować, 3) i ostatecznie wyjaśniają jak działanie wszystko warunkuje, jak wszystko jest stworzone poprzez działania.

Pierwsza z nich jest omówieniem przez Patrula Rinpocze niecnotliwych działań, tak byśmy mogli je porzucić. Przedtem omówiliśmy sześć krain istnienia w samsarze i jej cierpienia i Patrul Rinpocze mówi, że to, co powoduje narodziny w tych sześciu krainach są czyny dokonane przez nas samych. Przyczyna naszych narodzin w danym świecie jest jakoś czynu dokonanego przez nas samych. Nic innego nie powoduje, że udajemy się do niższych czy do wyższych światów. Innymi słowy nie ma innego czynnika czy innej osoby, która wysyłałaby nas do niższego świata za karę, lub do wyższego świata w nagrodę, jest to całkowicie uzależnione od naszych działań. Ani nie jest to wynik jakiegoś przypadku.

Bardzo ważne jest byśmy zrozumieli wyjątkowy charakter nauk buddyjskich, w których nie wierzymy w istnienie Boga powołującego nas do życia w tym świecie w przeciwieństwie do religii teistycznych, a z drugiej strony nie wierzymy, że wszystko zdarza się przypadkowo, jak wyznają to współcześni nihiliści. Jeżeli zadamy pytanie skąd wszystko przychodzi i jak została stworzona samsara, odpowiedzią jest, że została stworzona z działań istot będących w niej. Innymi słowy stwórcy świata jest karma. To oznacza, że nasze czyny mają potężne znaczenie, ponieważ tworzą wzorce obecnego i przyszłych żywotów. Gdybyśmy wierzyli, że istnieje jakieś bóstwo, które ma na to wpływ, to moglibyśmy wierzyć, że nasze działania mają jakiś wpływ, jednakże uważalibyśmy, że możemy polegać na tej istocie i znajdowałibyśmy w niej schronienie. Więc trochę byśmy wierzyli we wpływ naszych działań, ale na pewno nie jako całkowicie determinujące to, co będzie się z nami działo. W ten sposób nie bralibyśmy pełnej odpowiedzialności za naszą sytuację w tej chwili jak i w przyszłości. Jest oczywistym, że nihiliści nie wierzący w przyczynę i skutek nie przyjmują pełnej odpowiedzialności za swoje działania.

Nie przyjmujemy żadnej z tych koncepcji ani nihilistycznej, ani teistycznej – jesteśmy całkowicie odpowiedzialni za naszą sytuację. Tak jak w słynnej historii, w której ktoś spytał Buddhę kim i czym byłem w poprzednich żywotach, i Buddha odpowiedział spójrz na siebie teraz, ponieważ czym i kim jesteś teraz jest dokładnie skutkiem twoich poprzednich czynów, a kiedy

ktoś spytał Buddhę, kim będę w przyszłości, Buddha odpowiedział spójrz na swoje czyny teraz, ponieważ to co robisz teraz pojawi się jako skutek w przyszłości.

Bardzo ważne jest, gdy rozpoznamy wielki wpływ naszych działań i ich konsekwencji na nasze życie i byśmy zastanowili się nad ich jakością i charakterem. Wszystkie pozytywne i szczęśliwe wydarzenia w samsarze, wszystkie pochodzą z cnotliwych i przynoszących pozytywną zasługę czynów. Wszystkie nieszczęścia naszego ludzkiego życia i cierpienia samsary trzech niższych światów pochodzą z negatywnego działania w przeszłości. Ktoś może powiedzieć w tym punkcie, że z pewnością w buddyzmie zajmujemy się osiągnięciem wyzwolenia natychmiast, po co więc przejmować się konsekwencją naszych działań w przyszłości. Ale sam fakt, że Patrul Rinpocze, który był wielkim mistrzem dzogczien przykładał do tego uwagę powinno oznaczać dla nas, że jest w tym sens.

Jak mówi Guru Rinpocze, Padmasambhawa, nasz pogląd powinien być nieograniczony i otwarty jak niebo, tzn. pogląd dzogczien, a nasze działanie powinno być tak dokładne jak ziarna jęczmienia. Nawet jeśli mamy aspirację by stać się wielkim joginem, który urzeczywistni prawdziwą naturę umysłu, która jest poza wszelką przyczyną i skutkiem powinniśmy mieć w pierwszym rzędzie właściwe warunki w naszym życiu po to byśmy mogli to uczynić. Muszą to być właściwe i pozytywne warunki, pojawią się one jedynie dzięki pozytywnym cnotliwym czynom. Powinniśmy mieć właściwą podstawę i fundament do medytacji o prawdziwej naturze umysłu, tą właściwą podstawą jest cnotliwe i przynoszące zasługę działanie.

Nawet, jeśli mamy wielkie szczęście, że w tym życiu mamy kontakt z tradycją wadżrajany czy zen, które dają nam najpotężniejsze praktyki medytacji prowadzące do urzeczywistnienia natury umysłu, powinniśmy mieć aspirację, by mieć kontakt z nimi w naszych przyszłych żywotach, gdyż tylko kilku ludzi osiągnie stan buddhy w tym właśnie życiu, więc powinniśmy mieć motywację do kontynuowania tej praktyki w przyszłym żywocie i następnych żywotach również. Obecnie widać jak bardzo niedojrzała jest sytuacja buddyzmu na Zachodzie, gdzie ludzie ekscytują się tzw. najwyższymi naukami, a ignorują podstawowe nauki przez praktykę cnoty zasługi. To wskazuje na naszą nadmierną wiarę w nasze możliwości praktykowania najwyższych nauk i ignorowania karmy, ponieważ wyobrażamy sobie, że osiągniemy stan buddhy od razu i będziemy wolni od problemu karmy w przyszłych żywotach. Kiedy Sakia Trizin Rinpocze został spytany, co jest największym problemem z buddyzmem na Zachodzie odpowiedział brak wiary w karmę. Łączył to z tym, że wielu ludzi jest powierzchownie zainteresowanych buddyzmem i po jakimś czasie zupełnie zarzucają Dhamę.

Najpierw omówimy dziesięć niewłaściwych działań. Pierwsze trzy są związane z działaniami ciała. Pierwsze odbieranie życia, drugie zabieranie tego, co nie zostało dane, a trzecie dotyczy niewłaściwych stosunków seksualnych. To są wszystkie trzy i dotyczą jak widać działań ciała. Następnie mamy cztery niewłaściwe działania dotyczące mowy. Kłamania, obmowa, szorstka mowa i frywolna mowa. Takie są cztery niewłaściwe działania mowy. Następnie mamy trzy niewłaściwe działania umysłu, pierwsze jest pożądania, drugie podłość – złorzeczenie innym, trzecie błędne poglądy.

Zacznijmy od pierwszego – odbieranie życia. Dokładnie oznacza to intencyjne odbieranie życia zarówno człowieka jak i zwierzęcia. Patrul Rinpocze mówi tu o intencyjności, co powoduje, że musimy uściślić definicję, czym jest karmiczne działanie. W Abidharmakosia powiedziane jest: „Czym jest działanie? Czym jest karma?” i odpowiedzią jest: „Karma jest intencją, świadomym zamiarem, i tym, co z tej intencji wynika w mowie i ciele”. Intencja jest karmą – działaniem, dlatego wymienione są trzy niecnotliwe działania umysłu, ponieważ są one karmą – działaniem. Jest to bardzo ważne, ponieważ w starożytnych Indiach istniały szkoły filozoficzne wierzące w karmę, ale jedynie jako czysto materialną rzecz. Ale Buddha jasno ukazał, że karma – działanie zaczyna się w umyśle. Dlatego nawet, jeśli działanie jest dokonane poprzez ciało, karmiczna jakość skutku zależy od jakości intencji, z jaką dokonano danego czynu.

Istnieje słynna historia opisana w sutrach, która dokładnie to ilustruje. Miało to miejsce w czasie dysputy z dżinistami, którzy wierzyli, że karma jest rzeczą materialną. Na szczycie góry stoi chłopiec i potrąca mały kamyczek przypadkowo, który spada w dół potrąca coraz to większe kamienie, a te spadają i potrącają jeszcze większe i ostatecznie duży kamień spada na dół i zabija człowieka. Oczywiście nie jest to taka sama jakość działania jak intencyjne zabicie kogoś i będzie to determinowało skutek karmiczny tego działania w przyszłości. Po pierwsze chłopiec nie miał zamiaru odbierać komukolwiek życia i skutek karmiczny będzie wiązał się z nieuważnością, ale np. brakowało w tym nienawiści w jego umyśle. W przypadku intencyjnego pozbawienia życia z pełną świadomością jakość rezultatu karmicznego będzie zupełnie inna. Bardzo ważne jest abyśmy to dobrze zrozumieli, by nasze zrozumienie karmy było tak złożone jak sama karma. To nie jest mechaniczne widzenie świata, ale jest to najbardziej złożone postrzeganie świata.

Patrul Rinpocze mówi, jeśli chodzi o odbieranie życia może się to dziać z powodu trzech różnych powodów. Zabicie np. w czasie bitwy jest podyktowane nienawiścią, zabicie zwierzęcia dla jedzenia lub by wziąć jego skórę itp. jest zabijaniem z powodu pragnienia, zabicie zwierzęcia by ofiarować je bogu, czyli na ofiarę jest zabijaniem z powodu niewiedzy, ponieważ uważane jest to przez niektórych ludzi jako cnotliwe działanie, gdyż bóg tego chce, więc nie ma w tym nienawiści czy pożądania, ale dzieje się tak z powodu niewiedzy, fałszywych poglądów.

Patrul Rinpocze na koniec omówienia tych dziesięciu niewłaściwych czynów opisuje ich rezultaty stosownie do intencji, krótko i w dużym uproszczeniu powiem, że np. jeśli chodzi o zabijanie, to zabicie z powodu gniewu i nienawiści ma tendencję do spowodowania odrodzenia się w piekle, zabijanie dla osiągnięcia korzyści tzn. z powodu pragnień i żądz łączy nas bardziej ze światem głodnych duchów, a zabijanie z powodu niewłaściwych poglądów i niewiedzy ze światem zwierząt. Nie jest to tak mechaniczne i automatyczne, ale tego rodzaju tendencje mogą się pojawić. Patrul Rinpocze mówi, że są trzy rodzaje zabijania, które wiążą się z natychmiastowym skutkiem, ponieważ skutkują natychmiastowym odrodzeniem w piekle, po zakończeniu życia. Jest to zabicie ojca, matki lub oświeconej istoty.

Patrul Rinpocze podał na początku tym samym ogólną definicję otwierając tym samym szerszą dyskusję dotyczącą zabijania. Mówi, możemy mieć pogląd, że zabijanie dotyczy wyłącznie działania dokonanego naszymi własnymi rękoma, dlatego w niektórych sytuacjach możemy mieć przekonanie o naszej niewinności dotyczącej odbierania życia. Ale mówi, że np. nie ma nikogo, kto nie byłby odpowiedzialny za rozgniatanie niezliczonych insektów, kiedy pracujemy.

Chce nas w ten sposób uwrażliwić na fakt jak wielką moc posiada karma i jak uważni i dokładni powinniśmy być w naszym działaniu. Mówi, nawet wielcy lamowie i dostojnicy, kiedy udają się w różne miejsca powodują cierpienie zwierząt, które zostają zabite by ich karmić lub rolnicy zabijają owce itp. by przyjąć godnie gości i zrobić na nich wrażenie, tym samym nawet lamowie są w jakiś sposób uwikłani w cierpienie zabijanych zwierząt. Nawet samo trzymanie i hodowanie owiec implikuje cierpienie zabijania, ponieważ owce jedząc swoją paszę zjadają jednocześnie wiele małych zwierząt. Nawet dzieci, które bawią się często zabijają małe zwierzęta takie jak owady itp.

W poprzednim rozdziale Patrul Rinpocze mówił, że nawet, jeśli nie jemy mięsa i jesteśmy wegetarianami odżywiającymi się ziarnami zbóż również przyczyniamy się do zabijania, ponieważ wyhodowanie zboża powoduje zabijanie małych robaków w czasie uprawiania pola. My ludzie jesteśmy jak krwiopijcze demony przechodząc przez nasze życie zabierając życie innym. To ogólne stwierdzenie możemy przedłużyć do naszej sytuacji we współczesnym świecie.

Następnie Patrul Rinpocze przechodzi do szczegółowego omówienia, kiedy karmiczne działanie jest pełne. Po pierwsze muszą istnieć cztery czynniki. Najpierw musi być podstawa – tzn. musi istnieć żywa istota, która ma być zabita, drugi czynnik to pragnienie zabicia, po trzecie musi być wykonanie pragnienia np. uderzenie osoby i czwartym jest dokonanie w pełni czynu to znaczy faktyczna śmierć zabijanej osoby.

Jeżeli te cztery czynniki nie wystąpią razem, to nie możemy mówić o pełnym odebraniu życia. Patrul Rinpocze mówi, że niektórzy ludzie wyobrażają sobie, iż tylko osoba, która dokonała tego czynu jest spadkobiercą karmicznych konsekwencji zabijania, np. ten, kto zlecił takie działanie nie ponosi takiej samej odpowiedzialności jak bezpośredni wykonawca zabijania, ale w rzeczywistości każdy, kto jest związany z tym zabijaniem ponosi karmiczną odpowiedzialność za to. Na przykład ludzie, którzy odczuwają radość z takiego działania poniosą skutki karmiczne.

Z drugiej strony, kiedy praktykujemy siedmioczęściową modlitwę Samantabhadry Bodhisattwy, kiedy cieszymy się cnotliwymi uczynkami zwykłych istot, czy śrawaków, albo szczególnych bodhisattwów czy buddhów osiągamy karmiczny skutek naszej radości stosowny do tego jak to odczuwamy. Skoro uzyskujemy owoc radując się czyimiś dobrymi uczynkami, to podobnie otrzymamy karmiczny owoc radując się czyimiś negatywnymi czynami.

Drugi niewłaściwy czyn to branie tego, co nie zostało nam dane. Są trzy rodzaje takich czynów. Pierwsze zabieranie przemocą, drugie zabieranie cichcem (wykradanie), trzecie odbieranie poprzez oszustwo.

Odbieranie przemocą, oznacza zabieranie przez potężną siłę jak np. król lub armia zabierająca nasze rzeczy. Oczywiście atak uzbrojonego bandyty mieści się również w tej kategorii.

Zabieranie cichcem, jest to, kiedy ktoś włamuje się do domu nocą i zabiera rzeczy, a trzeci sposób poprzez oszustwo oznacza zabieranie rzeczy w interesach bez płacenia należytej ceny za nie lub stosowanie kłamstwa. Ponieważ ostatni sposób często nie wygląda tak jasno w życiu jako kradzież Patrul Rinpocze opisuje go trochę dokładniej. Mówi on, że w dzisiejszych czasach w interesach uważa się, że nie ma niczego niewłaściwego w stosowaniu oszustw lub przekrętów.

Teraz Patrul Rinpocze zwraca się do mnichów i lamów poddając ich krytyce. Mówi, że w dzisiejszych czasach mnisi i lamowie są zafascynowani biznesem i zaniedbują swoją praktykę. Opowiada historię Dzietsyna Milarepy. Pewnej nocy Milarepa zatrzymał się na noc w klasztorze i spał na zewnątrz pokoju jednego z mnichów. Mnich ten miał jaka i całą noc obliczał jak dobrze sprzedać różne części tego zwierzęcia i jak dobrze zainwestować w ten sposób zarobione pieniądze. O poranku, kiedy zabrzmiał dzwon na pierwszą pudżę mnich wstał i prosto poszedł na pudżę po nieprzespanej nocy. Ale potknął się o Dzietsyna Milarepę wychodząc z pokoju i powiedział: „Ty leniwcze, co ty tutaj robisz?!”. A Dzietsyn Milarepa odpowiedział: „Nie mogłem spać całą noc, ponieważ martwiłem się o twojego jaka”. I tak udało mu się doprowadzić tego mnicha do porządku.

Patrul Rinpocze mówi, że wielu ludzi jest opętanych biznesem i nawet na łożu śmierci nie są w stanie przestać o tym myśleć. Biznes może wiązać się z bardzo wieloma niewłaściwymi działaniami. Kiedy ludzie usiłują coś sprzedać, niezależnie od tego, jakie to jest złe, kłamią, usiłując to zachwalać. A kiedy usiłują coś kupić krytykują kiepską jakość towaru by obniżyć cenę. Kłamią mówiąc, że ktoś ofiarował wysoką cenę za daną rzecz tak, aby podnieść cenę. Usiłują zaszkodzić biznesowi ich konkurencji i zazdroszczą sukcesowi swoich sąsiadów i jeśli handlują zwierzętami to przyczyniają się do zabijania. Patrul Rinpocze mówi, że biznes łączy się ze wszystkimi niewłaściwymi zachowaniami oprócz niewłaściwych poglądów i seksu.

Nie ma skuteczniejszej metody na zgromadzenie dużej ilości szkodliwych działań jak biznes, dlatego Patrul Rinpocze poświęcił oszustwu tyle uwagi jako formie kradzieży. Nie oznacza to, iż Tybetańczycy nie są zainteresowani robieniem interesów. Jeśli pojedziecie do Nepalu możecie stwierdzić ku swemu niezadowoleniu, że są oni jednymi z najbardziej agresywnych biznesmenów. Oczywiście nie każdy człowiek zajmujący się biznesem robi to niewłaściwie. W historii Dharmy jednym z najsłynniejszych świeckich uczniów Buddy był kupiec Anata-pandika, który ufundował pierwszy klasztor buddyjski.

Trzeci rodzaj niewłaściwego zachowania się ciała to niewłaściwe stosunki seksualne. Patrul Rinpocze mówi, że tutaj zajmie się zachowaniem świeckich ludzi. W czasie panowania tybetańskiego króla Synsung Ganpo zostały ustanowione reguły dziesięciu cnotliwych czynów ludzi świeckich. Są to reguły, na których powinno opierać się zachowanie świeckich wyznawców. Mniszki i mnisi powinni całkowicie unikać kontaktów seksualnych. Najgorszym złamaniem reguły dla świeckich jest spowodowanie złamania przez inną osobę reguły celibatu. Złamanie tego wskazania dotyczy również seks ze szczególnymi ludźmi, seks w pewnych miejscach, i okolicznościach. Dalej niewłaściwy seks oznacza masturbację, seks z osobą pozostającą w związku małżeńskim z inną osobą, seks w ciągu dnia, seks z osobą, która podjęła osiem wskazań w szczególnych dniach miesiąca i jest osobą świecką, w czasie choroby, z osobą mającą kłopoty psychiczne, w czasie ciąży. Powiada się w innych tekstach, że w okresie życia płodowego dziecko odczuwa bolesne ciśnienie i cierpi, gdy matka uprawia seks. W czasie okresu, tuż po porodzie dziecka.

Miejsca niewłaściwe dla seksu to wewnątrz świątyni, ponieważ są tam symbole reprezentujące Trzy Klejnoty, w obecności rodziców, czasami interpretuje się to jako seks z rodzicami, oczywiście kazirodztwo jest zakazane, ale ponieważ mówimy o niewłaściwym miejscu, więc

chodzi o obecność rodziców, seks z dziećmi. Zakazane sposoby to seks oralny i seks analny. To są reguły w stosunku do ludzi świeckich.

Kolejne negatywne czyny dotyczą mowy. Pierwszym z spośród czterech jest kłamstwo. Są trzy rodzaje kłamstw: 1) zwykłe, 2) ciężkie kłamstwo, 3) kłamstwo o posiadaniu niezwykłych mocy. Zwykłe kłamstwo jest kłamliwym stwierdzeniem. Wielkie, ciężkie kłamstwo jest np. takim stwierdzeniem, że nie ma żadnego dobra płynącego z czynów dobrych i cnotliwych, jak również nie ma żadnego grzechu w niewłaściwym działaniu lub powiedzenie, że nie ma żadnego szczęścia w czystej krainie buddhy, ani żadnego cierpienia w niższych krainach, lub mówienie, że buddhowie nie posiadają żadnych cech buddhów. Takie rzeczy nazywane są wielkimi kłamstwami, ponieważ żadne inne stwierdzenia nie pociągają większych konsekwencji niż te wielkie kłamstwa.

Trzecim rodzajem kłamstw jest twierdzenie, że posiadamy ponadludzkie moce. Jest to mówienie, że osiągnęliśmy któreś z *bhumi*, tzn. poziomów urzeczywistnienia bodhisattwy, lub że osiągnęliśmy jedną z wyższych możliwości jak niebiańskie oko czy wysyłanie własnych emanacji. Pan Buddha uważał te kłamstwa, szczególnie dotyczące ponadludzkich mocy, że jeśli jakiś mnich dopuścił się ich było to powodem natychmiastowego, bezpowrotnego wydalenia z Sanghi. To było wymienione jako czwarty poważny upadek osoby wyświęconej. Patrul Rinpocze zatrzymuje się przy tym punkcie, by uczynić nieco szerszy komentarz do tego. Istotną sprawą jest to, że w dzisiejszych czasach jest to jeszcze bardziej istotne niż w czasach, w których żył sam Patrul Rinpocze. Mówi on, że oszuści odnoszą większy sukces dzisiaj niż prawdziwi mistrzowie, ponieważ umysł każdego człowieka tak łatwo zawładnąć i ludzie nazywają się lamami czy siddhami tylko po to, by oszukać innych. Mówią, że widzieli swojego jidama, lub opanowali wielkiego demona – ogólnie mówiąc ci ludzie dopuszczają się kłamstwa, a więc bądźcie uważni by nie ulec tym szarlatanom.

Ponieważ praktyka Dharmy ma wpływ na nas nie tylko w tym życiu, ale i w następnym powinniśmy być ostrożni, by położyć nasze zaufanie w osobie autentycznie praktykującą Dhamę, która nie posiada wielkiej dumy i której zachowanie zakorzenione jest w Dharmie. Oczywiście są zwykli ludzie posiadający również w niewielkim stopniu magiczne moce, ale prawdziwie wielkie moce czy wyższe moce jak widzenie wcześniejszych żywotów itp. są dostępne tylko dla osób, które osiągnęły czyste poziomy, jak *bhumi* bodhisattwów, które są niezwykle trudne do osiągnięcia. W dalszej części tekstu, w jaki sposób możemy odróżnić prawdziwych i fałszywych mistrzów.

W szóstym rozdziale Patrul Rinpocze w pierwszej jego części mówi jak rozróżnić prawdziwych od fałszywych i o cechach prawdziwych i fałszywych nauczycieli. Wyjaśnia, że jeśli oddamy swoje zaufanie fałszywemu nauczycielowi to tak jakbyśmy trzymali go za rękę i idąc razem z nim skoczyli z brzegu przepaści. Teraz będę czytał lung. Proszę Was byście nie oddawali się niewłaściwym czynom niewłaściwej mowy, póki nie wrócę do Szczecina.

Pytanie: Jaki jest znaczenie intencji i działania?

Odpowiedź: Intencja to dokładnie to, co czyni umysł. Jeśli umysł nie jest zaangażowany to działanie nie przynosi żadnego owocu karmicznego. Działania karmiczne są niesione poprzez umysł, w którym odbite są ślady. Nie są tak ważne czyny ciała i mowy, dopóki nie wynikają one

z umysłu. Jeśli ciało coś czyni nie będąc kierowane umysłem nie przynosi karmicznego skutku. Ale jeśli sam umysł coś czyni np. rozwija nienawiść, ale tylko w umyśle czujemy tą nienawiść bez przenoszenia na czyny ciała i mowy, to już samo w sobie jedynie działanie umysłu zawiera w sobie skutek karmiczny. Przedstawmy to tak nauka o karmie mówi, że stajemy się tym, co czynimy. Ale to, co jeszcze ważniejsze w tej nauce jest to, że stajemy się tym, co myślimy. Wyobraźmy sobie to tak, jeśli jest osoba zabijająca wiele zwierząt w swojej farmie to zabija je z powodu żądzy czy z powodu nienawiści. Oczywiście zabija je z powodu żądz i pragnień i ta cecha mentalna będzie bardziej kształtowała tego człowieka niż nienawiść. Choć czyn związany jest z zabijaniem, a zabijanie kojarzy nam się raczej z nienawiścią, to w tym przypadku postępowanie tego człowieka będzie rozwijało się pod wpływem pragnień. Dlatego kiedy padnie pytanie o konsekwencje zabijania, powinniśmy spytać się o intencję, z którą popełniono ten czyn.

Zrozumienie prawa przyczyny i skutku powinno być znacznie bardziej złożone, ponieważ nie działa ono mechanicznie i nie możemy powiedzieć, że jeśli ktoś zabije to poniesie z góry wiadome konsekwencje, gdyż wszystko zależy od intencji. Jeśli chcemy kogoś pouczyć by nie zabijał to najpierw musimy poznać intencję tej osoby, ponieważ w zależności od intencji tej osoby czy kieruje się nienawiścią czy pożądaniem musimy w inny sposób odnieść by zrozumiała, co jest niewłaściwego w jej działaniu.

Pytanie: Jak rozumiałam najsilniejsze działanie karmiczne mają czyny ciała, ale jeśli pojawia się tylko myśl, a powstrzymamy się od działania ciała i mowy to, jaki to ma wpływ na karmę?

Odpowiedź: To zawiera w sobie dwa czyny, jeden jest pojawiająca się intencja np. widzimy kogoś w eleganckim futrze i pojawia się pragnienie posiadania tego futra, ale w następnym momencie pojawia się druga myśl otrzeźwiająca nas, np. jeśli zabiorę mu futro to będzie cierpiał i ostatecznie powstrzymamy się od tego, to są w tej sytuacji zawarte dwa czyny karmiczne, pierwszy, w którym pojawiła się żądza i drugi, który zatrzymał negatywne działanie i wówczas ten drugi będzie ważniejszy i będzie dominował w całej tej sytuacji.

Pytanie: Poprzednio była tu dyskusja o współczuciu i mam pytanie czy można uznać za właściwe współczucie pomaganie innym istotom w samsarycznych przedsięwzięciach takich jak zaspokajanie przyjemności, czy też bardziej właściwym jest powstrzymywanie się od tego lub próbowanie wyjaśnienia mechanizmów samsarycznych?

Odpowiedź: To jest bardzo dobre pytanie. Kiedy praktykujemy miłującą dobroć życzymy innym istotom osiągnięcie szczęścia i przyczyny szczęścia, przyczyna szczęścia oznacza praktykowanie cnoty zasługi. W praktyce doskonałości dawania i ktoś będzie chciał od nas truciznę by zakończyć swoje życie i dany tą truciznę to nie będzie to praktykowaniem dobra ani też ta osoba nie osiągnie żadnej cnoty zasługi. W tej praktyce powinniśmy koncentrować się na tym, co jest dobre dla innych i co przyniesie ich duchowy rozwój. Ale też powinniśmy być ostrożni, ponieważ istoty różnią się w swoich celach i zdolnościach mentalnych i nie wszystkie z nich są w danym momencie gotowe na przyjęcie nauk Dharmy i nie wszystkie są gotowe na przyjęcie wielkiej Dharmy całkowitego porzucenia świata. I kiedy Buddha dał pierwsze nauki Dharmy

zwykłym istotom to nauczał je jak praktykować dawanie by zapewnić im szczęście bogactwa, a następnie nauczał ich moralności by zapewnić im dobre odrodzenie nie nauczał ich o nirwanie. Kiedy te istoty doświadczyły harmonii i stabilności aczkolwiek chwilowej oraz dobre ludzkie odrodzenie i wówczas mogą otrzymać głębszą Dharma, ale najpierw muszą osiągnąć tę podstawę. Dlatego powinniśmy właściwie rozwijać współczucie i mądrość, by opanować upaja – zdolność właściwego współczującego użycia nauk dla dobra innych istot by przynieść im szczęście.

Pytanie: Chciałem nawiązać do poprzedniego pytania. Kiedy byłem w krajach buddyjskich jak Japonia zauważyłem, że np. dzieci nie traktuje się tak restrykcyjnie jak w naszej kulturze i bardziej otwarcie pozwala się im na zaspokojenie ich pragnień i po prostu się je obserwuje i pozwala się im cieszyć życiem, czy Lama-la mógłby coś powiedzieć w tym kontekście?

Odpowiedź: Wychodzimy z założenie, że niektóre rzeczy są same w sobie złe, a niektóre same w sobie dobre. Podstawowym czynnikiem jest to czy działanie jest dobre czy niedobre. Zręczne działanie prowadzi do wolności, a niezręczne działanie prowadzi do cierpienia. Nie ma tu lęku, co do działania czy rzeczy, ponieważ zmysły i ich przedmioty nie posiadają żadnej trwałej natury, dlatego same w sobie nie są ani dobre ani złe. Zatem negatywność wynika z przywiązania umysłu do przedmiotów zmysłów. Jeśli istnieje kultura, która ocenia przedmioty naszych zmysłów z góry czyniąc je dobrymi czy złymi wówczas powstaje w nas przekonanie, że te rzeczy same w sobie są złe i odczuwamy lęki i obawy przed doświadczaniem ich, to powoduje, że pod tym odczuciem powstaje silne pragnienie doświadczania tych rzeczy i tym samym tworzy to cały chaos, który jest w nas.

Odwrotnością tego jest otwartość i brak lęku przed przedmiotami zmysłów, ponieważ wiemy, że nie posiadają one żadnej wrodzonej natury. Poprzez otwartość i brak lęku rozumiem pełną przestrzeni elegancję w doświadczaniu, a nie przymuszone folgowanie swoim pragnieniom. Np. wskazanie dotyczące seksualnych zachowań, jeśli je właściwie rozumiemy, to widzimy, iż w rzeczywistości ma ono stworzyć właściwe środowisko, w którym okazuje się wzajemny szacunek i godność. Na przykład wskazanie o nie uprawianiu seksu w dzień wynika z etykiety okazywania szacunku innym ludziom, by nie być widocznym dla innych, ponieważ w zdrowym społeczeństwie nikt nie robi tego w sposób by być widzianym przez osoby trzecie.

Pytanie: Chciałam wrócić do poprzedniego pytania, jeśli pragnę czyjegoś futra, a nie zabiore go, bo nie chcę sobie popsuć karmy to czy takie działanie nie jest wynikiem egoizmu?

Odpowiedź: Nie byłoby to aż tak pozytywne jak pomyślenie, że ktoś cierpiałby z tego powodu, ale wciąż byłoby to dobrym działaniem powstrzymującym cię od negatywnych czynów przynoszących cierpienie w przyszłości. Jeśli nie możemy rozwinąć postawy mahajany od razu, wówczas rozwijasz postawę śrawaki i to jest to, co większość ludzi czyni. W końcu Buddha nauczał najpierw jak zdobyć bogactwo poprzez dobre działanie i powstrzymywanie się od zła jako pierwszą motywację, która jest niższa ma to swoją wartość, ponieważ w następstwie tego można rozwijać w czasie wyższe motywacje.

Pytanie: Na początku dzisiejszych nauk mówiłeś, że to karma decyduje o naszej przyszłości, karma będąca naszymi własnymi czynami, dlatego to nie jakieś istoty np. bóg decyduje o naszej przyszłości, ale w buddyjskiej tradycji są różni strażnicy czy bóstwa, do których się zwracamy o powodzenie w życiu czy w praktyce i jak to się ma w kontekście naszego życia i naszej praktyki?

Odpowiedź: Nawet w sutrach i tantrach Buddha nauczał, że powinniśmy zwracać się z naszymi modlitwami do różnych buddhów i bodhisattwów, jak i do królów czterech kierunków świata, żeby nas ochraniali i w kontekście nauk o karmie powinniśmy usłyszeć to, co następuje:

Po pierwsze zwracamy się do buddhów, bodhisattwów i strażników, ponieważ wiemy o ich istnieniu i samo to, że się do nich zwracamy jest czynem karmicznym. Jeśli spotykam dobrą osobę i wiem, że może mi pomóc i poproszę by uczyła mnie np. francuskiego to jest to wynik karmy, że ją spotkałem i wybrałem do pomocy, a następnie to, co z tym zrobimy i w sensie technicznym niczym się to nie różni od proszenia buddhów i obrońców Dharmy o pomoc. Jeśli więc spotykamy taką osobę to jest to wynik przeszłej karmy i gdy decydujemy się zmienić coś w naszym życiu w tym przypadku nauczyć się francuskiego, to ta możliwość ma miejsce dzięki naszej przeszłej karmie i tak samo odnosi się to do buddhów, obrońców Dharmy i bóstw opiekuńczych. Jeśli chodzi o buddhów i bodhisattwów w ogólności, jak i o obrońców Dharmy czy opiekuńcze bóstwa w szczególności to mogą one nam pomóc, ale musimy się do nich sami zwrócić o pomoc.