

Dr Alex Berzin

KARMA

Istnieje możliwość pracy z karmą. Gdy jesteśmy zdolni do wyrzeczeń, właściwej motywacji i gdy szczerze powiemy sobie „mam już tego dość”. Pojawia się wówczas wola bycia wolnym i chęć porzucenia negatywnych spraw.

PROBLEMY I PRZYCZYNY PROBLEMÓW.

Ważne jest by być gotowym porzucić gniew i chciwość. Wtedy dopiero można stosować nauki Buddy we własnym życiu. Dopiero wówczas jest to coś autentycznego a nie duchowy sport. W trosce o innych wzmacnia się motywacja (tak zwana motywacja Bodhicitty). „Muszę w pełni rozwinąć swój potencjał by móc skutecznie pomagać innym”

CZYM JEST KARMA?

Karma to impulsy, instynktowne działania, działania które czynimy nie myśląc, bez zastanowienia. Są ich dwa rodzaje:

- skażone
- nieskażone

Są pewne działania, których podstawą jest pomieszenie i takie, które nie są z tym związane. Podstawą pomieszenia jest przekonanie, że istnieje silna opozycja JA – TY. Wtedy to mają miejsce złudne gry ego. Pozytywne działania dzieją się poza opozycją dualności i wtedy doświadczamy każdej chwili taką jaka ona jest. Ponieważ wszystko jest wzajemnie powiązane, wszystko płynie i się zmienia, to właśnie wtedy możemy dodać coś pozytywnego do tej relacji. (Przykładem działania w pomieszaniu jest sytuacja gdy pomagamy komuś z łaski lub oczekując coś w zamian). Należy także zrozumieć, że to jak ktoś postępuje jest sumą wielu czynników, licznych składowych i interakcji. Robiąc cokolwiek bez pomieszenia nie mamy żadnych oczekiwań.

DWA SPOJRZENIA NA KARME

1. Karma to mentalny napęd by coś uczynić, coś co pociąga nas do konkretnego działania. Jest to następstwo naszych nawyków, rodzaj popędu by coś pomyśleć, powiedzieć czy zrobić.
2. Karma jako bardziej fizyczna siła, impuls energii, kiedy to faktycznie czynione jest działanie i wynika to z przeszłych nawyków.

PRAWA KARMY. OGÓLNE MECHANIZMY

Istnieją działania konstruktywne i niekonstruktywne. Dlatego istotne jest by unikać osądów moralnych. Odwrotnie jak dzieje się to w zachodniej etyce. Dlatego jeśli chcemy unikać cierpienia to powinniśmy unikać przyczyn cierpienia czyli niekonstruktywnych działań. Jednocześnie gdy ktoś postępuje w sposób destrukcyjny to wcale nie oznacza, że jest złą osobą ale pomieszana. Rozróżnienie między pomieszaniem a byciem złym zmienia stosunek do życia.

Destrukcyjne działania związane są z brakiem wstydu w związku z nimi, z brakiem autorytetów i z „trzema truciznami”. Te trucizny to: chciwość i przywiązanie, gniew i wrogość oraz pomieszanie co do tego kim jesteśmy i pogląd, że nie istnieje związek pomiędzy przyczyną i skutkiem.

Są liczne formy negatywnych działań podobnie jak jest wiele rodzajów cierpienia.

Zaś pozytywne działania związane są z poczuciem wstydu i prowadzą do trzech motywujących aktywności będących przeciwieństwem trzech trucizn. Ponieważ nadal działamy w opozycji JA – TY, to chociaż tworzymy szczęście to nie jest ono trwałe. Problem polega na tym, że wówczas szczęście może przekształcić się w cierpienie. Motywacja prowadzi do działania i choć jest pozytywna to samo działanie wcale nie musi już takie być. Przykład z poprzedniego życia Buddhy. Płynąc statkiem Buddha usłyszał jak dwóch przestępców postanawia zabić nocą pozostałych pasażerów by ich okraść. Ratuje pasażerów zabijając złoczyńców. Motywacja była pozytywna ale działanie już nie. Buddzie wbiła się w stopę drzazga jako następstwo karmy.

Istnieją dwa rodzaje motywacji: płytka i głęboka. Jest także wiele czynników, które determinują skutki naszych działań.

PRAWA KARMY

1. Pewność skutku. Cierpienie pochodzi z destrukcyjnych działań. Nie zawsze dzieje się to od razu.
2. Cokolwiek się zrobi będzie to miało swój skutek. Jeśli nie w tym to w przyszłym życiu.
3. Jeżeli nie dokonamy konkretnego działania nie doświadczymy skutku.
4. Prawo odwrotnej proporcjonalności karmy. Z małego działania może powstać wielki skutek. Na przykład niewinna z pozoru kłótnia może doprowadzić do rozwodu.

Dojrzewanie karmy to bardzo złożony proces. Jedno działanie może powodować wiele skutków a wiele działań – jeden skutek. Budda powiedział: „Misa z wodą nie jest wypełniona ani pierwszą ani ostatnią kroplą lecz wszystkimi kroplami jednocześnie”. Wszystko czego doświadczamy jest połączone z mnóstwem czynników: inni ludzie, historia, kraj w którym żyjemy itd.

Podsumowując: są działania wynikające z pomieszania i wolne od niego. Jeżeli cokolwiek czynimy z pomieszania, gdy istnieje silne pojęcie JA, produkujemy karmę niezależnie od tego czy działania są pozytywne czy negatywne. Gdy nie rozumiemy funkcjonowania praw przyczyny i skutku

to tworzymy cierpienie. Jeśli robimy cokolwiek ze złą motywacją to nawet jeśli tworzymy szczęście to jest ono nietrwałe i w efekcie prowadzi do cierpienia. Zatem musimy być bardzo uważni co robimy. Musimy powstrzymać negatywne aktywności. By to było możliwe nie wolno przesadnie wierzyć w ego. Dualne widzenie świata wpływa na na sposób w jaki próbujemy wpływać na skutki naszego działania. Tworzenie dualizmu wewnątrz siebie (dobry JA powstrzymuje złego JA) powoduje duże napięcia i nie jest to metoda, która uwalnia nas od problemów ale trzeba od czegoś zacząć. Wszystko to (działanie z pomieszaniem) prowadzi do trzech rodzajów cierpienia:

1. Cierpienie cierpienia.
2. Cierpienie zmiany (szczęście przemija).
3. Wszzechogarniające cierpienie (życie z defektami, w kraju ogarniętym wojna itp.)

Powinniśmy nie tylko uwolnić się od negatywnych działań ale przede wszystkim od pomieszania. Tylko w ten sposób możemy odmienić naszą karmę.

Zatem mamy wpływ na karmę.

10 NEGATYWNYCH DZIAŁAŃ

Istnieją 3 fizyczne, 4 związane z mową i 3 mentalne.

1. Odbieranie życia. Odnosi się do wszystkich czujących istot. Przede wszystkim fizycznie ale nie tylko. Także zachowania, na skutek których komuś „odechciewa się żyć”.
2. Branie czegokolwiek, co nie zostało nam dane. Dotyczy to zarówno rzeczy wielkich jak i małych. Ale także używanie czegoś, co nie zostało nam dane: na przykład dzwonienie z czyjś telefonem bez zgody właściciela, jazda bez biletu, pożyczanie i nie oddawanie itd.
3. Nieprawidłowe zachowania seksualne. Istnieje wiele form takich zachowań: seks z czyimś partnerem, wymuszanie seksu, wykorzystywanie np.: dzieci, osób upośledzonych umysłowo, niewłaściwe miejsce (świątynie, miejsca publiczne). Ważne są emocje gdy znajdujemy się pod wpływem silnego pożądania. Gdy są egoistyczne seks może stać się obsesją. Wyjątkowo negatywne są zachowania seksualne, którym towarzyszy gniew (gwałt, świadome zarażanie). Takie zachowania wynikają z pomieszania co do prawa przyczyny i skutku. Błędne jest myślenie, że można wyzwolić się poprzez seks a szczególnie namawianie kogoś do seksu pod pretekstem rozwoju duchowego.
4. Kłamanie. Istnieje wiele jego form. Można kłamać mówiąc ale także milcząc czy też za pomocą gestów. Można kłamać zarówno w sprawach drobnych jak i zasadniczych, takich jak uczucia.
5. Dzieląca mowa. Mówienie w sposób, który dzieli ludzi i rozbija przyjaźnie.
6. Szorstka mowa. Mówienie w sposób ordynarny. Niepotrzebne przeklinanie. Krzyk i mówienie niemiłych rzeczy. Nie ma znaczenie czy to prawda co wtedy mówimy: „jesteś świnią, jesteś ślepy” itd. Akcja zostaje dokonana, gdy adresat rozumie co się do niego mówi.

7. Bezmyślne gadulstwo. Przeszkadzanie i zabieranie czasu gdy ktoś jest zajęty.

8. Myślenie pożądlive, któremu towarzyszy zazdrość.

9. Myślenie złośliwe, zła wola.

10. Rozproszone, wrogie myślenie. Błędne poglądy. Sprzeciwianie się w naszym umyśle temu co jest wartościowe. Krytykowanie czyjejs ścieżki duchowej. (Zwykle jesteśmy zbyt ograniczeni by wiedzieć i rozumieć co dana osoba robi, jaką ścieżką podąża).

10 pozytywnych czynności to świadome powstrzymanie się od 10-ciu negatywnych działań. Kluczowe jest tu unikanie agresji.

DHARMA to środki zaradcze, prewencyjne. To jedno ze znaczeń Dharmy. Istnieją 2 poziomy konstruktywnych działań:

1. Świadome unikanie niszczenia czegokolwiek.

2. Działania bardziej bezpośrednie. Na przykład: nie tylko nie zabijamy ale chronimy życie, nie tylko nie kradniemy ale jesteśmy hojni, jesteśmy wierni partnerowi itp.

Karma dojrzewa na skutek negatywnych działań. Czyniąc zło zwykle wpadamy w analogiczne sytuacje jako ofiara. Pewne warunki muszą być spełnione aby skutek był silny inaczej pojawi się lecz będzie słaby:

Istnieje podmiot, wobec którego skierowane jest działanie. Dla przykładu: myślimy, że ktoś jest w toalecie, krzyczymy na niego przez drzwi. Ale tam nikogo nie ma. Gniew zaistniał w nas, pojawi się skutek ale będzie słaby.

Popęd działania. (Zabieramy przypadkowo, parasol, zapalniczkę itp.) Ważna jest świadoma intencja. Podobnie gdy niechcący deptamy komuś po stopach tańcząc. Jadąc samochodem zabijamy owady. Są to negatywne działania wynikające z natury samsary.

NA CO NALEŻY ZWRACAĆ UWAGĘ W WYCHOWANIU DZIECI?

Właściwie na wszelkie aspekty. Buddyjska etyka nie jest oparta na posłuszeństwie prawom. Gdy wychowujemy dziecko jako „grzeczne” i posłuszne to może to prowadzić do licznych komplikacji.

Najważniejsza jest świadomość odpowiedzialności za swoje czyny i życie. Dziecko powinno zrozumieć, że dla jego dobra, powinno powstrzymać się od negatywnych działań. Jest to podstawa.

Wszystkie czujące istoty pragną być szczęśliwe, podobnie ja my sami. Dlatego powinniśmy traktować je wszystkie z szacunkiem i unikać czynienia im zła.

Postrzegana rzeczywistość jest iluzją, grą umysłu. Wynika to z tego, że elementy rzeczywistości składają się z wielu składowych i czynników i są postrzegane przez umysł będący w różnych

stanach oraz nastrojach. Istotne jest by nauczyć dzieci powstrzymywania się od 10-ciu negatywnych działań. Mają one swoją hierarchię.

- Antagonistyczne, zaburzone, wrogie myślenie.
- Zabijanie
- Myślenie zazdrosne i wrogie.
- Przeszkadzanie nieistotnymi słowami.

Najgorsze jest antagonistyczne, wrogie, pomieszane myślenie, gdy sprzeciwiamy się wewnątrznie prawom przyczyny i skutku, gdy nie chcemy w nie wierzyć. Gdy nie widzimy sensu by być dobrym i rozwijać się duchowo.

SKUTKI DZIAŁANIA

Nasze działania dojrzewają dając różne następstwa.

- Faktyczny stan odrodzenia.

Przeszłe działania decydują o rodzaju odrodzenia. Dobre czyny powodują pozytywne odrodzenie. I odwrotnie. Czujące istoty odradzają się z „pakietami”, mentalnymi matrycami. Dla przykładu: „pakiet psa”, „pakiet kota” itp.

W strumieniu odrodzeń karma może dojrzeć na wiele sposobów. Po wielu wcieleniach możemy odrodzić się jako człowiek a później jako zwierzę i odwrotnie.

Pewne dzieci lubią zabijać i męczyć na przykład owady a inne nie. Jest to przykład indywidualnego pakietu, osobistej matrycy karmicznej. Gdy dla przykładu mamy preferencje by wiązać się z ludźmi, którzy nas krzywdzą czy na przykład lubimy włóczyć się nocą ciemnymi ulicami, co często rodzi kłopoty.

Dojrzewanie karmy powodują, że nie tylko mamy tendencje do popełniania złych czynów ale także inni będą zachowywali się podobnie w stosunku do nas.

Są to skutki odnoszące się do przyczyny.

- Wszegogarniający skutek.

Na przykład kraj, społeczeństwo, rodzina w jakiej się urodziliśmy. Mogą być pomyślnie albo zupełnie przeciwnie. (Kraj ogarnięty wojną, biedne społeczeństwo, patologiczna rodzina).

> Gdy w poprzednich żywotach kradliśmy odradzamy się w biednym kraju, sami jesteśmy biedni, żyjemy w miejscu gdzie każdy okrada każdego.

> Złe zachowanie seksualne – odradzamy się w miejscu gdzie jest dużo przemocy, gdzie jest brudno i śmierdzi.

> Antagonistyczne, wrogie myślenie – rodzimy się w miejscu gdzie niczego się nie szanuje, gdzie dominuje brak poszanowania dla środowiska naturalnego, prawa, autorytetów itp.

Pozytywne działania powodują odwrotne skutki. Odrodzenie w dobrym, pomyślnym miejscu.

Znając te mechanizmy możemy zrozumieć naszą sytuację i kondycję mentalną. (Jesteśmy oddzieleni od tych, których kochamy bo używaliśmy dzielącego języka). Pozwala to rozpoznać w nas te cechy i aspekty, które w pierwszej kolejności powinniśmy w sobie zmieniać.

Na początek należy zrozumieć, że pewne nasze działania były złe. Poczuć żal lecz nie poczucie winy! Żal w istocie jest życzeniem, pragnieniem by w przyszłości nie robić tego co złe. Podobnie jak w sytuacji gdy zjedliśmy złe jedzenie, to wiemy, że pomyliliśmy się, a nie uważamy, że jesteśmy źli. To bardzo istotne rozróżnienie.

By budować dobrą karmę powinniśmy po prostu obrać pozytywny kierunek i unikać złych działań. Tylko w ten sposób oczyszcza się nasza karma. Musimy pracować na możliwie najgłębszych poziomach by ostatecznie **pozbyć się pomieszania**.

Szczecin 2000, wykład spisał Paweł Kamienowski | Sarwa Mangalam