

# DROGA PRAKTYKI

# ROZDZIAŁ PIERWSZY

## DROGA OCZYSZCZANIA

### I

#### OCZYSZCZANIE UMYSŁU

1. Skazy w umysłach ludzi sprawiają, że cierpią w świecie ułudy. Istnieją trzy sposoby, aby pozbyć się tych skaz.

Pierwszy sposób polega na prawidłowym postrzeganiu rzeczywistości, a więc na zwracaniu uwagi na przyczynę i skutek, aby móc uświadomić sobie, co jest przyczyną cierpienia. Skoro przyczyną cierpienia są żądze, powinno to prowadzić do słusznego wniosku, że należy usunąć żądze, a wtedy nie będzie cierpienia. Człowiek nie widzi rzeczywistości, takiej, jaka ona jest, dlatego postrzega siebie jako odrębne 'ja' i zachowuje się egoistycznie. Ignoruje prawo przyczynowości, nie potrafi pozbyć się skaz i cierpi pogrążony w niewiedzy.

Drugi sposób to kontrolowanie własnego umysłu, aby stłumić pożądlivość i w ten sposób opanować żądze. Jeśli człowiek zachowa czystość umysłu, wtedy odetnie korzeń skaz i uwolni się od pożądlivości powstającej na skutek doznań cielesnych za pośrednictwem zmysłu wzroku, słuchu, powonienia, smaku, dotyku oraz przez

dyskursywne myślenie, będące reakcją na bodźce z zewnątrz.

Trzeci sposób to odpowiednie podejście do rzeczy materialnych. Nie należy myśleć o jedzeniu czy ubraniu w kategoriach przyjemności. Ubranie zakrywa wstydlive części ciała i powinno być dostosowane do warunków pogodowych – przewiewne w lecie i chroniące przed chłodem w zimie. Pożywienie jest potrzebne człowiekowi tylko dlatego, że ma dostarczyć substancji odżywczych, aby mógł zachować zdrowie i bez przeszkód poświęcić się praktyce buddyjskiej. Jeśli tak będziemy podchodzić do rzeczy materialnych, nie będą one wzbudzać żądz.

Czwartym sposobem jest ćwiczenie się w wytrzymałości. Człowiek powinien być odporny na zimno i upał, spokojnie znosić głód i pragnienie, nie przejmować się niezależnie od tego, czy ludzie go chwala, czy gania. Jeśli będzie wszystko cierpliwie znosić, wtedy powstrzyma także wewnętrzny ogień własnych żądz i nie pozwoli, by go spalił.

Ostatnim, piątym sposobem, to unikanie pokus i niebezpieczeństwa. Mądry człowiek nie zbliża się do wierzgającego konia ani do wściekłego psa. Nie należy chodzić tam, gdzie czai się zło, nie należy też zadawać się ze złymi ludźmi. Jeśli zachowa się ostrożność, wtedy ogień żądz sam wygaśnie.

## **Droga oczyszczenia**

### **2. Istnieje pięć rodzajów pożądania.**

Pierwsze pożądanie wzbudzone jest przez piękne formy postrzegane przez oczy, drugie – przez upojne dźwięki, które słyszą uszy, trzecie – przez przyjemne zapachy, odbierane przez zmysł powonienia, czwarte – przez wspaniały smak, który czuje język, piąte – przez to, co przyjemne w dotyku, a odczuwane przez ciało. Te pięć rodzajów pożądań, wzbudzanych przez różne części ciała, jest przyczyną pogoni za hedonizmem.

Większość ludzi ulega cielesnym pożądaniom i znajduje w nich upodobanie, nie zauważając, że skutki ich zaspokajania są tragiczne. Wpadają w sidła zła tak samo jak nieostrożna sarna wpada w pułapkę zastawioną przez myśliwych. Należy pamiętać o tym, że pożądania cielesne są taką właśnie pułapką, a ten, kto w nią wpadnie, stanie się niewolnikiem żądz i będzie cierpiał. Należy uważnie przyglądać się nieszczęściom i cierpieniom innych ludzi, spowodowanym przez cielesne żądze, i poznać sposoby unikania sidła pokus.

### **3. Istnieje wiele sposobów unikania pożądania cielesnego.**

Wyobraźmy sobie, że ktoś schwytał i związał razem sześć stworzeń, z których każde ma inne środowisko życia, a mianowicie węża, krokodyla, ptaka, psa, lisa i małpę. Człowiek ten zostawił związane razem

zwierzęta w lesie. Każde z nich chciało wrócić tam, skąd zostało zabrane, gdyż miejsca to najbardziej odpowiadało jego naturze. Ptak chciał ulecieć w niebo, wąż pragnął ukryć się wśród traw na wzgórzu, krokodyl wysiłał się, żeby dojść do rzeki, pies starał się wrócić do wioski, lis wyrwał się na pola, a małpa usiłowała wskoczyć na drzewo w lesie. Chociaż każde zwierzę dążyło w innym kierunku, to, które było najsilniejsze, zaciągnęło resztę tam, gdzie wcale nie chciały iść.

Tak jak w powyższej przypowieści, ludzie ulegają pokusom doznań wzroku, słuchu, powonienia, smaku i dotyku, a także ich myśli sprawiają, że skłaniają się ku czemuś, jednakże ostatecznie ulegają temu, co stanowi dla nich najsilniejszą pokusę i w tym kierunku będą dążyć.

Gdyby jednak te sześć zwierząt zostało związanych osobno i oddzielnie przywiązanych do pala, wtedy początkowo próbowałyby zerwać więzy, aby powrócić do miejsca, gdzie je schwytano. Szarpałyby się jednak na próżno i wreszcie, wyczerpane, zaprzestałyby walki, potulnie kładąc się na ziemi.

Podobnie człowiek nie ulegnie pięciu pożądaniom, jeśli będzie ćwiczyć swój umysł i nauczy się go kontrolować. Gdyby tylko człowiek potrafił zapanować nad własnym umysłem, żyłby w pokoju i szczęściu w tym życiu i w przyszłych wcieleniach.

4. Człowiek robi wszystko, by zyskać sławę i

## Droga oczyszczenia

poważanie, przez co jest spalany przez ogień swoich żądz. Można jego stan porównać do kadzidelka, które pali się błyskawicznie, zmieniając się w popiół. Ci, którzy szukają poklasku i chcą pławić się w zaszczytach, nawet nie myśląc o drodze prowadzącej do Oświecenia, swoje ciało wystawią na niebezpieczeństwa, a ich umysły, nękanie żalem i niezaspokojonymi ambicjami, nie zazną spokoju.

Człowieka, który ustawicznie goni za sławą i majątkiem, można porównać do dziecka, które zlizuje słodki miód z ostrego noża. Może rozkoszować się słodyczą, ale naraża się na zranienie ostrzem. Można go też porównać do osoby, która niesie pochodnię idąc po wiatr. Oczywiście jest to, że poparzy się, gdyż jej ubranie zajmie się ogniem. Człowiek nie może zawierzyć swojemu umysłowi, jeśli jest on zatruty trzema truciznami: pożądlivością, gniewem i głupotą. Nie wolno mu pozwolić, aby jego umysł wymknął mu się spod kontroli. Musi cały czas panować nad swoim umysłem i nie ulegać żądom.

5. Każdy, kto pragnie dostąpić Oświecenia, musi wygasić ogień pożądania. Człowiek niosący suche siano, będzie unikał iskiei, tak samo ten, kto rozpoczyna praktykę buddyjską, musi unikać pokus.

Jakże głupi jest ten, kto wydłubuje sobie oczy, gdyż obawia się, że piękny widok zawładnie jego umysłem. Prawdziwy umysł jest władcą, jeśli odetnie się od nieprzyzwoitych myśli, wtedy doznania wzrokowe będą

mu posłuszne i nie będą wzbudzać pożądliwości.

Jakże trudno jest kroczyć drogą do Oświecenia. Jeszcze bardziej trudne i uciążliwe jest życie osoby, która nie wzbudziła w sobie pragnienia Oświecenia. Czeka ją tylko nieskończone cierpienie związane z narodzinami, starzeniem się, chorobą i śmiercią.

Człowiek, który kroczy drogą ku Oświeceniowi, musi być ostrożny, jak wół, który dźwiga ciężkie pakunki, przedzierając się przez bagnisty teren. Mimo zmęczenia, nawet na chwilę nie przystaje ani się nie rozgląda, dopiero wtedy, gdy wydostanie się na pewny grunt, zatrzymuje się na odpoczynek. Bagno pożądliwości jest o wiele groźniejsze, dlatego należy poruszać się wyznaczoną, ścieżką prawdy, a wtedy można się z niego wyjść i uniknąć cierpienia.

6. Człowiek, który pragnie dostąpić oświecenia, musi wyzbyć się pychy i przyjąć w pokorze światłość nauki Buddy. Najwspanialsze ozdoby ze złota, srebra, czy szlachetnych kamieni, nie mogą równać się z klejnotami cnót.

Jeśli ktoś chce się cieszyć dobrym zdrowiem, nieść pokój innym ludziom i zapewnić pomyślność swojej rodzinie, musi najpierw kontrolować swój umysł. Jeśli będzie panował nad swoim umysłem i pragnął z radością dążyć do Oświecenia, wtedy, sam nie wiedząc kiedy, odkryje w sobie mądrość i wszelkie inne cnoty.

## Droga oczyszczania

Szlachetne kamienie wydobywane są z ziemi, a cnoty są skutkiem dobra, które człowiek czyni. Mądrość zaś pojawi się w czystym i spokojnym umyśle. Aby przejść przez labirynt życia, trzeba oświetlić drogę światłem mądrości, a ciało chronić od pokus, wkładając zbroję z cnót.

Budda naucza, że należy pozbyć się trzech trucizn: pożądlivosti, gniewu i głupoty. Ci, którzy słuchają tej niezrównanej nauki i postępują zgodnie z nią, będą wieść szczęśliwe i dobre życie.

7. Człowiek zawsze dąży do tego, na czym koncentrują się jego myśli. Jeśli myśli pożądliwie, jego umysł jest pełen żądz. Jeśli myśli gniewnie, jego umysł staje się coraz bardziej agresywny. Jeśli jego myśli są głupie, jego umysł będzie pogrążony w ignorancji.

Człowiek, który hoduje bydło, kiedy nadchodzi czas żniw jesienią, zgania krowy, które dotąd pasły się na łąkach, w jedno miejsce, a potem prowadzi je do obory. Czyni tak, ponieważ nie chce, żeby wchodziły na cudze pola i wyrządzały szkody, gdyż w takim przypadku musiałby zapłacić odszkodowanie. Obawia się także, że rozwścieczony sąsiad mógłby zabić krowę, gdyby zobaczył, że niszczy ona jego pole. Także ludzie, zdając sobie sprawę z tego, jakie nieszczęścia spotykają innych na skutek złych czynów, muszą zapieczętować swoje umysły przed pokusami i porzucać natychmiast wszelkie niegodziwe myśli. Nie powinni ulegać pożądlivosti, agresji



oraz głupocie, muszą kontrolować swoje myśli, aby mogli wykształcić umysł, który znajduje upodobanie w skromności, spokoju i mądrości.

Kiedy nadchodzi wiosna i kwiaty na łąkach zaczynają puszczać pąki, gospodarz wypuszcza swoje krowy z obory na pastwiska. Nawet wtedy jednak pilnuje, żeby jego stado nie zeszło na manowce, nie leni się i często sprawdza, czy krowy są tam, gdzie je zostawił. Także człowiek powinien cały czas kontrolować stan swojego umysłu. Pamiętając o tym, co dobre, musi strzec, by jego myśli nie zboczyły na manowce żądz.

8. Pewnego dnia Budda Siakjamuni przybył ze swoimi uczniami do miasta Kausambi. Jeden z mieszkańców żywił do Buddy urazę i przekupił kilku ludzi pozbawionych skrupułów, aby opowiadali nieprawdziwe historie o Buddzie, oczerniając go. Z tego powodu mieszkańcy drwili i szydzili z uczniów Buddy, którzy przyszli zbierać jałmużnę. Świeccy wyznawcy zawsze ofiarowywali mnichom jałmużnę, aby mogli oni kontynuować praktykę w celu wyzwolenia wszystkich istot, jednak w tym mieście uczniowie Buddy nie mogli zebrać odpowiednio dużo pożywienia.

Jeden z uczniów, Ananda, powiedział do Buddy: „Mistrzu, lepiej będzie, jeśli nie zostaniemy dłużej w tym mieście. Na pewno jest wiele innych miejscowości, gdzie przyjmą nas gościnnie.” Wtedy Budda odpowiedział mu pytaniem na pytanie: „Anando, a co zrobimy, jeśli w

## **Droga oczyszczenia**

innym mieście spotka nas to samo?” „Wtedy przeniesiemy się do następnego.” – odparł Ananda.

Budda na to: „Nie, Anando, jeśli tak zrobimy, nie będzie temu końca. Kiedy ktoś mnie łży i mówi oszczerstwa, znoszę to w spokoju ducha i czekam, aż przestanie, dopiero wtedy przenoszę się w inne miejsce.

Anando, tego, kto dostąpił Oświecenia, nie jest w stanie poruszyć ani obietnica korzyści, ani groźba poniesienia szkody, ani obelgi, ani pochwały, ani wysławianie, ani potępienie, ani cierpienie, ani przyjemności. Zapewne już niedługo ludzie w tym mieście przestaną nas obrażać.”

## **II DOBRE UCZYNKI**

1. Ci, którzy dążą do Oświecenia, muszą zawsze starać się, aby ich ciała, słowa i myśli były nieskalane. Nieskalanie ciała polega na tym, że człowiek nie zabija, nie kradnie i nie cudzołoży. Nieskalanie słów oznacza, że nie kłamie, nie mówi oszczerstw, dotrzymuje przyrzeczeń, unika czczej gadaniny. Natomiast jego myśli będą nieskalane, jeśli nie będzie wpadał w gniew, ulegał pożądliwości i nie zbaczał na drogę herezji.

Jeśli umysł człowieka nie jest czysty, jego czyny także będą skalane. Jeśli zaś czyny człowieka są skalane

złem, nie będzie mógł uniknąć cierpienia. Właśnie dlatego najważniejsze jest oczyszczenie umysłu i czynienie dobra.

2. Była sobie pewna bogata wdowa, o której wszyscy mówili z podziwem, że jest uprzejma, skromna i ma dobre serce. Miała mądrą służącą, która była bardzo pracowita.

Pewnego dnia służąca pomyślała: „Moja Pani ma bardzo dobrą reputację. Ciekawe, czy rzeczywiście taka jest, czy tylko tak się zachowuje w sprzyjających warunkach. Bardzo chcę to sprawdzić.”

Jak pomyślała, tak zrobiła. Następnego dnia specjalnie nie wstała rankiem, jak zwykle, tylko przysłała do swojej Pani w południe. Pani w bardzo złym nastroju skarciła ją ostro za spóźnienie. Służąca powiedziała wtedy: „Do tej pory nie było do mnie zastrzeżeń, to chyba nic takiego, jeśli raz czy dwa spóźnię się.” Jednak te słowa rozwścieczyły wdowę.

Następnego dnia służąca znowu specjalnie przysłała późno, a wtedy jej Pani wpadła w wielki gniew i wymierzyła jej karę chłosty. Kiedy okoliczni mieszkańcy się o tym dowiedzieli, byli oburzeni i wdowa straciła dobrą reputację.

3. Wielu ludzi zachowuje się tak, jak ta wdowa. Kiedy

## Droga oczyszczenia

wszystko dzieje się po ich myśli, są spokojni, uprzejmi i skromni. Ale wątpliwe jest, czy będą się tak zachowywać, jeśli pojawią się niesprzyjające warunki. Czy będą w stanie zachować spokojny umysł i nadal czynić dobro, jeśli usłyszą przykre słowa lub ktoś okaże im jawną wrogość. A co będzie, kiedy pojawią się trudności w zaspokajaniu takich podstawowych potrzeb jak głód, pragnienie, odzienie czy dach nad głową?

Nie może więc uznać, że jest tak naprawdę dobry ten, kto zachowuje czysty umysł i czyni dobro tylko wtedy, kiedy wszystko idzie po jego myśli. Prawdziwie dobrzy są tylko ci, którzy przyjęli naukę Buddy i dzięki wyteżonej praktyce potrafią ją wcielać w życie, będąc zawsze spokojni i pełni pokory.

4. Można wyróżnić pięć rodzajów wypowiedzi: stosowne i niestosowne, odpowiadające faktom i nieodpowiadające faktom, łagodne i gniewne, takie, który przynoszą korzyść, i takie, które szkodzą, przepełnione miłością i zionące nienawiścią. Niezależnie od tego, która z tych wypowiedzi zostanie skierowana do nas, powinniśmy starać się myśleć w następujący sposób: „Mój umysł jest nieporuszony. Nie odpowiem na to gniewem, wzbudzę w sobie dobre myśli, dzięki uczuciu miłosierdzia i współczucia w stosunku do tych, którzy są pogrążeni w niewiedzy. Nie dam się sprowokować i nie zareaguję agresją i nienawiścią.”

Wyobraźmy sobie człowieka, który stara się usunąć warstwę ziemi, używając do tego motyki i grabi. Niezależnie od jego wysiłków, im bardziej kopie, ziemia nie znika, im dłużej grabi, jedynie wzbija w powietrze więcej pyłu. Tak samo nie jest możliwe, aby można było żyć unikając komunikacji słownej. Właśnie dlatego, nieważne jakie słowa padną, należy kontrolować umysł i sprawić, by był nieporuszony, dzięki dobrym i pełnym współczucia myślom.

Nie jest możliwe namalowanie czegokolwiek farbami na niebie, nie można sprawić, by woda w rzece wyparowała od ognia jednej słomianej pochodni, nie można wydobyć dźwięku metalicznego, pocierając dwa kawałki dobrze wyprawionej skóry. Należy więc ćwiczyć umysł, aby nie mogły go poruszyć, żadne, nawet najbardziej przykre słowa.

Umysł człowieka powinien być rozległy jak Ziemia, nieskończony jak Niebo, głęboki jak wielka rzeka, delikatny jak dobrze wyprawiona skóra.

Nie jest prawdziwym uczniem Buddy ten, kto schwytyany i torturowany przez wroga, złorzeczy mu i nienawidzi go. Jego umysłu nigdy nie powinny opanować ciemności, musi powtarzać uparcie: „Mój umysł jest nieporuszony, nie wypowiem słów gniewnych i nienawistnych. Niech moje miłosierdzie i współczucie obejmie także mego prześladowcę.”

## Droga oczyszczania

5. A oto przypowieść o człowieku, który natknął się na wielkie mrowisko, które w ciągu dnia płonęło, a w nocy dymiło się. Nie wiedział, co zrobić, więc zapytał mędrca, który mieszkał w pobliżu, a ten poradził mu, żeby wbił w to mrowisko miecz i zaczął nim grzebać, aż wyjmie to, co jest w środku. Uczynił tak i wydobył po kolei: rygiel, pianę, widły, szkatułkę, żółwia, nóż rzeźnicki i kawał mięsa. Na samym końcu wyłonił się smok. Człowiek ten powiedział mędrcom, co znalazł, a ten rzekł. „Nie ruszaj tylko smoka, nie wchodź mu w drogę. Wszystko inne wyrzuć.”

Wszystkie elementy tej przypowieści to ukryte symbole. Mrowisko to ciało człowieka. Dymi w nocy, gdyż wtedy człowiek rozmyśla nad tym, co zrobił w ciągu dnia albo ciesząc się, albo zamartwiając. Pali się w dzień, gdyż w ciągu dnia wprowadza w życie to, co postanowił poprzedniej nocy.

Człowiek, który natknął się na to mrowisko, to adept dążący do Oświecenia, a mędrzec jest Buddą. Miecz, którego użył, symbolizuje doskonałą i nieskalaną mądrość, a praca, jaką wykonał, odpowiada wysiłkom w trakcie praktyki buddyjskiej. Rygiel to niewiedza, piana – wybuchy gniewu i przyływ smętnych myśli, widły – wahanie i niepokój, szkatułka – nagromadzenie pożądliwości, agresji, lenistwa, niestałości, żalu i ułudy, żółw – ciało i umysł, miecz rzeźnicki – pięć pragnień (bogactwa, stosunków seksualnych, jedzenia i picia, sławy oraz snu), a kawał mięsa – nienasyconą hedonistyczną żądzę. Wszystko to

stanowi truciznę dla ciała, dlatego Budda nakazuje, aby się tego pozbyć.

Smok, który pojawił się na końcu, to umysł oczyszczony z wszystkich skaz. Jeśli tylko będziemy ciąć mieczem mądrości w ziemię pod naszymi stopami, wtedy ujrzymy tego smoka. Wydobycie smoka na powierzchnię symbolizuje przejawienie się nieskalanego umysłu, który trzeba utrzymać w stanie niezakłóconym. Dlatego mędrzec powiedział, że nie należy wchodzić smokowi w drogę.

6. Jeden z uczniów Buddy o imieniu Pindola, po dostąpieniu oświecenia, powrócił do Kausambi, w swoje rodzinne strony, żeby odwdzińczyć się wszystkim, którzy mu pomagali i go wspierali. Postanowił przygotować pole, na którym będzie można rozpocząć siew ziaren nauki Buddy.

Na przedmieściach Kausambi znajdował się park, palmy kokosowe tworzyły długi szpaler, wzdłuż brzegu dostojnie niosącej swoje wody rzeki Ganges, od której wiał zawsze orzeźwiający wiatr.

Pewnego upalnego dnia w lecie, Pindola medytował właśnie w tym miejscu w cieniu palm. Akurat wtedy przybył tam król Udajana razem ze swoimi żonami. Był

## Droga oczyszczenia

znużony muzyką i tańcami, które oglądali wcześniej, dlatego, czując przyjemny chłód, zapadł w drzemkę w cieniu. Jego żony spacerowały po parku i zobaczyły Pindolę, siedzącego w medytacji. Widząc go całkowicie skoncentrowanego na praktyce religijnej, wzbudziły w sobie pragnienie Oświecenia i poprosiły, aby wygłosił im nauki Buddy. Pindola zgodził się, a one słuchały go uważnie.

Kiedy król obudził się i zobaczył, że nie ma przy nim jego żon, ogarnęła go podejrzliwość, więc zaczął ich szukać. Zobaczył, że otaczają siedzącego pod drzewem ascetę. Król łatwo ulegał cielesnym pokusom, dlatego od razu uznał, że asceta, który rozmawia z jego żonami, musi mieć nieczyste myśli. Palony ogniem zazdrości, zaczął krzyczeć na Pindolę: „To niewybaczalne, żebyś w towarzystwie kobiet oddawał się czczym pogaduszkom.” Pindola nic nie odpowiedział na swoją obronę, tylko zamknął oczy i pogrążył się w medytacji.

Rozgniewany król dobył miecza i chciał ściąć ascecie głowę za karę, ale ten nawet się nie drgnął, siedział nieporuszony jak skała. Wtedy władca, jeszcze bardziej rozżłoszczony, ciął mieczem w znajdujące się opodal mrowisko, a potem obsypał ciało ascety czerwonymi mrówkami, które zaczęły go kąsać. Ale nawet wtedy Pindola, nieczuły ani na ból, ani na zniewagi, nawet nie drgnął i nie przerwał medytacji.



Wtedy król opamiętał się i zawstydził. Uznał swoją winę i przeprosił Pindolę za to, co zrobił. To zdarzenie przyczyniło się do tego, że członkowie rodu królewskiego zainteresowali się nauką Buddy, która zaczęła być głoszona w całym kraju.

7. Kilka dni później król Udajana udał się do pustelni Pindoli i spytał go: „Czcigodny nauczycielu, jak to możliwe, że uczniowie Buddy, mimo że są młodzi, nie ulegają żądzom i zachowują celibat?”

Na to Pindola odpowiedział: „Szlachetny władco, Budda nauczał nas, co powinniśmy myśleć w obecności kobiet. Starsze od nas kobiety powinniśmy traktować jak swoje matki, te mniej więcej w naszym wieku – jak siostry, a młodsze od nas – jak córki. Właśnie dlatego, chociaż wielu jego uczniów jest młodych, nie ulegają żądzom i zachowują czystość ciała.”

Król miał jednak wątpliwości: „Czcigodny nauczycielu, wielu mężczyzn ma lubieżne myśli w stosunku do kobiet, które są w wieku ich matek, sióstr czy córek. W jaki więc sposób uczniowie Buddy nie ulegają seksualnemu pożądaniu?”

## **Droga oczyszczenia**

Pindola wyjaśnił: „Szlachetny władco, Budda uczył nas, żebyśmy patrzyli na ciało jako na coś przepelnionego różnymi nieczystościami, takimi jak krew, ropa, pot czy śluz. Właśnie z tego powodu ciało budzi naszą odrazę i nie ulegamy cielesnemu pożądaniu.”

„Czcigodny nauczycielu, możliwe, że jest to łatwe dla uczniów Buddy, którzy nieustannie kontrolują swoje ciało i umysł oraz posiadają prawdziwą mądrość. Jednakże dla tych, którzy nie umocnili się w praktyce, nawet jeśli zostaną uczniami Buddy, zapewne jest to bardzo trudne. Mogą chcieć postrzegać ciało jako coś w istocie nieczystego, jednak przyciąga ich jego nieskazitelna forma i zamiast odczuwać odrazę, są zauroczeni jego pięknem. Musi być jeszcze jakiś inny powód, dla którego uczniowie Buddy są w stanie zachować celibat.”

„Szlachetny władco, Budda uczy nas jak stać zawsze na straży wrót pięciu zmysłów. Kiedy postrzegamy barwy i kształty, słyszymy dźwięki, czujemy zapachy, smaki czy dotyk, nie pozwalamy, aby nasze umysły przywiązywały się do tego, co atrakcyjne, ani odrzucały, tego, co ohydne. Budda uczy nas, jak kontrolować zmysły, więc nawet jego młodzi uczniowie potrafią zachować czystość ciała i umysłu.”

„Czcigodny nauczycielu, nauka Budda zaiste jest

cudowna. Także z własnego doświadczenia wiem, że natychmiast ulegam pożądlivości, która kala mój umysł, jeśli mam kontakt z czymś pięknym lub przyjemnym, a nie kontroluję swoich zmysłów. Stanie na straży wrót zmysłów jest rzeczywiście konieczne, jeśli chce się postępować godnie.

8. Kiedy ludzie nie zastanawiają się nad tym, co robią, zazwyczaj pojawia się następująca reakcja zwrotna. Jeśli ktoś cię obraża, masz ochotę dać mu reprimendę lub ukarać go. Zawsze trzeba być świadomym tego i strzec się przed tym. Każdą próbę odwetu można porównać do plucia na kogoś pod wiatr – ślina nie dosięgnie osoby, którą chce się ukarać, ale splami nas samych. Tak samo jest z zamiataniem w stronę, z której wieje wiatr – nie tylko nie uda się w ten sposób pozbyć kurzu, ale także sami się pobrudzimy. Jeśli umysł człowieka pragnie zemsty, zawsze sprowadzi to na niego nieszczęście.

9. Należy przestać myśleć tylko o sobie, ale otworzyć się na innych, aby ich wspierać. Jednak od dobroczynności ważniejszy jest stan umysłu, który pragnie dostąpić Oświecenia, z szacunkiem i pokorą dążąc do tego.

Człowiek powinien przestać być egoistyczny i starać się ze wszystkich sił pomagać innym. Jeśli widzi, że

## **Droga oczyszczania**

ktos pomaga innym ludziom, powinno to go zainspirowac do tego samego. Dobroczynnosć prowadzi do szczescia i pomyslnosci wszystkich.

Od jednej pochodni mozna rozpalic tysiac pochodni, a ogien tej pierwszej pochodni, od ktorej rozpalono inne, nie stanie sie przez to mniejszy. Podobnie jest ze szczesciem – szczescia nie ubywa, gdy dzielimy sie nim z innymi ludzmi.

Ten, kto dazy do Oswiecenia musi byc ostrozny caly czas. Niezaleznie od tego, jak wielkie bylyby jego zamierzenia, musi je realizowac krok po roku. Nie mozna dostapic Oswiecenia w oderwaniu od codziennego zycia.

10. Mozna wymienic dwadziescia przeszkod, stojacych na drodze tego, kto rozpoczyna praktyke prowadzaca do Oswiecenia:

(1) Trudno jest osobie biednej dawac innym jalmuzne; (2) Trudno jest osobie dumnej przyjac nauki Buddy; (3) Trudno jest dazyć do Oswiecenia, bedac gotowym poswiecic wlasne zycie; (4) Trudno jest urodzic sie wtedy, gdy Budda pojawil sie na tym swiecie; (5) Trudno jest wsluchiwać sie w nauki Buddy; (6) Trudno jest porzucic wszelkie pragnienia, zwlaszcza poskromic cielesne ządze; (7) Trudno jest nie pozadac tego, co piekne, widzac to; (8) Trudno jest, posiadajac pelnie wladzy, nie okazywac tego w kontaktach z ludzmi; (9) Trudno jest nie wpaść w

gniew, kiedy jest się upokorzonym; (10) Trudno jest nie być egocentrycznym, kiedy sytuacja staje się dla nas niepomyślna; (11) Trudno jest osiąść rozległą i pogłębioną wiedzę; (12) Trudno jest nie lekceważyć osób początkujących; (13) Trudno pozbyć się pychy; (14) Trudno jest zdobyć dobrych przyjaciół; (15) Trudno jest kroczyć drogą praktyki i dostąpić Oświecenia; (16) Trudno jest zachować umysł, którego nie wzburzą zewnętrzne bodźce; (17) Trudno jest nauczać, dostosowując się do możliwości poznawczych ucznia; (18) Trudno jest zawsze zachować wyciszony umysł; (19) Trudno jest nie kłócić się o to, czy coś jest dobre, czy złe; (20) Trudno jest dobrać odpowiedni sposób do konkretnej sytuacji.

11. Cechy dobrego człowieka i złego człowieka bardzo się różnią. Zły człowiek nie rozumie, że czyni źle i nie zamierza zaprzestać, nie chcą także słuchać tych, którzy zwracają mu uwagę, że postępuje nikczemnie. Dobry człowiek odróżnia dobro od zła, jak tylko się zorientuje, że czyni coś złego, przestaje to robić, dziękuje osobie, która zwróciła mu uwagę na to, że postępuje źle.

Głupcem jest ten, kto nie odwdzięcza się za wyrażoną przysługę.

Natomiast mądry człowiek, zawsze dziękuje osobom, którym bezpośrednio coś zawdzięcza oraz okazuje bezinteresowną życzliwość w stosunku do wszystkich ludzi.

### III PRZYPOWIEŚCI BUDDYJSKIE

1. Dawno temu w pewnym kraju był zwyczaj porzucania starych ludzi w górach, aby tam zmarli i nie byli ciężarem dla rodziny. Wprowadzono nawet prawo, surowo egzekwowane, zgodnie z którym członkowie rodziny musieli zaprowadzić starych rodziców do odległego miejsca w górach i tam ich pozostawić.

Jeden z ministrów władcy tego kraju nie potrafił porzucić swojego ojca, chociaż zdawał sobie sprawę z tego, że łamie prawo. Zbudował więc dla niego ziemiankę w pobliżu swojego domu i opiekował się nim, codziennie przynosząc mu jedzenie i inne potrzebne rzeczy.

Pewnego dnia na dworze władcy zdarzyło się coś niezwykłego. Królowi objawił się jakiś bóg, który zapowiedział, że da mu do rozwiązania zagadki, a jeśli nie padnie prawidłowa odpowiedź, zniszczy cały kraj. Pierwsza zagadka brzmiała następująco: „Przyjrzyj się tym dwóm węzom i określ ich płęć.” Ani król, ani nikt inny na dworze nie potrafił odróżnić samicy węża od samca. Król kazał więc rozgłosić w całym kraju, że ten, komu uda się rozwiązać tę zagadkę, zostanie sownie wynagrodzony.

Minister wrócił do domu i udał się do kryjówki swojego ojca. Kiedy opowiedział mu, co się stało, ojciec rzekł: „To przecież łatwa zagadka. Połóżcie węże na

miękkim posłaniu, ten wąż, który będzie się poruszał z wigorem, to będzie samiec, a samica będzie leżeć nieruchomo.” Minister pośpieszył do pałacu i powiedział, to co usłyszał od ojca. Jego odpowiedź okazała się prawidłowym sposobem rozpoznania płci węży.

Bóstwo zadawało kolejne trudne zagadki, których nie potrafił rozwiązać ani król, ani nikt z jego doradców. Jedynie minister, dzięki radom ojca, zawsze znalazł prawidłową odpowiedź.

Oto zagadki, o które pytało bóstwo, oraz ich rozwiązania:

„Kim jest ten, kto nazywany jest przebudzonym, w przeciwieństwie do tych, którzy śpią, i jednocześnie nazywany jest uśpionym, w przeciwieństwie do przebudzonych?” „Ten, kto kroczy drogą do Oświecenia jest przebudzony w porównaniu z tymi, którzy nie znają nauk Buddy, a więc są uśpieni. Jednak ta osoba jeszcze nie dostąpiła Oświecenia więc jest uśpiona w porównaniu z prawdziwie przebudzonymi.”

„Jak można zważyć ogromnego słonia?” „Należy zaprowadzić słonia na statek i zaznaczyć na burcie, jak głębokie było zanurzenie. Potem trzeba wyprowadzić słonia ze statku i załadować na jego miejsce tyle kamieni, aby statek zanurzył się tak głęboko, jak przedtem. Po zważeniu tych kamieni, będziemy wiedzieć, ile waży

## Droga oczyszczenia

słów.”

„Co znaczy przysłowie: kubek wody to więcej niż cały ocean?” „Jeśli ktoś, przepelniony miłosierdziem, poda wodę spragnionym rodzicom lub osobie chorej, jego zasługi będą niewyczerpane. Chociaż wody w oceanie wydaje się być bardzo dużo, nawet ocean może kiedyś wyschnąć.”

Wychudzony człowiek, sama skóra i kości, pyta, czy jest ktoś na świecie, kto cierpi z głodu bardziej niż on. Jest ktoś taki, czy nie?” „Jest ktoś, kto cierpi bardziej. Jest to osoba o zatwardziałym sercu, która nie wierzy w trzy skarby, czyli w Buddę, jego naukę i wspólnotę wyznawców, nie modli się w intencji zmarłych rodziców czy dobroczyńców. To właśnie jej serce cierpi głód wiary. Po śmierci, za swoje grzechy taka osoba odrodzi się na długi okres czasu w świecie głodnych duchów, a wtedy jej cierpienia z powodu głodu i pragnienia będą niewyobrażalne.”

„Oto deska z drzewa Chandana. Który jej koniec był bliżej korzeni tego drzewa?” „Trzeba włożyć tę deskę do wody. Ten koniec, który był bliżej korzeni, trochę głębiej się zanurzy.”

Stoją dwa konie wyglądające zupełnie tak samo – to matka i dziecko. Jak rozpoznać matkę?” „Trzeba dać koniom siano. Klacz zawsze najpierw podsunie siano swojemu dziecku, nawet jak będzie już dorosłe.”



Wszystkie prawidłowe odpowiedzi udzielone przez ministra zadowolily bóstwo i uradowaly króla. Wtedy minister odważyl się wyznać, że dowiedział się rozwiązania wszystkich zagadek od swojego starego ojca, którego ukrywał, łamiąc prawo. Poruszony tym władca wydał rozkaz, by zaprzestano porzucania w górach starych ludzi i troskliwie opiekowano się nimi.

2. Królowa Wideha, która żyła w Indiach, we śnie ujrzała słonia o sześciu kłach. Zapragnęła cennej kości słoniowej i poprosiła swojego męża, aby zdobył ją dla niej. Król, który bardzo ją kochał, nie potrafił jej odmówić, chociaż wydawało mu się, że taki słoń nie może istnieć. Kazał rozgłosić w całym kraju, że osoba, która wytropi słonia o sześciu kłach, otrzyma nagrodę.

Zdarzyło się, że słoń o sześciu kłach żył wtedy w Himalajach. Była to istota, która odrodziła się w świecie zwierząt, ale praktykowała usilnie w celu dostąpienia Oświecenia. Przepelniony miłosierdziem słoń pewnego dnia uratował myśliwego przed niechybną śmiercią. Myśliwy wrócił potem w rodzinne strony i usłyszał o orędziu króla i obietnicy nagrody. Uległ chciwości i zapomniał o długu wdzięczności wobec słonia o sześciu kłach. Postanowił zabić go i zdobyć nagrodę, więc znowu udał się w góry.

Myśliwy wiedział, że słoń pragnie dostąpić

## Droga oczyszczenia

Oświecenia, dlatego zgoilił głowę i przebrał się za mnicha. W ten sposób zbliżył się do słonia, a potem wykorzystał chwilę jego nieuwagi i trafił go zatrutą strzałą wystrzeloną z łuku.

Słoń ugodzony zatrutą strzałą poczuł, że są to jego ostatnie chwile. Nie próbował się jednak zemścić na myśliwym, o dziwo, współczuł mu z powodu tego, że jest w niewoli swoich żądz. Kiedy inne słonie przybiegły, aby strącić mordercę ich towarzysza, słoń o sześciu kłach nie pozwolił na to, osłaniając myśliwego swoim własnym ciałem. Potem spytał myśliwego, dlaczego chciał go zabić, ryzykując własne życie, a ten odparł, że zapragnął zdobyć jego sześć kłów. Wtedy konający słoń zaczął uderzać kłami o drzewa tak długo, aż się odłamały i ofiarował je myśliwemu. Na koniec słoń rzekł: „Dzięki tej ofierze z własnych kłów, zakończyłem swoją praktykę. Zapewne odrodzę się w Czystej Ziemi Buddy Amidy. Przyrzekam, że jak tylko dostąpię stanu Buddy, usunę z twojego umysłu trzy zatrute strzały: pożądliwości, gniewu i głupoty.”

3. U podnóżu Himalajów w gaju bambusowym żyła papuga wśród wielu zwierząt i innych ptaków. Pewnego dnia nagle zerwał się silny wiatr, a pod jego naporem pochylone pnie bambusów kołysały się i pocierały jeden o drugi, co doprowadziło do wykrzesania ognia. Wichura sprawiła, że błyskawicznie zaczął się palić cały las, a osaczone ogniem zwierzęta i ptaki wpadły panikę. Lecąca

nad zagajnikiem papuga, zobaczyła, co się dzieje. Odczuwając wdzięczność do krzewów i bambusów, będących przez tak długi czas jej schronieniem i współczując ptakom i zwierzętom, którym groziła śmierć, postanowiła pośpieszyć na ratunek. Od razu poleciała do pobliskiego stawu, zanurzyła skrzydła w wodzie, a potem pofrunęła do płonących drzew i strząsała ze skrzydeł krople wody, próbując w ten sposób ugasić pożar. Jej serce przepelnione było miłosierdziem, więc bez chwili wytchnienia latała między stawem a zagajnikiem.

Współczucie i poświęcenie papugi zrobiło ogromne wrażenie na bogu Brahmie, który zstąpił do niej z nieba i powiedział: „Twoje intencje są szlachetne, ale w jaki sposób możesz ugasić tak wielki pożar kroplami wody strząsanymi z piór?” Papuga odpowiedziała: „Jeśli coś czyni się z wdzięczności i współczucia, to wtedy nawet to, co niemożliwe, staje się możliwe. Zrobię wszystko, co tylko jest w mojej mocy, aby ratować innych w tym wcieleniu i w kolejnych.” Brahma wzruszył się bardzo czystymi intencjami papugi i pomógł jej ugasić ogień.

4. W Himalajach żył kiedyś ptak o jednym ciele i dwóch głowach. Pewnego dnia jedna głowa zauważyła, że druga zjada soczysty owoc i poczuła zazdrość. Nie mogąc opanować uczucia zazdrości, postanowiła: „W takim razie zrobię drugiej głowie na złość i zjem trujący owoc.” Tak też zrobiła, uśmiercając w ten sposób także siebie.

## Droga oczyszczenia

5. Pewnego dnia głowa i ogon węża kłóciły się, w którą stronę mają się udać. Ogon powiedział: „Zawsze ty prowadzisz, to jest niesprawiedliwe. Przynajmniej raz ja będę pierwszy.” Głowa na to: „Jestem głową i to oczywiste, że ciało porusza się w moim kierunku. Nie możesz być pierwszy.” Kłótnia stawała się coraz bardziej zażarta. Ogon, nie chcąc iść za głową, owinął się wokół drzewa. Głowa wysilała się, żeby ruszyć ciało do przodu, aż wreszcie, zmęczona, dała za wygraną. Wtedy ogon pociągnął ją w swoją stronę, ale ponieważ nie miał oczu i nie widział, co jest przed nim, wąż wpadł w ogień.

Wszystko w naturze ma swoją kolejność i pełni określoną rolę. Jeśli ktoś ma o wszystko pretensje i zakłóca naturalny porządek, wtedy nic nie może funkcjonować prawidłowo, a to doprowadza do katastrofy.

6. Pewien człowiek z byle powodu wpadał w gniew. Przed jego domem przystanęło dwóch mężczyzn i zaczęło o nim rozmawiać. Jeden z nich powiedział to, co usłyszał z plotek: „Podobno to dobry człowiek, ale jego wadą jest porywczosć i agresja.” Ten, o którym rozmawiano, usłyszał krytyczną uwagę na swój temat, wściekł się i wybiegł z domu. Dopadł obu mężczyzn, zaczął ich okładać pięściami i kopać, tak ich pobił, że odnieśli poważne obrażenia.

Mądry człowiek, gdy słyszy krytyczne uwagi na

swój temat, rozważa je. Jeśli są słuszne, stara się poprawić swoje postępowanie. Natomiast głupiec, gdy mu się wykaże jego wady, nie tylko zlekceważy dobrą radę, ale będzie powtarzał swoje błędy.

7. Pewnego dnia bardzo bogaty, ale też bardzo głupi człowiek zobaczył piękny, dwupiętrowy dom sąsiada i poczuł zazdrość. Zapragnął mieć taki sam, a że stać go było na to, wezwał cieślę i zlecił mu budowę. Cieśla najpierw postawił fundamenty, potem wybudował parter oraz pierwsze piętro i dopiero potem miał przystąpić do wzniesienia drugiego piętra. Bogaty głupiec, który przyszedł nadzorować budowę, widząc to, zawołał zirytowany: „Nie potrzebuję fundamentów, parteru i pierwszego piętra! Chcę tylko mieć piękne drugie piętro, więc zbuduj mi je szybko!”

Głupiec myśli tylko o efektach pracy, nie interesują go wysiłki, bez których nie są one możliwe. Nie można zbudować drugiego piętra bez fundamentów, podobnie jak nie można osiągnąć celu bez wysiłku.

8. Pewien człowiek gotował miód w garnku, kiedy odwiedził go przyjaciel. Postanowił go poczęstować, ale ponieważ miód był gorący, użył wachlarza, żeby go wystudzić, nie zdejmując garnka z ognia. Oczywiście nie można wystudzić miodu, dopóki nie przestanie się go

## Droga oczyszczania

podgrzewać. Podobnie nie można zdobyć mądrości oświecenia, która jest wolna od namiętności, bez wygaszenia ognia żądz.

9. Dwa demony sprzeczały się przez cały dzień o to, do kogo należy szkatułka, laska i para butów. Zobaczył to przechodzień i zaciekawiony spytał: „Dlaczego tak się kłóćcie? Jakież to moce posiadają te rzeczy, że tak o nie walczyacie?”

Demony odpowiedziały: „Ta szkatułka jest magiczna, można z niej wyjąć dowolną rzecz, której się zapragnie, na przykład pyszne potrawy lub kosztowności. Laska ma taką moc, że każdy, kto trzyma ją w ręku, bez problemu pokona swoich wrogów. A ten, kto włoży te buty, może latać po niebie.”

Przechodzień na to: „Nie ma się o co kłócić. Zostawcie mnie na chwilę samego, zastanowię się i powiem wam, jak sprawiedliwie powinniście się tym podzielić.” Demony zgodziły się i odeszły, a przechodzień wykorzystał ich nieuwagę, zabrał laskę i szkatułkę, włożył buty, wzbil się w powietrze i odleciał.

Demony symbolizują ludzi, którzy nie przyjęli nauki Buddy. Szkatułka symbolizuje pomoc materialną dla potrzebujących, jednak ci, którzy błędzą, nie wiedzą, że dobroczynność jest źródłem wielu skarbów. Laska to koncentracja umysłu, jednak ci, którzy nie są wyznawcami Buddy, nie potrafią dzięki jedności umysłu odpędzić de-

monów żądz. Para butów to przykazania umożliwiające zachowanie czystości umysłu, jednak ci, którzy dbają tylko o samych siebie, nie wiedzą, że dzięki zachowaniu przykazań można nie dać się wciągnąć w żadne spory. Tak jak demony z przypowieści, ludzie, którzy nie znają nauki Buddy, kłócą się nieustannie, wrywając sobie szkatułkę, laskę i parę butów.

10. Pewien człowiek podróżował sam i kiedy zbliżała się noc, postanowił zanoć w opuszczonym domu. O północy nagle pojawił się demon, dźwigający jakieś zwłoki. Położył martwe ciało na podłodze, a wtedy pojawił się drugi demon, który chciał mu je zabrać. Zaczęły ze sobą walczyć, ale szala zwycięstwa nie przechylała się na żadną stronę.

Wtedy jeden demon powiedział: „Nie ma sensu tak dalej się szarpać. Potrzebny nam jest ktoś, kto rozsądzi nasz spór.” Drugi demon zgodził się na takie rozwiązanie, a wtedy ten pierwszy wyciągnął z kąta skulonego i przerażonego podróżnego, który tam się ukrywał. Kazali mu powiedzieć, do którego z demonów należą zwłoki.

Podróżny wpadł w panikę, gdyż zdał sobie sprawę, że jeśli przyzna rację jednemu demonowi, wtedy ten drugi wścieknie się na niego i z zemsty na pewno go zabije. Nie widząc jednak żadnego wyjścia z tej trudnej sytuacji, powiedział uczciwie to, co widział.

## Droga oczyszczenia

Tak jak się spodziewał, demon, któremu nie przyznał racji, wpadł w furję, rzucił się na niego i wyrwał mu rękę. Drugi demon, widząc to, doczepił mu na miejsce wyrwanej ręki rękę trupa. Jego rozszluszczony kompan wyrwał wtedy podróżnemu drugą rękę, która została zastąpiona ręką trupa przez drugiego demona. I tak jeden demon wyrwał podróżnemu obie nogi, głowę i korpus, a drugi demon zastąpił je członkami wyrwanymi ze zwłok. Potem oba demony, widząc leżące na podłodze części ciała podróżnego, pożarły je, a potem otarły swoje wstrętne paszcze i odeszły.

Podróżny, który padł ofiarą demonów w opuszczonym domu, był w strasznym stanie. Części jego ciała, które spłodzili jego rodzice, zostały pożarte przez demony, a jego ręce, nogi, głowa i korpus należały wcześniej do trupa człowieka, którego wcześniej nigdy nie spotkał. Zupełnie nie wiedział, co o tym wszystkim myśleć: „Czy to jestem ja, czy nie ja?” O świcie wyszedł z opuszczonego domu i ruszył w dalszą drogę. Kiedy zobaczył świątynię, ucieszył się bardzo. Pobiegł tam, opowiedział mnichowi o swoich strasznych przeżyciach ostatniej nocy i poprosił o radę. Ludzie słysząc jego historię, odkryli w niej naukę o tym, że tak naprawdę ‘ja’ nie istnieje.

11. Pewien człowiek miał niezwykłego gościa – odwiedziła go piękna kobieta ubrana w kosztowne szaty. Spytał ją, kim jest, a ona odpowiedziała, że jest boginią



szczęścia. Gospodarz domu bardzo się ucieszył i przyjął ją gościnnie.

Niedługo potem w tym samym domu pojawiła się brzydka i biednie odziana kobieta. Przedstawiła się jako bogini ubóstwa. To przeraziło gospodarza, który próbował wypędzić ją, jednak nie chciała odejść. Bogini ubóstwa rzekła: „Kobieta, która przyszła do ciebie wcześniej, to moja siostra. My, siostry, trzymamy się razem, więc jeśli mnie wypędzisz, moja siostra także odejdzie.” Gospodarz jednak nie zmienił zdania i bogini ubóstwa odeszła, a zaraz potem znikła także piękna bogini szczęścia. Tam, gdzie jest życie, jest też śmierć, nie ma pomyślności bez nieszczęść, ani dobra bez zła. Ludzie powinni zdawać sobie z tego sprawę. Tylko głupcy gonią za sukcesami i nienawidzą tego, co dla nich niepomyślne. Człowiek, który dąży do Oświecenia, musi być ponad to i nie przywiązywać się do niczego.

12. Żył kiedyś ubogi malarz, który zostawił żonę w rodzinnych stronach i wyruszył w podróż, pragnąc dorobić się majątku. Po trzech latach ciężkiej pracy i wyrzeczeń udało mu się odłożyć znaczną kwotę. Kiedy wreszcie wracał do domu, po drodze zobaczył świątynię, w której odprawiano ceremonię i składano ofiary. Widząc to malarz bardzo się uradował, gdyż pomyślał: „Nigdy jeszcze nie zasiałem ziaren prawdziwego szczęścia. Teraz znalazłem odpowiednie pole, aby to zrobić, więc nie mogę przegapić takiej okazji.” Zamierzał w ten sposób zadbać o coś więcej

## **Droga oczyszczenia**

niż swoje doczesne życie, więc ofiarował mnichom wszystkie pieniądze, które zarobił przez ostatnie trzy lata.

Kiedy malarz wrócił do domu z pustymi rękami, jego żona bardzo się rozgniewała i zaczęła robić mu wymówki. Powiedział jej, że zarobione pieniądze ukrył w bezpiecznym skarbcu. Żona dopytywała się, co to za skarbiec, a on wyjaśnił, że skarbcem tym jest szlachetna wspólnota uczniów Buddy.

Rozzłościło to jeszcze bardziej żonę, która pozwała swojego męża do sądu. Na pytanie, co ma na swoją obronę, malarz powiedział: „Nie uważam, że postąpiłem głupio. Przecież nie roztrwonilem zebranego z takim trudem majątku. Dotąd żyłem, nie wiedząc, że można zasiać ziarna przyszłego szczęścia, jednak wzbudziłem w sobie wiarę, gdy ujrzałem ceremonię ofiarną w świątyni. Uznałem wtedy, że to jest właśnie to pole, na którym powinien zasiać ziarna szczęścia. Wyzbyłem się całego przywiązania do dóbr doczesnych i odkryłem radość z dobroczynności. Prawdziwym bogactwem nie są dobra materialne, ale czysty umysł.” Słyszac te słowa, sędzia nie tylko uniewinnił malarza, ale zaczął go wychwalać, a ludzie, przysłuchujący się rozprawie, byli wzruszeni. Malarz stał się znany i uważano go za osobę godną zaufania, dlatego wkrótce dorobił się wielkiego majątku i jego rodzina żyła dostatnio.

13. Pewien człowiek mieszkał w pobliżu cmentarza. Pewnej nocy usłyszał stamtąd donośny głos, który wiele razy go przyzywał. Przerażony, rankiem następnego dnia opowiedział o tym kilku swoim przyjaciołom, a jeden z nich, który był odważny, postanowił, że jeśli znowu odezwie się w nocy ten głos, pójdzie na cmentarz, żeby sprawdzić, co się dzieje.

Następnej nocy, podobnie jak poprzedniej, słyhać było z cmentarza uporczywe nawoływanie. Ten, który był wzywany, przestraszył się jeszcze bardziej, ale jego odważny przyjaciel śmiało wszedł na teren cmentarza i udał się w kierunku skąd dobiegał głos. Kiedy mężczyzna doszedł w to miejsce, zapytał głośno, kto wzywa jego przyjaciela, odezwał się głos spod ziemi: „Jestem skarbem ukrytym pod ziemią. Wzywałem tego człowieka, gdyż uważałem, że zasłużył na to, by mnie odnaleźć. Jednak on bał się tu przyjść. Ty jesteś odważny, a więc to tobie przypadnie nagroda. Jutro rano przyjdę do twojego domu z siedmioma towarzyszami.”

Mężczyzna na to: „Skoro chcesz mnie odwiedzić, będę czekał na ciebie. Powiedz mi tylko, jak powinienem cię ugościć?” Głos odpowiedział: „Przybędziemy pod postacią mnichów, więc dokonaj ablucji, posprzątaj pokój a potem w nim przygotuj dla nas wodę. Jak przyjdziemy, postaw na stole osiem miseczek z kleikiem ryżowym. Kiedy skończymy jeść, zaprowadź nas po kolei do innego pokoju, a potem zamknij go na klucz, a wtedy zmienimy

## Droga oczyszczenia

się w dzbany ze złota.”

Następnego ranka mężczyzna wykapał się, posprzątał pokój i cierpliwie czekał. Tak jak zapowiedział głos, odwiedziło go ośmiu mnichów, zachowując się tak, jakby przyszli po należną im od świeckich wyznawców jałmużnę. Mężczyzna zaprowadził ich do pokoju, gdzie mnisi zjedli przygotowany dla nich posiłek z kleiku ryżowego, a potem udali się do innego pokoju. Kiedy gospodarz zamknął drzwi na klucz, wszyscy zamienili się w dzbany ze złota.

Usłyszał o tym chciwy sąsiad i postanowił także w ten sposób zdobyć złoto. Wysprzątał pokój i zaprosił mnichów, składając im ofiarę z pożywienia, a potem, kiedy przeszli do innego pomieszczenia, zamknął ich na klucz. Jednak ośmiu mnichów nie zamieniło się w dzbany ze złota. Wpadli we wściekłość i zaczęli hałasować. Donieśli na policję, że zostali zamknięci wbrew własnej woli, i chciwy sąsiad został aresztowany.

Człowiek, który pierwszy usłyszał głos z cmentarza, ale bał się tam pójść, także zapragnął złota. Chociaż do tej pory zachowywał się jak tchórz, poszedł do domu odważnego przyjaciela i domagał się, aby ten oddał mu złoto, skoro to jego głos wzywał z cmentarza. Wdarł się nawet do pokoju, gdzie znajdowały się dzbany ze złota, chcąc je zabrać, ale wtedy wypęzły z nich jadowite węże i zaczęły go atakować.

Władca tej krainy usłyszał o tym wydarzeniu i wydał wyrok, iż złote dzbany należą do tego odważnego człowieka, który poszedł na cmentarz. Król powiedział wtedy: „Zawsze tak się dzieje na świecie. Głupcy myślą tylko o końcowym efekcie, a nie o odwadze i wysiłkach, które są potrzebne, aby taki rezultat osiągnąć, właśnie dlatego ciągle odnoszą porażki. Można to także porównać do sytuacji, gdy ktoś tylko udaje, że przestrzega przykazań – jeśli tak naprawdę nie wierzy w nauki Buddy, jego umysł nie znajdzie ukojenia.”

## ROZDZIAŁ DRUGI

# URZECZYWISTNIENIE IDEAŁU

### I

#### POSZUKIWANIE PRAWDY

1. Następujące pytania nie są ważne, kiedy człowiek dąży do Oświecenia: Jaka jest struktura Wszechświata? Czy Wszechświat jest wieczny, czy nie? Czy Wszechświat jest nieskończony, czy nie? Jaka jest struktura społeczeństwa? Jakie jest idealne społeczeństwo? Jeśli ktoś będzie się starać najpierw odpowiedzieć na te pytania, umrze, zanim będzie mógł dostąpić Oświecenia.

Można to porównać do sytuacji, kiedy ktoś jest raniony zatrutą strzałą. Jego rodzina i krewni zebrali się i doradzają, że należy wezwać jak najszybciej lekarza, aby wyjął strzałę z rany i podał antidotum na truciznę. Co by się stało, gdyby ranny, zamiast dać się leczyć, powiedział: „Nie wyjmujcie tej zatrutej strzały. Najpierw powiedzcie mi, kto tę strzałę wystrzelił, mężczyzna czy kobieta? Z jakiego rodzaju? A jaki był łuk, duży czy mały? Z jakiegoś drzewa czy bambusowy? A z czego zrobiona była cięciwa, z włókna czy z jelita zwierzęcego? A strzała była z trzciny czy z drzewa palmowego? A jakie piórka były przymocowane do strzały? Nie możecie wyciągnąć zatrutej strzały, dopóki się nie dowiem wszystkiego!”

## Urzeczywistnienie ideału

Oczywiście, zanim ten człowiek poznałby odpowiedzi na wszystkie swoje pytania, trucizna rozeszłaby się po całym jego ciele i z pewnością by zmarł. W takim przypadku należy przede wszystkim wyjąć zatrutą strzałę i nie dopuścić do zatrucia całego organizmu.

Najpierw należy uchronić się przez ogień żądy, palącym nasze ciała, dlatego nie jest najważniejsze znalezienie odpowiedzi na pytanie i to, jaka jest prawdziwa struktura wszechświata, albo jaki jest ideał społeczeństwa.

Niezależnie od tego, czy wszechświat jest wieczny, czy nie, czy jest skończony, czy nie, każdy człowiek, który jest zagrożony jest przez płomień żądy, nie uniknie również kolejnych narodzin, choroby, starości i śmierci. Będzie także dręczony przez żal, cierpienie, smutek i troski. Człowiek musi więc przede wszystkim rozpocząć praktykę buddyjską, aby mógł uchronić się przed tym, co mu zagraża.

Budda naucza tylko to, co jest istotne, a pomija to, co nie jest ważne. Pozwala ludziom dowiedzieć się tego, co muszą wiedzieć, pozbyć się tego, czego powinni się pozbyć, praktykować to, co należy praktykować i uświadomić sobie najwyższą prawdę, bez której nie można dostąpić Oświecenia.

Właśnie dlatego ludzie najpierw muszą zdecydować,

## Urzeczywistnienie ideału

co jest naprawdę istotne, dopiero wtedy, gdy ustalą priorytety, gdy będą wiedzieli, co tak naprawdę stanowi zagrożenie, będą mogli zacząć praktykę od kontrolowania własnego umysłu.

2. Wyobraźmy sobie człowieka, który udał się do lasu, aby wydobyć środkowy miąższ z pnia drzewa, a wrócił do domu myśląc, że osiągnął swój cel, chociaż przyniósł tylko gałęzie i liście. Z pewnością uznamy go za głupca. Jednak ci, którzy rozpoczęli praktykę buddyjską często zadawają się tylko korą drzewa lub zewnętrznymi słojami pnia, a myślą, że udało im się zdobyć rdzeń drzewa, czyli dostąpić Oświecenia.

Ludzie rozpoczynają praktykę buddyjską, chcąc uwolnić się od żalu, cierpienia, smutku i trosk oraz znaleźć lekarstwo na to, co nieuniknione, czyli kolejne narodziny, choroby, starość i śmierć. Takie lekarstwo, którym jest Oświecenie, można porównać do rdzenia drzewa z powyższej przypowieści. Jednak wielu ludzi, którzy rozpoczęli praktykę, jak tylko zdobędą trochę szacunku wyznawców lub zakosztują sławy, zadawała się tylko liśćmi i gałęziami. Stają się bowiem dumni i lekceważą innych.

Są tacy, którzy szczycą się wysiłkiem, włożonym w



## Urzeczywistnienie ideału

praktykę buddyjską, chociaż jest on niewielki, sądzą, że osiągnęli już wszystko, co zamierzali, więc zaczynają się wywyższać. Zadowoleni z siebie, nieustannie chwalą się swoimi dokonaniem – nie zdają sobie sprawy z tego, że przynieśli z lasu tylko gałęzie i liście.

Nie zdobył rdzenia drzewa ten, kto myśli, że dostał Oświecenia, gdyż uspokoił swój umysł i nie jest targany namiętnościami, jeśli z tego powodu wpadł w dumę i uważa się za kogoś lepszego od innych, pogardzając nimi.

Nie dotarł do rdzenia drzewa, a zadowolili się jedynie zewnętrznymi słojami pnia ten, kto zdobył intuicyjny wgląd, ale wywyższa się i lekceważy innych. Tak, jak inni, którym wydaje się tylko, że dostąpili Oświecenia, osłabił swoją wolę, zaniedbał praktykę, a więc nie uwolnił się od cierpienia.

Ci, którzy prawdziwie dążą do Oświecenia, nie dbają o poważanie, sławę czy ofiary składane im przez współwyznawców. Wiedzą bowiem, że nie wystarczy niewielki wysiłek, chwilowa równowaga umysłu, czy drobne przejawy intuicji.

Przede wszystkim człowiek musi zrozumieć naturę świata życia i śmierci.

## Urzeczywistnienie ideału

3. W świecie tym nie ma nic substancjonalnego, czegoś, co się nie zmienia. Wszystkie zjawiska pojawiają się na skutek splotu przyczyn i uwarunkowań. Przyczyną błędzenia człowieka jest to, że jego umysł fałszywie rozróżnia, dlatego należy przestać to robić. To nie formy przedmiotów poznania są fałszywe same w sobie, błąd tkwi w umyśle człowieka. Umysł człowieka przepełniony jest pożądlivością i dlatego spala go płomień żądzdy. Jest także pogrążony w niewiedzy, dlatego nie widzi światła tylko mrok, nie może też uwolnić się od żalu, cierpienia, smutku i trosk.

Ten, kto dąży do Oświecenia, musi być świadomy, że to właśnie jego umysł tworzy fałszywą wizję świata, powinien więc rozpocząć praktykę, która polega właśnie na kontroli umysłu.

4. „O, mój umyśle! Dlaczego nigdy nie zaznajesz spokoju, dlaczego dążysz do czegoś uparcie i chociaż okazuje się, że twoje wysiłki idą na marne, od razu szukasz nowego celu? Dlaczego oszukujesz mnie, wmawiając, że gromadzenie rzeczy da mi szczęście? Jesteś jak motyka, która miała być użyta do uprawy pola, a rozpadła się zanim rozpocząłem pracę. Nieustannie błąkam się po morzu niewiedzy, odradzam się w niezliczonych, kolejnych wcieleniach, a wszystko na próżno, gdyż mój umysł leży odłogiem i nawet nie przybliżam się do Oświecenia.

## Urzeczywistnienie ideału

O, mój umyśle! Sprawiliś, że kiedyś odrodziłem się jako król, a innym razem jako żebrak. Sprawiliś, że odrodziłem się w krainie niebian, w której pograżyłem się w słodkim śnie o chwale, a potem sprawiliś, że pochłonęły mnie ognie piekielne.

Jakże głęboko jesteś pograżony w niewiedzy, o mój umyśle! Kierowałeś mnie na różne ścieżki, a ja dałem się prowadzić, jak ciele na rzeź. Jednak teraz usłyszałem naukę Buddy, więc nie przeszkadzaj mi więcej i nie przysparzaj zmartwień. Pomóż mi ze wszystkich swoich sił, abym uwolnił się od cierpienia i jak najszybciej dostał Oświecenia.

Mój umyśle! Nie możesz się do niczego przywiązywać, skoro już wiesz, że nie ma nic co jest substancjonalne. Nic nie ma niezmiennej istoty, gdyż wszystko nieustannie podlega zmianom. Nie możesz też myśleć o niczym: „to jest moje.” Odnajdziesz ukojenie, jeśli tylko pozbędziesz się pożądlivosti, gniewu i głupoty. Każdy twój dzień będzie spokojny, jeśli odetniesz więzy żądz mieczem najwyższej mądrości, przestaniesz myśleć w kategoriach zysku i straty oraz przejmować się obelgami.

Umyśle mój! Popeliłeś tyle błędów, ale także to ty wzbudziłeś we mnie pragnienie dążenia do Oświecenia. Dlaczego więc teraz znowu kusi cię sława i bogactwa tego świata, dlaczego znowu pozwalasz, by zniewoliły cię

## Urzeczywistnienie ideału

bodźce zewnętrzne?

O mój umyśle, nie masz formy, a pędzisz gdzieś daleko, na oślep. Pomóż mi przepłynąć burzliwy ocean niewiedzy. Do tej pory to ja podążałem za twoimi kapryсами. Teraz jednak to ty musisz mnie słuchać, abyśmy razem mogli postępować zgodnie z nauką Buddy.

O mój umyśle! Wszystko podlega zmianom, nawet morza i góry, zawsze zagrażają nam katastrofy i nieszczęścia. Gdzie na tym świecie można znaleźć prawdziwe szczęście? Podążając drogą Buddy, musimy jak najszybciej dobić do brzegu Oświecenia.”

5. Ludzie, którzy dążą do Oświecenia, kontrolując swój umysł, praktykują z ogromną determinacją i nie są w stanie ich poruszyć obelgi ani szykany innych. Ludzie kontrolujący swój umysł, nie są jak ci, którzy w przypływie złości od razu dobywają miecza, okładają przeciwnika pięściami lub rzucają w niego kamieniami.

Wyznawcy Buddy powinni pozostać niewzruszeni, nawet wtedy, gdy wróg odetnie im ręce, nogi lub nawet głowę. Nie jest uczniem Buddy ten, kto pozwala, aby mrok ogarnął jego umysł. Prawdziwy uczeń Buddy musi zawsze pamiętać o tym, że jego umysł musi pozostać nieporuszony, nawet wtedy, kiedy inni szydzą z niego i go znieważają,

## Urzeczywistnienie ideału

biją go, rzucają w niego kamieniami lub atakują go z mieczami w ręku. Musi być pełen determinacji i zawsze gotowy na to, by jego umysł kierował się tylko naukami Buddy.

Aby dostąpić Oświecenia, należy zrobić wszystko to, co powinno być uczynione, należy znieść wszelkie trudy i cierpienia, które należy wytrzymać, trzeba dzielić się z innymi tym, czego potrzebują.

Nie należy wahać się, ale z pełną determinacją praktykować w celu dostąpienia Oświecenia, nawet wtedy, gdyby oznaczało to spożywanie tylko jednego ziarnka ryżu dziennie lub konieczność wstąpienia w ogień.

Ten, kto rozdaje innym swój dobytek, nie powinien tym się chlubić, podobnie jak żadnym innym swoim czynem w trakcie praktyki. Musi zawsze myśleć, że robi to, co mądre i sprawiedliwe. Powinien robić to wszystko, współczując innym i nie oczekując na nagrodę, jak matka, która bez wahania oddaje dziecku swoje okrycie, gdy jest mu zimno, lub opiekuje się nim w chorobie kosztem swojego snu.

6. Dawno temu był mądry i miłosierny władca, który kochał swój lud i rządził sprawiedliwie, zapewniając pokój i pomyślność wszystkim poddanym. Król ten bardzo

## Urzeczywistnienie ideału

pragnął dostąpić Oświecenia, dlatego ogłosił, że ten, kto przekaże mu szlachetną naukę prowadzącą do wyzwolenia, otrzyma od niego wielki skarb, nie ważne kim jest.

Wiść o determinacji króla dotarła nawet do niebios i wzruszyła bóstwa. Jeden z bogów, postanowił sprawdzić szczerłość intencji władcy, więc pojawił się przed bramą pałacu królewskiego pod postacią demona i zawołał: „Ja znam szlachetną naukę, dzięki której można wyzwolić się. Zaprowadźcie mnie do króla.”

Król bardzo się ucieszył i uprzejmie zaprosił go do swoich komnat, prosząc o wygłoszenie nauk. Jednak demon, szczerząc ostre jak noże kły, powiedział: „Jestem teraz bardzo głodny i nie mogę wygłosić szlachetnej nauki.” Król kazał przynieść smaczną potrawę, ale demon nie chciał nic jeść i rzekł: „Mogę się nasycić tylko ludzkim mięsem i krwią.” Wtedy królowa i syn króla z własnej woli ofiarowali się jako pożywienie dla demona, aby tylko król mógł dostąpić Oświecenia. Demon pożarł ich ciała, a potem powiedział, że chce zjeść także króla, gdyż nadal jest głodny.

Wtedy król powiedział: „Nie żał mi swojego życia. Jednak jeśli mnie pozresz, nie będę mógł wysłuchać szlachetnej nauki. Wygłoś ją najpierw, a potem będziesz mógł mnie zjeść.”

## Urzeczywistnienie ideału

Demon wygłosił naukę: „Z pożądlivości rodzi się żal, z pożądlivości rodzi się lęk. Ten, kto odrzuci żądze, nie będzie odczuwał smutku ani strachu.” To powiedziawszy, przybrał na powrót swoją prawdziwą postać. Król ujrzał także swoją żonę i syna, którzy pojawili się w komnacie, jakby nic się nie stało.

7. Dawno temu w Himalajach praktykował asceta, który pragnął dostąpić Oświecenia. Nie zależało mu na niczym innym, pragnął tylko poznać naukę, która pozwoli mu wyrwać się z niewoli ułudy. Dlatego nie kusiły go ani największe skarby na ziemi, ani splendor i cudowności świata bogów.

Jeden z bogów, będąc pod wrażeniem szlachetnej postawy ascety, postanowił poddać go próbie. Przybrał postać demona i wędrował po górach śpiewając: „Wszystko podlega zmianom, to, co się pojawia, ulega unicestwieniu.” Asceta usłyszał tę pieśń i zrozumiał, że to była najwyższa prawda, której poszukiwał. Poczul ogromną radość, jak umierający z pragnienia człowiek, który może wreszcie napić się wody, jak więzień wypuszczony na wolność. Zaczął się rozglądać, żeby dowiedzieć się, kto śpiewał tę pieśń, i ujrzał straszliwego demona. Chociaż asceta bardzo się go bał, zbliżył się do niego i poprosił: „Jeśli to twój głos słyszałem przed chwilą, pozwól mi usłyszeć drugą zwrotkę tej pieśni.”

## Urzeczywistnienie ideału

Demon na to: „Tak, to ja śpiewałem. Ale teraz jestem bardzo głodny, więc nie mogę śpiewać.”

Asceta nie dał jednak za wygraną: „Och, nie. Bardzo cię proszę, bądź łaskaw i zaśpiewaj dla mnie. Słowa tej pieśni są szlachetną prawdą, której zawsze szukałem. Jednak nie poznam całej prawdy, jeśli nie usłyszę zakończenia.”

Demon powiedział: „Nie mogę już wytrzymać z głodu. Mogę skończyć pieśń dopiero wtedy, jak zjem jeszcze ciepłe ludzkie ciało i napiję się ludzkiej krwi.”

Wtedy asceta obiecał demonowi, że będzie mógł zjeść jego ciało, zaraz po tym, jak zaśpiewa drugą zwrotkę. Demon zgodził się i zaśpiewał całą pieśń:

„Wszystko podlega zmianom,  
to, co się pojawia, ulega unicestwieniu.  
Odnajdzie spokój i ukojenie tylko ten,  
kogo nie wiąże ani życie, ani śmierć.”

Asceta wyrył wersy pieśni na drzewie, potem wykuł je także w skale, a następnie wdrapał się na wysokie urwisko i rzucił w dół, ofiarowując w ten sposób swoje ciało demonowi. Jednak dokładnie w tym momencie, demon zmienił się z powrotem w boga i pochwycił ascetę, ratując go przed śmiercią.



## Urzeczywistnienie ideału

8. Asceta o imieniu Sadaprarudita, bardzo pragnął dostąpić Oświecenia. Nie gonił za sławą i majątkiem, był odporny na wszelkie pokusy, wytrwale poświęcił się praktyce. Pewnego dnia usłyszał głos z nieba: „Sadaprarudito, idź na wschód. Nie zbaczaj ze szlaku, nie zatrzymuj się nawet w najgorszy upał, nie zwracaj uwagi na to, czy inni ludzie będą cię wychwalać, czy ganić, nie rozróżniaj między dobrem a złem. Jeśli tylko udasz się na wschód, spotkasz tam prawdziwego mistrza, który wskaże ci, jak możesz dostąpić Oświecenia.”

Sadaprarudita bardzo się ucieszył i nie zwlekając, tak jak mu powiedział głos, wyruszył na wschód. Wędrówka była długa i pełna trudów. Musiał spać na polach i górach, kiedy przemierzał obce kraje, często spotykały go upokorzenia i prześladowania, żeby zdobyć pożywienie musiał nawet sprzedać się w niewolę i harować jak wół. Jednak w końcu spotkał prawdziwego mistrza i poprosił go, aby przyjął go na ucznia.

Istnieje takie powiedzenie: „Na drodze do tego, co naprawdę dobre, czyha wiele demonów”, co oznacza, że jest bardzo trudno zdobyć to, co naprawdę cenne. Przekonał się o tym Sadaprarudita, który musiał na swojej drodze pokonać wiele przeciwności. Chciał kupić kwiaty i kadzidła na ofiarę dla swojego mistrza, ale nie miał pieniędzy, a nikt nie chciał go zatrudnić. Demony czyhały na niego codziennie piętrząc przeszkody i starając się

## Urzeczywistnienie ideału

uniemożliwić mu dostąpienie Oświecenia. Droga do Oświecenia jest bowiem wyboista, przejście jej wymaga wielu wyrzeczeń i poświęceń, a są tacy, którzy giną, nie osiągnąwszy tego celu.

Kiedy wreszcie Sadaprarudita mógł wysłuchać nauk mistrza, okazało się, że nie ma ani papieru, ani tuszu, aby je zapisać. Pełen determinacji przeciął nożem skórę swojego przedramienia i użył własnej krwi, by spisać prawdziwą naukę. Był gotów na wszystko, żeby poznać drogę do Oświecenia.

9. Dawno temu żył młodzieniec imieniem Sudhana, który z zapalem poświęcił się praktyce, pragnąc dostąpić wyzwolenia. Wędrował po całym kraju w poszukiwaniu prawdy o Oświeceniu. Od rybaków dowiedział się o cudach głębin mórz. Obserwując jak lekarz troskliwie opiekuje się swoimi pacjentami, zrozumiał istotę miłosierdzia. Rozmawiając z człowiekiem, który zgromadził wielki majątek, pojął, że każda, nawet najmniejsza rzecz ma swoją wartość. Przebywał jakiś czas z mnichem, który praktykował medytację, i uświadomił sobie, że wyciszony umysł sam się oczyszcza i ujawnia cudowne moce. Napotkana szlachetna kobieta wyjaśniła mu, na czym polega prawdziwa dobroczynność. Poddający się surowym umartwieniom asceta nauczył go, że w praktyce religijnej niezbędna jest skrajna determinacja – należy być

## Urzeczywistnienie ideału

gotowym nawet wskoczyć w ogień lub też wspiąć się na górę po ostrzach mieczy. W ten sposób młody Sudhana dowiedział się, że wszystko, co widzimy czy słyszymy, może być źródłem prawdziwej wiedzy, jeśli tylko poświęcimy temu odpowiednio dużo uwagi.

Zrozumiał, że nawet słaba, bezradna kobieta może dostąpić Oświecenia, uświadomił sobie, że także bawiące się dzieci mają Naturę Buddy. Rozmawiając ze szczerymi, dobrymi ludźmi, zdobył bezcenną wiedzę, jak żyć zachowując spokój ducha.

Obserwując łączenie różnych substancji zapachowych do wyrobu kadzidła, nauczył się, czym jest harmonia, a kontemplując sztukę kompozycji kwiatowych wzbudził w sobie wdzięczność do całego świata. Pewnego dnia, kiedy odpoczywał w zagajniku, ujrzał, że z powalonego, zbutwiałego pnia, wyrasta nowe drzewko, co uświadomiło mu nietrwałość wszystkiego.

Światło promieni słonecznych w dzień i blask gwiazd w nocy rozjaśniały mroki niewiedzy umysłu Sudhany, który pragnął dostąpić Oświecenia, a wszelkie nauki były dla niego tym, czym deszcz dla spękanej od suszy ziemi.

Sudhana, gdziekolwiek był, wszędzie pytał o istotę Oświecenia, wszędzie wysłuchiwał pouczeń i wszędzie

## Urzeczywistnienie ideału

dostrzegał przejawy Natury Buddy. Zaprawdę, każdy, kto dąży do Oświecenia, musi umocnić twierdzą swojego umysłu i przystroić ją klejnotami cnót. Sudhana nauczył się, jak należy z pokorą i szacunkiem otworzyć bramy umysłu-twierdzy i oddawać cześć znajdującemu się tam Buddzie, składając mu ofiarę z kwiatów wiary oraz z kadzideł radości płynącej z Oświecenia.

## II RÓŻNE RODZAJE PRAKTYKI

1. Każdy, kto pragnie dostąpić Oświecenia, nie może zapominać o trzech pouczeniach: pouczeniu o przykazaniach buddyjskich, pouczeniu o sposobie koncentracji umysłu i pouczeniu o prawdziwej mądrości.

Jaki jest sens przykazań? Dotyczą one prawidłowego postępowania człowieka. Każdy musi ich przestrzegać, kontrolować swoje ciało i umysł, strzec bram swoich pięciu zmysłów, widzieć zagrożenie nawet w najmniejszym uchybieniu, nie ustawać w czynieniu dobra.

Na czym polega koncentracja umysłu? Koncentracja oznacza odrzucenie pożądlivosti i oddalenie się od wszelkiego zła, aby dzięki temu stopniowo utrzymywać stan równowagi umysłu.

## Urzeczywistnienie ideału

Czym jest prawdziwa mądrość? Prawdziwa mądrość to poznanie czterech szlachetnych prawd: prawdy o istnieniu cierpienia, prawdy o przyczynie cierpienia, prawdy ustaniu cierpienia oraz prawdy o drodze do wyzwolenia od cierpienia.

Tylko ten, kto słucha tych trzech pouczeń, zasługuje na miano ucznia Buddy.

Wyobraźmy sobie osła, który nie ma rogów i nie wygląda jak krowa, a mimo to wlecze się za stadem krów i twierdzi, że też jest krową. Czy ktoś w to uwierzy? Tak samo nikt nie uwierzy głupcowi, który uważa się za ucznia Buddy, a nie stara się zgłębić trzech najważniejszych pouczeń o przykazaniach, koncentracji umysłu i prawdziwej mądrości.

Zanim rolnik zbierze plony na jesieni, musi najpierw zaorać pole, zasiać ziarno, podlewać a potem pielnić. Nie można dostąpić Oświecenia bez starannej „uprawy” własnego umysłu, która polega na zgłębianiu trzech najważniejszych pouczeń. Rolnik nie spodziewa się tego, że zasiane ziarna zbóż zaczną kiełkować tego samego dnia, następnego pojawią się kłosa, a więc w niedługim czasie będzie mógł zacząć żniwa. Jest to niemożliwe, niezależnie od tego, jak bardzo będzie tego pragnął. Podobnie człowiek nie może oczekiwać, że jednego dnia pozbędzie się wszystkich żądz, następnego uwolni się od

## Urzeczywistnienie ideału

przywiązania do doczesności, a kolejnego uda mu się dostąpić Oświecenia.

Od momentu, kiedy rolnik zakończy siew, musi się wiele natrudzić, zanim przy sprzyjającej pogodzie pojawią się pierwsze kielki, a potem długo czeka, aż nadejdzie czas żniw. Tak samo nie jest możliwe dostąpienie Oświecenia, jeśli człowiek nie będzie przestrzegał przykazań, nie będzie medytował koncentrując się i nie będzie zgłębiał prawdziwej mądrości. Dopiero dzięki wyteżonej praktyce można stopniowo pozbyć się żądz oraz przywiązania do doczesnego świata, aby mógł nastąpić czas Oświecenia.

2. Bardzo trudno jest dostąpić Oświecenia tym ludziom, których umysły są zmacone, gdyż ustawicznie pragną sławy i majątku, ulegając żądom. Nie da się połączyć doczesnych przyjemności i radości, płynącej z kroczenia słuszną ścieżką praktyki buddyjskiej.

Jak to już było wcześniej wyjaśnione, najważniejszy jest stan umysłu. Jeśli umysł znajduje upodobanie w sprawach doczesnych, wtedy pojawia się niewiedza i cierpienie, a jeśli chętnie poddaje się praktyce i dyscyplinie, wtedy odnajduje najwyższą radość płynącą z Oświecenia.

Tak więc każdy, kto pragnie dostąpić Oświecenia.

## Urzeczywistnienie ideału

musi zachować czysty umysł i przestrzegać przykazań. Jeśli człowiek będzie zawsze przestrzegał przykazań, wtedy dzięki koncentracji osiągnie jedność umysłu. Tam gdzie jest jedność umysłu, jest też prawdziwa mądrość, dzięki której można dostąpić Oświecenia.

Te trzy pouczenia są naprawdę drogą do Oświecenia. Ludzie pogrążają się w ułudzie właśnie dlatego, że ich nie znają i nie starają się poznać. Każdy człowiek powinien rozpocząć praktykę, unikać wszelkich konfliktów, medytować oczyszczając swój umysł, aby jak najszybciej dostąpić Oświecenia.

3. Trzy podstawowe pouczenia tak naprawdę kryją w sobie najważniejsze nauki buddyjskie, a mianowicie Ośmioraką ścieżkę, Cztery prawidłowe poglądy, Cztery dobre działania, Pięć mocy oraz Sześć doskonałości.

Ośmioraka ścieżka to: słuszny wgląd, słuszne myślenie, słuszne słowa, słuszne czyny, słuszny sposób życia, słuszne wysiłki, słuszna refleksja nad samym sobą, słuszna medytacja jako stan jedności umysłu.

Słuszny wgląd to uznanie Czterech szlachetnych prawd oraz wiara w prawo przyczyny i skutku, dzięki czemu można uniknąć błędów.

Słuszne myślenie to stan umysłu, który nie ulega

## **Urzeczywistnienie ideału**

pożądliwości i chciwości, nie wpada w gniew, nie znajduje przyjemności w krzywdzenia innych ludzi.

Słuszne słowa nie zawierają kłamstwa, obelg, obłudy, nie są także czczą gadaniną.

Słuszne czyny to powstrzymanie się od zabijania, kradzieży i cudzołóstwa.

Słuszny sposób życia to godne życie, którego nie trzeba się wstydzić przed ludźmi.

Słuszne wysiłki oznaczają ciągłe dążenie do dobra i unikanie zaniedbania oraz lenistwa.

Słuszna refleksja nad samym sobą zakłada ciągłą kontrolę własnego umysłu.

Słuszna medytacja jako stan jedności umysłu wyklucza dążenie do błędnych celów. Jej rezultatem jest prawdziwa mądrość, którą można osiągnąć jedynie przez uspokojenie umysłu, dzięki doskonałej koncentracji.

4. Cztery prawidłowe poglądy to następujące przekonania: ciało nie powinno być skalane i przywiązane do doczesności; wszelkie doznania zmysłowe, zarówno przyjemne, jak i nieprzyjemne, są przyczyną cierpienia;



## Urzeczywistnienie ideału

umysł jest zawsze w ruchu i bez przerwy podlega zmianom; wszystko, co istnieje, powstaje na skutek splotu przyczyn i uwarunkowań, dlatego nie ma niczego, co jest wieczne i niezmienne.

5. Cztery dobre działania to: nie dopuszczać do tego, żeby stało się coś złego; jeśli zło już się stało, starać się je naprawić; dążyć ze wszystkich sił do tego, aby dobry uczynek mógł zostać spełniony; jeśli robi się coś dobrego, starać się, by było jeszcze większym dobrem.

6. Pięć mocy niezbędnych w praktyce religijnej to: moc wiary, moc wysiłków, moc utrzymania zdolności do refleksji nad samym sobą, moc jednoczenia umysłu, moc zachowania prawdziwej mądrości. Powyższe pięć mocy umożliwia dostąpienie Oświecenia.

7. Sześć doskonałości to: dobroczynność, przestrzeganie przykazań, wytrwałość, determinacja, koncentracja umysłu i mądrość. Ten, kto zdobędzie te doskonałości dzięki wytężonej praktyce, będzie w stanie odpłynąć od lądu ułudy i dotrzeć do drugiego brzegu, którym jest Oświecenie.

Dobroczynność wymaga wyrzeczenia się egoizmu,

## Urzeczywistnienie ideału

przestrzeganie przykazań sprawia, że czyny są dobre, wytrwałość poskramia skłonność do gniewu, determinacja zwalcza lenistwo i opieszałość, medytacja poskramia gonitwę myśli i uspokaja umysł, prawdziwa mądrość jest światłem rozświetlającym mroki niewiedzy.

Dobroczynność i przestrzeganie przykazań to podstawy praktyki oraz fundamenty, na których można umocnić umysł, by stał się jak twierdza nie do zdobycia. Wytrwałość i determinacja są jak mury obronne umysłu, chroniąc go przed wrogami. Medytacja jest orężem, który chroni ciało i pomaga wyzwolić się z koła narodzin i śmierci, a prawdziwa mądrość to zbroja, w której bez lęku można walczyć z wrogami, jakimi są żądze.

Dawanie jałmużny temu, kto o nią prosi, nie jest prawdziwą dobroczynnością. Prawdziwą dobroczynnością jest bowiem współczucie, które nakazuje pomagać potrzebującym, samemu występując z inicjatywą. Nie jest też prawdziwą dobroczynnością jałmużna dawana od święta. Ten, kto kierując się prawdziwym miłosierdziem, zawsze ratuje innych w potrzebie.

Nie jest też prawdziwą dobroczynnością dawanie jałmużny, a potem żałowanie, że dało się za dużo ani też szczycenie się swoją szczodrością. Prawdziwa dobroczynność polega na tym, że raduje ona serce darczyńcy, ale nie rozpamiętuje on potem ani swojego aktu miłosierdzia,

## Urzeczywistnienie ideału

ani nie myśli o obdarowanym człowieku, czy też o tym, co mu dał.

Prawdziwa dobroczynność nie spodziewa się pochwał, gdyż czyniona jest z czystego serca przepelnionego miłosierdziem oraz pragnieniem, aby wszyscy mogli dostąpić Oświecenia.

Można wyróżnić siedem rodzajów dobroczynności, którą mogą praktykować także osoby biedne. Pierwszy rodzaj to dobroczynność poprzez pracę fizyczną, przy czym najwyższą formą jest poświęcenie własnego ciała dla innych, o czym będzie mowa w przypowieści o księciu Sattwie. Drugim rodzajem jest życzliwość dla wszystkich istot żywych. Trzeci rodzaj to serdeczne spojrzenie, które koi serca ludzi. Czwarty to pogodny uśmiech, który łagodzi napięcie. Piątym są życzliwe słowa przepelnione troską o innych. Szósty to gotowość do ustępstw, poczynając od ustępowania miejsca innym. Ostatnim, siódmym rodzajem dobroczynności, jest oferowanie noclegu w swoim domu zmęczonym wędrowcom. Każdy, nawet najuboższy człowiek w codziennym życiu zawsze może w taki właśnie sposób spełniać dobre uczynki.

8. Dawno temu żył książę o imieniu Sattwa. Pewnego dnia udał się ze swoimi dwoma starszymi braćmi do lasu, żeby się tam pobawić. Nagle zobaczyli leżącą w pobliżu stromeego urwiska tygrysięc i siedem tygrysiątek.

## Urzeczywistnienie ideału

Tygrysica umierała z głodu i zaczęła czołgać się w stronę swoich dzieci, aby je pożreć. Starsi bracia uciekli ze strachu, ale książę Sattwa postanowił uratować głodujące tygrysy. Wspiął się na urwisko i rzucił się w dół, popełniając samobójstwo. W ten sposób ofiarował swoje ciało tygrysy, nie dopuszczając do tego, by pożarła własne dzieci.

Kiedy książę Sattwa podjął tę heroiczną decyzję, pragnął tylko dostąpić Oświecenia. Pomyślał wtedy: „Ciało ludzkie jest kruche i podlega starzeniu. Do tej pory nic dla nikogo nie zrobiłem, byłem przywiązany do swojego ciała i najważniejsze były dla mnie hedonistyczne doznania. Teraz jestem gotów poświęcić swoje życie dla innych istot, aby dążyć w ten sposób do Oświecenia.”

W takiej właśnie intencji książę własnym ciałem nakarmił tygrysicę, która umierała z głodu.

9. Należy także wyróżnić cztery nieograniczone stany umysłu, które musi osiągnąć osoba, pragnąca dostąpić Oświecenia: miłosierdzie, współczucie, radość oraz równowaga.

Miłosierdzie oznacza odrzucenie pożądlivosti związanej z egoizmem, współczucie tłumi gniew, radość uwalnia od cierpienia a równowaga pozwala przekroczyć dualizm takich przeciwieństw, jak żywienie urazy i odczuwanie wdzięczności.

Wielkie miłosierdzie umożliwia działanie na rzecz

## Urzeczywistnienie ideału

szczęścia i pomyślności wielu ludzi. Wielkie współczucie sprawia, że znikają smutek i cierpienie. Wielka radość rozpromienia uśmiechem innych ludzi. Wielka równowaga sprawia, że można traktować wszystkich tak samo, nie faworyzując jednych, a dyskryminując innych.

Ci, którzy osiągnęli te cztery nieograniczone stany umysłu, czyli stan miłosierdzia, współczucia, radości i równowagi, przestają ulegać pożądlivości, nie wpadają w gniew, nie cierpią, nie rozróżniają miłości i nienawiści. Zły umysł jest jak agresywny pies łańcuchowy. Jeśli Natura Buddy jest przesłonięta żądzami, umysł zostaje wytracony z równowagi i jest jak uciekająca na oślep po lesie sarna. Zły umysł, który przywiązuje się do wszystkiego, można porównać do liter wykutych w skale, które nie znikają przez bardzo długi czas. Dobry umysł nie przywiązuje się do niczego i dlatego przypomina litery napisane na wodzie. Ze względu na błędy popełniane przez umysł, droga do Oświecenia jest niezwykle trudna.

10. Jeden z uczniów Buddy, imieniem Srona urodził się w bogatej rodzinie, ale był bardzo słabego zdrowia. Miał to szczęście, że spotkał Siakjamuniego i słuchał jego nauk. Tak bardzo pragnął dostąpić oświecenia, że praktykował usilnie i z poświęceniem, dręcząc swoje ciało skrajną ascezą. Jednak nie mógł dostąpić Oświecenia.

Budda Siakjamuni ulitował się nad nim i powiedział: „Srono, na pewno w dzieciństwie uczyłeś się grać na jakimś instrumencie strunowym. Jeśli struna jest

## Urzeczywistnienie ideału

naciągnięta zbyt mocna, nie wyda prawidłowego dźwięku, tak samo, jeśli jest napięta zbyt słabo. Struna zadźwięczy pięknie dopiero wtedy, gdy w trakcie strojenia znajdziesz złoty środek, czyli najbardziej odpowiedni sposób jej naciągnięcia, ani za mocno, ani za słabo.

Podobnie jest z praktyką, która prowadzi do Oświecenia. Nie będzie skuteczna, nie tylko jeśli człowiek będzie się lenił, ale też jeśli podda się nadmiernie surowej ascezie. Dlatego każdy powinien zachować środkową drogę także w trakcie praktyki.”

Usłyszawszy to pouczenie, Srana pojął jego znaczenie i wkrótce dostąpił Oświecenia.

11. Dawno temu żył książę, który w doskonały sposób opanował posługiwanie się pięcioma rodzajami broni. Długo zgłębiał nauki u różnych mistrzów, aż w końcu sam zdobył sławę. Kiedy wracał w rodzinne strony, na łące ujrzał bestię, która miała niezwykle grubą sierść zawsze ociekającą kleistym śluzem z gruczołów znajdujących pod nią. Bestia ta zaatakowała go, więc broniąc się, wystrzelił strzałę. Jednak strzała nawet nie zraniła bestii, tylko utknęła w jej splątanej sierści. To samo stało się, gdyż użył pozostałych rodzajów broni: miecza, halabardy, maczugi i włóczni. Nie potrafił powstrzymać ataku bestii ani jej zabić. Kiedy bestia natarła na niego, zaczął ją kopać i okładać pięściami, ale bardzo szybko sam zaplątał się w jej kleistą, zmierzwioną sierść. Uderzył ją w końcu głową, gdyż tylko nią mógł jeszcze poruszać, ale głowa też

utknęła i został unieruchomiony.

Bestia oblizwała się z zadowoleniem i powiedziała: „Teraz mi już nie umkniesz! Pożrę cię z przyjemnością.” Jednak księżę nie zamierzał się tak łatwo poddać. Roześmiał się, co zdziwiło bestię, i rzekł: „Pewnie myślisz, że nie mam już żadnej broni, która mogłaby ci zagrozić? Mam jeszcze diamentowe ostrze, które przebije wszystko. Jeśli mnie połkniesz, wtedy od środka rozpruję tym ostrzem twój brzuch.

Odwaga i pewność księcia zbiły z tropu bestię, która niepewnie zapytała: „W jaki sposób możesz zrobić coś takiego?” Księżę odparł: „Moc prawdy jest po mojej stronie.”

Wtedy bestia, której sierści nic nie mogło przebić, odstępiała od księcia. Prosiła, aby przekazał jej moc prawdy, a on wygłosił jej nauki Buddy. Bestia nawróciła się i odtąd nikogo już nie krzywdziła.

Nauka zawarta w tej przypowieści ma zachęcić wyznawców buddyźmu do tego, by nie ustawali w wysiłkach i nie tracili ducha w obliczu zagrożenia.

12. Ten, kto nie odczuwa wstydu ani wobec siebie, ani wobec innych ludzi, jest zagrożeniem dla świata. Ten, kto wstydzi się swojego złego postępowania wtedy, gdy widzą go inni, i wtedy gdy jest sam, jest błogosławieństwem dla świata. Człowiek, który ma poczucie wstydu i zachowuje pokorę, będzie szanował rodziców, swoich nauczycieli

## Urzeczywistnienie ideału

oraz przełożonych, zachowa także harmonijne relacje ze swoim rodzeństwem. Szlachetną jest postawa człowieka, który nie tylko jest zdolny do refleksji nad samym sobą i wstydzi się, gdy uświadomi sobie, że jego czyny nie były sprawiedliwe, ale także odczuwa wstyd widząc niegodne zachowanie innych.

Jeśli ktoś poczuje żal za swoje grzechy, przestaną być one dla niego ciężarem. Jednak ten, kto nie odpokutuje swoich złych czynów, będzie cierpiał karę za nie przez wieczność.

Prawdziwą naukę można przyswoić tylko wtedy, gdy się jej słucha uważnie, często o niej rozmyśla i zgodnie z nią się postępuje. Nie można przyswoić prawdziwej nauki, jeśli tylko się ją słyszy, ale nie rozmyśla się o niej i nie stara się wcielić jej w życie.

Największym wsparciem w trakcie praktyki jest wiara, pokora, poczucie wstydu, wytrwałość oraz mądrość. Fundamentem jest jednak mądrość, to z nią powiązane są pozostałe cztery cnoty i jej podlegają. Ten, kto rozpoczyna praktykę prowadzącą do Oświecenia, nie będzie robił postępów, jeśli będzie przywiązany do spraw tego świata, będzie tracił czas na cczą gadaninę czy też oddawał się lenistwu śpiąc zbyt długo.

13. Wielu rozpoczyna praktykę w tym samym czasie, ale jedni wcześniej dostąpią Oświecenia a inni później. Jednak ci, którzy widzą, że inni już dostąpili Oświecenia,



## Urzeczywistnienie ideału

nie powinni się martwić i zniechęcać brakiem postępów na drodze do wyzwolenia.

Człowiek, który uczy się strzelać z łuku, na początku nie może trafić w cel. Jednak jeśli wytrwale ćwiczy, w końcu jego strzała trafia w środek tarczy. To, co płynie z głównym nurtem rzeki, w końcu dotrze do jej ujścia i wpadnie do morza.

Tak samo ten, kto nie rezygnuje z praktyki, ale mimo powodzeń wytrwale ją kontynuuje, z pewnością dostąpi Oświecenia.

Jak już o tym była mowa, wszędzie, gdzie tylko okiem sięgnąć, można dostrzec przejawy nauki Buddy, dlatego Oświecenie może nastąpić w dowolnym miejscu i chwili.

Pewien człowiek zapalił kadzidelko i nagle uświadomił sobie, że jego zapach ani nie istnieje, ani nie istnieje, ani nie pojawia się, ani nie znika. To ostatecznie sprawiło, że nagle dostąpił Oświecenia.

Inny człowiek szedł drogą i poczuł ból z powodu ciernia, który utkwiał mu w stopie. Wtedy nagle uświadomił sobie, że poczucie bólu nie istnieje w jego umyśle cały czas, ale jest wywołane przez pewien splot uwarunkowań i bodźców. Dostąpił nagle Oświecenia, gdy zrozumiał, że ten sam umysł, który w stanie wzburzenia przesłonięty jest przez żądzę, w stanie wyciszenia przejawia Naturę Buddy.

Jeszcze inny człowiek nieustannie ulegał swoim

## **Urzeczywistnienie ideału**

żądrom. Dostał nagle Oświecenia, gdy myślał o swoim pożądanym umyśle i uświadomił sobie, że na podpalce żądź, kiedyś zapłonie ogień Oświecenia.

Zdarzyło się też, że ktoś dostał Oświecenia, słysząc następujące pouczenie: „Zachowaj równowagę swojego umysłu. Jeśli twój umysł będzie w stanie równowagi, równowaga zapanuje też na Niebie i Ziemi.” Człowiek ten uświadomił sobie, że źródłem wszelkiego rozróżniania jest właśnie umysł. Zaprawdę, niezliczone są okazje do tego, by człowiek mógł dostać Oświecenia.

## **III DROGA WIARY**

1. Uczniami Buddy są ci, którzy zawierzą Trzem Skarbom, czyli wierzą w Buddę, jego naukę oraz znajdują schronienie we wspólnocie wyznawców. Każdy z nich przestrzega pięciu przykazań, zachowuje wiarę, czyni dobro oraz kieruje się mądrością.

Uczniowie Buddy przestrzegają pięciu przykazań – nie zabijają, nie kradną, nie cudzołożą, nie kłamią i nie piją alkoholu.

Pokładają ufność w niezmierzonej mądrości Buddy, unikają pożądliwości i egoizmu, znajdują upodobanie w dobroczynności. Posiadają najwyższą mądrość, gdyż rozumieją prawo przyczyny i skutku oraz to, że w świecie

## Urzeczywistnienie ideału

wszystko podlega zmianom, będąc nietrwałe.

Drzewo, które przechylone jest na wschód, kiedy zbutwieje, na pewno przewróci się w kierunku wschodnim. Człowiek, nie ważne w jakim wcieleniu, po śmierci z pewnością odrodzi się w Czystej Ziemi, jeśli zawsze słucha nauk Buddy przepelniony wiarą.

2. Należy zawsze pamiętać, że uczniami Buddy są ci, którzy zawierzą Trzem Skarbom, którymi są: Budda, Dharma i Samgha.

Buddą nazywamy tę istotę, która dostąpiła Oświecenia i w swoim miłosierdziu chce wyzwolić wszystkich cierpiących. Dharma to nauka głoszona przez Buddę. Samgha jest wspólnotą wierzących, którzy w harmonii praktykują zgodnie z nauką Buddy, unikając konfliktów.

Budda, Dharma i Samgha to trzy skarby, których nie można traktować rozdzielnie. Dharma jest bowiem nauką o Buddzie, a Samgha może powstać tylko wtedy, gdy ludzie przyjmą Dharmę. Tak więc trzy skarby są w swojej istocie jednym skarbem. Ci, którzy wierzą w Dharmę i Samghę, wierzą także w Buddę. Wiara w Buddę oznacza zawierzenie jego nauce i wspólnocie wyznawców. W ten sposób trzy skarby stają się jednym.

Wszyscy ludzie mogą być wyzwoleni tylko poprzez

## Urzeczywistnienie ideału

wiarę w Buddę, jedynie w ten sposób są w stanie dostąpić Oświecenia. Budda miłuje wszystkich ludzi, jakby byli jego dziećmi, dlatego ujrzy Buddę i zostanie przez niego wyzwolony ten, kto mu zawierzy tak, jak dziecko ufa matce.

Ten, kto będzie wzywał Buddę, zostanie oświecony światłem jego mądrości i przeniknięty zapachem kadzidła jego łaski.

3. Nic nie przynosi większej korzyści niż wzywanie imienia Buddy. Zyska niezliczone błogosławieństwa ten, kto słysząc chociaż raz imię Buddy, będzie się radować z całego serca.

Chociaż nasz świat jest jak płonący dom, należy słuchać nauki Buddy i uwierzyć w nią.

Niezwykle trudno jest spotkać Buddę w swoim życiu, nie jest także łatwo zetknąć się z ludźmi, którzy głoszą naukę Buddy. Jednak najtrudniej jest uwierzyć w słowa Buddy.

Ci, którzy zetknęli się z ludźmi, którzy głoszą naukę o Oświeceniu, i usłyszeli to, co tak niewielu może usłyszeć, powinni z radością uwierzyć w słowa Buddy.

## Urzeczywistnienie ideału

4. Wiara jest najlepszym towarzyszem człowieka, strawą niezbędną w wędrówce przez życie. Nie ma większego skarbu niż wiara.

Wiara można porównać do nieskalanej dłoni, która przyjmuje nauki Buddy oraz wszelkie cnoty z nią związane. Metaforą wiary jest także ogień, który spala wszelkie skalania umysłu, dzięki czemu człowiek może wkroczyć na drogę praktyki prowadzącej do Oświecenia. Na tej drodze ogień wiary cały czas chroni go przed chłodem zniechęcenia.

Wiara wzbogaca umysł człowieka, usuwa pożądliwość i pychę, uczy pokory i szacunku. Wiara sprawia, że prawdziwa mądrość może oświetlać drogę praktyki i człowiek wie, jakie postępowanie jest dobre, nie poddaje się przeciwnościom, pokonuje przeszkody. Wiara daje ogromną siłę, dzięki której można nie przywiązywać się do życia doczesnego i nie ulegać pokusom.

Wiara staje się zachętą na długiej i mozolnej drodze praktyki, dlatego prowadzi do Oświecenia.

Wiara sprawia, że człowiek czuje się tak, jakby zawsze przebywał w obecności Buddy, jakby Budda chronił go, tuląc do siebie. Dzięki temu człowiek staje się łagodny i spokojny, potrafi też okazywać życzliwość wszystkim ludziom niezależnie od okoliczności.

## Urzeczywistnienie ideału

5. Ten, kto posiada niewzruszoną wiarę, słyszy nauki Buddy we wszystkich odgłosach świata, zdobywa także mądrość, odczuwając radość niezależnie od meandrów życia. Dzięki wierze posiada także mądrość cierpliwego akceptowania tego, co przyniesie los, gdyż wie, że wszystko pojawia się na skutek splotu przyczyn i uwarunkowań.

Zna prawdę, że nie ma nic wiecznego ani niezmiennego na tym świecie, w którym wszystko przemija i tak naprawdę nic nie jest ważne. Mądrość płynąca z wiary każe mu się nie dziwić ani nie smucić, gdy widzi, że to, co rozkwitło, po jakimś czasie usycha, a prosperita kończy się i następuje kryzys.

Wiara przejawia się pod trzema postaciami: wyznania win i pokuty, radości ze szczęścia innych osób oraz modlitwy.

Najpierw należy szczerze wyznać swoje winy, uświadamiając sobie, jak bardzo są wielkie, a potem należy odprawić pokutę. Wtedy człowiek będzie w stanie cieszyć się, widząc szczęście innych osób i będzie im dobrze życzyć, zwłaszcza tego, by doskonali się i posiadli wszelkie cnoty. Modlitwa zaś zawsze powinna być w intencji tego, by odczuwać obecność Buddy, wszystko czynić zgodnie z jego nauką w każdym momencie swojego życia.

## Urzeczywistnienie ideału

Umysł przepelniony wiarą dociera do swojej głębi i w tym sensie jest prawdziwym umysłem. Prawdziwy umysł raduje się z tego, że będzie mógł odrodzić się w Czystej Ziemi, rajskiej krainie, dzięki mocy Buddy.

Budda słyszy wszystkie głosy, które wymawiają jego imię w najdalszych zakątkach świata, ale daje moc, płynącą z jego Oświeconego Umysłu tylko tym, którzy wzywają go z wiarą i radością. Dzięki mocy Buddy będą mogli oni odrodzić w Czystej Ziemi i już nigdy więcej nie pogrążą się w ułudzie.

6. Umysł każdego człowieka, wierząc w Buddę, przejawia Naturę Buddy, gdyż jest ona ukryta w umysłach wszystkich ludzi. Innymi słowy ten, kto zna Buddę, sam jest Buddą, ten, kto wierzy w Buddę, sam jest Buddą.

Chociaż każdy ma Naturę Buddy, znajduje się ona na samym dnie bagna skaz, dlatego nie mogą z niej wykiełkować i zakwitnąć kwiaty Oświecenia. Jak może pojawić się pragnienie Oświecenia w umyśle, którego Natura Buddy przesłonięta jest pożądliwością i gniewem?

Drzewa Eranda są tak trujące, że nie mogą rosnąć obok nich inne rośliny, także wydające przepiękny zapach drzewa Czandana. Jeśli drzewo Czandana wyrośnie w lesie, gdzie królują drzewa Eranda, można nazwać to cudem.

## Urzeczywistnienie ideału

Podobnie cudem może wydawać się to, iż w świecie, w którym jest tyle zła, w umyśle człowieka rodzi się wiara i pragnienie Oświecenia.

Wierzący umysł, który pragnie Oświecenia, jest przepełniony „wiarą bez korzeni.” A to dlatego, że w umyśle człowieka nie możemy znaleźć korzeni wiary, znajdując się one bowiem jedynie w pełnym miłosierdzia umyśle Buddy.

7. Wiara jest matką wszystkich cnót, podstawą praktyki buddyjskiej, jednak istnieje pięć przeszkód, które osłabiają wiarę człowieka, pragnącego dostąpić Oświecenia.

Pierwszą przeszkodą jest wątpliwość w mądrość Buddy. Drugą przeszkodą to brak zaufania do nauk Buddy. Trzecia – niedowierzenie osobie, która przekazuje nauki buddyjskie. Czwarta – różne błędy, które pojawiają się na drodze do wyzwolenia. Piątą przeszkodą jest pycha, która sprawia, że w gniewie poddaje się pod wątpliwość poglądy współwyznawców, którzy postępują zgodnie z nauką Buddy.

Nie ma nic gorszego od wątpliwości i podejrzliwości, wątpliwość sprawia, że umysł jest podzielony. Podejrzliwość jest trucizną niszczącą przyjaźń, rani umysł, stając się ostrym cierniem lub tnącym mieczem.



## Urzeczywistnienie ideału

Należy pamiętać o tym, że wiara jest darem Buddy. Jeśli ktoś jest przepelniony wiarą, to dzieje się tak dlatego, że w odległej przeszłości Budda, w swoim miłosierdziu, umożliwił to przez odpowiedni splot przyczyn i uwarunkowań.

Osoba radującą się z tego, że jest przepelniona wiarą, którą umożliwił splot przyczyn i uwarunkowań dzięki miłosierdziu Buddy, będzie mogła odrodzić się w Czystej Ziemi, niezależnie od tego, jakie życie będzie prowadzić na tym świecie.

Bardzo trudno odrodzić się w świecie ludzi, jeszcze trudniej jest usłyszeć naukę Buddy, ale najtrudniej jest zdobyć prawdziwą wiarę. Właśnie dlatego należy nieustannie wsłuchiwać się w słowa Buddy.

## IV BUDDYJSKIE SENTENCJE

1. Nigdy nie pozbędą się negatywnych uczuć ci ludzie, którzy ciągle podsycają poczucie urazy, przypominając sobie, że ktoś ich obraził, uderzył czy też wyśmiewał się z nich.

Nie można wykorzenić złości złością. Złość zniknie,

## Urzeczywistnienie ideału

gdy człowiek zapomni o niej i przestanie żywić urazę do innych.

Jeśli rynny nie odprowadzają wody z dachu, dach zaczyna przeciekać. Podobnie jest z umysłem – jeśli nie jest kontrolowany, ulega pożądliwości.

Zaniedbywanie i próżnowanie to droga ku śmierci, nieustanne wysiłki i starania to droga życia. Tylko głupiec leniuchuje, mądry człowiek jest pracowity.

Ten, kto wyrabia łuki i strzały, będzie tak długo usuwał wszystkie sęki i nierówności drewna, aż strzała będzie prosta. Podobnie mędrzec nie ustaje w wysiłkach, by jego umysł był sprawiedliwy.

Bardzo trudno jest kontrolować swój umysł, gdyż ulega on wzburzeniu, gdy pojawi się nawet najsłabszy bodziec z zewnątrz. Człowiek może osiągnąć prawdziwy spokój tylko wtedy, gdy panuje nad swoim umysłem.

Umysł człowieka czyni więcej zła niż najgorszy wróg, więcej nawet niż szaleniec, owładnięty żądzą zemsty.

## Urzeczywistnienie ideału

2. Prawdziwy spokój może osiągnąć tylko człowiek, który będzie postępował zgodnie z nauką Buddy i nie pozwoli, aby jego umysłem zawładnęły poządlliwość i gniew. Jeśli mowa człowieka jest wzniosła i szlachetna, ale nie wprowadza on swoich słów w czyn, można porównać go do kwiatu o pięknej barwie, który nie pachnie.

Jeśli wieje silny wiatr w stronę ukwieconych pól, zapach kwiatów nie dociera w przeciwnym kierunku. Jednak dobre czyny człowieka będą poznane przez cały świat, niezależnie od przeciwności losu.

Człowiekowi, który nie może zasnąć, noc się dłuży. Dla zmęczonego wędrowca droga zdaje się nie mieć końca. Ludzie, którzy nie znają nauki Buddy, na zawsze pogrążeni są w ułudzie.

Człowiek powinien udawać się w podróż z osobą na podobnym poziomie intelektualnym lub z mądrzejszą. Lepiej wędrować samemu, niż podróżować z głupcem.

Należy wystrzegać się złych przyjaciół bardziej niż dzikich bestii. Dzika bestia może zaatakować tylko nasze ciało, podczas gdy zły przyjaciel sprowadzi na złą drogę nasz umysł.

## Urzeczywistnienie ideału

Głupiec cierpi, zamartwiając się o swoje dzieci czy swój majątek. Jednak nie ma ego, czyli ‘ja’, jak więc można używać słów ‘mój’, ‘moja’, ‘moje’?

Głupiec, który wie, że jest głupcem, wart jest więcej od głupca uważającego siebie za mędrca.

Łyżka, którą człowiek je zupę, nie może poznać smaku tej ani żadnej innej potrawy. Głupiec zaś, nawet jeśli będzie przebywał z mędrkami, nie zrozumie ich pouczeń.

Ze świeżego mleka tak szybko nie powstanie zsiadłe mleko. Za złe czyny także nie od razu spotka człowieka kara, jednak nie ucieknie od niej. Może się wydawać, że został tylko popiół, ale pod nim tli się ogień, który znowu wystrzeli płomieniem.

Głupiec cierpi, ciągle pożądając majątku i sławy. Nie zazna spokoju, cały czas pragnąc zaszczytów, bogactwa i władzy.

Jeśli ktoś wykazuje nam nasze błędy i zaniedbania oraz piętnuje zło, które czynimy, powinniśmy być mu dozwrotnie wdzięczni, jak komuś, kto pokazuje miejsce ukrycia skarbu.

## Urzeczywistnienie ideału

3. Umysł człowieka, który z radością przyjmuje naukę Buddy, jest nieskalany, dlatego człowiek ten może spać spokojnie. Jego umysł został bowiem przez to oczyszczony z wszelkich skaz.

Cieśla długo obrabia pień, żeby belka nie była krzywa, człowiek wytwarzający strzały, stara się, aby były dobrze wyważone. Ten, kto chce nawodnić pole, kopie rowy irygacyjne starannie je łącząc. Wszyscy oni wkładają w swoją pracę wiele wysiłku i bardzo się starają, żeby jej efekt był doskonały – taką samą determinację musi mieć ten, kto chce kontrolować swój umysł.

Twardej i ciężkiej skały nie zwieje nawet najsilniejszy wiatr. Umysł mędrca jest nieporuszony, jak taka właśnie skała, niezależnie od tego, czy inni ludzie go chwala, czy krytykują.

Zwycięstwo nad samym sobą jest godne podziwu bardziej niż pokonanie na polu bitwy niezliczonych zastępów wrogiej armii.

Lepiej żyć tylko jeden dzień i poznać prawdziwą naukę, niż żyć sto lat, nigdy o niej nie słysząc.

Każdy, kto sam siebie naprawdę miłuje, powinien chronić siebie samego od wszelkiego zła. Dla swojego

## Urzeczywistnienie ideału

dobra, powinien przebudzić się do najwyższej prawdy, jeśli nie uda mu się to w młodości czy w sile wieku, także w podeszłym wieku nie powinien rezygnować z praktyki religijnej.

Nasz świat jest jak dom, który trawi pożar. Wszystko spala ogień pożądliwości, gniewu i głupoty. Żeby się uratować, należy jak najszybciej wybiec z płonącego domu.

Tylko umysł człowieka jest tak naprawdę cenny, dlatego należy go chronić. Wszystko na tym świecie jest nietrwałe, jak piana na wodzie, kruche, jak pajęczna nić, skalane, jak brudne naczynie.

4. Istota nauki Buddy sprowadza się do unikania czynienia zła, spełniania wszelkich dobrych uczynków oraz kontrolowania umysłu, aby mógł być nieskalany.

Najtrudniej jest wytrwać w praktyce do końca, jeśli jest wyjątkowo surowa. Tylko wytrwały zdobędzie w końcu laur zwycięstwa.

Osoba, która żywi się do kogoś urazę, odczuwa pożądliwość czy jest pogrążona w żalu, musi zacząć kontrolować swój umysł i nie ulegać tym uczuciom. Jeśli zrozumie, że nie ma 'ja' i nic na tym świecie nie należy do

## Urzeczywistnienie ideału

niej, będzie mogła wieść spokojne życie, zachowując czystość umysłu.

Jeśli ktoś nie choruje, powinien uznać to za największą pomyślność w życiu. Ten, kto wie, kiedy trzeba powiedzieć „dostyc” i nie ulegać pożądlivości, zdobył największy majątek. Wzajemne zaufanie to skarb przyjaźni. Jednak największym szczęściem jest Oświecenie.

Nie lęka się ten, kto zakosztował trzech smaków: rozkoszował się odrzuceniem wszelkiego zła, zasmakował w spokoju ducha i delectował się radością ze słuchania nauki Buddy.

Przywiązanie pojawia się wtedy, kiedy rozróżniamy to, co nam się podoba, i to, co nam się nie podoba. Jeśli znajdujemy w czymś upodobanie lub czegoś nienawidzimy, zawsze będziemy pogrążyć się w smutku, żalu i nigdy nie wyzwolimy się z łańcuchów przywiązania.

5. Rdza nie pojawi się tam, gdzie nie ma żelaza. Rdza pojawia się tylko na żelazie i doprowadza do rozkładu jego wewnętrzzną strukturę. Zło zaś pochodzi od człowieka i niszczy go.

Jeśli księgi nie są czytane, wkrótce pokryje je kurz, dom, którego nikt nie dogląda, szybko popadnie w ruinę, a

## Urzeczywistnienie ideału

człowiek, jeśli nie będzie dbać o swoje ciało, będzie brudny i cuchnący.

Złe czyny kalają człowieka. Jeśli ktoś daje coś komuś, a potem tego żałuje, jego dar staje się przez to nieczysty. Zło, czynione przez człowieka, będzie go kalać w tym życiu i w przyszłych wcieleniach.

Ze wszystkich skaz najtrudniej pozbyć się niewiedzy. Umysł człowieka, pogrążonego w ignorancji, nigdy nie będzie nieskalany.

Bardzo łatwo jest wbić się w dumę, być bezczelnym jak namolna mucha, nie odczuwać wstydu, nie mieć wyrzutów sumienia, raniąc innych.

Bardzo trudno jest zachować pokorę, okazywać innym szacunek, uwolnić się od przywiązania, czynić dobro i posiadać mądrość.

Łatwo jest wytykać innym ich wady, trudno jest dostrzec własne. O przewinach innych ludzi człowiek opowiada chętnie każdemu, kogo napotka. O własnych złych czynach milczy, skrywając je skrzętnie, jak hazardzista, ukrywający dodatkowe karty, które potem stara się podmienić, tak, żeby nikt tego nie zauważył.



## Urzeczywistnienie ideału

Ptaki, dym ani burza nie pozostawiają śladów na niebie. Heretyckie nauki nie prowadzą do Oświecenia. Nic na tym świecie nie jest wieczne. Umysł człowieka, który dostąpił Oświecenia jest nieporuszony.

6. Wojownicy bronią zamku przed wrogami z zewnątrz i wewnątrz. Nie mogą sobie pozwolić nawet na chwilę nieostrożności. W ten sam sposób należy cały czas kontrolować swój umysł.

Każdy człowiek jest sam sobie panem, każdy musi polegać tylko na sobie. Właśnie dlatego najważniejsze jest kontrolowanie własnego umysłu.

Pierwszym krokiem w kierunku uwolnienia się z łańcuchów przywiązania jest zapanowanie nad własnym umysłem, unikanie czężej gadaniny oraz często rozmyślanie o sobie i świecie.

Słońce świeci w dzień, księżyc rozświetla noc. Każdy posiada coś, co dodaje mu blasku chwały. Dla wojownika jest to jego zbroja, a dla osoby, która pragnie dostąpić Oświecenia – spokój ducha.

Nie jest prawdziwym uczniem Buddy ten, kto nie potrafi kontrolować swoich pięciu zmysłów: wzroku, słuchu, smaku, zapachu i dotyku i dlatego wzbudza w

## Urzeczywistnienie ideału

sobie pożądlivość pod wpływem różnych pokus z otoczenia. Dostąpi Oświecenia tylko ten, kto stoi na straży bram swoich zmysłów i uspokoi swój umysł.

7. Jeśli człowiek jest przywiązany do doczesności, wtedy ulega pokusom i nie potrafi obiektywnie ocenić sytuacji, będąc ich niewolnikiem. Widzi rzeczywistość taką, jaka ona jest, dopiero wtedy, gdy uwolni się od wszelkiego przywiązania. Wyzwolony umysł postrzega rzeczywistość tak, jakby nagle wszystko wokół ożyło.

Człowiek odczuwa smutek, odczuwa też radość. Właśnie dlatego, że rozróżnia smutek, rozróżnia też jego przeciwieństwo, czyli radość. Jednak ten, kto chce wyzwolić swój umysł, musi wyjść poza rozróżnianie nie tylko radości i smutku, ale także dobra i zła.

Zwiędnie, jak ścięta i rzucona na ziemię trzcina, ten, kto myśli tylko o przyszłości i martwi się na zapas lub ciągle rozpacza, wspominając przeszłość, zachowując się tak, jakby próbował dogonić cień dawnych dni.

Będzie zdrowy na ciele i umyśle ten, kto skoncentruje się na teraźniejszości i nie będzie rozpamiętywał przeszłości ani zamartwiał się, robiąc plany na przyszłość.

Człowiek nie powinien żyć przeszłością ani ciągle

## Urzeczywistnienie ideału

czekać na to, co przyniesie mu przyszłość. Musi żyć pełnią życia tu i teraz.

To, co masz zrobić dzisiaj, nie odkładaj do jutra. Jeśli chcesz przeżyć dobry dzień, skoncentruj się na tym, co powinienesz zrobić teraz.

Wiara jest najwierniejszym przyjacielem, mądrość jest najlepszym nauczycielem. Należy uciec od mroku cierpienia, szukając światła, jakim jest Oświecenie.

Wiara jest największym bogactwem, szczerść nadaje smak życiu, najważniejszym celem jest zdobywanie wszelkich cnót. Dzięki postępowaniu zgodnym z nauką Buddy można osiągnąć stan spokoju ducha i ciała.

Wiara jest duchową strawą podczas wędrówki, jaką jest życie, a cnoty są najlepszym schronieniem człowieka. Mądrość to promienie rozświetlające cały świat, a słuszne myśli można porównać do nocnej straży. Człowiek nieskalany jest niezniszczalny, a prawdziwie wolny jest ten, kto zwyciężył własne żądze.

Zdarza się, że dla rodziny człowiek zapomina o samym sobie, dla dobra własnej wioski zapomina o swojej rodzinie, a dla dobra kraju – o własnej wiosce. Jednak ten, kto pragnie dostąpić Oświecenia, musi zapomnieć o wszystkim.

## **Urzeczywistnienie ideału**

Wszystko podlega zmianom, pojawia się i ulega unicestwieniu. Jest jednak możliwe życie w spokoju ducha tak głębokim, że nietrwałość nie jest przyczyną udręki.