

Wprowadzenie

Buddyzm tybetański w istocie jest metodą, dzięki której zachodzi w nas pozytywna duchowa przemiana, głębokie wewnętrzne przekształcenie i przebudzenie. Kiedy przyglądamy się pochodzącym z Tybetu buddyjskim naukom, możemy poczuć się przytłoczeni i zagubieni w złożoności tej filozofii i etyki, w opisach cierpień, żądz i zależności prawa karmy, w szerokiej wizji współczucia i w spojrzeniu na społeczeństwo. Możemy zatracić się pośród barwnych dzieł sztuki, rozbudowanej ikonografii czy też dramatycznej i złożonej historii tego kraju. Musimy jednak pamiętać, że cała duchowa spuścizna Tybetu, mimo że czasem wydaje się obejmować odległe od siebie dziedziny, zawsze sprowadza się do jednego: wędrówki człowieka ku duchowemu spełnieniu. W buddyzmie tybetańskim wewnętrzne urzeczywistnienie, które jest najwyższą wartością możliwą do osiągnięcia w ludzkim ciele, nie jest tylko teorią, lecz czymś całkowicie możliwym do zrealizowania i dostępnym na wyciągnięcie ręki.

Każda tradycja, chcąc przybliżyć taki cel, musiałaby – przynajmniej we współczesnym świecie – przyswoić sobie nie tylko scepty-

cyzm, lecz także szczyptę cynizmu i nieco drwiny. A jednak buddyzm tybetański, który nieustannie dostosowuje się do bieżących okoliczności, wciąż twierdzi, że buddyjskie metody, traktowane właśnie z pełnym szacunkiem i cierpliwie wdrażane w życie, prowadzą do duchowego przekształcenia, które przeczy przekonaniom o „grzechu pierworodnym”. Skoro wszyscy ludzie, wszystkie istoty z samego założenia zawierają już w sobie *summum bonum*, najwyższe dobro, wystarczy jedynie odrobina zaufania i wysiłku, aby usunąć zasłony, które przykrywają absolutną doskonałość naszej natury buddy.

Niniejsza książka zawiera różne wypowiedzi tybetańskich lamów z obecnych i minionych czasów. Wszystkie one dotyczą fundamentalnej kwestii poruszanej w każdej ze szkół buddyzmu tybetańskiego: w jaki sposób buddyjskie metody i nauki mogą poprowadzić nas od obecnego stanu pomieszania i bezmyślnej beztroski do stanu świadomości, który jest nieograniczony, wolny i oparty na miłości do innych. Wybrane cytaty odnoszą się do naszego indywidualnego, osobistego doświadczenia: czym jest podążanie duchową ścieżką, jak medytacja przenika nasze życie, jak stawić czoła problemom i przeszkodom, które napotyka praktykujący, jak być prawdziwie pomocnym dla innych i w końcu – jak jasność i przejrzystość urzeczywistnienia mogą zacząć wzrastać w naszej świadomości.

Zbiór ten został podzielony na siedem rozdziałów, które odzwierciedlają strukturę nauk buddyzmu tybetańskiego. Pierwszy przybliży nam okoliczności ludzkiej egzystencji naznaczonej cierpieniem, uwarunkowanej przez prawo karmy, a jednak – jeśli ją zrozumiemy w prawidłowy sposób – pełnej możliwości zmian. Rozdział drugi traktuje o duchowej ścieżce, jej naturze, cechach i właściwościach. Trzeci rozdział przedstawia pogląd bogatego przekazu obejmującego praktykę medytacyjną, która jest centralną metodologią buddyzmu tybetańskiego. Nauki o współczuciu, które naturalnie wypływa z praktyki medytacyjnej, zawarte są w rozdziale czwartym. Rozdziały piąty i szósty poru-

szają kwestie pustości i natury buddy, podczas gdy w ostatnim rozdziale mowa jest o duchowym urzeczywistnieniu.

W tym dziele wybrałem fragmenty, co do których mam nadzieję, że okażą się użyteczne. Opisują one wędrówkę na szczyt góry oświecenia: tego, jak jest ona odczuwana, postrzegana i doświadczana – jak wygląda ów szlak wiodący z gęstego, ciemnego lasu, poprzez łąki pełne pachnących roślin i cudownych dzikich kwiatów, następnie wznosi się ponad korony drzew, aż w końcu, ciągnąc się przez puste, niezamieszkałe przestrzenie, prowadzi ku oszałamiającej wysokości samego szczytu. Fragmenty te wymownie obrazują dwa tybetańskie twierdzenia: nie tylko my sami, lecz cały świat może i musi się zmienić, ale może to zająć tylko wtedy, jeśli to my sami pracujemy nad własnym duchowym rozwojem, doskonalimy samoświadomość i skromność na coraz głębszych poziomach, odkrywamy, jak naprawdę funkcjonuje świat, i odnajdujemy źródło współczucia dla innych. Tego rodzaju pracę cechuje samotność, ponieważ wykonując ją, możemy polegać jedynie na sobie, ale jednocześnie ma ona potężny wpływ: nieustannie porusza ludzi, a ci z kolei oddziałują na innych. Tak jak mała iskra może spalić cały las, podobnie pojedyncza iskra duchowego wysiłku potrafi wypalić niewiedzę, pomieszenie i gniew tego świata i uczynić go lepszym i zdrowszym miejscem. Dowodem na to są liczne przykłady kobiet i mężczyzn w długiej historii buddyzmu, od samego Buddy Siakjamuniego do obecnego XIV Dalajlamy.



*Ten, w którego serce wniknęły słowa mistrza,
widzi prawdę jak klejnot na własnej dłoni.*

- Saraha -