

# Stopniowa medytacja pustki

Poziom III-IV - Środkowa droga



## Poszukując Serca Współczucia

Materiał bez korekty i redakcji, tylko na potrzeby kursy z Jimem Scottem

Maj 2021 r.

## Spis treści

### I. PIEŚNI

1. Ofiarowanie światła
2. Pobudzenie Bodhicitty
3. Rozbudzenie Bodhicitty
4. Ślubowanie Bodhicitty
5. Modlitwa o szybką podróż do czystej krainy
6. Cytat z Trzydziestu Siedmiu Praktyk Bodhisattwy
7. Cytat z Modlitwy Dążenia do Mahamudry
8. Znaczenie poglądu
9. Słuchanie, rozmyślanie i medytowanie - dążenie
10. Król Łabędzi
11. Pochwała Nagardżuny
12. Głębokie ostateczne znaczenie
13. Pieśń Prasangiki
14. Z Sutry Szlachetnego Zbioru
15. Z Sutry Króla Samadhi
16. Cytat z Zasadniczej Mądrości Środkowej Drogi
17. Z wejścia na Środkową Drogę Chandrakirtiego
18. Patrzyć i znajdować
19. Pomyślność, która rozświetla świat
20. Osiem rodzajów mistrzostwa
21. Dedykacja Nagardżuny
22. Bezstronna modlitwa dążenia
23. Dedykacja Milarepy
24. Przyjaciele
25. Samopojawiające się złudzenie
26. Modlitwa o długie życie KTGR
27. Modlitwa o długie życie Jima Scotta

### II. ANALIZY – JAK SZUKAĆ SERCA WSPÓŁCZUCIA

1. Latarnia Mądrości: Badanie dwóch rodzajów braku jaźni
2. Badanie jaźni i zjawisk
3. Ozdoba myśli mistrza Nagardżuny, które objaśniają prawdziwą naturę
4. Nagrania wyjaśnień KTGR
5. Przewodnik pod Środkowej drodze

# I. PIEŚNI

## 1. Ofiarowanie światła

Oby promienne światło tej lampki, ofiarowane  
Zwycięzcom dziesięciu kierunków i ich następcom,  
Usunęło mroki niewiedzy wszystkich istot.  
Oby rozblęsnęło promienne światło wiedzy i mądrości.

*Wypowiedziane przez Khenpo Cultrima Gjamco Rinpoczego. Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott.  
Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012.*

## 2. Pobudzenie Bodhicitty

Cenna, najwspanialsza Bodhicitta  
Jeśli jeszcze się nie pojawiła, niech wszędzie,  
A kiedy się pojawiła, oby nigdy nie osłabła,  
Lecz wzrastała dalej i dalej, bez końca.

*Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott. Tłumaczenie pieśni na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2016.*

## 3. Rozbudzenie Bodhicitty - cytaty z Trzydziestu Siedmiu Praktyk Bodhisattwy

Od niepamiętnych czasów, moje matki troszczyły się o mnie.  
Jaki jest więc sens mojego szczęścia, jeżeli one nadal cierpią?  
Tak więc, aby wyzwolić niezliczone czujące istoty,  
Rozbudzenie Bodhicitty jest praktyką Bodhisattwy.

*Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott, 2015. Tłumaczenie pieśni na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2016.*

#### **4. Ślubowanie Bodhicitty**

W autentycznej obecności Obrońców świata  
Zobowiązuję się do osiągnięcia pełnego oświecenia.  
Zapraszam wszystkie istoty jako gości,  
Abyście osiągnęły wyzwolenie z koła cierpienia.

*Tłumaczenie pieśni na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2016.*

#### **5. Modlitwa o szybką podróż do czystej krainy**

Panie Wielkiego Współczucia  
Proszę, prowadź mojego ojca i matkę,  
Moich bliskich, przyjaciół, wrogów i wszystkie czujące istoty  
Do zachodniego raju Sukhavati } x 2

(Recytuj OM MANI PADME HUM)

Panie Wielkiego Współczucia,  
Wszystkie istoty są moimi przyjaciółmi i rodziną  
Proszę, prowadź moich przyjaciół i rodzinę, każdą jedną czującą istotę,  
To zachodniego raju Sukhavati } x 2

(Recytuj OM MANI PADME HUM)

Panie Wielkiego Współczucia,  
Wszystkie istoty były moimi życzliwymi rodzicami.

Proszę prowadź moich życzliwych rodziców, wszystkie czujące istoty,  
Do zachodniego raju Sukhavati } x 2

(Recytuj OM MANI PADME HUM)

*Zaśpiewane przez Dechena Rangdrola w 2004 r. w Dechen Chöling we Francji.*

*Przetłumaczone i zaaranżowane przez Ariego Goldfielda i Jima Scotta.*

## **6. Cytat z Trzydziestu Siedmiu praktyk Bodhisattwy**

Wszelkie cierpienie pochodzi z pragnienia swojego własnego szczęścia.  
Doskonali Buddowie wyłaniają się z intencji niesienia pożytku innym.  
Dlatego też, szczerze zamieniać swoje własne szczęście  
Na cierpienia innych jest praktyką Bodhisattwy.

*Skomponowane przez Ngulchu Thogme. Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2020.*

## **7. Cytat z Modlitwy Dążenia do Mahamudry**

Z falami myśli, powszednich i subtelnych, uspokojonych we własnej podstawie,  
Rzeka umysłu ustaje naturalnie w nieporuszonej rozległości umysłu,  
A grzęzawisko, mroczności, tępoty i odrętwienia odeszło  
Oby ocean siamathy pozostawał nieporuszony, nierozproszony.

*Skomponowane przez Karmapę Rangdziunga Dordże. Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski.*

## **8. Znaczenie poglądu**

Praktykujący, który medytuje bez poglądu,  
Do kogo taki medytujący może być porównany?

Do niewidomego od urodzenia,  
Błądzącego po pustkowiach i bezdrożach.

*Tłumaczenie pieśni na j. polski Tomasz Szczygielski, KDCL 2015.*

## **9. Słuchanie, rozmyślanie i medytowanie - dążenie**

Na początku, gdy poprzez słuchanie przecinamy się przez nasze nałożenia,  
Obyśmy nie dali się zwieść stronniczym myślom o przyjaciółach i o wrogach;  
Obyśmy nie podążali ślepo za innymi ani nie wypowiedali słów bez podstaw;  
Niechaj wzrasta nasza wiedza o prawdziwej naturze rzeczywistości.

W międzyczasie, gdy zyskuje się pewność dzięki rozmyślaniu,  
Obyśmy nie dali się zwieść myślom, że każdy pojawiający się obiekt i etykieta są tym samym;  
Niech nasze analizy nie wiążą naszego strumienia umysłu,  
Obyśmy uzyskali pewność co do prawdziwej natury, którą jest równość.

Na koniec, gdy zamieniamy to wszystko w doświadczenie - w medytacji,  
Obyśmy nie dali się zwieść zewnętrznemu rozproszeniu postrzegającego  
i postrzeganego;  
Wewnątrz nie dajmy się skrępować myślom o dowodach i obaleniach,  
Ale pozwólmy sobie spocząć w pierwotnym stanie, relaksując się naturalnie.

*Skomponowane przez Khenpo Tsultrima Gyamtso Rinpoczego. Tłumaczenie i aranżacja: Jim Scott.*

## **10. Król Łabędzi**

Król łabędzi rozpościera swoje wielkie białe skrzydła  
Względne i ostateczne,  
Wychowując potomstwo w godnym szyku,  
Uporządkowane jego szeregi podążają za łabędziami.

Unoszone wiatrem doskonałości,  
Z wielką mocą wytyczają własną drogę  
Przez ocean właściwości Zwycięzców  
Do swego najdalszego brzegu, najwyższej doskonałości.

*Skomponowane przez Chandrakirtiego. Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott.*

*Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2021*

## **11. Pochwała Nagardżuny**

Tak jak przepowiedział Nauczyciel, Doskonały Budda, ,  
Rozpuściłeś wszelkie spekulacje  
I opisałeś wolność od skrajności.  
Przed Tobą skłaniam się.

Wszystkie zjawiska w samsarze i nirwanie -  
Kiedy jesteśmy pomieszani i nie analizujemy, wydają się być prawdziwe,  
Ale kiedy logicznie badamy, nawet najmniejsza rzecz nie jest postrzegana,  
A kiedy analizowana dogłębnie, jest poza wszelkimi koncepcjami.  
To jest Twoja nauka.

Obraz słońca oświetlającego rozległość bezchmurnego nieba  
na powierzchni gładkiego niebieskiego jeziora, lśni tak żywo.  
Podobnie wszystkie zjawiska jako jedynie współzależne przejawiania.  
Lśniące słońce mądrości zabłyśnij dzisiaj!

Z ustronnego odosobnienia, pięknych, spokojnych wysokości,  
Wspaniałych Południowych Szczytów Lho Chok Pal-kyi Ri  
Jawiąca się acz pusta, iluzoryczna osoba  
Zaśpiewała te dźwięki nierozdzielne z pustką.

*Tłumaczenie: Ari Goldfield. Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2021*

## **12. Głębokie Ostateczne Znaczenie**

zaśpiewane na Śnieżnej Skale przez Milarepę

Umysłowi, który wyćwiczył pogląd, pustka zaświtała.  
W widzianej zawartości, nawet jeden atom nie istnieje,  
A postrzegający i postrzegane, oczyszcza się, aż do zaniku.  
Ten sposób urzeczywistniania poglądu działa całkiem dobrze.

Kiedy medytacja jest przepływem rzeki czystego światła,  
Wtedy nie ma potrzeby podziału na sesje i przerwy,  
A medytujący i obiekt oczyszczają się, aż do zaniku.  
To samo serce medytacji i bije całkiem dobrze.

Kiedy jesteś pewien, że pracą prowadzenia się jest przejrzyste światło  
I jesteś pewien, że współzależność jest pustką,  
A działający i działanie, oczyszcza się, aż do zaniku.  
Ten sposób pracy z prowadzeniem się, działa całkiem dobrze.

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, KDC, 2020*

## **13. Pieśń Prasangiki**

Zdobycie nawyku pustki,  
Jest sposobem przełamania nawyku materialności rzeczy,  
Ale nawyk rozwiniętego myślenia o nich jako nicości  
Wcześniej czy później musi być porzucony także.

[: Ponieważ nie są prawdziwe, to nie są puste;  
Ponieważ nie ma rzeczy, to nie ma nie-rzeczy  
Wolny od wymyślenia, w czystym istnieniu,



Zwyczajnie zrelaksuj się bez punktu odniesienia:]

W chwili, kiedy nie ma zarówno rzeczy jak i nie-rzeczy,  
Zajmij miejsce przed umysłem.

W takiej chwili nie ma zaprojektowanego wyobrażenia -  
Brak punktu odniesienia jest doskonały spokój.

[: Ponieważ

Będąc takim, nie ma czegoś takiego jak wstrzymanie,  
Nie ma też takiej rzeczy jak istnienie rzeczy;  
I dlatego właśnie, nie ma tych wszystkich istot,  
Kogokolwiek, kto by się narodził albo kiedykolwiek zniknął.

[: Ponieważ

Tak więc wędrowcy, podobni istotom ze snów, kim oni są?  
Poddani analizie, są jak drzewo bananowca.  
Nie można dokonać ostatecznego rozróżnienia  
Pomiędzy przekroczeniem nieszczęścia czy też nie.

[: Ponieważ

Jeśli rzeczy same w sobie w ten sposób są puste,  
Co więc jest do zdobycia a co do stracenia?  
I kto taki może zaproponować ci swe wsparcie?  
A kto tak naprawdę może cię poniżyć?  
Skąd mogłyby rozwijać się szczęśliwe i bolesne stany?  
I gdzie jest to, co schlebia, a gdzie to co zawstydzia?

[: Ponieważ

Cokolwiek świadomość widzi czy słyszy  
To nie jest tym, co należy zatrzymać.  
Tym, co sprawia, że istoty cierpią,  
Jest myśl o prawdziwym istnieniu i ją trzeba porzucić.

[: Ponieważ

Umysł uposażony w obiekt skupienia  
uspokoi się do pewnego stopnia,  
Ale umysł nie połączony z pustką  
Znajdzie podstawę ustania zagubioną w narodzinach,  
Jak w równowadze pozbawionej pojęć -  
I dlatego właśnie medytujemy nad pustką.

[: Ponieważ

Oby spadające krople deszczu mojego zadowolenia  
Zstępując łaskawie z obłoków zasługi,  
Pewnego dnia uspokoiły bolesne męki  
I schłodziły palący ogień ich bólu.

[: Ponieważ

Oby zasługa, tak pieczołowicie nagromadzona  
W sposób wolny od obiektów skupienia,  
Doprowadzała mnie kiedyś do uczenia pustki  
Tych wszystkich, którzy zagubili się na obiektach skupiania.

[: Ponieważ nie są prawdziwe, to nie są puste;  
Ponieważ nie ma rzeczy, to nie ma nie-rzeczy  
Wolny od wymyślania, w czystym istnieniu,  
Zwyczajnie zrelaksuj się bez punktu odniesienia:]

*Z Bodhicaryavataru Shantidevy. Tłumaczenie i aranżacja: Jim Scott.*

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, KDC, 2020*

#### **14. Z Sutry Szlachetnego Zbioru**

Wiedzieć, że pięć skandh jest jak złudzenie

Nie oddzielać iluzji od skandh

Wolność od myślenia, że cokolwiek jest rzeczywiste -

To jest postępowanie doskonałej mądrości w najlepszym wydaniu!

#### **15. Z Sutry Króla Samadhi**

Wszelkie obrazki wyczarowane przez maga:

Konie, słonie i rydwany w jego iluzjach,

Cokolwiek może się tam pojawić, wiedz, że nic nie jest prawdziwe

I tak samo jest ze wszystkim, co jest!

*Pod przewodnictwem Khenpo Tsultrima Gyamtso Rinpocheho przełożone przez Ariego Goldfielda.*

#### **16. Cytat z Zasadniczej Mądrości Środkowej Ścieżki Nagardżuny**

Jak sen, jak złudzenie,

Jak miasto Gandarwów

Tak narodziny i tak też życie

Tak też śmierć są przedstawione.

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012.*

#### **17. Z Wejścia na Środkową drogę Chandrakirtiego**

Są dwa sposoby patrzenia na każdą rzecz,  
Doskonały sposób i fałszywy sposób,  
Więc każda rzecz, jaką kiedykolwiek można znaleźć

Zawiera w sobie dwie natury.  
A co dostrzega doskonałe widzenie?  
Widzi takosć wszystkich rzeczy.  
A fałszywe widzenie widzi prawdę względną,  
Tak powiedział doskonały Budda.

## **18. Patrzyć i Znajdować**

Nie tylko buddowie trzech czasów nie odnaleźli ich,  
Także nie znaleźli ich urzeczywistnieni mistrzowie!  
Nie odnaleźli jaźni ani prawdziwych zjawisk,  
Tak więc spocznij odprężony, kiedy żadnego z nich nie odnajdziesz.  
Nie zrażaj się, jeśli także ich nie odnalazłeś;  
Nieznalezienie ich – to najlepsza rzecz, jaką możesz znaleźć.

*Tłumaczenie na j. polski Tomasz Szczygielski, KDC 2016.*

## **19. Pomyślność, która rozświetla wszechświat**

Namo Guru Hasa Vajra Ye!

Widzisz, że wszystko w samsarze i w nirwanie,  
Jest jedynie współzależnie powstałe.  
Widzisz dharmatę, prawdziwe istnienie  
Będące esencją wszelkiego współzależnego powstawania,  
Moc twego wielkiego wglądu

Wypełnia wszechświat pomyślnym blaskiem

Ty wielki Shepa Dorje,

Wzejdź proszę w mym sercu.

Natura samej podstawy wykracza poza konceptualność,

I jak odbicie księżycy w wodzie, zjawiska jawią się współzależnie.

Oby każdy rozpoznał, iż jest to prawdą

I rozproszył ciemność powodowaną przez wątpliwości i błędne poglądy

I oby urzeczywistnili pomyślność,

Rozświetlającą cały wszechświat.

Wizja twojej mądrości jest niezwykła

Widzisz jakimi rzeczy są, widzisz wszystko.

Tak jak rodzice kochają własne dzieci, ty kochasz wszystkie czujące istoty,  
przynosisz dobrostan i szczęście.

Twoja moc z wrogów czyni uczniów,

Oby Twoja pomyślność rozświetlała wszechświat.

Dla przyczyny samsary, Ignięcia do "ja" i "moje",

Dharma urzeczywistniająca brak jaźni jest wielkim lekarstwem.

Oby wszystkie istoty zażyły go celem uspokojenia

Swych pomieszanych wierzeń, że jest jakieś "ja,

I wskutek mocy tego wielkiego wydarzenia,

Oby Twoja pomyślność rozświetlała wszechświat.

Ścieżki zwyczajnych istot, które pozostawiłeś.

Szlachetni, którzy rozpoznali rzeczywistość, prawdziwą naturę umysłu

Obyś poprowadził wszystkie czujące istoty,

Które jeszcze nie weszły na ścieżkę spokoju

I wskutek tego, oby pomyślność

Rozświetliła cały wszechświat

Oby jidamy, które obdarzają siddhi  
I oby obrońcy, którzy usuwają przeszkody  
Usunęli wszystkie szkodliwe warunki,  
Wszystko co jest przeszkodą na ścieżce  
I wskutek tego, oby pomyślność  
Rozświetliła cały wszechświat.

Oby szlachetna ścieżka niekrzywdzenia  
Rozkwitła we wszystkich światach.  
Kiedy istoty spotykają się i współdziałają,  
Oby tworzone przez nie związki były pełne miłości  
I wskutek tego, oby pomyślność  
Rozświetliła cały wszechświat

W tym dwudziestym pierwszym wieku,  
W okresie dobrobytu,  
Oby walka o bogactwo i zyski  
Zanikła i nigdy nie wróciła.  
Wolni od walki i przemocy  
Oby wszyscy radowali się wielką obfitością  
I wskutek tego, oby pomyślność  
Rozświetliła cały wszechświat.

W tym dwudziestym pierwszym wieku,  
Nauka rozwinęła się nieprawdopodobnie,  
Niezwykłe i wspaniałe są nowe maszyny,  
Dostarczyły boskich doznań istotom ludzkim.  
Oby były używane one z najwyższą zręcznością,  
By położyć kres przemocy i zaprowadzić pokój

I wskutek tego, oby pomyślność  
Rozświetliła cały wszechświat.

Oby nauka badająca zewnętrzne,  
Zjednoczyła się z nauką wnętrza umysłu  
I doskonały wyczerpały one  
Błędne poglądy i pomieszania  
I wskutek tego, oby pomyślność  
Rozświetliła cały wszechświat.

Źródłem wszelkiej pomyślności,  
Jest natura umysłu, tak świetlista!  
Tak więc oby urzeczywistnienie umysłu, takie jakim on jest,  
Rozświetliło wszechświat doskonałą pomyślnością!

Wskutek tych pomyślności,  
Wszędzie tam, gdzie jaśnieje jego blask,  
z miłością i współczuciem,  
Czyniącymi umysł bodhiczitty najwyższym,  
Oby myśl ta pojawiła się u wszystkich:  
“Szczęście innych ludzi jest tak samo ważne, jak moje własne”  
I oby doskonała cnota i pomyślność  
Zawsze wzrastała, nigdy nie słabła!

*Wypowiedziane przez Khenpo Tsultrima Gyatso Rinpczego. Przetłumaczone przez Ariego Goldfilda.*

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, KDC, 2021*

## **20. Osiem Rodzajów Mistrzostwa**

Nierozdzielanie zjawisk i pustki

To mistrzostwo poglądu

Nierozdzielanie jawy i snów

To mistrzostwo medytacji

Nierozdzielanie błogości i pustki

To mistrzostwo postępowania

Nierozdzielanie teraz i potem

To mistrzostwo ich natury

Nierozdzielanie umysłu i przestrzeni

To dharmakaja taka, jaka jest

Nierozdzielanie przyjemności i bólu

To mistrzostwo instrukcji

Nierozdzielanie splamień i mądrości

To mistrzostwo urzeczywistnienia

Nierozdzielanie własnego umysłu i umysłu buddy

To pełnia owocu ścieżki

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, KDC, 2005*

## **21. Dedykacja Nagardżuny**

Obyśmy zręcznie dosiadali konia znakomitości

I prowadzili go uzdą modlitwy aspiracji

Ponagląjąc do tego batem sumienności

Abyśmy dotarli do krainy wyzwolenia.

Pod przewodnictwem Drubpon Khenpo Lodro Namgyal, przetłumaczone i zaaranżowane przez Jima Scotta.

## **22. Bezstronna modlitwa dążenia**



Wy, wszystkie istoty, z którymi mam dobre i złe związki,  
Jak tylko opuścicie to pomieszane istnienie,  
Obyście odrodziły się w zachodniej krainie Sukhavati,  
A po narodzinach dokończyły ścieżki i poziomy.

*Skomponował Khenpo Cultrim Gjamco Rinpocze, 29 sierpnia, 1999. Tłumaczenie i aranżacja Jim i Birgit Scott.  
Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012.*

### **23. Dedykacja Milarepy**

Obyśmy żyli długo i nie chorowali,  
Radowali się wolnością, zasobami i szczęściem,  
A w następnym życiu, spotkali się w czystej krainie,  
Obyśmy zawsze praktykowali Dharmę i przynosili pożytek istotom.

*Zaśpiewane przez Milarepę w Rag-ma dla darczyńcy przynoszącego mu drewno, campę i wełnę. Pod kierunkiem  
Deczena Rangdrola przetłumaczone przez Ariego Goldfielda,*

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012*

### **24. Przyjaciele**

Pieśń o tych, którzy są pełni miłości, ale wolni od przywiązania

Przyjaciele to puste formy, jak odbicie księżyca w wodzie,  
Myślenie o nich jak o prawdziwie istniejących,  
Powoduje tylko powiększenie cierpienia.  
Świadomość, że są pustymi formami, jak odbicie księżyca w wodzie,  
Powoduje powiększenie samadhi podobnego iluzji.  
Współczucie wolne od lgnięcia będzie wzrastać,  
Pogląd wolny od punktów odniesienia będzie także wzrastać  
I medytacja wolna od fiksacji,  
I postępowanie wolne od działającego i działania będzie wzrastać,

I inne wspaniałości podobnie, głównie te najwspanialsze!

*Skomponował Khenpo Cultrim Gjamco Rinpoczego, Marpa House, Anglia, Sierpień 1997. Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott. Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012*

## **25. Samopojawiające się złudzenie**

Wszystkie te formy, puste przejawienia  
Są ja tęcza ze swoją świetlistą poświatą  
W bogactwie pustych przejawień  
Puść to i idź tam, gdzie umysł nie sięga

Wszystkie dźwięki są dźwiękiem i pustką  
Są jak dźwięk echa w oddali  
W bogactwie dźwięków i pustki  
Puść to i idź tam, gdzie umysł nie sięga

Wszystkie uczucia są błogością i pustką  
Przekraczają możliwości określeń werbalnych  
W bogactwie błogości i pustki  
Puść to i idź tam, gdzie umysł nie sięga

Wszystkie świadomości są świadomością i pustką  
Przekraczają możliwości poznania mentalnego  
W bogactwie świadomości i pustki  
Puść to i idź tam, gdzie umysł nie sięga

*Skomponował Khenpo Cultrim Gjamco Rinpocze w Ogrodzie Tłumaczeń w pobliżu Boudhanath stupa w Nepalu. Tłumaczenie i aranżacja Jim Scott, Marzec 1998 Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012.*

## **26. Modlitwa o długie życie Khenczena Cultrima Gjamco Rinpoczego**

Ty, który błyszczysz i promieniujesz mądrą zręcznością,  
Ty, który jesteś żywną glebą doskonałych właściwości,  
Manifestujesz oceany Dharmy, przejrzyście i zrozumiale w każdym aspekcie,  
Muzyka Twoich pieśni rozbrzmiewa w dziesięciu kierunkach,  
Śpiewasz pieśni o głębi znaczenia poglądu i medytacji,  
Prawdziwy przyjacielu duchowy, oby stopy Twoje wiecznie tańczyły,  
Błagamy Cię, pozostań z nami na zawsze.

*Tę pieśń długiego życia Khenpo Cultrima Gjamco Rinpoczego, niezrównanego duchowego przyjaciela, napisałem z własnego oddania do tego prawdziwego mistrza, a także w odpowiedzi na powtarzane życzenia od wielu grup jego wschodnich uczniów, którzy posiadli klejnot oddania. Na najwyższym piętrze klasztoru Gjuto w szlachetnych kraju Indiach, ten szczęśliwiec, który otrzymał uzdrawiającą esencję jego doskonałych nauk, Karmapa Orgjen Trinle Palden Wangi Dorje, skomponował tę modlitwę z czystym umysłem. Oby to dążenie spełniło się dokładnie tak jak zostało wyrażone. Na prośbę, z głębi serca płynącą, Dzogczena Ponlopa Rinpoczego, tłumaczenie i aranżacja Jim Scott; Warszawa, Polska 10 października, 2010.*

*Tłumaczenie na j. polski: Tomasz Szczygielski, Warszawa, 2012*

## **28. Modlitwa długowieczności skupionych chmur błogosławieństw dla Jima Scotta**

Wielki Amitayusie, który wyprowadzisz nas z samsary,  
ratując tych, którzy cierpią bez schronienia.  
Pogromco wszelkiej przedwczesnej śmierci,  
kłaniamy się Buddzie Bezgranicznego Życia.

Długa mantra:

**Om namo bhagawate / aparamita ayurjana subinitsita tedzo radzaya /  
tathagataya / arhate samyak sambudhaya / teyatha / Om punye punye  
mahapunye / aparimita punye / aparimita punye jana sambharo patsite / Om  
sawa samskara parishuddha dharmate gagana samudgate sobhawa  
bishuddhe mahanaya paiware svaha**

Krótką mantra:

**Om a mahrani dziwentiye svaha**

[Recytuj jak najwięcej, a następnie:]

Błagamy Protektora Amitayusa,

który obdarza siddhi długowieczności:

Proszę, udziel błogosławieństw za dobre, spokojne życie Jima,  
mistrza dwóch języków, o oczach jasnych od wglądu.

Dawczyni życia, z szeroko otwartymi oczami współczucia, bogini Biała Taro,  
kole spełniający życzenia, modlimy się do Ciebie:

Podaruj Lotsawie, który propaguje nauki,  
życie wartości kalpy.

Bogini mądrości, która daje najwyższe życie,  
modlimy się u Twych stóp, zwycięska Namgyalmo:

Błogosław mówcę Dharmy w dwóch językach,  
źródło pożytku i radości, esencjo Vajry.

## II. ANALIZY – JAK SZUKAĆ WSPÓŁCZUCIA

### 1. Latarnia Mądrości: Badanie dwóch rodzajów braku jaźni

Przed niezrównanym Nauczycielem, doskonałym Buddą,

Panem wybornej mądrości, szlachetnym Mandziuśrim i wszystkimi innymi,

Przed dzierżawcami, linii ostatecznego znaczenia, kłaniam się.

I wyjaśnię pokrótce stopniową medytację nad nie jaźnią. (1)

Pięć zbiorów nie są jaźnią osobową:

Nie ma jaźni będącej tym samym co zbiory

I nie ma jaźni istniejącej oddzielnie od zbiorów.

Jaźń nie posiada pięciu zbiorów.

A zbiory nie polegają na jaźni a także jaźń nie polega na zbiorach. (2)

Wszystkie zjawiska zewnętrzne i wewnętrzne nie mają esencji,  
Ponieważ przekraczają one skrajności pojedynczości i wielości,  
Ponieważ nie powstają one z żadnej z czterech skrajności,  
I ponieważ są jedynie współzależnie powstającymi zjawiskami, tylko się  
przejawiając,  
Tak więc są jak sen, odbicie księżyca w wodzie, jak tęcza. (3)

Z powodu nie bycia pojedynczością czy wielością  
W tym co postrzegane, niepodzielne cząsteczki nie istnieją  
I niepodzielne chwile świadomości nie istnieją.  
Dlatego też, jeśli nie istnieje pojedynczość to jak wielość może istnieć?  
Zjawiska są puste własnej natury, jak odbicie księżyca w wodzie. (4)

Gdyby rzeczy powstawały same z siebie,  
To powstawanie byłoby zarówno bez sensu jak i nieskończone.  
Gdyby rzeczy powstawały z czegoś innego niż one same,  
To przyczyna i nie przyczyna byłyby równoważne.  
Rzeczy nie powstają zarówno z siebie jak i czegoś innego od siebie,  
Z powodu (wyrażonej powyżej) błędności obu tych stanowisk.  
Pogląd, że rzeczy powstają bez przyczyny jest niewiarygodnie błędny,  
Bo jeśli by tak było, to albo zawsze by istniały albo nigdy by nie istniały  
I cały wysiłek na świecie byłby daremny. (5)

Ponieważ samsara i nirwana istnieją zależnie,  
Ponieważ rzeczy i nie-rzeczy istnieją zależnie,  
I ponieważ istnienie, nieistnienie, itd. istnieją zależnie,  
Wszystkie zjawiska są nierozróżnialnym pustym przejawieniem jak księżyc na  
wodzie. (6)

Dlaczego koniecznym jest medytować nad brakiem osobowej nie-jaźni?

Ponieważ korzeniem samsary jest lgnięcie do jaźni,  
I poza lekarstwem na nie, nie-jaźnią,  
Nie znajdziesz żadnej rzeczy, która przeczy temu. (7)

A dlaczego medytować nad brakiem tożsamości zjawisk?  
Lgnięcie do rzeczy jako będących prawdziwymi, lgnięcie do cech,  
Dwoistych przejawień, itd. – wszelakie zaciemnienia wszechwiedzy –  
Pokonane są przez ich przeciwieństwo, brak tożsamości w zjawiskach. (8)

Kiedy medytujesz nad dwoma rodzajami nie-jaźni w ten sposób  
Ale nie wplatasz tego we współczujący umysł bodhicitty,  
To nie jest to ścieżka Mahajany.  
Tak więc pobudzaj swą względną bodhicittę, aby wzrastała jak wschodzący księżyc! (9)

Cała zasługa nagromadzona wysiłkiem,  
Jeśli nie dedykowana doskonałemu oświeceniu,  
Zostanie zniszczona przez gniew, itp.  
Tak więc pieczętuj tę zasługę z dedykacją bez punktów odniesienia, raz po raz. (10)

Modlitwy dążenia następujące po dedykacji:

“Modłę się by przynosić pożytek wszystkim czującym istotom, włączając własnych wrogów,

Obym odradzał się jako zwierzęta, ludzie, bogowie, pół-bogowie, i w innych światach także

W różnych wcieleniach obym poskramiał istoty”. (11)

Poprzez moc doprowadzenia do doskonałości dwóch nagromadzeń w ten sposób,  
Oby wszystkie istoty były przepelnione wzajemną miłością,  
Niech radują się spokojnym bogactwem, bez waśni,  
I wskutek tego oby pomyślność rozświetlała cały wszechświat! (12)

*Skomponowane spontanicznie w Kagyu Thubten Chöling, Wappingers Falls, New York, 18 października 1998 r., przez tego, którego zwaą "Khenpo", Cultrim Gjamco. Tłumaczenie Ari Goldfield. Tłumaczenie na j. polski: T. Szczygielski, KDC 10.2020. Konsultacje językowe: S. Grąziowski.*

## **2. Badanie Jaźni i Zjawisk**

### **fragment strof z 18 Podstawowej Nauki Środkowej Ścieżki Nagarzduny**

Jeśli byłoby tak, że jaźń byłaby zbiorami,  
To byłaby podatna na narodziny i rozpad.  
Jeśli byłaby czymś innym niż zbiory,  
To nie miałyby własności zbiorów. (1)

A jeśli nie ma prawdziwego istnienia „mnie”,  
To jak może istnieć cokolwiek „mojego”?  
Kiedy „ja” i „moje” zostają w pełni uciszone,  
To Ignięcie do „ja” i „moje” jest likwidowane. (2)

Ten, dla którego nie ma „ja” i „moje” Nie jest także kimś, kto istnieje  
Sam ten kto widzi egzystencję jako wolną od  
„Ja” i „moje” - jako wyobrażonych – nie widzi „ja”. (3)

Kiedy domniemanie, że „ja” jest wewnętrzne,  
A „moje” jest zewnętrzne”, zostało poniechane,  
Wtedy to, co zostało kompulsywnie przyjęte  
Zakończy się, a wraz z tym narodziny ustaną także. (4)

Zanik karmy i klesy jest wyzwoleniem.  
Działania karmiczne i klesie pochodzą z myśli.  
Te pochodzą z wyobrażenia; wymyślanie  
W pełni wyczerpuje się poprzez pustkę. (5)

Nie tylko że nauczał, „Jest jaźń”,  
Czasami nauczał także, „Nie ma jaźni”.  
Lecz buddowie uczą także całkowitej nieobecności  
Zarówno jaźni jak i jej braku. (6)

Niepoznawalna przez innych; jest spokojem;  
Nie może być wymyślona poprzez wymyślanie;  
Nie jest myślą i nie ma rozróżniających funkcji;  
Takie są unikalne cechy tej natury, tak wyjątkowej. (9)

### **3. Ozdoba Myśli Mistrza Nagardżuny, które objaśniają Prawdziwą Naturę** - komentarz Ju Miphama do „Podstawowej Nauki Środkowej Drogi”

Komentarz do tego rozdziału znajduje się w sutrach w słowach odnoszących się do pustki „ja” i „moje”. Nasz komentarz do nich jest następujący.

Jeśli wykonujący działania karmiczne, a także twórca splamionych stanów umysłu (kleshi) itd., które pojawiają się niedojrzałym istotom, są tak samo błędne jak miasta gandarów, itp. w nie byciu prawdziwą naturą rzeczy, to z czego w takim razie ta prawdziwa natura się składa i jak powinno się do niej podchodzić? Poprzez nie branie zewnętrznych i wewnętrznych rzeczy jako obiektywnie istniejących punktów skupienia, wiązanie z nimi idei „ja” i „moje” we wszelkich formach (stopniowo) wyczerpuje się. Ta (wolność od „ja” i „moje”) jest prawdziwą naturą. Osiąga się to poprzez wiedzę, że wszystkie błędy i niedoskonałości wywodzą się z poglądów odnośnie zbiorów przejściowych.

#### **1. OBALENIE „JA” I „MOJE”**

Buddhapalita zauważył, że przedstawienie prawdziwej natury, tak jak ma to miejsce w osiemnastym rozdziale, może być nazwane sercem całego tego tekstu. Badanie skierowane będzie na instynktowne poczucie „ja”, które jest postrzegane w połączeniu z instynktownym poczuciem „moje”. Czy są one tym samym czy czymś różnym od skand i gdzie mogłyby być umiejscowione?

W rozdziałach zatytułowanych „Badanie buddy”, „Badanie ognia i drewna”, itd., nasza analiza tekstu podąża zgodnie z pięcioma linijkami. Ale tutaj zostanie to skondensowane do ich esencjonalnego znaczenia i przedmiot analizy zostanie rozpatrzony z dwóch punktów widzenia.



Pierwszy z nich jest sformułowany następująco:

*Jeśli byłoby tak, że jaźń byłaby zbiorami,*

*To byłaby podatna na narodziny i rozpad.*

*Jeśli byłaby czymś innym niż zbiory,*

*To nie miałyby własności zbiorów. (1)*

Jeśli byłoby tak, że jaźń byłaby zbitką składająca się z pięciu zbiorów (skand), to jaźń byłaby także poddana powstawaniu i ustawianiu; to byłoby wiele jaźni, i nie byłoby nieodpartej siły napędzającej (jaźń) do przyjmowania (skand), ponieważ skandy i ich esencja (tzn. jaźń) byłyby nierozdzielne.

A jeśli w przeciwieństwie, jaźń byłaby czymś innym niż skandy, to wtedy w skandach nie byłoby trzech właściwości powstawania, bycia i rozpadu. Jeśli ktoś twierdzi, że tak jest, to następstwem tego byłoby, że jaźń byłaby niezłożona, ponieważ byłaby nie-rzeczą. Ponadto, niezłożone rzeczy nie mają żadnego konstytutywnego składnika, tak jak kwiat na niebie. Będąc trwałą, nie byłaby zdolna wykonywać żadnego działania jaźni, tak więc byłoby to bezsensowne.

(A co do drugiego z powyższych dwóch punktów widzenia:)

*A jeśli „ja” nie ma prawdziwego istnienia,*

*To jak może istnieć cokolwiek „mojego”?*

*Ponieważ „ja” i „moje” zostają w pełni uciszone,*

*To Ignięcie do „ja” i „moje” zostaje usunięte. (2)*

Jeśli, na tej podstawie, nie ma prawdziwego „ja” istniejącego z konstytuującą go esencją, to jak mogą istnieć skandy i tak dalej, jako moje, jeśli mogą one istnieć tylko w zależności od „ja”? Ponieważ postrzegane czynniki, „ja” i rzeczy postrzegane jako „moje”, są w swej naturze wyciszone, mówiąc wprost, nigdy nie istniały jako przedmioty postrzegania. Postrzegający je – idea Ignięcia do „mnie” i „moje” - jest skorygowana i w ten sposób usunięta.

## 2. SPOSÓB OSIĄGANIA WYZWOLENIA POPRZEZ WYCZERPANIE SIĘ FIKSACJI

Jeśli powiesz, „Jogin widzący, że nie ma „ja” i „moje” istnieje; a to jest dowodem na istnienie jaźni”, (odpowiedzią byłoby:)

*Ten, dla którego nie ma „ja” i „moje”*

*Nie jest jednakże kimś, kto istnieje*

*Sam ten, kto widzi brak istnienia*

*„Ja” i „moje” - jako wyobrażonych - nie widzi jaźni. (3)*

Ten dla kogo nie ma „ja” i „moje”, to znaczy jogin, który widzi, że one nie istnieją, nie istnieje jako ktoś kogo naturą byłoby „ja”, ponieważ nie jest możliwe jakiegokolwiek inne [osobowe] ja od „ja” i skand które właśnie zostały przeanalizowane. Stąd, sam ten jogin widzący istnienie bez „ja” i „moje” - jako wyobrażonych – widzi, że nie ma jaźni.

Joginem jest ten, dla którego nie następuje domniemanie „ja” i „moje”. Dlatego można by powiedzieć, że „jogin” widzący wszystko jako istniejące z substancjalnym składnikiem nie widziałby w rzeczy samej ostatecznej natury and nie byłby zdolny do porzucenia poglądów w relacji do zbiorów przejściowych.

Wszystkie splamione stany umysłu mają, jako swoje źródło, poglądy odnoszące się do zbiorów przejściowych. Ale ponieważ poglądy te na mają miarodajnego zastosowania, przymus przyjmowania (splamionych stanów a tym samym skand) może zostać w pełni wyczerpany. Kiedy jest to urzeczywistnione, nie ma dalszego gromadzenia karmy i z tego powodu, nie następują kolejne narodziny (wskutek przymusu karmicznego).

A dlaczego tak jest? Jest tak dlatego, że karma i klesie oraz pozostałe wywodzą się z myśli, a zatem nie istnieją immanentnie (integralnie), ponieważ takie splamione stany umysłu są jedynie ubocznym produktem myśli połączonych z mylnymi przekonaniem i pojmowaniem (zjawisk jako będących) przyjemnymi lub nieprzyjemnymi, itd.

Myśli obejmujące mylne przekonania, wytwarzane są wskutek odwiecznej nawykowości do procesu zmyślenia polegającego na silnym i upartym domniemaniu i lgnięciu jakoby istniał wiedzący i [obiekt] wiedzy, jak również, oznaczający i to co oznaczane poprzez zastosowanie takich terminów jak „waza”, „dywan”, „mężczyzna”, „kobieta”, „strata”, „zdobyc”, i tak dalej. Takie wymysły związane są z braniem rzeczy za istniejące prawdziwie. Kiedy obiekt, do którego się odnoszą postrzeżony jest jako nie-rzecz ale jako pusty, to one ustaną (pozornie będąc prawdziwymi).

Dzieje się to tak, jak byłoby w przypadku córki bezpłodnej kobiety. Ponieważ ona nie istnieje, wymyślanie idei „to jest dziewczyna” nie pojawia się. A bez tego, nie będzie błędnego wierzenia obiektywizującego ją jako będącą atrakcyjną w swej naturze albo będącą czystą i przyjemną, itp. Bez tego, żadna namiętność do niej się nie

rozwinie. A kiedy żadne z tych się nie pojawi, żadne działanie jak dotykanie jej, itd. nie będzie podejmowane.

*Kiedy domniemanie, że „ja” jest wewnętrzne*

*A „moje” jest zewnętrzne”, zostało poniechane,*

*Wtedy to, co zostało kompulsywnie przyjęte*

*Zakończy się, a wraz z tym narodziny ustaną także. (4)*

Kiedy jest się zaangażowanym w poglądy dotyczące tymczasowych zbiorów, które przyjmują, że wewnętrzne żywe skandy są „ja”, a zewnętrzne martwe skandy są „moje”. Kiedy zostaną one [poglądy] usunięte, cztery czynniki przyjmowane kompulsywnie ustają. Zawarte w tym są kompulsywnie przyjmowane pragnienia, poglądy, zafiksowanie się na własnym systemie dyscypliny uznanym za najlepszy, i twierdzenie, że jest istnieje jaźń. Ponieważ kompulsywne przyjmowanie takich czynników zostaje usunięte, rodzaje narodzin, których cechą jest przynoszenie samsarycznych istnień ustanie także.

*Zanik karmy i klesie jest wyzwoleniem.*

*Działania karmiczne i klesie pochodzą z myśli.*

*Te pochodzą z wyobrażenia; wymyślanie*

*W pełni wyczerpuje się poprzez pustkę. (5)*

Przyczyną tych (samsarycznych) rodzajów narodzin jest karma i klesie. Kiedy one ustają, to nazywane jest wyzwoleniem. Karmiczne działania i klesie pochodzą z myśli powiązanych z błędnymi przekonaniem. Te myśli, same w sobie, pochodzą z wymyślenia etykiet, które z kolei ustanawiają całą różnorodność konwencji. Co do samego procesu wymyślenia, ustaje on poprzez rzeczywiste widzenie pustki „ja” i „moje” i wszystkiego co się z tym wiąże. Wtedy nie ma miejsca dalsze branie etykiet powiązanych z obiektami – które same w sobie nie mają substancjalnej natury – jako mających obiektywne odniesienie.

Jeśli nie usunie się wszelkich form wymyślenia związanego z Igniciem do etykiet, nawet jeśli nie będzie brało się zjawisk za prawdziwie istniejące, nie zneutralizuje się myśli Ignających do takich etykiet. Stąd też, można poznać brak prawdziwego istnienia dualistycznych zjawisk, co ma miejsce w czasie równowagi medytacyjnej szlachetnych istot, lecz będzie to tylko „niekonceptualna mądrość”, która powstrzymuje się od konceptualizacji trzech sfer operowania w kategoriach prawdziwie istniejącego, a będąc jedynie tym nie wyklucza etykietowania zjawisk na różne sposoby – jako pozbawionych prawdziwego istnienia, jako będących

wewnętrzny i zewnętrzny, jako zwierający świat i jego mieszkańców i tak dalej. Tak więc, jak możliwe jest, aby było to kompletnym uspokojeniem wymyślania? Jedynym poziomem wymyślania jaki zostałby usunięty, byłaby wymyślenie prawdziwego istnienia. Ale inny wymiar, w tym przypadku, wymyślenie braku istnienia nie byłby ostatecznie usunięty. Byłoby to jak myślenie jedynie o wszystkich zjawiskach jako pozbawionych rogów królika.

Nie ma prawdziwego istnienia, ale skutek Igniecia do tego stwierdzenia przeznaczonego do odcięcia idei prawdziwego istnienia, zostaje się wplątany w wymyślenie braku prawdziwego istnienia. Wskutek tego, nie usuwa się w całości procesu wymyślania w odniesieniu do każdego zewnętrznego i wewnętrznego zjawiska, czy byłaby to waza czy cokolwiek innego.

Z tego powodu, niekonceptualna mądrość nie jest wplątana w żaden sposób w wymyślenie etykiet i dlatego jest całkowicie wolna od wymyślania, nie tylko wymyślania prawdziwego istnienia. Tak długo jak jest jakaś forma wymyślania (taka jak obalenie prawdziwego istnienia) służąca jako obiekt dyskursywnego umysłu, to nie wyklucza to Igniecia do jego przeciwieństw, ponieważ proces wymyślania we wszystkich jego formach – włączając wymyślenie przeciwnych przypadków – nie został usunięty. Znaczący to, że tworząc koncepcję braku prawdziwego istnienia, nie uniknęliśmy wymyślania koncepcji braku prawdziwego istnienia.

Kiedy nie ma jakiegokolwiek wymyślania etykiet, wtedy to jest tym do czego odnosi się bez-odniesieniowość, nie konceptualna mądrość i wolność od wymyślania. Kiedy nie ma wymyślania etykiet w odniesieniu do prawdziwej natury, to nie następują stwierdzenia w stosunku do niej i nie następuje zwracanie się ku obiektom odniesienia i skupiania się na nich. Każda próba usunięcia czegokolwiek z ostatecznej natury albo dodanie czegokolwiek do niej znacząłaby, że nadal jest się uwikłany w tworzenie stwierdzeń, ponieważ proces wymyślania nie zostałby przekroczony. Wymyślania, zawierające wymyślenie nazw i wymyślenie prawdziwego istnienia jako ich część składowa, są w ten sposób przedmiotem błędnej inteligencji. Ważnym jest, aby zrozumieć ogromną różnicę pomiędzy brakiem prawdziwego istnienia a wolnością od etykietowania.

Określające etykietowanie jest przyczyną naszego skupienia na zjawiskach jako istniejących. Kiedy to zostaje uznane jako puste, uznaje się pustkę myśli takich jak „czystych” i „nieczystych”, i nie będzie się dłużej mieć obsesji na takich zjawiskach, jak gdyby miały one esencjonalne składniki. Po ustanowieniu tego, nie będzie się dłużej schwytywanym w uznawanie jednego zjawiska po to, aby odrzucić. To dlatego ten punkt jest tak ważny.

### 3. USUNIĘCIE (POZORNYCH) SPRZECZNOŚCI W PRZEKAZIE PISANYM

Może powstać wątpliwość: Jeśli nie ma „ja” w środku i „moje” na zewnątrz, jak wyjaśniono, to czy nie ma sprzeczności w następującym stwierdzeniu Buddy:

*[Twoja postawa powinna być taka:] Ja sam jestem swoim obrońcą. Lecz inni, kogo mogliby chronić?*

*Dzięki dobremu okiełznaniu siebie samych Mędracy osiągną wyższe światy.*

Odpowiedź na ten zarzut dał sam Bhagawat mówiąc:

*Nie ma tutaj jaźni ani czujących istot.*

*A co się tyczy wszystkich tych zjawisk, to mają one przyczynę.*

Powiedział także: „Jaźń nie jest formą”. Poszukajmy, co miał na myśli mówiąc to.

*Nie tylko oznajmił, „Jest jaźń”,*

*Czasami mawiał także, „Nie ma jaźni”.*

*Jednakże buddowie nauczają także całkowitej nieobecności*

*Zarówno jaźni jak i jej nieobecności. (6)*

Nie tylko że Budda niekiedy mówił, „Ja” istnieje, wskazując na jego istnienie po to aby prowadzić utrzymujących nihilistyczne poglądy, na przykład Ciarwaków, na następny poziom. Nauczał czasem także że nie ma „ja” po to, aby poprawić tych którzy utrzymują poglądy w związku z przejściowymi zbiorami. Lecz istnieją również tacy, którzy z powodu wcześniejszych nawyków, mają najwyższe oddanie dla nauk na temat tego co głębokie i są blisko nirwany. Są oni zaawansowanymi uczniami, którzy są w stanie zrozumieć, że kiedy Potężny Mędrzec nauczał w pismach wolności od pożądania, miał na myśli coś znacznie głębszego, najgłębszą rzecz zawartą w pismach, ostateczną naturę. Takim uczniom Budda udzielił [nauk o] metodach odcięcia obydwóch wcześniejszych [błędnych stanowisk] poprzez pokazanie nieobecności zarówno „ja” lecz także braku „ja.”

W pismach jest to przedstawione następująco:

*Tak jak pogląd, w którym jest jaźń, jest niepoprawnym,*

*Podobnie, jego lekarstwo – brak jaźni – jest także niepoprawnym.*

*Tak więc, nie ma jakiejś jaźni, ani jakiejś nie-jaźni.*

W sutrach Budda naucza:

*Kaszjapo, to co zwane jest „jaźnią”, jest jedną skrajnością.*

*To co zwane jest „nie-jaźnią”, jest drugą skrajnością.*

*To jest wtedy, kiedy nie mam formy, nie ma opisu, itd.*

W Ratnamala, (Nagardżuna) powiedział, między innymi:

*Tak więc jest jaźń i brak jaźni,*

*Poprawnie zrozumiane, nie są postrzegane.*

*I dlatego Wielki Mędrzec poprawił*

*Oba poglądy o jaźni i braku jaźni.*

Dzieło zwane Jasne Słowa (Prasannapadda, Czandrakirtiego) wyjaśnia to jako przedstawiające stopniowy postęp, odpowiednio do poziomu ucznia, stopniowo od niższego do pośredniego aż do najbardziej zaawansowanego.

W ten sam sposób Arjadewa powiedział:

*Najpierw doradzał tym, którzy mieli niedostatki w zasłudze.*

*W środku, korygował on (przekonania co do) jaźni.*

*A na końcu, usunął wszystko to, na czym poglądy te są oparte.*

*Każdy, kto pojmuje to jest mądry.*

Z sutry:

*Tak jak ucząc kogoś alfabetu,*

*Wprowadza się litery w naturalnej kolejności,*

*Tak też Budda, ucząc ludzi Dharmy,*

*Przedstawiał im dokładnie to, co byli w stanie pojąć.*

W Pradźniaparamicie mówi:

*Jeśli doświadczasz czegoś co nazywasz „istniejąca jaźń”, to nie doświadczasz ponadmysłowej wiedzy. I to samo tyczy się nie-jaźni.*

*I to samo dotyczy nazywania skand pustymi.*

#### 4. PRZEDSTAWIENIE CECH DEFINIUJĄCYCH PRAWDZIWĄ NATURE

Następnie możesz zapytać: „W jaki sposób zdefiniowano przedmiot urzeczywistnienia, prawdziwą naturę?”

Już pokazano, że przekracza on myśli i wyrażenia. Niemniej jednak możesz nalegać, by cechy definiujące go opisać w słowach odpowiednich do porozumiewania się w życiu.

W takim przypadku, (jego pierwszą cechą definiującą jest to), iż nie może być zrozumiany takim, jakim jest poprzez przedstawienia dawane przez innych używających logiki i przykładów. Odpowiadałoby to komuś z zaćmą szarą „widzącym” bez zaćmy poprzez stwierdzenia, że włosów które widzą tak naprawdę tam nie ma. Nie można poprawnie urzeczywistnić przedmiotu urzeczywistnienia w ten sposób, ponieważ nie widzie się tak naprawdę tego co zostało opisane. Można jedynie zrozumieć, iż własny sposób widzenia był błędny. Kiedy choroba oczu jest usunięta, wskutek odpowiedniej operacji lekarskiej, właściwe widzenie pojawi się bezpośrednio.

W ten sam sposób, szlachetni w rzeczy samej nauczają prawdziwej natury używając nałożenia; niemniej jednak, nie może to być poznane takim jakim jest poprzez terminy, przykłady i logikę przez nich stosowaną. Przedstawione jest to w następujących strofach:

*Niepoznawalny przez innych; to jest spokojem;*

*Nie może być wymyślony poprzez wymyślanie;*

*Nie jest on myślą; i nie ma rozróżniających czynników;*

*To są jedyne w swoim rodzaju cechy natury. (9)*

(Drugą cechą definiującą jest to, że) to jest spokojem, znaczy, to że – w tym – temperament właściwy dla czterech skrajności jest z gruntu nieobecny. (Jego trzecią cechą jest to, że) nie może to być komplikowane przez wymyślanie mowy opisującej to w ten czy w inny sposób. (Jego czwartą cechą jest to, że) nie ma żadnego sposobu, aby myśl służyła jako obserwator w szczególny sposób skupiała się na

nim. Jak zostało powiedziane, jest to, co jest pozbawione wszelkiego ruchu jakichkolwiek operacji mentalnych, nie wspominając nawet o (formułowaniu) słów.

A (jego piątą jest to), ponieważ nie ma czynników rozróżniających oraz nie ma w nim wszelakich odnośników, jego cecha jest równość.

Tych pięć stanowią cechy natury tak wyjątkowej, natury jawiącej się szlachetnym. Każda następująca po sobie cecha w tym przypadku, naświetla kolejne po niej.

*Tłumaczenie na j. polski T. Szczygielski KDC; 10.2020 Konsultacja językowa: S. Grąziowski*

## **Nagrania wyjaśnień Khenpo Tsultrima Gyatso Rinpoczego**

### **Rozumowanie o minionych i przyszłych życiach**

(<http://ktgr.dscloud.me/moodle/course/view.php?id=438>)

### **Znaczenie współczucia**

(<http://ktgr.dscloud.me/moodle/course/view.php?id=441>)

### **Główne rozumowanie Swatantriki**

(<http://ktgr.dscloud.me/moodle/course/view.php?id=445>)

## **Przewodnik po Środkowej drodze - podejście autonomistów**

Jim Scott

Ogólnie mówiąc, pogląd podzielany przez wszystkie szkoły Madjhamaki (dwie szkoły Rangtong: Swatantrikę nazywaną też szkołą autonomistów i Prasangikę, szkołę konsekwencjonalistów, a także Szentong, szkołę pustki innego) jest następujący:

Co do pozornej rzeczywistości: wszystkie zjawiska są zaledwie przejawieniami produkowanymi przez współzależnie połączone przyczyny i warunki, są jak iluzje.

Prawdziwą rzeczywistością dla każdej ze szkół Środkowej drogi jest zaś zasadniczo wolność, zwana też pustką prawdziwego istnienia przejawień.

A przechodząc do konkretnych, każda szkoła na swój sposób określa dwie prawdy [względną oraz ostateczną], rozróżniając je inaczej.

*Swatantrikamadhyamika*



Oprócz powyższego wspólnego poglądu, szkoła ta twierdzi, że zjawiska istnieją względnie na mocy ich autonomicznie istniejących cech definiujących, ale ostatecznie są puste jak przestrzeń.

Ich twierdzenie o autonomicznym istnieniu cech definiujących jest równoważne stwierdzeniu, że zjawiska są rzeczami istniejącymi faktycznie. Autonomiści definiują „rzecz” jako „to co wykonuje funkcje”. Tak więc istnieje bezpośrednia równoważność pomiędzy definiującymi cechami a pełnioną funkcją.

Na przykład ogień jest definiowany jako „gorący i palący”, co oznacza, że ogień ma swoją własną (autonomiczną lub automatyczną) zdolność do podgrzewania i palenia, i są to funkcje, które spełnia ogień. A więc dla tej szkoły prawda względna jest prawdziwa w tym sensie, że istnieje autonomiczna funkcjonalność rzeczy.

Szkoła ta mówi też, że prawidłowe rozumowanie ustanawia to, czym jest ostateczna rzeczywistość. Innymi słowy, twierdzi ona, że prawidłowe rozumowanie dowodzi pustki, która jest ostateczną naturą rzeczy.

To oczywiście oznacza również: pustka ustanowiona przez tę szkołę jest początkowo koncepcją.

Ale tak, jak wyjaśnienie Swatantriki dopuszcza faktyczne istnienie rzeczy, dopuszcza ono również pustkę - koncepcję. I to jest cudowne. Na tym etapie ścieżki to dla nas idealne, ponieważ odpowiada to naszemu myśleniu o „rzeczach” i jest sposobem na zrozumienie pustki, umożliwiając nam praktykę tak długo, jak nie osiągniemy „poziomu medytacyjnego zrównoważenia szlachetnej istoty”, gdzie pustka jest doświadczana bezpośrednio, nie konceptualnie. Do tego czasu nasze rozumienie pustki jest konceptualne.

Jest to naprawdę wielka życzliwość, jaką okazuje nam podejście Swatantriki, ponieważ jesteśmy w stanie myśleć - i możemy nauczyć się myśleć - poprawnie. I właśnie w tym pomaga nam ten zestaw instrukcji.

Z tego powodu podejście Szkoły Autonomistów jest szczególnie cenne dla praktykujących na ścieżce, ponieważ pozwala nam zrobić krok, który faktycznie jesteśmy w stanie zrobić. Jesteśmy w stanie uzyskać „obraz” pustki, myśl o tym, czym ona jest, a gdy już ją mamy, możemy spocząć w niej podczas medytacji.

Jesteśmy ekspertami w tworzeniu myśli i potrafimy nie rozpraszać się poszczególnymi myślami przez jakiś czas. To nie problem! Ale bezpośrednio niekonceptualne samadhi pustki urzeczywistnionej istoty? Cóż, może jeszcze nie teraz.

Tak więc ze swojego wielkiego współczucia Szkoła Autonomistów zapewnia nam praktyczne rozwiązanie! Rozwijanie zrozumienia pustki - w oparciu o prawidłowe rozumowanie - jest W NASZYM ZASIĘGU. To jest coś, co jesteśmy w stanie zrobić.

Analityczna metoda, której naucza Swatantrika, zapewnia ten rodzaj zrozumienia. To z nim spoczywamy później w trakcie medytacji w tym, co ta szkoła nazywa

„nominalną prawdziwą rzeczywistością” - to znaczy w tym, „co jest nazywane pustką”. To nie jest błędne rozumienie pustki. To też nie jest jeszcze rzeczywista pustka. To konceptualne wytworzenie pustki, ale to właśnie możemy zrobić na tym etapie praktyki.

To gigantyczny krok naprzód z miejsca, w którym myślimy, że wszystko istnieje naprawdę!!! Centralnym punktem Stopniowej medytacji pustki jest to, że rozwijamy zrozumienie stopniowo. Rozwinięcie zrozumienia pustki w sposób przedstawiony przez Autonomistów jest jednym z kluczowych kroków. Jak więc się to robi?

Metoda jest następująca:

1) Zastosuj rozumowanie, które analizuje pojedynczość i wielość.

Spójrz na przejawienie, który się pojawia, np. na kwiat. Na początku jest myśl: to jest kwiat, czyli jedna rzecz. Ale która z rzeczy, które widzisz, jest tą pojedynczą rzeczą nazywaną "kwiatem"? Czy dostrzegasz płatki po bokach? Jeśli to one są kwiatem, to inne płatki, których nie dostrzegasz, nie są kwiatem. Czy może jest nim łodyga? Wtedy żaden z płatków nie jest kwiatem. I tak dalej...

Możesz zastosować tę samą analizę np. do stołu albo do czegokolwiek innego. Zawsze są złożone i analiza toczy się dalej.

Aby rzecz, kwiat czy cokolwiek innego, była „jedną”, nie może być części, bo części jest wiele. Części nie są jednością, a jednak wierzysz, że sama rzecz jest jedna. By tak było, kwiat musiałby być czymś, co nie jest częściami. Ale musi on posiadać części, bo inaczej nie byłoby pomiędzy nim a częściami.

Tak więc jesteśmy w dziwnej sytuacji, mówiąc, że posiadacz części musi istnieć oddzielnie od części. Ale która z tych części jest kwiatem? Czy kwiat to części, które widzisz, czy może „kwiat” to posiadacz tych części? Jeśli posiadaczem części jest jedna rzecz, która jest kwiatem, musiałaby ona istnieć gdzie indziej, ponieważ nie byłaby częściami. Musiałby istnieć gdzieś obok. Ale nigdzie nie można zaobserwować takiej rzeczy istniejącej oddzielnie od jej części. I rzeczywiście, nie miałoby to większego sensu!

Stąd bierze się słuszny wniosek: to, co jest obserwowane, nie jest pojedyncze. Przekracza ono bycie jednym. Albo możemy powiedzieć, że jest „poza byciem jednym”.

Wróćmy jeszcze do wielu części. Czy wykazują one pojedynczość czy też wielość?

Możemy tutaj zwrócić uwagę, że kiedy mówimy, że wiele części tworzy jedną całość, mamy na myśli zbiór części.

AH! Dziękuję ci. Właśnie pomogłeś coś udowodnić.

Błędną ideą, której się trzymamy, jest koncepcja, że zasadniczo istniejące części składają się na zasadniczo istniejącą całość. Jednak nie ma substancjalnie istniejącego zbioru części. Taka kolekcja jest uogólnieniem wielu części w jedną. Ale to tylko koncepcja. Zbiór istnieje tylko jako koncepcja. Pomiedzy częściami nie można znaleźć żadnej istniejącej faktycznie jedności. Tak jest np. z trawnikiem.

Konceptualnie myślimy o nim jak o pojedynczym trawniku, ale gdy mu się przyjrzyysz znajdziesz wiele źdźbeł trawy "gdzieś tam".

Możesz wtedy powiedzieć: „Cóż, przynajmniej pojedyncze źdźbła trawy są pojedyncze”. Ups! Która pojedyncza część źdźbła jest jednym źdźbłem trawy, o którym mówisz? Wróciliśmy do pierwszej części analizy, gdy jedność została obalona.

Po zbadaniu nigdzie we wszechświecie nie można znaleźć faktycznie istniejącej jedności. Nawet słowo „wszechświat”, które z grubsza przetłumaczone oznacza „jeden świat”, stosuje się tylko jako konwencję, wygodny sposób odwoływania się do wielu części.

Właściwie nie ma czegoś takiego jak „jeden świat”.

Ponieważ teraz już wiemy, że jedność jest tylko koncepcją, a nie rzeczą jako taką, wróćmy do wielu części.

Kiedy weźmiemy którąkolwiek z części i zapytamy, czy jest ona jednością czy też wielością, okazuje się, że ona też ma części, a analiza prowadzi nas do tego samego wniosku. Nie znajdujemy pojedynczej rzeczy w żadnej części, która byłaby jedna. Z tego powodu części nie ma też wiele. Nie ma jednostki, z której można by je zbudować.

Jeden i wiele to po prostu przejawienia - puste tego, czym jawią się być. Gdy nie analizujemy przejawień starannie, one wydają się istnieć substancjalnie. Po analizie okazują się "być poza oboma: jednością i wielością."

Inny sposób, w jaki mówią to autonomiści: zjawiska są pozbawione rzeczywistej istoty lub istotnej treści.

Tak sprzeczność się dopełnia. Relatywnie, mówią oni, rzeczy istnieją faktycznie, ale po analizie okazuje się, że są pozbawione jakiegokolwiek substancji, tak jak przestrzeń. Przestrzeń jest doskonałym przykładem zjawiska pozbawionego jedności i wielości a zatem pozbawionego faktycznej zawartości.

Kto popełnia błąd, myśląc, że rzeczy są pojedyncze lub złożone? To my. Myśliliśmy, że są one rzeczywiste, że istnieją wraz ze swoimi własnymi cechami charakteryzującymi, a zatem pełnią rzeczywiste funkcje i mają zasadniczą treść, z której wykonane są części. Autonomiści formułują to jasno (czego my zwykle nie robimy!).

Do tego momentu analizowaliśmy pojedynczość i wielość w ogólny sposób. W kontekście słuchania, rozmyślania i medytowania było to to, co odnosi się do rozmyślania.

Nasza uwaga skierowana jest tu na zewnątrz w kierunku kwiatów, stołów i wszechświatów. Ujawniają się błędy w naszym zagmatwanym sposobie myślenia o nich jak o prawdziwie istniejących. Umożliwia nam to stopniowe przewyżczenie naszego pogmatwanego doświadczenia świata.

Nazywa się to "wiedzą wynikającą z rozmyślania".

2) To prowadzi nas do kolejnego kroku - medytacji.

Ma ona dwie części: medytację analityczną oraz spoczywania.

#### A. Medytacja analityczna

Tutaj stosujemy analizę nie tylko kierując się na zewnątrz w ogólny sposób. Skierujmy teraz naszą uwagę do wewnątrz, czyli w stronę naszego osobistego doświadczenia. Na przykład naszego doświadczenia ciała (własnego lub czyjegoś). Aby przeanalizować doświadczenie cielesne, zadaj sobie pytanie, czy to ciało jest jednością czy wielością? Kiedy patrzysz, widzisz części.

Która część to ciało?

Ponieważ żadna część nie jest ciałem, tak naprawdę nigdy nie widzisz „ciała”. Zastosuj do niego ten sam sposób badania jak do rzeczy np. do kwiatu, a zobaczysz, że nikt nigdy nie widział ciała - własnego lub czyjegoś. Tylko części. Te części są uogólnianiem w pojedynczość.

Umysł konceptualny postrzega swoją koncepcję ciała jako jednego, ale świadomość wzrokowa nigdy nie widzi jedności tylko wiele części.

Ta analityczna medytacja rodzi pewność, że samo ciało jest pozbawione jakiegokolwiek esencji, tak jak przestrzeń

Zatrzymaj się i wykonaj medytację analityczną. A jeśli pojawia się jakieś cierpienie pochodzące z ciała, zastosuj do niego analizę. Wzrastać będzie wtedy pewność, że cierpienie jest puste i pozbawione jakiegokolwiek istoty, tak jak przestrzeń.

## B. Medytacja spoczywania

Gdy pojawi się pewność, nie kontynuuj analizy. Po prostu spocznij zrelaksowany w tym stanie przypominającym przestrzeń bez dalszego analizowania.

Zatrzymaj się i medytuj.

Gdy będziesz spoczywał w ten sposób, doświadczenie pustki stopniowo i naturalnie stanie się coraz mniej conceptualne, wiodąc umysł do bezpośrednich przebłysków naturalnej pustki. Tak umysł w naturalny sposób przechodzi od nominalnej prawdziwej rzeczywistości do autentycznie prawdziwej rzeczywistości. Tak praktykujący stopniowo odnajduje Serce Współczucia.

Udanej podróży!

Materiał przygotowany na kurs medytacji pustki z Jimem Scottem, maj 2021 r.

Stopniowa medytacja pustki - poziom III-IV.

Układ i okładka: Imanol Moreno i Esther Gimeno

Zdjęcia: Sherlock Holmes ([www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)) / Klejnot ([www.cleanpng.com](http://www.cleanpng.com))