

BYĆ

GURU RINPOCHE

KOMENTARZ DO SADHANY GURY VIDJADHARY

James Low

Tłumaczenie: Magdalena Kaniewska-Matulewicz

Edycja: Witold Matulewicz

Niech słodki nektar błogosławieństw

Guru Rinpoche

Złagodzi twardą powłokę ignorancji

SPIS TREŚCI

KOMENTARZ TŁUMACZA	1
Wstęp.....	5
WPROWADZENIE: WYBRANE ASPEKTY TANTRY	9
A. MODLITWY WSTĘPNE.....	26
B. PRAKTYKI WSTĘPNE.....	33
a. Cztery Rozważania.....	33
c. Ofiarowanie Mandali.....	38
d. Medytacja na Dorje Sempę	40
TSAANG BUG NEJ ZIUG DIG DRIB DAG PAR SAM	40
e. Guru Joga.....	48
C. SADHANA:.....	53
Część wstępna.....	53
a. Modlitwa Siedmiolinijkowa	55
GU RU PE MA SID Dhi HUUNG	55
b. Modlitwy Linii	60
DREN CZIOG JAB SEJ JOONG LA SOL ŁA DEB	60
D. SADHANA:.....	67
Część wstępna.....	67
a. Wizualizacja	67
b. Przyjęcie Schronienia i Wzbudzenie Bodhicitty.....	67
RIG TSAL TRUL PA KJIL KhOR JOONG DZOG LA	67
RAANG NGO SZIE PEJ NGAANG DU KJAB SU CZI	67
c. Wyznaczanie Granicy.....	75
CZIE DZIN DOD JON TOR MEJ TSIM GJI LA	76
NY DZIED DZIUUNG PO MA RA YA PhE PhE.....	76
d. Wyznanie	78
BENDZA SA MA JA SZIUDDhE A.....	78

e. Zaproszenie	84
GU RU PE MA SID Dhi HUUNG	84
Deszcz Błogosławieństw	84
SA MA JA PhEM PHEM DZA DZA	84
f. Oczyszczenie i Poświęcenie Substancji Ofiar	86
E: SADHANA	89
PRAKTYKA GŁÓWNA.....	89
a. Wizualizacja Mandali i Bóstwa	89
b. Padmasambhava i Jego manifestacje	92
CZIE GY NAM SUM ZA OG BER CZIEN NAB.....	92
c. Inwokacja.....	99
d. Ofiarowanie	104
e. Wychwalanie Trzech Kayi.....	109
f. Recytacja Mantry.....	115
g. Ofiary I Oddanie Czci	119
h. Nauki O Nietrwałości.....	133
i. Modlitwa o To, Czego Pragniemy	145
KU SUM JER MED ŻIAB LA SOL ŁA DEB	145
j. Krótka Praktyka Phowa.....	150
ThUG KAR SIB KJI ThIM PAR SAM.....	151
k. Przyjecie Czterech Inicjacji	151
LA MA RIN PO CZIE KhJEN NO	151
F. PRAKTYKA STRAŻNIKÓW DHARMY.....	163
G. OFIAROWANIE.....	170
a. Błogosławienie Ofiar i Zaproszenie Dostojnych Gości	170
b. Wyznanie Błędów	173
TSOG KJI KhOR LY KAANG ŻIING SZIAG PAR GJI	173
c. Ofiary.....	174

d. Złożenie Ofiar Zgromadzeniu	179
e. Pozostałości	181
Ofiarowanie pozostałości	181
U TSU DA KhA HI	181
H. PRAKTYKI PODSUMOWUJĄCE	185
a. Utrzymanie rezultatu praktyki	185
b. Modlitwy Dążenia.....	191
ZUG KU DRO DON LAB CZIEN CZIE PAR SZIOG.....	191
c. Modlitwy Pomyślności	193
PAL DEN LA MA NAM KJI TRA SZI SZIOG	193
ZAŁĄCZNIKI.....	198
Otrzymanie Pozwolenia na Praktykę.....	198
Dane Kontakowe i Literatura	198
Dostępne Publikacje Klasztoru Khordong	198
PRZYPISY	199
Wymowa Używanych W Tekście Terminów I Nazw Własnych.....	202

KOMENTARZ TŁUMACZA

Pragniemy podkreślić, iż długo wyczekiwana przez Państwa książka jest owocem ścisłej współpracy tłumacza, edytora oraz jej autora. Prace nad niniejszym komentarzem Jamesa Low do terminy Nudena Dorje zostały prowadzone pod jego stałą opieką merytoryczną. Obszerne i niezwykle cenne dodatkowe komentarze oraz wskazówki, których James Low udzielił podczas naszej wspólnej pracy zdecydowaliśmy się umieścić w tej publikacji w nadziei, że pomogą czytelnikom bardziej dogłębnie zrozumieć jej przekaz.

W trakcie współpracy z autorem zaistniała również konieczność zweryfikowania istniejącego już wcześniej przekładu tekstu praktyki Vidyadhara Guru Sadhany, którego poprawiona wersja polska znajduje się w niniejszej publikacji. Oprócz tego, książka zawiera również uaktualnioną fonetyczną wersję tybetańskiego tekstu sadhany opracowaną z myślą o przystosowaniu jej do potrzeb praktykujących posługujących się językiem polskim.

Pisownia tybetańska i terminy buddyjskie.

Wszelkie terminy, nazwy własne postaci lub miejsc występujące w niniejszej publikacji pochodzące z języka tybetańskiego lub sanskrytu zachowują oryginalną pisownię. Ma to na celu ułatwienie czytelnikowi, który pragnie poszerzyć informacje na określony temat, dotarcie do autentycznych źródeł i odwołanie się do szeregu innych publikacji w językach obcych. Przede wszystkim jednak, zabieg ten ma za zadanie pielęgnować autentyczność oryginalnego przekazu.

Za zgodą autora książki tłumacz w wielu przypadkach świadomie zdecydował się na użycie odmiennych terminów, niż powszechnie używane w buddyjskim żargonie religijnym oraz wcześniej opublikowanych wersjach tekstu praktyki Vidyadhara Guru Sadhany. Przy doborze konkretnych terminów w każdym przypadku kierowaliśmy się potrzebą jak najwierniejszego odzwierciedlenia oryginalnego tekstu.

Wskazówki do wymowy tybetańskiej tekstu Vidyadhara Guru Sadhana

Opracowując polską wersję tybetańskiego tekstu praktyki opierałam się na swoim doświadczeniu z zakresu fonetyki porównawczej i fonologii języków obcych. Ostateczna wersja tekstu została skonsultowana z Jamesem Low, który udzielił wyczerpujących

wskazówek dotyczących jego wymowy i uznał niniejszy komentarz za istotne dopełnienie całości tłumaczenia.

Ponieważ przy pomocy standardowego alfabetu używanego na potrzeby języka polskiego nie jest możliwe zapisanie i uchwycenie subtelnych różnic między dźwiękami języka tybetańskiego a tymi występującymi w języku polskim poniższe wyjaśnienia mają za zadanie ułatwić zrozumienie symboli użytych w tłumaczeniu oraz przybliżyć reguły wymowy dźwięków tybetańskich.

W tekście pozostawiona została możliwie jak największa ilość oryginalnej pisowni. Dzięki temu zabiegowi zainteresowani tematem praktykujący mogą osiągnąć wymowę najbardziej zbliżoną do oryginalnej tybetańskiej. Pragnę podkreślić, iż zabieg ten ma na celu ułatwić pracę nad wymową tym, którzy zamierzają głębiej studiować tekst sadhany. Możliwe jest także zignorowanie poniższego komentarza i praktykowanie według własnych preferencji.

1. Dźwięk „h”

Symbol małej litery „h” pojawia się w tekście, gdy wskazuje na wymowę poprzedzającej go spółgłoski z tzw. przydechem. Aby zwrócić uwagę na subtelność tego dźwięku celowo została użyta tu mała litera. Dźwięk „h” nie jest zatem w pełni produkowany, tak jak ma to miejsce w wyrazach takich jak np. „dach” czy „kuchnia”. Jest on najbardziej podobny do występującego w języku polskim dźwięku *h* w wyrazie „khaki”. Przykładowy zapis w sadhanie: KhA, ThRUL, KhOR.

2. Dźwięki „NG”

NG jest dźwiękiem nosowym. Oznacza to, że przy produkcji dochodzi do zbliżenia się tyłu języka do gardła. Dźwięk wówczas wydobywa się przez nos. W przypadku, gdy wyraz kończy się dźwiękiem NG samogłoska go poprzedzająca zostaje wydłużona. Stąd w tłumaczeniu znajdziemy następujące wskazówki: HUUNG, DAANG, SAANG, ŻIING. Nie oznacza to, że należy je wymawiać jako dwa odrębne dźwięki, tak jak to się dzieje ze spółgłoskami np. w wyrazie „mekka”. Chodzi natomiast o nieznaczne przedłużenie czasu produkcji pojedynczej samogłoski.

3. Dźwięczne spółgłoski na końcu wyrazów

Spółgłoski dźwięczne takie jak G,D,B w wyrazach takich jak np. SZIEG, TED, DAG, SZIOG, LOB, DRAG, GEG itp. kończące wyraz i występujące jednocześnie na końcu wersu nie powinny zostawać w pełni wymawiane. Nie zostają również pominięte (nieprawidłowa wymowa to SZIE, TE, SZIO, DA, LO, DRA,GE itp). Należy pamiętać aby ich także nie ubezdźwięczniać (czyli zamiast g wymawiać k, zamiast b-p, zamiast d-t – nieprawidłowa wymowa to SZIEK, TET, DAK, LOP, DRAK, GEK). Ich prawidłowa produkcja sprowadza się

zaledwie do ustawienia organów mowy w pozycji określonej spółgłoski i zatrzymanie, zawieszenie jej produkcji, jakby ucięcie jej w połowie. Jest to wystarczające by uzyskać naturalny i pożądaný efekt. W procesie szybkiej mowy wydarza się to naturalnie i samoistnie bez konieczności forsowania organów mowy.

4. Uprozczone zasady wymowy łączonej

Przy naturalnym procesie szybkiej mowy lub śpiewaniu spółgłoski tracą swoją pierwotną jakość – wymowę (przeciwnie do sytuacji, gdy wymawiane są w izolacji). Dotyczy to występowania ich w wyrazach sąsiadujących ze sobą. W procesie szybkiej mowy wydarza się to samoistnie bez konieczności forsowania organów mowy.

Proces ten spotykany jest w następujących sytuacjach:

- spółgłoska dźwięczna w pierwszym wyrazie niemalże zanika (według zasad z pkt.3) pod wpływem spółgłoski, która zaczyna kolejny wyraz np. **MIG KA** (czyt. MI KA), **CZIG TSAM** (czyt. CZI TSAM), **TSOG CZIEN** (czyt. TSO CZIEN), **DUD TSIR** (czyt. DU TSIR) lub zostaje przeniesiona na początek następnego wyrazu, np. **LOB SZIG** (czyt. LO BSZIG)
- wyraz kończy się tę samą spółgłoską, którą zaczyna kolejny np. **DANG GAG** (czyt. DAN GAG), **DUD DIR** (czyt. DU DIR). W takiej sytuacji podwójną spółgłoskę wymawiamy tylko raz.

5. Dźwięki SZ, CZ, Ż, DŻ

Wymowa tych dźwięków powinna być świszcząca, z wargami lekko rozchylonymi (przeciwnie do polskiego odpowiednika tych dźwięków, gdzie wargi są niemalże okrągłe) i językiem nieco niżej niż przy polskich sz, cz, ż, dż. Są to dźwięki pomiędzy *sz* a *ś*, *cz* a *ć*, *ż* a *ź*, *dż* a *dź*, najbardziej zbliżone do ich angielskich odpowiedników. Zostały one w tekście zmiękczone przed dodanie *l* lub *j*, np. RIN PO **CZIE**, DOR **DŻIE**.

6. Dźwięk Y

Prawidłowa wymowa zbliżona jest do niemieckich dźwięków, w których występuje tzw. umlaut, w szczególności do *u* umlaut (*Ü*). Można go osiągnąć produkując dźwięk *y* ze schodzącymi się w dziubek ustami. Przykładowy zapis w sadhanie: **PY** KhOR, **DYPE**.

W załączniku znajdującym się na końcu książki, umieszczony został zbiór terminów tybetańskich i nazw własnych podany w oryginalnej pisowni wraz ze wskazówkami do ich wymowy.

Magdalena Kaniewska–Matulewicz

Czytelnicy pragnący zapoznać się z oryginalnym tekstem tybetańskich Sadhany Duży Rigidzin mogą znaleźć go w tłumaczeniach na języki polski, niemiecki, francuski oraz

oryginalnej wersji angielskiej. Szczegóły dotyczące publikacji tych tłumaczeń można znaleźć na stronie <http://www.simplybeing.co.uk/simply/Books.html>

Podziękowania:

Pragnę podziękować autorowi książki, mojemu duchowemu przewodnikowi Jamesowi Low za jego prowadzenie na ścieżce dharma, inspirację i nauki, które zmieniają życie tych, którzy gotowi są je przyjąć.

Podziękowania kieruję także do mojego męża – edytora niniejszego tłumaczenia Witolda Matulewicz, który swoją wrażliwością, niespotykaną czujnością i profesjonalizmem wspierał mnie w każdym momencie pracy nad tłumaczeniem.

Z radością oczekuję na współpracę z Wami w przyszłości.

Dziękuję także praktykującym, którzy z cierpliwością wyczekiwali na ten przekład.

Magdalena Kaniewska–Matulewicz

WSTĘP

Książka ta prezentuje tekst praktyki tantrycznej zwanej Vidyadhara Guru Sadhana opatrzonej moim krótkim komentarzem. Ten komentarz jest zapisem dwóch wykładów na ten temat lecz w żaden sposób nie stanowi kompletnego podsumowania tekstu. Pokazuje człowiekowi Zachodu, w jaki sposób podchodzić do praktyk tantrycznych. Tekst ten jest termą Nudena Dorje i pochodzi z tradycji nyingmapy buddyzmu tybetańskiego. Przetłumaczyłem go wraz z C.R Lamą (Chhimed Rigdzinem Rinpoche) jakieś dwadzieścia pięć lat temu i od tamtej pory, mimo iż jest to dłuższy tekst, stał się on najczęściej wykonywaną praktyką tantryczną.

Ten rytualny tekst jest bardzo ważny ze względu na głębię znaczenia i krótką linią przekazu. Innymi słowy jest najbliższy Padmasambhawe, stanowi rdzeń wszystkich linii nyingma. C.R. Lama wypowiada się na temat tego tekstu w następujący sposób:

Kiedy Padmasambhava przebywał w wielkiej jaskini Samye Chimpu w Tybecie, udzielił wielu ważnych inicjacji. Inicjacje te otrzymali jego uczniowie Yeshe Tsogyal, Nanam Dorje Dudjom, Khyeuchung Lotsawa, Achar Sale i reszta z dwudziestu pięciu jego uczniów zwanych Jo Bang Nyer Nga. Ta terma stanowi część doktryn jakich nauczał w tamtych czasach. W tej sadhanie widzimy Padmasambhavę jako emanację wszystkich buddów, zawierającego w sobie wszystkich herunków i dakinie. Kiedy rozdzielał nauki między swoich uczniów, ta praktyka przypadła w udziale Kheyuchung Lotsawa. Miał on siedem ważnych reinkarnacji, siedmiu Nudenów Dorje, a dokładniej Terchen Dundul Dorje itd. Nuden Dorje Drophan Lingpa Drolo Tsal był siódmym Nudenem Dorje i to on właśnie odkrył tę termę.

Nie ujawniał jej jednak publicznie przez dwadzieścia pięć lat. W tym okresie intensywnie praktykował tę sadhanę i wyrecytował trzynaście milionów mantr benza guru. Wykonywał także praktykę Rigdzina Godemy Rigdzin Dung Drub. Była to jego pierwsza terma (gTer), potem odkrył i spisał kolejnych szesnaście.

Zgodnie z tekstem Nuden Dorje Drophan Lingpa jako pierwszej powierzył tę praktykę Tamdrin Wangmo, żonie Lhanchena króla A-Kyong. Kiedy robiła tę praktykę promienie światła emanowały z jej ciała. Gdy umarła jej ciało przypominało ciało ośmioletniej

dziewczynki a w czasie jej pogrzebu pojawiły się tęcze. Zdarzyło się to w A-Kyong nieopodal jeziora Ko Ko Nor. Jako drugi nauki te otrzymał syn Drophana Lingpy, Gyalsae Padma Don Sa. Udzieliła mu ich królowa Tamdrin Wangmo. Trzecią osobą, która otrzymała te nauki był Gonpo Wangyal, bratanek Nudena Dorje Drophan Lingpa. Nauk udzielił Gyalse Padma Don Sal. Czwarta osoba to Tulku Tsorlo (Tsultrim Zangpo), do którego nauki dotarły przez ojca i rdzennego guru, Gonpo Wangyala inkarnację Achara Sale jednego z dwudziestu pięciu wielkich uczniów Padmasambhavy. Piątą osobą byłem ja. Nauk udzielił mi Tulku Tsorlo, inkarnacja Vimalamitry i Vajrochany, która otrzymała błogosławieństwo umysłu Padmasambhavy.

Począwszy od Nudena Dorje aż do teraz ta linia ma tylko pięciu dzierżawców. Pierwsi czterej osiągnęli wielkie rezultaty praktyki i wyrecytowali każdą sylabę mantry benza guru co najmniej sto tysięcy razy.

Mi nie udało się osiągnąć aż tyle. Przy tej praktyce i Byangter Rigdzin Dungdrub wyrecytowałem zaledwie dwa miliony sześćset tysięcy mantr benza guru. Ale tak czy inaczej, nie będę się bał w chwili śmierci. Wiem, że nie trafię do żadnego z sześciu światów. Pójdę gdzie indziej, nie będzie to może żaden z najwyższych światów, ale jestem pewien, że także żaden z niższych.

Zgodnie z niektórymi z moich snów i przewidywaniami wcześniejszych pięciu głównych tertonów (według przepowiedni Drophana Lingpy) udzieliłem do tej pory tych nauk tym, którzy będą je praktykować.

Może to jest dobre, może wcale nie. Tego nie wiemy. Wiadomo jednak, że ktokolwiek ma wiarę w Padmasambhavę, nauki kama i terma linii nyingma, kto ufa odkrytym termom i tym, którzy je znaleźli, kto wykonuje praktykę, ten osiągnie rezultaty. Linia przekazu dla tej praktyki nie jest długa. Od Padmasambhavy do mojego guru było tylko pięciu nauczycieli. Linia do tej praktyki nie jest długa. Od Padmasambhavy do mojego guru jest pięciu dzierżawców. W Tsonae Nang w Kham we wschodnim Tybecie wykonywałem także praktykę do innej krótkiej linii. Otrzymałem także bezpośredni przekaz linii od Drophan Lingpa, Khyeuchung Lotsawa i Padmasambhavy, których forma jest taka sama. Tę inicjację otrzymałem podczas tsechu (dziesiątego dnia przybywającego księżyca). Teraz myślę, że ten, kto będzie wykonywał tę praktykę, recytował siedmiolinijkową modlitwę (Tsig Dun Sol Deb) sto tysięcy razy i benza guru mantrę milion trzysta tysięcy razy, ten osiągnie rezultaty.

C.R Lama był potężnym joginem, władcą energii, tak więc przygotowanie tego tekstu, jego tłumaczenie i drukowanie odbywało się w gniewnej mandali potężnej złości i napięcia. Wszelkie wątpliwości topniały w mgnieniu oka, a przekaz od początku do końca przypominał bezkresny ocean ciekłej wrzącej lawy. Rinpoche zdecydował, że tłumaczenie a także pierwsza inicjacja, która otwierałaby linię przekazu dla szerszej grupy uczniów,

zostanie zadedykowana Barbarze i Robbiemu Terris. Ulubionym powiedzeniem Rinpoche było "pełnia wiary" tak więc nasza praca w Santiniketan, którą wykonywaliśmy od 1974 do 1982, całkowicie oparta była na tej prawdzie.

Tybetańska diaspora otwiera okres, w którym zaczęto inaczej podchodzić do praktyk tantrycznych. Wielu osobom angażującym się w takie praktyki brak solidnych podstaw dotyczących poglądu filozoficznego stanowiącego ich nieodłączną część. Brak im także dojrzałości, która przychodzi, gdy solidnie i pełni uwagi wykonujemy praktyki wstępne. Jednak ponieważ żyjemy w trudnych czasach, myślę że każdy, kto jest głęboko zainteresowany praktykami powinien być zachęcany do tego, by zmienić swój pogląd na życie i przemienić je w mandalę istot oświeconych. Ten tekst jest metodą samą w sobie, od początku do końca i pokazuje jak funkcjonują poszczególne części praktyki. Jednakże samo czytanie tego tekstu nie może zastąpić otrzymania trzystopniowej inicjacji, przekazu i instrukcji od wykwalifikowanego nauczyciela.

Karma to dość dziwna teoria. Z jednej strony wydaje się bardzo logiczna i poukładana: wszystkie czyny mają swoje konsekwencje. We wczesnych tłumaczeniach tekstów buddyjskich karma była często przedstawiana, jako prawo, coś, przed czym nie można uciec, coś nieuchronnego. Miała wzywać do przebudzenia. Z drugiej strony karma często w naszym życiu jawi się jako coś przypadkowego – szansa, okazja, łut szczęścia, coś, co staje się naszym udziałem. Jest jak kawałek tortu, który ląduje na naszym talerzu. Zwykle okazuje się, że ten nasz kawałek zdecydowanie różni się od tego, co dostają inni. Nigdy nie dowiemy się, dlaczego rzeczy wydarzają się w taki a nie inny sposób, bo jest to zbyt złożone. Może ważniejsza będzie umiejętność radzenia sobie z tym naszym kawałkiem, kawałkiem, który nie jest czymś stałym. Każda sytuacja ma 'potencjał do dynamicznej współzależności i dzięki temu manifestuje się w określony sposób. To, jak się ona manifestuje uzależnione jest również od tego, na ile udaje nam się uczestniczyć w sytuacji pozostając w stanie otwartości.

Ten komentarz powstał jako odpowiedź na sekwencję zdarzeń, w których uczestniczyłem. Mimo tego, że to ja brałem w nich udział one po prostu się wydarzyły. Wciąż bez końca uczestniczę w mieszance bardziej lub mniej dynamicznych zdarzeń. Czasem to inni są prowadzącymi a ja tym, który za nimi podąża. Innym razem to ja odnajduje siebie jako tego, który ma jakąś intencję i za którym podążają inni. To, co jednemu przynosi przyjemność często także podoba się innym. Wtedy uwalnia ogromna energia i inspiracja. Jest to wspaniała droga, bo pozwala jednocześnie wyzwolić dodatkową energię mandali. Wspólny bezwysiłkowy wysiłek by robić coś pozostając w tym w pełni obecnym, tęsknota za tym czymś, identyfikowanie się z tym i życie dla tego, bycie tym wypełnionym i jednocześnie przez to opróżnianym – wszystko w tym samym czasie. Dharma jest doskonałym tym "czymś", nieuchwytnym objawieniem, które zwraca nas ku samym sobie, podważa naszą

osobowość kierując nas z powrotem, do podstawy nie ma swojej formy a jednak manifestuje się nam jako przeróżne rzeczy.

Pomysł, żebym to ja skomentował praktykę Dużego Rigdzina pochodzi od Ruth Kuman. Idea ta rozwinęła się w trakcie dwóch krótkich retritów, które organizowała.

Tłumacz języka niemieckiego Robert Jaroslawski dokładał starań żeby przerwy podczas przekładu z jednego języka na drugi przebiegały w sposób jak najbardziej harmonijny i przyjemny. Nie wiadomo właściwie dlaczego rola sporządzania skryptu nagrań przypadła Mani. Choć wkładała on a w swoją pracę wiele wysiłku, jak sama stwierdziła nie było to coś, co inspirowałoby ją najbardziej. Potem, przez jakiś czas, skrypt przeleżał pomiędzy stosami moich papierów obłożąc w tumany kurzu. Sytuacja uległa zmianie, gdy nagle, jak świeży powiew wiatru pojawił się Gordon Ellis ze swoim pomysłem uporządkowania i edycji całego materiału zebranego podczas tych dwóch retritów. Robił to umiejętnie, z wielką pasją, oddaniem i cierpliwością a efekty jego pracy macie przed sobą. Ruth Rickard i Andreas Ruft przygotowali ostateczną wersję do publikacji.

Tybetański tekst będący częścią tego zbioru został przygotowany na podstawie kilku innych wersji i zredagowany przez Anne Gabler. W przyspieszeniu publikacji bardzo pomogła nam pomoc finansowa Pameli Carr zaś Andreas Ruft, który pracował przy wielu wcześniejszych publikacjach Khordongu, włożył wiele troski i pracy w przygotowanie ostatecznej wersji do druku. Elisabeth Poller Frischengruber jest odpowiedzialna za zaprojektowanie okładki do książki.

WPROWADZENIE: WYBRANE ASPEKTY TANTRY

Komentując tę praktykę skupię się najpierw na strukturze tantry a potem przejdziemy do omawiania jak praktyka Dużego Rigdzina odnosi się do głównych założeń tantry.

Będę udzielał wyjaśnień z dwóch poziomów. Oprócz tradycyjnych pojawią się wyjaśnienia o podłożu socjo-politycznym, historycznym i psychologicznym. Jestem przekonany, że bardzo się przydadzą, bo jako ludzie Zachodu przywykliśmy interpretować i analizować sytuacje w specyficzny dla nas sposób. Jeśli mówimy o pełnej integracji dharmy z zachodnim trybem życia, to nie patrzmy na nią jako na zbiór obcych, egzotycznych – a co za tym idzie kompletnie dziwaczkich poglądów. Trzeba znaleźć sposób, by zrozumieć te poglądy i zespolić dharwę z naszym zachodnim stylem życia. Uważam, że obydwa rodzaje interpretacji są po prostu wpisane w dharwę.

Pierwszy rodzaj wyjaśnień odpowiada buddyjskiej zasadzie przyczyny i skutku oraz powstawania rzeczy. Drugi ma związek z koncepcją wiarygodności. Uznajemy rzeczy za wiarygodne na podstawie źródła, z jakiego pochodzą. W tej tradycji uznając termę za prawdziwą równocześnie uważa się ją za wiarygodną bo pochodzi od Padmasambhavy. Potwierdzenie jej wiarygodności związane jest ze źródłem jej pochodzenia. Jeśli mówimy, że Padmasambhava reprezentuje trzy kaye, to wierzymy jednocześnie, że te nauki są manifestacją naturalnego stanu. W ten sposób wszystkie termy, włączając Dużego Rigdzina, pochodzą z wymiaru, który jest całkowicie poza naszym wymiarem czasu i przestrzeni. Powstają z dharmadhatu jako manifestacja natury obecności.

Z drugiej strony, na bardziej relatywnym poziomie, mamy przecież koncepcję współzależnego powstawania. Wszystko jawi się zależne od innych czynników, które już wcześniej się pojawiły. Taka jest zasada. W najprostszy sposób opisuje to Sutra Arya Salistamba: ponieważ powstało *tamto*, teraz powstaje *to*.

Bez przyczyn i okoliczności nic nie może powstać. Możemy to zauważyć na przykładzie narodzin Padmasambhavy. Jak pamiętacie, królestwem Uddiyany rządził król Indrabuti. Ów król nie miał dzieci, a w dodatku był stary i ślepy. Wtedy w jego kraju, w związku z pojawieniem się różnych przyczyn i okoliczności, panował głód, susza a ludzie zapadali na różne choroby. Wciąż odprawiano puje i wykonywano wiele praktyk, ale nie przynosiło to żadnego pożytku. W wyniku pojawienia się innych okoliczności, zaczęto modlić się do Amithaby. Modlitwy te spowodowały, że z serca Amithaby wyłonił się lotos otoczony

pięciokolorowym światłem, w centrum którego osadzona była litera Hri. To właśnie z tej litery, z lotosu na jeziorze Danakosha narodził się Padmasambhava. Nie stało się to ot tak, bez przyczyny. Był ku temu powód, pojawił się bodziec i w odpowiedzi na niego współczucie przybrało formę Padmasambhavy.

Możemy także w podobny sposób przeanalizować historię rozwoju buddyzmu według świata zachodniego. W Bodhgaya pod drzewem bodhi księżę Siddharta osiągnął oświecenie. Mimo swoich wewnętrznych rozterek i wątpliwości rozpoczął nauczanie dharmy. Musiały zaistnieć konkretne przyczyny i okoliczności, aby mogło się to wydarzyć. Księżę Siddharta już jako Budda sądził, że nauczanie o tym, czego sam doświadczył nie przyniesie żadnego pożytku, bo i tak nikt go nie zrozumie. Lecz naraz wszyscy bogowie, prowadzeni przez Brahmę, przybyli, by modlić się do Buddy prosząc go: " To, co rozumiałeś jest bardzo ważne, błagamy, przybądź i nauczaj". Budda zgodził się. I tak wszystko się zaczęło. Były przyczyny i okoliczności.

Jeśli, czytając komentarz do vinayi, przyjrzymy się dokładnie strukturze systemu monastycznego, który rozwinął się za czasów Buddy zauważymy, że na powstanie kodeksu dotyczącego zachowania mnichów złożyły się specyficzne okoliczności. Pewnego dnia ktoś przyszedł do Buddy i spytał go "Czy wiesz, że Twoi mnisi chodzą po domach i żebrzą o mięso?". Budda odpowiedział: "To rzeczywiście straszne! Od tej pory będą żebrać na ulicy i przyjmować wszystko, co ludzie wrzucą do ich misek żebraczych". Podobnie zareagował, gdy ktoś innym razem powiedział mu: " Twoi mnisi wyrzucają mięso, które dostają". " Nie wolno wam tego robić, powinniście zjadać cokolwiek dostajecie. Nie ważne, co ludzie wkładają do waszych misek – powinniście to zjeść. " – powiedział Budda. I tak coraz więcej ludzi przychodziło do Buddy skarżąc się na mnichów, a on wciąż udzielał nowych wskazówek. Jest też słynna historia, która dotyczy śmierci Buddy. Gdy Budda umarł wszyscy mnisi pogrążeni byli w smutku opłakując swojego mistrza. Jeden tylko mnich nie płakał, zamiast tego śmiał się. Spytał go więc mnisi: "Dlaczego się śmiejesz?". On odparł "Budda umarł! Nie będzie dawał nam więcej żadnych przykazań!". Ta historia odwołuje się do zaistnienia przyczyn i okoliczności.

Rozwój buddyzmu, podobnie jak w przypadku większości organizacji, zasada się i oscyluje w obrębie dwóch sił – siły odśrodkowej i dośrodkowej. To właśnie mandala zatrzymuje napięcie pomiędzy tymi dwoma siłami. Na podstawie historii dharmy widać, jak różnice i napięcia pomiędzy mnichami czy filozofami przyczyniły się do powstania różnych szkół. Czasem nawet, prowadziły do zabójstw czy niszczenia klasztorów. Możemy spojrzeć na to również z nieco innej strony. Jesteśmy oddani Buddzie, posiadamy wiarę w nietrwałość – to są czynniki spajające dharmę w jedną całość. Tak, więc możliwe jest, by buddyści z różnych stron świata jednoczyli się zauważając to, co ich spaja. Na podstawie tych wyjaśnień widzimy, że spojrzenie na ten problem z różnych perspektyw bardzo pomaga.

Można powiedzieć, że dharma jest związana z ciągłością, z kontynuacją. W przypadku Hinayany ta koncepcja nabiera wyjątkowego znaczenia. Zgodnie z tym poglądem najważniejsze jest wyrzeczenie, a ono prowadzi do odcięcia się. I tak na przykład, jeśli coś sprawia nam szczególny problem próbujemy tego unikać. Odkrywając to, co prowokuje nas do pewnych zachowań, będziemy starali się tego pozbyć. Zgodnie z tym poglądem, decydując się na życie mnisie powinniśmy unikać bliższych kontaktów z osobami płci przeciwnej (tej samej płci również). Staramy się, patrzeć na ciało w sposób bardzo surowy. Kiedy już przywyknemy do takiego patrzenia, wtedy, nie dając się złapać w sidła typowego postrzegania ludzi jako atrakcyjne obiekty, zamieniamy ich w coś odpychającego. Jeśli w taki sposób zamienimy cały świat w "kupę gnoju", wtedy oczywiście poczujemy się wolni od przywiązania. Naturalnie ten pogląd nie do każdego przemawia. Żyjąc w gnoju, nawet jeśli bardzo chcemy się od niego sprytnie oddzielić, okazuje się, że i tak czujemy wszędzie jego smród. Próba stworzenia sobie jakiegoś schizoidalnego świata, w którym będzie można unikać wszystkich problemów oczywiście skończy się niepowodzeniem. A to dlatego, że z natury jesteśmy zależni od innych ludzi.

Założmy, że akceptujemy koncepcję współzależnego powstawania, że rzeczy powstają zależnie do innych. Może pojawić się doświadczenie bycia w pewien sposób prześladowanym przez tę koncepcję. Czujemy się jakby nad naszą głową wisiała ogromna ośmiornica, a my próbujemy kolejno odrywać od siebie wszystkie poprzyczepiane do nas macki. Takie odczucia pojawiają się, gdy nie rozpoznajemy, że to my sami i wszystko, co nas dotyczy powstaje współzależnie. Nie rozumiemy, że nie posiadamy żadnej stabilnej podstawy, żadnej esencji, która potwierdziłaby, że nie jesteśmy częścią tego procesu. Ale nawet, gdy zaakceptujemy ten fakt, to i tak czasem czujemy, że najchętniej odłączylibyśmy się od całego systemu, najlepiej rozregulowali go i wyłączyli, tak jak gasi się lampę.

Przechodząc od poglądu hinayany do mahayany zauważamy, że koncepcja współzależnego powstawania zaczyna przybierać bardziej pozytywnego znaczenia. Jestem powiązany ze wszystkimi istotami żyjącymi więc moje wyzwolenie jest zależne od ich wyzwolenia. Nie może być, zatem żadnych innych ostatecznych rozwiązań; jedyna droga wiedzie poprzez nieskończoność, wraz z nią i jako nieskończoność.

Biorąc pod uwagę podstawowy pogląd mahayany można powiedzieć "Rozumiem, że ja jestem połączony z Tobą, zatem będę się kierował współczuciem w stosunku do Ciebie". Potwierdza to koncepcja, że moje obecne życie jest kolejnym z wielu. W każdym z nich miałem przecież matkę, więc wydaje się oczywiste, że to Ty mogłeś nią być. Uczyniłeś zatem dla mnie wiele dobrego a ja teraz mam wobec Ciebie dług do spłacenia.

Cała koncepcja bycia powiązanych z innymi może skojarzyć się z Unią Europejską. Wciąż słyszy się wiele naiwnych historyjek o tym jak bardzo ludzie w Europie są ze sobą zjednoczeni. W rzeczywistości, jednak pod całą tą przykrywką chowają się konflikty na tle

historycznym, które pozostają wciąż aktualne. Próbuję przez to powiedzieć, że bezustannie musimy przypominać samym sobie: "O, ta osoba mogła być moją matką, zrobiła dla mnie tak wiele więc... ". Musimy nauczyć się przystosować i wziąć pod uwagę nasze nawykowe reakcje, a wymaga to wiele pracy.

Zrozumienie, że zjawiska są wzajemnie zależne zaczęto łączyć ze zrozumieniem pustki, zwłaszcza po tym jak powstała praca Nagarjuny i Jogaczara Maitreyi. Widzimy zatem, że ideę wzajemnego połączenia uznaje się za oczywistą. Nie jest tak, że możemy sobie wybrać, czy chcemy być wzajemnie zależni czy nie – to połączenie jest po prostu naturą rzeczywistości. Fakt bycia nieświadomym tej zależności należy przypisać ignorancji.

Może nam się również wydawać, że mamy wybór decydując np. że dłużej nie chcemy być członkami swojej rodziny. Tak czy owak będziemy do niej należeć ze względu na więzy krwi, dlatego to niedorzeczne mówić, że nie jest się związanym ze swoją rodziną. Wielu młodych ludzi odczuwa bardzo silną potrzebę odcięcia się od swoich rodziców w celu odnalezienia swojej własnej tożsamości. Jednak nie można uciec przez faktem bycia nierozzerwalnie połączonym biologicznie ze swoimi rodzicami, którzy stanowią podstawę naszego istnienia. Wszystkie najważniejsze i bardzo złożone doświadczenia decydujące o rozwoju człowieka, takie jak bycie karmionym, ubieranym, uczonym mówić, prowadzonym do szkoły, rozgrywają się właśnie w rodzinie. Jednak młodzi ludzie często bardzo mocno utrzymują swoje przekonanie, że nie chcą mieć nic wspólnego ze swoją rodziną. Starają się za wszelką cenę ukryć fakt przynależności do niej, którego ukryć się nie da bo stanowi część rzeczywistości. Wszyscy jesteśmy częścią tej samej rodziny a zaprzeczanie temu jest przejawem ignorancji, naszego własnego szaleństwa. Z punktu widzenia mahayany takie wzajemne połączenie jest typowe dla wszystkich żyjących istot.

Jedną ze szczególnych cech dla buddyzmu jest fakt, że zasadza się on na intencji: zmierza w kierunku teleologicznym. Ta intencja to oświecenie wszystkich istot. Ma to swoje następstwa, ponieważ, gdy studiując dharmę osiągam zrozumienie, czym jest oświecenie, będę chciał tego samego dla innych i będę starał się im w tym pomóc. Będę się modlić "Niechaj wszystkie istoty trafią do Zangdopalri". Ale zapewne nie wszyscy chcą iść do Zangdopalri, niektórzy mogą woleć Sukhavati. Więc Ci, którzy dzięki sile moich modlitw trafili do Zangdopalri mogą sobie pomyśleć "Wcale nie chcę tu być! Wszyscy ludzie tutaj są wielcy, gniewni i potężni. A tam, w Sukhavati siedzisz sobie cichutko w swoim kwiecie lotosu, słuchasz przyjemnej muzyki. Tam jest zdecydowanie spokojniej."

Wobec tego pojawia się pytanie: Jeśli kochamy innych i chcemy im pomóc, to co zrobić, by tak naprawdę ich uszczęśliwić? Zwykle to, co robimy dla innych jest jedynie tym, czego *sami* chcemy – pokazywać im tylko *nasz* świat. Jak zatem dowiedzieć się, co jest dobre dla innych? Czy jeśli ich o to zapytamy, odpowiedzą nam? Czy oni w ogóle sami to wiedzą?

Buddyzm czasami bywa dogmatyczny, bo związany jest z posiadaniem wstępnej koncepcji tego, co należy zrobić w danej sytuacji. Oczywiście zawsze łatwiej jest skorzystać z takich gotowych dogmatycznych rozwiązań aniżeli pokusić się o własną dokładną analizę sytuacji. Odwołując się ponownie do idei działania siły odśrodkowej i dośrodkowej, w tej sytuacji napięcie następuje między płaszczyzną wiary i dogmatu a rzeczywistą praktyką. Praktykując medytację rozwijamy uważność fenomenologiczną, czyli stajemy się uważni na to, co w rzeczywistości się pojawia. Jednak, gdy angażujemy się w studiowanie dharma i mamy do czynienia z dogmatem, nie musimy się już tak starać być przytomnym, bo i tak z góry wiemy, co to będzie – wynika to z prawdy dogmatu. Wygląda na to, że wszystkie główne religie borykają się z tego rodzaju problemem. Z jednej strony mamy naukowców i dogmatyków a z drugiej zwykłych praktykujących. Pomiędzy nimi często pojawia się duże napięcie. Jeśli nie podejdziesz się do niego w odpowiedni sposób, powoduje ono wzajemne unikanie się stron, wręcz rozłam zamiast prowadzić do porozumienia.

Jeśli mówimy o ciągłości w tantrze, kontynuuje się ona pomiędzy dogmatem a otwartą, nieskrępowaną uważnością. Według tradycji, tantry powstały jako zbiór zręcznych środków a Budda Shakyamuni nauczał ich podczas trzeciego obrotu kołem dharma. Wtedy to Budda zmanifestował się w formie Vajrapani na górze Malaya w południowych Indiach, podobnej do Szczytu Adama na Sri Lance. Z mądrości Buddy zrodził się ruch, gest współczucia, który przybrał formę Vajrapani i nauczał metod tantry. W Tybecie jest wiele tantr a każda z nich posiada swoją własną historię powstania. Niektóre wywodzą się z Indii a inne rozwinęły się w Tybecie. Gdy nauczyciel udziela pełnej inicjacji tantrycznej, najpierw opowiada jej historię. Te opowieści są bardzo ważne, ponieważ pokazują moment, w którym nieskończone staje się skończonym a to, co jest poza czasem wkracza w wymiar czasu. Wskazują również niedualność wiecznie otwartej podstawy i unikalność istot ²żyjących znajdujących się w różnych kontekstach. Niektóre z tych opowieści zostały przetłumaczone, np. Alex Wayman opracował historię Guhjasamayatantry.³

Specyficzne dla tych opowieści jest, że w określonym momencie wydarza się coś, co powoduje, że Budda manifestuje się w danej formie (często jest to Dorje Sempa – Vajrasattva). Mimo, że Budda posiada trzy kluczowe właściwości nieskończonej mądrości współczucia i mocy, objawia się on na świecie tylko wtedy, gdy zaistnieje powód wpływający z tych jakości. W buddyzmie jest to niezmiernie ważne, stanowi rodzaj zasady. Jest to dokładnie taka sama zasada jak w historii Buddy Shakyamuniego w Bodhgayi. Powiedział on "Nie, nie będę nauczał, nikomu się to nie przyda". I wtedy ktoś go o to poprosił, potem zrobiło to więcej ludzi, aż wreszcie zaczął udzielać nauk.

W buddyzmie przyjęło się, że nauczyciele udzielają nauk tylko wtedy, gdy zostają o to poproszeni. W Tybecie, gdy chce się otrzymać inicjację od nauczyciela trzeba go o to prosić wiele razy a nauczyciel będzie wciąż odmawiał. Dobrym przykładem jest historia Milarepy,

który przez kilka lat prosił Marpę o nauki. Marpa nie był dla Milarepy zbyt uprzejmy i ciągle powtarzał mu żeby się od niego odczepił. Ta szorstkość Marpy ma bardzo duże znaczenie, bo pokazuje jaka siła ukryta jest w tzw. zakotwiczaniu. Marpa zawsze chciał dać Milarepie nauki o, które on prosił, ale wolał by Milarepa bardziej osadził się w swojej praktyce. Gdyby otrzymał nauki od razu, mogłyby one mu umknąć. Marpa podsycił w Milarepie pragnienie wysłuchania nauk odmawiając ich udzielenia. W ten sposób kotwiczył w nim tę potrzebę doprowadzając Milarepę niemal do kompletnej desperacji. Dzięki temu Milarepa wyrobił w sobie silną determinację i gdy wreszcie dostał upragnione nauki był w stanie w nich solidnie osiąść. Praktykował aż do śmierci.

Myślę, że ta historia ma bardzo ważne przesłanie. Zbyt często wydaje nam się, że Budda i Padmasambhava są jak dobry ojciec, który zrzuci na nas ot tak wszystkie dobrodziejstwa. Jeśli praktykujemy oddanie być może nie ma nic złego w takiej postawie, możliwe, że pomoże nam to je rozwinąć. Kiedy jednak zaczynamy brać to za pewnik, traktować jako zasadę i robiąc puję sądzymy, że Padmasambhava przyjdzie do nas tylko dla tego że ją robimy, to nie jest to dobry kierunek. Wszystko podlega zasadzie współzależnego powstawania: rzeczy dzieją się bo jest ku temu powód. Jest to fundament i dotyczy wszystkiego. Zaciemnienia i wzorce, które nas ograniczają są w nas głęboko zakorzenione. Jeśli chcemy się wyzwolić dzięki praktykowaniu tantry musimy włożyć wiele wysiłku w tę praktykę.

Pomimo, że w buddyzmie można odnaleźć wiele odmiennych filozoficznych poglądów, istnieją trzy rzeczy, które je łączą. Nie mają one przyczyny i pozostają nieuwarunkowane. Po pierwsze jest to niebo, które istnieje od zawsze; po drugie oświecenie będące manifestacją natury buddy, która także istnieje od zawsze, po trzecie chwila, w której osiągamy oświecenie. Gdyby nie te trzy rzeczy stan buddy i oświecenie byłyby jedynie koncepcjami.

Wykonujesz praktykę i dzięki tej praktyce zbliżasz się do oświecenia, oświecenie staje się możliwe. Jednak rzeczywisty moment oświecenia nie jest uzależniony od żadnych przyczyn i okoliczności, oświecenie to zupełnie odrębne zjawisko. Wszystko inne podlega zasadzie współzależnego powstawania i dlatego jest niestałe. Nawet współczucie Buddy pojawia się jako odpowiedź na naszą praktykę. Mimo tego, że jest ono wszechobecne jako potencjał, to okoliczności i możliwość doświadczenia jego są niezwykle rzadkie.

Wychodząc z takiego założenia, jeśli postrzegasz swojego nauczyciela jako buddę to otrzymasz błogosławieństwo buddy, ale jeśli postrzegasz nauczyciela jako zwykłego człowieka, to otrzymasz błogosławieństwo zwykłego człowieka. Stanie się tak, ponieważ nawet nauczyciel będący buddą nie jest w stanie dać błogosławieństwa buddy osobie, która nie jest gotów, a by je otrzymać. Związek między uczniem i nauczycielem polega na współpracy; nauczyciel potrzebuje ucznia, żeby mógł nauczać, a uczeń potrzebuje nauczyciela, żeby się uczyć.

Chhimed Rigdzin Rinpoche często opowiadał pewną historię. Gdy był małym chłopcem, musiał uczestniczyć w ceremoniach dawania inicjacji. Siadał, więc na swoim wielkim tronie a ludzie podchodzili do niego z katagami składając mu go w ofierze. Obok niego w rzędzie zasiadywało także wielu młodych tulku. Przechodzący ludzie nie każdemu jednak składali katag. Tak więc C.R Lama musiał siedzieć tam i czekać, a gdy ktoś podchodził nachylić się nad tą osobą i założyć jej katag na szyję. Ale okazywało się, że nie każda osoba kierująca się ku niemu zamierzała ofiarować mu katag. I gdy C.R Lama zbyt wcześnie się nachylił po katag a osoba wcale nie chciała mu go podać, jego nauczyciel straszliwie się złościł. Ta złość wynikała z faktu, iż zamiast pokazywać swoje oczekiwania, uczniowie mieli po prostu reagować na zaistniałą sytuację. Jest to bardzo ważne, ponieważ jeśli nie nauczymy się tak przyjmować świata, nasze działania całkowicie oparte będą na wcześniejszych założeniach, które sami tworzymy.

Można powiedzieć, że zgodnie z tradycją, nauki tantryczne wyrastają na bazie podobnych sytuacji, które zdarzyły się w dalekiej przeszłości. Jednak z punktu widzenia zachodnich naukowców, Tantra traktowana jest jako zjawisko socjokulturowe, które powstało mniej więcej w tym samym czasie w buddyzmie, hinduizmie i dżajnizmie. Wyrosło w odpowiedzi na tradycje religijne, które zbyt mocno oparte były na zasadzie wyrzeczenia się życia światowego oraz przedstawiały świat w sposób negatywny.

Wracając do Tantry w buddyzmie, stanowi ona niezwykle ciekawe połączenie zrozumienia intelektualnego z estetyką. W pierwszym przypadku chodzi o filozofię madyamiki i konceptualne zrozumienie pojęcia pustki. Gdy zaś mówimy o estetyce, związana jest ona z praktyką oddania i ścieżką radości i rozkoszy.

Wiadomo, że we wczesnym okresie rozwoju buddyzmu w Indiach, ten kraj pozostawał w kontaktach ze starożytną Grecją. Był to okres wzajemnej wymiany kulturowej i ekonomicznej. Dotyczył obszaru jedwabnego szlaku, ale także rejonów wysuniętych dalej na południe i wzdłuż wybrzeża. Aleksander Wielki, na przykład, dotarł aż do rzeki Indus i do dnia dzisiejszego ludzie z Afganistanu czy Pakistanu. Wiążą z nim swoje pochodzenie, wciąż nazywają go "Sikander", tak jak rzeczywiście zwano go wcześniej, a jego postać w dalszym ciągu stanowi istotny element ich kultury.

Buddyzm w sztuce hinduskiej wtedy dopiero zaczynał się rozwijać, tak więc początkowo przedstawiano Buddę za pomocą nieco abstrakcyjnych symboli takich jak drzewo bodhi – oznaczające oświecenie, stupa – odwołująca się do jego śmierci, lotosowe kroki Buddy. Używano takich symboli ponieważ sądzono że sam Budda był zbyt znakomity, by przedstawiać go bezpośrednio. Zdecydowano więc, że tylko pewne aspekty jego życia będą reprezentowane przez owe symbole. W niedługim czasie pojawiły się pierwsze próby odzwierciedlenia wizerunku Buddy jako człowieka. Idea ta prawdopodobnie została zaczerpnięta od Hindusów i ich sposobu przedstawiania Shivy. Wkrótce po tym, na terenie

obecnego Pakistanu i wschodniego Afganistanu nastąpił rozwój sztuki Gandharan, która przedstawia buddów i bodhisattwów zgodnie z greckim stylem. Jednak, jak się sądzi, nie chodziło tu tylko o styl, pojawiły się także cechy myśli i filozofii greckiej.

Analizując kulturę starożytnej Grecji mówi się o rozłamie między bogiem Apollo a Dionizosem. Apollo, syn Zeusa, miał władzę nad niebem. Był jak Merkury, a jego podstawowa funkcja związana była z przejrzystością. Miał wydawać rozkazy, nadawać rzeczom doskonały kształt. Apollo reprezentował przejrzystość, która powstaje, gdy wprowadzimy przestrzeń. To tak jak zwiększenie dystansu zwiększa obraz w polu widzenia. Przeciwnieństwem był Dionizos. Kult tego boga prawdopodobnie wywodził się z wcześniejszej tradycji oddawania czci matce uważanej wówczas za głowę rodziny. Gdy ta tradycja była bliska upadkowi, oddanie zostało przeniesione na formę męską – Dionizosa. Praktyki związane z Dionizosem dotyczyły ciała, którego używano jako środka, by osiągnąć połączenie z naturą i stanem ekstazy. Takie ceremonie odbywały się głównie w nocy, w ciemnych miejscach – zwykle lasach. Towarzyszył im seks, nagość, ofiara; jedzono mięso i pito duże ilości alkoholu. Porównując oba style – Dionizosa i Apollo – z łatwością dostrzeżemy kontrast i rysujące się napięcie pomiędzy nimi. Podobnie rzecz się miała w kulturze hinduskiej w czasach, w których buddyzm jeszcze nie istniał.

Prawdopodobnie między rokiem 6000 a 2000 p.n.e. do Indii przybyli Arianie, lud z terenów blisko Kaukazu. Mówili językiem podobnym ludziom zachodniej Europy – był to język z grupy praindoeuropejskich, z którego wyrosła starożytna Greka i Sanskryt. Arianie byli pasterzami, hodowali bydło i uważali krowę za świętość, co nie zmieniło się w Indiach aż do dziś.

Oczywiście, jeśli ma się krowy to zwykle unika się lasów, bo taka krowa może się w lesie łatwo zgubić. Poza tym w lesie są wilki i wiele innych groźnych zwierząt. Najlepiej wyciąć las, tak żeby został piękny kawałek trawy, przestrzeń, żadnych węży i dużo do jedzenia. Tak więc, w miarę jak postępował rozwój ludu Arian ich religia stawała się coraz bardziej związana z przestrzenią, niebem i otwartością. Ci ludzie obawiali się ciemności i zamkniętej przestrzeni. Doprowadziło to do swoistego podziału: wszystko, co jasne, związane ze światłem jest dobre a to, co ciemne jest złe. Podobny dualizm znajdujemy w Manicheizmie, religii, która rozwinęła się na terenach dzisiejszego Iranu prawdopodobnie około roku 260 n.e. Dla wyznawców tej religii, Ahura Mazda był zamieszkującym niebiosa świetlistym bogiem. Nad nim unosiła się błękitna kupała, a pod nim rządziły siły ciemności i wody.

Kiedy droga umysłu i droga ciała spotkały się jako przeciwieństwa, umysł pełen abstrakcyjnych myśli wolnych od emocji kojarzył się z czystością a ciało pełne odchodów i wszystkie jego potrzeby kojarzone były z nieczystością. Poród i menstruacja także przywołują na myśl nieczystość, tak więc cielesność budziła pewnego rodzaju strach. Odwołując się do przykładu Apolla i Dionizosa, żadna kultura nie była w stanie sobie

poradzić z takim rozdzieleniem; podziałem na to, co cielesne i na to, co umysłowe. Zaczęto poszukiwać integracji, co zaowocowało np. kultem Kriszny w Indiach.

Krishna jest granatowy, a od granatu już niedaleko do czerni. Jego postać kojarzona jest z krowami a to, dlatego, że jako mały chłopiec pijał jogurt. Gdy dorósł upodobał sobie seks z wieśniaczkami wypasającymi krowy. Nie był żonaty, miał wiele kobiet, grywał na instrumentach. Postrzegano go jako odludka. Miejscem, w którym odnajdywał wolność i ukojenie dla zmysłów był las. Mamy tu do czynienia z bardzo ciekawą transformacją kulturową, dotyczącą postawy, która pierwotnie odrzuca pewne zachowania, by potem zacząć je uznawać. Oznaczało to, w tym przypadku, że bramini, którzy przecież wyznawali wiele zasad dotyczących jedzenia, kąpieli czy także rytualnego zachowania czystości nagle zaczynają zwracać się w kierunku postaci, której postępowanie jest zdecydowanie odmienne. Ta archetypowa postać to osoba, której nie dotyczą reguły czy narzucone zasady postępowania. Uosabia ona cielesność, seksualność i dążenie do przyjemności.

Z czymś podobnym spotykamy się w buddyzmie, gdzie praktyk wczesnej tantry podejmują się ludzie tacy jak prostytutki, pomywaczki, osoby zaangażowane w czynności, które przypisane były najniższym warstwom społecznym. Ci ludzie nawiązywali silne związki z osobami z wyższych kast, co opisuje słynna historia Sarahy.

Saraha był braminem pochodzącym z dobrego domu. Stał się wielkim uczonym, lecz jego postęp na ścieżce duchowego rozwoju był nikły. Zmieniło się to jednak pewnego dnia, kiedy to poznał kobietę, która zajmowała się wyrabianiem strzał. Kobieta owa reprezentuje tu kulturę plemienną, ponieważ jak wiadomo strzały były używane do łowów. Bramini jednak nie polowali. Kobieta zadała Saharze kilka pytań odwołujących się do jego bezpośredniego doświadczenia, ale on nie potrafił na nie odpowiedzieć. Miało to na celu przebudzić go, odwrócić od jego apolińskiej postawy, relatywnej, akademickiej 4przejrzystości, wytrącić z nieustannego życia w księgach. Gdy usłyszał pytania "Czym jest życie? Kim Ty jesteś?" okazało się, że nie znał na nie odpowiedzi. Na to kobieta odłoniła przed nim swoją sekretną mandalę ukrytą pod spódnicą a Saraha doznał przebudzenia. Zamiast koncepcji, w jednej chwili odkrył bezpośrednio pozakonceptualne doświadczenie.

To bardzo ciekawe, bo można zauważyć jak kobieta pochodząca zupełnie z zewnątrz, często zapewne występująca w roli skrywanej kochanki silnych, pełnych władzy mężczyzn, nagle staje się częścią pewnej struktury zamiast zostać od niej odsunięta. W tym przypadku kobieta przenosi mężczyznę do całkiem innego wymiaru doświadczeń.

Istnieje podobna historia na temat Naropy. Pewnego dnia, kiedy nauczał przyszła do niego starsza kobieta i podobnie jak w poprzedniej opowieści także zaczęła zadawać trudne pytania, których Naropa nie rozumiał. Gdy milczał nie udzielając żadnej odpowiedzi kobieta powiedziała: "Musisz koniecznie poznać mojego brata". Naropa udał się więc do mężczyzny

którego zwano Tilopą. Mężczyzna ten wiódł dzikie życie wygnańca; siadywał na brzegu rzeki, żywił się pozostawionymi wnętrznościami i głowami ryb. Tilopa na wiele sposobów wystawiał Naropę na próbę. Celem było odkrycie przed nim samym prymitywnych aspektów siebie, takich jak strach, gniew czy zwątpienie, których Naropa starał się w sobie unikać. Jednak dzięki zaufaniu i intuicji, którą Naropa obdarzył Tilopę, udało mu się przebić przez na pozór chroniący go, lecz w rzeczywistości ograniczający kokon splątany z nawykowych koncepcji. Z okresu wczesnej tantry pochodzi wiele takich historii.

Tantry często nauczano na cmentarzach. Były to miejsca wzbudzające strach gdzie nikt nie chciał chodzić. Tam człowiek stawał się bardziej podatny na wpływy pochodzące z najciemniejszych zakamarków swojego umysłu. Jeśli tylko chciałeś mogłeś jeść ludzkie mięso, przywracać umarłym życie a nawet uprawiać z nimi seks.

Mamy tu znów do czynienia z przełamywaniem pewnych granic. To, co wcześniej było oddzielane od siebie, zostawało łączone. Zwykle, gdy tak się dzieje – gdy łączy się przeciwieństwa, wzbudza to pewne poruszenie, czasem obawę. Poruszenie jednak łatwo zamienić w podniecenie czy ekscytację. Ludzie odnajdują tego rodzaju emocje uprawiając sporty ekstremalne takie jak wspinaczka czy jazda na motorze. Również wszelkie perwersje seksualne wynikają właśnie z tego typu podniecenia. W tantrze wykorzystuje się ten proces transformacji przywołując rzeczy, które zwykle budzą strach, obrzydzenie czy zmieszanie. Gdy angażujemy się w tego rodzaju emocje, pojawia się lęk egzystencjalny, który dociera do samej istoty naszego istnienia. Właśnie on zostaje zamieniony w ekscytację. W ten sposób można pobudzić energię serca⁵ – pasję, która może pomóc w wyzwoleniu. Osoby, którym udaje się dokonać takiego przekształcenia uznawane są za "bohaterów". Dzieje się tak na pewno w przypadku buddyzmu i jak sądzę dotyczy także innych kultur.

Padmasambhava, bez względu na to jak go postrzegamy, jest właśnie przykładem takiego mitycznego bohatera. Jego moc pochodzi z jego nieustraszoneści, nie ulega on poruszeniom, nie odwraca się od trudnych sytuacji – przeciwnie – stawia im czoła.

Padmsambawa jest prawdziwym joginem. Jogin to ktoś, kto potrafi wykorzystać jako środki na ścieżce wyzwolenia sytuacje, emocje i zachowania, które zwyczajnych ludzi głębiej przywiązują do samsary.

Jeśli więc zastanowimy się nad tym, co budzi największy lęk w człowieku, będą to dwie rzeczy – seks i śmierć. Wobec tego, czyż tantra nie będzie polemiką na temat seksu i śmierci?

W tantrze pracuje się z wizerunkami śmierci, zabijania, kopulacji, niszcząc przejawy tego, do czego jesteśmy najbardziej przywiązani. Niszczymy to przywiązanie po to, by zespolic się z pustką. Jest to sprzeczne z tym, co robimy na co dzień, ponieważ w samsarze z kolei zespaliśmy się z naszymi wizjami niszcząc w ten sposób świadomość natury pustki.

Tantra w rzeczywistości związana jest mocno z ekstazą. Jeśli rozbijemy wyraz ekstaza na dwie części otrzymamy "ek" i "stasis" czyli wyjście ze swojego "ja", bycie wyciągniętym poza swoje „ja”⁶ Wychodząc poza nasze własne "ja" rozpoznajemy siebie. "Ja", z którym dotychczas się identyfikowaliśmy jest zbudowane z założeń na swój temat, naszej karmy, naszych nawykowych tendencji. Dlatego praca w tantrze polega na wizualizacji siebie jako bogów czy boginie. Pozwala nam to odsunąć się od określonego poczucia samego siebie, które nam zwykle towarzyszy. Dzięki takiej pracy możliwe jest porzucenie własnych założeń na swój temat i strachów, które są z nimi związane. W ten sposób, posiadając wyobrażoną osobowość stajemy się wolni, możemy zachowywać się w zupełnie inny sposób niż do tej pory.

Niektórzy z was być może spotkali się z pracami Herberta Marcuse'a. Mimo tego, że uważam niektóre z jego myśli za niespecjalnie przydatne, napisał on jedną istotną rzecz. W *One-dimensional Man*⁷ pisze, że rewolucje i wszelkie poważne zmiany prowokowane są przez ludzi, którzy nie znajdują swojego miejsca w systemie. Tylko takie jednostki będą dążyć do rewolucji. Lecz wielkie gesty to zwykle nie są działania na dłuższą metę. Dla przykładu, rok 1968 – bunt, protesty i ludzie być może przeżywali to przez jakiś czas, lecz to już dawno jest przeszłość. Zapominamy o takich wydarzeniach, bo działania rewolucyjne zawsze prowokują kontratak ze strony sił konserwatywnych.

W dialogu pomiędzy Stalinem a Trockim pojawia się wątek, który można by uznać za przykład działania lewicowego. Chodziło o to, jaką obrać pozycję: czy działać zdecydowanie czy stopniowo – zapoczątkować rewolucję w jednym kraju a potem w następnych, czy może od razu spowodować poruszenie na światową skalę.

Z podobną kwestią mamy do czynienia w Buddyzmie Tybetańskim. Jednym z ważniejszych momentów dla buddyzmu jest powołanie Rady Lasy. Stało się to po opuszczeniu Tybetu przez Padmasambhavę. Zaangażowany w tę sytuację był hinduski mnich nazywany Kamalashila, główny uczeń Shantarakshity, który to prowadził debatę z Hwa Shang Mahayaną, inicjatorem chińskiego ruchu o alternatywnych poglądach. Kamalashila był wielkim uczonym i medytującym, który napisał Bhavanakramę⁸, bardzo ważny przewodnik dla medytujących. Podczas dyskusji Kamalashila zaproponował stopniowy rozwój na ścieżce praktyki buddyjskiej, dzięki któremu praktykujący powoli pozbywa się splamień i usuwa przeszkody rozwijając w ten sposób mądrość i współczucie. Takie działanie stopniowo przybliży do oświecenia. Hwa Shang Mahayana miał odmienny pogląd, mówił o natychmiastowym oświeceniu. Zakładał, że jeśli umysł od samego początku jest oświecony, a wszelkie zaciemnienia nie są niczym wrodzonym, lecz czymś, co się pojawia, to mogą one zostać od razu usunięte.

Kamalashila wygrał tę debatę. Prowadził ją król, i można by spekulować podając wiele przyczyn, dlaczego zapadła właśnie taka decyzja. Można by np. mówić o lepszych

stosunkach handlowych z Indiami, lecz ogólnie rzecz biorąc to raczej niespotykane, żeby jakikolwiek król zdecydował, że koncepcje rewolucyjne są lepszym pomysłem. Na królu ciąży odpowiedzialność posiadania kontroli. Jest patriarchą, a to zobowiązuje do działania w sposób stopniowy. Doskonale potwierdza to historia demokracji w Europie. Ci, którzy decydują się walczyć o swoje prawa zostają stłamszeni przez siłę konserwatyzmu, pozycji i władzy, która nigdy łatwo się nie poddaje.

Czasy współczesne odkrywają przed nami także historię tzw. Dzikiego Zachodu Ameryki Północnej. Jeśli wierzyć przerysowanym opowieściom Hollywoodu, granice tego terytorium zostały przekroczone przez ludzi o zadziwiających charakterach. Z jednej strony byli oni jak dobrzy przyjaciele, z drugiej mieli w sobie coś z szaleńców. Obejrzałem naprawdę wiele westernów i od zawsze mam wrażenie, że można podzielić je na dwa rodzaje filmów. Pierwsze to takie, gdzie widzimy pociąg a w nim osadników chronionych przez tzw. bohaterów pozytywnych. Wszyscy zostają zaatakowani przez Indian, którzy oczywiście traktowani są jako ci źli. Drugi rodzaj filmów to taki, gdzie z kolei grupka białych ludzi strasznie rozrabia, atakuje pierwsza i wybija wszystkich Indian. Potem już wszyscy wybijają siebie nawzajem aż nadjeżdża szeryf i zaprowadza porządek. Pociąg jedzie dalej i wszyscy mają się dobrze, cywilizacja może się rozwijać.

Możemy również patrzeć w ten sposób na Padmasambhavę znanego jako Guru Rinpoche, który z jednej strony będzie tym złym a z drugiej sprawiedliwym szeryfem. Z pewnością on także był trochę szalony. Jak mówi historia, przybył do Tybetu całkiem nagi. Będąc Tybetańczykiem można sobie oczywiście wyobrazić "nagą wyprawę" do Indii, lecz nagi Hindus w Tybecie - to już nie do pomyślenia! Lecz Padmasambhava jest szaleńcem, on się tym nie przejmuje. Tubylcy mówili mu "Nie chodź tam, tam jest wiele bardzo silnych lokalnych bogów ". A on im odpowiadał "Mam to gdzieś. I tak tam pójdę!". Miał przy sobie mantry, które były jak pistolet dla szeryfa. Mógł z nich strzelać niczym rewolwerowiec i zawsze wygrywał. Taki przejaw szaleństwa miał bardzo duże znaczenie dla Buddyizmu, bez niego nigdy by nie powstał. Pamiętacie Santaraksitę? Jego imię oznacza "Spokojna Ochrona". Ale spokój nie wystarcza, jeśli chce się załatwić na dobre pewne sprawy. Tak, więc trzeba było wynająć prawdziwego zabijakę, faceta z Dorje Purbą, który powie: "Załatwię Cię! PHE (PHAT)!". To był szalony człowiek, który przyszedł i powiedział: " Nie biorę zakładników, będziecie moimi niewolnikami! Jak wam się to nie podoba to czeka was śmierć". Bum! Dharmadhatu! To jest właśnie historia Padmasambhavy. Dzięki niemu w Tybecie zapanował pokój, lokalni bogowie zostali poskromieni. Później wystarczyło, że inni "szeryfowie" powtórzyli dzieło Padmasambhavy i wszystko wracało do normy.

Padmasambhava zwyciężył, ustanowił psycho-duchowy, socjalny i ekologiczny system przejęcia kontroli nad siłami zła i pomieszaniami. Kontrola nabiera tu symbolicznego znaczenia. Pojawia się element centralizacji władzy będący swoistą metaforą, ponieważ

mamy do czynienia z przypadkiem, gdzie jednostka przejmuje całkowitą kontrolę. Można w tym dostrzec strukturę mandali. Najważniejsza postać, bóg, jest w jej środku, a moc wydostaje się na zewnątrz i dociera do świata.

Przed pojawieniem się Padmasambhavy Tybet zamieszkiwało wielu lokalnych bogów. Każdy z nich miał swoich wyznawców a jego kultem przesiąknięta była również grupa utrzymująca władzę nad tybetańskimi plemionami. Jednak wraz z powstaniem klasztoru Samey, założonego dzięki Padmasambhavie, możliwe stało się przejście władzy nad całą tą strukturą psycho-spiritystycznych sił w Tybecie.

Przyjęto się, że gdy buddyzm wkraczał do jakiegoś kraju to król jako pierwszy przyjmował tę religię, a za nim reszta. Podobnie było w Tybecie. Dwór był związany z dharma na długo przed pojawieniem się Padmasambhavy. Król Trisong Deutsen był władcą, który z czasem coraz bardziej osadzał się w buddyzmie, aż wreszcie stał się bliskim uczniem Padmasambhavy. Sam buddyzm zresztą będący ścieżką stopniowego rozwoju, ścieżką posłuszeństwa opartą na przewidywaniach doskonale wpasował się w system zcentralizowanej władzy zdominowanej przez biurokrację. Dostosował się do konfucjańskiej idei funkcjonowania króla jako mediatora pomiędzy bogami i ludem. Buddyzm również świetnie nadawał się do klasztorów w Indiach, gdzie wprowadzono system religijny oparty na strukturze hierarchicznej. Jednak zawsze, kiedy pojawiały się działania w kierunku centralizacji władzy, wraz z nimi przychodził opór ze strony prowincji, lokalnych baronów, właścicieli ziem. Znamy to doskonale z historii Europy. Dokładnie tak samo było w Tybecie, po tym jak synowie Trisonga Deutsena przejęli po nim władzę, a w następnej kolejności Ralpachen, który został zapamiętany jako król o długich włosach. Przypuszcza się, że gdy król spoczywał a jego włosy opadały swobodnie, mnisi na nich siadali. Miało to swoje symboliczne znaczenie, oznaczało siadanie na głowie króla. Jego następcą był Langdarma sympatyzujący z religią bon i pozostający w kontaktach z lokalnymi przywódcami. Za jego panowania rozwój buddyzmu osłabł. Należy przypomnieć, w tym miejscu o Kamalashili, który został wcześniej brutalnie zamordowany. Ściśnięto mu nerki, aż ten wyzionął ducha. Potem przyszła kolej na Langdarmę. Jego też zamordowano. Zrobił to mnich wygnany z klasztoru, który zamknięto. Przyszedł do króla ubrany w dwubarwną pelerynę i wielki czarny kapelusz. Zabił Langdarmę strzałem z łuku. Można powiedzieć, że to wydarzenie doprowadziło do upadku centralizacji władzy w Tybecie. Efekty widoczne były jeszcze przez dwieście lat i przyczyniły się do zatrzymania rozwoju buddyzmu. Buddyzm wówczas zaczął rozkwitać na peryferiach, aż do rejonów Dalekiego Wschodu, dotarł do Kham i Amdo, na zachodzie zaś do rejonów Guge. Po tamtych wydarzeniach postać mnicha w czarnym kapeluszu, który pozbawił życia Langdarmę, kojarzy się z tańcem czarnego kapelusza. Taniec ten symbolizuje rytualny akt zniszczenia sił uzurpujących sobie prawo do władzy nad buddyzmem.

Zdecydowanie później, w okresie nowych tłumaczeń, do Tybetu przybywają kolejni nauczyciele z Indii, którzy zjednują sobie początkowo zaledwie kilku uczniów. Niektórzy z tych nauczycieli dają początek trzem ważnym szkołom buddyzmu: kagyupa, sakya i gelugpa. Oczywiście na początku były to jedynie załączki przyszłych głównych szkół. Musiało minąć sporo czasu zanim zaczęto postrzegać je jako całkowicie odrębne i identyfikować się z nimi.

Przed powrotem dharmy do Tybetu, w kulturze hinduskiej nastąpiło wiele zmian. Pojawili się Muzułmanie, którzy dopuścili się ataków na Indie i zniszczyli świątynię Somnath w Gujarat. Zasiało to ogólny strach i obawę ludzi.

Potem nastąpił powrót hinduizmu. Współczesny hinduizm wówczas zaledwie zaczynał się rozwijać. Był to XI wiek n.e. Umożliwiło to swobodny przepływ myśli religijnej pomiędzy hinduizmem a buddyzmem. Ludzie stawali przed wyborem, z którą religią się utożsamić.

Do tego czasu większość klasztorów buddyjskich zdążyła się rozbudować, przypominając niemal małe miasteczka. Trzeba było starać się o darczyńców, którzy ofiarowaliby ziemię i jedzenie. Niezbędni byli także ludzie do utrzymania klasztorów. Tantra, dotąd kojarzona z praktyką ekstazy i wolności, swobodną grą między energią męską i żeńską, zaczęła wchodzić w dialog z zupełnie innym środowiskiem – strukturą monastyczną. Konsekwencją takiego dialogu było dialektyczne podejście do tantry, która stała się przez to mniej fizyczna a bardziej symboliczna. Dzięki temu możliwa była integracja z surowym systemem klasztornym. W ten sposób tantra przemierzyła drogę od niemal frywolnej, dzikiej formy by stać się częścią struktury i władzy.

Jedną z ważniejszych kwestii pojawiających się wraz z wkroczeniem do Tybetu tzw. nowego okresu dharmy był problem zachowania czystości nauk. Obawiano się ich splamienia, stawiano wiele pytań. Czy ci nauczyciele, którzy przybywają z Indii to prawdziwi hindusi, czy to *właściwe osoby*? Zaczęto wnikliwie przyglądać się ludziom, lokalni przywódcy przejęli kontrolę nad tym, kto mógł nauczać a kto nie. Wreszcie konieczne stało się posiadanie pozwolenia na nauczanie dharmy. Sama dharmy stawała się przez to bardziej podległa instytucjom. Doprowadziło to do sytuacji, a wręcz rozwoju społeczności która, gdy tylko ktoś zaczynał nauczać dharmy stanowczo protestowała. Ludzie pytali "Kim jesteś? Kto jest Twoim nauczycielem? Skąd pochodzą Twoje nauki?". Zamiast więc zastanawiać się nad sensem samych nauk, ludzie woleli przyglądać się nauczycielowi, określać jego status, prawdziwość nauk i miejsce ich pochodzenia.

Podróżując po Indiach i odwiedzając Tybetańczyków można spodziewać się pytań "Kto jest Twoim nauczycielem? O tak, tak on jest bardzo dobry, świetnie." Ludzie będą szufladkować nas w ten sposób. W Europie też przecież tak robimy, znany jest nam ten rodzaj snobizmu. Ludzie pytają "Czy buty, które masz na sobie to Gucci?" lub "Studiowałeś w Oxfordzie?".

Takie zachowania znajdziemy wszędzie. Dotyczy to także linii przekazu. Jeśli dotrzymana jest czystość linii to uważa się, że wszyscy należący do tej linii są także czysti. W logice nazywa się to solipsyzmem, to jakby coś zostało powiedziane i wszyscy w to wierzą lecz nikt tego nie udowodnił. Za tym kryje się dobrze nam znana rzeczywistość. Trudno przy podejmowaniu decyzji zaufać czyimś zdolnościom, znacznie łatwiej i szybciej ufamy tytułom, certyfikatom potwierdzającym jakość. Myślenie i umiejętność dokonania oceny opartej na refleksji okazują się być bardzo trudne, zwłaszcza, gdy dotyczy to instytucji posiadających władzę, które wiele informacji przed nami ukrywają. Okazuje się, że po to aby dotrzeć do informacji, które pozwolą nam rzeczywiście ocenić, czy chcemy należeć do danego systemu czy nie, najpierw musimy i tak znaleźć się w tym systemie i stać się jego częścią. Sam fakt, że ktoś posiada jakieś tytuły nie czyni go specjalistą w danej dziedzinie. Ta kwestia przyczynia się do wielu problemów, jeśli chodzi o wszelkie struktury zdominowane przez biurokrację. Nazwa nie zawsze w pełni opisuje produkt. Tak, więc jeśli mamy mieć szacunek do linii tylko ze względu na jej czystość a jedynym dowodem na to będzie fakt, że nauki pozostają niezmiennie, to czasem możemy przekonać się, że pod taką przykrywką znajduje się zupełnie coś innego, niepełnowartościowego.

W Tybecie było kilku lamów, którzy w szczególności upodobali sobie (tantryczne) praktyki ekstazy. W czasach swojej młodości C.R Lama był bardzo bardzo ruchliwy, pełen energii. Gdy robiliśmy puje w jego domu w Shantiniketan, było tam może z sześć osób, mieliśmy ogromny bęben zrobiony ze starych beczek po winie. Bęben pochodził z Kalkuty. Podczas puji C.R Lama często przerywał praktykę i mówił do żony "Przynieś trochę alkoholu!". Potem wszyscy musieliśmy wypić duże ilości whisky, brandy czy czegośkolwiek innego. To miało nas rozluźnić, żebyśmy nie byli zbyt poważni. Takie puje miały bardzo specyficzny charakter, była w nich pewna dzikość i jednocześnie siła. Wszyscy robiliśmy wiele hałasu, każdy był bardzo poruszony. Rinpoche nabierał wtedy garść ryżu i rzucał nim w nas udzielając tym samym błogosławieństwa. Wtedy wszyscy byli naprawdę zmieszani i zagubieni. Nie wiedzieliśmy gdzie jesteśmy i kim jesteśmy. Lecz właśnie bez tego rodzaju punktów odniesienia umysł był w stanie doświadczyć siebie bezpośrednio. Mimo tego, ta metoda nie jest zbyt popularna. Jeśli odwiedzi się tybetańskie klasztory to ma się wrażenie jakby oglądało się występ grupy baletowej. Dorje Lopon wygląda wtedy jak matrona z baletu Kirov z St. Petersburga, który krzykiem wprowadza porządek w grupie, ustawia wszystkich w rzędzie, pilnuje żeby bębny grały jednocześnie i sprawdza czy ktoś przypadkiem nie za wcześnie zadzwoni dzwonkiem. Ten przykład sprowadza nas znów do Apolla i Dionizosa. Podążając za modelem Apolla, puja powinna być przeprowadzona we właściwy sposób, z prawidłową melodią, odpowiednimi mudrami itd. Z kolei z dionizyjskiego punktu widzenia jedynym powodem robienia puji byłoby czerpanie z niej jakiś korzyści. Cel to otrzymanie czegoś w zamian, i nie chodzi tu o karmę (dobrą karmę kumuluje się poprzez odmawianie mantr). Chodzi tu o otrzymanie czegoś bardzo bezpośredniego, doświadczenie czegoś, co pozwoli wydostać się poza zwykły stan, czegoś będącego radykalnie innym od codzienności.

Tak więc widać, że styl Apolla jest zupełnie odmienny od Dionizosa, rysuje się między nimi napięcie. Ja osobiście nie za bardzo lubię wykonywać tantryczne rytuały w towarzystwie innych ludzi. Lubię robić puję tak, by stała się dla mnie samego pełna znaczenia. Jeśli robię jakąś część praktyki i nie podoba mi się sposób, w jaki ją zrobiłem, po prostu ją powtarzam. Mogę ją powtarzać wiele razy, dopóki nie nabierze dla mnie prawdziwego znaczenia.

We wskazówkach do recytacji mantr możemy znaleźć trzy sposoby ich odmawiania. "Recytuj tę mantrę do momentu, aż we śnie nie zobaczysz znaków", „Wykonaj sto tysięcy powtórzeń na każdą sylabę” „ Powtarzaj ją do chwili, aż nie ujrzysz Padmasambhavy". Jest to bardzo ważne, pokazuje nam dwie drogi. Pierwsza, to recytować w sposób formalny, licząc mantry, cokolwiek by się nie działo, z nastawieniem, że tak czy owak ta praktyka przynosi korzyści. Drugi sposób, to dążenie do doświadczenia. Oczywiście, wykonując tę praktykę z takim lamą jak Chhimed Rigdzin, trzeba dostosować się do sposobu recytacji ze względu na innych praktykujących. Jest wiele osób i każdy powinien dopasować się do rytmu, w przeciwnym razie powstanie straszny chaos, kakofonia dźwięków. Zatem musimy rozważyć również i ten aspekt, obecność dużej liczby osób. Dopasowujemy się do rytmu, bo jeśli tego nie zrobimy to można się naprawdę pogubić. Zachowanie rytmu pozwala w każdej chwili dołączyć do recytujących. Jest to ważne, ponieważ stanowi część przynależności do sanghi, jest częścią wspólnej praktyki. Jednak, jeśli dążymy do osobistej transformacji, musimy przyrzeć się własnej sytuacji, zaobserwować nasz indywidualny rytm i to, jak on zmienia się z dnia na dzień. Jeśli tak będziemy podchodzić do praktyki, możliwa będzie integracja z naszym własnym doświadczeniem.

Ważnym elementem jest także koncentracja na ciele. Weźmy przykład tai chi, w obrębie którego wyróżnia się system krótkich i długich form a także tai chi spontaniczne. Z tym ostatnim spotkamy się w większości systemów sztuk walki. Z jednej strony mamy pozycje standardowe a z drugiej zupełnie dowolny spontaniczny sposób reagowania. W kontekście dharmy potrzeba nam obu tych form. Można to czasem zauważyć, gdy wykonuje się puję – ciało chciałoby robić różne dziwne rzeczy. Możemy mu oczywiście na to pozwolić, zwłaszcza, gdy jesteśmy sami. Jednego razu mamy ochotę kołysać się, innego razu chcielibyśmy krzyczeć – odnajdujemy siebie w przeróżnych sytuacjach.

Na pewno znacie historię o osiemdziesięciu czterech mahasidach. Ci właśnie mahasidowie odegrali wielką rolę w rozwoju tantry a zwłaszcza mahamudry. Przedstawiani są zwykle jako grupa szaleńców. Jeden z nich, Kukuripa, bardzo lubił psy. Mieszkał na wyspie, z całą masą psów, w samym środku cmentarza. Jak się pojedzie do Berlina, to można napotkać kilka z jego reinkarnacji wałęsających się po ulicach z gromadą psów; wyglądają oni na zupełnie nieobecnych. W obrębie linii mówi się, że Kukuripa był niesamowity, ale co tak naprawdę myśleli o nim jego sąsiedzi – tego nie wiemy. Kiedy C.R Lama przebywał w Shantiniketan w

Bengalu, gdzie mieszkałem razem z nim, tamtejsi ludzie uważali, że zajmował się czarną magią. Sądzili, że C.R Lama był niebezpieczny i dlatego nie za bardzo go lubili.

Trudno wszystkim dogodzić, takie jest życie. Obierasz pewną drogę, decydujesz się na coś, starasz się pozostać wiernym temu, co robisz i doświadczasz ale i tak zawsze znajdzie się ktoś, kto uzna to za kompletnie bezwartościowe. Rodzi to pewne napięcie ale sądzę, że wszyscy musimy nauczyć się z tym żyć. Z drugiej strony mamy dharmę, pojawiają się pewne zasady, których powinno się przestrzegać, mówi się o byciu dobrym dla innych, trosce o drugiego człowieka. Oczywiście jest to bardzo pozytywne i pozwala ludziom niezwiązanym z buddyzmem myśleć "O, Ci buddyści to naprawdę dobrzy ludzie". Istnieje jednak pewne niebezpieczeństwo. Ślepo podążając za tradycją i tym, co myślą o nas inni, możemy nigdy tak naprawdę nie przyglądać się sobie a mimo tego uznawać siebie za wzór doskonałego praktykującego. Można również przesunąć się w stronę doświadczenia i jemu zaufać. To doświadczenie może być prawdziwe i znaczące, lecz w tym przypadku także istnieje pewne zagrożenie. Możemy zatopić się w sobie, przestać troszczyć o innych, a co gorsza tworzyć swoją własną dharmę. Będziemy jej używać, by usprawiedliwić swoje zachowanie. W buddyzmie, kiedy mówimy o drodze środka, mamy na myśli odnalezienie balansu pomiędzy takimi dwoma skrajnościami. Ale droga środka to nie jest jakaś rzecz, to dynamiczny ruch pozwalających poradzić sobie z napięciem wynikającym z ograniczeń, jakie narzuca nam nasza egzystencja.

Przyjrzyjmy się teraz pierwszej linijce praktyki Guru Vidjahary zwanej również Dużym Rigdzinem.

A. MODLITWY WSTĘPNE

PRZYWOŁANIE GURU

OG MIN CZIE KJI JIING KJI PhO DRAANG NA
 DU SUM SAANG GJE KUN GJI NGO ŁO NJID
 RAANG SEM CZIE KUR NGON SUM TON DZAD PAI
 TSA ŁEI LA MEJ ZIAB LA SOL ŁA DEB

W pałacu Akanishty, w dharmadhatu, jesteś Ty, który posiadasz naturę wszystkich Buddów trzech czasów. Ty, który ukazujesz mi mój umysł jako dharmakayę. Modlę się do Ciebie, mój Rdzenny Guru.

Zwróćmy uwagę na typową strukturę tej modlitwy. Na początku pojawia się opis miejsca a potem dopiero opis osoby. Tak to zwykle wygląda. Zobaczycie to również, w dalszej części tekstu, w opisie budowania mandali. W życiu też tak jest. Najpierw był świat, a potem pojawił się człowiek. I mimo tego, że jawi się nam to w zupełnie inny sposób, nie jest tak, że pojawia się my a potem przychodzi świat. Ważna jest tutaj koncepcja, która mówi, że miejsca nas kształtują. Widzimy tu ponownie zasadę współzależnego powstawania. To, jacy się stajemy zależy od pewnych warunków. Słowa *OG MIN CZIE JIING* czy Akanishta dharmadhatu najwierniej odzwierciedlają miejsce, w którym znajduje się dharmakaya. Jeśli nie przywykliśmy do tego rodzaju określeń, możemy postrzegać je jako jakieś dziwaczne słowa. Jednak w rzeczywistości są to techniczne terminy. Podobnie, jeśli nie wiemy ani trochę o silnikach samochodowych, określenie "To jest karburator" nic nam nie mówi. Jednak, gdy ktoś pokaże nam karburator i przekonamy się jak on działa, wtedy to słowo nabierze dla nas znaczenia. Tak więc, w królestwie dharmadhatu, o którym mowa w tekście, najwyższa forma istnienia to ten, który jest esencją wszystkich buddów. Wszyscy "buddowie trzech czasów" to budda przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. A kimże są buddowie przyszłości? To ludzie, całkiem blisko nas.

Jest to bardzo istotne, zwłaszcza w tej praktyce, ponieważ uwzględnia nas samych. Z jednej strony stawiamy coś na piedestale mówiąc, że jest to wyjątkowe. Stosujemy wtedy zasadę hierarchii. Jednak jednocześnie sami umieszczamy siebie w tej strukturze, a to już wprowadza zasadę równości. Zatem kim jest ten, będący esencją wszystkich buddów? To nasz rdzenny guru pokazujący nam naturę naszego umysłu. Tą naturą jest dharmakaya.

Często zadaje się pytanie, dlaczego w buddyzmie tantrycznym tak duże znaczenie przywiązuje się do guru. Niewątpliwie jest to bardzo ważna kwestia. Do tego, co próbujemy osiągnąć na ścieżce praktyki nie dojdziemy posługując się rozumem, który swoje działanie opiera na dedukcji czy analizie intelektualnej. Odkrycie, kim naprawdę jesteśmy to nie jakiś

problem do rozwiązania, to żywe doświadczenie. Należy się jemu poddać. Jeśli więc, tak jak mówi tekst, istnieje ten, który pokaże nam naturę naszego umysłu, to może powinniśmy poprosić jakiegoś neurologa, żeby zajrzał do naszej głowy i potwierdził to słowami "Oto natura twojego umysłu". Może mógłby coś na ten temat powiedzieć, ale nawet gdyby tak się stało, cóż z tego, skoro byłaby to dla nas tylko jakaś dodatkowa porcja informacji. Nie przyniosłoby to żadnego pożytku, nie doszłoby w nas do żadnej przemiany.

Zobaczmy jak bardzo poczucie tego, kim jesteśmy i własnej odrębności zbudowane jest ze zbioru różnego rodzaju informacji. Gdy przyjeżdżamy na odosobnienie słuchać nauk na temat Dużego Rigdzina, poznajemy sporo nowych ludzi. Zadajemy im wtedy mnóstwo pytań "Skąd przyjechałeś", "Co robisz?". Oni udzielają nam odpowiedzi i w ten sposób dowiadujemy się o nich więcej. Jednak nie znaczy to, że tak naprawdę ich znamy. Załóżmy, że poznajemy kogoś tutaj i decydujemy się spędzić z tą osobą życie, to nawet, jeśli będziemy razem przez dwadzieścia lat, nie oznacza wcale, że ją znamy. Powracając do kwestii guru, nie jest to żaden psychoterapeuta zarabiający na tym, że wypytuje ludzi o ich życie. Możecie kogoś uważać za guru, a to nie znaczy, że ta osoba będzie wszystko o was wiedzieć, przeciwnie – może nic o was nie wiedzieć.

To, o czym tu rozmawiamy odnosi się do poziomu doświadczenia niebędącego tworem skonstruowanym na podstawie jakichś opowieści, wydarzeń historycznych czy odczuć. Jednym z powodów, dla których guru zwykle jest szorstki dla swoich uczniów jest fakt, że nie ma on na celu potwierdzać im ich własnych założeń na swój temat. Wszyscy mamy takie założenia, są one bardzo silne. Jeśli pozostaniemy uwikłani w tworzenie wyobrażeń odnośnie tego, kim jesteśmy to niczego nowego się o sobie nie dowiemy. Będziemy jedynie wciąż tworzyć coraz to nowsze historyjki. Zadaniem guru, w tej sytuacji, będzie pomóc nam otworzyć się na coś zupełnie nowego, nowy rodzaj doświadczenia. Ponieważ każdy z nas jest nieco inny, ten sam guru będzie zachowywał się w różny sposób względem każdej osoby. Jeśli poznaliście C.R Lamę to mogliście tego doświadczyć. Czasem potrafił być bardzo szorstki dla jednego a potem po chwili uśmiechał się do drugiego. Nawet względem tego samego człowieka, wczoraj był bardzo miły a już dziś wręcz okropny. C.R Lama był nieprzewidywalny. Łatwo zmieniał zdanie mówiąc "Chcę zrobić to...i to... a może jednak tamto".

Wielu guru, a już na pewno w obrębie naszej linii, może być porównywanych do tzw. oszustów-naciągaczy – postaci popularnych w kulturach szamańskich np. Środkowej Azji czy Indian Południowoamerykańskich. Można ich porównać do Drukpy Kunleg czy Mulla Nasruddin. O takich osobach krążyło zawsze wiele historii, robili oni rzeczy, których inni raczej by nie zrobili. Przypominali nadwornych błaznów królewskich, którym wolno było powiedzieć na głos to, czego nikt inny by nie ośmielił się rzec. Pamiętam jak obecna uczennica C.R Lamy opowiadała historię dotyczącą ich pierwszego spotkania. Było to przy

okazji jakiejś konferencji uniwersyteckiej w Paryżu. C.R Lama został poproszony o wygłoszenie przemówienia. Wszyscy mówcy byli zajęci prezentacjami i dyskusją. Wtedy wszedł C.R Lama i od razu zaczął opowiadać jakieś dziwne rzeczy. Mówił coś o pogodzie, podróży, a gdy tak mówił, ludzie po prostu zaczęli wychodzić. Myśleli pewnie, "Co to ma być?". Jak zostało już tylko około dwudziestu osób to C.R Lama nagle zaczął opowiadać coś na temat dharmy. Nie było to najlepsze posunięcie w stosunku do organizatorów konferencji. Czasem trzeba być ostrożnym. Jeśli rozumie się, o co chodzi w całej sytuacji, to może to nawet wydawać się zabawne, ale gdy ktoś przychodzi całkiem z zewnątrz, wtedy sytuacja robi się poważna, bo dotyka mocno tej osoby. Może się jej wydawać się, że ma do czynienia z oszustem.

W naszej tradycji podkreśla się jak ważne jest, żeby ludzie byli dojrzałi. Wtedy są gotowi na nauki. W przeciwnym razie jest to strata czasu. Podobnie jak u lekarza czy terapeuty. Kiedy ludzie przychodzą do nas na terapie i nie są w stanie rzeczywiście w niej uczestniczyć, albo gdy tego nie chcą odsyłamy ich z powrotem. Mówimy im wtedy, że mogą wrócić, gdy będą gotowi podjąć z nami współpracę. Niektórzy uważają, że opór sam w sobie może być pracą i że powinno się pozostawać z takimi stanami. Jednak pozwolenie sobie na integrację z tego rodzaju nastrojami tworzy bardzo gęstą i lepłą zasłonę, której utrudnia utrzymanie przejrzystości. Dojrzałość natomiast pojawia się, gdy decydujemy się współpracować.

Porównując kulturę Zachodu i Tybetu zauważymy, że udzielanie wyjaśnień związane jest z obyczajami tej pierwszej. W Tybecie zdominowanym przez tradycję guru, bezpośrednie doświadczenie ma większe znaczenie. Mimo tego, w tybetańskich klasztorach zawsze można było znaleźć jakiegoś naukowca. Młodzi ludzie przybywający do klasztoru po nauki mogli zwrócić się niego – zwano go geshe czy kenpo. Jednak bezpośrednich wskazówek zwykle później udzielał guru. Ludzie Zachodu powinni oprócz słuchania nauk guru również sięgnąć do literatury, by rozwijać swój pogląd i uzupełnić wiedzę. W przeciwnym razie, jeśli nie jesteście wystarczająco zakorzenieni w dharmie, byle wiatr będzie w stanie was zdmuchnąć.

Ustalmy, czym zatem jest dharmy. Jest wiele wyjaśnień na ten temat, lecz nas interesują w tej chwili dwa najważniejsze jej aspekty. Po pierwsze, dharmy może oznaczać rzeczywistość, prawdziwą naturę rzeczy. Po drugie, nauki, które głosili Budda Shakyamuni i jego następcy. Dharmy to wyraz pochodzący z Sanskrytu, ale przecież Hindusi i wyznawcy dżajinizmu także mówią o dharmie. Widzimy, że dharmy nie jest zarezerwowana jedynie dla buddystów.

Najważniejszą rzeczą, którą Budda Shakyamuni chciał przekazać nauczając dharmy było wyjaśnienie, dlaczego w życiu bezustannie wpadamy w tarapaty. Pragnął pokazać nam ścieżkę i metody, żebyśmy mogli wyplątać się z tych kłopotów. To jest podstawa wszystkich nauk. Z jednej strony mamy mądrość – próbujemy zrozumieć stan rzeczy. Z drugiej strony

jest metoda. Możemy ją porównać do współczucia, ponieważ mając współczucie dla siebie i innych staramy się użyć jej, by odwrócić się od pomieszania i wstąpić na ścieżkę ku przejrzystości. Metoda rozumiana jest tutaj zarówno jako narzędzia jak i umiejętności. Jeśli, na przykład, chcemy pociąć drewno potrzebna będzie nam piła. Sama piła jednak nie wystarczy, trzeba jeszcze wiedzieć jak jej użyć. Podobnie jest z praktyką, potrzebujemy metody jako narzędzia i musimy posiadać odpowiednie umiejętności, żeby te narzędzia wykorzystać. W podobny sposób podchodzimy do tekstu takiego jak ten.

Przyjęto się, że tekst *Dużego Rigdzina* zwyczajowo nazywany jest *pują*. Słowo *puja* oznacza oddawanie czci. Taki rodzaj tekstu jak Duży Rigdzin wywodzi się z hinduizmu. Historia mówi, że jeszcze przed powstaniem buddyzmu w hinduizmie można było odnaleźć podobne teksty. Dla hinduskich braminów wykonywanie puji stanowiło część tradycji, natomiast dla mnichów buddyjskich taką tradycją była praktyka wyrzeczenia i medytacji. W okresie rozwoju buddyzmu w Indiach wielu Hindusów stało się wyznawcami tej religii wnosząc w buddyzm wiele elementów z hinduizmu. Wyjaśnia to podobieństwo między tekstami buddyjskiej i hinduskiej puji. Zasadnicza różnica dotyczy poglądu i całej idei stojącej za praktyką. Używając jakiegokolwiek metody, ważne jest abyśmy zrozumieli dlaczego po nią sięgamy. Dla żołnierza ważny będzie naostrzony bagnet, ponieważ taki właśnie potrzebny jest mu do zabijania. Chirurg, z kolei, musi posiadać naostrzony skalpel żeby ratować życie. Narzędzie jest to samo, być może nawet technika działania jest podobna – konieczne jest nieco wysiłku fizycznego. Na szczęście, pogląd i idea stojąca za obydwoma działaniami są inne.

Przechodzimy do Praktyk Wstępnych, przybliżających pogląd i pokazujących jak stosować metodę. Przedtem jednak, omówimy fragment je poprzedzający, Oddanie Czci Guru, który pokazuje nam naturę naszego umysłu.

Oddanie Czci Guru

TA ŁA LOONG CZIEN JAANG PEI DON TOG SZIING
 GOM PA TRIN DRAL NJI MA TA BUR SAL
 CZIE PA TAR CZIN DRUB PEJ TAG THON CZIING
 DREJ BU KUN ZAANG GO PHAANG NGON DU GJUR
 DRIN CZEN LA MEJ ZIAB LA SOL ŁA DEB

Urzeczywistniasz głębokie znaczenie nieskończonego poglądu, Twoja medytacja jaśniej niż niczym nie przesłonięte chmurami słońce. Uzyskałeś oznaki siddhi wynikające z mocy Twojego działania, osiągnąłeś owoc poziomu Kuntu Zangpo. Modłę się z oddaniem do Ciebie, Najtąskawszy Guru.

Bardzo lubię ten fragment, przedstawia on cztery aspekty praktyki: pogląd, medytację, działanie i rezultat. Pogląd oznacza zrozumienie znaczenia doświadczenia nieskończonej obecności czyli dharmadhatu. Jest to pogląd, który powinniśmy posiadać, ale również zintegrować z naszą praktyką. Tekst sugeruje, że to, co usiłujemy urzeczywistnić jest

nieskończoną pustką. Znaczy to, że jesteśmy gotowi głęboko uwierzyć, poświęcić całe swoje istnienie i bezgranicznie zaufać połączeniu z tym, co jest otwarte i puste jak niebo.

Fragment *LOONG CZIEN JAANG PEJ DON* należy rozumieć jako "bardzo głębokie znaczenie". Czym ono jest tak naprawdę? My nim jesteśmy. Jesteśmy tym wymiarem a ponieważ tak jest powinniśmy zrozumieć, co to znaczy. Najpierw pogląd jest czymś, co próbujemy dostrzec, jest trochę jak mapa. Potem jednak staramy się już go utrzymać. Zatem tekst mówi "*Twoja natura, od samego początku jest pustką, która nie posiada żadnych ograniczeń*". Nie jest czymś o złożonej budowie, ani tym, co byłoby w jakikolwiek sposób zależne od czegoś innego. To jest pogląd. Bardzo ważne jest jego zrozumienie, ponieważ wpływa ono na nasze postrzeganie świata.

W zeszłym roku umówiłem się na wizytę do okulisty. Zbadał mnie a potem zajrzał w swoje papiery i powiedział "Przepisałem Ci okulary ale chyba ich nie nosisz". Potem dodał "Okulary, które leżą sobie spokojnie w pudełeczku, nigdy niczego nie zobaczą". Taka jest rzeczywistość. Pogląd jest jak te okulary. Można go także gdzieś trzymać, np. w książkach, odłożyć na półkę, można też położyć go przed sobą i pośpiesznie przeczytać puje. Jedyną drogą do jego urzeczywistnienia jest włożyć go na siebie, tak jak okulary, i oglądać świat przez niego. To właśnie nazywamy poglądem. *TA WA* oznacza "widzieć" lub "sposób, w jaki należy doświadczać". Aby móc naprawdę spoglądać przez okulary poglądu trzeba się w tym trenować. Kiedy po raz pierwszy zakładamy okulary, najpierw przez jakiś czas bolą nas oczy. Musimy przyzwycząić się do nowego doświadczenia, tak żeby swobodnie w nim pozostawać.

Takie jest znaczenie medytacji – znaczenie słów *GOM PA*. Medytacja stwarza okazję do zmiany poglądu. Tekst mówi, że powinna być ona "czysta jak słońce na bezchmurnym niebie". Słowo "chmury" reprezentuje tutaj założenia będące naszymi tworem, karmiczne nawyki, które wszyscy posiadamy, impulsy i nasze własne historyjki na podstawie, których tworzymy sobie pojecie samych siebie i tego, kim jesteśmy. Kiedy próbujemy medytować okazuje się, że tych chmur jest więcej i zasłaniają słońce. Bardzo łatwo dajemy się rozproszyć. Nasze zrozumienie nie jest jeszcze przejrzyste. Zostajemy uwikłani w te chmury i zbaczamy z drogi. Dzięki praktyce medytacji pozwalamy chmurom odpłynąć, aż doświadczamy przejrzystości. W efekcie pojawia się pogląd. Zaletą medytacji jest to, że nie zbyt wiele się dzieje podczas jej wykonywania. Zwykle po prostu siedzimy i potrząsamy przedmiotami, które trzymamy w rękach. Biorąc pod uwagę, jak bardzo skomplikowane są czynności naszego życia codziennego, medytacja w porównaniu z nimi wydaje się być dość prosta. Jednak tantryczna medytacja jest znacznie bardziej skomplikowana. Nie polega jedynie na obserwacji oddechu. Założeniem takiej medytacji jest odtworzenie w uproszczonej formie wydarzeń z życia codziennego po to, by zrozumieć, w jaki sposób tracimy przejrzystość.

Trzecia linijka odnosi się do *CZIE PA*, co oznacza zachowanie lub sposób postępowania. Dotyczy to wszystkiego, co robimy, gdy nie pozostajemy w medytacji. Ten fragment mówi o tym, że wszystkie nasze czynności powinny być odzwierciedleniem najwyższego urzeczywistnienia. Pojawia się zatem pytanie, jakie zachowanie jest właściwe dla buddy?

Literatura tradycyjnego buddyzmu wiele mówi na temat zachowania buddy. Najprościej rzecz ujmując, budda powinien siedzieć sobie bardzo cicho i nie stwarzać zbyt wielu problemów. Powinien także nosić czyste ubranie a z jego ciała winny wydobywać się tęcze. Mimo tego, iż budda otrzymuje w ofierze wiele jedzenia i picia, on wcale tego nie je i nie pije. Z pewnością także nie wypróżnia się i nie oddaje moczu. Na tym przykładzie widać jak różne koncepcje na temat buddy i jego wyglądu mogą mieć ludzie. Zgodnie z tradycją wyróżnia się 32 główne i 64 dodatkowe cechy dotyczące wyglądu buddy i jego ciała. Dla przykładu, ma on na czubku głowy narośl zwaną *ushnisha*, i niewielkie zgrubienie pomiędzy oczami, o którym mówi się *urna*. Jego dłonie pokryte są wizerunkami konch, między palcami ma błony, a jego członek jest schowany do środka podobnie jak u konia. Tak mówi nam tradycja.

Dawno temu, w Anglii wierono, że ludzie szlachetnie urodzeni mieli błękitną krew i że tylko wyjątkowe osoby obdarzone zostają szczególnymi cechami fizjologicznymi. Utrzymywano także, że dotyk króla lub królowej ulecza trąd. W historiach dotyczących narodzin Buddy Shakyamuniego pojawia się postać mędrca, z którego porad korzystał król, ojciec Sidharty. Mędrzec powiedział "To nienarodzone jeszcze dziecko zostanie królem, władcą świata albo wielkim joginem". W tradycji buddyjskiej znajdziemy wiele przykładów przypisywania osobie Buddy wielkich mocy i właściwości typowych dla króla. Możemy, zatem postawić pytanie skąd będziemy wiedzieć czy kiedykolwiek spotkaliśmy buddę? Kto to wie? Większości z tych cech nie można zobaczyć gołym okiem. Często ludzie myślą, że spotkali buddę, ponieważ ktoś im tak powiedział. Mówią " Przyjeżdża Rinpoche. Wybierasz się go zobaczyć? Jest wspaniały!". Idziesz więc na to spotkanie, i spotykasz Rinpoche. Widzisz ogromny tron, mnóstwo kwiatów, siadasz więc i czekasz. Nagle wszyscy wstają, wstajesz i Ty. Wchodzi Rinpoche i zasiada na tronie. Potem Ty także siadasz. Podobnie robiłeś w podstawówce, kiedy do klasy wchodził nauczyciel. To wszystko są oznaki pewnej hierarchii, władzy, podziałów, akceptacji autorytetów. Powinniśmy zacząć do tego powracać. Zatem jak powinien zachowywać się budda?

Dalej tekst słowami *DREJ BU* mówi o rezultacie. Osiągany rezultat to stan Kuntu Zangpo. Oznacza to pierwotnego buddę, jest symbolem doskonałego oświecenia. Dochodzimy do pełnej realizacji i kompletnego osadzenia się w naszej prawdziwej naturze. Kto osiągnął te wszystkie właściwości? Powiemy zapewne " Tak, mój guru, mój doskonały guru, on to wszystko posiada!". Jeśli więc, naprawdę chcemy wiedzieć jak zachowuje się budda, spójrzmy na swojego guru.

Można mówić w tym miejscu o dwóch poglądach. Po pierwsze, poszukać zasad, które pomogą nam uznać coś za dobre albo złe. Jeśli mamy ustalone pewne kategorie i coś do nich należy, to nie ma problemu, bo jesteśmy bezpieczni. Zgodnie z drugim poglądem, tym, którym się tu zajmujemy, wszystko pochodzi z dharmadhatu. Natura wszystkiego, co się pojawia, jakkolwiek by to nie wyglądało, jest pusta od samego początku. Zrozumienie tego jest oświeceniem. Stan buddy to rozpoznanie natury własnej podstawy, w której dochodzi do samowyzwolenia się wszystkich ograniczeń i splamień. Ma to zasadnicze znaczenie. W swoim tekście Chetsangpa⁹ pokazuje, że niektórzy guru to biznesmeni, inni to oszuści nastawieni na zyski, jeszcze inni to bardzo surowe i gniewne osoby. Bywają także tacy, co mają wiele kobiet, tacy, co lubią alkohol, no i tacy, którzy są mnichami. Jednak sposób, w jaki dana osoba się jawi nie ma żadnego znaczenia. Ważne jest, że zrozumiała ona podstawę swojej natury. Wynika z tego bardzo prosta rzecz: nie wiemy, jaką realizację osiągnęły inne istoty, dlatego powinniśmy uznawać wszystkich za buddów. Oznacza to obdarzanie każdego bezgranicznym szacunkiem, wiarę w jego potencjał i możliwości.

B. PRAKTYKI WSTĘPNE

Większość z nas mieszka w szarych brzydkich miastach i na co dzień widzimy jak bardzo hałas, zanieczyszczenia i brak uwagi ze strony innych powodują w ludziach przygnębienie i depresje. Należy przy tej okazji pamiętać jak wielką rolę piękno odgrywa w tantrze.

We wprowadzeniu do tej praktyki C.R Lama przywołuje całą linię przekazu związaną z główną częścią tego tekstu. Potem następuje pierwsza część *ngondro* – praktyk wstępnych, która nie pochodzi z tego zbioru, ponieważ jest bardziej ogólną formą *ngondro* stosowaną w wielu termach Nudena Dorje. W słowie wstępnym poprzedzającym te praktyki, Nudena Dorje mówi: "Kłaniamy się *rangrig gjalpo*", co odnosi się do oświeconej natury umysłu. Podkreśla także, że w przyszłości życie stanie się o wiele trudniejsze. Istoty żyjące łatwo ulegać będą rozproszeniu. Nie znaczy to, że dharma czy natura rzeczywistości się zmienia. To ludzie nie będą znajdować czasu na praktykę. Dla dobra tych głupich i ograniczonych ludzi nauczam tej prostej praktyki.

Pokłon mojej naturalnej świadomości.

W przyszłości czujące istoty będą dręczone pięcioma truciznami (głupotą, gniewem, pożądaniem, dumą, zazdrością), znajdują się pod wpływem wszechogarniającego lenistwa i wielu rozproszeń. Mimo, iż wszystkie dharmy są wolne od odniesień i podobne wszechprzenikającej przestrzeni któż będzie chciał praktykować medytację, aby urzeczywistnić tę prawdę?

Dla tępych i głupich, którzy chcą praktykować, dla ludzi świeckich oraz istot o miernej inteligencji, które są w stanie przyjmować schronienie i praktykować tę dharwę bez przerwy sześć razy w ciągu dnia, ja (Padmasambhava) pozostawiam te nauki.

a. Cztery Rozważania

KJE MA RIN CZIEN LU DI U DUM WA RA TAR
 NDŹIE KA CZI NEJ MI ThOB TSE DIR NDŹIE
 DAL DZIOR TOONG LOG MA DZIE CZIE LA BUUNG
 NAM CZI NGE MED CZI ŁA MI TAG SOM
 GE DYG LEJ DREJ MI LU DOR LEN CZO
 RIG DRUG DUG NGAL SU KJAANG ZOD DU ME

Teraz mam to cenne ciało, tak rzadkie jak lotos udumbara, tak trudne do zdobycia. Nie uzyskam go w przyszłości ponownie. Mając sposobność i korzystne warunki, muszę gorliwie praktykować dharwę.

Nie wiem, kiedy umrę, dlatego zawsze muszę pamiętać o śmierci i nietrwałości. Wszystkie dobre i złe czyny mają konsekwencje (szczęście lub cierpienie). Powinienem więc wiedzieć, jakie działania warto kontynuować, a jakie porzucić. Nie ma nikogo, kto jest w stanie znieść cierpienia sześciu światów samsary.

Powyższe przemyślenia to podstawowe nauki używane w tradycji hinayany, których udziela się praktykującym w celu uzmysłowienia im ogromu niebezpieczeństw i trudności wynikających z przebywania w samsarze. Instynktownie bezustannie pragniemy czynić nasze życie łatwym i przyjemnym ale gdy pali się nam dom, malowanie ścian nic nie pomoże. Jednak zbyt często wolimy nie zauważać w jakiej naprawdę znajdujemy się sytuacji.

W psychoanalizie mówi się o mechanizmach obronnych ego, wyparciu, dysocjacji itd. Wszystkie dotyczą unikania konfrontacji z rzeczywistością, ponieważ jest ona dla nas zbyt bolesna. Jeśli jest się w tym dobrym można wmówić sobie, że życie wcale nie jest takie złe i rzeczywiście w to uwierzyć. Można przekonywać się słowami "Ogólnie rzecz biorąc to jestem szczęśliwy, czasem tylko zdarzają się jakieś przykre sytuacje". Buddyzm odpowiada wtedy "To nonsens! Tak naprawdę to siedzisz w gównie po same uszy a tylko od czasu do czasu przytrafia Ci się trochę szczęścia." Życie ludzkie, które posiadamy jest niezwykle rzadkie, jak kwiat "udumbara". Oznacza to, że nie przydarza się ono zbyt często. Gdy zatrzymamy się na chwilę, gdzieś na wzgórzu i odgarniemy ręką trochę ziemi, zauważymy pod nią miliony małych robaczek i insektów, ale żadnego człowieka.

Gdy Budda udzielał swoich pierwszych nauk w Parku Jeleni w Sarnath, mówił o Czterech Szlachetnych Prawdach związanych z cierpieniem, jego przyczynami, zakończeniem cierpienia i środkach, które mogą nam w tym pomóc. Bezpośrednią przyczyną cierpienia jest nierozpoznanie trzech wyznaczników uwarunkowanego istnienia: nietrwałości, cierpienia i braku wrodzonej natury. Wszystkie one pozostają we wzajemnej interakcji i nawzajem się wzmacniają. Cierpienie pojawia się, ponieważ rzeczy są nietrwałe, a są takowymi gdyż nie posiadają wrodzonej natury. Zrozumienie nietrwałości i śmierci jest więc niezmiernie ważne. Być może na początku powoduje to uczucie smutku i braku stabilizacji, lecz z czasem czyni nas naprawdę szczęśliwymi. Kiedy już pogodzimy się z takim stanem rzeczy, myśli o nietrwałości i śmierci będą niczym spuszczenie wody w toalecie. Całe gówno naszego życia zostaje spłukane, a ponieważ wiemy, że życie jest nietrwałe nie ma potrzeby się nim tak bardzo przejmować.

Tekst mówi również o osiemnastu aspektach dotyczących cennego ludzkiego życia:

**KJE MA RIN CZIEN LU DI U DUM VA RA TAR
NJE KA CZI NEJ MI ThOB TSE DIR NJE
DAL DZIOR TOONG LOG MA DZIED CZIE LA BUUNG**

Teraz mam to cenne ciało, tak rzadkie jak lotos udumbara, tak trudne do zdobycia. Nie uzyskam go w przyszłości ponownie. Mając sposobność i korzystne warunki, muszę gorliwie praktykować dharwę.

W tekście znajdziemy bardzo szczegółowy opis na ten temat:

Istnieje osiem wolności: nie urodzić się w żadnym ze światów piekielnych, głodnych duchów, zwierząt, bogów, barbarzyńców ani też pośród ludzi o błędnych poglądach; ósma wolność to nie urodzić się idiotą. Jest dziesięć korzystnych warunków, z których pięć pochodzi od nas samych: doskonałe ludzkie ciało, odrodzenie w kraju, gdzie naucza się Dharmy, zdrowe zmysły, niepopelnienie żadnego ze skrajnie negatywnych czynów i zaufanie do Dharmy. Pięć pozostałych korzystnych warunków pochodzi z zewnątrz: Budda, który udziela nauk, same nauki, święta Sangha praktykujących Dharmę i współczujący Guru, który przekazuje Dharmę oddanym uczniom.

Należy zrozumieć, że wkroczenie na ścieżkę dharmy może całkowicie odmienić nasze życie. Oczywiście to samo można usłyszeć od Ewangelików, którzy powiedzą: "Kiedy Jezus pojawił się w moim życiu nagle wszystko się zmieniło". Na pewnym poziomie można stwierdzić, że najważniejszy jest fakt, że coś nagle wkracza w nasze życie i odciąga nas od naszych zwykłych ograniczonych potrzeb i fantazji. Nie ważne, czym będzie to coś. Powoduje ono, że zaczynamy patrzeć na innych ludzi i dostrzegać jak okropny jest brak celu w życiu. Przyjęcie schronienia i wkroczenie na ścieżkę dharmy jest jak odnalezienie mapy naszego istnienia. Nawet, gdy wiatry karmy i okoliczności życiowe zmiotą nas czasem z drogi, zawsze, po takiej zamieci wyciągniemy mapę i ponownie odszukamy drogę myśląc: "Tak czy siak, mam zamiar pójść właśnie tą drogą". Zyskujemy wtedy sens życia, głębię i cel. To jest naprawdę ważne.

Tekst próbuje również nam przekazać, że mimo tego, iż kapitalistyczny model konsumpcyjny promuje potęgę nabywania i próbuje zrównać wszystkich konsumentów, to ludzie tak naprawdę różnią się od siebie. Buddyzm, a już w szczególności jego tantryczna forma, nie stoi przeciwko pieniądзом i bogactwu. Można być milionerem i praktykować tantrę, nie ma problemu. Problem, natomiast, z modelem konsumpcyjnym jest taki, że próbuje powiedzieć ludziom "Jeśli kupisz sobie to i tamto, ubierzesz się w to czy tamto i będziesz otaczał się takimi przedmiotami to będziesz miał zagwarantowane doskonałe życie i bezpieczeństwo". To przecież jest oszustwo! Prawdziwe korzyści przychodzą do nas dzięki wysiłkowi a nie temu, że polegamy na przedmiotach. Taka jest prawda.

NAM CZI NGE MED CZI ŁA MI TAG SOM
GE DIG LEJ DREJ MI LU DOR LEN CZO
RIG DRUUG DUG NGAL SU KJAANG ZOD DU ME

Nie wiem, kiedy umrę, dlatego zawsze muszę pamiętać o śmierci i nietrwałości (aby wzmocnić moje oddanie praktyce). Wszystkie dobre i złe czyny mają konsekwencje (szczęście lub cierpienie). Powiniennem więc wiedzieć, jakie działania warto kontynuować, a jakie porzucić. Nie ma nikogo, kto jest w stanie znieść cierpienia sześciu światów samsary.

Złe rzeczy i dobre rzeczy rozwijają się poprzez przyczynę i mają swoje określone skutki. Ta zasada jest zawsze prawdziwa, i to nie jest oszustwo. Zatem powinniśmy być bardzo ostrożni, nie dopuszczać się złych czynów tylko spróbować czynić dobro. Tekst mówi, że do któregośkolwiek z sześciu światów się dostaniesz napotkasz tam tylko cierpienie. Te kilka linijek ma wzbudzić w nas obawę, głęboki strach i poruszenie.

W dzisiejszych czasach wiele ludzi inwestuje na giełdzie, kupują udziały, akcje. Można to nazwać zwykłym hazardem. Zawsze wcześniej czy później pojawiają się przewidywania mówiące o spadku cen. Takie jest życie. Kiedy wszystko idzie dobrze ludzie są szczęśliwi, ale kiedy sytuacja się odwraca ich nastroje stają się ponure. Nie mają wyboru ponieważ reagują ulegając sile ich własnego przywiązania. Jeśli przytrafia nam się coś złego wtedy też nie mamy wyboru, stajemy się przygnębieni. Gdybyśmy mieli teraz umrzeć i odrodzić się w jakimś straszliwym świecie, np. jako świnia, to będziemy na pewno bardzo nieszczęśliwi. Chociaż z drugiej strony, może nawet będziemy za głupi, żeby zdać sobie sprawę z naszego nieszczęścia i z naszych ograniczeń. Jeśli kiedykolwiek słyszeliście odgłosy zabijanej świni, na pewno wiecie, że jest to przerażające. Wiele sytuacji w życiu właśnie takimi jest. Nie pozostaniemy w naszym ciele zbyt długo a w następnym życiu możemy znaleźć się gdziekolwiek. Dlatego właśnie powinniśmy praktykować dharmę, bo ona w pewien sposób jest dla nas biletem do lepszego przyszłego odrodzenia.

W tym roku byłem na wykładach lamy z tradycji bon udzielającego nauk dzogchen. Na końcu powiedział: „Wy, ludzie Zachodu macie co jeść i nigdy nie będziecie robić tych praktyk”. Myślę, że powinniśmy podejść do tego poważnie. Wykorzystujemy pieniądze i naszą władzę by zmieniać świat, przedmioty, sytuacje tylko po to, by ułatwić sobie życie. Żyjemy w mieście, a tam wszystko jest zrobione ręką człowieka i przez niego może zostać zmienione. Natomiast Tybetańczyk żyjący w małej wiosce otoczonej wielkimi górami dotykanej przez silne wiatry jest tylko małym człowieczkiem. Świat jest tak potężny i ogromny, że zdecydowanie rozsądniej jest próbować zmienić swoje nawyki aniżeli walczyć z siłami z zewnątrz i je zmieniać.

Jeśli mówimy o zwyczajnym szczęściu i dobrobycie w życiu, to oczywiście świetnie, że mamy ogrzewanie w domach, prąd, dobre szpitale. To wszystko czyni życie cudownym. W buddyzmie nie chodzi o to, żeby pozbywać się tych rzeczy. Buddyzm mówi jednak, że zbytne przyzwyczajanie się do tych nowych niesamowitych wynalazków jest pewnego rodzaju głupotą, zwodzeniem samego siebie. Kupujemy sobie iluzję, że jesteśmy w stanie kontrolować świat, sprawiać, że rzeczy potoczą się tak, jak my tego chcemy. Zachodnia nauka wciąż głęboko przesiąknięta jest fantazją. Prowadząc samochód w zimną noc po śliskiej niebezpiecznej drodze możemy sprawić, że wewnątrz pojazdu będzie nam ciepło, możemy też włączyć sobie jakąś muzykę. Kiedy jednak musielibyśmy nocą brnąć przez zaśnieżony las, będąc kompletnie przemokniętym wciąż potykając się, na pewno mielibyśmy

zupełnie inne odczucia odnośnie śmierci. Na tych przykładach widzimy, jak łatwo zapominamy o tym, że kiedyś umrzemy. Nawet, gdy stykamy się ze śmiercią najbliższego przyjaciela, który zginął w jakiś okropny sposób, wiemy, że to *on* zginął a nie *my*. Pojawia się wtedy poczucie pewnej satysfakcji, że umarł ktoś inny, nie ja. Może odczuwamy smutek, ale wiemy też, że śmierć zapukała do innych drzwi, nie do naszych. Jako terapeuta, gdy spędzam dużo czasu z ludźmi, których dotyka cierpienie postrzegam jako błogosławieństwo fakt, że to nie mnie ono dotyczy. Do tego jeszcze mi za to płacą. Niesamowite. W psychologii mówi się o tzw. "empatycznym dostrajaniu się". Wygląda to tak, że gdy np. Robert cierpi to ja *naprawdę odczuwam* jego cierpienie. Oczywiście to jest nonsens, bo to Robert cierpi nie ja, ale ja staram się być bardzo blisko tego, co on odczuwa. Nie będzie to naturalnie dokładnie to samo uczucie i ma to duże znaczenie. My ludzie jesteśmy bardzo głupi. Na świecie wydarza się wiele strasznych rzeczy, np. w Kosowie, Wschodnim Timorze itd. Wszystko to można zobaczyć w telewizji. Wprawia to nas w smutek, ale gdy już za chwilę idziemy na obiad to myślimy sobie: "No, tak czy siak, moje życie jakoś się układa". Zatem, pomimo tego, iż te Cztery Rozważania są bardzo proste a nam wydaje się, że doskonale je rozumiemy, to stanowią one bardzo ważne narzędzia, z którymi warto pracować. Ich celem jest odwracanie umysłu od samsary, otwarcie przestrzeni, którą można wypełnić dharma.

b. Schronienie i Rozwijanie Postawy Oświeconej

HRI RANG DUN CZIE JING PEMA NJI DEJ TENG
 KJAB KUN DAG NJID RIG DZIN PEMA DZIUUNG
 DRUB NJE TSEN CZIOG GJE DAANG RIG DZIN TSOG
 TSA SUM GJAL ŁEI KJIL KhOR DZOG PAR SAL

Hri. W rozległej przestrzeni przede mną, w sercu lotosu, na dysku słońca i księżycy znajduje się uosobienie wszelkich aspektów schronienia, Vidyadhara Padmasambhava wraz z ośmioma wspianymi formami, które osiągnęły siddhi, oraz z orszakiem Vidyadharów. Medytuję więc na pełną mandalę trzech korzeni Buddy (guru, bogowie, dakini).

NA MO DAG DAANG ThA JEJ SEM CZIEN GJI
 LU MED KJAB NEJ NAM LA KJAB SU CZI
 DZIAANG CZJUB SEM KJE DRO LA ThUGDZIE ZIG

Pokłon. Ja i wszystkie niezliczone czujące istoty przyjmujemy schronienie w niezawodnych obiektach schronienia. Rozwijamy motywację pomagania innym. Proszę, spójrzcie ze współczuciem na wszystkich, którzy toną w oceanie samsary i pomóżcie nam.

Przyjmujemy schronienie, ponieważ boimy się. Osoba, która się nie odczuwa strachu nie poszukuje żadnego schronienia. To jest bardzo istotna kwestia, bo pokazuje dlaczego nasza praktyka czasem rozwija się powoli. Wynika to z tego, że na co dzień tracimy kontakt ze strachem i praktykujemy tylko wtedy, kiedy mamy ochotę a nie dlatego, że naprawdę potrzebna jest nam ta praktyka. Chhimed Rigdzin Rinpoche był chory na cukrzycę więc jego

poziom cukru raz po raz spadał i wzrastał. Musiał wyrównywać go zastrzykami. Z nami jest podobnie. Nasza trzustka darmiczna nie pracuje zbyt dobrze. Na przemian odczuwamy to obawę to nadzieję. Jeśli w odpowiedni sposób nie podamy sobie zastrzyku dharmy, nasz stan się pogorszy. Wiecie doskonale, że Chhimed Rigdzin był okropnym pacjentem, wcale się nie przejmował swoim skaczącym poziomem cukru. Jak tylko nadarzała się okazja to zjadał to, na co miał ochotę a potem Gudrun musiała na niego krzyczeć. Rinpoche wcale nie chciał przejmować się tym, że jest cukrzykiem. Wolał myśleć "Smakuje mi to" niż martwić się chorobą. My robimy dokładnie tak samo. Nie chcemy dopuszczać do siebie myśli o samsarze, wolimy myśleć o rzeczach przyjemnych. Chcemy robić to, co lubimy a gdy ktoś nam w tym przeszkadza łatwo nas to dotyka. Obserwowanie własnego stanu umysłu jest bardzo ważne. Przyjęcie schronienia wskazuje na intencję zmiany swojego życia. Będziemy to szczegółowo omawiać w dalszej części.

c. Ofiarowanie Mandali

NA MO CZI NAANG SAANG ŁEJ MANDAL KOD DE BUL

CZIAG TSAL CZIO BUL NJE SZIAG DZIE JI RAANG

CZIE SUNG KUR ŻJUG GE ŁA JONG LA NGO

CZIOG DAANG ThUN MONG NGY DRUB DENG DIR TSOL

TSOG ŻING RAANG LA ThIM PEJ DIG DRIB DAG

RAANG GJUD DORDŹE SEM PEJ DZIN GJI LOB

Pokłon. Wyraźnie wizualizujemy i ofiarujemy zewnętrzne, wewnętrzne i tajemne mandale. Kłaniamy się, składamy ofiary, wyznajemy swoje błędy i negatywne działania, cieszymy się szczęściem i zasługą innych. Prosimy o nauki Dharmy, błagamy obiekty schronienia, by pozostały dla dobra wszystkich istot. Dedykujemy całą zasługę pełnemu oświeceniu innych. Prosimy, udzielcie nam zwyczajnych i najwyższych siddhi. Orszak bóstw rozpuszcza się w światło i wnika w nas, oczyszczając wszelkie nasze błędy i zaciemnienia. Oby nasza natura została pobłogosławiona przez Dorje Sempę.

Celem ofiarowania mandali jest gromadzenie zasługi. Odwołuje się to do konkretnego okresu w historii rozwoju dharmy, kiedy to uważano, że oświecenie jest efektem długiej podróży. Żeby w ogóle wybrać się w tę podróż trzeba przygotować niezbędne rzeczy. Jeśli mowa o oświeceniu będzie to zgromadzenie zasługi i mądrości. Patrząc z punktu widzenia Tybetańczyków, którzy są niezwykle praktycznymi ludźmi, najważniejsze są przyczyna i skutek. Kontrastując tę postawę z chrześcijaństwem, gdzie modląc się mówi się „Boże błagamy Cię pokornie, obdarz nas tym, o co prosimy” nie mamy pewności czy Bóg nas wysłucha, bo być może nie byliśmy zbyt posłuszni. Możliwe, że wcale nie da nam tego, co chcemy. Taka jest struktura modlitwy chrześcijańskiej. Z ofiarowaniem mandali jest jednak zupełnie inaczej.

Ofiarujemy mandalę Buddzie a on daje nam coś w zamian. To bardzo jasny układ. Tak naprawdę Budda wcale nie potrzebuje naszej mandali, ale oczywiście cieszy się, gdy mu ją

ofiarowujemy. Ważne żeby zrozumieć, że tak właśnie to działa. Ten model różni się zdecydowanie od chrześcijańskiego związku między ojcem a dzieckiem bożym, który zdominowany jest przez poczucie lęku i obawy. W buddyzmie mamy do czynienia z wzajemnością, z bardzo żywą relacją opartą na przyczynowości i skutkowości. Ofiarujemy coś, więc otrzymujemy konkretną odpowiedź. Nie ma tu mowy o niepewności i nie pojawiają się wątpliwości. Składamy ofiary wszystkim buddom, bodhisattvom, bogom a oni są szczęśliwi. Rozpuszczają się w światło i wnikają w nasze ciało. Jest to pierwszy stopień oczyszczenia, dzięki któremu otrzymujemy błogosławieństwo Vajrasattvy. Jest on bardzo ważnym bóstwem w buddyzmie tybetańskim. Jego imię oznacza "istota niezniszczalna" lub "niezniszczalna natura". Reprezentuje manifestację naszej własnej natury buddy pozostającej w niezmienionej formie. Nasza natura to rzeczywiście Vajrasattva, ale w wyniku naszej karmy i różnych nawyków straciliśmy z nią kontakt. Dlatego teraz modlimy się do Vajrasattvy, aby przypomnieć sobie, że Vajrasattva to tak naprawdę my sami.

Można w tym miejscu posłużyć się przykładem nastoletniej dziewczyny cierpiącej na anoreksję. Jeśli postawimy ją przed lustrem to jej postrzeganie zawsze będzie różniło się od tego, jak ją widzą inni. Ona sama będzie widziała siebie zawsze grubszą niż jest. To, co możemy zrobić, to pomóc dziewczynie ujrzeć siebie taką, jaka w rzeczywistości jest. Należy sprawić, by zaczęła postrzegać rzeczywistość i zauważać, że jest ona o wiele bardziej prawdziwa niż ta, stworzona na podstawie jej własnych wyobrażeń duszonych w sobie. To dotyczy również nas samych. Spoglądamy w głąb siebie na "swoje lustra" i widzimy same wady, pomieszanie, ograniczenia. Wykonując praktykę należy spoglądać w swoje lustro i starać się zauważyć wizerunek Vajrasattvy, bo jest to nasza prawdziwa natura. Jeśli naprawdę widzimy Vajrasattwę, to, gdy zakańczamy praktykę wciąż jesteśmy Vajrasattwą. Dzięki temu nasze fantazje, historie, które wciąż tworzymy i iluzje typu „Jestem złą osobą, nie potrafię tego i tamtego, chciałbym być inny” zostają zmyte.

Bogowie w buddyzmie tybetańskim to metoda. Są po to, aby się do nich zwracać. Oddajemy im cześć traktując jako metodę, która pozwoli nam rozpoznać, kim naprawdę jesteśmy. Nie chodzi tu o ustanawianie jakichś hierarchii, lecz o wykorzystanie naszych nawykowych tendencji do idealizacji i przeniesienie ich na czystą formę pustki. Robimy to po to, żeby dostrzec naszą prawdziwą naturę. Poniższa medytacja Dorje Sempy, będąca medytacją Vajrasattvy, mimo iż bardzo krótka posiada esencję wszystkich praktyk tantrycznych.

d. Medytacja na Dorje Sempę

HRI RAANG GI CZI TSUG PAD DA DZIA OD LONG

LA MA DOR SEM DORDŹE DRIL DZIN KAR

LOONG KUI GJEN DZOG THUG KAR DA TENG HUUNG

JIG GJE KOR ŁAR DUD TSII GJUN BAB NEJ

TSAANG BUG NEJ ZIUG DIG DRIB DAG PAR SAM

Hri. Ponad moją głowę, na lotosie i dysku księżycy, otoczony chmurą tęczowego światła, znajduje się mój Guru w formie Dorje Sempy. Jest biały, trzyma vajrę i dzwonek, nosi wszelkie ozdoby sambhogakayi. W jego sercu na dysku księżycy znajduje się litera Hung, wokół której krąży stusylabowa mantra. Z litery tej spływa amrita. Wizualizuję ją jako wpływającą przez otwór na szczycie mojej głowy i całkowicie oczyszczającą wszystkie moje negatywne czyny, zasłony i błędy.

W sercu bóstwa znajduje się sylaba nasienna *hung* wokół której krąży mantra.

OM WADŹRA SATO SA MA JA MANU PA LA JA

WADŹRA SATO TE NO PA TI SZTA DRI Dho ME Bha ŁA

SU TO KAIO ME Bha ŁA SU PO KAIO ME Bha ŁA

A NU RAKTO ME Bha ŁA SAR WA SIDDHI MA ME PRA JA TSA

SAR ŁAR KAR MA SU TSA ME TSI TAM SZRI JAM KU RU HUUNG

HA HA HA HA HO

Bha GA ŁAN SAR WA TA ThA GA TA WADŹRA MA ME MUN TSA

WADŹRA Bha ŁA MA HA SA MA JA SA TŁA AA

Pięć pierwotnych mądrości. Dorje Sempo, poprzez moc swoich ślubowań, ochraniaj mnie i wszystkich tych, którzy z ufnością podążają za Tobą. Dorje Sempo usłysz mnie! Prowadź mnie! Myśl o mnie! Proszę, oczyść wszystkie moje negatywności. Wciąż o mnie pamiętaj. Bądź ze mną, nieoddzielny ode mnie. Udziel mi wszystkich siddhi. Uczyni wszystko, co konieczne. Niech wszelkie subtelne ślady karmiczne pozostające w moim sercu staną się pustką. Udziel mi dharmakayi, sambhogakayi, nirmanakayi, swabhavikakayi. O, Zwycięski, który jesteś jak wszyscy Tathagatowie, Dorje Sempo, utrzymuj mnie w swoich myślach. Dorje Sempo. Niezniszczalne ślubowanie. Musimy otrzymać siddhi. Musimy dotrzymać swoich ślubowań!

Mantra obraca się przyjmując formę spirali wychodzącej z litery hung. Wydostaje się górą potem zatacza spiralny obrót wokół litery i z powrotem wraca wnikając w literę od dołu. Gdy się obraca wydobywają się z niej promienie światła, które zamieniają się w oczyszczający nektar *dud tsii* wypełniający ciało Vajrasattvy i wnikają w nasze ciało. Potem następuje prośba o przebaczenie i recytowana jest mantra Vajrasattvy.

OM SA MA JA AA SAM MA JA HUUNG SA MA JA BENDZA SA MA JA

DAG ZIAN GJI TSE RAB KhOR ŁA ThOG MA ME PA NEJ SAG PEJ

DIG DRIB NJE TUNG DRI MEJ TSOG ThAM CZE TSA ŁA NEJ

DŹAANG ZING DAG PA DŹIN GJI LAB TU SOL

Ślubowania ciała: proszę, wybaczone moje uchybienia. Ślubowania mowy: proszę, wybaczone moje uchybienia. Ślubowania umysłu: proszę, wybaczone moje uchybienia. Ślubowania vajry: proszę wybaczone

moje uchybienia. Ja i wszystkie istoty w niezliczonych poprzednich żywotach gromadziliśmy zaciemnienia, błędy i splamienia sprawiające, że odradzamy się w niższych światach. Pobłogosław nas swoją oczyszczającą mocą i usuń wszystkie błędy i zaciemnienia.

OM BENDZA SATŁA HUNG AA

Om, Niezniszczalny, Oczyszć mnie!

Niektórym bardzo łatwo przychodzi wyobrażanie sobie czegoś czy wizualizacja. Są w stanie zobaczyć szczegóły, kolory i ruch w trójwymiarze. Innym z trudem przychodzi zobaczenie czegokolwiek. Na poziomie praktyki tantrycznej zwanej mahayogą uważa się, że dokładna wizualizacja ma duże znaczenie. Jednak cała ta praktyka, którą wykonujemy nie jest praktyką mahayogi. Jest połączeniem mahayogi, anuyogi i praktyki dzogchen. W anuyodze bardziej zwraca się uwagę na odczucia towarzyszące praktyce aniżeli samą wizję. Mahayoga związana jest z oczyszczaniem przedmiotu medytacji a anuyoga z oczyszczaniem medytującego. Z kolei, w dzogchen oczyszcza się obydwu. Oznacza to, że jeśli nawet nie potrafisz sobie niczego zwizualizować to nie ma to tak naprawdę większego znaczenia. Wtedy najważniejsza dla Ciebie będzie wiara. Coś na pewno odczuwasz, pojawiają się jakieś uczucia i one właśnie są istotne, bo wnikają głęboko w Ciebie, poruszają Twoje ciało, mięśnie i wszystkie organy. Dla przykładu, nawet bez większej wiedzy na temat praktyki *tsalung* możecie wykonywać taką praktykę. Przenosicie świadomość do kanału centralnego i otrzymujecie błogosławieństwo. To właśnie odczucia są nam najbliższe, wizja jest na drugim planie. Kiedy wyobrażamy sobie Padmasambhavę i nasza wizja jest bardzo szczegółowa, to jeśli nie towarzyszą temu jakiegokolwiek odczucia, nie przynosi to żadnych korzyści nam a już na pewno Padmasambhawy. On wcale tego nie potrzebuje, nic mu po tym, że się na niego patrzemy. Możemy nie widzieć Padmasambhawy wyraźnie, ale odczuwać go a wtedy przynosi to wiele pożytku. To odczucia związane właśnie z taką praktyką łączą nas z nim.

Wyjaśnienia do tej praktyki są bardzo proste – najważniejsza jest wiara. Trzeba uwierzyć, że coś się wydarza. Zupełnie jak w teatrze. Gdy idziemy do teatru czy do kina trzeba porzucić niewiarę. Aktorzy na scenie będą udawać, że są kimś innym. Oczywiście naprawdę nie są tym "kimś innym", są aktorami, ale my musimy uwierzyć, że jest inaczej. Im bardziej pozwolimy sobie na rzeczywiste "wejście" w to, co widzimy na scenie, tym większe wrażenie to na nas wywrze. Czasem, gdy oglądamy komedię zauważamy, że śmiejemy się z kompletnie idiotycznych rzeczy. Te rzeczy nie są nawet prawdziwe a my i tak się śmiejemy. Podobnie jest z tą praktyką. Zróbmy sobie taki mały teatr, przedstawienie Dorje Sempa. Oto Dorje Sempa, cały świetlisty, w dłoni trzyma mały dzwonek i dzwoni: *dzyń dzyń dzyń*, – takie przedstawienie! Wiecie, że zupełnie inaczej czyta się sztukę a inaczej ją ogląda. Właśnie z tego powodu lepiej jest robić puję z C.R Lamą. On jest mistrzem sztuki! Teatr to coś wspaniałego a porównanie tantry do teatru to żadna obraza. Teatr jest doskonały! Całe życie to teatr. W Sanskrycie na sztukę mówi się *leela*. Tak jak można mówić Krishna *leela* tak samo może być Dorje Sempa *leela*. To jest sztuka Dorje Sempa, przedstawienie, w którym

coś zostaje odegrane a ...tak naprawdę nic się nie wydarza. Teatr jest prawdziwy, iluzja jest prawdziwa. Nasze życie codzienne to teatr. Nasza rzeczywistość to iluzja.

Weźmy *Hamleta* Szekspira. Pojawia się tam koncepcja „sztuki w sztuce”. Można to znaleźć nie tylko w *Hamlecie*, ale akurat tutaj jest to bardzo ciekawe.

Po krótko, ukochany ojciec Hamleta został otruty i umiera. Hamlet jest pewien, że to jego matka zleciła otrucie, ponieważ kochała innego mężczyznę. Mamy więc do czynienia z rodziną patologiczną. Hamlet przeżywa wewnętrzne rozterki, zachowuje się jak szaleniec, krzyczy na wszystkich. Jego matka wciąż powtarza: „Hamlecie, uspokój się. Życie się zmieniło. Nie przejmuj się, poradzisz sobie z tym”. On jednak twierdzi: „Coś mi tu nie pasuje”. Podczas pobytu trupy teatralnej w mieście, Hamlet pisze sztukę i organizuje przedstawienie, podczas którego odegrane zostaje otrucie ojca. Królowa i nowy król oglądając ten występ nagle wpadają w panikę. Król czując się bardzo urażony pyta: „Co to ma być?”. Hamlet obserwuje go i podsumowuje: „No tak, teraz wszystko jasne”. W tej sztuce Szekspira matka i ojczym odgrywają role osób udających, że nic się nie wydarzyło a przedstawienie ukazuje fałsz tej sytuacji wnosząc jednocześnie więcej dramatyzmu do całej sztuki.

Podobnie jest z dharma i z tą puja, którą można porównać do przedstawienia teatralnego. W tym tekście, nasza rola bycia Jamesem czy Robertem zostaje zburzona, ponieważ musimy wejść w rolę Vajrasattvy. Ale żeby cała sztuka stała się realna musimy w to uwierzyć, wejść w nią całkowicie. Nic się nie zmieni, jeśli będziemy wciąż utrzymywać, że nasza rola to rola Jamesa, Roberta, Wojtka czy jeszcze kogoś innego. Czytanie w kółko tej samej własnej roli, recytowanie tekstu puji z myślą „Jestem James, jestem James” także nic nie da. Zapewne z tego właśnie względu w klasztorach Tybetańczycy dekorują pięknie scenę do odegrania sztuki teatralnej. Zawieszają obrazy, stawiają posągi, palą światełka. Towarzyszy temu muzyka i barwy. Dzwonki i bębny są dla publiczności, która uczestniczy w przedstawieniu. Wszystko zostaje przygotowane.

Mamy tu do czynienia z podwójnym działaniem. Przedstawienie, jakim jest puja ma na celu odwrócić nas od bycia nami samymi, by potem znów nakierować nas na odnalezienie samych siebie. Dlatego wiara tutaj liczy się tak bardzo. Jest ona metodą. Nie jest tak, że śpiewając tekst puji odbieramy sobie wolność, nie stajemy się także niewolnikami jakiegoś kultu. Posługujemy się wiarą a ona pomaga nam skupić uwagę. Jest ona środkiem a dzięki niej możliwe jest zjednoczenie się z ruchem, z tym co się dzieje. Wiara pozwala na głęboką psychoduchową przemianę. Dzieje się tak, ponieważ wiara to postawa, która otwiera możliwości. Nie chodzi tu o wiarę w to, że wielki Rinpoche przyjdzie i nas uratuje. Wiara to nasze działanie i pozwala nam ona na zmianę stosunku do samego siebie i zrozumienie czegoś nowego. Jest połączeniem otwartości i zaufaniem. Na przykład, chcemy zjechać na

nartach ze stoku, ale wydaje się to nam dosyć trudne. Może wtedy wystarczy pomyśleć: „Hmm, uda mi się to zrobić”.

To wszystko odnosi się do stanów poruszenia i kontroli, o czym była mowa już wcześniej. Z reguły, gdy jesteśmy pobudzeni staramy się jakoś zapanować nad tym, skontrolować to odczucie. Albo powstrzymujemy siebie samych albo coś na zewnątrz. Weźmy przykład naprawdę dobrego narciarza. Podczas slalomu nie może być mowy o sztywnej kontroli. Narciarz musi umieć kontrolować sytuację w nieco zrelaksowany sposób. Powinien być w stanie stawić czoła temu, co się pojawia. Tak samo jest w tańcu, w pewien sposób puszczamy siebie, by z powrotem się odnaleźć. Całkowicie porzucamy kontrolę i wszelkie definicje dotyczące naszego "ja". Robimy to po to, by otworzyć przestrzeń, w której zobaczymy siebie na nowo. Taką rolę spełnia wiara w tego rodzaju praktyce, jest sposobem na przekształcenie naszych doświadczeń.

Praktyka Dorje Sempy jest niezmiernie ważna, ponieważ w jej rezultacie powinniśmy uwierzyć, że nasza natura jest czysta. Nie chodzi tu tylko o sama wiarę, ponieważ w miarę postępu praktyki zaczynamy naprawdę to odczuwać.

A co to znaczy „czysta”? Z punktu widzenia dzogchen, jak przekazuje nam ten tekst, można mówić o dwóch rodzajach oczyszczenia. Po pierwsze chodzi tu o pierwotną czystość, zwaną po tybetańsku *kadag*. Po drugie jest to czystość oznaczająca uwolnienie od zaciemnień, *drime dagpa*. Od samego początku nasza prawdziwa natura, natura Buddy, zawsze była i jest czysta. Nigdy w żaden sposób nie została ukryta. To poprzez ignorancję, Ignięcie i pomieszanie błąkami się w samarze gromadząc karmę, pozostając zaciemnionymi, pełnymi różnorodnych koncepcji na swój temat. Nosimy w sobie strachy, nadzieje, reagujemy nawykowo, wszystko w nas wrze. Jednakże możemy pozbyć się tych wszystkich zaciemnień. Kiedy to się stanie ujawni się pierwotna czystość. Doświadczając jej zdamy sobie sprawę, że w rzeczywistości nigdy nie była zaciemniona. Jest to wręcz paradoksalne, bo tak jak u Szekspira, rzeczy nie są takie, jakimi się jawią.

Jeden z moich nauczycieli, Jatra Rinpoche, porównał to do sytuacji, w której leżysz w łóżku i przeżywasz koszmar senny. Obok jest twój brat, stara się cię obudzić. Tak naprawdę nic się nie dzieje, bo leżysz sobie w ciepłym i bezpiecznym łóżku. Twój brat jest jak guru, próbujący wybudzić cię ze snu słowami „Wstawaj, wstawaj! Nic się nie stało, to tylko sen. Jesteś tu bezpieczny”. Samsara jest właśnie taka, jest jak koszmar senny. Wiele rzeczy wokół, wydają się być prawdziwymi. Przejmują nad nami kontrolę, lecz tak naprawdę, dokładnie jak we śnie nic nie jest prawdziwe, nic nie jest rzeczywiste. Jednak, ktoś głęboko pogrążony we śnie, nawet gdy na moment się wybudza, po chwili znów zapada w sen. Tak właśnie wszyscy robimy. Otrzymujemy inicjację, lecz mimo to jesteśmy wciąż bardzo przywiązani do naszych snów, do naszego własnego teatryku. Dlaczego tak jest? Dlatego, że gramy w nim główną rolę, cały świat obraca się wokół nas. Kiedy na chwilę uda nam się

wybudzić, przez moment być świadomym, nasz „prywatny teatrzyk jednego aktora” zamienia się grupowe przedstawienie. Gdy rozpoznamy, że jesteśmy jedynie częścią większej całości, że w całym tym przedstawieniu odgrywamy zaledwie jedną z wielu ról drugoplanowych, wtedy możemy osadzić się we własnej podstawie, jednak wciąż pozostając w centrum całego „zamieszania”. Nie ma miejsca na napięcia, zmartwienia czy zbytnią powagę. Praktykowanie puji i zrozumienie jej sensu przynosi wiarę, otwartość i relaks. Wiemy, że mamy możliwość sięgnięcia po nią w każdej chwili.

Podsumowując, pogląd, który próbujemy zrozumieć i zrealizować w przypadku tantry i dzogchen to pogląd niedualności. Oznacza to, że nie zajmujemy się oddzielaniem rzeczy, na przykład przedmiotu i podmiotu, dzieleniem ich na „mnie” i „innych”, na zimno i na ciepło, na samsarę i nirvanę. Wszystkie przeciwieństwa nie posiadają żadnej wrodzonej natury. Zostają urzeczywistniane po to, aby nie być przyczyną dla powstawania przeciwieństw. Jeśli weźmiemy prosty przykład, koncepcję zimna i ciepła możemy powiedzieć, że ciepło jest przeciwieństwem zimna. Kontrastujemy te dwie idee i obserwujemy dwa różne kierunki. Smakujemy czegoś i stwierdzamy „To nie jest zbyt ciepłe”. Jeśli więc nie jest ciepłe musi zmierzać w zupełnie innym kierunku. Ale w jakim? W kierunku zimna. Te dwie koncepcje zamiast bycia przeciwnymi stają się ze sobą w pewien sposób połączone. Wszystkie przeciwieństwa łączą się tak ze sobą. Zatem koncepcja „ciepła” nie posiada sama z siebie żadnego znaczenia. Nie może ona istnieć bez koncepcji „zimna”. Latem, gdy jest nam gorąco jemy lody. Lody są jak śnieg. Z kolei zimą, kiedy jest nam zimno, włączamy ogrzewanie. Wtedy można poczuć się jak w lecie. Pogląd niedualności to nie jest jakaś świętość, coś gdzieś wysoko na niebie. To coś bardzo zwyczajnego. Ciepło i zimno zostają połączone. W obrębie tych dwóch przeciwieństw pojawia się ruch. Zamiast bycia zestawionymi jako przeciwieństwa, stają się niczym punkty na paraboli ruchu, ciepło–zimno, ciepło–zimno.

W tybetańskiej tradycji hinayany zestawia się samsarę i nirvanę, jako przeciwieństwa. Nie lubimy samsary, bardziej podoba nam się nirvana. Chcielibyśmy nirwany, bo jest inna niż samsara. Gdyby obie były takie same zapewne poczulibyśmy wielkie rozczarowanie. Tak samo, jadąc do Indii raczej nie będziemy mieli ochoty na schabowego z ziemniakami. Chcemy dostać coś, co jest inne.

Z punktu widzenia mahayany, zwłaszcza według szkoły madyamiki, naturę pustki rozumie się jako całkowity brak wrodzonego samoistnienia. To, co zwykle bierzemy za samoistniejące z natury, w rzeczywistości stanowi jedynie zbiór nazw przypisanych danemu zjawisku, koncepcji czy doświadczeniu. Dzięki takiemu rozumieniu zauważamy, że ani w samsarze ani w nirwanie nie ma czegoś takiego jak wrodzone samoistnienie. Wszystko jest puste. Kiedy rozpoznajemy wszystko jako pustkę, mówimy o doświadczeniu zwanym nirvaną. Kiedy nie zdajemy sobie sprawy z braku wrodzonego samoistnienia mówimy o

doświadczeniu zwanym samsarą. W ten sposób przekonujemy się, że samsara i nirvana mają taką samą podstawę, jaką jest pustka. Jawią się w sposób zależny od tego, czy rozpoznajemy prawdziwą naturę czy nie. Wszystkie metody i środki używane w buddyzmie, jeśli by je uszeregować, będą stanowiły pewną ciągłość. Ich kolejność zależna będzie od tego, jaki poziom zrozumienia prawdy ostatecznej i natury pustki pozwalają one nam osiągnąć.

Obrazując to przykładem, załóżmy, że chcemy zgromadzić zasługę. Myślimy: „W następnym życiu na pewno trafię do piekieł, bo byłem złą osobą. Od dziś każdego dnia będę zapalał jedną lampkę maślaną to może moje życie w piekle nie będzie aż takie złe. „Piekiełto jest prawdziwe, lampka maślaną i zasługa też. Z całej tej kombinacji mogłoby wyjść coś dobrego. Taka jest jedna strona medalu. Z drugiej strony, jeśli dokładnie przyjrzymy się naturze umysłu, zauważymy, że od samego początku nie ma w niej nic, co istniałoby rzeczywiście. Umysł nie posiada wrodzonej natury, podobnie jak wszystko, co w nim powstaje. Posiadając takie zrozumienie nie istnieją żadne zaciemnienia, które należałoby usuwać. To my sami tworzymy dla siebie wizję własnego świata i tego, co jest prawdziwe a co nie. Pogląd niedualny, będący podstawowym poglądem dzogchen i wyższych tantr mówi, że nie ma niczego, co by kiedykolwiek zrodziło się samoistnie.

Wyobraźmy sobie siebie siedzących w pokoju. Jest to bardzo łatwe, wystarczy rozejrzeć się wokół i dochodzimy do wniosku „No tak, jesteśmy w pokoju”. Co to za pokój? Siedzimy tu teraz razem, a właściciele tego miejsca na pewno oczekują, że gdy je opuścimy to oni zastaną ten budynek takim, jaki był. Gdybyśmy sobie poszli i wynieśli to i owo, właściciele na pewno byliby źli i oczekiwali od nas jakiejś zapłaty za poniesione straty. Oczywiście na pierwszy rzut oka wyraźnie widać, że pokój tu jest. Ale gdy się wokół rozejrzeć to są tu same drewniane belki. Cały ten pokój można z łatwością rozebrać, oddzielić deski od siebie i zdjąć wykładzinę z podłogi. Jednak zestawienie tych elementów powoduje, że doświadczamy czegoś takiego jak „pokój”. Doświadczenie bycia w pokoju wnosi pewne bezpieczeństwo, lecz pokój to tylko koncepcja i jako taka istnieje. Nasza koncepcja pokoju sprawia, że jawi się on nam w określony sposób. Jeśli wejdzie do niego pies, to raczej nie pomyśli sobie „To jest pokój”. Ten pies przebywa w pokoju, ale wcale nie będzie zastanawiał się nad tym, że *jest* w pomieszczeniu zwanym *pokojem*. Nie dlatego że pies jest głupi, ale dlatego, że nie posiada koncepcji pokoju. To właśnie koncepcja pokoju tworzy pokój. My rozpoznajemy zbiór określonych elementów jako pokój, ponieważ byliśmy już w wielu pokojach. Na tej podstawie, kiedy tu wchodzimy, wnosimy ze sobą istniejący już koncept pokoju zorganizowany w pewien obraz mentalny, pewne wyobrażenie. Siedząc już tu trochę możemy odczuwać napięcie w pośladkach, obolałe nogi. Nasz zmysł wzroku postrzega pewne rzeczy, odczuwalny jest też lekki zaduch, bo wszyscy oddychamy. To są nasze doświadczenia. Ja na przykład, czuję że trochę bolą mnie pośladki i na podstawie tego

doświadczenia mogę założyć, że podłoga jest twarda. „Twardość” to oczywiście koncepcja powstała w moim umyśle, którą dopasowałem do tego, co odczuwam.

Zamiast angażować się w jakieś koncepcje i przypinanie rzeczom etykietek, pozostajmy z doświadczeniem, z tym, co odczuwamy. Przyjrzyjmy się, jakie ono jest. Wyglądając za okno widzimy różne rzeczy, zarysy przedmiotów, kawałek drewna i myślimy sobie: „To jest osoba, to ściana a to drewno”. Będzie to spotkanie się percepcji z koncepcją. Podobnie jak tworzymy koncepcję pokoju przebywając w nim. Mimo, że to my ją tworzymy, wierzymy, że jest ona czymś, co naprawdę istnieje samo z siebie. Taka jest zasadnicza różnica między postrzeganiem samsary i postrzeganiem nirwany. Twory samsary są tylko tworam, lecz wydają się być rzeczywiście prawdziwe. A jeśli doświadczymy choć na chwilę otwarcia, przebłytku nirwany, mimo tego że jest to przejaw naszej prawdziwej natury, jawi się nam on jako twór będący produktem naszej własnej praktyki medytacji. Z tego powodu nieustannie należy badać, jaką rolę w kreowaniu świata, w którym żyjemy odgrywają założenia, tworzone przez nas samych. W buddyzmie mówi się, że nasze doświadczenia to przejaw naszej własnej karmy. Przyjmując ten punkt widzenia, wszyscy zgadzamy się z tym, że siedzimy tu razem w jednym pokoju. Wynika to z faktu, że posiadamy wspólną karmę, co pozwala nam uczestniczyć w tych samych doświadczeniach. Zaczynamy zauważać, że miejsce, którego doświadczamy, a które wydaje nam się być pokojem jest tak naprawdę wynikiem procesu współdziałania ruchu umysłu z tym, co się manifestuje. Jeśli postrzegamy świat w ten sposób zauważamy, że wszelkie koncepty są czymś dodanym, pewnego rodzaju nakładką. Są jak korek pływający po wodzie unoszony przez fale doświadczeń, które wciąż płyną i płyną.

W dzogchen mówimy o jednej podstawie i dwóch ścieżkach – ścieżce samsary i nirwany. Otwartość i przestrzeń są obecne chwila po chwili. Możemy się w nich zrelaksować, otworzyć na pulsującą dynamiczną jakość doświadczenia. Bywa, że w początkujących praktykujących mogą one wzbudzać pewnego rodzaju niepokój. Można spróbować przytrzymać się tego bezpieczeństwa, jakie daje konceptualizacja, bo pozwala ona tworzyć założenia dotyczące doświadczanego przez nas świata. Jednak wtedy pojawia się zagrożenie utraty doświadczenia, co prowadzi do przeniesienia się w świat koncepcji, twórow i założeń opartych na naszych poruszeniach. W tym przypadku wszystko obraca się wokół takich niepokojów i poruszeń a w dzogchen najważniejsza jest relaksacja. Wszelkie pragnienia ego, dążenie do poczucia, że to ja za wszystko odpowiadam. Właśnie dlatego tak układamy sobie świat, staramy się być w pełni kontroli nad nim, kreujemy go. Wszystko po to, by zapewnić sobie bezpieczeństwo. Ale do praktyki dzogchen czy wyższej tantry konieczna jest relaksacja.

Relaksacja to pewna jakość wiary. Używając słowa "wiara" nie mam na myśli jakiś konkretnych wierzeń, lecz wiarę pochodzącą z otwartości serca, zaufanie, gest otwarcia się.

Gdy dziecko spadnie z roweru i się zrani biegnie wtedy do rodziców i krzyczy: „Mamo, tato, zobaczcie, co się stało!”. Rodzice wtedy przytulą je i będą starali się uspokoić. Malec jest pełen wiary i zaufania, że rodzice zabiorą od niego ból. Trzymając dziecko blisko siebie można poczuć jak pojawia się odprężenie. Powraca dobry nastrój, nieprzyjemne zdarzenie przemija, dziecko nabiera nowej energii. Staje się znów otwarte i gotowe do zabawy. W chwili, gdy rozluźnia się ono i odpręża, powraca znów do siebie. Podobnie jest z praktyką dzogchen i praktykami medytacyjnymi wyższej tantry, które spełniają funkcję takiego rodzica. Im bardziej się relaksujemy, tym łatwiej uchodzą z nas wszelkie obciążenia i prościej wtedy pozwolić, by prowadziła nas praktyka i pogląd. Rozluźniamy się i powracamy do siebie, a potem już częściej udaje nam się pozostać w tym stanie.

Jeśli mówimy o Guru Jodze, mamy do czynienia z wkraczaniem w krąg gdzie oddaje się cześć nauczycielowi, postrzeganiem go jako kogoś wyjątkowego, posiadającego same pozytywne właściwości. Osobę, która dzięki swoim osiągnięciom w praktyce umożliwia nam rozwój, napędza nas nadzieją i determinacją w dążeniu naprzód.

Przyczyną cierpienia jest przywiązanie. Przywiązuję się do rzeczy i jest to przejaw dualizmu. Rzeczy istnieją jako oddzielne ode mnie więc ich pragnę, chwytam się ich. Gdy już je mam przynoszą mi wiele radości. Taka droga postępowania powoduje cierpienie. Błąkamy się w samsarze już od bardzo długiego czasu lecz przez cały ten okres wybieramy właśnie taką drogę postępowania. Oznaczałoby to, że wszyscy doskonale opanowaliśmy sztukę przywiązania. W odpowiedzi na to Budda nauczał tantry, która wykorzystuje naszą tendencję do przywiązywania się do rzeczy, by poprowadzić nas do oświecenia. Jest to bardzo skuteczna i sprytna metoda. Mówi się, że jogin tantryczny, na drodze do oświecenia, potrafi wykorzystać środki, które zwykłego człowieka jedynie mocniej zwiążują z samsarą. Przywiązanie do samsary przynosi nam cierpienie ponieważ rzeczy, a zwłaszcza ludzie do których Igniemy zachowują się w zupełnie inny sposób niż byśmy tego oczekiwali.

Poznajemy kogoś, zakochujemy się a potem po jakimś czasie okazuje się, że zachowanie tej osoby wcale nie jest zgodne z naszymi oczekiwaniami. Wciąż kochamy tego człowieka lecz bardzo nas to dziwi. Sam jestem czasem zaskoczony, gdy tak się dzieje. Można zaobserwować podobne zachowanie jeśli przyjrzymy się dzieciom. Zawsze są ogromnie zdziwione, gdy rodzice nie chcą dokładnie tego, czego one właśnie chcą. Słyszemy wtedy: „Tato! Chodź na huśtawki, są super! Co masz lepszego do roboty?”. Widzimy wyraźnie, że my dorośli mamy tendencje do podobnych zachowań.

W praktyce guru jogi obieramy sobie guru jako obiekt przywiązania. Wszystko, czego moglibyśmy pragnąć od innych przenosimy na guru. „Jesteś jedynym źródłem mojego szczęścia, klejnotem spełniającym życzenia. Jesteś tym, który spełni wszystkie moje życzenia”. Zakładamy więc, że nasz guru jest taki sam, jak Padmasambhava stanowiący

esencję wszystkich buddów. Przypomina to trochę sytuację, kiedy jesteśmy zakochani. Wszystkie nasze nadzieje i marzenia skupiają się wyłącznie na jednym obiekcie.

Zgodnie z tekstem pierwszej modlitwy praktyki głównej *KJAB NEJ LU ME KON CZOG RIN PO CZIE* (*jesteś niezawodnym schronieniem*) Padmasambhava nigdy nas nie oszuka a to dlatego, że on nie istnieje naprawdę. A ponieważ nie istnieje, w momencie, gdy udziela nam błogosławieństwa my też przestajemy istnieć. Przez takie połączenie z postacią guru powracamy do niezrodzonej podstawy naszej prawdziwej natury, w której znajduje się przejrzystość, doświadczenie, manifestacja. Nie jest to jednak połączenie odrębnych elementów posiadających jakąś prawdziwą naturę.

Tekst guru jogi rozpoczyna się opisem. Przed nami jest Padmasambhava. Jest sobota wieczór, on pięknie wygląda, wszystko błyszczący, że mucha nie siada

e. Guru Joga

HRI RAANG DUN CZIE JING PEMA NJI DEI TEENG
 KJAB KUN DAG NJID RIG DZIN PEMA DZIUUNG
 DRUB NJE TSEN CZIOG GYJE DAANG RIG DZIN TSOG
 TSA SUM GJAL ŁEJ KJIL KhOR DZOG PAR SAL

Hri. W rozległej przestrzeni przede mną, w sercu lotosu, na dysku słońca i księżyca znajduje się uosobienie wszelkich aspektów schronienia, Vidyadhara Padmasambhava wraz z ośmioma wspaniałymi formami, które osiągnęły siddhi, oraz z orszakiem Vidyadharów. Medytuję więc na pełną mandalę trzech korzeni Buddy.

Potem odmawiamy modlitwę linii, zaczynając od guru dziewięciu poziomów przekazu.

Modlitwa Linii

E MA HO GJAL ŁA GOONG GJUD RIG DZIN DA GJUD DAN
 GAANG ZAG NJEN GJUD MON LAM ŁAN KUR GJUD
 KA BAB LUUNG GJUD KhA DRO TAD GJAI GJUD
 LEJ ThRO TER GJUD SZOG SER TSI GI GJUD
 KA BAB LUUNG ZIN JI DAM Žhi TRO DANG
 KhA DRO CHIE SUUNG CZE LA SOL ŁA DEB
 GU PEJ CZAG TSAL CZOD BUL KJAB SU CZI
 TSA ŁA JAN LAG DAM TSIG DOM LEJ GAL
 NJAM CZIAG NJE TUUNG SZIAG SZIING DZIN GJI LOB

Wspaniale! Modlimy się do linii głębokiego zrozumienia jinów – do linii jinów, do linii symbolu vidyadharów, do linii tych, którzy usłyszeli nauki, do linii aspiracji i inicjacji, do linii posiadających zezwolenie i do linii zaufanych dakiń, linii odkrywców skarbów i linii tych, którzy pierwsi ujrzeli te nowe nauki. Modlimy się do tych, którzy otrzymali pouczenia dotyczące praktyk oraz do groźnych i łagodnych jidamów, do dakiń i opiekunów dharmy. Pełni oddania kłaniamy się, składamy ofiarowania i

przyjmujemy schronienie. Przyznajemy się do błędów oraz do naruszenia i złamania naszych głównych i dodatkowych ślubowań. Prosimy oczyść nas!

Modlitwa bardzo szczegółowo opisuje dziewięć linii, które reprezentują dziewięć sposobów rozprzestrzeniania się dharma w świecie. Przywołując pamięć linii przekazu przypominamy sobie jednocześnie jak bardzo musimy polegać na dobroci innych, bez których tkwilibyśmy wciąż w naszym własnym pseudo świecie. Pamięć i wdzięczność łączą nas z czymś doskonalszym od nas samych i dzięki temu zostajemy wprowadzeni w naszą prawdziwą naturę. Składając pokłony i ofiarowania oczyszczamy nasze ślubowania. Prosimy o oczyszczenie a potem śpiewamy tę modlitwę.

Modlitwy Błagalne do Guru

E LA MA KhJEN NO CZIE KU NAANG ŁA ThA JEJ KhJEN NO
 E LA MA KhJEN NO LONG KU ThUG DZIE CZIEN PO KhJEN NO
 E LA MA KhJEN NO TRUL KU SZIAKJA ThUB PA KhJEN NO
 E LA MA KhJEN NO GU RU PEMA DZIUNG NEJ KhJEN NO
 KJE DRIN CZIEN TSA ŁEJ LA MA KhJEN NO KhJEN

O! Guru, myśl o nas! Dharmakayo Nangwa Taye — myśl o nas! O! Guru, myśl o nas! Sambhogakayo Chenrezi — myśl o nas! O! Guru, myśl o nas! Nirmanakayo Shakyamuni — myśl o nas! O! Guru, myśl o nas! Guru Padmasambhavo — myśl o nas! O! Najłaskawszy rdzenny guru — myśl o nas! Myśl o nas!

Można porównać ten fragment do pisania listu miłostnego, coś w rodzaju „Kochanie, gdzie jesteś? Tak bardzo mi Cię brak”. Zapominamy wtedy o całym świecie. Zabieg ten jest celowy, działa podobnie jak literackie powtórzenie, aby pokazać, że liczy się tylko podmiot.

Najczęstszym problemem w medytacji jest rozproszenie. Trudno nam skupić uwagę na jednym. Kiedy wykonujemy podstawową medytację z koncentracją na oddechu, okazuje się, że jest to trudne zadanie, ponieważ dla wielu z nas oddech nie jest niczym wyjątkowo ekscytującym czy podniecającym. Z kolei myśli i marzenia przychodzące do naszej głowy w momencie, gdy to właśnie powinniśmy skupić się na oddechu, są bardzo ekscytujące. Zabierają nas one w różne ciekawe miejsca. Padmasambhava odgrywając rolę bardzo mądrego rodzica zdecydował: „Dobrze, jeśli chcą czegoś podniecającego, dostaną to. Będą mogli sobie na to patrzeć i będą tym na pewno bardzo podekscytowani”. To niezwykle proste. Mamy całą plejadę różnorodnych bóstw, ponieważ różni ludzie mają różne upodobania. Są więc bóstwa o postaciach młodych roztańczonych chłopców, których można porównać do zespołów muzycznych za którymi szaleją młode nastolatki. Są też bóstwa wyglądające jak lalki Barbie. Dostajemy wszystko to, co rzeczywiście nas podnieca i w tym właśnie jest metoda. Jeśli jakaś metoda nie działa to nie ma z niej żadnego pożytku, no bo na przykład homoseksualistę nie będzie podniecać wizja pójścia do łóżka z Marilyn Monroe. Może mogliby porozmawiać o modzie ale nie uprawiać razem seks. Identycznie jest z dharma. Nie ma sensu prosić o inicjację do praktyki, której nie mamy zamiaru wykonywać i

którą nie jesteśmy specjalnie zainteresowani. Na Zachodzie już minęły czasy, kiedy to rodzina decydowała o tym, z kim się bierze ślub. Prawa i obowiązki już nie zapewniają automatycznie zgody na dostosowanie się do nich. W dzisiejszych czasach ludziom wydaje się, że wartość tego, co wybierają nierozzerwalnie łączy się z dokonywaniem świadomego i wolnego wyboru.

Uczniowie często zadawali C.R Lamie pytania typu: „Rinpoche, czy uważasz, że powinienem robić praktykę Dorje Drolo?”. Rinpoche odpowiadał wtedy: „Jeśli chcesz to ją rób”. Pytali też: „Mam pewien problem, co mam zrobić?”. A Rinpoche mówił: „A co chciałbyś zrobić? Jeśli chcesz zrobić tak, to zrób właśnie tak.” Kiedyś Rinpoche powiedział mi: „Kiedy mówię ludziom, co mają robić to oni nigdy tego nie robią, więc teraz mówię...”. To, co mówił Rinpoche ma bardzo duże znaczenie. W kulturach opartych w dużej mierze na tradycji ludzie uczeni byli akceptować to, co dostają, nie podważali tego, nie zastanawiali się nad tym. W naszej kulturze my pragniemy właśnie tych rzeczy, których nie mamy. Tak więc wracając do praktyki, należy dobrze zastanowić się która praktyka naprawdę jest dla nas dobra. Trzeba wcześniej zapoznać się z wieloma różnymi praktykami, ponieważ gdy raz wybierzemy jakąś powinniśmy starać się pozostać jej wierni. W życiu codziennym często słyszy się o rozwodach, podobnie jest z dharma – ludzie rozstają się z praktyką. Należy o tym pamiętać.

Kiedy recytujemy *E LAMA KHJEN NO* to doskonale wiemy, czego dotyczy ta praktyka. Staramy się rozbudzić energię libido, energię pożądania i chodzi tu jak najbardziej o tę energię seksualną związaną ze zjednoczeniem się. W tantrze można znaleźć wizerunki całujących się par i nie jest to wcale jakaś iluzja. Kiedy byłem małym chłopcem miałem lalkę. Bardzo mnie zastanawiało, że ta lalka nie miała nic między nogami oprócz kawałka płaskiego plastiku. Pamiętam, że było to dla mnie dość traumatyczne. „Dlaczego ta lalka tam nic nie ma?” zastanawiałem się. Podobnie można myśleć o bogach tybetańskich. Wielu z Was może sobie wyobrazić, że z nimi jest jak z tą lalką, też "tam" nic nie mają. Ale nie, nie, to nie prawda! Bardzo liczy się energia seksualna, pożądanie, pragnienie zespolenia, które otwiera serce, gorączka ciał – to wszystko ma ogromne znaczenie. Jesteśmy z natury androgeniczni, czyli będący jednocześnie kobietą i mężczyzną. Dlatego modlimy się do bogów tej samej i przeciwnej płci i nie ma to większego znaczenia. Jesteśmy pełni oddania. Połączenie z naszym własnym przeciwieństwem staje się możliwe bo posiadamy zarówno aspekty żeńskie jak i męskie, jakkolwiek tego byśmy nie nazwali.

Możecie recytować tę modlitwę setki a nawet tysiące razy. Śpiewajcie ją z oddaniem, wykrzykujcie ją pełni mocy lub jeśli chcecie zawodzącym głosem. Sposób, w jaki to robicie naprawdę nie ma znaczenia bo najważniejsze jest bycie obecnym w tej praktyce. Jest to praktyka związana z pasją i zaangażowaniem.

Recytując tę modlitwę wyobrażamy sobie, że zgodnie z tym, co mówi tekst, z trzech kierunków: z czoła guru, z jego gardła i serca spływa na nas światło i wypełnia nasze ciało.

Przyjęcie Czterech Inicjacji

DAG ZHAN LU NGAG JID SUM MIN CZING DROL
 LAANG ZHI KUR THOB DRIB ZHI KUN DAG NEJ
 NEJ NGEN LOG PEJ LAM NEJ DRANG NEJ KJAANG
 KJE DAANG TSE RAB KUN TU DZIE ZUUNG SZIOG

*Ja i wszystkie istoty prosimy o cztery inicjacje, które dojrzeją i wyzwolą nasze ciało, mowę i umysł.
 Otrzymałszy je, oczyścimy cztery zaciemnienia. Proszę, wyprowadź nas z błędnej ścieżki pełnej bólu.
 Opiekuj się nami w tym i w przyszłych żywotach!*

My sami i wszystkie istoty czujące zostajemy wypełnieni tęczowym światłem. Otrzymujemy cztery inicjacje. Jest to krótsza wersja praktyki, która pojawia się również później. (Patrz część E:k)

Jeśli mamy trochę więcej czasu to w tym miejscu po literze *NEJ* możemy zrobić praktykę rozpuszczenia. Guru pojawia się na szczycie naszej głowy i rozpuszcza w kulę światła, która wnika w nasze serce. Całe nasze ciało również zamienia się w kulę światła i po chwili jednocząc się z nią całkowicie się rozpuszcza. Potem następują dwie końcowe linijki: *NEJ NGEN LOG PEJ LAM NEJ DRAANG MA KJANG/KJE DAANG TSE RAB KUN TU DZIE ZUUNG SZIOG*. Oznaczają one: „Prosimy, uchron nas przed błędną ścieżką, i spraw bym w przyszłości odrodził się blisko Ciebie”.

Tantryczny pogląd dotyczący oświecenia jest związany z nieustannym przebywaniem wśród innych. Można to wytłumaczyć faktem, że gdy osiągamy oświecenie udajemy się do krainy buddy, która nie należy do nas tylko do kogoś innego. Pozostajemy tam dopóty dopóki nie doczekamy się własnej krainy, ale nawet, gdy tak się stanie to w tej naszej krainie i tak będą jacyś ludzie. Większość lamów ma wokół siebie mnóstwo ludzi. Oczywiście oznacza to posiadanie pewnej pozycji, tak jak w przypadku królów. Im potężniejszy był król, tym więcej poddanych mógł mieć. Pamiętajcie może historię Króla Lira i jego osobistą tragedię, gdy okazało się, że orszak mu się stopniowo kurczy. Obrazuje to fakt, że oświecenie nie jest czymś, co możemy osiągnąć tylko dla siebie. Jest ono po prostu przeniesieniem ciężaru uwagi (z siebie) na innych. My, ludzie wciąż żyjemy pośród innych istot. Oświecenie tego nie zmienia. Można to ująć w ten sposób: dharmakaya jest dla nas a sambhogakaya i nirmanakaya dla innych. Rozpoznałszy naszą własną naturę stajemy się wolni a dzięki temu zaczynamy istnieć dla innych czyniąc to, o co nas poproszą.

Jedną z trudności, jakie związane są z tego rodzaju praktykami jest ich długość. Zajmują one dużo czasu. Jeśli naprawdę robi się je z oddaniem, to wprowadzają nas w nieco

odmienny stan, co oznacza, że potem może nam być trudno powrócić do zwyczajnej rzeczywistości. Ale jeśli zrozumiemy, że główny cel tej praktyki to pomóc nam dokonać transformacji stanu, w jakim przebywamy i sposobu doświadczania świata, to możemy wykonywać jej krótszą wersję. Załóżmy, że wspominamy imię znanego piłkarza osobie, która pasjonuje się sportem. Z pewnością zauważymy jej natychmiastową ekscytację. Tu mamy do czynienia z podobną zasadą. Jeśli studiujemy i praktykujemy dharmę regularnie, to bardzo łatwo nam będzie szybko zmobilizować się do medytacji. Wiemy, że praktykujemy dharmę dla siebie, a nie dla samej dharmy, dla lamy czy dla kogoś innego. Dharma musi otrzymać taką formę, abyśmy mogli jej używać.

Możecie wykonywać Dużego Rigdzina od czasu do czasu. Możecie też robić go codziennie. Jeśli nie macie czasu róbcie Małego Rigdzina. Ale można też pominąć praktyki wstępne i zrobić od razu wizualizację Padmasambhavy. Jeśli z trudem przychodzi wam dokładna wizualizacja, wyobraźcie sobie po prostu, że Padmasambhava jest z wami. Wtedy możecie zacząć recytację. W zależności od tego ile macie czasu, możecie wyrecytować Siedmiolinijkową Modlitwę lub także mantrę Bendza Guru. W całkowicie krótkiej wersji mówimy Om Ah Hung, Om Ah Hung i w tym samym czasie wyobrażamy sobie wnikające w nas promienie białego, czerwonego i niebieskiego światła. Przyjmujemy tę inicjację od razu i natychmiast identyfikujemy się z nią. Potem przechodzimy do rozpuszczenia, przyjmujemy Guru do serca lub najpierw wizualizujemy go zasiadającego na czubku naszej głowy a następnie schodzącego w dół do ciała. Tę praktykę można wykonywać przez cały dzień. Trwa ona około trzech minut.

Jeśli macie trochę czasu możecie rozpocząć dzień od praktyki Małego Rigdzina. Potem, w ciągu dnia, jeśli odkryjecie, że jesteście nieco zagubieni czy rozproszeni wykonajcie tę krótką praktykę koncentracji a ona pomoże wam szybko się odnaleźć. Ważne jest żeby utrzymywać stały kontakt z praktyką ponieważ to pomaga nam zachować pogląd, dzięki któremu dokonuje się przemiana naszych doświadczeń. Alkoholik z prawdziwego zdarzenia rozpoczyna dzień od szklanki whisky, potem w pracy co rusz zaszywa się w toalecie i tam podpija z piersiówki. Na zakończenie dnia robi sobie kompletną praktykę z pełną butelką. Powinniśmy wziąć z niego przykład i w podobny sposób poszukiwać całkowitego zanurzenia się w Padmasambhavi. Należy dążyć do stanu, w którym pomiędzy dwoma dużymi drinkami będziemy odczuwać potrzebę na małe co nieco. To nazywamy prawdziwym oddaniem. W taki właśnie sposób tantryczna wizja staje się żywa, mantra nigdy nie znika z naszych ust, wizualizacja nigdy nie umyka z naszej świadomości aż wreszcie odkrywamy, że żyjemy w przekształconej rzeczywistości.

C. SADHANA: CZĘŚĆ WSTĘPNA

Modlitwy Wstępne Przywołanie Padmasambhavy

KJAB NEJ LU ME KON CZIOG RIN PO CZIE
ThUG DZIE NGA ŁEI U GJEN PE MA LA
DAG GI DŹI TAR SOL ŁA TAB PA ŻIN
NJUR DU DRUB PAR DZIN GJI LAB DU SOL

Droгоценny klejnocie, jesteś moim niezawodnym schronieniem.

Posiadający współczucie Urgyen Pemo, niech wszystko, o co się modłę, szybko się spełni!

Te linijki są niezwykle interesujące jeśli przyjąć zachodni punkt widzenia. Mówią: „Droгоценny Padmasambhavo, jesteś esencją współczucia, niezawodnym schronieniem. Przyjdź i obdarz mnie tym, czego pragnę”. Nie znajdujemy w niej treści: „Przyjdź i obdarz mnie tym, czego Ty chcesz”. Tekst mówi „nie Twoje lecz moje niech się stanie”, ponieważ w praktykach tantrycznych istotne jest uwzględnienie siebie. Taki rodzaj tekstu praktyki po tybetańsku nazywany jest *trinley*, co oznacza działanie.

Prawie w całej Afryce i Azji a także w Europie starych czasów – w krajach zdominowanych przez pogląd oparty na magii – zauważalny jest bardzo wyraźny związek między działaniem jednostki i efektem, jakie wywiera ono na świat zewnętrzny. Z kolei w religiach monoteistycznych mamy do czynienia z walką przeciwko takiemu pogładowi. Dominuje przeświadczenie, że Bóg posiada wszelką moc i to on decyduje, co jest dla nas dobre. Bóg jest ojcem a ojciec zawsze wie wszystko najlepiej. Jednak każde działanie przynosi określony skutek. Gdy wlejemy wodę do garnka, postawimy na ogniu to woda się zagotuje. Gdy podgrzejemy mleko i nie będziemy go pilnować to wykipi. Woda nigdy nie wykipi. Znając właściwości materiału, z którym pracujemy, będziemy w stanie przewidzieć rezultat tej pracy. Będą one różne w zależności od materiału.

W buddyzmie tybetańskim mamy do czynienia z wieloma różnymi bóstwami, duchami i bogami lokalnymi, które obdarzone są wyjątkowymi właściwościami. Znając te właściwości możemy wykorzystywać ich moc do różnych celów. Działa to na zasadzie dostosowania odpowiedniej techniki do obchodzenia się z bóstwem. Trzeba jednak zachować szacunek jednocześnie przywiązując dużą uwagę do szczegółów.

Siedząc na fotelu u dentysty widzimy jak sięga po przeróżne narzędzia. Całe szczęście, że dentysta doskonale wie, które do czego służy i jak ich użyć. Oczywiście jest dla nas bardzo uprzejmy ale za chwilę weźmie do ręki warczące narzędzia a potem powie „A teraz mi zapłać”. Jednak z wizytą u dentysty nie jest tak, że to on coś z nami robi tylko dlatego, że siedzimy tam z otwartą buzią. Przecież zwykle nie trzymamy jest otwartej podczas większości innych sytuacji. Chodzi tu o współpracę a leżenie cicho i bez ruchu na fotelu to także pewna współpraca. Czasem wydaje nam się, że kompletnie nic nie robimy, lecz może zdarzyć się i tak, że bycie całkowicie pasywnym to już jest jakieś działanie. Ludzie łatwo popadają w pewien schemat myślenia oparty na zasadzie pana i niewolnika. Na pozór wygląda to tak, że to pan robi wszystko. Mówi się: „Król zbudował pałac w pięć lat”. Niesamowite, ale kto tak naprawdę zbudował ten pałac. Robotnicy. Jednak cały ich wysiłek pozostaje niezauważony, przyćmiony przez wyższość króla. Takie działania zaciemniają fakt, iż nasz świat oparty jest na współdziałaniu. Ważne byśmy dostrzegli ten nieustanny dialog, trwającą bez końca wzajemną wymianę.

To my prosimy Padmasambhavę żeby coś dla nas zrobił. Można też wprost rozkazać mu, żeby to zrobił. Prosząc go o cokolwiek powinniśmy doskonale wiedzieć, czego chcemy. Niezdecydowanie wcale tu nie pomaga. Nawet jeśli wiemy, czego chcemy ale jesteśmy zbyt nieśmiali to ta nasza nieśmiałość może stać się przeszkodą na drodze. Wyobraźmy sobie, że prosimy Padmasambhavę dosyć głośno lecz niezbyt zdecydowanie: „Chcę zostać buddą żebym mógł ratować wszystkie istoty”. Powinniśmy się nad tym dobrze zastanowić bo, co zrobimy jeśli Padmasambhava rzeczywiście nas wysłucha i da nam to czego chcemy? Co wtedy? W tradycji mahayany funkcjonuje koncepcja krainy buddów, do której można trafić po śmierci i zostać wielkim Buddą. Nie jest to jednak jedyna możliwość, zależy jaki się ma pogląd na te sprawy. Po śmierci można także iść do nieba, oczywiście jak się ma trochę szczęścia. Wtedy będziemy przechadzać się obok potężnego boga, są tam też cherubini, serafini no i my. Nie trzeba robić tam nic specjalnego poza wychwalaniem najwyższego. Pamiętacie Elvisa Presley'a? On też miał wokół siebie mnóstwo ludzi, którzy krzyczeli: „Jesteś super! Daj nam tysiąc dolarów”. Wiemy, że nie skończyło się do dobrze dla Presleya bo tacy fani psychopaci potrafią być dość niebezpieczni. Lepiej dla buddy, by miał wokół siebie ludzi bardziej wyluzowanych. Ważne jest, żeby utrzymać pogląd pustki i nigdy nie dać się zwieść otoczeniu. Jeśli ulegniemy, niedualna integracja zostanie przyćmiona przez naszą własną praktykę dharmy.

Ma to bardzo duże znaczenie, bo w przeciwnym razie zaczynamy wszystko uświęcać, przydawać rzeczom świętości i oddzielać od zwykłego życia. Staram się przez to powiedzieć, że należy dokładnie wiedzieć, czego się chce. Obok pogody ducha, poczucia humoru i uśmiechu, które w buddyzmie tybetańskim odgrywają duże znaczenie, należy pamiętać, że zadanie do wykonania jest poważne i odpowiedzialne. Trzeba zrozumieć naturę własnego umysłu i posiadać oddanie, by pomóc innym osiągnąć to zrozumienie.

a. Modlitwa Siedmiolinijkowa

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DZIANG TSHAM
 PE MA GE SAR DONG PO LA
 JAM TSHEN CZIOG GI NGY DRUB NJE
 PE MA DZIUNG NEJ ŽIE SU DRAG
 KHOR DU KHAN DRO MANG PY KOR
 KHJE KJI DZIE SU DAG DRUB KJI
 DZIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL
 GU RU PE MA SID DHI HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Urygen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty — obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku dakiń. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu! Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!

Jest to bardzo popularna modlitwa i powstało do niej już wiele komentarzy. C.R Lama mawiał, że znajduje się ona w każdym porządnym zbiorze term. Można potraktować tę modlitwę jako praktykę samą w sobie. Warto zapoznać się z książką Tulku Thondup'a "Oświecona podróż" zawierającą komentarz Mipham'a Rinpoche.

Ta zwrotka ma formę prostej praktyki. Najpierw wychwalamy obiekt zainteresowania mówiąc, że jest wspaniały i wyjątkowy. Potem mówimy: „Jestem z Tobą” a potem „Teraz Ty musisz coś dla mnie zrobić”. Taki jest układ. Wierzymy, że ma on sens bo Padmasambhava chce przecież pomagać ludziom. Ale tak jak mówiliśmy wcześniej nie wszyscy chcą żeby im pomagać. Nie można pomóc komuś, jeśli tego nie chce. Ma to duże znaczenie w buddyzmie ponieważ jego celem nie jest zmiana zachowania ale zrozumienia, na postawie którego zmiana zachowania pojawia się.

Kiedy muzułmanie pojawili się w Indiach, zaczęli masowo zabijać krowy. Chcieli w ten sposób zmusić hindusów do jedzenia czy chociażby dotykania krowiego mięsa. Zabijali krowy i rozrzucaли mięso w świątyniach hinduskich. Miało to na celu zbezpieścić świątynię i każdego, kto do niej wchodząc zetknął się z krwią. Zmuszano Hindusów do kontaktu z krowią krwią a to, dla ludzi o bardziej konserwatywnych poglądach na zawsze oznaczało utratę pozycji w kaście. Raz utraciwszy swą hinduską tożsamość, człowiek stawał się wygnańcem, a co za tym idzie mógł być bardziej podatny na zwrócenie się w kierunku islamu. Ludzie zostali wpędzeni w kolejną dogmatyczną strukturę. Ten przykład ilustruje jak można opierać swoją tożsamość religijną jedynie na praktykach rytualnych osadzonych w bardzo surowym kontekście rozróżniania między dobrym a złym, czystym a nieczystym. Pokazuje to, że wszystko, co zostało stworzone wcześniej czy później rozpadnie się. Każdy twór ma wpisaną w siebie własną destrukcję.

Inaczej jest z oświeceniem, które nie jest kwestią wiary w jakiś dogmatyczny system. Dotyczy ono transformacji natury doświadczenia. Nie można jednak dokonać głębokiej przemiany czyjegoś doświadczenia poprzez samo wykonanie jakiegoś działania w kierunku tej osoby. Nie dojdzie do przekształcenia jeśli człowiek tego nie chce. Sami musimy włożyć w ten proces swój wysiłek. Siedmiolinijkowa modlitwa ma bardzo duże znaczenie, bo mówi o dwóch pojawiających się siłach. Z jednej strony oświecony Padmasambhava, a z drugiej my, poszukujący oświecenia. Na poziomie zewnętrznym, Padmasambhava jest tą oświeconą, potężną istotą całkiem odrębną od nas. My poprzez modlitwę prosimy go o przybycie i udzielenie nam błogosławieństwa. Z kolei na poziomie wewnętrznym Padmasambhava jest naszą prawdziwą naturą, która pozostaje dla nas ukryta. Często tłumaczy się, że północno-zachodnia kraina, tak jak mówi pierwsza linijka *UR GJEN JUL GJI NUB DZIAANG TSHAM*, to miejsce gdzie spotykają się samsara i nirvana a kraina Urgyen to dharmadhatu. Prawdziwa natura rzeczywistości to właśnie to miejsce połączenia się samsary z nirvaną.

Fragment *PEMA GESAR DOONG PO*, w drugiej linijce, odwołuje się do lotosu, który zawsze symbolizuje czystość. Naturalna czystość, *kadag*, a także ta rozwinięta dzięki praktyce, łączą się w nieskończonej czystości. Potem w trzeciej linijce, *JAM TSAM CZIOG GI NGY DRUB NJE*, mowa jest o tym, że wszystkie pozytywne właściwości są obecne właśnie w tej nieskończonej czystości. Jeśli zrealizujemy ten poziom, zintegrujemy się z nim, to wszystko, czego nam trzeba będzie właśnie tam.

Przechodzimy w życiu wiele zmian. Jest to typowe dla świata, w którym żyjemy. Wchodząc w pewien etap zawsze mamy wrażenie, że jest on tym ostatecznym. Małe dzieci zwykle są bardzo dumne, kiedy już same potrafią siadać na nocniku lub korzystać z toalety. Spoglądają wtedy pod siebie i mówią: „Już skończyłem!”. My podobnie przechodzimy przez życie i wszystkie jego etapy. Na przykład, gdy skończymy studia myślimy: „Tak, teraz już mam dyplom, wreszcie koniec!”. No ale później trzeba poszukać pracy, nauczyć się jeszcze jakiś nowych rzeczy. Zawsze jest coś do zrobienia, więcej i więcej. Taka jest natura tego świata. Dopóki jesteśmy żywi nigdy nie osiadamy w miejscu. Pamiętacie historię Billa Clintona, swego czasu jednego z najpotężniejszych ludzi na świecie. Został upokorzony. Wiele bogatych i sławnych osób przechodzi przez ciężkie chwile. Dotyczy to także ludzi bardzo szlachetnych. Trzecia linijka mówi *JAM THSEN CZIOG GI NGY DRUB NJE*, co oznacza, że wszyscy posiadamy te właściwości, o których mówi tekst, one nigdy nie ulegają zmianom. Dlaczego tak się dzieje? W życiu zawsze myślimy o sobie: „Tak, ja przecież posiadam te wszystkie cechy. To przecież ja.” Taka identyfikacja staje się podstawą dla błędnego poglądu. Wydaje nam się, że możemy zatrzymać coś na zawsze jakby było naszą własnością. Jakości Padmasambhavy pojawiają się zupełnie spontanicznie, bez żadnego wysiłku, poza wszelkim przypisaniem, wolne od bycia obiektem z którym identyfikuje się ego. Padmasambhava nie spoczywa na swoich osiągnięciach, on nie podpira się na niczym. Wszystkie właściwości stają się jego ozdobami zintegrowane w czystej naturze podstawy.

Wkładając ręce do płynącego strumienia ma się wrażenie, że udało nam się nabrać trochę wody. Ale woda przecież przepływa nam przez palce. W podobny sposób wszystko jest nietrwałe, a jest takim, ponieważ wciąż płynie i płynie jak rzeka. Nie sposób tego zatrzymać ani uspokoić, nie można też tego posiadać na własność. Z powodu nietrwałości wszystkie nasze cechy wciąż się zmieniają. Nie jesteśmy już tacy sami, jacy byliśmy dawniej. Zmienia się także nasze ciało. Wciąż pojawia się coś nowego. To, co wydaje się, że jest nasze, wszystkie cechy, które sobie przypisujemy pojawiają się jako wynik zasady współzależnego powstawania. Opowiem wam o mojej przyjaciółce, która ostatnio zachorowała, lecz która twierdzi: „Ale przecież ja nigdy nie choruję. Jestem naprawdę zdrowa”. Oczywiście jest to pewnego rodzaju iluzja, którą ta osoba tworzy. Mówi o sobie w taki sposób, jakby sama stworzyła siebie i swoje zdrowe ciało. Do tego bardzo się identyfikuje z tym stanem, nie mając tak naprawdę pojęcia, co dzieje się wewnątrz jej ciała. Jej dobry dotąd stan zdrowia może zawdzięczać swoim rodzicom, po których mogła go odziedziczyć, także temu że miała, jak to się mówi, po prostu farta.

W języku tybetańskim przywiązanie do siebie samego, do swojej tożsamości nazywamy *dagdzin*. Ludzie myślą wtedy „Ja jestem tym właśnie ciałem, jestem sobą, jestem taki i taki...”. Dag oznacza "ja" a dzin "trzymać" lub "chwycić". Mogę powiedzieć: „Mam zegarek” i mówię tak, ponieważ trzymam go w ręce. Kiedy go puszcze, spadnie na ziemię. Zatem posiadanie czegoś, w tym kontekście, wiąże się z wykonaniem pewnego wysiłku w kierunku obiektu. Gdy teraz odłożę zegarek, przestanę go trzymać w ręce, lecz mój umysł wciąż będzie go trzymał. Z tego właśnie powodu, uważam, że jest to mój zegarek. Przypisujemy rzeczy pewnym źródłom ich przynależności. Można sądzić, że coś się posiada lecz tak naprawdę to posiadanie dotyczy zaledwie pewnego momentu w czasie, bo już po chwili zauważamy, że nasz związek z tym czymś i z innymi rzeczami wokół zmienił się. Przyjaciele przychodzą i odchodzą, rzeczy ulegają zniszczeniu lub my sami je gubimy. Zmieniają się także nasze zainteresowania, podobają nam się nowe rzeczy a stare wyrzucamy do śmieci.

W linijce *JAM TSHEN CZIOG GI NGY DRUB NJE*, *nje* oznacza „posiadać”. Kiedy mówimy o Padmasambhavi, że posiada pozytywne właściwości, nie mamy na myśli takiego posiadania, o którym mówiłem podając przykład zegarka. Zegarek się popsuje, zgubię go albo ja umrę. Cechy Padmasambhavy są wplecione w naturę realizacji dharmakayi. Tak jak w naturalny sposób promienie słońca są jego częścią tak właściwości Padmasambhavy pojawiają się spontanicznie, jak mówi tradycja. Pochodzą one z natury dharmakayi będącej niezmienną prawdziwą naturą – rozpoznaniem pustki. Bardzo trudno opisać to za pomocą słów ponieważ użycie języka ściśle związane jest z przywiązaniem do rzeczy. Padmasambhava jest ścieżką realizacji, drogą do zrozumienia nauk.

Następna linijka mówi: *PEMA DZJUUNG NEJ ŻIE SU DRAG*. *Pema* odnosi się do dharmakayi a *DZJUUNG NEJ* oznacza "źródło". Lotos jako miejsce powstawania symbolizuje kaye foremne,

sambogakaję i nirmanakaję. Te kaye, jako formy manifestacji razem z dharmakają stanowią zjednoczenie natury wszystkich buddów. Jest to natura Padmasambhavy.

Prowadzi to do piątej linijki, *KHORDU KHAN DRO MAANG PY KOR*, która wskazuje, że „wszystko manifestuje się wokół tych trzech kayi”. W tradycji hinduskiej słowo „dakini” rozumiane jest jako niższe wiejskie żeńskie bóstwa przysparzające samych kłopotów. Starając się zrozumieć dharmę ważne jest potrafić dokonać rozgraniczenia między różnymi poglądami. Nie należy wkładać wszystkiego do jednego garnka, bo wyjdzie z tego kiepska zupa. Zatem jeśli chcemy zrozumieć tę piątą linijkę z bezpośrednim odniesieniem do praktyki, to słowo dakini nie oznacza tutaj dosłownie jakiegoś dziewczęcia biegającego wokół. *KHA* to niebo czyli przestrzeń, pustka a zatem dharmakaya. *DRO* oznacza „biegać, poruszać się”. Co zawiera w sobie *KHA*, będąca przestrzenią oświecenia? Są w niej wszystkie emocje, myśli, odczucia i nasze doświadczenia. Pojawia się tam także doświadczenie bycia tym, który doświadcza.

Prowadząc samochód łatwo o wypadek ponieważ drogi bywają wąskie. Lecieć samolotem może być dużo bezpieczniej bo na niebie jest mnóstwo przestrzeni. A w naszych głowach? Tam wydarza się dużo wypadków. Pędzimy wąską ścieżką naszej karmy ze wszystkimi naszymi myślami, uczuciami, obsesjami i nawykami. Myśli i uczucia zderzają się a my popadamy w zmartwienia. Wydaje nam się, że popełniliśmy jakieś błędy. Gdy spojrzeć na ogromne niebo dharmakayi, to widać tam mnóstwo przestrzeni. Nie ma dróg więc myśli i uczucia mogą swobodnie pojawiać się i odchodzić. To jest właśnie podstawa medytacji. W dzogchen nazywamy to *rangdrol*, co oznacza samowyzwalanie się wszystkiego, co powstaje. W praktyce, przestrzeń staje się dla nas miejscem, w którym pracujemy. Utrzymujemy przestrzeń¹⁰ i zostajemy w niej. Porzucamy identyfikowanie się z tym co się manifestuje. Gdy pojawia się myśl lub jakieś zmysłowe odczucie, zaraz po nim pojawia się także uczucie, że albo podoba nam się ta myśl albo chcielibyśmy się jej pozbyć. Kłębiące się myśli można porównać do korka na ulicy. Życie zatrzymuje się na chwilę a my zostajemy uwięzieni w powtarzającym się ruchu, jak posuwające się w korku samochody. Taki schemat jest typowy dla stanów depresyjnych, zaburzeń psychotycznych, agorafobii i takich, gdzie jesteśmy uwięzieni wciąż w te same myśli. Nie pojawia się żaden ruch, a mimo to samochody wciąż wpadają jeden na drugi zderzając się ze sobą.

Linijka *KHOR DU KHAN DRO MAANG PY KOR* oznacza „w stanie dharmakayi umysł może pozostawać bardzo zajęty, uczestniczyć w wielu doświadczeniach”. C.R Lama był osobą bardzo zajętą, całymi dniami coś robił. Mówiliśmy, że w systemie hinayany rozproszenie pochodzące ze świata zewnętrznego postrzegane są, jako negatywne i uciążliwe. Dąży się do ich unikania starając się uspakajać umysł. Próbuje się odciąć się od jakiegokolwiek aktywności umysłu. W praktyce tantry jest nieco inaczej, doświadczamy wielu poruszeń umysłu, ciała, a także tych wynikających z interakcji ze światem. Zwykle takie doświadczenia

nas rozpraszają, lecz tu staramy się doświadczyć ich, jako swobodnego ruchu pochodzącego z podstawy dharmakayi.

Dalej pojawiają się słowa: *KJE KJI DZIE SU DAG DRUB KJI* – „podążając za Tobą, wykonując Twoją praktykę”, co oznacza: „jednocząc nasze zrozumienie ze stanem dharmakayi”. W taki sposób podążamy za Padmasambhavą. Nie robimy tego kupując sobie jego figurkę, lecz stając się takim jak Padmasambhava, identyfikując się z nim. Takie znaczenie ma siódma linijka, *DŽJIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL* – „proszę przybądź i wypełnij mnie błogosławieństwem”. Oczywiście błogosławieństwo to nie jest jakąś rzeczą, którą dostajemy lecz doświadczenie, którego stajemy się częścią. Jeśli będziemy zachowywać dystans w stosunku do Padmasambhavy, to nic dobrego z tego dla nas nie wyniknie. Celem dążenia do oświecenia jest pomaganie innym. Jeśli jedynie powtarzamy „Padmasambhavo, jesteś wspaniały” to także w niczym to nikomu nie pomaga. Nie wykorzystujemy mocy Padmasambhavy. To tak jakbyśmy powtarzali ciągle nowopoznanej kobiecie: „Jaka jesteś piękna, jaka miła, podobasz mi się bardzo, uwielbiam na ciebie patrzeć”. Pewnego razu ta kobieta pomyśli sobie: „No dobrze, skoro ci się tak podobam, to dlaczego mnie nie pocałujesz?”. Z Padmasambhavą jest podobnie, nie ma wątpliwości, że on także jest otwarty na seks. Mówiliśmy już o pojawianiu się symboli seksu w buddyźmie. Zjednoczenie, zespolenie, połączenie to symbole niedualności, zjednania tego, co jest rozdzielone. Jeśli darzymy kogoś szacunkiem możemy pozwolić, by jego naturalne cechy zmanifestowały się. Nie chodzi tu o postawienie na półeczce figurki. Wykonuję Twoją praktykę, to znaczy wyobrażam sobie Ciebie i robię praktykę rozpuszczenia, a Ty przychodzisz i udzielasz mi błogosławieństwa. Tak wygląda praktyka zjednoczenia. Używamy siły oddania, by stworzyć coś w rodzaju przyciągania, które będzie jak magnes. Z jednej strony mamy potężną moc Padmasambhavy a z drugiej nasze pożądanie i Ignięcie. W ten sposób w trakcie tej praktyki dwie siły łączą się w jednoupunktowioną uwagę.

Jednym z częstszych problemów seksualnych mężczyzn jest przedwczesny wytrysk. Od czasu do czasu, oczywiście może się to przytrafić każdemu mężczyźnie, ale bywa i tak, że ta sytuacja staje się jak pułapka. Pojawiają się przewidywania, że następnym razem na pewno też będzie tak samo. Całość zostaje mocno wspomagana narastającym lękiem, który sprawia, że faktycznie dochodzi do przedwczesnego wytrysku. Można tę sytuację porównać z medytacją. Powiemy wtedy o „przedwczesnej medytacji”. Robimy puję, dochodzimy do momentu rozpuszczenia i nagle... „Aaa, już po wszystkim”. Całe sto dwadzieścia stron gry wstępnej i ... już, wszystko na nic! Żadnej satysfakcji, ani dla siebie ani dla Padmasambhavy. Wygląda to tak: „Dzwonią dzwoneczkami, ja przychodzę jestem gotowy, uszykowany, założyłem najlepsze ubranie, mam świetny humor, a potem okazuje się, że wszyscy o mnie zapomnieli. Spieszą się z tym tekstem, nie powiedzą nawet „cześć”, nikt się mną nie interesuje”. Musimy zrozumieć, na czym polega przemiana naszego poczucia „ja”, które

dokonywa się poprzez identyfikację z bóstwem. Jest to główna zasada praktyki tantry lecz taka praktyka wymaga czasu.

Na końcu mamy słowa *GURU PEMA SIDDHI HUUNG*. Ta mantra potwierdza to, co już wcześniej zostało powiedziane. Wypowiadając ją, pozostając w dualnym poglądzie będzie ona oznaczać: „Daj mi wszystko, czego chcę, właśnie teraz”. Wychodząc poza dualność mówimy po prostu *GURU PEMA SIDDHI HUUNG* i już, niech się stanie.

Bardzo pomaga wiara. Można modlić się pełnym desperacji jak dziecko, które zgubiło rodziców. Można modlić się w samotności, ze łzami w oczach. Można także robić to z wielkim oddaniem. Jakkolwiek by nie było, jest to dopiero początek. Takie natężenie uczuć pomaga dotrzeć do stanu zjednoczenia lecz gdy już do niego dojdziemy wtedy potrzeba głębokiego spokoju, przejrzystości. Jeśli tego zabraknie emocje wezmą nad nami górę i przegapimy stan otwarcia.

W tradycji nyingmapy wierzy się, że ta modlitwa przynosi wiele błogosławieństwa i że stanowi wyraz prawdziwej energii Padmasambhavy. Kiedy się ją odmawia, to sam jej dźwięk pomaga zjednoczyć się z naturą trzech kayi. Wiecie, o tym jak bardzo C.R Lama wierzył w tę modlitwę. Zawsze zachęcał ludzi do jak najczęstszego jej odmawiania.

b. Modlitwy Linii

KUN ZAANG DOR SEM GA RAB SZI RI SIING
UR GJEN PEMA DZIE BAANG NJI SZU NGA
KA TER GJUD DEN TSA ŁEJ LA MA SOG
DREN CZIOG JAB SEJ JOONG LA SOL ŁA DEB

Modłę się do Kuntu Zangpo, Dorje Sempy, Garaba Dorje i Shiri Singi, do Padmasambhavy i Jego dwudziestu pięciu uczniów, do rdzennego guru, dzierżawcy linii Karny i Termy, do wszystkich najwyższych przewodników, nauczycieli i ich uczniów.

NAM DAG KU NGA CZOG TU ZUG ZAANG ŁA
JE SZIE GJAM TSO SER GJI LhUN PO DRA
DRAG PA DZIG TEN SUM NA LHAM ME ŁA
GON PO CZIOG GJUR KhJE LA SOL ŁA DEB

Ty, którego doskonale czyste ciało o kolorze Złotej Góry (Sumeru) posiada idealną formę, Ty, którego wiedza jest jak ocean, a sława oświetla trzy światy – modlimy się do Ciebie najwyższy strażniku.

GJAL ŁA NJID LEJ LhAG PEI LUUNG NGA ŻIING
ThRIN LEJ DZE PA SAM GJI MI KhJAB PA
TEN DAANG DRO ŁEJ TSA LAG CZIOG GJUR PEJ
UR GJEN RIN PO CZIE LA SOL ŁA DEB

Ty, którego nauki przewyższają nauki samego Buddy Zwycięzcy, którego działanie jest poza zasięgiem zwykłego pojmowania, najwspanialsza przyczyna rozwoju nauk i czujących istot – Padmasambhavo, modłę się do Ciebie.

Każda z tych modlitw ma na celu stworzyć nastrój oddania i bezpieczeństwa a także dawać poczucie, że ludzie, którzy odmawiali je w przeszłości osiągnęli dzięki nim jakieś korzyści. Te modlitwy mają nam służyć, napełniać duchem wielkich bohaterów, którzy staną się naszą inspiracją i podporą, stwarzając poczucie przynależności.

Modlitwa do Trzech Kayi Guru

HUUNG MA CZIE TRY DRAL LA MA CZIE KJI KU
DE CZIEN LONG CZIE LA MA CZIE KJI DZIE
PE DONG LE TRUNG LA MA TRUL PEJ KU
KU SUM DOR DZIE CZAANG LA SOL ŁA DEB

Hung. Guru wolny od dualizmu i sztuczności — to dharmakaya. Guru wielkiej szczęśliwości. Pan dharmy — to sambhogakaya. Guru zrodzony z lotosu — to nirmanakaya. Modlę się do Vajradhary o trzech kayach.

Tę modlitwę uważa się za bardzo silną. Opisuje naturę trzech kayi Padmasambhavy i naszego guru. Przynosi błogosławieństwo tych trzech kayi. Jest to bardzo ważne i należy to dobrze zrozumieć. Recytując tę modlitwę powoli, używamy jej, aby zintegrować się ze stanem dharmakayi, o którym mówi pierwsza linijka. Porzucając wysiłek umysłowy, pozostając bez żadnych określonych zamiarów, zostajemy ze wszystkim, co się pojawia nie osądzając tego. C. R Lama odmawiał tę modlitwę u siebie w domu podczas ofiarowania pożywienia. Z tego powodu ma ona dla naszej linii szczególny wymiar, bardzo osobisty. Możecie ją recytować przed każdym posiłkiem. Jeśli chcecie jej używać właśnie w tym celu, to zakańczając modlitwę zamiast słów *SOL ŁA DEB* mówcie *CZIE PA BUL*, co znaczy „ofiarować”.

Modlitwy ogólne

RIG DZIN DZIANG CZIUB SEM PEJ GOONG PA JI
GANG ZAG LEJ CZIAN NAM LA DZIN LAB TE
DU TSY DI NEJ NGAB GJA ThA MAI BAR
SAANG NGAG KA ŻJIN DRUB PEJ DAM TSIG CZAN
GAANG ZAG NJEN KHUUNG GJUD PA LA SOL ŁA DEB

Szczęśliwi Ci, którzy otrzymali błogosławieństwo umysłu od bodhisatwów vidyadary. Dzięki temu, od tego czasu aż do ostatnich pięciuset lat, dotrzymują oni ślubowań i będą praktykować zgodnie z instrukcjami tantr. Modlimy się do linii tych, którzy usłyszeli nauki.

Potęgą tego błogosławieństwa sprawiła, że nauki przetrwały ostatnie 500 lat. Był to okres, kiedy to dharmy powoli zaczęła zanikać i mieszać się z błędnymi naukami. W obecnych czasach istnieje jeszcze większa potrzeba zachowania nauk, tak by były one zgodne z tradycyjnymi praktykami.

DEJ PEJ SAANG GJE NAM KJI ThUG KJI SREJ
DA TAR ŻIUG PEJ SAANG GJE KU JI TSAB

MA OONG SAANG GJE ThAM CZIEJ DU PEI PAL
 JON TAN LHUN GJI DRUB PEJ LA MA CZIOG
 DOR DŹE ThOD ThREENG TSAL LA SOL ŁA DEB

Ukochany synu wszystkich Buddów przeszłości, reprezentujesz wszystkich Buddów teraźniejszości o sile wszystkich Buddów przyszłości. Najdoskonalszy Guru, obdarzony powstającymi bez wysiłku wspaniałymi właściwościami — Dorje Thod Threng Tsal, modlimy się do Ciebie.

TEJ PA TSAM GJI DRO NAM ŁAANG DU DUD
 DIG PA TSAM GJI DE GJED DRAN DU KOL
 SAM PA TSAM GJI GY DOD CZAR TAR BEB
 UR GJEN GJUD PAR CZIE LA SOL ŁA DEB

Ten fragment wychwala gniewną formę Padmasambhavy podkreślając, że jest on nierozdzielny od wszystkich buddów trzech czasów i że nie będzie wyższych nauk ponad jego nauki.

TEJ PA TSAM GJI DRO NAM ŁANG DU DUD
 DIG PA TSAM GJI DE GJED DRAN DU KOL
 SAM PA TSAM GJI GY DOD CZAR TAR BEB
 UR GJEN GJUD PAR CZIE LA SOL ŁA DEB

Zaledwie jedno Twoje spojrzenie skupia wokół Ciebie wszystkie istoty. Zaledwie jeden Twój rozkaz sprawia, że usługuje Ci osiem rodzajów duchów. Zaledwie jedna Twoja myśl sprawia, że otrzymujemy wszystko, czego potrzebujemy i pragniemy. Padmasambhavo, modlimy się do Ciebie i Twojej linii.

Ta modlitwa podkreśla doskonałe umiejętności Padmasambhavy które dotyczą mocy uspakajania, pomnażania, mocy przerażania i siły niszczenia.

DZIE TSUN PAD MEI DZIN LAB NJER ThOB CZIING
 BEJ JUL NEJ GO DZED CZIING ZAB TER TON
 DRUB PEI ŁAANG CZJUG NU DAN DOR DŹE LA
 SOL ŁA DEB SO DAG GJU DZIN GJI LOB

W pełni obdarzony błogosławieństwem Padmasambhavy – ten, który otworzył wrota tajemnej krainy i odkrył głębokie skarby – Panie Siddhów, Nudenie Dorje, modlimy się, pobłogosław nasze umysły.

Jest to modlitwa do Khe'u Chung Lotsawy, pierwszej inkarnacji C.R Lamy, który był jednym z dwudziestu pięciu uczniów Padmasambhavy. Dzięki temu stał się odkrywcą ważnego zbioru term.

JE NEJ RAANG RIG DOD MEJ CZIE JING SU
 CZIE KUN NAM PAR DROL ŁEJ GJU ThRUL GJI
 ThA JEJ GJAL ŁEJ KhOR LOI GON CZIG PU
 ŁAANG GJUR DRUB PEI LA MAR SOL ŁA DEB

W niezmiennym dharmadhatu pierwotnej natury Jego umysłu wszystkie zjawiska zostały w pełni wyzwolone, jako magiczna iluzja. Dzięki temu stał się jedynym opiekunem niekończących się nauk Zwycięzcy. Modlimy się do pełnego mocy Siddhy Guru.

W tej linijce zwracamy się do inkarnacji Nudena Dorje:

KAL DAN MIN DROL URGJAN LIING CZIOG TU
 DE TOONG ZUUNG DZIUG OD SAL CZIE NJID DON
 NGON SUM TON DZAD ROL ŁEJ DOR DŹIE LA
 SOL ŁA DEB SO CZIOG ThUN NGO DRUB TSOL

Szczęśliwy ten, który we wspaniałym królestwie dojrzewania i wyzwolenia, należącym do Padmasambhavy, pojął jedność szczęśliwości i sunyaty, przejrzystość naturalnego stanu, i mógł ukazać to innym. Dechen Rolpai Dorje — modlimy się do Ciebie, udziel nam pełnego urzeczywistnienia.

DAM PA DE DAG KUN GJI DZIE ZUUNG ŹIING
 NGUR MIG DZIN PA TUL ZhUG DAM PA JI
 GJAL TAN NJIN MOR DZIED PEJ LhAG SAM CZIAN
 TSUL ThRIM ZAANGPOI ŹJAB LA SOL ŁA DEB

Ty, który jesteś uczniem wszystkich świętych istot, niestrudzony praktykujący odziany w czerwone szaty. Ty, którego wzniosłe myśli doprowadziły do rozkwitu nauk Jina, Tsulthrim Zangpo, modlimy się u Twoich stóp!

Ta linijka to modlitwa do Tulku Tsorlo, głównego nauczyciela i rdzennego guru C.R Lamy

DO GJUD TAN CZIE MAN NGAG ZAB MO JI
 CZIE NAM GAANG LA ŹJU PEJ TSA ŁA DAANG
 GUD PEJ LA MA MA LU ThAM CZIE LA
 TAG TU GU PEJ JID KJI SOL ŁA DEB

Posiadający wszystkie sutry, tantry, shastry oraz tajemne i głębokie pouczenia, mój rdzenny guru i wszyscy bez wyjątku nauczyciele — zawsze modlę się do Was z umysłem pełnym oddania.

Dochodzimy do modlitwy linii przekazu. Ponownie, pierwsza linijka adresowana jest w kierunku dharmakayi, druga w kierunku sambhogakayi a trzecia nirmanakayi czyli Padmasambhavy nierozdzielonego od wszystkich trzech kayi.

Zwracamy się do zgromadzenia nauczycieli, pełni wiary, modlimy się tymi słowami — niech przeniknie do naszych umysłów błogosławieństwo najwyższej mądrości!

GAANG ŽJIG DEJ PEJ LA MEJ TSOĞ NAM LA
 TSIG DI TAG TU SOL ŁA DEB DZIED NA
 DAG SOĞ GJUD LA LA MA KhJE NAM KJI
 JE SZIE ZIG PEJ DZIN LAB DZIUG PAR SZIOG

Modlitwa Linii Przekazu

E MA HO
 RAANG ŽJIN KJE ME CZIE KU NAN ThA JEJ
 RAAANG DANG GAG MED LOONG KU CZIEN REJ ZIG
 NJI MED RAANG DZJUUNG TULKU PEMA DZIUUNG
 SOL ŁA DEB SO CZIOG ThUN NGY DRUB TSOL

Wspaniale! Nangwa Thayae, prawdziwa naturo niezrodzonej dharmakayi. Chenrezi, naturalna świetlistość nieustającej sambhogakayi. Padmasambhavo, niedualna, istniejąca sama z siebie nirmanakayo: modlimy się do Was, udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia.

Nangwa Thaye (w Sanskrycie Amitabha) jest buddą zachodniej krainy Dewa Chen (w Sanskrycie Sukhavati). Głównym bodhisatwą w tej krainie jest Chenrezig (w Sanskrycie Avalokitesvara). Padmasambhava narodził się z litery Hri w sercu Amithaby.

LEJ CZIEN DAG PEJ KhOR NGA DROG BAN DZIE
 ZAB TER NGA DAG NU DAN DRO PhAN LIING
 SAANG ŁEJ DZOD DZIN TAM DRIN ŁANG MOI ŽIAB
 SOL ŁA DEB SO CZIOG ThUN NGY DRUB TSOL

Pomyślny czysty kręgu pięciu i Drogban Je. Ty, który posiadasz najgłębszy skarb — Nudenie Drophan Lingpo, i Ty Tamdrin Wangmo, która dzierżysz tajemną termę — modlimy się u Waszych stóp, udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia.

GJAL ŁEJ NJU GU PEMA DON SAL ŽIAB
 SAANG DZIN PA ŁO GJE RAB DOR DŹE TSAL
 BI MA LA NGY TSUL ThRIM ZAANG PO DAANG
 KA DRIN KhOR MED TSA ŁEJ LA MA LA
 SOL ŁA DEB SO CZIOG ThUN NGY DRUB TSOL

Do Ciebie Padma Donsal, potomku Zwycięzcy, do Sangdzin Pawo Gyerab Dorje Tsal, do wcielenia Vimalamitry – Tshultrim Zangpo oraz do Ciebie, mój rdzenny guru, którego dobroci nie sposób odplacić – modlimy się do Was, udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia.

TSA SUM KUN DU RIG DZIN PEMA DZIUUNG
JI DAM GJAL ŁEJ KJIL Khor Lha TSOG DAANG
ZAB TER CZIE KJOONG SUUNG MA ThAM CZIE LA
SOL ŁA DEB SO CZIOG ThUN NGY DRUB TSOL

Padmasambhavo, vidyadharo zawierający w sobie trzy korzenie, jidamowie z orszaku bóstw mandali Zwycięzcy, wszyscy opiekunowie i strażnicy głębokiego skarbu — modlimy się do Was o pełne urzeczywistnienie.

DE TAR SOL TAB CZIE NJID DZIEN PAR TOG
 NAANG RIG SAL TOONG DZIA OD THIG LEI KHAM
 CZIAG TSEN KU DAANG JE SZIE NGON GJUR NEJ
 KA DAG LHUN DRUB DOD MEJ TSAL DZOG SZIOG

Niechaj spełni się to, o co właśnie się modliłem, niechaj zmanifestuje się we mnie prawdziwa natura — taka jaka jest — ze wszystkimi zjawiskami, z pierwotną świadomością, świetlistością i pustką, ze sferą kropli mądrości tęczowego światła, z boskim symbolem, kayami, pierwotnymi i najwyższymi mądrościami – wszystko to wyraźnie manifestuje się dla mnie i we mnie. Niechaj w pełni stanę się pierwotnie czystym, powstającym bez wysiłku, odwiecznym i prawdziwym strumieniem energii.

Dzięki błogosławieństwu linii przekazu ujawnia się nam nasza prawdziwa natura a przez to nauki i praktyki stają się dla nas jasne, zrozumienie przychodzi bez wysiłku, w wielkiej niedualności bezruchu i ruchu zarazem.

Każda praktyka taka jak modlitwa linii przekazu potwierdza autentyczność nauk i fakt, iż dzięki nim można dojść do realizacji. Można zatem ufać, że te nauki nie zostały ot tak sobie wymyślane i nie są produktem czyjejś fantazji, lecz stanowią część procesu praktyki, w którą zaangażowało się wielu ludzi. Oznacza to, że w tych naukach ukryta jest esencja i siła wpływająca z praktyki owych ludzi. Pokazuje, że praktyki przynoszą skutek. Ludzie by ich nie wykonywali gdyby było inaczej. Ten wniosek zakańcza część wstępna.

D. SADHANA: CZĘŚĆ WSTĘPNA

Przejdziemy teraz do części zasadniczej praktyki, która zaczyna się słowami:

OM BENZA SA MA JA DZA

Pięć pierwotnych mądrości. Dotrzymujcie ślubowań vajry. Przybądźcie tutaj!

Dzięki tej mantrze możliwe jest natychmiastowe zespolenie się ze stanem Padmasambhavy, czyli stanem trzech kayi. W tego typu tekście możecie odkryć pewien element pulsu, który przychodzi jak fala. Mamy praktykę natychmiastowej integracji ze stanem Padmasambhavy a już za chwilę wyobrażamy sobie jego przed sobą jako kogoś lepszego od nas. Taki element przejścia pojawia się podczas całej praktyki. W życiu też zdarza się, że raz doświadczamy stanu przejrzystości a raz stanu pomieszania. Gdy odczuwamy pomieszanie myślimy: „Teraz jestem kompletnie zagubiony i pomieszany” i zaczynamy się pogłębiać w tym stanie, zapadać w niego. Jeśli pozwolimy sobie na łagodne przejście między tymi stanami–doświadczeniami zjednoczenia i rozdzielenia– i przestaniemy traktować je jako dwa oddzielne, to pojawi się możliwość doświadczania ich jako pulsującej energii.

a. Wizualizacja

HRI RAANG DUN CZIE JING PEMA NJI DEJ TEENG
KJAB KUN DAG NJID RIG DZIN PEMA DZIUUNG
DRUB NJE TSEN CZIE GJE DAANG RIG DZIN TSOG
TSA SUM GJAL ŁEJ KJIL KhOR DZOG PAR SAL

Hri. W rozległej przestrzeni przede mną, w sercu kwiatu lotosu, na dysku słońca i księżyca znajduje się ucieleśnienie wszystkich aspektów schronienia, vidyadhara Padmasambhava z ośmioma wspaniałymi formami, które uzyskały siddhi, i z orszakiem vidyadharów. Medytuję na pełną mandalę trzech korzeni zwycięskiego Jina

b. Przyjęcie Schronienia i Wzbudzenie Bodhicitty

HRI DOD MEJ RAANG DAANG KU SUM LA MA DZIE
KJAB KUN DU PA RAANG RIG PEMA DZIUUNG
RIG TSAL TRUL PA KJIL KhOR JOONG DZOG LA
RAANG NGO SZIE PEJ NGAANG DU KJAB SU CZI

Hri. Pierwotny blasku czcigodnego Guru Trzech Kai, Ty, który zawierasz w sobie wszystkie rodzaje schronienia, moja własna świadomości, Padmasambhavo: w doskonałej mandali, w emanacji strumienia energii świadomości, będąc w stanie zrozumienia mojej własnej natury, przyjmuję schronienie

HO DAG ŽIAN KUN TAG ThRUL PEJ CŽIING PEJ DRO
 ThA ME KhOR TSOR DZJIING ŁEJ SEM CŽIEN NAM
 ZUUNG DŽIUG RAANG NGO SZIE PA GJAL ŁEJ ŽJING
 MON DŽJUUG DON DAM DŽIAANG CŽIUB SEM KJE DO

Ho! Ja i wszystkie istoty toniemy w bezgranicznym oceanie samsary związani pomieszaniem. Królestwem zwycięzcy jest wiedza o naszej własnej naturze całkowitego połączenia. Rozwijamy jej oświeconą postawę służenia innym i w ten sposób praktykując osiągamy doskonałą bodhicittę.

Schronienie to bardzo ważna praktyka w buddyzmie. W każdej z wielu tradycji buddyjskich znajdziemy jakąś formę praktyki schronienia. Można też powiedzieć, że buddystę można poznać po tym, że przyjął schronienie.

Mówiąc o schronieniu możemy wyróżnić dwa sposoby jego przyjęcia. Jeden to formalne przyjęcie schronienia a drugi to właściwe przyjęcie schronienia. W pierwszym przypadku recytujemy modlitwę schronienia: „To jest rzeczywistość, pogląd albo osoba, w której przyjmuję schronienie. Wykorzystuję je dla własnej ochrony”. Oczywiście są to tylko słowa. Rzeczywiste przyjęcie schronienia w buddyzmie, w Buddzie, dharmie czy jeszcze innych rzeczach, o których wspominaliśmy, oznacza, że gdy w naszym życiu napotykamy na problemy wykorzystujemy dharmę by je rozwiązać. Na pewnym poziomie można powiedzieć: „Życie jest trudne, przytrafiają mi się złe rzeczy, więc przyjmę schronienie w Buddzie. Buddo, postaw ścianę i oddziel mnie od tych wszystkich strasznych rzeczy”. Kiedy zaczynamy medytować okazuje się niestety, że te wszystkie złe rzeczy i problemy wcale nie pochodzą z zewnątrz. Przeciwnie, one przychodzą do nas z naszego wnętrza. Wtedy powiemy: „Buddo, znów Cię proszę, wetknij mi w tyłek kij. Oddziel mnie od tych wszystkich okropnych rzeczy”. Jesteśmy kukiełką a dharma jest jak jej kij, który na początku musi nami kierować za każdym razem, gdy pojawiają się obiekty przywiązania. Wciąż uzależniamy się od rzeczy, których pożądamy, których bardzo chcemy i nawet tych, których nie chcemy. Uzależniamy się od dumy, zazdrości itd. Użycie czegoś z zewnątrz do oddzielenia się od tych rzeczy jest niemożliwe. To w sobie musimy utrzymywać stale świadomość dharmy i w każdej chwili jej używać, by poradzić sobie ze wszystkim, co się pojawia. To właśnie oznacza przyjęcie schronienia w dharmie.

Jeśli nie rozumiemy schronienia w taki właśnie sposób, to może dojść do tego, że będziemy myśleć: „Byłem u lamy, przyjąłem schronienie, dostałem tybetańskie imię, mam swoją praktykę no to jestem buddystą. „Może nawet zaczniemy się identyfikować z tą nową tożsamością. Ale to nie jest schronienie. Najlepszym schronieniem jest rozpoznanie natury naszego umysłu. Tak powinniśmy rozumieć przyjęcie schronienia w Padmasambhavi, który podczas praktyki medytacji służy nam jako środek pomagający rozpoznać naturę umysłu. Wszystko to po to, by na poziomie relatywnym być w stanie wykorzystać wizerunek Padmasambhavy jako środek do przyjęcia schronienia. Wtedy on przypomni nam, że mamy wybór, że można inaczej. Z kolei, na poziomie absolutnym integrujemy się ze stanem

Padmasambhavy. Dzięki takiemu całkowitemu zespoleniu z Padmasambhavą możliwa jest transformacja, która zapewnia nam schronienie dharmakayi.

Postaci Padmasambhavy można by przypisać wiele funkcji i określeń. Staje się on pewnego rodzaju symbolem. Może on na przykład przybrać formę bohatera ze Środkowej Azji. Cały świat ma jakiś swoich bohaterów. Padmasambhava też może być taką postacią. Posiada wszystkie cechy archetypowego bohatera. Można go postrzegać jako postać historyczną, która przywiodła buddyzm do Tybetu. Może także stać się dla nas wielkim joginem, manifestacją sambhogakayi posiadającą osiem emanacji. Wreszcie można go postrzegać jako odzwierciedlenie naszej własnej natury. Starając się odczytać symbolikę postaci Padmasambhavy warto być świadomym jak wiele mamy możliwości interpretacji. Gdy o tym pamiętamy wówczas, zależnie od naszych indywidualnych potrzeb w danej sytuacji, wybieramy znaczenie nam najbliższe i dla nas najlepsze. A zatem, gdy jesteśmy smutni i osamotnieni możemy modlić się do Padmasambhavy jako do ojca. Poszukując inspiracji można identyfikować się z figurą bohatera pełnego mocy i energii. Innym razem, kiedy bardzo chcemy odnaleźć samych siebie wybieramy praktykę rozpuszczenia i pozostajemy w tym stanie. Decydując się na tego rodzaju schronienie, tak naprawdę przyjmujemy je w lamie, który pierwotnie manifestuje trzy kaye. Rozumiemy przez to, że to właśnie guru zawsze reprezentuje integrację podstawy mądrości i manifestacji.

W tym miejscu powinniśmy krótko wyjaśnić, czym są trzy kaye, ponieważ jest to dość trudna kwestia. Po pierwsze, trzy kaye można rozumieć na kilka sposobów, nie posiadają tylko jednego znaczenia. Jeśli mówimy o życiu codziennym to kaye odnoszą się do pewnego rodzaju doświadczenia. Jednak aby opisać i zrozumieć to doświadczenie musimy posłużyć się językiem, a jak wiadomo, język zmienia obraz sytuacji. Podobnie jak mapa to nie to samo co rzeczywisty „teren”, tak użycie języka do opisu doświadczenia nie będzie tym samym co rzeczywiste doświadczenie. Mimo to musimy się posłużyć językiem, żeby potem być w stanie rozpoznać doświadczenie, o którym mowa. Pamiętajmy, że sam opis językowy może nie wystarczyć nam do zrozumienia. Doświadczenie jest konieczne. Jeśli nie jesteście zbyt zaznajomieni z całą tą terminologią i z tym, o czym mówimy to faktycznie abstrakcyjność i złożoność tych pojęć może co niektórych przyprawić o ból głowy.

Mówi się, że dharmakaya jest jak niebo: otwarta, bezforemna, bezkształtna, nie posiadająca ani koloru ani smaku. Wykonując praktykę rozpuszczenia wchodzimy w ten stan świetlistości, potem światło się rozpuszcza. Jeśli uda nam się skupić uwagę właśnie w tym miejscu, w punkcie światła, to wtedy gdy zaczynamy się rozpuszczać, możliwe jest połączenie się z tym punktem światła. Potem obiekt znika a uwaga nie ma już na czym spocząć lecz wciąż jest obecna. Nadal pozostaje lecz nie osadza się na niczym konkretnym. Wtedy w tej pustce pojawia się poczucie otwierającej obecności. Taki stan jest wolny od wszelkich zdarzeń i działań.

Po chwili coś zaczyna się pojawiać. Ten moment jest bardzo ważny dla medytujących. Istotne jest jego właściwe zrozumienie, bo jego brak może prowadzić do doświadczenia stanu pewnego rodzaju otępienia. Ludziom czasem wydaje się, że należy starać się jak najdłużej pozostawać ze stanem dharmakayi, ponieważ teksty opisują go jako naszą prawdziwą naturę. Uważają wtedy, że pozostając w tym stanie absolutnie nic nie powinno się wydarzać, a za swoje osiągnięcie uznają brak myśli i odczuć. Ale stan bez myśli to przecież stan braku przytomności. Buddyści porównują takie doświadczenie do osiągnięć Shivy na szczycie góry Kailash. Shiva jest postacią, którą można by uznać za wroga buddyzmu tantrycznego. Zresztą jak się spojrzy na jego wizerunek to nie widać żeby nad jego głową unosiło się wiele bóstw buddyjskich. Mówimy tak o Shiwie nie dlatego, że buddyści mają coś przeciwko Hindusom. W buddyzmie osiągnięcie Shivy uważane jest za stan wycofania przytomności, jako stan całkowitej nicości. Jest to wynik praktyki jogi, która w tej sytuacji wiąże się z powstrzymywaniem, wycofywaniem, brakiem jakichkolwiek poruszeń, kompletnym wyciszaniem wszystkiego. Wcześniej czy później okazuje się, że myśli zaczynają powracać. Wierzymy w odradzanie się, więc nawet jeśli umrzemy to myśli i trak powrócą. Dlatego właśnie samsara jest taka okropna. Nie wyrwiemy się z niej podcinając sobie żyły. Nie uciekniemy od niej przedawkowując narkotyki. Buddyści mawiają, że Shiva tak właśnie chciał zrobić – chciał przedawkować. No i przedawkował – w medytacji. Gdy na oddziale intensywnej terapii przebudził się z tego stanu usłyszał: „Mahadev, a ty co tu robisz?”.

W buddyzmie zajmujemy się poglądem niedualnym, nie oddzielamy pustki czy otwartości od manifestacji, bo one są nierozdzielne. Naturalnie, od samego początku wszyscy wiemy o wiele więcej na temat manifestacji niż na temat pustki, więc musimy dużo praktykować żeby doświadczyć pustki. Ale pustka nie jest celem samym w sobie. Tym celem jest integracja pustki z tym, co się pojawia – z manifestacją. Można do tego dotrzeć poprzez stan dharmakayi. Wtedy to, nasza świadomość spoczywa w pustce a gdy pojawiają się myśli jesteśmy w stanie doświadczyć, że powstają one właśnie z pustki. Jednak problem pojawia się, gdy zaczynamy powstrzymywać i uciszać umysł. Myśli wciąż powstają a my postrzegamy je jako przychodzące z zewnątrz. Wtedy medytacja prowadzi nas do nikąd. Medytującym przytrafia się to bardzo często. Stajemy się poruszeni przez myśli więc chcielibyśmy je kontrolować.

Mówi się, że w dzogchen mamy jedną podstawę i dwie ścieżki. Podstawa to nierozdzielność pustki i obecności. Wszystko powstaje z podstawy pustki. Rozpoznanie podstawy pustki jest doświadczeniem nirwany. Jeśli wydaje Wam się, że manifestacja przychodzi z zewnątrz lub jest samo istniejąca, oddzielna od podstawy to jest to samsara. Jeśli zrozumiecie tę różnicę, znaczenie nirmanakayi i sambhogakayi stanie się dla Was jasne. Sambhogakaya to bogactwo manifestacji. Przychodzi w formie dźwięku, promieni, światła, które podczas medytacji

wizualizuje się jako pięciokolorowe promienie wychodzące z sylaby nasiennej. Dokładniej omówimy to później.

W drugiej linijce tekstu dotyczącego przyjęcia schronienia mowa jest o tym, że Padmasambhava to *RIING RAANG*, natura naszego umysłu, samoistniejąca świadomość jednocząca w sobie wszystkie obiekty schronienia. Buddyzm, a zwłaszcza jego tantryczna odmiana, wyrósł w kulturze hinduskiej, w okresie późnych upaniszad. Ponieważ była to kultura oparta na czci wielu bogów, w buddyzmie także mamy do czynienia z wieloma bóstwami i metodami praktyk. My, ludzie z Zachodu pochodzimy z kultur monoteistycznych. Linijka *KJAB NEJ KUN DU PA* oznacza, że „wszystkie obiekty schronienia przybierają jedną formę”. Tybetańczycy mają bardzo bardzo dużo bóstw, przyjmują schronienie w wielu obiektach, my tego nie robimy. Używają też wielu środków dla realizacji swoich celów. Tekst przekazuje nam: „Nie rozpraszaj swojej energii. Nie traktuj tych wszystkich bóstw jako odrębnych, bo natura ich jest jednakowa. Modląc się do jednego z nich, otrzymujesz błogosławieństwo wszystkich”. Tybetańczycy nawet powiadają, że hinduscy jogini mają jedną praktykę, wykonują ją i osiągają oświecenie a oni, w Tybecie, mają całą masę różnych praktyk i jakoś nie mogą się zrealizować. Przebywając wśród lamów tybetańskich można otrzymać wiele praktyk, ponieważ rozwinęło się ich bardzo dużo. Wszystkie są tak samo dobre więc żadnej nie sposób odrzucić. Najistotniejsze w każdej praktyce jest jednak zrozumienie natury umysłu.

Dalej, tekst mówi: „przebywając w stanie rozpoznania naszej własnej natury przyjmujemy schronienie w bezkresnej mandali, która jest manifestacją energii naszego umysłu”. Gdybyśmy nie posiadali umysłu, wcale nie przejmowalibyśmy się Padmasambhawą. Ale mamy umysł i on pozwala nam dowiedzieć się czegoś o Padmasambhawie. Gdzie on jest? Padmasambhava jest w Zangdopalri. Gdzie jest Zangdopalri? A gdzie jest Kraków? W tamtym kierunku. W jakim kierunku? O, tam za wzgórzem. No, ale gdzie jest to wzgórze? To jest najważniejsze pytanie. Jeśli wydaje Ci się, że to wzgórze jest gdzieś na zewnątrz Twojego umysłu to najwyraźniej masz problem ze zrozumieniem tej praktyki. „Wzgórze” to jednocześnie pewna koncepcja jak i doświadczenie. Na poziomie koncepcji, to „wzgórze” jest tam na zewnątrz pokryte śniegiem, a ja jestem tu w ciepłym miejscu. Jednak doświadczenie tego „wzgórza” znajduje się w moim umyśle. Czyż to nie przewrotne? Zwyczajowo myślimy, "Przecież *wzgórze* jest koncepcją w moim umyśle a rzeczywista góra, której doświadczam jest tam, na zewnątrz, nieopodal".

Nie rozumiemy swojego doświadczenia. Nie przyglądamy się prawdziwej naturze naszego istnienia. Bo kiedy naprawdę zajrzemy w naturę umysłu, odkryjemy, że wszystkie doświadczenia pochodzą właśnie z samej jego natury. Jeśli rzeczywiście to rozumiemy to wówczas faktycznie ciekawie jest siedzieć sobie w samochodzie, podczas gdy tak naprawdę ten samochód porusza się w naszym umyśle. Tekst nie mówi, że wszystko jest tylko ułudną

filozofią. Mówi, że umysł to także miejsce gdzie pojawia się manifestacja substancji. Jest tak dlatego, że wszelka substancja to nic innego niż energia pięciu elementów. Te dwie linijki przekazują zatem, że mandala Padmasambhavy to energia naszego umysłu. Padmasambhava jest częścią nas, a my jesteśmy częścią Padmasambhavy. Takie właśnie przyjmujemy schronienie, mówi o tym ostatnia linijka. Przyjmujemy ten pogląd i w ten sposób przyjmujemy także schronienie, schronienie w poglądzie.

Podam przykład, siedzę na tej oto macie, bo na niej usiadłem. Przyjmuję schronienie w naturze umysłu poprzez przebywanie w nim. W jakież inny sposób miałbym przyjąć schronienie we własnym umyśle? Kiedy już nasze pośladki spoczywają na macie, to po prostu tam są, nie mają nic innego do roboty. Nie musimy przecież co chwilę wstawać żeby upewnić się, że siedzimy. Jest w tym pewna prostota. Podobnie będzie z rozpoznaniem natury umysłu. Jednak, gdy wyobrażamy sobie, że natura naszego umysłu będzie z pewnością inna od tego, jaka jest teraz, to znaczy, że wciąż będziemy poszukiwać tej „inności”. Dlatego, mówi się, że naukowcom bardzo trudno dotrzeć do stanu oświecenia. Jednak wszyscy znakomici lamowie z linii nyingma to naukowcy. C.R Lama też był wielkim naukowcem. Powinniśmy wiedzieć kiedy należy wykorzystywać wiedzę i naukę a kiedy po prostu pozostawać w obecności. Jeśli nie ma się wystarczającego doświadczenia, połączenie tych dwóch jest bardzo trudne. Powinniśmy pamiętać, że esencją schronienia jest pozostawanie w zaufaniu, że w tej chwili posiadamy wszystko, co niezbędne by osiągnąć oświecenie. Nie musimy nigdzie chodzić by je znaleźć, nie musimy biegać po sklepach ani kopać dziur w ogrodzie w jego poszukiwaniu. Nie musimy też modlić się o nie do nikogo. Oświecenie po prostu jest w nas.

Te ostatnie słowa mogą się nam wydawać bardzo atrakcyjne, pomyślimy pewnie: „O tak, oświecenie już jest we mnie”. Nie zapominajmy jednak, że jesteśmy w ciągłym ruchu, jest w nas jakaś intencja, jest impuls. Jesteśmy jakby wybici ze stanu równowagi. Nawet, jeśli słyszymy: „Oświecenie jest w nas” to bardzo trudno nam się zatrzymać choć na chwilę bo wciąż chcemy pędzić do przodu. Impuls za impulsem, to nazywamy karmą. Chociaż pogląd tu omawiany to dzogchen, my posługujemy się praktyką tantryczną czyli wizualizacją, modlitwą, muzyką, dzwonekami, mudrami. To wszystko ma nam pomóc przedłużyć moment, w którym pojawia się chęć by coś zrobić, dynamiczny moment przebywania w ciele i skierować ten ruch na realizację trzech kayi tu i teraz. Jadąc samochodem po lodzie, kiedy wpadamy w poślizg odruchowo chcemy użyć hamulców choć wiadomo, że to nic nie pomoże. Samochód się nie zatrzyma. Trzeba pozwolić mu jechać dalej prowadząc go jedynie bardziej stanowczo, a nawet nacisnąć pedał gazu, żeby dodać mu więcej mocy. W podobny sposób używamy technik tantrycznych, by wykorzystać tę energię, która mogłaby nas z łatwością zmieść z drogi. Poprzez takie działanie, świadomie zarządzamy tą energią, używamy jej tak by, poprowadziła nas w odpowiednim kierunku.

Teraz poświęcimy nieco uwagi bodhicittcie. Bodhicitta oznacza oświecony, przebudzony umysł. Ten umysł zawiera w sobie taką jakość jak ruch na zewnątrz, gest współczucia w kierunku świata. Właśnie taki umysł próbujemy rozwinąć. Tym, co umożliwia nam pomaganie innym ludziom jest zrozumienie przyczyn ich cierpienia. Według buddyzmu wszelkie cierpienie pochodzi z przywiązania. Gdy ktoś mówi nam: „Umarła moja mama i jestem bardzo smutny” nie pomożemy takiej osobie słowami: „To przywiązanie”. Jednak właśnie przywiązanie powoduje, że jesteśmy ludźmi. Buddyści wcale nie uznają człowieka jako genialnej istoty. W religii chrześcijańskiej Bóg stwarza świat i ofiaruje go człowiekowi jako swojemu najlepszemu dziełu stworzenia. Według buddyzmu to poprzez swoją dumę i pożądanie przychodzimy na ten świat jako ludzie. Bycie człowiekiem jest jak zatrzymanie się na jakiś czas w hotelu. Celem życia nie jest jedynie bycie dobrym człowiekiem, ten cel to oświecenie. Oświecone istoty wcale nie są ludźmi, bo tak naprawdę *my* też nimi nie jesteśmy. Przybyliśmy tutaj statkiem kosmicznym z krainy Zangdopalri. Żyjemy w świecie pozostałości po kulturze chrześcijańskiej zdominowanym przez bardzo silne wpływy humanizmu. Jest on podstawą dla naszej liberalnej burżuazyjnej demokracji, dla prawa do darmowej edukacji itd. Mówi nam, że każdy człowiek posiada pewne prawa i że ludzie to wspaniałe istoty. W buddyzmie nie postrzega się człowieka w ten sposób. Bierzymy pod uwagę prawo przyczyny i skutku, tak więc dzięki nagromadzeniu pewnej zasługi w przeszłości teraz rodzimy się jako ludzie. Jednak takie odrodzenie to nie tylko wynik zasługi. Jego przyczyną jest także przywiązanie, któremu towarzyszy pomieszanie.

Budda jest w stanie nas pocieszyć i obudzić. Zupełnie jak prawdziwy terapeuta, który stara się pocieszyć pacjenta, dodać mu otuchy i poczucia bezpieczeństwa jednocześnie próbując go nieco obudzić. Zbyt dużo troski i pacjent staje się ospały, senny. Za wiele pobudzenia, dla odmiany, może wprowadzić pomieszanie, które przyniesie określone skutki w postaci reakcji pacjenta. Praktykując tę sadhanę próbujemy utrzymać obie postawy. Dbamy o otwartość serca, ciepło i czułość w stosunku do innych ludzi. Jednocześnie staramy się zrozumieć siłę pięciu trucizn i mechanizmów, które powodują, że ludzie tkwią w swoich przywiązaniach. W buddyzmie znajdziemy wiele przykładów miłych, ciepłych historyjek o tym, co dobrego np. Tara może dla nas zrobić. Wszyscy potrzebujemy takich opowieści od czasu do czasu. Potrzebujemy jednak także prawdziwej medytacji żeby wejrzeć w naturę naszego umysłu. Uda nam się to jedynie wtedy, gdy będziemy pobudzeni, przytomni i będziemy mieć świadomość tego, co robimy. W tekście znajdziemy: „Zarówno ja jaki i inne istot jesteśmy pod wpływem koncepcji i przez długi, niezmierny czas pozostajemy przywiązani do samary, królestwa cierpienia. To jest nasza rzeczywistość”. Tekst wyjaśnia, że to właśnie siła koncepcji przywiązuje nas do samsary. Mimo tego, że koncepcje nie pomogą nam uwolnić się z samsary to możemy je w pewien sposób wykorzystać. Dzięki nim możemy wykroić dla siebie nieco wolności. Tybetańczycy mawiają, że można wetrzeć trochę masła w skórę żeby zmięknęła. Jeśli pozostawimy masło zbyt długo w kontakcie ze skórą, to materiał skórzany stwardnieje i ściemnieje. Podobnie jest z dharma, gdy będziemy

kolekcjonować ją w sobie jako zbiór koncepcji, to także staniemy się sztywni jak ta skóra. Będzie nam zależało na rywalizacji z innymi i byciu tymi, którzy wiedzą wszystko najlepiej. Dharmę należy delikatnie wmasowywać w codzienne życie, wtedy ona uczyni nas delikatniejszymi. Gdy tylko odkryjemy, że znów stajemy się sztywni, pełni założeń i koncepcji, zrozumienie nauk dharmy pomoże nam odnaleźć w nas samych więcej elastyczności, delikatności i otwartości.

W modlitwie bodiczitty w linijce *ZUUNG DZIUUNG RAANG NGO SZIE PA GJAL ŁEJ ŻJING*: słowa *ZUNG DZIUNUG* oznaczają „zjednoczenie”. Chodzi tu o nierozdzielność – połączenie cielesne w akcie miłosnym,. Poprzez taki związek rozpoznajemy swoją naturę. Podmiot i przedmiot muszą pozostawać w zjednoczeniu. Dopóki będziemy istnieć jako podmiot uznający przedmiot jako coś całkowicie odrębnego od nas, tak długo nie rozpoznamy naszej własnej natury. Dopiero, gdy scalamy podmiot i przedmiot w jedno i pozwalamy się temu rozpuścić, pojawia się zrozumienie, przejrzystość. Wtedy pragniemy nieść to zrozumienie wszystkim istotom, rodzi się w nas intencja, by zanosić przebudzenie innym.

Najlepszym sposobem, by pomóc innym jest medytacja. Jesteśmy zanieczyszczeni, w potocznym języku można powiedzieć, że wszyscy jesteśmy pełni „gówna”. Tym właśnie jest pięć trucizn. Trucizna nie jest słodka, nie chodzimy do cukierni, żeby sobie ją kupić. Może myślimy, że jesteśmy całkiem miłymi, fajnymi ludźmi. Mamy przyjaciół, zawsze znajdzie się ktoś, kto powie, że nas lubi. Możemy pomóc innym a wtedy będziemy o sobie myśleć: „Przecież nie jestem znowu taki zły”. Z punktu widzenia dharmy, kiedy medytujemy to spoglądamy w umysł po to, żeby zobaczyć jak bardzo jesteśmy rozproszeni i pomieszani. Pięć trucizn, głupota, pożądanie, złość, zazdrość i duma głęboko tkwią w każdym z nas. Nauczyliśmy się jednak sprytnie ukrywać przed sobą i innymi ludźmi to, jak wiele gówna w nas siedzi. C.R Lama mawiał: „Jestem największym oszustem świata, kłamcą numer jeden”. Jeśli chcecie modlić się słowami *KHJE KJI DZIE SU DAG DRUB KJI*, postępować tak samo jak Rinpoche to wtedy też powinniście przyznać, że jesteście oszustami i kłamcami. Możecie nawet zorganizować sobie zawody na największego dupka świata, który najlepiej oszukuje sam siebie. Jeśli zaprzyjaźnimy się z gównem, które mamy w sobie to możemy zabawić się w recykling. Przy okazji zrobimy coś dla ekologii. Na tym polega tantra. Jeśli się nie przekonamy, czym tak naprawdę te gówna są to nawet do głowy nam nie przyjdzie uciekać się do recyklingu. Będziemy myśleli, że to pachnące kwiatki i postawimy sobie je na stole.

Główną zasadą jest nie krzywdzić. Potem, pomagać ludziom. W rzeczywistości obie znaczą to samo. Jeśli sami się oczyścimy, opróżnimy z pięciu trucizn, odnajdziemy nieco przejrzystości, to dzięki temu, bez żadnego wysiłku będziemy pomagać innym.

Wielu z Was na pewno słyszało o Milarepie. Miał on wielu uczniów, żyli oni w jaskiniach, gdzieś wysoko w górach. Przyszli pewnego razu do Milarepy mówiąc: „Mistrzu, my praktykujemy już bardzo bardzo długo, a tam, w dolinie ludzie cierpią. Czy nie sądzisz, że

powinniśmy zejść na dół i im pomóc?". Milarepa odpowiedział: „A czy wydaje wam się, że jeśli spędzicie tu następne pięć lat medytując, to tam na dole nie będzie już ani jednego cierpiącego człowieka, któremu należało by pomóc?". Zawsze będzie ktoś, kto cierpi. Nie znaczy to, że powinniśmy spieszyć z pomocą, jeśli nie wiemy jak jej udzielić.

Jeden z moich przyjaciół podróżował samochodem po Szwajcarii. Tuż przed nim, na drodze, wydarzył się wypadek samochodowy. Gdy podbiegł zobaczyć, co się stało odkrył, że w wypadku ucierpiała mała dziewczynka. Okno samochodu było rozbite a wycieraczka samochodowa wbiła się dziewczynce w gardło. Mój przyjaciel wyciągnął szwajcarski nóż wojskowy i uwolnił ją. Na szczęście był on badaczem zoologiem, który niejednokrotnie musiał coś wbijać w gardła małpom. Trzeba wiedzieć, co się robi, to bardzo pomaga. Wyobrażając sobie siebie z wielkim nożem w ręku, sądzę, że prawdopodobnie od razu bym zemdlał i w efekcie dźgnął dziecko tym nożem. Praca nad sobą i osiągnięcie pewnej przejrzystości są niezmiernie ważne. Ludzie chcą pomagać, każdy chce pomagać, ale pamiętajmy, że w pierwszej kolejności musimy zrozumieć, w czym tak naprawdę tkwi problem, pojąć jego złożoność. Gdy ktoś pokaże nam strukturę problemu, niczym na mapie, bardzo łatwo zrozumiemy, co należy zrobić: „Trzeba zrobić to, to i tamto". Kiedy jednak spoglądamy w głąb siebie, zdajemy sobie sprawę, że taka mapa w niczym nie pomaga, wcale nie wskazuje drogi. Wtedy zauważamy jak bardzo popieprzeni i pomieszani jesteśmy, jak łatwo dajemy się rozproszyć. Potem stajemy się nieco bardziej pokorni, nabieramy dystansu wobec koncepcji, że moglibyśmy komuś pomóc. To jest bardzo ważne.

Zbieranie Nagromadzonej Zasługi i Mądrości

HRI RIG DZIN GJAL ŁEJ LhA TSOg CZJEN DREN SZJEG
 CZIE BUL NJE SZIAG JI RAANG CZJE KhOR KOR
 MI DA TAG TEN GE ŁA JOONG LA NGO
 DRO KUN RIG DZIN GJAL ŁEJ SA ThOB SZIOG

Hri. Zapraszamy boskie zgromadzenie zwycięzców vidyadhary— przybądźcie tutaj! Składając ofiary, wyznając błędy, radując się zasługą innych, prosząc o nauki dharmy, błagamy wszystkie obiekty schronienia, aby pozostały z nami na zawsze, i dedykujemy dobro innym. Poprzez to nagromadzenie niech wszystkie istoty osiągną poziom zwycięzców vidyadhary.

Oto siedmioaspektowa metoda – sposób na natychmiastowe zgromadzenie zasługi. Oparta jest na praktyce bodhisattvy Samantabhadry. Jeśli macie czas możecie recytować ją powoli i każdej jej części poświęcić uwagę. Ta metoda pomaga odzyskać równowagę i przynosi wiele korzyści.

C. Wyznaczanie Granicy

HRI DAG NYJID JE NEJ RAANG DZJUUNG HE RU KA

TSAM CZIE ThRO CZUUNG TRUL PEJ BAR NAANG GAANG
 DI NA GJU ŽJIING TSE ŁEJ NOD DZIED GEG
 CZIE DZIN DOD JON TOR MEJ TSIM GJI LA

Hri. Jestem istniejącym od zawsze heruką. Wypromieniowuję małe, gniewne formy, które wypełniają przestrzeń nieba i wyznaczają granice. Kłopotliwe yasksha i inne przeszkadzające istoty, którzy tu grasujecie, zaspakajam Was ofiarami i darami odpowiedniej jakości.

NEJ DIR MA DUG RAANG NEJ DE ŁAR DEENG
 MI DRO DUG NA LhA NGAG TING DZIN GJI
 TSON CZA ME JI DUL DU LAG PAR DZIED
 HRI BENZA GU RU DAK KI KROTA RA DZA
 NY DZIED DZIUUNG PO MA RA YA PhE PhE

Nie wolno wam tu zatem pozostać, powróćcie radośnie do waszych miejsc. Jeśli nie odejdziecie stąd — przyjmując boską formę obróć was w proch przy pomocy mantry i samadhi oraz ognia i broni. Hri. Niezniszczalny guru, dakini, królu w gniewnej formie – yaksha i bhuta muszą zostać unicestwione. Tnij! Tnij!

Ten tekst przenosi nas w prawdziwie tantryczny świat. W kościele katolickim przed ołtarzem zwykle jest jakaś barierka czy balustrada. Różnicuje ona i oddziela uświęconą przestrzeń, w której przebywa ksiądz a gdzie znajduje się hostia od tej, gdzie modlą się zwykli ludzie. Ksiądz podnosi hostię, podchodzi z nią do tej barierki, do ludzi, którzy po spowiedzi przybyli tam, by otrzymać komunię. Kiedy wizualizujemy mandalę, także ustanawiamy taką świętą przestrzeń, wyznaczamy granice słowami: „Wszystko, co złe na zewnątrz, wszystko co święte, do środka. "Na szczęście możemy umieścić siebie wewnątrz takiej mandali, wśród tego, co święte.

Rozpoczynamy wizualizację słowami: *od samego początku jestem samoistniejącym heruką*. Heruka to gniewna forma Buddy. Przytomność i przejrzystość mądrości zostają pobudzone przy pomocy energii i manifestują się jako gniewna forma. Przyjmujemy tę formę by odstraszać i dręczyć demony. Potrzeba nam płomieni, skrzydeł, krwi, przywdziewamy skóry tygrysów i słoni. Jako dziecko lubiłem oglądać wrestling bo zawodnicy zawsze zakładali straszliwe maski. Tutaj też tak robimy. Lepiej odstraszać ludzi w taki właśnie sposób aniżeli mówić „Proszę, odejź stąd” i oberwać. Takie jest życie.

Główną zasadą tutaj jest pozostawać pełnym tej energii bez żadnych wątpliwości, że tak jest. To jak bycie bramkarzem w nocnym klubie. Unosi on swoje wielkie bary i szepcze Ci do ucha: „Ty niestety nie wchodzisz”. Musimy to zrozumieć. Tantra opiera się na bardzo zasadach świata ludzi. Nie chodzi tu o bycie miłym, jesteśmy stanowczy i bezpośredni, nie ma tu miejsca na zbędne dyskusje. Wysyłamy informację: „Odwal się” i tak jakby wydobywało się z nas mnóstwo małych gniewnych postaci odpychających wszystkich ludzi. Odsyłamy ich z *tormą*, dostają od nas małe co nieco, małe ciasteczko. Mówimy: „Nie możesz wejść na imprezę, ale mam dla Ciebie coś małego na pocieszenie”.

Tak wygląda tantra na zewnętrznym poziomie. Znow pojawia się element przedstawienia, to jest ważne. Jednak tym razem jest to zupełnie inny rodzaj teatru. To teatr, w którym gramy rolę niezwykle niebezpiecznych ludzi. Patrząc na Was i wydaje mi się, że wielu z Was niełatwo przychodzi bycie takim niebezpiecznym draniem. Macie pewnie o wiele więcej doświadczenia w byciu miłym i uprzejmym. Jesteście ciągle mili, dobrzy aż wreszcie zaczyna was to wkurzać. Praktyka, o której mówimy, pomaga nam natychmiast uzyskać bardzo zdecydowaną i wyostrzoną przejrzystość. Potrzebna jest nam ona po to, by ułatwić sobie życie, reagować zawczasu, nie czekać do ostatniej chwili, aż ktoś wpadnie i zepsuje naszą „ imprezę”. Wyobraźcie sobie, że kilka takich osób stoi sobie gdzieś w rogu w pokoju, wypijają całą wódkę i nagle zaczynają dobierać się do jakiejś dziewczyny. Nieciekawa sytuacja. Lepiej więc wcale nie wpuszczać takich osób. To prosta zasada, w życiu tak jest. Ale sami doskonale wiemy, że często czekamy do ostatniej chwili a potem już robi się za późno i sprawy się poważnie komplikują. Taka praktyka pozwala bardzo szybko zebrać energię, wydobyć z nas różne rodzaje postaw, nastrojów, sposobów bycia. Potem wykorzystujemy tę energię z pewną intencją, posiadając przejrzystość sytuacji a nie reagując nawykowo. Bo kiedy już całkowicie zatopimy się w problemie wtedy tracimy kontrolę. Żeby tak się nie stało lepiej powiedzieć: „Wynoś się stąd, nie chcę Cię tutaj. Jeśli zostaniesz skopię Ci tyłek”. Tak mówi tekst i tak też jest w życiu. Dlatego należy wyraźnie oddzielić dwie rzeczy: przejrzystość i rozproszenie, one nie idą w parze.

Tybetańskie klasztory miały wysokie ściany, były chronione przez wielkie psy. W ten sposób próbowano ustrzec się bandytów. Bandyci w Tybecie byli to często groźni mordercy. Potrafili w środku zimy zedrzeć z człowieka ubranie i pozostawić go nagiego. Na świecie oczywiście też jest wielu złych ludzi ale w Tybecie nie było żadnej policji. Nie można było sobie zadzwonić i poprosić: „Przyjeżdżajcie szybko”. My też mamy taki problem. Demony nie tkwią gdzieś na zewnątrz, one są tutaj w nas. Poprzez tę praktykę próbujemy je stamtąd wypędzić i żaden policjant na świecie nie jest w stanie tego zrobić za nas.

Mantra Czterech Hung

OM SUM BhA NI SUM BhA NI HUUNG

GRI HA NA GRI HA NA HUUNG

GRI HA NA PA JA GRI HA NA PA JA HUUNG

A NA JA HO BhA GA ŁAN BENZA BI DJA RA DZA JA HUUNG PHE

Pięć pierwotnych mądrości. Bij i pał, bij i pał! Łap i miażdż, łap i miażdż! Łap, powal i wiąż! Łap, powal i wiąż! Zrób to Bhagawanie, niezniszczalna naturalna świadomości – królu. Zrób to!

W tantrze istnieje wiele silnych i potężnych praktyk polegających na odcinaniu. Na przykład praktyka *chod*, gdzie używa się *PHE (PHAT)*. Sylaba ta jest także używana w dzogchen. Jej zadanie to przecinanie, wycinanie przerwy w strumieniu naszych myśli, przez co uzyskujemy więcej przestrzeni. Ta praktyka może naprawdę nam pomóc jeśli potraktuje się

ją poważnie. Jeśli zdamy sobie sprawę jak wiele mamy w sobie demonów, jak bardzo inni ludzie potrafią być demoniczni i jak wiele niebezpiecznych istot czyha wokół, wtedy wchodzimy w taką praktykę pełni mocy. Gdybyśmy mieszkali np. w Grozny w Czeczeni, to na pewno każdy z nas chętnie zamieniłby się w gniewnego herukę. Powinniśmy powtarzać sobie: „Próbuję wydostać się z samsary, a samsara to bardzo niebezpieczne miejsce. Ludzie wciąż stwarzają mi jakieś problemy, a kiedy tak się dzieje to ja wpadam w pomieszenie. W ten sposób nigdy się z niej nie wydostanę. To moja ostatnia szansa! To jest najważniejsze!”. Jeśli praktyka nie będzie pełna mocy i nie stanie się czymś naprawdę najważniejszym, to jak ma dojść do jakiegokolwiek transformacji?

Wiemy, że wokół jest mnóstwo złych ludzi. Myślimy sobie więc: „Może zbuduję jakieś ogrodzenie pod wysokim napięciem, powieszę na nim lampki i będzie fajnie. Wtedy będę na pewno bezpieczny”. W tekście mowa jest o takiej ochronie. Mówimy: „Nade mną, pode mną i wokół mnie jest wielki chroniący mnie namiot. Jest w nim wiele rodzajów broni, nigdy nie zostanie zniszczony i skutecznie odstrasza wszelkie demony.”

HRI TEENG OG TSON CZA NGA JI GUR KhaANG DU
 ŻJOM MED SUUNG ŁEJ KhOR LOR LhUN GJI DRUB
 LhA DRE MIING MED NJAM NJID CZIE JIING LOONG
 KhOR DEJ ROL ŁA CZIEN POR TSAM CZIOD DO
 BENDZA RAKSZA

Hri. Pode mną i nade mną znajduje się szczelny namiot z pięciu rodzajów broni. Tworzą one niezniszczalny krąg, który powstaje bez wysiłku. W doskonałej równości dharmadhatu, gdzie nie ma nawet imion lokalnych bóstw i demonów, przecinam granice jednakowej, iluzorycznej natury nirwany i samsary. Ta ochrona jest bardzo silna.

Myślę, że ten aspekt praktyki można uznać za dualny. Nie chodzi o to, by starać się zintegrować demony z naszą naturą. Zamiast tego chcemy je odstraszyć. Zauważamy, że jest to moment, w którym poruszamy się między dualnością a niedualnością, jest to pulsujący naprzemiennie ruch, w przód i w tył. Kiedy już odgonimy demony zewnętrzne i stworzymy sobie bezpieczną przestrzeń możemy zająć się demonami wewnętrznymi. Z tego powodu wykonamy praktykę oczyszczenia.

d. Wyznanie

HRI RAANG RIG RAANG DZIUUNG RIG DZIN KJIL KhOR DU
 RAANG NGO MA SZJE LOG TOG NJE TSO G KUN
 RANG ŻIAG NJAM PA CZIEN PO CZIE KUI LOONG
 RAANG DROL DZIN MED NGAANG DU ZOD PAR SOL
 BENDZA SA MA JA SZIUDDhE A

Hri. Oto samopowstająca mandala Vidyadhary mojej świadomości, w której oczyszczają się błędne poglądy i uchybienia wynikające z nierozpoznania mojej własnej natury. Spocząwszy w przestrzeni

wielkiej równości, w dharmakayi, w stanie samowyzwolenia, nie chwytając niczego, proszę o wybaczenie. Moje ślubowania vajry są czyste w sunyacie.

OM GURU PEMA SA MA JA MA NU PA LA JA
 GURU PEMA TE NO PA TI SZTA DRI DHO ME BhA ŁA
 SU TO KAIO ME BhA ŁA SU PO KAIO ME BhA ŁA
 A NU RAKTO ME BhA ŁA SAR ŁA SIDDHI MA ME PRA JA TSA
 SAR ŁA KAR MA SU TSA ME TSI TAM ShRI JAM KU RU HUUNG
 HA HA HA HA HO
 BhA GA ŁAN SARŁA TA ThA GATA GURU PEMA MA ME MUN TSA
 GURU PEMA BhA ŁA MA HA SA MA YA SA TŁA AA HUUNG PhE

Pięć pierwotnych mądrości. Guru Padmo, poprzez moc swoich ślubowań, ochraniaj mnie i wszystkich tych, którzy z ufnością podążają za Tobą. Guru Padmo usłysz mnie! Prowadź mnie! Myśl o mnie! Proszę, oczyść wszystkie moje negatywności. Wciąż o mnie pamiętaj. Bądź ze mną, nieoddzielny ode mnie. Udziel mi wszystkich siddhi. Uczyni wszystko, co konieczne. Niech wszelkie subtelne ślady karmiczne pozostające w moim sercu staną się pustką. Udziel mi dharmakayi, sambhogakayi, nirmanakayi, svabhavikakayi. O, Zwycięski, który jesteś jak wszyscy Tathagatowie, Guru Padmo, utrzyj mnie w swoich myślach. Guru Padmo. Niezniszczalne ślubowanie. Musimy otrzymać siddhi. Musimy dotrzymać swoich ślubowań!

OM SA MA JA AA SAM MA JA HUUNG SA MA JA BEN DZA SA MA JA
 DAG ŽIAN GJI TSE RAB KhOR ŁA ThOG MA ME PA NEJ SAG PEJ
 DIG DRIB NJE TUUNG DRI MEJ TSOg ThAM CZIE TSA ŁA NEJ
 DZIAANG ŽJIING DAG PA DZJIN GJI LAB TU SOL

Ślubowania ciała: proszę, wybacz moje uchybienia. Ślubowania mowy: proszę, wybacz moje uchybienia. Ślubowania umysłu: proszę, wybacz moje uchybienia. Ślubowania wajry: proszę wybacz moje uchybienia. Ja i wszystkie istoty w niezliczonych poprzednich żywotach gromadziliśmy zaciemnienia, błędy i splamienia sprawiające, że odradzamy się w niższych sferach. Pobłogosław nas swoją oczyszczającą mocą i usuń wszystkie błędy i zaciemnienia.

HRI AA LA LA HO Bha GA ŁAN SA MA JA HO
 SA MA JA STOM DZA HUUNG BAM HO

Hri. Cudownie! Bhagawanie dotrzyмай swoich ślubowań. Udziel nam błogosławieństwa zgodnie z Twoimi ślubowaniami! Przyjdź! Przyjdź!

Świadomie przyznajemy się do wszystkich złych czynów popełnionych w przeszłości. Jest to wyjątkowe wyznanie, ponieważ wyjaśnia, dlaczego czyny te zostały popełnione. Nie robimy złych rzeczy, dlatego że sami jesteśmy źli. Stajemy się źli poprzez nasze złe czyny. Ważne jest, by to zrozumieć, ponieważ takie zrozumienie pozwala powstrzymać poczucie myślenia o sobie: „Ja jestem złą osobą”. Nasza prawdziwa wewnętrzna natura jest czysta. Usiłujemy rozpuścić błędne myśli powstające z braku rozpoznania prawdziwej natury dharmakayi. Gdy rozpoznamy dharmakayę chcemy wyzwolić wszystkie zaciemnienia. Możemy to zrobić pozostając nieprzywiązani do nich. Tutaj bardzo istotna jest kwestia samowyzwolenia. Nie należy odpychać naszych niedoskonałości. Zgodnie z zasadą, jeśli napieramy na coś to taka sama siła nacisku na obiekt zostaje wysyłana powrotnie w naszym kierunku. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy obiekt się przewraca. Uczono nas tego w szkole na fizyce. Podobną zasadę obserwujemy w przypadku emocji. Gdy usiłujemy je odepchnąć, tylko jeszcze bardziej się w nie angażujemy a one stają się wtedy silniejsze. Im bardziej próbujemy siebie kontrolować i powstrzymywać, tym większe wewnętrzne napięcie w nas rośnie. Odpychanie jest dobre na krótką metę, bo i tak wcześniej czy później nagromadzona energia i napięcie powrócą do nas niczym bumerang.

Praktykując buddyzm nie chodzi o to, żeby dręczyć siebie myślami: „Jestem złą osobą, zrobiłem tyle strasznych rzeczy”. Nie chodzi tu o brak umiejętności rozróżniania dobra od zła, lecz po prostu o to, że obwinianie się jest kiepską drogą do oczyszczenia strumienia manifestacji. Jest to odrobinę paradoksalne, ponieważ gdy zostawimy te negatywne impulsy w spokoju, pozwolimy im pozostać w umyśle bez korygowania ich, to one same odejdą. Zatem najlepszą drogą do oczyszczenia się jest zaniechanie prób oczyszczenia i pozostanie zrelaksowanym i otwartym.

Mówimy: „Jestem złą osobą”, i może to być prawdą, bo wiele rzeczy, które robimy nie są faktycznie dobre. Jednak, kiedy tak mówimy to w tym właśnie momencie tworzymy sobie

koncepcję na temat samego siebie, do której się dopasowujemy. Ta koncepcja staje się wtedy prawdziwa, jakby miała swoją własną naturę: wiem, jaki jestem. Według buddyjskiego zrozumienia to właśnie jest przejawem ignorancji i stanowi przyczynę cierpienia. Jest to przywiązanie do siebie, jako do koncepcji. Owa koncepcja zaczyna się poszerzać i coraz bardziej wpływać na nasze zachowanie. Jednak od samego początku nasza prawdziwa natura jest niezrodzona, nie posiada żadnej materialnej formy bytu.

W tej szklance mam trochę herbaty. Jeśli rozleję ją na tę książkę to zostaną plamy. Wtedy będę zły, bo to jest moja książka. Spójrzmy z innej strony, kiedy wylewam herbatę na papier to zanim zatrzyma się ona na papierze, przemieszcza się w powietrzu. Nie zostaje tam jednak na długo. Kiedy tworzymy sobie koncepcje samego siebie, jako odrębnej formy bytu to stajemy się splamieni jak ta książka. Pozostajemy naznaczeni w wyniku jakiegoś działania. Rozpoznając swoją naturę jesteśmy jak powietrze, jak przestrzeń, której nie można w żaden sposób oznaczyć, poplamić. Jeśli poruszymy ręką w powietrzu to nie pozostawi ona tam śladu.

Ten tekst to bardzo głębokie nauki. Pogląd, który prezentują to pogląd niedualny mówiący, że wszystko od samego początku jest czyste. Jeśli to zrozumiemy, najpierw jako pogląd a potem poprzez praktykę jako doświadczenie, to jesteśmy gotowi na naturalne samowyzwolenie zachowania. Aby tak się stało potrzebna jest świadomość i odwaga. Jestem przekonany, że C.R Lama żył właśnie w taki sposób. Był bardzo spontaniczny, robił to, co lubił. Czasem wchodził w drogę innym ludziom a oni nie byli z tego powodu najszcześliwsi. Z jednej strony można powiedzieć, że nic go nie obchodziło oprócz praktyki, całkowicie w niej pozostawał. Jeśli zbyt często przejmiecie się tym, co inni ludzie myślą to jesteście w pułapce dualizmu. Ale jeśli przyjrzyście się jakiego rodzaju doświadczenia ludzie mieli przy C.R Lamie, to nawet, gdy czasem sprawiał im przykrość, miało się wrażenie, że ogólnie jego osoba miała bardzo pozytywny wpływ na ich życie.

Prowadząc dość spontaniczny tryb życia należy nauczyć się radzić sobie z konsekwencjami wynikającymi z naszych czynów. Nie ma sensu przecież upijać się tylko po to, żeby się trochę pośmiać, a potem zastanawiać się „O Boże, co ja wtedy powiedziałem?”. Chodzi o utrzymywanie świadomości cokolwiek by się nie pojawiało¹¹. Przynosi to określone konsekwencje. Ludziom się to może podobać lub nie, może ich to również wcale nie obchodzić, a my pozostajemy otwarci na pracę z konsekwencjami bez bycia warunkowanym przez nie.

Z punktu widzenia dzogchen, prawdziwe oczyszczenie uzyskujemy dzięki wykroczeniu poza kontrolę. Nie staramy się kontrolować siebie i całego świata. Nie usiłujemy za wszelką cenę być dobrym lecz także specjalnie nie dążymy do unikania złego zachowania. Jesteśmy po prostu obecni w istnieniu, poruszamy się w kierunku utrzymania takiego stanu obecności z przeświadczeniem, że to, co robimy w żaden sposób nie rani innych. Dla przykładu, nawet

dzieciom bardzo trudno jest uniknąć poczucia, że należy kontrolować swoje zachowanie żeby uzyskać akceptację innych. Dzieje się tak nawet mimo tego, że np. posyłamy dziecko do dobrego przedszkola i jesteśmy dla niego cudownymi rodzicami. Wkraczając w praktykę dzogchen musimy się nauczyć poddawania rzeczy dekonstrukcji. Należy wyjść poza głęboko w nas zakorzenioną koncepcję, że wszystko pójdzie nie tak jeśli nie zaczniemy wreszcie być ostrożni, panować nad wszystkim i kontrolować to. Ta praktyka wymaga prawdziwego zrozumienia.

Następnie w tekście mamy stusylabową mantrę Dorje Sempy. Mantrę tę, jak wiecie uważa się za bardzo silną. Zawiera w sobie energię łagodnych i gniewnych bóstw i dzięki niej można sobie poradzić z wszelkimi formami zaciemnień, które nas dotyczą¹².

Tekst mówi:

OM SAMAJA, AH SAMAJA, HUUNG SAMAJA, BENDZA SAMAJA

Aby móc wykonywać jakąś praktykę tantryczną konieczne jest otrzymanie inicjacji. Wyróżniamy cztery rodzaje takich inicjacji, które zostają opisane w dalszej części tekstu przy okazji wyjaśnień do praktyki otrzymywania świąteł. *Om samaja* pochodzi z pierwszej inicjacji, tzw. inicjacji *bumpa*, która oczyszcza ciało. Otrzymując tę inicjację należy utrzymać praktykę.

Ta praktyka podtrzymuje związek zwany samaya. Samaya to przysięga, przez którą wiążemy się z praktyką, z bóstwem. Jeśli ten związek zostaje zachowany, więź łącząca nas z bóstwem (w tym przypadku z Padmasambawą czy Dorje Sempą, którzy są nierozdzielni) staje się podstawą do rozpoznania własnej czystości.

Największą trudność, zwłaszcza ludziom Zachodu, sprawia wiara w fakt, że posiadamy naturę buddy, że nasza prawdziwa natura jest czysta, że z natury jesteśmy dobrzy i że nasza esencja to Kuntu Zangpo. Kuntu Zangpo czy Samanthabadra to podstawowe bóstwa w dzogchen w tradycji nyingmapy. Ich imiona oznaczają: „Zawsze Dobry”. Taki jest również cel inicjacji tantrycznych. Pozwala ona połączyć się z bóstwem, a bóstwo to nic innego jak tylko obecność trzech kayi stanowiących naszą prawdziwą naturę. Powtarzając *OM SAMAJA, A SAMAJA, HUUNG SAMAJA, VADŽRA SAMAJA*, ponownie łączymy się. „Moje ciało jest czyste, moja mowa jest czysta, mój umysł jest czysty i obecność ich trzech zintegrowanych jest czysta.” Potem mówimy: „Wyznaję, że pragnę oczyścić wszystkie swoje splamienia.” Powracając do przykładu z herbatą, wylewając ją na książkę, książka zamoknie i zostanie plama. Będziemy źli z tego powodu. Weźmiemy książkę, chcąc zmyć z niej tę plamę, potrzebujemy ją wodą i efekt nie będzie najlepszy. Jeśli zaś wylejemy herbatę na wykładzinę, płyn nie wsiąknie w nią od razu lecz pozostanie na powierzchni. Można przynieść trochę wody, powycierać wykładzinę i nie będzie plamy. W tym wszystkim najważniejsze jest zrozumienie, że tworzymy sobie na temat własnej natury jakieś koncepcje. Jesteśmy bardzo

chłonni, jak gąbka. Reagujemy na sytuacje, wszystko bierzemy do siebie. Ludzie coś mówią, a nas to uderza. Będąc jak gąbka lub jak papier trudno się oczyścić. Będąc jak wykładzina, nieco łatwiej, można oczyścić się z wierzchu. Naprawdę ważna są wiara w naturę dharmakayi a potem jej urzeczywistnienie. Oddanie naszym przekonaniom, dotrzymanie przyrzeczeń i praktyka czyni nas mniej podatnym na splamienia samsary.

Z pewnością przez te kilka ostatnich dni usłyszeliście wiele rzeczy, być może, na co dzień nie jesteście do tego przyzwyczajeni. W Tybecie tradycja przekazu dharmy wiąże się z udzielaniem wyjaśnień. Ustne komentarze do tekstów przekazywane były miesiącami i dodatkowo miały na celu pozwolić zintegrować się ze stanem medytacyjnym. Osoba udzielająca nauk starała się pozostać jak najbliżej doświadczenia realizacji omawianego tekstu, a słuchacze usiłowali koncentrować się na tym, co im przekazywano. Wymaga to od obydwu stron praktyki radzenia sobie z rozproszeniem, a jest to bardzo trudne. Utrzymywanie stałej koncentracji przez dłuższy czas jest dosyć wyczerpujące lecz jednocześnie bardzo pomocne w trenowaniu właśnie tej umiejętności. Przydaje się ona podczas praktyki medytacji. Rozproszenie odgrywa w naszym życiu bardzo ważną rolę. Na co dzień wykorzystujemy je, by wpływać na nasze poczucie „ja”, by je podtrzymywać. Kiedy praktykujemy koncentrację nie możemy jednocześnie oddać się naszej zwyczajnej praktyce rozproszenia. Koncentracja zwraca nas w kierunku zauważania emocji i własnych tendencji, od których zwykle staramy się uciekać.

Dalej tekst mówi:

**AA LA LA HO BHA GA LAN SA MA JA HO
SA MA JA STOM DZA HUUNG BAM HO.**

Tymi słowami identyfikujemy się z naturą Dorje Sempy i Padmasambhavy. W tym celu możemy posłużyć się np. mudrą. Jednak najważniejsze tutaj jest zrelaksowanie się w stanie oczyszczenia. Staramy się uwierzyć, że tak właśnie się dzieje. Pomagają nam w tym mudry i mantry – taka jest ich funkcja. Dodają mocy i powodują, że wszystko odczuwane jest w magiczny sposób jako prawda. W naszych umysłach nawyki są tak zasiedziały i otępiające nas, że potrzebujemy takich narzędzi, by porządnie nimi potrząsnąć. Wróćmy na chwilę do modlitwy linii przekazu, gdzie mowa była o dziewięciu poziomach przekazu. Na pierwszym poziomie, *GJALŁA GOONG PEJ GJUD*, jeden z buddów siedzi medytując a drugi stara się zrozumieć jego odczucia. Jeśli na tym poziomie zrozumienie nie pojawia się, to pojawi się ono na następnym, gdzie wraz ze słowami *RIGDZIN DA'I GJU*, wykonany zostaje zaledwie niewielki symboliczny gest, tak jak mudra, a potem przekaz staje się już tylko łatwiejszy. Ponieważ my wciąż pozostajemy na takim właśnie podstawowym, zaciemnionym poziomie, należy nam wciąż przypominać o bardzo prostych rzeczach. Ważne jest więc, aby wykonywać wszystkie elementy praktyki, bo one nawzajem siebie wzmacniają a podstawy i istota praktyki przewijają się przez każdy element.

e. Zaproszenie

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DZJAANG TShAM
 PE MA GE SAR DOONG PO LA
 JAM TShEN CZOG GI NGY DRUB NJE
 PE MA DZJUUNG NEJ ŽIE SU DRAAG
 KhOR DU KhAN DRO MAANG PY KOR
 KhJE KJI DZJE SU DAG DRUB KJI
 DZJIN GJI LAB CZJIR ŽIEG SU SOL
 GU RU PE MA SID DhI HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Urgyen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty — obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku dakiń. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu! Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!

Deszcz Błogosławieństw

HUUNG HRI RAANG NAANG OG MIN SAANG CZIEN NGA JAB ŽJIING
 NGE PA DON GJI RIG DZIN PE MA DZJIUNG
 TSAN CZJOG GJAD DAANG DZIE BAANG DAK KI TSOG
 NAL DZIOR DAD DUUNG LO JI CZJEN DRAANG NA
 ThUG DZIE TSE ŁEJ NJAM NAANG U RU RU
 NA TSOG ROL MOI DRA JAANG SI LI LI
 MI KAANG LIING BUI DA BOD LhAANG SE LhAANG
 DRI ŽJIM PY KAR DUD PA ThU LU LU
 KhAN DRO GJE PEJ GAR TAB SHIG SE SHIG
 JI DAM LhA TSOG HUUNG LU DI RI RI
 CZIE KJOONG DAM CZIEN LEJ DZIED KhJUG SE KhJUG
 NEJ DIR DZIN PhOB DRUB PEJ TAG TSEN TON
 CZJOG ThUN NGY DRUB TSOL LA BAR CZJE SOL
 OM BENZA GU RU PE MA ThOD ThREENG TSAL
 HA RI NI SA DAK KI KRO TA SARŁA
 SA MA JA PhEM PHEM DZA DZA

Hung. Hri. W naturalnym stanie Akanishta, w tajemnej krainie Ngayabling, przebywa Padmasambhava, vidyadhara pierwotnej świadomości posiadający osiem wspaniałych form, dwudziestu pięciu uczniów i orszaki dakiń. My, jogini, zapraszamy Was pełni wiary i oddania. Spływa na nas deszcz waszych współczujących myśli i uczuć, u–ru–ru. Melodie wielu instrumentów brzmią, si–li–li, słycać przyzywający dźwięk trąbki z ludzkiej kości udowej, lang–se–lang. Unosi się dym białego kadzidła, thu–lu–lu. Dakinie kołyszą się w radosnym tańcu, szig–se–szig. Orszak jidamów donośnie śpiewa pieśń Hung, di–ri–ri. Strażnicy dharmy oraz Ci, którzy dotrzymują ślubowań a także zwykli pracownicy pośpiesznie nadchodzą, khjug–se–khjug. Udzielcie nam błogosławieństwa i ukażcie znaki i symbole pomyślnej praktyki. Udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia oraz usuńcie wszystkie przeszkody. Om. Niezniszczalny nauczycielu Pema Thod Treng Tsal, otoczony wszystkimi gniewnymi

*formami, dakiniami rodzin vajry, ratny, padmy i karmy — dotrzymajcie swoich ślubowań! Przyjdźcie!
Przyjdźcie! Naprawdę musicie tu przyjść!*

Bóstwa można zaprosić w różny sposób. Czasem wykonuje się taniec, macha flagami lub zapala kadzidła. Bywa, że kobiety machają strzałami ozdobionymi kokardami w pięciu kolorach. Można sobie wtedy wyobrazić Padmasambhawę i innych przybywających, jeden za drugim z Zangdopalri. Ich szaty powiewają a wokół unosi się zapach palonych kadzideł. Wszyscy się uśmiechają, są zadowoleni ponieważ przybywają na wielką ucztę. Tę pieśń można śpiewać wielokrotnie, zwłaszcza kiedy wykonuje się praktykę samemu, wnosząc do niej wiele pozytywnych emocji i delikatności. Można też śpiewać zawodząc lub z uśmiechem na twarzy obserwować jak orszak przybywa. Wtedy, gdy jest już naprawdę blisko odczuwamy poruszenie w ciele, ponieważ oni wszyscy przychodzą właśnie do nas. Gdy się zbliżą, rozpuszczają się w nas, albo jeśli chcecie możecie ich zatrzymać przed sobą. Można wykonać obie rzeczy, jest to jednocześnie dualne i niedualne. Nie stanowi jednak różnicy.

f. Oczyszczenie i Poświęcenie Substancji Ofiar

OM AA HUUNG

DAG NAANG TRUL PA JING KJI KJIL KHOR DU

ThAB SZIE CZI NAANG SAANG ŁEJ CZIE PEJ DZEJ

ZAG MED KUN ZAANG ROL PA CZIE PEJ TRIN

TSA SUM RIG DZIN NJE PEJ DZEJ SU GJUR

OM AA HUUNG SARŁA PANTSA AM RI TA RAK TA BħA LIING TA HUUNG HRI ThA

Om. A. Hung. W mandali dharmadhatu, emanacji mego czystego widzenia znajdują się zewnętrzne, wewnętrzne i tajemne substancje ofiar metody i mądrości. Tworzą one niezliczone, magiczne chmury ofiar czystych i nieskalanych jak ofiary Kuntu Zangpo — w ten sposób przynoszą one zadowolenie trzem korzeniom i vidyadharom. Om. A. Hung. Wszystkie pięć wyzwalających eliksirów, rakta i torma muszą zadowolić wszystkich gości.

OM BENZA ARGħAM PhADJAM PUPE DHYPE ALOKE GENDħE NE ŁI DJE

SZJABDA AA HUUNG

Om. Vajra woda do picia, woda do obmycia stóp, kwiaty, kadzidła, lampki, wonności, pożywienie, dźwięki — ofiary te są czyste w sunyacie.

Prosimy o błogosławieństwo, które oczyści składane ofiary ponieważ wiemy, że wszystko czego doświadczamy posiada naturę tej ofiary. *DAG NAANG* oznacza prostą naturę naszego doświadczenia. Wszystko to, co wydarza się, gdy uwolnimy siebie od wszechogarniającej nas siły podziałów, przydawania etykietek. Ofiarujemy każdy rodzaj doświadczenia. Jeśli np. wykonujemy praktykę i odczuwamy ból pleców lub chce nam się siku ofiarujemy także i to. Nie powinniśmy dzielić doświadczeń na dobre i złe. Wszystko, co ofiarujemy będzie piękną ofiarą. Potrzeba skorzystania z toalety jest także piękna. Gdybyśmy jej nie odczuwali, stracilibyśmy wiele doznań. Doznania zmysłowe dotyczą samej esencji naszego istnienia i doświadczenia, tak więc ofiarujemy to. Ofiarujemy magiczną i wspaniałą jakość naszego zwykłego życia, która będzie nieoddzielna od swej nieskończonej otwartej podstawy.

Wraz z mantrą ofiarujemy także pięć amrit, krew i tormę. Amrita to przekształcenie wszystkiego, co zwykle powoduje w nas odrazę w coś bardzo błęgiego. Takie działanie jest nam potrzebne, ponieważ dopóki będziemy w silny sposób reagować na pewne zjawiska, pozostaniemy względem nich w dualnym stanie. W tej praktyce mamy zatem do czynienia z całą listą różnych elementów, najczęściej są to ludzkie ciało, psie mięso, fekalia, mocz itd. Nie chodzi tu o to jakieś szaleństwo, nagle zaczynamy zjadać wszystko co popadnie, jak wściekły pies. Po prostu, na co dzień mamy do czynienia z wieloma rzeczami, które wzbudzają w nas zwykle strach lub wstyd. To są te właśnie doświadczenia przyciągające nas w kierunku naszego ograniczonego poczucia „ja”. Gdybyśmy otworzyli się na te odpychające rzeczy, które zwykle stanowią dla nas próg nie do przekroczenia, zaczęlibyśmy postrzegać świat takim, jaki jest. *RAK TA* to krew: mowa o krwi pochodzącej z narodzin jak i o krwi towarzyszącej śmierci. Ta pierwsza to krew menstruacyjna reprezentująca świetlistą jakość

możliwości manifestowania się rzeczy. *BHA LIING TA*, torma, oznacza zabijanie. *BHA LIING* to coś, co zabijamy na ofiarę, np. w Bengalu zgodnie z tradycją jest to koza.

Kiedy mieszkałem z C.R Lamą w Shantiniketan kilka razy w roku odwiedzaliśmy małą pobliską świątynię, miejsce, w którym bogini Parvati upadła kostka palca u dłoni. Zgodnie z historią po śmierci Parvati, Shiva tańczył trzymając jej ciało w ramionach, a ciało to zaczęło się rozkładać. Jego poszczególne części rozproszyły się po całych Indiach. Wierzy się, że te miejsca do dziś są przepełnione shakti, energią bogini a jogini często je odwiedzają. My też tam chodziliśmy na duże pikniki i praktykę. W tym miejscu znajdowało się wiele drewnianych słupów z widełkami w kształcie litery Y. Pomiedzy dwa jego końce naciągnięty był metalowy pręt. Między widełkami umieszczano głowę kozy, zaciskano pręt i wielkim mieczem odcinano jej głowę. Czasem, gdy odwiedzaliśmy pewną rodzinę braminów bengalskich, ich dziadek wyciągał taki nóż z pięknego drewnianego pudła i dumnie go nam prezentował. Był to nóż bardzo starannie wykonany, posrebrzany z wierzchu z wrytymi nań symbolami bogini Kali.

Trzy kilometry od wioski, w której mieszkał Rinpoche była stacja kolejowa nazwana Bolpur. *PUR* oznacza miejsce, a słowo *BOL* ma związek ze słowem *BALI* czyli ofiarą, *BHA LIING TA*. Wioska ta otrzymała taką nazwę ponieważ król zamieszkujący tamtejsze rejony zabijał tysiące kóz każdego dnia. Było to więc miejsce śmierci. W buddyzmie koncepcja zabijania wiąże się z zabijaniem demonów ignorancji, głupoty, dumy, zazdrości itd. Jest to znów rozprawianie się z typowymi ludzkimi tendencjami i wykorzystywanie ich siły jako pewnego rodzaju przerośni w praktyce dharmy. Są to agresja prowokująca zabójstwo a także paranoidalny spokój. Można to zaobserwować u każdego dziecka. Jako dorośli nauczyliśmy się je nieco ukrywać, choć te cechy są wciąż z nami, są obecne tuż pod skórą. Pożądanie pchające nas do unicestwienia kogoś przekształcamy w otwartą przestrzeń, w której możemy rozpoznać naszą własną naturę. Ma to zasadnicze znaczenie, ponieważ tantra to praca z energią, kreatywnością i dynamiczną manifestacją, gdzie tak naprawdę to odpychanie działa przeciwko nam. Nie należy powstrzymywać seksualnych upodobań i pożądania, złości czy morderczych myśli. Na ścieżce ku oświeceniu chodzi o to, by poruszyć je wszystkie. Działając w ten sposób łagodzimy i rozpuszczamy całą ich szorstkość w przepływ niedualej energii.

Dalej następuje przeskok w praktyce, recytując *OM BENDZA PADJAM PUPE DHYPE ALOKE GENDE NE ŁI DJE SZJABDA AH HUUNG*. Ofiarujemy same dobre i czyste rzeczy, co jest typowe dla puji hinduskiej. Można to porównać do sytuacji, gdy przychodzi do nas gość. Traktujemy go z uprzejmością. Podobnie, zapraszamy Buddę lub Padmasambhavę do naszego domu i ofiarujemy mu wszystko co najlepsze, wodę do picia, kwiaty itd. Mamy więc tu do czynienia z przeskokiem od zabijania i krwi więc wyraźnie widzimy pulsujący ruch tej puji. W jednej chwili jest otwarta, surowa a w drugiej spokojna wręcz słodka. Życie dzięki

temu jest fajne, prawda? Podobnie jak w prawdziwej symfonii, tam też musi być ruch. Tantra uczy nas jak stać się tancerzem, nawet bogowie tantryczni podrywają się do tańca.

Oczywiście, życie to też taniec. Wszystko staje się łatwiejsze jeśli potrafimy wejść w taki taniec z wieloma sytuacjami naszego życia. Na imprezie, gdy ktoś włącza muzykę to wszyscy z reguły tańczą. Potem ktoś puszcza zupełnie inny kawałek a ludzie mówią: „Do tej muzyki nie będziemy tańczyć!” i siadają. Za chwilę słyszą coś innego i znów porywają się do tańca. Każdy z nas ma swoich kilka ulubionych kawałków. Nie lubimy tańczyć do każdej muzyki. To porównanie jest bardzo istotne, bo pokazuje nam, w jaki sposób wycofujemy się z życia. Życie przygrywa dla nas jakąś melodię a my mówimy: „Do tej piosenki nie tańczę, znam siebie, tego nie robię”. W ten sposób oszukujemy nie tylko samych siebie lecz także innych, którzy być może chcą byśmy „zatańczyli”. Poprzez praktykę, o której tu mówimy, poprzez identyfikację z różnymi stanami i nastrojami poszerzamy repertuar swoich reakcji na świat. Odkrywamy w ten sposób, że możemy bardziej zintegrować się z różnymi doświadczeniami życia codziennego.

E: SADHANA

PRAKTYKA GŁÓWNA

a. Wizualizacja Mandali i Bóstwa

Recytujemy HUNG HRI i relaksujemy się w pustce, pozostając bardzo otwartymi, nie starając się robić niczego i niczym się nie zajmując. Potem, w tym stanie, rozpoczynamy wizualizację.

HUUNG HRI CZI NAANG CZIE KUN MI MIG KA NEJ DAG
 MA SAM DZOD PA DRAL ŁA DE ŻJIN NJID
 MA TOG DRO LA TSE ŁEJ THUG DZIE DEENG
 LHUN DRUB RAANG DAANG SAANG CZIEN GJAL ŁEJ ŻJIING
 NGA JAB ZAANG DOG PAL RI PAD MA OD

Hung. Hri. Wszystkie zewnętrzne i wewnętrzne zjawiska od samego początku są czyste i pozostają poza wszelką dualnością rzeczy. W prawdziwej rzeczywistości, poza mową, myślą i jakimkolwiek wyrażeniem, rozwija się współczucie wobec istot, które tego nie rozumieją. Pojawia się ono bez wysiłku jako naturalne promieniowanie tajemnego królestwa Buddy — Ngayab Zangdopalri Padma Od.

Wszystko, co zewnętrzne i wewnętrzne jest czyste od samego początku. To jest właśnie stan naturalny, *DE ŻJIN NJID*, wolny od jakiegokolwiek konceptualizacji czy formy wyrazu i całkowicie pozostający poza nimi. Jeśli wykonujemy tę praktykę w samotności to ten etap jest dobrym momentem na zrobienie przerwy i głębokie wejście w medytację. Sam tekst to instrukcja do medytacji. W pierwszej linijce *MI MIG* oznacza nie myślenie o czymkolwiek. *MI MIG* to również to samo co *MIG ME*, imię najstarszego syna C.R Lamy. Z kolei *MIG PA* oznacza skupienie umysłu na obiekcie. Ta linijka mówi, abyśmy uwolnili swój umysł od jakichkolwiek związków z obiektami zewnętrznymi a potem wewnętrznymi. By sobie w tym pomóc będziemy potrzebować dodatkowej medytacji. Jeśli, na przykład potraficie wykonać *PHE (PHAT)*, to możecie to zrobić właśnie teraz. Możecie także zrobić praktykę trzech A. Gdybyście woleli wykonać szybką praktykę rozpuszczenia w kulę światła i Om Ah Hung, też jest to możliwe. Chodzi o to, by skorzystać z jakiegokolwiek metody, która pozwoli wam wejść w stan medytacji. Proszę was, tylko nie wykonujcie *PHE* podczas puji z C.R Lamą. Gdybyście jednak zdecydowali się na *PHE* to nie mówcie C.R Lamie, że ja wam powiedziałem, że *PHE* to dobry pomysł – już wystarczająco problemów miałem w życiu! Pamiętajcie jednak, że najważniejszą zasadą, jeśli chodzi o puję jest robić taką praktykę, która właśnie wam jest najbardziej potrzebna i pomaga wejść w stan medytacji.

Potem mamy trzecią linijkę zaczynającą się od *MA TOG*, co oznacza „współczucie powstaje dla istot, które nie osiągnęły tego stanu”. Spontanicznie pojawia się promieniowanie a z niego pałac Padmasambhavy, Zangdopalri. Tybetańskie opisy tego typu nie zbyt jasno określają czy robimy praktykę z poziomu *DAG KLE* jako bóstwo czy może jako *DUN KHJE* czyli wizualizując bóstwo przed sobą. Gdy dochodzimy do recytacji mantry staje się jasne, że jest to forma *DAG KHJE*. Jesteśmy właśnie tym. Musicie sobie wyobrazić, że z otwartości wyłaniają się promienie światła tworzące Zangdopalri. Potem pojawia się opis pałacu a następnie jego wnętrza, opis Padmasambhavy i tego, co go otacza. Wszystko manifestuje się w pustce, wolne od realnego bytu, nieposiadające żadnych prawdziwych właściwości.

Pierwsze dwie linijki dotyczą mądrości a z mądrości powstaje współczucie. Z tego właśnie powodu powinniśmy posmakować, czym owa mądrość jest. W przeciwnym razie recytowany tekst będzie zwykłą paplaniną. Tekst jednak mówi, że nie ma miejsca na paplaninę. *MI MIG KA NEJ DAG* czyli niepolegające na obiektach, czyste od samego początku. Jeśli czytamy tekst z uwagą nastawioną jedynie na przedmiot i podmiot to nie robimy tego, czego tekst naucza. To jest bardzo negatywne. Jesteśmy wtedy jak żałosna, zdesperowana osoba, która siedząc przed telewizorem ogląda aerobik a w tym samym czasie opróżnia wielkie pudełko czekoladek. Jeśli liczyacie na korzyści to musicie najpierw się zaangażować, a nie tylko myśleć o tym.

SZJAR ShEL Lho CZJOG BEDURJA NUB RA GA
DZJAANG CZJOG SER DAANG BA GAM MU MIN DZE
DRU ŽJI GO KJUD TA BAB RIN CZJEN TOG
TSAD DAANG TSAN NJID JOONG DZOG DE ŁU SU

Wschodnia strona pałacu jest z kryształu, południowa z malachitu, a zachodnia z rubinu. Północna jest ze złota, balkony zaś z pięknego lapis lazuli. Pałac jest kwadratowy z krużgankiem, ma murowane schody i wieżę ze szlachetnych kamieni. Wszystkie wymiary i symbole są doskonałe.

PE MA NJI DA ZUUNG DZJOR DAN GJI TEENG
RAANG RIG HRI JIG ThRO DU JONG GJUR LEJ
GJAL ŁA KUN DU RIG DZIN PE MA DZJUUNG
KAR MAR DAANG DEN CZJU DRUG LAANG TSO GJE

W centrum, na lotosowych poduszkach, połączonym dysku słońca i księżycy jest moja naturalna świadomość, litera Hri, z której wyphywa i wraca światło, przekształcając ją w uosabiającego wszystkich buddów – Vidyadhare Padmasambhavy. Jego twarz jest różowa, jest on zrelaksowany i wygląda jak szesnastoletni młodzieniec.

Opis jest bardzo bezpośredni, przywołuje strukturę pałacu mandali. Warto poświęcić trochę czasu na analizę wszystkich tych opisów tanek. Tak więc, pałac pojawia się zanim widzimy jakąkolwiek istotę. Najpierw rysuje się kontekst sytuacji a potem jest postać. Ten opis ma związek z ideą odradzania się. Według tradycyjnego poglądu tybetańskiego, po śmierci, lecz jeszcze przed odrodzeniem się przechodzimy przez złożony proces bardo. To, co

odczuwamy potem to spadanie w ciemny długi tunel. Następnie widzimy parę uprawiającą seks. Naszą uwagę przyciąga ich stosunek płciowy. Chcemy wskoczyć do środka pomiędzy nich. Wtedy właśnie ma miejsce poczęcie a później przychodzimy na świat. Przy tej wizualizacji, zamiast wyobrazić sobie, że pchani przez wiatry karmy wydostajemy się z ciemnego i wąskiego tunelu, widzimy otwartą, wypełnioną spokojem przestrzeń, w której pojawia się manifestacja. Wyobrażamy sobie, zatem, że z pustki rodzimy się na nowo jako boski Padmasambhava.

Zapewne wiecie o tym, że w buddyzmie mówimy o czterech rodzajach narodzin: narodziny z jaja, łona, ciepła i wilgoci. Oprócz tego są także narodziny z lotosu. W tej właśnie sytuacji, mamy szansę na takie narodziny, *PE MA NJI DA ZUUNG DŻIOR GJI TEENG*. Słońce i dysk księżycy łączą się na szczycie lotosu i tam właśnie nagle pojawiają się. Rodzimy się w kwiecie lotosu, na którym jest słońce i księżyc. Zjednoczenie księżycy i słońca ma tutaj zasadnicze znaczenie.

W naszym ciele znajduje się jeden główny kanał centralny, po którego obu stronach są dwa pomocnicze kanały. Z tych kanałów wychodzą dodatkowe kanały. Kobiety po prawej stronie mają biały kanał a po lewej czerwony; u mężczyzn jest odwrotnie. W momencie poczęcia, gdy świadomość wnika w miejsce spotkania się organów płciowych kobiety i mężczyzny i dochodzi do zapłodnienia, mówimy o połączeniu esencji białej i czerwonej. Potem esencje te rozdzielają się i biała esencja ojca kieruje się ku górze a czerwona matki ku dołowi. Obie esencje zostają rozdzielone przez kanał centralny a wokół całości rozwija się płód.

Obie esencje mogą połączyć się w sercu i jeśli tak się dzieje mówimy o integracji. Zwykle jednak pozostają zablokowane przez wiatry karmiczne aż do momentu śmierci. Jest w tym pewna symbolika. W nasze istnienie wpisane są siły przeciwne, które mają potencjał by się zjednoczyć. Mamy tu do czynienia z dualizmem. Jeśli jednak uda nam się zintegrować te dwie siły w ruch, możliwa będzie głęboka relaksacja i transformacja całego systemu. Dopóki to, co żeńskie pozostanie przeciwne męskiemu, mądrość przeciwne współczuciu, dopóty nie doświadczymy zjednoczenia.

W opisie z modlitwy, mamy kwiat lotosu a na nim słońce i księżyc pozostające we wzajemnym kontakcie. Tak mówi tekst słowami *SUUNG DŻIAR*. Poprzez kontakt mądrości i współczucia dochodzi do zjednoczenia. Połączenie tych obydwu symbolizowane jest poprzez księżyc i słońce. Lotos zaś oznacza czystość. Na szczycie wszystkiego pojawiają się my jako litera Hri promieniująca światłem w kierunku wszystkich buddów, bogów, jidamów. Składamy im ofiary a oni przyjmują je i zwracają nam z powrotem przepełnione ich mądrością i współczuciem. Wszystko to jednoczy się i pojawia w postaci Padmasambhavy, którym jesteśmy my. Dlatego mówimy, że stając się nim jesteśmy zjednoczeniem wszystkich schronień, buddów itd. W tekście czytamy *GJAL ŁA KUN DU*, czyli esencja wszystkich buddów, *RIG DŻIN* czyli osoba posiadająca wielkie zrozumienie – Padmasambhava. Jego

kolory to biel i czerwień. W Tybecie nie mają różowego i aby go uzyskać, trzeba połączyć czerwień z bielą. Zatem znów mówimy o integracji, połączeniu mądrości ze współczuciem. Padmasambhava ma zaledwie szesnaście lat, a my stając się nim znów stajemy się młodzi, młodzi duchem!

b. Padmasambhava i Jego manifestacje

ZhAL CZIG ThRO DZUM CZIEN SUM DRO LA ZIG
 JE PA DOR DŹE TSE NGA DIG DZUB DEENG
 YON PEJ Bhan DhA TSE BUM NJI DEJ DZE
 ThEG SUM CZIE DZOG KU LA SAANG GY DAANG
 CZIE GY NAM SUM ZA OG BER CZIEN NAB

Jego twarz ma łagodny choć jednocześnie lekko gniewny wyraz. Jego troje oczu spogląda na wszystkie istoty. W prawej dłoni dzierży pięcioramienną vajrę w geście poskramiania. W lewej dłoni trzyma kielich z czaszki i imbryk długiego życia ozdobiony wizerunkiem słońca i księżyca. Nosi kompletne szaty trzech jan, białe tajemne szaty, szaty dharmy i piękny płaszcz.

Atrybuty Padmasambhavy sprawiają, że staje się on ucieleśnieniem wszelkich możliwości: jest joginem, mnichem, królem. Jest wszechmocny, w swej nieograniczoności łączy wszelkie manifestacje.

ŁU LA NJEN ZhU GOD DRO DAR NEJ GJEN
 RIN CZIEN GJEN TREJ KhA TAM DRU MOR TEN
 SAG LHAM SOL ŽJIING KJIL TRUUNG TIING DZIN NJE
 KU LA DRUB PA KAB GJAD KJIL KhOR DZOG
 GJAL KUN SAANG SUM MI KJOD ThUG DOR DŹJE
 ThRIN LEJ NU TOB DZOG PEJ NGO ŁOR SAL

Na głowie ma czapkę nyenzhu, ozdobioną piórem sępa i jedwabiami w pięciu kolorach. Przystrojony zdobami z klejnotów, trzyma w zgięciu łokcia khatwangę. Nosi buty z wywiniętymi noskami, siedzi w samadhi w pozycji lotosu. W jego ciele są pełne mandale ośmiu sadhan Heruków. Jego vajra umysłu jest niezmiennym ciałem, mową i umysłem wszystkich jinów. Utrzymując pełnię mocy aktywności medytujecie na jego naturę.

Poniższy tekst opisujący znaczenie atrybutów Padmasambhavy pochodzi od Rigdzina Godema z linii Byangter.

Hung. Padmasambhavo posiadający trzy kaje ciała, mowy i umysłu, jesteś aktywną formą jinów, powstrzymujesz wszelkie problemy samsary. Dzięki swojemu wielkiemu współczuciu inkarnujesz się, by wyprowadzić tych, którzy błakają się w samsarze. Kląniamy się Tobie i wychwalamy Ciebie, przewodniku wszystkich istot.

Na szczycie Twego kapelusza znajduje się pióro sępa, znak szerzenia najwyższej i czystej mądrości wynikającej ze zrealizowania praktyki sadhany. Nosisz wspianiały potężny kapelusz, znak Twego

zrozumienia poglądu mahayany. Włosy na Twojej głowie są zebrane i spięte w kok. To znak, że zawierasz w sobie wszystkich buddów trzech czasów.

Swymi trzema oczyma pełen mocy patrzysz na błąkających się w samsarze. To znak, że poprzez Twoje wielkie współczucie prowadzisz wszystkie istoty do wyzwolenia. Twoja piękna uśmiechnięta twarz o idealnym kolorze to znak, że poprzez swoją miłość i współczucie prowadzisz do wyzwolenia wszystkich błąkających się w samsarze.

Twoje ciało odziane jest wspaniałymi szatami z wytwornego brokatu. To znak, że Twoje ciało zawiera w sobie czyste i doskonałe bóstwa ośmiu praktyk. Nosisz szaty dharmy koloru głębokiej czerwieni, znak Twojej moralnej praktyki niezwykle czystych ślubowań. Twoje ciało odziewa wspaniała imponująca szata. To znak, że panujesz nad tymi, którzy przebywają w samsarycznych światach bogów, nagów i ludzi.

W prawej dłoni dzierżysz złotą vajrę. To znak, że pięcioma najwyższymi i czystymi mądrościami niszczysz, tych, którzy próbują zwieść Cię błędnym poglądem. Twoja lewa dłoń trzyma czaszkę wypełnioną wyzwalającym eliksirem. To znak, że udzielasz praktykującym prawdziwego urzeczywistnienia. Blisko ciała trzymasz zakończoną trzema ostrzami katvangę, znak, że Twoja metoda i najwyższa mądrość są zawsze zjednoczone.

Twoje obydwie stopy pozostają w nieziennej pozycji siedzącej. To znak, że jesteś całkowicie nieoddzielny od dharmakayi. Spoczywasz na poduszkach z lotosu, słońca i księżyca. To znak, że pokonujesz na zawsze zaciemnienia samsary. Rozbrzmiewasz długie i krótkie dźwięki Hung, znak, że panujesz nad boginiami i dakiniami.

Otacza Cię tęczowa aura, z której wychodzą promienie światła. To znak, że poprzez współczucie prowadzisz do wyzwolenia tych, którzy błąkają się w samsarze. Padmasambhavo, synu Jina, Ty, który zawierasz w sobie wszystkich buddów, który dzięki wielu metodom prowadzisz do wyzwolenia błąkających się w samsarze. Padmasambhavo, wychwalamy Twoje ciało i składamy jemu pokłon.

JEJ SU LhA CZIAM MAN DA RA ŁA KAR
 JEJ PEJ DA DAR JON PEJ TSE BUM NAM
 CZI MED TSE JI LhA MOI NGO ŁOR ŻJUG
 JON DU JE SZJE TSO GJAL KU DOG MUG
 CZIAG NJI ThOD PEJ DUD TSI TSO LA TOB
 NJI KA CZED KJIL GJE PEJ NJAM SU ŻIUG

Po jego prawej stronie siedzi księżniczka Mandarava o białym ciele. W prawej dłoni trzyma strzałę ozdobioną jedwabnymi frędzlami, w lewej — imbryk długiego życia. Ma naturę bogini nieśmiertelności. Po jego lewej stronie siedzi Yeshe Tsogyal o kasztanowym ciele. Dwoma rękoma podaje Padmasambhavi kielich z czaszki pełen wyzwalającego eliksiru. Obydwie przepelnia szczęście.

DE CZIR PE MA DAB GJAD JAANG ŁEJI TEENG
 SZIAR DU TSO KJE DOR DŻJE KU DOG THIING
 RU GJEN KJIL TRUUNG DOR DRIL ThUG KAR NOL
 LhA CZIAM DE ŁEJ DAK KI NJAM PAR ThRIL

Za nimi na ośmiu płatkach rozwartego lotosu znajdują się: na wschodzie — Tsogye Dorje o niebieskim ciele. Nosi ozdoby z kości i siedzi w pozycji lotosu. Trzyma vajrę i dzwonek skrzyżowane na wysokości swojego serca. Jest w pełni zjednoczony ze swoją partnerką— radosną dakinią.

LHO RU PE MA SAM Bha KU DOG KAR
KU LA DAR MAR CHIE GU JEJ PA JI
KJAB DZIN JON PEJ CZIOG DZIN BhaN Dha NAM

Na południu siedzi Padmasambhava o białym ciele, który nosi czerwone szaty dharmy. Jego prawa dłoń uniesiona jest w geście ochrony, lewa trzyma kielich z czaszki w geście ofiarowania.

NUB TU LO DAN CZIOG SE KU DOG KAR
 KU LA BER KAR ŁU LA DAR ThOD SOL
 JEJ PEJ DA RU JON PEJ BhAN DhA NAM

Na zachodzie siedzi Loden Chogsae o białym ciele. Nosi biały płaszcz, a na głowie ma turban. W prawej ręce trzyma damaru, w lewej zaś kielich z czaszki.

DZIAANG DU PE MA GJAL PO KU DOG MAR
 KU LA BER MAR ŁU LA LA ThOD SOL
 CZJAG JEJ CZIAG KJU JON PEJ BhAN DhA NAM

Na północy siedzi Padma Gyalpo o czerwonym ciele. Nosi czerwony płaszcz i duży turban na głowie. W prawej ręce trzyma żelazny hak, a w lewej kielich z czaszki.

ShAR Lho NJI MA Y ZER KU DOG SER
 KU LA AANG RAG TAG ShAM RU GjEN TREJ
 CZIAG NJI NJI ZER DIG DZUB KhA TAM NAM

Na południowym wschodzie siedzi Nyingma Odzer o żółtym ciele. Nosi krótkie spodnie anrag, spódnicę ze skóry tygrysa i ozdoby z kości. Jedną ręką wykonuje gest poskramiania promieniami słońca a w drugiej trzyma tantryczny trójzab.

Lho NUB ShA KJA SEENG GE KU DOG SER
 CZIE GY NAM SUM TRUL KUI CZIEJ KJI GJAN
 CZJAG JEJ SA NON JON PA LhuUNG ZE NAM

Na południowym zachodzie siedzi Shakya Senge o żółtym ciele. Nosi suknię nirmanakayi zrobioną z trzech szat dharmy. Prawą dłonią dotyka ziemi, w lewej trzyma żebraczą miskę bhikshu.

NUB DZIAANG SEENG GE DRA DROG KU DOG ThiING
 ThRO TUM CHIEJ DZOG KU TOD SEENG PAG TRI
 CZIAG YEJ DOR DZI JON PEJ DIG DZUB DZE

Na północnym zachodzie stoi Senge Dradog o niebieskim ciele. Nosi pełny strój heruki, jego tors spowija skóra lwa. Prawą dłonią trzyma vajrę, lewą czyni gest poskramiania.

DZJAANG ShAR DOR DZI DRO LO KU DOG MUG
 MA RA AG TSOM MIN MA ME TAR BAR
 CZIE GY JON TRI MI GOI TREENG ŁEJ GjEN
 CZJAG NJI DOR DZI PhUR DZIN TAG MOI TRIR
 GJIING ŻJIING CZIOL TUM DRAG POI KU RU SAL

Na północnym wschodzie jest Dorje Drolo o czerwono-brązowym ciele. Jego zwierzęce wąsy, broda i brwi płoną niczym ogień. Wokół jego lewego ramienia przerzucone są szaty dharmy. Nosi naszyjnik z ludzkich czaszek. Trzymając vajrę i kilę a za tron służy mu tygryś. Jego dzikie i wściekłe ciało przyjmuje postawę zwycięzcy. Medytujcie w ten sposób.

DE JI CZI ROL DAK KI RIG ŻJI DAANG
 PA ŁO KIING DAANG RIG DZIN NAM PA ŻJI
 TA KRID GO KJOONG CZIE SUUNG DAM CZIAN TSOG

TONG SAL DAANG DEN MA GAG RIG PEJ TSAL
JE SZIE NJIING PO OD KJI KU RU SAL

Na zewnątrz są dakinie czterech kula, bohaterowie, przedstawiciele wraz z czterema rodzajami vidyadharów, Takhrid strzegący drzwi, orszaki strażników dharmy oraz dotrzymujący ślubowań. Promieniując pustką i przejrzystością tworzą nieprzerwany strumień naturalnej świadomości. Medytujcie na nich jako będących świetlistymi ciałami esencji pierwotnej świadomości.

Wydaje mi się, że w naszej kulturze pojawia się coraz większa świadomość tego, że tożsamość człowieka jest wieloraka. Chodzi o to, że każdy z nas posiada kilka osobowości, wiele różnych tendencji, które pojawiają się zależnie od sytuacji. W psychiatrii i psychoterapii coraz częściej mówi się o stanach na skraju rozdwojenia jaźni. Odnosi się to do osoby, która ma problemy z utrzymaniem jednolitego sposobu zachowania się podczas interakcji z otaczającym ją światem. Często mówimy o sobie: „Czasem jestem smutny, czasem wesoły, innym razem mogę być bardzo miły”. Jednak, jeśli nie mamy silnego poczucia podstawowej identyfikacji słabiej radzimy sobie z tymi odmiennymi stanami i bywa, że wymykają się one spod kontroli. Wtedy wpadamy z jednej tendencji w drugą, a dzieje się tak zwykle pod wpływem zewnętrznych bodźców takich jak napięcie czy agresja. Kultura wymaga od nas stabilizacji. Stabilizacja oznacza, że inni są w stanie przewidzieć nasze zachowanie. Pozwala im to poczuć się bezpiecznie i swobodnie w naszym towarzystwie. Jednak cokolwiek byśmy nie powiedzieli na ten temat, prawda jest taka, że nie jesteśmy zawsze tacy sami, nasza osobowość jest bardzo złożona.

Osiem manifestacji Padmasambhavy to metoda pokazująca jak w odmienny sposób reagować na różne sytuacje jednocześnie zachowując w sobie poczucie jedności. Powinniśmy spróbować zauważyć podobieństwo tej sytuacji cofając się nieco w przeszłość – do historii, kiedy istniał podział na mnichów, mniszki i świeckich ludzi. W miarę rozwoju tantry zaczęli pojawiać się także jogini. Jeśli jest się mnichem to nie należy się jednocześnie do grupy świeckich ludzi. Mnich klasztorny nie może w tym samym czasie być także joginem. Nie chodzi tu o to, że nie może praktykować jogi lecz o to, że będąc mnichem nie może w tym samym czasie prowadzić trybu życia jogina. Na tej podstawie można uznać, że są to trzy odrębne grupy ludzi, trzy kategorie a my decydujemy, do której z nich chcemy należeć. Jeśli zależy nam na tym, by przyjąć postawę, która będzie rozumiana przez ludzi to pewnie będziemy musieli porzucić wszelkie inne modele naszego postępowania. Jednak Padmasambhava pokazuje nam, że potrafi przybrać formę mnicha, jogina, jakiejś przerażającej istoty lub całkiem odwrotnie, bardzo uroczej postaci dobrotliwego króla. Różne przejawy manifestowania się w świecie zostają sprowadzone w jedno poprzez jedną podstawową osobowość, która niczym się nie ogranicza. To niezmiernie ważne. Otwiera się przed nami możliwość manifestacji nie kilku stanów wewnętrznych lecz jawienia się światu w różny sposób.

Pamiętacie może taką piosenkę: „I'm a woman”? Była bardzo popularna...nie pamiętacie? Nic nie szkodzi. To naprawdę fajny, mocny feministyczny utwór o kobiecie, która mówi o sobie: „Wstaję z samego rana, sprzątam mieszkanie, odprowadzam dzieci do szkoły, potem wracam i robię jeszcze dużo innych rzeczy”. Opisując swój dzień opowiada nam, że bycie kobietą to przyjmowanie wielu różnych ról – roli matki, kochanki, kobiety pracującej. Jest to oczywiście trudne zadanie, nie tylko dla kobiet ale i dla mężczyzn. W pracy musisz radzić sobie z wieloma problemami zawodowymi a kiedy wracasz do domu w drzwiach wita cię dziecko okrzykiem „Pobawmy się!” wtedy myślisz sobie „Błagam, zajmij się czymś, dopiero wróciłem z pracy!”.

Poruszając się w obrębie wielu modeli tożsamości, powinniśmy starać się w pełni zintegrować z jednym a następnie umieć go za sobą pozostawić, by wejść w następny. Jednak zwykle stapiamy się tylko z jednym stanem. Będąc w pracy żyjemy pracą a potem wracając do domu zabieramy ten stan ze sobą. Nasze umysły wciąż uwikłane są myślami o tym, co ktoś powiedział, co zrobił, a czego nie. Mimo, że jesteśmy już w domu, to tak naprawdę wciąż myślami jesteśmy w pracy. Wieczorem nasz partner ma ochotę na seks, a my myślimy sobie: „Jak mam się kochać skoro myślami jestem gdzie indziej, nie ma mnie tu a tym bardziej w moim ciele”. W taki właśnie sposób działa przywiązanie. Przywiązanie nie jest tylko świadomym pożądaniem czegoś i dążeniem do jego zdobycia. Jest czymś więcej. Oznacza wikłanie się w sytuację, bycie przez nie warunkowanym do tego stopnia, że nie potrafimy zostawić ich za sobą. W ten sposób trudno nam odnaleźć równowagę przeskakując z jednej sytuacji w drugą nie będąc w stanie zauważyć ich prostoty.

Powiedzieliśmy, że najważniejszą postacią w mandali jest Padmasambhava. Pozostałe postacie to jego manifestacje. Na tankach, ikonach tybetańskich, główna postać jest z reguły przedstawiana jako większa od innych. Ma to na celu ukazanie jej nadrzędnego znaczenia. Padmasambhava jest więc jak szef. Ważne jest byśmy przy tym zauważyli, że jego funkcja ma na celu wprowadzenie pewnej hierarchii i porządku, które zwykle gubią się w chaosie życia codziennego. Powracając do bóstw, każde trzyma jakiś przedmiot oznaczający określony rodzaj aktywności. Hak by sprawować kontrolę, dzwonek by poskromić przy pomocy mądrości itd. Spektrum pojawiających się postaci oznacza, że zostają wypełnione cztery rodzaje aktywności. Aktywności związane z *łagodzeniem to*: zaspakajanie głodu, zakańczanie wojen, powstrzymywanie katastrof, uleczenie chorób; *powodowaniem wzrostu*: poprawa zdrowia, zwiększanie majątku i szczęścia; *ujarzmianiem*: poskramianie wrogów i przeciwników, likwidowanie politycznych punktów zapalnych; *niszczeniem*: powstrzymywanie aktów agresji, złych intencji, usuwanie wrogości paranoidalnego ego. Struktura mandali pokazuje, że możliwe jest działanie na wielu płaszczyznach i nie będą one wzajemnie siebie wykluczać. Padmasambhava jest tutaj postacią kluczową i funkcjonuje jako źródło, jako punkt odniesienia.

Z nami jest podobnie, często znajdujemy w sobie taki punkt odniesienia, taką prawdziwą tożsamość. Uznajemy ją za coś, czym naprawdę jesteśmy. Kiedy zdarza nam się zachowywać inaczej niż zwykle, wtedy oddalamy się od tego punktu odniesienia, by potem znów do niego powrócić. Takie doświadczenie utraty podstawowej tożsamości może być przerażające. Można to porównać do stanu głębokiej depresji. Posiadanie punktu odniesienia, poczucia podstawowej identyfikacji, tożsamości ma bardzo duże znaczenie. Jednak nasze codzienne poczucie własnej tożsamości jest mocno uprzedmiotowione, stawiamy je w centrum i dodatkowo wzmacniamy wyobrażeniami snutymi na swój temat. Jest to nasz własny twór, który na co dzień podtrzymujemy poprzez myśli, słowa i czyny. W mandali chodzi zupełnie o coś innego. Główna postać i wszystkie pozostałe postacie posiadają taką samą naturę – Padmasambhava nie jest lepszy od innych. Dwie ostatnie linijki tekstu mówią, że wszystkie opisywane postacie są promiennością pustki i przejrzystości, bezustannym przepływem energii obecności. Wszystkie one są zarówno formą jak i pustką manifestując świetlistość naszej własnej natury, naturalnego stanu. Zatem mandala przedstawia stan absolutnej równości pomiędzy manifestacją a podstawą. Jednocześnie mandala pokazuje podział. Jest to podział ze względu na funkcje. Dla nas, żyjących w czasach przepełnionych rywalizacją zrozumienie tej kwestii jest bardzo istotne. Zatem najważniejszy będzie związek z podstawą, z dharmadhatu – to nazwiemy wyzwoleniem się. Mniej ważne staje się to jakie przyjmujemy role w życiu ponieważ one nie świadczą o naszej wartości – ta jest czysta od samego początku.

Jeśli ma się trochę czasu, dobrze jest spróbować poświęcić cały dzień na puje Dużego Rigdzina. W momencie, gdy dojdziecie do części, którą teraz omawiamy, przeczytajcie opis każdego z pojawiających się bóstw i postarajcie się zintegrować z tą częścią praktyki, pozostać z nią powiedzmy przez pół godziny. Zatem jeśli, tak jak mówi tekst, jako Padmasambhava przybieracie formę mnicha, możecie na przykład pijąc herbatę robić to w sposób bardzo subtelny. Następnie, gdy stajecie się Senge Dradrog lub Dorje Drolo to zamiast herbaty nalejcie sobie wielki kufel piwa, do tego krwisty kawałek surowego czerwonego mięsa np. wątróbki. W ten sposób rzeczywiście doświadczacie, jakie są pojawiające się manifestacje postaci, jaka jest ich forma ekspresji. Doświadczacie, że nie są one jedynie jakimiś abstrakcyjnymi koncepcjami. Zawierają w sobie zaproszenie do otwarcia się i wyrażenia sobą określonego rodzaju energii. Wcielając się w Dorje Drolo możecie wstać i głośno ryknąć tak, że naprawdę poczujecie tę energię w ciele, możecie doświadczyć jego rozpalających płomieni. Kiedy następnym razem, wykonując tę praktykę z innymi ludźmi, dojdziecie do tej części, te doświadczenia pojawią się w waszym ciele jako odczucia zmysłowe a nie jedynie jako poznanie intelektualne. Przez tę praktykę nie stajemy się kimś innym lecz doświadczamy pojawienia się w nas energii, która przybiera formę Dorje Drolo. Potem energia ta rozpuszcza się, a my możemy znów przybrać inną formę, która także się rozpuści.

c. Inwokacja

Inwokacja to Siedmiolinijkowa Modlitwa, do której dodane zostały trzy linijki.

HUUNG NGON GJI KAL PEJ DAANG PO LA
 UR GJEN JUL GJI NUB DZJAANG TShAM
 DhA NA KO ShEJ TSO LIING DU
 PE MA GE SAR DONG PO LA
 JAM TShAN CZIE GI NGO DRUB NJE
 PE MA DŽIUUNG NEJ ŽIE SU DRAG
 KhOR DU KhAN DRO MAANG PO DAANG
 RIG DZIN DRUB ThOB GJAM TSY KOR
 KhJE KJI DŽIE SU DAG DRUB KJI
 DŽJIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL
 GU RU PE MA SID Dhi HUUNG
 OM A HUUNG BENDZA GURU PE MA SA MA JA DZA DZA

Hung. W pierwszym z poprzednich eonów w północno-zachodnim krańcu krainy Urgyen, na wyspie na jeziorze Dhanakosha, w sercu kwiatu lotosu jesteś Ty, obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku dakiń, vidyadharów i sidhów.

Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu!

Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!

Niezniszczalny Guru Padmasambhavo o naturze trzech kayi, dotrzyмай swoich ślubowań i przybądź tu!

W bardzo odległych czasach, kiedy nie istniało nawet pojęcie czasu, na początku istnienia świata, który tak naprawdę nie ma początku, gdzieś na północnym zachodzie w krainie Urgyen, na wyspie położonej na jeziorze Dhanakosha urodził się Padmasambhava. Otaczają go dakinie, wielcy jogini i święci. Ten opis często pojawia się w inwokacji, znajdziecie go w niektórych tekstach tradycji nigmapy. Dobrze jest wspomagać swoją praktykę czytając teksty dotyczące życia Padmasambhavy. Ostatnio tłumaczy się coraz więcej tego typu tekstów. Dzięki nim można zrozumieć symboliczną i emocjonalną wartość Inwokacji. Następnie recytujemy trzy razy Modlitwę Siedmiolinijkową.

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DŽJAANG TShAM
 PE MA GE SAR DOONG PO LA
 JAM TShEN CZJOG GI NGY DRUB NJE
 PE MA DŽJUNG NEJ ŽIE SU DRAG
 KhOR DU KhAN DRO MAANG PY KOR
 KhJE KJI DŽIE SU DAG DRUB KJI
 DZJIN GJI LAB CZIR SZJEG SU SOL
 GU RU PE MA SID Dhi HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Urgyen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty —obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku

*Dakiń. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu!
Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!*

HUUNG HRI
UR GJEN JUL GJI GJAM TSOI NUB DZJAANG TSAM
PE MA TOONG DEN GE SAR ŽIAD PEI ŁU
DE SZJEG GJAL KUN ThUG DZIE TRUL PEJ KU
GU RU PE MA DZIUUNG NEJ ŽIE SU DRAG
DE TOONG GJE DE DAK KI DAM CZIEN CZJE
DEJ GU MY DUUNG LO JI CZIEN DREN NA
CZIOG CZIU GAR ŽIUG DAG PA SAANG CZIEN ŽJIING
NGA JAB ZAANG DOG PAL RI PhO DRAANG NEJ
UR GJEN ThOD ThREENG JAB JUM SZJEG SU SOL

Hung. Hri. W północno-zachodniej części oceanu krainy Urygen, w sercu otwartego tysiącplatkowego lotosu znajduje się emanacja współczucia wszystkich sugata jinów, znana jako Guru Padmasambhava. Są z nim ci, którzy posiadli radość szczęśliwości sunyaty— dakinie i dotrzymujący ślubowań. Pełni wiary i oddania prosimy — przebywający w dziesięciu kierunkach, w tajemnym królestwie pałaca Ngayab Zangdopalri, Urygen Thod Threng wraz z partnerką, prosimy przybądźcie tu!

DhA NA KO SZEJ JUL GJI TSO LIING NEJ
GU RU TSO KJE DOR DZIE ŽIEG SU SOL
MOONG PEJ MUN PA MA LU SEL DZAD PEJ
GU RU LO DEN CZIOG SE ŽIEG SU SOL

Z jeziora leżącego w krainie Dhanakosha — Guru Tsogye Dorje, prosimy, przybądź tu! Ty, który oczyszczasz wszelkie zaciemnienia głupoty — Guru Loden Chogsae, prosimy, przybądź tu!

SZIE DZIEJ CZIE LA LO DRY MA MOONG PEJ
GU RU PE MA SAM BhA ŽIEG SU SOL
KhAM SUM SID SUM ŁANG DU DUD DZAD PEJ
GU RU PE MA GJAL PO ŽIEG SU SOL

Ty, którego znajomości wszelkich zjawisk nic nie zaciemnia, Guru Padmasambhavo, prosimy, przybądź tu! Ty, który władasz trzema sferami i trzema światami, Guru Padma Gyalpo, prosimy, przybądź tu!

KJE MED RAANG DZIUNG JE SZIE DON TON PEI
GU RU NJI MA Y ZER SZIEG SU SOL
DUD ŽI ZIL NON LAM NAM ThAR CZIN DZAD
GU RU ShAK JA SEENG GE SZIEG SU SOL

Ty, który nauczysz natury niezrodzonej, samoistnej nieskazitelnej mądrości, Guru Nyingma Odzer, prosimy, przybądź tu! Ty, który przeraziłeś cztery rodzaje mar i osiągnąłeś wszystkie poziomy i ścieżki, Guru Shakya Senge, prosimy, przybądź tu!

MU TEG DUD PUUNG CZIE MAR LAG DZAD PEJ
GU RU SEENG GE DRA DOG SZIEG SU SOL
DRA GEG DAM SI MA LU DUL DZAD PEJ
GU RU DOR DZIE DRO LOD SZIEG SU SOL

*Ty który obracasz w popiół hordy tirthików i mar, Guru Senge Dradog,
prosimy przybądź tu! Ty, który ujarzmysz wszystkich wrogów, stwarzających przeszkody i
przeszkadzających w dotrzymywaniu ślubowań, Guru Dorje Drolo, prosimy, przybądź tu!*

DE TOONG GA ŻI OD PHUUNG BAR ŁEJ LOONG
 RIG DZIN PA ŁO DAK KI SZIEG SU SOL
 ThRIN LEJ ŻJI DRUB CZIE SUUNG DAM TSIG DAG
 KA SUUNG LEJ DZIED DAM CZJEN SZIEG SU SOL

Wy, przebywający w bezmiarze światła czterech radości szczęśliwości i pustki – vidyadharowie, virowie i dakinie, prosimy, przybądźcie tu! Wy, strażnicy dharmy niesplamieni naruszeniem ślubowań, wykonujący cztery działania. Strażnicy porządku, pracownicy, dotrzymujący ślubowań, prosimy, przybądźcie tu!

NAL DZIOR CZI NAANG BAR CZIE SAL ŁA DAANG
 CZIOG DAANG ThUN MOONG NGY DRUB TSOL ŁEJ CZIR
 CZIEN DREN NEJ DIR DRUB PEJ TAG TSEN TON
 BENDZA SA MA JA DZA DZA

Aby usunąć ze ścieżki joginów zewnętrzne i wewnętrzne przeszkody oraz aby udzielać urzeczywistnienia— ukażcie nam tu i teraz znaki i symbole praktyki. Dotrzymujcie swoich ślubowań vajry! Przybądźcie!

Po recytacji modlitwy do zwizualizowanej mandali zapraszamy czyste spontaniczne formy bóstw.

W tantrze wizualizuje się dwa aspekty bóstw: *samayasattva* lub *damtsigpa* i *jnana-sattva* (w Sanskrycie) lub *yeshepa* (po tybetańsku). Otrzymanie inicjacji to pozwolenie na wykonywanie wizualizacji. Oznacza to, że powinniśmy wykonywać ją regularnie i że poprzez nasze ciało, mowę i umysł otrzymaliśmy przekaz mocy, by wejść w stan zjednoczenia się z bóstwem. Dokładamy więc wszelkich starań by nasza wizualizacja była wyraźna, pragniemy stać się Padmasambavą. Wiemy jednocześnie, że Padmasambava przebywa w Zangdopalri lecz nasza głęboka wiara sprawia, że wysyła on do nas swoją czystą formę *yeshepa*. Jest to bezwysiłkowa naturalna forma, spontaniczna manifestacja mądrości.

Na początku, gdy wykonujemy wizualizację mandali pracujemy z aspektem *damtsingpa*. Zgodnie ze ślubowaniem złożonym podczas inicjacji próbujemy przywołać wizerunki postaci opisanych w tekście. Natomiast w momencie, gdy recytujemy inwokację zapraszamy *yeshepę* by zjednoczył się z *damtsingpą*. Jeśli wykonujecie tę praktykę samemu możecie wiele razy recytować Siedmiolinijkową Modlitwę. Róbcie to z oddaniem, głęboką wiarą starając się poczuć jak energia bóstw ożywia waszą wizualizację.

Nie jest to kostiumowa próba generalna przed spektaklem, to naprawdę się dzieje. Módlcie się dopóki obecność Padmasambhavy nie stanie się waszym żywym doświadczeniem, poczujcie go w swoim ciele, a umysł stanie się zrelaksowany i otwarty. Odczytujemy opis Padmasambhavy i staramy się doświadczyć wizualizacji siebie jako Padmasambhavy wraz z

całą mandalą, która staje się od niego nieodłączna. Możecie wyobrazić sobie czyste formy rozpuszczające się w promieniach światła lub podobne do śniegu roztopiającego się w wodzie. Zarówno dualność całej misternie zbudowanej wizualizacji jak i jej spontaniczna manifestacja rozpuszczają się, gdy dochodzi do ich zjednoczenia.

Podobieństw do tej sytuacji można doszukać się w chrześcijaństwie. Podczas mszy ksiądz, jako osoba, która przyjęła śluby i święcenia, przygotowuje hostię. Poprzez misterium mszy dochodzi do przemiany i wyświęcenia hostii, dzięki czemu Chrystus jest w niej obecny. W historii chrześcijaństwa często pojawia się pytanie, czy mamy do czynienia raczej z metaforą czy obecność Chrystusa w hostii jest prawdziwa. Czy jest to rzeczywiście krew Chrystusa czy może jej symbol? W praktyce, którą omawiamy zauważymy podobne elementy. Jeśli uwierzmy, że wszystko dzieje się naprawdę to praktyka przyniesie nam więcej korzyści. Oczywiście można traktować wszystko symbolicznie, lecz zdecydowanie lepiej jest po prostu głęboko wejść w to, co się dzieje i potraktować to jako rzeczywistość.

Zaproszenie do Spoczęcia

HRI DE TONG RAT NA BAR ŁEJ KJIL KhOR DU
 CZIAG MED PE MA ThAB SZIE NJI DEJ TEENG
 GJE PAR ŻIUG LA BAR CZIE SAL ŁA DAANG
 CZJOG ThUN NGY DRUB TSOL CZIR TEN PAR ŻIUG
 BEN DZA SA MA JA TISZTA LhEN

Hri. Zasiądźcie w promieniującej światłem drogocennej mandali szczęśliwości i pustki, w sercu lotosu wolności od pożądania, na słońcu i księżycu najwyższej mądrości i współczucia. Pozostańcie tutaj aby usunąć wszelkie przeszkody, i udzielić nam pełnego urzeczywistnienia. Dotrzymujcie swoich ślubowań vajry. Zostańcie tu.

Po przemianie w bóstwo (Padmasambhavę) możemy już zaprosić samych siebie do stołu: „Padmasambhavo, usiądź proszę”, „O, dziękuję bardzo”. Słowa SA MA JA TISZTA LHEN, oznaczają prawdziwe i całkowite zjednoczenie *damtsigpa* i *yeshepa*. Najpierw zapraszamy je do przybycia a potem witamy. By móc przyjąć więcej gości potrzebujemy automatycznie także więcej miejsca, odsuwamy się więc na bok przedkładając *damtsigpa yeshepa* nad samego siebie. Potem następuje ofiarowanie pozdrowienia.

HRI DU SUM GJAL ŁEJ ThRIN LEJ CZIG DU SZIING
 DRO NAM RIG DZIN SAR KOD RIG KJI LhA
 NA TSOG ThRIN LEJ DRUB PEJ RAANG ŻJIN LA
 DAG CZIAG RAB GU DUUNG ŁEJ CHIAG TSAL LO
 A TI PU HO PRA TI TSA HO

Hri. Kłaniamy się z niewzruszoną wiarą i oddaniem działaniom wszystkich buddów trzech czasów zjednoczonych w jednym. Kłaniamy się bóstwu rodziny lotosu, które doprowadza wszystkie istoty do

poziomu vidyadhary. Tobie, który posiadasz naturę wypełniania różnych działań, składam pokłon, najgłębszy pokłon.

W kolejnym etapie wykonujemy pokłon odnajdując schronienie w sobie, czyli w postaci Padmasambhavy. Być może znacie twórczość Walta Whitmana. W jednym ze swoich wierszy pisze: „Śpiewam pieśń o sobie samym”. W kulturze, w której żyjemy ludzie raczej są przewrażliwieni jeśli chodzi o podobne przejawy dumy i narcyzmu. Dzieciom wpaja się przecież, że należy raczej mówić o zaletach innych ludzi a nie wychwalać swoje. Tantra to co innego, słowa *LHA 'I NGA GJAL* zachęcają do odczuwania zadowolenia i dumy związanej z utożsamianiem się z bóstwem. Jest to pewnego rodzaju antidotum dla wszystkich znanych nam samsarycznych obiektów, w których na co dzień przyjmujemy schronienie. Duma, o której tu mówimy jest całkowicie bezpiecznym odczuciem, ponieważ natura bóstwa to mądrość i współczucie. Mądrość owa wynika ze zrozumienia pustki, braku wrodzonej natury a zatem nie ma zagrożenia, że duma z nią związana urośnie do potężnych rozmiarów. Ona po prostu pojawi się a potem rozpuści.

d. Ofiarowanie

HRI TSA SUM DAG NJID RIG DZIN KJIL KHOR DU
LhA DZEJ NA TSOG CZI JI CHOD PA BUL
RAANG DZIUUNG NAM DAG NAANG GI CZIE PA BUL
THUG DAM GJE KAANG NGY DRUB DEENG DIR TSOL

Hri. Mandali vidyadhary o naturze trzech korzeni prezentujemy zewnętrzne ofiary z wielu różnych przedmiotów bóstw. Ofiarujemy także powstające same z siebie, całkowicie czyste wewnętrzne ofiary. Oby Wasze umysły i ślubowania zostały w pełni zaspokojone. Udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia, tu i teraz!

Kolejna strofa dotyczy ofiar zewnętrznych, następna zaś wewnętrznych.

GURU PE MA SAPARI ŁARA BENDZA ARGhAM PhADJAM PUPE DhYPE
ALoke GANDhE NEŁIDJE ShABDA AA HUUNG

Padmasambhavo, Tobie i Twojej mandali ofiarujemy vajra wodę do picia, wodę do obmywania stóp, kwiaty, kadzidła, lampki, wonności, pożywienie, dźwięki. Przyjmijcie te ofiary – czyste w sunyacie.

MA HA SAR VA PAN TSA AM RI TA KhA RAM KhA HI
MA HA BhA LIING TA KhA HI
MA HA RAKTA KhA HI
MA HA SAR ŁA PU TSA KhA HI

Spożywajcie wszystkie pięć wspaniałych wyzwalających eliksirów! Spożywajcie te wspaniałe ofiary. Spożywajcie tę wspaniałą raktę! Spożywajcie te wszystkie wspaniałe rytualne ofiary!

W tej chwili następują tajemne ofiary zjednoczenia i wyzwolenia.

HRI NAANG TONG DZIOR ŁEJ DE CZIEN DZIANG CZJUB SEM
GA ŻJI JE SZIE NJAM DZIOR RO CZIG DZEJ

NGA DAG TSEN MA DRAL ŁEJ RU DREJ DZEJ
 JING SU BU LO RO CZIG NGAANG DU ŻIE

*Hri. Zjednoczenie zjawisk i pustki to bodhicitta wielkiej szczęśliwości, ofiara o jednym smaku
 zjednoczenia pierwotnej
 mądrości czterech radości a także ofiara ze zwłok demona, które wyzwalają/niszczą chwytające myśli.
 Oto ofiary, które składamy w dharmadhatu. Prosimy przyjmijcie je w stanie jednego smaku.*

Pustka i forma jednoczą się, są nierozłączne. Ten związek można porównać do seksualnego zjednoczenia, ono również jest źródłem przyjemności. Nie chodzi tu jednak o czystą przyjemność płynącą z seksu lecz o nieustającą radość oświecenia. Cztery radości, o których mówi tekst to radość ruchu połączonej męskiej i żeńskiej energii w górę kanału centralnego a potem z powrotem w dół. Dzięki temu cała energia zostaje wyrównana, wszystko pozostaje w równowadze, spokoju i otwartości. To połączenie jest podstawą do zrozumienia idei jednego smaku.

Dobrze wiecie, że po udanym seksie zwykle czujemy się lepiej. Kiedy się kochamy i potrafimy całkowicie oddać się temu w atmosferze ciepła i wzajemnego szacunku, to gdy pojawia się orgazm doświadczamy rozpuszczenia i otwarcia. Jest to proces, który pozwala wszystkim, nawet najmniejszym komórkom naszego ciała na relaks. Dzięki temu cali czujemy się odprężeni i stan ten pozostaje z nami jeszcze później. Im bardziej potrafimy utrzymać skupienie na fakcie bycia z drugą osobą, na pracy z formą i pustką, doznaniem i pustką, tym więcej energii możemy wygenerować. Tym samym pojawia się większe otwarcie a my czujemy się o wiele lepiej. Możecie to potraktować jako metaforę lub rzeczywiście spojrzeć w ten sposób na akt połączenia seksualnego. Ofiarujemy radość rozpuszczenia się barier między nami samymi a innymi. Ofiarujemy radość rozpuszczenia się form oraz dualności a razem z tym doświadczenie zintegrowanego zjednoczenia się tego, co się pojawia.

Trzecia linijka mówi o wyzwoleniu, o zabiciu ograniczeń i zaciemnień naturalnego stanu. *NGA DAG* znaczy „Ja sam” i wiąże się z silnym poczuciem „ja”. *TSEN MA*, z kolei, to pewien znak, oznaczenie. Może być traktowane jako magiczny środek, jakaś reprezentacja. Pojęcia „ja”, „moje” takie właśnie są – są tylko pojęciami. Poprzez proces konceptualizacji tworzymy sobie obiekty, powstają one dzięki sile naszego własnego definiowania rzeczy. Używając tej metody nadajemy rzeczom wrodzoną naturę, której nie posiadają. Oznacza to, że to energia umysłu tworzy iluzję istnienia prawdziwych samodzielnych form. Dotyczy to także poczucia urzeczowiania własnego ja. To jest właśnie ten demon, którego chcemy zabić. Posiadamy w sobie cechę, która powoduje, że to my jesteśmy demonami tworzącymi samsarę. To nasze przywiązanie i wiara w tworzenie wrodzonej natury – one budują samsarę.

Ponieważ przywiązanie jest naszym demonem inni ludzie także mogą stać się naszymi demonami. Głównym demonem, tym, od którego wszystko się zaczyna jest nasze przywiązanie i nadmierne zaangażowanie. Przeanalizujmy tę sytuację. Ja mam tendencję do szufladkowania, kategoryzowania i jeśli np. Robert zrobi coś, co pobudzi moją tendencję, to w tym momencie on staje się dla mnie demonem. Dzieje się tak, dlatego, że mój wewnętrzny demon został rozbudzony przez to, co zrobił Robert. Nie ma mowy o sytuacji „albo/ albo”, nie jest tak, że jedno z nas – albo ty albo ja jesteśmy demonami. Prawdziwy demon to dualizm i to on właśnie łączy dwie rzeczy, zarówno we mnie jak i w Tobie tworzy realne byty. Kiedy obydwa się zderzą dochodzi do spięcia. Na tym właśnie polega cierpienie samsary. Te spięcia nazywamy demonami ponieważ nas niepokoją, prowadzą do cierpienia.

Czasem w życiu jest tak, że musimy zdecydować się porzucić coś, co robimy, odciąć to. Ludzie często skarżą się: „Nie mogę zebrać się w garść”. Pytamy ich wtedy, z jakiego powodu a oni odpowiadają nam, że to dlatego że są leniwi. W tej sytuacji jedyne, co możemy im poradzić to po prostu powiedzieć, żeby przestali takimi być. Nic więcej. Terapeutom –takim jak ja płaci się żeby spędzali godziny zastanawiając się dlaczego ktoś jest leniwy, dlaczego nie udaje mu się zrealizować swoich życiowych marzeń i zrobić ze swoim życiem to, co by chciał. Budda jednak powiedział, człowiek któremu strzała wbiła się w ramię nie zastanawia się skąd pochodzi ta strzała ani kto i z jakiego drewna ją zrobił. Po prostu próbuje ją wyciągnąć. Na podstawie tego przykładu widać, że buddyzm i psychoterapia nie mają wiele wspólnego. Buddyzm mówi, że przyczyną cierpienia jest nasza własna postawa a nie to, jak wychowali nas rodzice. Najważniejsze jest byśmy się ocknęli i wzięli odpowiedzialność za sytuację w jakiej się znajdujemy. Musimy przestać marnować czas na obwinianie innych i wreszcie zrobić coś, co zmieni nasze położenie. Tekst mówi, że powinniśmy zabić demona. Nie uda nam się go zmienić czy uczynić wyznawcą Buddyzmu. Chcemy by on się rozpuścił i przestał nas dręczyć. Marnujemy mnóstwo czasu stawiając sobie pytania: „Co?” „Dlaczego?” i „Jak to możliwe?”. Zdecydowanie lepiej byłoby zatrzymać się i zapytać „Co powinienem zrobić?” i „Co powstrzymuje mnie przed zrobieniem tego?” „Jak powstrzymać to, co mnie powstrzymuje? Potem po prostu zrób to, co powinieneś.

Kiedy mieszkałem w domu C.R Lamy udało mi się zaobserwować, że związek C.R Lamy i jego żony nie należał do „łatwych”. Żona C.R Lamy często mówiła: „O zobacz wydarzyło się to, tamto”. Wtedy C. R Lama odpowiadał: „Zostaw to wszystko (*yuk sha*), zostaw, chodź napijemy się herbaty”. Chodzi o to, żeby zostawić, odciąć, bo jeśli trzymamy wszystko w sobie i wszystko w nas wrze to można zwariować. Ten powiedział to, tamten co innego, a co my z tym zrobimy, bla bla bla... i tak bez końca.

Gdy pławimy się w swoich emocjach, a robimy to, bo wydają nam się najważniejsze na świecie, pojawiają się pewne odczucia i natychmiast chcemy się nimi z kimś podzielić. Staje się to dla nas bardzo ważne. Wtedy mówimy na przykład: „Wiesz, bardzo zabolęło mnie to,

co powiedziałaś”. Takie działanie jest jak zaspakajanie pragnienia słoną wodą. Na początku odczuwa się pewną ulgę ale już za chwilę pojawia się mocniejsze pragnienie. Podobnie my, mamy więcej i więcej do powiedzenia i zrobienia. Jeśli pragniemy trwałego szczęścia to musimy zdecydować się na odcięcie łańcucha przywiązania, zaangażowania i identyfikowania się z rzeczami.

Ofiarowanie Poglądu

HRI ŽJI JIING TRY DRAL NJAM PEJ JE SZIE LA
 GAG DRUB DZIN PA KUN DRAL DE ŽHIN NJID
 KHOR DEJ CZIE CZIEN CZIY NJID RIG DZIN LOONG
 ThA DRAL CHIE ZAD TA ŁEJ CZIE PA ŽIE
 BO Dhi TSIT TA SAR ŁA PU TSA HO

Hri. Prostota wymiaru podstawy, prostota pierwotnego, jednolitego doświadczenia; prawdziwa rzeczywistość wolna od wszelkiego chwytania, powstrzymywania czy wspierania. Prosimy przyjmijcie ofiary poglądu nieograniczonego wyzwolenia zjawisk, w którym zarówno samsara i nirvana, przywiązanie i naga rzeczywistość są wymiarem obecności.

Ten fragment jest niezmiernie istotny, bo mówi o tym, na co powinniśmy spróbować się obudzić. Podstawą wszystkiego, całej samsary i nirwany jest bezkresny wymiar, który nie posiada początku ani końca, jest wolny od jakichkolwiek ograniczeń. Kiedy przebywamy w tym stanie, manifestuje się niepowtarzalne doświadczenie, że wszystko, co się pojawia jest równe, takie samo. Kupując w sklepie mleko wiemy, że w każdym kartonie jest ono takie samo. Mleczarz może nawet zagwarantuje nam, że mleko w każdym z tych kartonów jest identycznej jakości. Jednak nie o to tu chodzi, tekst nie o tym mówi. Nie chodzi o jednolitą równość. Tekst mówi, że rzeczy są dokładnie takie jakie są, ujawniają swoje różnice lecz ich wrodzona natura jest zawsze taka sama ponieważ jest nią pustka. Z tego powodu mówi się, że jogin wobec złych czy dobrych okoliczności pozostaje zawsze taki sam. Jeśli więc jesteś szczęśliwy to po prostu taki bądź, bądź szczęśliwy w pustce. Gdy dopada cię smutek to pozostań smutny lecz w smutny w pustce. Pamiętaj, że nie chodzi tu o to, by utożsamiać się z daną sytuacją czy doświadczeniami conceptualnymi¹³.

Dla przykładu, szczęście to rodzaj nastroju, może być jak kolor, który przesuwa się w przestrzeni doświadczenia. To samo dzieje się, gdy jesteśmy smutni. W rzeczywistości to nie my jesteśmy smutni ponieważ smutek jest po prostu nastrojem i jest nietrwały. Też jest jak kolor przesuwany się w przestrzeni doświadczenia. Siedząc tu w pokoju odczuwamy ciepło, bo świeci słońce. Po chwili słońce zajdzie i w pokoju zrobi się chłodno. Najpierw myśleliśmy: „Ale tu gorąco” i otworzyliśmy okno. Po chwili już myśleliśmy „ Zrobiło się zimno, może włączymy ogrzewanie”. Kiedy doświadczenia tego rodzaju chwytają nas oznacza to, że jesteśmy daleko od wspomnianego stanu „równości”. Zostajemy schwytni przez nawykowe reakcje a wtedy identyfikujemy się z chwilą jak gdyby była ona jedyną absolutną

rzeczywistością. Będąc obecnymi w stanie „równości” – balansu, możemy być smutni gdy rzeczywistość jest nam smutno i szczęśliwi kiedy jest nam dobrze. Niby wszystko wygląda podobnie do tego, o czym była mowa wcześniej, ale jednak to nie to samo. Zrozumienie tego przyjdzie wraz z praktyką.

Druga linijka mówi, że rzeczywistość jest wolna od wszelkiego chwytania się chociażby najmniejszej możliwości odpychania rzeczy, których nie lubimy i przyciągania rzeczy, które nam się podobają. W życiu zdarza się czasem, że musimy angażować się i interweniować w sytuację lub po prostu pozostawić ją taką jaka jest. Ważne jest więc, abyśmy wiedzieli, kiedy warto jest o coś walczyć. To jak postępujemy często zależy od tego jakie mamy tendencje. Są ludzie z natury gniewni, mający w sobie element ognia, skłonni do takiej manipulacji otoczeniem, by dostać to, czego chcą. Sami zaś dość szybko odczuwają na sobie presję innych. Takie osoby powinny pracować nad tym, by nauczyć się większej akceptacji. Są też ludzie, którzy łatwo się poddają i niemal na wszystko się zgadzają. To osoby mające w sobie dużo elementu wody. Za bardzo dopasowują się do innych. Zamiast tego powinni wreszcie wyostrzyć zęby i zacząć gryźć.

Postarajcie się dobrze zrozumieć przesłanie tego tekstu. Kiedy mówimy „bądź wolny od przyciągania i odpychania” to nie znaczy, że odpychanie i przyciąganie w ogóle się nie wydarzają. To jest niemożliwe, nie dałoby się tak żyć. Jeśli będziecie próbować zrozumieć te słowa zbyt dosłownie to okaże się, że nie wolno wam ani mówić „tak” ani mówić „nie”. Wtedy nawet proste pytanie „Czy napijesz się herbaty?” wywoła w was niemalże paraliż. Tekst mówi, że jeśli uznajecie wszystko za bardzo rzeczywiste, to wasze odpychanie będzie wynikało z tego, że czegoś nie lubicie a przyciąganie z tego, że coś wam się bardzo podoba, chcecie to mieć. Taka postawa nie jest właściwa bo każde z tych odczuć staje się prawdziwe i bardzo intensywne i rzeczywiste. W sercu wszystkiego jest pustka. Starajcie się ją zrozumieć, studiujcie pustkę, badajcie ją poprzez nietrwałość codzienności.

Zrozumienie vidyadhary czyli natury rzeczy nie dzieli świata na samsarę i nirvanę czy podmiot i przedmiot. Nie ma żadnych granic, co znaczy że nie ma nic, przed czym musimy uciekać. Możemy pochłonąć cały świat, przeżywać go nie jako wielcy bohaterowie lecz jako pełna przestrzeni obecność. Ten pogląd zakłada, że zjawiska (czyli wszystko, co wydaje się posiadać wrodzoną naturę, rzeczy które jawią się jako istniejące same z siebie) tak naprawdę nie istnieją. Przestajemy doświadczać zjawisk. Taki właśnie pogląd ofiarujemy.

Kiedy siedzicie w kinie, najpierw widzicie przed sobą biały ekran, potem pojawia się na nim film, a za chwilę wy wciągnięci w ten film. Możecie sobie doskonale zdawać sprawę, że ten film to tylko film ale jeśli jest on naprawdę niezły to zaczyna was bardzo wciągać i łatwo zapomnieć, że jest to jedynie film. Praktykując tantrę staramy się doświadczyć samsary jako filmu jednocześnie zachowując świadomość, że jest to właśnie film. Jest to bardziej skomplikowane niż może się wydawać, bo przecież nie siedzimy w kinie i nie oglądamy

sobie filmu. Tak naprawdę to jesteśmy w tym filmie, uczestniczymy w nim jako aktorzy. Wykorzystujemy to w medytacji i dlatego czasem stajemy z boku jako obserwatorzy – zupełnie jak na widowni, a czasem stajemy się bardziej aktywnymi uczestnikami.

Na końcu jest ofiarowanie niedualnego stanu, które przypieczętowane zostaje mantrą ofiarowania.

e. Wychwalanie Trzech Kayi

HRI MA CZIE TRY DRAL LA MA CZIE KJI KU
DE CZIEN LOONG CZIE DZOG KU PE MA DZJUUNG
NA TSOG NAM ROL ThAB GJI DRO ŁA DUL
KU SUM DAG NJID PE DŻJUUNG DŻIE LA TOD

Hri. Guru wolny od sztuczności i dualizmu to dharmakaya. Sambhogakaya wielkiej szczęśliwości to Padmasambhava. Ukazując wiele różnych emanacji nauczasz istoty. Wychwalamy szlachetnego Padmasambhavę posiadającego naturę trzech kayi.

Kiedy już odczuwamy obecność bóstw, powinniśmy oddać im cześć, bo przecież cieszymy się, że do nas przybyły i darzymy je wielkim szacunkiem. Kiedy jeszcze jako młodzieniec podróżowałem po Afryce i Azji, zaskoczyło mnie to, że dla kultur głęboko opartych na tradycji ogromną rolę odgrywa szacunek. W naszej kulturze ludzie chcieliby być bardzo wyluzowani i niczego nie traktować poważnie. Dlatego mają problemy, by docenić osiągnięcia innych ludzi. Ta praktyka to prawdziwa transformacja a nie jakaś tam paplanina. Tekst ten ma na celu nam to uświadomić.

Oddawanie czci odwołuje się do starej buddyjskiej tradycji i jest bardzo ważnym elementem. Pierwotnie do tego właśnie sprowadzało się wychwalanie postaci Buddy. We współczesnej tradycji theravady nie pojawia się element wizualizacji Buddy ani żaden inny element praktyk tantrycznych. Mimo to praktykujący recytują podobne wersy wychwalające Buddę. Dawniej oddając cześć królowi podkreślało się różnice między królem a zwykłymi ludźmi. Chodzi tu o różnice w hierarchii. W chwili obecnej, pomimo demokracji i równości, istnieje wiele podziałów między ludźmi. W praktyce ważne jest, żeby być w stanie osiągnąć zrozumienie obu poziomów jednocześnie. Dążymy do zjednoczenia się z Padmasambhavą i doświadczenia tego stanu. W tym samym czasie próbujemy zrozumieć własne ograniczenia i poprzez oddanie czci guru staramy się naśladować go i rozwijać jego właściwości w sobie.

Hri to sylaba nasienna z rodziny lotosu. Potem linijka, którą już znamy MA CZIE TRY DRAL LA MA CZIE KJI KU. Dharmakaya to guru całkowicie wolny od błędu, dodatków, twórców ludzkiego umysłu. Linijki DE CZIEN LOONG CZIE DOG KU PE MA DZIUUNG są nieco zmienioną wersją klasycznej modlitwy i przedstawiają Padmasambhavę jako formę sambhogakayi a nie tak jak to było w poprzednim przekładzie, jako formę nirmanakayi. Studiującym buddyzm tybetański może sprawiać trudność, fakt, iż bóstwa i terminy w

różnych kontekstach mogą mieć różne znaczenie i funkcje. Chociaż mówimy, że dharmakaya to Amitabha, sambhogakaya to Chenrezi, nirmanakaya to Padmasambhava to może być tak, że Padmasambhava jest jednocześnie dharmakayą, sambhogakają i nirmanakayą. W naszym tekście jego forma sambhogakayi jest szczególnie zaznaczona. Nie oznacza to, że Padmasambhava jest raz tym a drugi raz tamtym, po prostu manifestuje się na trzy różne sposoby i pozostaje nieuchwytnym bytem.

Ponieważ podstawą w buddyzmie jest pustka jest on antydogmatyczny. Chociaż wielu uczonych w dogmatyczny wręcz sposób obstaje przy swoim zrozumieniu pustki, to w rzeczywistości pustka nie może być dogmatem. Prawdziwa natura pozostaje poza wszelkimi pojęciami i cokolwiek byśmy o niej nie mówili to zawsze będzie to jedynie symboliczna reprezentacja pustki, nigdy sama pustka.

Druga linijka tego fragmentu to słowa: *DE CZIEN LOONG CZIE DOG KU PE MA DZIUUNG*, czyli sambhogakaya, której jakością to wielkie szczęście. Jest nim Padmasambhava. Sambhogakaya opisana jest jako *DE CZIEN*, czyli pełna szczęścia i radości. To dlatego, że naturą ignorancji, gdzie tak naprawdę nie wiemy kim jesteśmy, jest to, iż naszą podstawą nie jest pustka lecz poczucie własnego ja. A w poczucie tego ja właśnie, które nie jest prawdziwe wpleciona jest obawa. Zatem kiedy decydujemy się wejść w interakcje ze światem zewnętrznym i nawet zanim jeszcze do tego rzeczywiście dochodzi pojawia się mnóstwo obaw i oczekiwań. Wrodzona głupota¹⁴ staje się podstawą dla pojawienia się tego pierwotnego strachu, a potem pojawia się Igniećcie i odpychanie. Wszystko to dzieje się zanim jeszcze zaangażujemy się w konkretne działanie. W sambhogakayi podstawą nie jest wciąż rozedrgane poczucie ja lecz otwartość dharmakayi, która poruszona i pchana energią w kierunku manifestacji przychodzi w stanie pełnego relaksu. To właśnie staje się podstawą dla słów *DE CZIEN*

Trzecia linijka mówi na *TSOG NAM GJI DRO ŁA DUL*. Oznacza to, że dla dobra wszystkich istot spontanicznie pojawia się wiele manifestacji. Tak właśnie pojawia się energia sambhogakayi – w postaci wielu różnych form. Wyraz *DUL*, jest połączony z *DULŁA*, z vinayą – zbiorem zasad stworzonych dla mnichów i mniszek. Chodzi tu o narzucenie pewnych ograniczeń, nadanie kierunku. Po polsku powiemy „zdyscyplinowanie”. Mowa o tym, że wszystkie istoty, bez względu na to, czy jest to pies, kot, bóg czy demon nie posiadają nad sobą kontroli. Weźmy przykład takich rolników, którzy wydają się wieść bardzo ułożone, ustabilizowane, pełne dyscypliny życie, którzy doją krowy, ścinają trawę. W rzeczywistości nie kontrolują swojego życia. Nawet generał – dowódca armii, którego życie wydaje się być pełne zasad wcale nie posiada kontroli. „Kontrola, dyscyplina” w kontekście, o którym mówimy oznacza, że energia karmy musi zostać skierowana w pustkę i z nią się zintegrować.

Ponieważ nie da się ludzi tak po prostu popchnąć w odpowiednim kierunku, wprowadzenie dyscypliny, o której mowa jest bardzo trudne. Tak samo, jak z niektórymi dziećmi, jeśli chce się przejąć nad nimi kontrolę to na jedne trzeba krzyknąć żeby się uspokoiły, a dla drugich trzeba być bardzo miłym. Jednakże próba uspakajania dziecka krzykiem jest oznaką bezradności. Być może dziecko zareaguje na nasz krzyk i ucichnie w bezruchu lecz wewnątrz będzie wciąż rozedrgane. Zatem *DULŁA* oznacza tutaj zmniejszenie wibracji energii dualnej po to, by możliwe było sprowadzenie jej i odprężenie w pierwotnej pustce. Wtedy zmanifestują się trzy kaje. Oczywiście można próbować kontrolować swoje zachowanie poprzez wprowadzenie pewnych reguł i zasad. Pozostaje to w obrębie struktury dualnej, bo zmuszamy się do zachowania spokoju, mówimy sobie sami, że będziemy opanowani. Dopóki w taki właśnie sposób postępujemy, dopóty będzie to przyczyną dla powstawania nowej karmy.

Mówi się, że współczucie, o jakie chodzi w buddyzmie jest bardzo trudne. Współczucie to pomaganie innym rozpoznać naturę ich własnego pomieszania. Żyjąc w zgodzie z dharmą i nauczycielami podejmujemy wysiłek aby uspokoić pomieszany umysł. Kiedy nasze życie płynie gładko bez większych problemów, to bardzo trudno dostrzec, że w ogóle jest coś, nad czym musimy popracować. Wyrzeczenie to tak naprawdę początek pracy nad sobą. I nie oznacza to, że nagle przyjmujemy mnisię ślubowania, nie o to tu chodzi. Chodzi o coś znacznie trudniejszego, wystawienie się na sytuacje, w których jesteśmy podatni na różnego rodzaju pokusy. Dzięki temu, że w takiej sytuacji zrzucamy z siebie wszystkie te warstwy ochronne możliwe jest dostrzeżenie, że życie tak naprawdę wymyka się nam spod kontroli.

W czwartej linijce, wychwalamy Padmasambhavę, który jest manifestacją i integracją trzech kaji. Co do wizualizacji, to Padmasambhava ukazuje się w ośmiu formach, ale może się ich także pojawić setki, tysiące a nawet miliony. Nigdy tak naprawdę nie dowiemy się kim jest Padmasambhava bo nie jest on obiektem, który można poznać. Wymyka się nam. Nie posiada on jednej jedynej i prawdziwej formy. Nie jest też tak, że na różne okazje wkłada inny kostium. Jego manifestacje pojawiają się zależnie do sytuacji i w każdej z tych sytuacji zawsze jest on prawdziwy – prawdziwy Padmasambhava. Podobnie jest w naszym życiu, w różnych sytuacjach zachowujemy się w różny sposób. Oblicza, jakie przyjmujemy to manifestacja naszej karmy. To jak się zachowujemy jest uzależnione od wzajemnej interakcji różnych czynników zewnętrznych i wewnętrznych. W danej sytuacji przyjmujemy określoną postawę ponieważ jest to jedyne, co potrafimy zrobić. Z kolei Padmasambhava przybiera różne formy ponieważ my tego potrzebujemy. Często nie różnią się od tych, które przyjmujemy my sami lecz zasadnicza różnica między nami a nim tkwi w przyczynie dla pojawienia się danej manifestacji. Istotne czy dotyczy ona przywiązania do „ja” czy raczej jest przejawem altruizmu i otwartości.

Mówiąc o różnych formach Padmasambhavy ciekawe jest, że raczej nie wyobrażamy sobie jego w postaci zamiataacza ulic, pielęgniarki czy kogoś, kto robi zakupy w supermarkecie. Chociaż nie spotkamy się z tym podczas puji to można spotkać Padmasambhavę przybierającego nawet takie formy. Pamiętajcie, że w puji Padamasambawa pojawia się jako postać wzniosła, którą wychwalamy jednak nie są to jedyne oblicza Padmasambhavy. W rzeczywistości nie sposób sobie nawet wyobrazić jakie formy mógłby przyjąć mimo tego, że spotykamy się z nimi na co dzień. Zwykle uważa się, że współczucie może pochodzić tylko od jakiejś wyższej istoty, która zsyła je na niższe. Tak naprawdę, współczucie buddów i bodhisattwów przejawia się na wiele różnych sposobów i pochodzi od wspaniałych ludzi, którzy wyglądają bardzo zwyczajnie, tak jak my wszyscy. Z tego powodu, ważne jest by nie mylić form sambhogakayi, które spotykamy w praktyce puji z nieskończonymi możliwościami manifestowania się nirmanakayi¹⁵. Te pierwsze formy zawsze będą świetliste i będą miały z góry określoną formę.

KU NI MI GJUR KUN TU ZAANG POI KU
SUUNG NI MI GAG DRUG CZUI DAANG DRA CZIEN
ThUG NI MI JO MA SAM DZIOD PA DRAL
KU SUUNG ThUUG DEN TSO KJE DZIE LA TOD

Twoje mowa jest niezmiennym ciałem Kuntu Zangpo. Sześćdziesiąt melodii Brahmy Twojej mowy nigdy nie ustaje. Twój umysł jest niezachwiany, poza mową, myślą i wyrażeniem. Wychwalamy Tsogyę Dorje, który ma właśnie takie ciało, mowę i umysł.

Ciało Samantabhadry jest ciałem pustki, a sam Samantabhadra od zawsze pozostaje niezmienny. Jego ciało jest podstawą dla wszystkich manifestacji. To dharmadhatu nie mające początku ani końca, to nieskończony obszar manifestacji. Kiedy rozluźnimy nasze nawykowe uwarunkowania to zauważymy, że wszystko manifestuje się w tym samym czasie, jako zintegrowana forma i pochodzi z podstawy. Zobaczycie wtedy, że nie ma żadnej różnicy między podstawą a manifestacją.

Taka integracja to ciało, które się nigdy się nie zmienia. Manifestacja pojawia się nieustannie. Jej zawartość –forma– jest stale zmienna. W przypadku nirmanakayi wszystkie formy, które istnieją, które się teraz manifestują, wszystko to, co widzimy, wszelkie rodzaje manifestacji nie mają żadnego wpływu na swoją własną podstawę i w żaden sposób jej nie zmieniają. Dlatego właśnie wersy tekstu mówią, że ciało jest niezmienne. Ciało fizyczne, owszem, zmienia się cały czas. Jednak od początku niezrodzone ciało Samantabhadry pozostaje w pozycji siedzącej, bez poruszenia.

Mowa to niekończąca się fala sześćdziesięciu różnych melodii i dźwięków. Według starych hinduskich wierzeń Brahma – stwórca świata wykorzystywał te sześćdziesiąt dźwięków by powołać manifestacje. Oznacza to, że wszystkie dźwięki jakie słyszymy, niezależnie jakimi

są, czy jest to odgłos przelatującego samolotu, czy tłuczonego szkła, czy jest to okrzyk bólu, przerażenia czy płacz, wszystkie one są nieskończoną grą sambhogakayi

Umysł pozostaje nieporuszony, poza wszelkim opisem słownym, wykracza poza myśl, nie da się go wyrazić w żaden sposób. Jest nieporuszony jak ścigane zwierzę, które gdy wyczuwa niebezpieczeństwo pozostaje w bezruchu. Ono wie, że jeśli się poruszy to zostanie zauważone i odnalezione przez drapieżnika. Podobnie umysł, nie można go odnaleźć ponieważ jest nieporuszony. Nie można go zatem również opisać. On nie istnieje jako przedmiot. Ludzie mają tendencje do opisywania siebie samych na podstawie tego, co robią. Jeśli więc próbujemy kogoś ocenić, z reguły odwołujemy się do tego, co robi. Opis jest manifestacją werbalną i jako taki pozostaje zgodny z manifestacją czynu. Jednak umysł, nasza prawdziwa natura to nie manifestacja. Nie można go zobaczyć, opisać czy zmierzyć. Można odnaleźć siebie w nim obecnym, a taki stan wykracza poza wszelkie słowa.

DRO ŁEJ DON DU JID ŽJIN NOR BUI KU
TSEN TSAM ThY PEJ DUG NGAL SEL DZAD CZIING
ThRIN LEJ ThAR CZIN DRUB NJE TSEN CZIOG GJAD
JON TEN DZOG PEJ DZIE LA CZIAG TSAL TOD

To Twoje spełniające życzenia ciała przynoszą pożytek czującym istotom. Samo usłyszenie Twego imienia oddała wszelkie smutki. Posiadasz osiem wspaniałych form, które wypełniły Twoje działania i posiadały siddhi. Kląniemy się i wychwalamy szlachetnego, który posiada wszystkie dobre właściwości.

Dla dobra wszystkich istot ujawniasz swoje wspaniałe ciało podobne do klejnotu. Samo usłyszenie Twojego imienia ma moc uwalniania istot od cierpienia. Padmasambhavo, poprzez osiem form, w jakich się pojawiaasz wypełniasz wszystkie aktywności. Najważniejsze cztery podstawowe aktywności to działanie łagodzenia, wzmacniania tego co dobre, przewycięzania i niszczenia. Wychwalamy Ciebie, który posiadasz te wszystkie doskonałości.

Jeżeli mówimy o wpisywaniu ludzi w koncepcje, czy opisywaniu ich przy użyciu kategorii to dzieje się to w obrębie już istniejących formuł i struktur. W buddyźmie takimi kategoriami będzie podział na system liczbowy, tzn. czegoś jest trzy, cztery, pięć, siedem, osiem i tak dalej. Dlatego tutaj w tekście, choć nie jest to tak ewidentne, spotykacie się z takim typowym podziałem na pięć: ciało, mowa, umysł, aktywności i jakości. Jest to modlitwa pochwalna więc w takich przypadkach często spotyka się podziały i klasyfikacje. Jest to zabieg retoryczny.

DOR NA NA TSOG RIG PEJ ŽJI TSAL LhA
GAANG DUL TRUL PEJ DZIED PO PE MA DZIUUNG
SAANG SUM KOD PA GJAL ŁEJ KJIL KhOR DZOG
ThRIN LEJ DZOG PEJ DZI LA CZIAG TSAL TOD

Padmasambhava, zgodnie z potrzebami istot, emanuje wiele rodzajów bóstw przepływu energii podstawy naturalnej świadomości. Ty, który posiadasz doskonałą mandalę trzech kayi Buddy. Kłaniamy się i wychwalamy szlachetnego, który wypełnił wszystkie działania.

Ten fragment to końcowa modlitwa pochwalna. Występujemy w niej w roli bóstwa będącego podstawową energią obecności, która przybiera różnorodną formę. Oznacza to, że wszystkie formy manifestujących się bóstw nie istnieją same z siebie lecz są różnymi formami energii obecności. Energia ta czyli rigpa zawsze pozostaje zintegrowana z podstawą, która jest pustką. Ważne jest właściwie to zrozumieć. Odnosi się to do tego, o czym wcześniej rozmawialiśmy, do związku człowieka z bogiem. W Chrześcijaństwie w ten związek wdzierają się wiele niepewności. Wierzymy, że Bóg nas kocha, ale kiedy prosimy go by zrobił coś dla nas, nigdy nie mamy pewności czy to zrobi. Może to zrobić lecz wcale nie musi. Ta niepewność związana jest właśnie z dualnością, stanowi jej część – robisz coś lecz nie masz pojęcia czy ta druga osoba w jakiś sposób na to zareaguje.

Według buddyzmu rzeczy manifestują się ponieważ mają bezpośredni związek z zasadą współzależnego powstawania. Pokazuje nam to, że żyjemy w świecie wzajemnego oddziaływania na siebie. Gdy ktoś jest dla nas miły jest nam przyjemnie, gdy jest dla nas szorstki czujemy się źle. Drewno położone na wodzie unosi się na niej, włożone w ogień spłonie. Zgodnie z tą zasadą, gdy praktykujesz to widzisz efekty praktyki. Padmasambhava nie jest osobą, która obrazi się na nas, nie miewa też humorów, nie wybiera tego, co mu się bardziej podoba. Chodzi tu o proces, który jest automatyczny. Jakiegokolwiek ograniczenia wynikają jedynie z naszych własnych ograniczeń, naszej niemożności całkowitego zaangażowania się w ten proces. Ze strony bóstwa nie ma tu żadnych ograniczeń. Zobaczcie, ponieważ jestem gruby to muszę się trochę nasapać, żeby się podnieść. Padmasambhava nie musi bo jego ciało jest lekkie, więc hop! I już! W Zangdopalri nie ma żadnych kalorii, czy to nie cudowne?!

Jeśli to rozumiecie, to nie grozi wam tzw. „źle rozumiana pobożność”. Oddanie to nie jest błaganie jak małe dziecko o prezent „Proszę, chcę to, daj mi tamto!”. Oddanie to metoda opanowania poruszeń umysłu, który gdy nad nim nie pracujemy staje się rozproszony. Pozostajemy z wiarą i pewnością, że znaczenie tekstu i modlitw ujawni się poprzez praktykę.

Te wyjaśnienia są potrzebne do zrozumienia kolejnej części tekstu i osiągnięcia rezultatów. Chodzi o recytację mantr. Mantra nie ma żadnych magicznych właściwości, to nie jest czarodziejskie zaklęcie spełniające życzenia, tak jak w bajce o Śpiącej Królewnie. Mimo tego, niektórzy ludzie właśnie tak ją traktują. Mantra działa bardziej jak ząb w kole zębatym, pobudza do działania. Żeby ugotować wodę w czajniku elektrycznym trzeba wcisnąć przełącznik, który doprowadza prąd. Energia dopływa a woda zaczyna się gotować. Podobnie jest z mantrą, jest ona jak zapalnik, który inicjuje energetyczne połączenie. Trwa

ono dopóty dopóki recytuje się mantrę. Dlatego właśnie Tybetańczycy wykonują długie recytacje i dlatego też warto sobie dać więcej czasu na recytację mantr, wykonać ich bardzo dużo, bo wtedy one zaczynają działać. W przeciwnym razie skończy się to tym, że ta „woda w czajniku wcale się nie zagotuje”. Wyobraźcie sobie, idziecie do sklepu, robicie zakupy, kupujecie herbatę, mleko, cukier, wracacie do domu bardzo zmęczeni, nalewacie wody do czajnika i czekacie. Jednak woda się nie gotuje – nie ustawiliście czajnika, nie wcisnęliście przełącznika.

Tego rodzaju praktyki są bardzo długie, lecz można spędzić na nich naprawdę dużo czasu i wcale nie wykonać tych najważniejszych rzeczy. Dlatego lepiej jest zrobić Małego Rigdzina i dać sobie więcej czasu na mantrę niż zrobić Dużego Rigdzina i nie mieć tego czasu na recytację mantr i głęboką medytację. Zauważcie, gdy czytacie biografie lamów, to nigdzie nie znajdziecie informacji, ile razy zrobili pełną puję lecz ile milionów mantr wyrecytowali.

f. Recytacja Mantry

Stopnie Recytacji Mantry

DAG NJID LhAR SAL ThUG ŁU NJI MEJ TEENG
 HRI JIG TSA NGAG ThREENG ŁEJ GJAL KUN KUL
 DZIN LAB DAG ThIM ŁAANG ThOB JE SZIE GJEJ
 PhAR ThROE DRO ŁEJ LEJ NGAN BAG CZIAG DZIAANG
 NAANG SID GJAL ŁEJ KU SUUNG THUUG SU GJUR
 OM AA HUUNG BENDZA GU RU PE MA SIDDHI HUUNG

Wizualizując siebie wyraźnie jako bóstwo, w centrum mojego serca, na dysku słońca, znajduje się litera Hri, wokół której krąży łańcuch mantry, promieniując światłem w górę i przywołując wszystkich buddów. Ich błogosławieństwa wnikają we mnie, otrzymuję inicjację a pierwotne mądrości wzrastają. Następnie światło promieniuje w dół, oczyszczając we wszystkich istotach negatywną karmę oraz jej pozostałości. Wszelkie zjawiska stają się ciałem, mową i umysłem Padmasambhavy. Niezniszczalny guru Padmasambhavo, posiadający trzy kaje, udziel nam najwyższego urzeczywistnienia.

Na dysku słońca widnieje litera Hri, wokół której zgodnie z ruchem wskazówek zegara obraca się mantra. Wyobraźcie sobie ją jako tworzącą zamknięte koło. Obracając się mantra wysyła promienie światła. Promienie te pochodzą zarówno z Hri jak i z mantry i są przywołaniem i ofiarowaniem dla wszystkich buddów, bodhisatwów, bogów i bogiń. Oni z kolei w odpowiedzi wysyłają zintensyfikowane światło z powrotem w naszym kierunku. Ich spływające błogosławieństwo stapia się z nami. Otrzymujemy inicjację a nasza mądrość i współczucie rozwijają się. Potem znów wysyłamy to światło, tym razem w kierunku wszystkich cierpiących istot w samsarze, zwłaszcza do tych z niższych światów, piekieł, do głodnych duchów i zwierząt. Oczyszcza to ich całą karmę a nawet jej subtelne ślady. W ten sposób wszystkie manifestacje stają się ciałem, mową i umysłem Buddy a nirvana – wymiar buddów i samsara – wymiar cierpienia zostają sprowadzone do jednego. Recytacja mantr

jest bardzo ważna, bo mantra naprawdę daje nam poczucie, że wszelkie splamienia zostały usunięte. Jeśli więc wykonamy recytację mantr i wizualizację z prawdziwą wiarą i identyfikacją z nimi to jesteśmy w stanie zmienić świat, w którym żyjemy.

Możecie się zastanawiać, jak to jest możliwe, że takie promienie światła mogą zmienić coś nieprzyjemnego czy strasznego w coś miłego a nawet idealnego. Przecież światło odbija się od przedmiotów. Wydaje nam się, że np. w porównaniu ze ścianą to światło wcale nie jest takie mocne i silne. Jednak ten pogląd wynika z naszej wiary we wrodzoną naturę rzeczy, widzimy w nich prawdziwe substancje, które odbijają światło. Ale to światło, o którym mówimy nie jest zwyczajnym światłem, to światło mądrości, światło, które rozpoznaje wrodzoną pustkę wszystkich zjawisk. Recytując mantrę przez dłuższy czas jesteśmy w stanie doświadczyć tego, że wszystko zostaje dotknięte przez to światło, wszystko staje się częścią wymiaru mądrości. Pojawia się ono z pustki i nie posiada żadnej esencji, która oddzielałaby je od innych rzeczy.

Jeśli światy piekielne byłyby rzeczywiste, to światło nie byłoby w stanie ich zmienić. Lecz od samego początku wszystko jest puste a pustka ta przybiera różne formy. Mimo tego wszystkie te formy i tak są puste. Nie znajdziemy żadnej, która jest rzeczywista i istnieje sama z siebie. Pozwala nam to zrozumieć, że samsara jest skonstruowana w taki sam sposób jak nirvana. Przecież Padmasambhava, tak jak opisywał to wcześniejszy fragment tekstu, jest manifestacją, która posiada jeszcze więcej manifestacji samego siebie. Żadna z tych form, nie jest jednak jedynym prawdziwym Padmasambhawą. Na skutek działania różnych czynników powstają różne manifestacje. Gdy brakuje mądrości, siła karmiczna działa ze zwiększoną mocą, wtedy pojawiają się okoliczności dla zaistnienia stanów piekielnych, przerażenia, wyobcowania. Gdy w tę strukturę wdrze się promień światła mądrości, cały twór zostaje zmieniony, naruszony. Światło mądrości dokonuje transformacji.

Zilustruje to na przykładzie – wczoraj zanim wyszedłem z domu starałem się stworzyć sobie taką właśnie strukturę. Smażyłem coś w kuchni aż nagle w tę moją strukturę wdarł się dzwonek telefonu. I tu dałem się złapać. Rozmawiając przez telefon zamieniłem mój obiad z nirwany w głęboką, piekielną samsarę. Tak właśnie jest z samsarą. Samsara to struktura, w której jedno zależy od drugiego. To taki specyficzny rodzaj rezonansu, który funkcjonuje dzięki istnieniu przyczyny i skutku. Gdy wchodzimy w pole wibracji zbliżone do wymiaru samsarycznego, po prostu wkraczamy w ten wymiar. Jeśli przestajemy być w zasięgu tego pola to znaczy, że opuściliśmy to pole. Gdy coś wytrąci cię ze stanu, w jakim się znajdowałeś, to przestajesz w nim być. Podam przykład, jeśli ktoś zażywa Prozak na depresję, to większości z nich to pomoże. Jednak pamiętajcie, że taki Prozak ma swoje skutki uboczne. To lek psychotropowy wpływający na pracę mózgu i systemu nerwowego. Jego działania nigdy nie można dokładnie przewidzieć. Pod wpływem Prozaku jedna struktura zostaje zastąpiona przez inną, więc ma się wrażenie spotykania się dwóch form i

ich transformacji. Ale to, o czym mówiłem wcześniej to co innego. Światło wnikające w wymiary niższych światów pokazuje nam prawdziwą naturę tego, w co wnika. Nie wprowadza ono w strukturę żadnych nowości lecz ukazuje rzeczywistą jakość, z której te wymiary powstają. Dzięki temu, że poprzez światło promienności sambhogakayi tworzy się połączenie, manifestacja formy o naturze samsarycznej przechodzi w formę nirmanakayi.

Pojawia się światło, które pokazuje nam, że manifestacja to forma światła. Ukazuje również, że sambhogakaya docierająca do form w sześciu światach integruje je z powrotem w podstawę przynosząc wyzwolenie. Dlatego w tekście znajdujemy *KU SUUNG THUG SU GJUR*, co oznacza że wszystko jest zintegrowane z naturą Buddy. Oczywiście, siła zaciemnienia jest ogromna i dlatego dla większości istot zaraz po doświadczeniu integracji pojawiają się z powrotem ich nawykowe wzorce działania. Dzieje się tak ponieważ ludzie uważają je za prawdziwe. By to zmienić trzeba wykonywać praktyki wielokrotnie.

Jesteśmy teraz w samym sercu tantry. Funkcją tantry jest przekształcenie świata poprzez ukazanie przechodzenia samsary w nirvanę i na odwrót. Od samego początku, wszystko jest czyste ale my nie zdajemy sobie z tego sprawy. Dlatego właśnie wydaje nam się, że znajdujemy się w jakiejś trudnej sytuacji. Tak naprawdę to wcale nie jest aż tak poważna sytuacja. Pojawia się dylemat, co zrobić: jeśli zaufamy swojemu rozsądkowi, to okaże się, że powinniśmy zrobić mnóstwo rzeczy aby zaradzić sytuacji, lecz jeśli zaufamy naukom to okaże się, że nie ma prawie nic do zrobienia. Wszystko od początku jest doskonałe. Tantra dąży do zjednoczenia tych dwóch punktów – naszego poczucia, że życie jest trudne z naukami dharmy mówiącymi, że wszystko jest czyste. Pomiedzy naturalnie istniejącą czystą naturą – nirvaną, a pomieszaniem i iluzją stoi postać bóstwa, które zaciera granice pomiędzy tymi dwoma skrajnościami i jednoczy je.

Modlitwa Siedmiolinijkowa

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DZIAANG TShAM
 PE MA GE SAR DOONG PO LA
 JAM TSEN CZIOG GI NGY DRUB NJE
 PE MA DZIUUNG NEJ ŽIE SU DRAAG
 KhOR DU KhAN DRO MAANG PY KOR
 KhJE KJI DZI SU DAG DRUB KJI
 DZIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL
 GU RU PE MA SID Dhi HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Urygen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty —obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambavo, w towarzystwie orszaku Dakin. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu! Padmasambavo, udziel mi urzeczywistnienia!

W tym miejscu Nuden Dorje udziela wyjaśnień do praktyki. „Recytujcie tę rdzenną mantrę, która zawiera w sobie wszystkie kula. Zatopieni w niezachwianej kontemplacji recytujcie ją sto tysięcy razy na każdą sylabę (czyli 1.200.000 razem). Jeśli odmówicie tyle mantr jeszcze w tym życiu ujrzycie prawdziwą twarz Padmasambhavy i wszystkie przeszkody zostaną usunięte. Osiągniecie zrozumienie i wszelkie zasługi, jeśli będziecie chcieli możliwe że uda Wam się odnaleźć skarby. Wasze myśli zostaną uspokojone i będziecie mogli kontrolować myśli i doświadczenia innych. Wreszcie, osiągniecie poziom guru vidyadhary. *BENDZA SAMAJA*, ślubowania vajry.

W kolejnym etapie praktyki powinniście postrzegać wszystko to, co widzicie, słyszycie i doświadczać mentalnie jako nic innego jak ciało, mowa i umysł Guru. Z wielkim oddaniem i wiarą praktykujcie w ten sposób zachowując jednopunktowiony umysł. Dzięki temu wkrótce doświadczyicie wspaniałej błogości/pustki umysłu. Wówczas wszystko co robicie, każda czynność, w jaką się angażujecie będzie prowadzić istoty do wyzwolenia w głębokiej ostatecznej mądrości. Polecicie do nieba na Górę w kolorze miedzi, wszystkie Wasze życzenia się spełnią a błędny pogląd prowadzący do odrodzenia w niższych światach zostanie odcięty. Wszystkie czyny pozostaną w dharmadhatu a mądrość dharmadhatu spontanicznie się zrealizuje. Ślubowania vajry. Potrójna pieczęć. Pieczęć Skarbu. Szlachetna pieczęć. Ukryta pieczęć. Sekretna pieczęć.”

Nuden Dorje przekazuje nam, że jeśli będziemy recytować tę mantrę, która zawiera w sobie Buddów wszystkich rodzin, ujrzemy twarz Padmasambhavy a wszelkie przeciwności zostaną oczyszczone. Prawdziwa twarz Padmasambhavy jest pustką. Recytując tę mantrę przez dłuższy czas z prawdziwą koncentracją, przekonacie się, że wszelkie myśli odchodzą a to co pozostaje to niczym niezakłócony bieg praktyki. Wizualizacja i recytacja pomagają uspokoić umysł pozwalając tym samym na doświadczenie całości jako gry pustki. Choć wszystko jest w ruchu tak naprawdę nic się nie wydarza.

Tekst mówi nam, że osiągniemy zrozumienie i zasługę a ciałem doświadczymy uczucia szczęścia, lekkości, przestaniemy obawiać się innych. Ma to także odniesienie do tego, czego doświadczamy we śnie. Można latać, widzieć obrazy związane z oczyszczeniem. Wszystko to ma także związek z trzema niyamami czy doświadczeniem medytacji, szczęścia, przejrzystości i braku myśli.

Oprócz tego tekst także opowiada o tym, że jeśli się chce można nawet znaleźć skarby jeśli się tylko chce! Wasze myśli zostaną uspokojone, będziecie w stanie kontrolować także myśli i doświadczenia innych. Czy nie brzmi to bardzo interesująco?! Warto by się nad tym zastanowić. Chcielibyście kontrolować myśli innych? Oznaczałoby to, że macie wpływ na ludzi, a to już jest moment, w którym tantra potencjalnie staje się niebezpieczna. Głęboka medytacja generuje moc, a wtedy należy się zastanowić, do czego chcemy tej mocy użyć. To podobnie jak ze sztukami walki. Im bardziej rozwijasz zdolność kontroli nad swoim ciałem

tym większą posiadasz kontrolę nad ciałem innych ludzi. Co za tym idzie twoje intencje i motywacja muszą być czystsze. Trzeba być bardzo ostrożnym.

Dalej w tekście znajdziemy informacje, że będziemy w stanie osiągnąć poziom guru vidyadhary, czyli oświecenia. Po wykonaniu praktyki (te informacje znajdziecie także później), na końcu recytacji, powinniśmy przyjąć wszystko to, co się pojawia, jako przejaw guru, wszystkie dźwięki jako dźwięki mantry a wszelkie pojawiające się myśli jako myśli Padmasambhavy. Zrozumienie tego jest bardzo ważne, zajmiemy się tą kwestią jeszcze później, gdyż pojawi się w tekście (patrz sekcja E:I). Doszło to transformacji i transformacja ta powinna zostać utrzymana na każdym poziomie naszego życia.

Na koniec Nuden Dorje mówi, że powinniśmy praktykować to z niezachwianym jednopunktowym umysłem. Kiedy umysł zaczyna błędzić, siła praktyki zostaje osłabiona. To jak jazda na rowerze, dopóki pedałujesz dopóty rower jedzie nie przewracając się. Jeśli tylko przestaniesz pedałować rower zatrzyma się a ty się wywrócisz. Zatem jeśli nie wprowadzicie poglądu w życie nie dojdzie do żadnej transformacji. Możecie nawet codziennie robić puję przez 50 dni czy 50 lat ale jeśli nie żyjecie zgodnie z poglądem to nic się nie zmieni. Bez utrzymania poglądu jesteście jak słabi aktorzy. Odczytują oni swoje rolę setki razy ale nigdy naprawdę w nią nie wchodzi więc sztuka nie ma szans stać się żywa.

Ta część tekstu kończy się pieczęcią, co oznacza że jest to terma. Padmasambhava, od którego pochodzi ten tekst pieczętuje go w dharmadhatu.

Następnie tekst zmienia się. Recytowaliśmy mantry więc przybraliśmy formę Padmasambhavy, nad naszą głową mamy wszystkich Buddów, a pod nami znajdują się wszystkie światy. Teraz powrócimy by złożyć ofiarowanie Padmasambhavi. W nieporuszonej formie trzech kayi kontynuuje się czynność ofiarowania jednocząc wszystkie światy i wszystkie istoty.

g. Ofiary I Oddanie Czci

Prezentacja Ofiar

HRI TSA SUM DAG NJID RIG DZIN KJIL KHOR DU
LhA DZEJ NA TSO G CZI JI CZIE PA BUL
RAANG DZIUUNG NAM DAG NAANG GI CZIE PA BUL
THUG DAM GJE KAANG NGY DRUB DEENG DIR TSOL

Hri. Mandali vidyadhary o naturze trzech korzeni prezentujemy zewnętrzne ofiary z wielu różnych przedmiotów bóstw. Ofiarujemy także powstające same z siebie, całkowicie czyste wewnętrzne ofiary. Oby Wasze umysły i ślubowania zostały w pełni zaspokojone. Udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia, tu i teraz!

Decydując się na jakiegokolwiek ślubowanie lub podejmując postanowienia, zwłaszcza takie, które chcemy utrzymać przez wiele lat, pamiętajmy, że wcześniej czy później pojawi się problem z ich dotrzymaniem. Dlatego też jednym z bardzo ważnych elementów praktyk tantrycznych jest odnowienie zerwanego ślubowania. Jeśli dochodzi do złamania ślubowania wówczas energetyczne połączenie między samsarą a nirvaną także się zrywa. Wtedy czujemy się odcięci od mandali, do której zostaliśmy wprowadzeni podczas inicjacji. Pamiętajcie, że można to naprawić.

Ostatnia linijka wersu dotyczy *THUG DAM*, który oznacza nasze połączenie z bóstwami a także, że *DAM* pochodzi od *DAMTSING*, od samaya podczas otrzymywania inicjacji. Nie porównujemy tego do sytuacji, które wydarzają się w związkach, jedna strona robi coś nie tak i potem przybiega z bukietem kwiatów prosząc o wybaczenie. Tutaj chodzi o automatyczne połączenie: jeśli składamy ofiary to odnowienie połączenia następuje samoistnie. Dlatego właśnie powinniśmy okazać postawę pełną szacunku, nie podchodzić do tego jako do zwykłej czynności np. zapalenia światełka. Należy zachować pewność, że poprzez ofiarowanie wszystko powraca na swoje miejsce do poprzedniego stanu a praktyka się kontynuuje. Pamiętajmy, że to my jesteśmy nieprzewidywalni a nie bogowie.

Samaya to więź, a więź to umowa. Zawieramy więzi w praktykach tantrycznych z ludźmi, którzy cieszą się, że mogą to zrobić. Nawiązywanie połączeń z innymi to właśnie ich zadanie. Buddowie i bodhisattwowie czekają zawsze z otwartymi ramionami gotowi, by się z nami połączyć. Jednak kiedy decydujemy się zawrzeć tę więź pamiętajmy, że wymaga ona konkretnej postawy. Tybetańscy lamowie nauczając na zachodzie zwykle nie wchodzi w szczegóły opisując tantryczne ślubowania. Mimo tego można poszukać tłumaczeń tekstów z komentarzem wyjaśniającym ich znaczenie. Dobrze jest się z nimi zapoznać, pomagają wspierać praktykę natury vajry, niezniszczalną naturę ciała, mowy i umysłu jako urzeczywistnienie obecności trzech kayi. Jest to prawdziwa natura każdego z kim spotykamy się na co dzień, każdego insekta na naszej drodze i każdej formy manifestacji. Oznacza to, że poprzez inicjację i praktykę mantr wchodzimy w prawdziwe serce tej tantrycznej ścieżki – vajrayany, niezniszczalnej drogi vajry i doświadczamy zrozumienia, że cały świat jest mandalą.

Wiadomo, że złamanie ślubowania zdarza się nam często. Ulegamy rozproszeniu, popadamy w pomieszenie, aż wreszcie zaplątujemy się w nasze nawykowe myślenie. Przez to tracimy obecność, przestajemy szanować i traktować inne istoty jako formy oświecone. System ślubowań tantrycznych jest bardziej radykalny i trudniejszy do zrozumienia niż prajniaparamita. Mówi ona, że forma jest pustką a pustka formą. Jednak w system ślubowań wpleciony jest także system madyamiki mówiący o dwóch prawdach, relatywnej i absolutnej.

Znając te dwie prawdy mamy dwie możliwości interpretacji. Możemy powiedzieć, że w naszej zwyczajnej interakcji ze światem powinniśmy zrozumieć jego ekonomiczny, socjalny

i polityczny wymiar i biorąc to pod uwagę oraz kierując się tym zrozumieniem dojść do pewnych wniosków. Z drugiej strony jest prawda absolutna czyli natura absolutna, która mówi nam, że wszystko posiada czystą naturę pustki. Na tym poziomie nie ma możliwości dokonywania już jakichkolwiek podziałów. Jednak na poziomie tantrycznym, kiedy mówimy: „Teraz postrzegam wszystkie formy jako ciało guru czyli istotę całkowicie oświeconą” oznacza to, że wszystkie formy posiadają taką samą naturę.

Kiedy otworzymy szeroko oczy i przyjrzymy się światu, odkrywamy, że wokół dzieje się wiele niezrozumiałych rzeczy. Jest mnóstwo przemocy, okrucieństwa, wykorzystywania. Czy można wobec tego powiedzieć, że wszystko, nawet doświadczenia z sali tortur to manifestacje Padmasambhavy? Czy nie istnieją naprawdę żadne rozgraniczenia?

Pamiętajmy, że nie praktykujemy po to, żeby udowodnić coś komuś np. w sądzie. Nie chodzi tu też o nawracanie ludzi na jakąś religię, tak jak to robią Ewangelicy. My mówimy o praktyce medytacji, która jest określonym poglądem. Jeśli będziemy się jego trzymać pomoże nam uwolnić umysł od siły nawykowego klasyfikowania rzeczy na dobre i złe. Nie oznacza to tym samym, że umiejętność rozróżniania, zdolność do przytomnego widzenia rzeczy takimi, jakie są nie jest przydatna. Nie musi ona jednak funkcjonować oddzielna od pustki. By to zrozumieć potrzebne jest nam zrozumienie niedualności. Możemy dojść do takiego etapu praktyki, gdzie urzeczywistnimy fakt, że wszystkie spotykane przez nas istoty są promiennością stanu oświeconego. Jeśli chodzi o pogląd, jest to prawidłowe. Od samego początku istnieje tylko oświecenie. Prawdą jest też to, że ludzie nie rozpoznają swojej natury. Jeśli zachowanie innych ludzi wystarczy, by zniszczyć nasz pogląd to nasze zrozumienie nie może być głębokie. Nie dajcie się zwieść silnym emocjom, które powstają w skrajnych sytuacjach. Spróbujcie raczej rozpoznać pustą naturę obydwu – sytuacji i waszej reakcji na nią, a później kontynuujcie swoją praktykę.

Jeśli jest niedualność to w niej pojawiają się także ruch dualności. Wszystkie istoty są nieoddzielne od naturalnego stanu mimo, iż żyją tak, jakby tego stanu nie było. Poprzez praktykę otwartości i połączenie ofiarujemy ludziom przebudzenie na obecność. Nie zapominajmy nigdy o oświeconej naturze innych. Jednocześnie pamiętajmy, że oni po prostu jej nie rozpoznają. To jest właśnie droga środka. Jeśli myślicie, że ludzie są naprawdę źli, że są bardzo daleko od stanu oświeconego to pamiętajcie, że Budda tak wcale nie nauczał. Jeśli sądzicie także, że skoro wszystko jest doskonałe i wszystkie istoty są od samego początku oświecone bez względu na to, co robią i jak się zachowują to pamiętajcie, że to także nie są nauki Buddy. Nie ma znaczenia czy mówimy o biznesmenie, rzeźniku czy guru sposób, w jaki się manifestują niesie za sobą energetyczne obciążenie, co za tym idzie pewną przejrzystość lub jej brak. Tak samo jak możemy powiedzieć, że nie ma żadnej różnicy pomiędzy Buddą a zwykłym człowiekiem. Prawdą będzie również to, że jest między nimi wielka różnica. Musimy pamiętać, że praktykujemy po to, by zmienić nasze

doświadczenia. Jeśli pogląd staje się dla nas dogmatem to nie rozumiemy go. Pogląd to praktyka uważności a nie dogmat.

Pamiętajcie, że oświecenie to nie jest żaden tytuł. Nadając rzeczom nazwy, rzeczywistość obecność tego, co zostaje nazwane i samej nazwy spotykają się tylko na chwilę. Nazwa pozostaje z obiektem na jakiś czas a potem znika. Możemy dotrzymać ślubowania tylko, gdy jesteśmy w kontakcie z doświadczeniem. Z tego powodu należy pozostawać blisko doświadczenia. Wielu ludzi wciąż tego nie rozumie i praktyka dharmy dla nich wciąż obraca się wokół nazw i tytułów.

W jednej z angielskich gazet opublikowano ostatnio artykuł dotyczący postaci dwóch Karmapów i wywiad z komendantem policji w Zachodnim Bengalu, który powiedział: „Lepiej by było, żeby ci Karmapowie nigdy nie pojawili się w Indiach. Przynieśli tylko przemoc i same kłopoty. Teraz mamy tu pełno mnichów buddyjskich biegających z bronią. Już i tak mamy tu dużo przestępstw”. Tak właśnie jest, gdy ludzie przywiązują się do tytułów, jakikolwiek tytuł, a tracą poczucie rzeczywistości.

Pamiętajmy, że ślubowania samaya to sposób na przebudzenie, a nie na uwiązanie siebie jak niewolnika. Bądźcie zatem ostrożni, gdy wybieracie osobę, z którą wchodzić w taki związek. Jest to relacja, w którą zaangażowana jest moc. Podstawą przyjęcia tytułu jest świadomość swego stanu, obserwowanie siebie i pokora. Jak wiemy jest to bardzo trudne. Kiedyś jeden z moich pacjentów opowiadał mi o swoim ojcu, który był psychiatrą. Kiedy ten ojciec był już bardzo stary, trzęsącą się ręką robił swoim pacjentom zastrzyki. Pacjent musiał przytrzymać mu rękę, żeby doktor zrobił mu ten zastrzyk. Ponieważ w Wielkiej Brytanii uważano lekarzy za genialnych, nie musieli oni nigdy iść na emeryturę. Można było tak sobie być lekarzem aż do samej śmierci! Tak więc tytuł i osoba zlewały się do tego stopnia, że posiadanie tytułu ukrywało wszelkie ułomności człowieka.

W przyszłości być może niektórzy z was będą nauczać dharmy. Pamiętajcie wtedy, że podstawowa zasada jest mieć świadomość swoich ograniczeń. Zachęcanie innych do posiadania wiary jest bardzo ważne ale może też stać się sposobem na ukrycie wad nauczyciela. Nie koniecznie musi stać za tym zła intencja. Według tradycji, jeśli modlimy się do guru jako do buddy otrzymamy błogosławieństwo buddy. Gdy modlimy się do guru jako do zwykłego człowieka otrzymamy błogosławieństwo zwykłego człowieka. Podążając tym rozumowaniem, dobrze jest gdy guru pozwala swoim uczniom postrzegać go jako istotę oświeconą.

Czasem guru może nie być oświecony. Może mieć swoje dziury, w które wpada, gdy jest rozproszony. Jeśli o tym się nie rozmawia, jeśli nie próbuje się tego zrozumieć, albo jeśli sam nauczyciel tego nie powie: „Słuchajcie, trochę się zagubiłem”. Jeśli uczniowie nie usłyszą tego od niego, to może ich to wprowadzić w pomieszenie. Musimy nauczyć się

odróżniać projekcje od rzeczywistości jednocześnie utrzymując pogląd niedualny. Mimo, iż nasz pogląd to zobaczyć wszystko, co się manifestuje jako formy Padmasambhavy, trzeba także odnieść się do rzeczywistej energii i jakości owych manifestacji w momencie, gdy się pojawiają. Ci, którzy pomagają nam osiągnąć oświecenie, rozpoznać je, ci o których myślimy że są oświeceni mogą wcale nimi nie być oczywiście pozostając przy tym od samego początku nierozdzielonymi ze stanem oświecenia. Decyzję przyjęcia inicjacji należy dobrze przemyśleć, a gdy już ją przyjmujemy osiąść w poglądzie i nie zbaczać z drogi. Do tego odnosi się także tekst, który podkreśla potrzebę naprawy złamanych samaya. Jeśli ślubowanie zostanie złamane wpływa to negatywnie na ucznia jak i nauczyciela. Podobnie, jeśli to nauczyciel swoim zachowaniem uniemożliwia uczniom integrację z praktyką, to nauczyciel staje się odpowiedzialny za naruszenie samaya.

Praktykę dharmy zaczynamy od wzbudzenia nadziei na osiągnięcie oświecenia. Potem rozwijamy zobowiązania bodhisatwy po to, by pomóc wszystkim istotom. To jest prawdziwy fundament praktyki – by uczynić wszystkich szczęśliwymi. Temu służą tantryczne inicjacje. Są potężnymi środkami, które pomagają zrealizować tę intencję. Dlatego właśnie tak ważne jest dotrzymanie ślubowania. Samaya utrzymuje połączenie. Dla ludzi Zachodu ważne może być rozmawianie o swoich doświadczeniach i będą robić to inaczej niż Tybetańczycy. Pomaga im to zrozumieć to, czego doświadczają. Lecz istnieją grupy, zwłaszcza sekty, gdzie rozmowa o tym, czego się doświadcza jest niemożliwa. Ludzie popełniają samobójstwa, dochodzi do morderstw. Jest wielka różnica między zwyczajną rozmową a próbą walki o to, by zrozumieć to, czego się doświadcza.

Poprzez to ofiarowanie, chcemy nawiązać połączenie między bóstwami, aby one pomogły nam wzmocnić nasze ślubowania.

Złożenie Ofiar Padmasambhavi i Jego Mandali

GURU PEMA SAPARI ŁARA BENDZA ARGHAM PhADJAM PUPE DhuPE

ALOKE GANDhE NEŁIDJE ShABDA AA HUUNG

Padmasambhavo, Tobie i Twojej mandali ofiarujemy vajra wodę do picia, wodę do obmywania stóp, kwiaty, kadzidła, lampki, wonności, pożywienie, dźwięki. Przyjmijcie te ofiary – czyste w sunyacie.

MA HA SAR VA PAN TSA AM RI TA KhA RAM KhA HI

MA HA BhA LIING TA KhA HI

MA HA RAKTA KhA HI

MA HA SAR ŁA PU TSA KhA HI

*Spożywajcie wszystkie pięć wspaniałych wyzwalających eliksirów! Spożywajcie te wspaniałe ofiary.
Spożywajcie tę wspaniałą raktę! Spożywajcie te wszystkie wspaniałe rytualne ofiary!*

Słowa MAHA AMRITA czyli cudowny nektar oznaczają w tym miejscu transformację tego, co odrażające w wyzwalający eliksir. Przenosząc w ten sposób substancję z jednej kategorii w

inną rozbijamy napięcie jakie występuje między siłami przeciwnymi takimi jak czystość i nieczystość. To wyzwala dużo energii. Im większe wcześniej było to napięcie tym intensywniejsze jest wyzwolenie.

Podając przykład, jest taka tybetańska praktyka *chod*. Polega ona na odwiedzaniu cmentarzy i ofiarowaniu swego ciała duchom i demonom. Jeśli nie wierzycie w duchy to praktyka ta wcale nie jest dla was przerażająca a przez to jest mniej intensywna i efektywna. Choć obrzydzenie tkwi głęboko w nas, to rzeczy które nie budzą w was odrazy nie przydają się w praktyce. Wiadomo, że wiele gatunków zwierząt doświadcza odrazy do pewnych substancji; na przykład szympansy, koty wobec zapachu swoich odchodów. Nie oznacza to, że należy spożywać rzeczy, do których się czuje odrazę. Należy traktować je raczej jako okazję do utwierdzenia się w poglądzie, że wszystko jest czyste i nie ma wobec tego żadnych ograniczeń. Dlatego utrzymujcie ten pogląd, kiedy napotykacie rzeczy, wobec których normalnie reagowałibyście odrazą. Doświadczcie sami jak to, co uznane za złe staje się podstawą dla uwolnienia się od konceptualnych ograniczeń. Poprzez taki pogląd ofiarujemy bóstwom przemianę wszystkiego, co nas ogranicza i staje się dla nas kłopotliwe.

MAHA BHALINGTA oznacza wielką ofiarę, czyli zabijanie. Co takiego poprzez transformację zostaje złożone w ofierze? Zgodnie ze ślubowaniem zabijemy każdą istotę, którą napotkamy. Ale jak to zrobimy? Przy pomocy pustki, tak właśnie. Nie potrzebujemy broni czy trucizny, mówimy po prostu *PHE (PHAT)* i to się dokonuje ponieważ już wcześniej wypowiedziana została mantra. Dzięki mantrze cały wszechświat, wszystko co zostało stworzone staje się nieoddzielne od natury vajry. Ponieważ tak jest, wszystko posiada naturę bóstwa zatem w samsarze nie ma cierpiących istot. Staramy się odciąć wiarę w życie istot czujących ponieważ wiara w nie oznacza pozostawanie w ignorancji i potwierdzanie swojego istnienia w sferze ignorancji.

MAHA RAKTA oznacza wspaniałą krew: chodzi o krew menstruacyjną i krew płynącą z aktu zabijania. Jest to krew narodzin i krew śmierci. Jest ona połyskująca, możecie to zauważyć kiedy się zatniecie. Ten blask to symbol życia. Krew właśnie to symbolizuje – siłę życiową. Pojmowana jako substancja trzyma nas przy życiu. Zaś wspaniała krew pustki utrzymuje nas przy życiu jako buddów. Zwyczajna krew pochodzi z pokarmów, natomiast wspaniała, szlachetna krew jest jakością obecności.

W tybetańską kulturę wplecionych jest sporo elementów pełniących funkcję tzw. przypominaczy o dharmie. Są stupy, mantry wyryte w kamieniach. Spacerując ulicami można było zobaczyć mnichów i joginów. W każdym domu był ołtarzyk, ludzie modlili się, w rękach nosili małe i młynki modlitewne. Pamiętajmy, że w naszej kulturze nie ma takich rzeczy więc musimy włożyć więcej wysiłku w praktykę. Nie mamy takich „przypominaczy” zatem musimy polegać na naszej własnej intencji i chęci praktykowania.

Jeśli tego nie zrobimy istnieje zagrożenie, że staniemy się jak rumuński emigrant, który przyjeżdża do Polski i żyje z grupą Rumunów, mówi po rumuńsku, spożywa tradycyjne rumuńskie potrawy. Jest więc tak naprawdę Rumunem żyjącym w Polsce, który nigdy nie integruje się z Polakami. On nie chce stać się Polakiem, chce pozostać Rumunem żyjącym w lepszej Rumunii zwanej Polską.

Tak naprawdę bardzo łatwo zrobić tak samo z praktyką dharmy. Możemy chcieć pozostać w naszej samsarycznej rzeczywistości, którą urozmaicimy i nieco ulepszymy elementami dharmy. Zrobimy to po to, by zapewnić sobie poczucie poparcia i akceptacji ze strony innych. Bardzo ważne jest zrozumienie podstawowych zasad funkcjonujących w praktyce dharmy. Mimo, iż mamy wiarę w Padmasambhavę i wiemy, że on spogląda w naszym kierunku, to jeśli my tego nie uczynimy i też na niego nie spojrzymy nie dojdzie do żadnego połączenia. Musimy poczuć determinację, by odnaleźć w Padmasambhavi a także poprzez niego nową tożsamość i uczynić ją ważniejszą od jakichkolwiek innych naszych tożsamości już istniejących. Przypomina to sytuację pierwszej emigracji do Ameryki. Ludzie zostawiali swoje korzenie i odradzali się na nowo w amerykańskim śnie. Często porównuje się nauczyciela do doktora, praktykującego do pacjenta a dharmę do lekarstwa, które zażywamy według instrukcji nauczyciela. Jest to bardzo duży błąd. Wyobrażamy sobie, że guru to chirurg, inicjacja to sala operacyjna a błogostawieństwo to anestezjolog. Nie można praktykować w taki sposób, będąc pasywnym i oczekiwać, że nauczyciel wykona całą robotę za nas. Jeśli przyjmiecie właśnie taką postawę nic się nie wydarzy. Praktyka bardziej przypomina psychoterapię, gdzie pacjent bezpośrednio korzyści czerpie z tego, że uczestniczy aktywnie w procesie leczenia. Zarówno terapeuta jak i pacjent angażują się jednakowo. Padmasambhava także chce się zaangażować ale najpierw my musimy to zrobić. Puja właśnie na tym polega. Bez nawiązania połączenia nic się nie wydarzy.

W psychoterapii jak i w dharmie mamy do czynienia z podobnymi problemami. Pacjent może na przykład mieszkać daleko i nie dotrzeć na wszystkie spotkania, może też wcale się nie pojawić. Czasem przytrafi mu się zapaść, albo przyjechać na spotkanie po alkoholu. Są także pacjenci, którzy się za bardzo angażują, stają się natarczywi w stosunku do terapeuty. Wręcz atakują go fizycznie, obrażają, rzucają się na ziemię, krzyczą, włączają w gabinecie alarm przeciwpożarowy. Mogą robić różne dziwne rzeczy. Taki przykład wyparcia lub natręctwa burzy funkcjonującą więź. Taką więzią nazwiemy także samaya. Jest to zobowiązanie ze strony guru, Padmasambhavy, od buddów, którzy pełni współczucia budują z nami związek. Z naszej strony zobowiązanie dotyczy przyjęcia i utrzymania tej więzi pozostając pełni szacunku i wdzięczności. Psychoterapeuci powiedzieliby, że działanie dokonuje się poprzez budowanie związku, że już sam związek jest działaniem naprawczym.

Identycznie jest w tantrze. Przekształcenie odbywa się poprzez związek. Klasycznym przykładem może być Milarepa. Jego związek z Marpą na początku dotyczył w dużej mierze

oczyszczenia splamień, ograniczeń i zaciemnień. Potem, w miarę dojrzewania więzi, Milarepa był w stanie zintegrować się ze stanem Marpy. Wtedy powiedział: „Kiedy zrozumiałem swojego guru, zrozumiałem swój umysł”. Związek w tantrze jest kluczową sprawą i z tego względu tak ważne są praktyki oddawania czci.

Oddanie Czci I Integracja Z Guru

HRI DOD MAI RAANG DAANG KU SUM LA MA DZIE
 KJAB KUN DU PA RAANG RIG PEMA DZIUUNG
 RIG TSAL TRUL PA KJIL Khor JOONG DZOG LA
 DAG CZIAG RAB GU DUUNG ŁEJ CZIAG TSAL TOD

Hri. Pierwotne promieniowanie, czcigodny guru trzech kayi, Ty, który zawierasz w sobie wszystkie obiekty schronienia, moja własna świadomości, Padmasambhavo – doskonałej mandali, emanacji fali energii świadomości kłaniamy się z prawdziwą wiarą i oddaniem.

Od początku istnieje niezmienna natura trzech kayi guru, niezależna od niczego, manifestująca się zgodnie z przyczynami i okolicznościami. Dla nas manifestuje się jako Padmasambhava, nasza własna obecność, zjednoczenie wszystkich schronień. Musimy zrozumieć, co kryje się pod słowami „moja obecność” – *RAANG RIG*. Jest bliższa nam niż nasze serce a mimo to tak obca dla naszego zwykłego poczucia własnego „ja”. Jeśli ego próbuje się jej ucześcić, uchwyci jedynie koncept i to wystarczy, by się nakarmiło. Tak naprawdę nie jesteśmy tym, kim wydaje nam się, że jesteśmy. Nasza obecność, nasza natura ujawnia się tylko wtedy, gdy przestaniemy polegać na koncepcjach.

Przywykliśmy do naszej tożsamości, do bycia Robertem, Jamesem, kimkolwiek. Pamiętajcie, że przecież ta nasza tożsamość jest z nami bardzo krótko, bo mieliśmy inne w poprzednich życiach. Naszą jedyną tożsamością jest Padmasambhava jako trzy kaye guru. Jeśli jednak tego nie rozumiemy to możemy popaść w kompletne pomieszanie, tak jak w tej historii o rumuńskim imigrancie. Rumuński James przebierze się w polskiego Padmasambhavę żeby poprawić sobie życie. Wtedy ego znów się nakarmi, będziecie myśleli, że coś zdobyliście i wówczas dharma stanie się dla was trucizną.

To tłumaczy dlaczego praktyki wstępne są takie ważne. Pomagają odnieść się w prawidłowy sposób do koncepcji czasu i przestrzeni. Spotkałem wielu buddystów, którzy twierdzili, że nie wierzą w istnienie wielu żyć poprzednich i w przyszłe życia. Mówili: „Dharma pomaga mi zrozumieć życie teraźniejsze”. Ale przecież nie ma takiej możliwości, żeby praktykować tantrę mając taki punkt widzenia. Wychodzimy poza tożsamość Roberta, Jamesa, ponieważ wiemy, że to nie są stabilne podstawy dla naszego życia. Śmierć nadejdzie i umysł odpłynie w inne miejsce. Potrzebujecie silnej tożsamości, która przytrzyma wasz umysł i pokieruje nim w momencie śmierci. Inaczej popadnie on w przerażenie. Tą tożsamością jest Padmasambhava. On porusza się w obrębie trzech czasów, jest mistrzem trzech czasów: od początku świata do jego końca.

Nie chodzi o to, że ja James udaję Padmasambhavę. Ja jestem Padmasambhavą, który zapomina o swojej tożsamości, potem udaję i wyobrażam sobie, że jestem Jamesem. To się dzieje naprawdę. W momencie inicjacji otrzymujemy wprowadzenie do tego, kim jesteśmy, jeśli chodzi o indentyfikację sambhogakayi. Robert, osoba, którą widzimy, dzięki inicjacji staje się aspektem pochodzącym z doświadczenia bycia Padmasambhavą.¹⁶ Jest to zintegrowane. Gdy ludzie mówią: Cześć Robert, on im odpowiada nie zapadając się jednocześnie w swoją identyfikację bycia Robertem, lecz zatrzymuje Roberta, jako aspekt swojej natury trzech kayi.

Oddaję cześć Padmasambhavi, będąc w tym samym czasie Padmasambhavą. Padmasambhava jest wszędzie, nikt nie może mieć go tylko na własność. Utrzymując pogląd trzech kayi z głęboką miłością i oddaniem składam cześć Padmasambhavi. W tym przedstawieniu niedualnej manifestacji nic wzajemnie się nie wyklucza.

Modlitwy do Lamy będącego Zjednoczeniem Trzech Klejnotów

E LA MA KhJEN NO
 KAANG NJI TSO CZIOG GI SAANG GJY
 ŻI ŁA CZIAG DRAL GJI DAM CZIE
 TSOG CZIYG PhAG PA JI GEN DUN
 CZIOG SUM KUN DU KJI NGO ŁO
 DRIN CZIEN TSA ŁEI LA MA RIN PO CZIE KhJEN NO

O! Mistrzu, usłysz mnie! Buddo, najwyższy i najwspanialszy z ludzi, święta dharmo, pełna spokoju i wolna od pożądania, szlachetna sangho, najdoskonalsze zgromadzenie, uosobienie tych trzech wspaniałości, zawierający je wszystkie najtąskawszy najcenniejszy rdzenny guru — proszę, usłysz mnie!

Jednym z wielu trudnych pytań, które zadaje sobie człowiek jest pytanie „Czym jest miłość?”. Według tradycji buddyjskiej, miłość – pragnienie szczęścia dla wszystkich istot żyjących, to pozytywne myślenie, myślenie o tym, by innym ludziom było dobrze. Wiemy z doświadczenia, że uczucie miłości w kierunku innego człowieka niesie za sobą pewną zależność, lgnięcie, niezaspokojenie. Często wchodząc w relację z ludźmi bierzemy ze sobą naszą wewnętrzną pustkę, samotność i gdy spotykamy kogoś na kim nam zależy mamy nadzieję, że ta właśnie osoba zabierze od nas to wszystko. Zdarza się, owszem, że taka wzajemna zależność staje się dobrą podstawą dla długotrwałego związku, ale częściej jest tak, że całkowite uzależnienie się od drugiej osoby niszczy relację. W tej praktyce zanosimy do guru prośby, aby został z nami. Zanosimy mu wszystkie nasze smutki, strachy, poczucie osamotnienia i gdy mówimy „LAMA KHJENNO” oznacza to „bądź ze mną, zostań ze mną, myśl o mnie”. To tak jak małe dziecko woła do ojca „Tatusiu!”, jest w tym ogromna siła, są to słowa, którym nie można oprzeć.

W tej modlitwie pojawiają się trzy klejnoty schronienia: Budda – najwspanialsza istota wśród stworzeń dwunożnych, dharma – wolna od pożądania i pełna spokoju, sanga – najwspanialsze zgromadzenie. Kiedy C.R Lama wyjaśniał mi to, mówił, że najlepszym schronieniem ze wszystkich jest dharma, bo dharma nie oczekuje niczego od nas. Wszystkie inne schronienia czegoś chcą.

W dalszej części modlitwa pokazuje drogocennego lamę jako esencję, prawdziwą naturę integracji, spotkanie wszystkich trzech klejnotów. W większości kultur dzieci mówią do swoich rodziców „mamo” „tato”. W latach sześćdziesiątych w niektórych rodzinach popularne było nazywanie rodziców po imieniu. Pokazuje to, że działamy jako zwyczajni ludzie przybierając różne funkcje. Można wstawić w tę modlitwę czyjeś imię lecz wciąż mówimy o osobie, która pełni określoną funkcję, wciela się w jakąś rolę. Używamy słowa „lama” ponieważ osoba do której się zwracamy jest lamą, pełni dla nas funkcję lamy. Podobnie, słowo „Rinpoche” – nie używamy go tylko dlatego, że lama jest dla nas drogocenny lecz ze względu na to, że taką pozycję zajmuje. Pozycja ta wiąże się z określonym wzorcem zachowań i przyjęciem konkretnej tożsamości.

Gdy ktoś woła do mnie James, myślę na jakiej stopie jestem z daną osobą. Jeśli mój syn mówi do mnie „tato” wtedy wiem, że jestem z nim właśnie na takiej stopie. Tak jest i nie mam na to wpływu. W tej praktyce jest podobnie. Mówiąc „Lama Rinpoche” wchodzimy w pewną określoną strukturę relacji. Wiąże się to z tym, że dokładnie wiemy, co się wydarzy i nie powinniśmy mieć co do tego żadnych wątpliwości.

Modlitwa do Lamy będącym Zjednoczeniem Trzech Korzeni

E LA MA KhJEN NO DZIN LAB TER DZOD KJI LA MA
 NGY DRUB KUN DZIUUNG GI JI DAM
 BAR CZIAD KUN SEL GJI KhAN DRO
 TSA SUM KUN DU KJI NGO ŁO
 DRIN CZIEN TSA ŁEJ LA MA RIN PO CZIE KhJEN NO

O! Mistrzu, usłysz mnie! Guru, skarbnico błogosławieństw, jidamie, niewyczerpane źródło pełnego urzeczywistnienia, dakini – usuwająca wszelkie przeszkody, uosobienie tych trzech korzeni, zawierający je wszystkie najłaskawszy najcenniejszy rdzenny guru – proszę, usłysz mnie!

Guru może nas pobłogosławić ponieważ nie jest rozproszony, nie reaguje nawykowo na to, co się mu przytrafia, nie trwoni energii w kierunku identyfikacji z obiektami przywiązania. Błogosławieństwo to nie jedynie teoria, to żywa jakość lamy przekazywana wraz z błogosławieństwem. Mistrz *czyi kuung* jest w stanie wykorzystywać energię *czyi* do uzdrawiania i obrony. W podobny sposób lama, dzięki swojej praktyce może kumulować i przekazywać energię. Ta energia pojawia się jako uczucie błogiego ciepła lub jako intensywne poruszenie balansu energetycznego, co często związane jest z doświadczeniami wizji.

Jidam to źródło zarówno najwyższych jak i zwyczajnych siddhi. Najwyższe siddhi to realizacja natury umysłu, zaś zwykłe to moce związane z energią, które biorą się z tej realizacji. To na przykład umiejętność przewidywania przyszłości, odczytywania cudzych myśli itd. Siddhi to jeden z owoców praktyki. Byłoby przecież głupotą sadzić jabłoni wiedząc, że nie zrodzi żadnych owoców. Praktykujemy dharma po to, by coś osiągnąć, nawet jeśli to coś nie jest materialne. Ambicja zostaje wygenerowana, aby osiągnąć stan, który wolny jest od pożądania.

Dakinie usuwa wszelkie przeszkody. Przeszkody te mogą być różnorakie, ogólnie rzecz biorąc stają nam na drodze ku oświeceniu. Doświadczamy ich jako pochodzących ze świata zewnętrznego albo objawiających się jako nasze pomieszanie czy zagubienie. Dakinie swobodnie poruszają się w przestrzeni, nic ich nie blokuje ani nie wchodzi im w drogę. Są trochę jak Merkury, spełniają funkcję łącznika i przekaźnika informacji. W wyrazie *BARCZIAD* czyli przeszkoda częstka *BAR* oznacza środek a *CZIAD* odcinać. Całość można rozumieć jako zakłócanie. Mamy jakąś intencję, chcemy do czegoś w życiu dojść, np. pojechać w podróż ale okazuje się, że tam, gdzie chcemy jechać wydarzyła się akurat katastrofa albo my złapaliśmy gumę, może nie dostaliśmy wizy, żeby przekroczyć granicę. W taki właśnie sposób nasza podróż może zostać zakłócona. Zdolność dakiń do łączenia buduje most pomiędzy tymi zakłóceniami. Jeśli takie połączenie nie zostanie zbudowane, jeśli przepływ energii zostaje zablokowany, utykamy gdzieś, czujemy się zablokowani, ociążali, źli, tracimy nadzieję. Wszystkie te uczucia potęgują dualistyczne myślenie, poczucie osamotnienia, ograniczenia. Dakinie ofiarują nam wielką pomoc w uwolnieniu się od tych problemów.

Modlitwy do Lamy będącym Zjednoczeniem Trzech Kayi

O! Mistrzu, usłysz mnie! Dharmakayo, prawdziwa naturo, czysta od samego początku, sambhogakayo, naturalna jakość, powstająca bez wysiłku, nirmanakayo, wszechogarniające współczucie; uosobienie tych trzech kayi, zawierający je wszystkie najłaskawszy najcenniejszy rdzenny guru — proszę, usłysz mnie!

E LA MA KhYJEN NO NGO ŁO KA DAG GI CZIE KU

RAANG ŽIN LhUN DRUB KJI LOONG KU

ThUG DŹIE KUN KhJAB KJI TRUL KU

KU SUM KUN DU KJI NGO ŁO

DRIN CZIEN TSA ŁEJ LA MA RIN PO CZIE KhJEN NO

W tantrze mówimy o dharmakayi, sambhogakayi i nirmanakayi. W dzogchen, większą uwagę zwraca się na *NGO ŁO*, *RAANG ŽIN* i *THUG DŹIE*. Czasem te pojęcia są uznawane jako identyczne a czasem jako różne. Ważne żeby nie być zbyt pewnym siebie czytając teksty darmiczne. Znaczenie słów zależy od kontekstu ich użycia, nie od ich słownikowej definicji. Ważne jest, żeby zauważyć w jaki sposób różni autorzy używają terminologii technicznej i jak to użycie różni się od siebie. Poleganie jedynie na stałym określonym znaczeniu jest

niczym innym jak przywiązaniem. Trzeba być otwartym na zmiany, sytuacje, które wydarzają się poza naszą kontrolą i te przechodzące jedna w drugą. Podsumowując, język nie odnosi się do rzeczy, które są na zewnątrz, nie istnieją żadne stałe byty. Jest on raczej częścią naszego doświadczenia. W tym fragmencie dharmakaya, nirmanakaya i sambhogakaya są traktowane jako takie same. Pierwsza linijka mówi, że dharmakaya to naturalny stan, czysty od samego początku. Dharmakaya nie jest wynikiem żadnego procesu. Czysta od samego początku, istniejąca sama z siebie, nie wymagająca żadnych poprawek, żadnego oczyszczenia, żadnego wspomaganie.

Choć dharmakaya nie jest jakimś przedmiotem, który możemy dostać w prezencie, to w tekstach darmicznych buddyzmu tybetańskiego często napotkamy na fragmenty typu: „Proszę pobłogosław nas abyśmy osiągnęli zrozumienie dharmakayi, byśmy ją zrealizowali, osiągnęli dharmakayę”. Pamiętajmy, że tekst puji porusza inne aspekty naszego ja. Chodzi o pobudzenie energii wpisanych w osobowość, w nasze „ja” i skierowanie ich w kierunku dharmy. Tak więc dharmakaya, mimo że nie jest przez nikogo stworzona, to czasem musimy się o nią modlić, prosić jak gdyby miała być dla nas prezentem gwiazdkowym.

Odwołajmy się do filozofii Kanta i jego dyskusji na temat związku między środkiem a rezultatem. Dojdziemy do wniosku, że dharmakaya mimo, iż (jako stan końcowy) istnieje od samego początku, będąc tym samym paradoksem, jest zarówno (końcem) niezależna od jakichkolwiek środków, dzięki którym mielibyśmy do niej dotrzeć. Nie jest tak, że środki określają rezultat, lecz to środki są zależne od przeszkód, jakie pojawiają się na drodze do celu. Jest to kwestia kluczowa, ponieważ tłumaczy dlaczego w buddyzmie jest tak wiele różnych metod. Mają one pomóc poradzić sobie z naszymi ograniczeniami. Mamy różne ograniczenia więc znajomość różnych metod przydaje się. Żadna z nich jednak nie określa odgórnie rezultatu końcowego ponieważ istnieje on od samego początku.

Następna linijka opisuje sambhogakayę jako spontaniczne objawienie się świetlistości, naturalnego stanu czy podstawowej natury. *RHAANG ŽIN* czyli moja twarz, jest tym, co się objawia z naszej podstawy bez żadnego wysiłku. Jeśli jesteśmy zdrowi nasza twarz promieniuje blaskiem, skóra wygląda dobrze, świeżo i promiennie. Nie polega to na tym, że nasz organizm musi wysilać się, żeby pokazać nasz stan zdrowia, to po prostu dzieje się samo z siebie, promieniując. W tej chwili odbywa się festiwal filmowy w Cannes. Będzie tam zapewne mnóstwo sztucznego blasku, który nie ma nic wspólnego, z tym, o którym mówimy.

Następnie mamy nirmanakayę, która jest wszechobecnym współczuciem. *KUN KHJAB* nie rozprzestrzenia się tylko z jednego punktu. Jest wszechobecna. Współczucie to nie coś, co mam i daję innym. To jakość połączenia, niezaburzony, wolny przepływ energii w dharmadhatu. Patrząc na to z punktu widzenia bodhisattvy mamy dwa rodzaje współczucia: niezwiązane z obiektem i związane z obiektem. To pierwsze nie oznacza, że po prostu

bierzemy sobie jakiś pojemnik pełen współczucia i rozsypujemy je gdzie popadnie, bo i tak nie ma znaczenia, dokąd trafi. W Tybetańskim to współczucie nazywamy *MIG ME NJIING DZIE*. *MIG PA* to dokładne opisanie innych, niemal diagnoza psychiatryczna. *MIG ME*, z kolei, jest przeciwieństwem tego, bo jest otwartością, nie kategoryzuje¹⁷, jest przywitaniem wszystkiego, co się pojawia. Nie ogranicza zjawisk liczbowo. Bardziej chodzi tu o przestrzeń, dzięki której *MIG ME* akceptuje stan niewiedzy oraz jawienie się rzeczy, jako doświadczenie. Wolny od jakichkolwiek planów i strategii, reaguje świeżością na każdą chwilę.

Ten tekst praktyki dotyczy jednak współczucia związanego z obiektem. Wchodzę w relację z tobą i (nawet, jeśli cię znam) zakładam, że nie wiem, jaki tak naprawdę jesteś, ponieważ przyjmuję cię, jako obiekt, który sam się objawia. Mimo, iż to, jaki jesteś nie jest czymś zupełnie oddzielnym od tego jak się objawiasz moje współczucie nie może być uzależnione od mojej oceny twojej osoby. Byłoby to wręcz przemocą względem twojej osoby. Czekam więc, w jaki sposób się objawisz. Bez względu na to jak to zrobisz każda z twoich manifestacji będzie wyjątkowa i bardzo specyficzna ze względu na nietrwałość, a także, dlatego, że nasza energia nieustannie się zmienia. Dlatego powinienem otworzyć się na ciebie w chwili, gdy ty pokazujesz mi siebie i odnieść się do tego korzystając ze stanu, w jakim jestem w danej chwili. Jeśli praktykuję tę sadhanę, moim stanem powinna być integracja *NGO ŁO Z RAANG ŽIN*. Połączenie prawdziwej natury i naturalnej świetlistości. Z tego właśnie stanu zrodzi się moja reakcja, niezanieczyszczona przez karmę, nawyki, warunkowanie czy zaciemnienia.

Dzisiaj jest sobota, a w sobotę po południu jest mecz piłki nożnej. Zawsze, gdy jest mecz i grają profesjonaliści, zostaje on zarejestrowany na kamerze video. Potem drużyny oglądają ten film bo chcą poznać strategię przeciwnika. W życiu zachowujemy się podobnie. Sprawdzamy ludzi, działamy na podstawie własnych założeń. Jeśli okazuje się, że nasze założenia dotyczące innych ludzi są trafne to możemy już próbować wpasować się w nie jeśli chcemy. Czasem też (jeśli tego chcemy) działamy wbrew tym założeniom po to tylko, by zbliżyć się do innego człowieka, zacząć go kontrolować lub celowo rozdrażnić, zależnie od tego jakie mamy zamiary. Uznajemy, że „wiedza to potęga” i na tej podstawie prowadzimy swoje własne dochodzenie, stajemy się jak agenci UB lub szpiegdy

Taki stan pochodzi z poruszeń i strachu. W dzisiejszych czasach pełnych konkurencji każda firma musi zadbać o to, by wejść we współpracę z tymi najbardziej odpowiednimi. Firmy samochodowe próbują badać z kim z się „zaprzyjaźnić”. Firmy z sektora komputerowego czy producenci sprzętu elektronicznego obawiają o swoją przyszłość więc, by nie wypaść z rynku, chcą wiedzieć, kto jest konkurencją a z kim warto podjąć współpracę.

Ego działa w ten sam sposób. Jest zawsze niespokojne o siebie, czuje zagrożenie z każdej strony. Chciałoby osiąść jak najwięcej, najlepiej cały świat dla siebie. Próbuje więc

zdobywać informacje o tym, co dzieje się wokół, aby jak najwięcej zyskać. Dlatego zawsze zadajemy sobie pytanie: „Co ja będę z tego miał?”. Z tym pytaniem związane jest w pewien sposób współczucie. Na przykład, Ameryka za Clintona była liderem wolnego rynku, najlepszym partnerem biznesowym dla Chin. Nie ma to jednak nic wspólnego ze współczuciem dla głodujących Chińczyków czy Tybetańczyków. Chodziło po prostu o najlepsze warunki biznesowe dla Ameryki.

Pracując w szpitalu często mam do czynienia z agresywnymi pacjentami. W moim interesie jest pomóc im stać się spokojniejszymi. Ułatwi im to życie, ale także będą mniej niebezpieczni dla innych spacerując nocą ulicami. To byłaby główna motywacja, świat staje się bezpieczniejszy dla mnie samego. Pamiętajmy, że ogromnie ważne jest sprawdzać samego siebie i nasz stosunek do przywiązań własnego ego i do pięciu trucizn zanim w ogóle zaczniemy pracę ze współczuciem. Bardzo łatwo jest się pogubić, bo może nam się wydawać, że działamy z czystych pobudek a w rzeczywistości wciąż myślimy tylko o sobie.

Wszeghogniająca, nieustająca energia bez podziału na podmiot i przedmiot pochodzi z poczucia, że nasze ja i inni pojawiają się w zintegrowanym polu manifestacji. Najmniejszy ruch w obrębie tego pola, które samo w sobie jest wyjątkowe, przyniesie zmiany ponieważ jest naturalnym przejawem dharmakayi i dharmadhatu.

Gdy swędzi nas szyja to się drapiemy. Ale przecież nikt nie dziękuje za to swoim palcom! Tak samo jest w życiu. Widząc, że cały świat jest zintegrowany, że my jesteśmy jego częścią a on jest częścią nas, że jesteśmy nieoddzielni, nie ma potrzeby czerpać żadnych korzyści ze współczucia. Dlaczego mielibyśmy nie pomagać innym skoro inni są od nas nierozdzielni?

Karol Marks krytykował podejście związane z czerpaniem korzyści dla siebie. Uznawał, że stanowi przeszkodę w budowaniu więzi i współpracy w społeczeństwie. Zysk dla samego siebie to znak, że nasza praktyka zmierza w niewłaściwym kierunku. Jeśli zależy nam na tym, by stać się sławnym medytującym, popularną osobą, jeśli dążymy do rozgłosu i sławy, oznacza to, że tak naprawdę nie praktykujemy dharmy.

Według ścieżki mahayany, na końcu każdej praktyki dharmy dedykuje się zasługę. W ten sposób¹⁸ dedykujemy każdy gest, każdy oddech w momencie, gdy się pojawia, aby nie pozostawił po sobie żadnych śladów. Nie ma nic, co byśmy mogli ze sobą zabrać. To jest właśnie samowyzwalające się współczucie. Potem pojawia się linijka „Jesteś korzeniem i esencją trzech kayi. Drogocenny guru, prosimy wysłuchaj nas”. Tę modlitwę można mówić wiele, wiele razy, zmieniać ton głosu, doświadczać różnych stanów emocjonalnych. Ma ona niezwykłą siłę tworzenia związku. Można także recytować linijkę znajdującą się poniżej, wplatając w nie imię naszego guru.

DRIN CZIEN TSA ŁEJ LA MA (IMIĘ) RIN PO CZIE KhJEN NO

Najłaskawszy rdzenny guru, drogocenny (jego lub jej imię), proszę usłysz mnie!

Jakie jest znaczenie rdzennego guru? Rdzenny oznacza tego, który pomaga nam rozpoznać naszą naturę. Wiodąc nasze życie *tu*, stąpamy po powierzchni naszej własnej ignorancji, karmy i założeń, wchodzimy w interakcje ze światem. Pod tą powierzchnią znajduje się prawdziwa natura, podstawa dharmakayi, dharmadhatu. Jednak my nie widzimy tego. Ludzie mówią nam „Tak trzymaj, takie jest życie” i wciąż wiemy nasze życie tak jak wcześniej – na powierzchni. Guru zrywa zasłonę iluzji i przenosi nas do naszej prawdziwej natury. On jest korzeniem naszego oświecenia ponieważ osadza nas w naszej naturze. Nie chodzi tu o to, że jest najwspanialszym nauczycielem na świecie ale jest osobą, która ma taką funkcję spełniać. To, że ktoś posiada jakiś wyjątkowy tytuł czy imię nie czyni z niego od razu osoby, która będzie w stanie rzeczywiście tę funkcję spełniać.

h. Nauki O Nietrwałości

OM AH HUUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUUNG

DZIG TEN NAANG ŁA GJU MAR GO LAG KJAANG

ThRUL NAANG DI LA DA DUUNG DAG DZIN KJE

DAG GI NJON MOONG BAG CZIAG MA TOONG ŁAR

CZIAG ŻIEN TSAD NEJ CZIE PAR DZIN GJI LOB

Ciało, mowa, umysł. Wielki nauczycielu, udziel mi pełnego urzeczywistnienia. Choć wiem, że ziemskie zjawiska/ idee są iluzoryczne, wciąż czuję w ich kierunku chwytność i wydają się one czymś realnym. Moje splamienia i ich subtelne ślady nie zostały jeszcze w pełni oczyszczone. Proszę, udziel mi błogostawieństwa i odetnij korzeń przywiązania i lgnięcia.

Ta modlitwa pochodzi od wielkiego Tertona Rigdzina Godema. Podobnie jak dla niego jak również dla C R Lamy była to bardzo ważna część ich własnej praktyki.

OM AH HUUNG MAHA GURU SARVA SIDDHI HUUNG to wewnętrzna mantra Padmasambhavy. Możemy jej używać, żeby przywołać jego obecność i prosić o jego pomoc na poziomie relatywnym. Możemy także ją wykorzystać, aby błyskawicznie przeniosła nas do stanu trzech kayi Padmasambhavy, by zintegrować się z nim, a także jako środka do odzyskania stanu integracji z naszą energią. Sami dobieramy którąś z tych funkcji w zależności od naszych możliwości i aktualnego stanu. Ta modlitwa przypomina nam o naszych błędach i pomyłkach więc możemy ją wykorzystać do szczerzej oceny własnej praktyki. Jednak ważne jest, by nie popadać w obwinianie siebie samego, w zamartwianie się, ponieważ to w niczym nie pomoże. Zamiast tego zrelaksujmy się, zaufajmy guru, praktyce i pogładowi. Nie istotne, co zrobiliśmy lub czego nie zrobiliśmy, nasza natura jest zawsze z nami, czysta, doskonała i otwarta.

W zależności od nastroju, gdy czujemy, że wszystko jest poza naszą kontrolą, wtedy modlimy się do Padmasambhavy. Robimy to również, aby się osadzić, gdy czujemy, że już bardziej kontrolujemy sytuację. Jak wspomniałem, nie ma jedynej właściwej drogi na recytację.

Ten fragment zaczyna się słowami: „*Wiem, że zjawiska światowe są iluzoryczne*”. Według tradycji buddyzmu mahayany istnieje dwanaście przykładów pokazujących iluzoryczność natury tego świata: odbicie księżyca w wodzie, fatamorgana, dziecko zrodzone z niezapłodnionej kobiety, poroże na zajęczej głowie itd. Wiele jest także przykładów pustki ukazujących, że ten świat jest jak sen. „*Mimo, że posiadam intelektualne zrozumienie, znam całą teorię, to potężne chwytanie i silne emocjonalne Ignięcie w kierunku zjawisk wciąż powstaje*”

Dzieje się tak, z powodu *dag dzin*, naszej tendencji do przypisywania wrodzonej natury do tego, co jest związane z „ja: i tym, co zewnętrzne. W języku angielskim nie ma żadnego ciekawego słowa, które by to określało. Nie chodzi tu o przywiązanie. Na przykład, mogę być przywiązany do mojego długopisu albo zegarka, bo są moje. Jestem zatem emocjonalnie związany z czymś, co jest dla mnie ważne. Takie emocjonalne przywiązanie nie jest możliwe bez poczucia, że istnieje coś, co jest odrębnym bytem, autonomicznym i istniejącym samym z siebie. Inaczej mówiąc, moje przywiązanie do zegarka jako oddzielnego bytu jest wtórne. Jego własna, wydawałoby się wrodzona natura staje podpórką dla moich emocjonalnych reakcji. W języku angielskim istnieje słowo, które pasuje do tej sytuacji – „urzeczowienie” – czyli „rzeczowość” zjawisk. Rzeczy, które widzimy wydają się być nimi naprawdę, istnieć same przez się, same z siebie. Myślimy, że one są oddzielnymi bytami, nie są zależne od niczego, że posiadają swoją własną odrębną egzystencję razem z ich wszystkimi funkcjami, cechami i dodatkami.

Nie jest tak, że pojawiają się jakieś negatywne myśli, które możemy zmieniać czy analizować. Chodzi o coś, co dzieje się jeszcze przed tym, coś, co jest wpisane w tę podstawową ignorancję. Dlatego tak trudno się takich błędnych myśli pozbyć, jest to związane z naszą karmą, jest automatyczną reakcją na rzeczy. Po to właśnie rozwinęły się tantryczne metody. Oczywiście było, że analiza intelektualna połączona z praktyką uważności nie wystarczały by odciąć korzeń doświadczenia rzeczy jako odrębnych bytów. Prawdziwe życie jest szybkie i skomplikowane, nie możemy tak po prostu zrobić kroku w tył i wycofać się z niego, żeby sobie na spokojnie przeanalizować pewne rzeczy. Nie możemy, bo żyjemy w samym środku niego. Z tego powodu musimy nauczyć się żyć pośród różnych zjawisk i nie dać się im schwytać.

W tantrze poświęcamy dużo czasu na zbudowanie mandali z pustki, bezpośrednio doświadczenie tego, że gdy wizualizujemy Padmasambhavę czy mandalę to oni się pojawiają, są tam i są prawdziwi. Wiemy jednocześnie, bardziej dzięki doświadczeniu niż

analizie, że są oni owocem pustki, że sami w sobie są pustką. Jest to także powód, dla którego w tradycji nyingma nie kładzie się głównego nacisku na logikę i debatę. Dobre podstawy, które można znaleźć w tekstach mahayany są oczywiście pomocne ale głównym narzędziem do przebudzenia jest praktyka i utrzymanie w każdej sytuacji doświadczenia świata jako bóstwa.

Co ciekawe, tekst mówi *DAG DZIN KJE*. *KJE* oznacza „narodzić się” lub „pojawić się”, i myślę, że właśnie to ma związek z naszymi doświadczeniami. Po prostu łapiemy się na tym, że zostaliśmy schwytani przez jakąś sytuację. Wykonujemy praktykę i na końcu okazuje się, że przestajemy być w niej obecni, jesteśmy złapani, wplątani w wir myśli. Tak się właśnie dzieje, coś się pojawia a nam wydaje się, że wszystko jest w porządku dlatego, że to doświadczenie jest bardzo znajome. To trochę jak nieświadomość według Freuda. Rzeczy pojawiające się pochodzą z naszej nieświadomości, a my odkrywamy, że zostaliśmy w nie uwikłani. Po angielsku mówi się: „To przejęło nade mną kontrolę” (mówiąc „to” mamy na myśli nieświadomość), a jeśli tak jest, trudno to powstrzymać. Jednak oczywiste jest, że to nie my to coś *robimy*. Nie jest to też żadna funkcja ego, jest to coś, co pojawia się przed ego. Bez *DAG DZIN*, bez urzeczowienia, nie ma ego jako poczucia siebie samego, oddzielnego.

Samo istniejące „ja” czuje się jak król. Mimo, że to ono prowokuje działanie, samo jest produktem, dynamicznym tworem, który istnieje dopóty dopóki istnieją czynniki wywołujące cały proces. My sami zachowujemy się jak małe dzieci, które są przekonane, że to one są w centrum świata i powodują, że wszystko się wydarza. Tak jak one, my też nie zdajemy sobie sprawy z faktu, że jesteśmy bardzo malutcy. Stawienie czoła tej prawdzie jest dla nas wręcz unicestwiające więc dlatego ego żyje w swoim świecie fantazji jak naiwne dziecko.

Kiedy robimy praktykę *shine* lub *shamatha*, żeby uspokoić umysł, jedną z głównych jej zalet jest możliwość zauważenia jak bardzo dziki jest nasz umysł. Dostrzeżenie tego chaosu pozwoli na ujawnienie się roszczeń ego w szerszym świetle.

Ego nie jest w stanie poradzić sobie ze złożonością umysłu. Kiedy popadamy w jakieś życiowe problemy, zalewa nas fala emocji. Co wtedy robimy? Odpychamy, izolujemy się, próbujemy coś powstrzymać, wykorzystujemy różne rzeczy do tego, by nasz nastrój się poprawił. Upijamy się, palimy trawkę, zaliczamy następny numer, wdajemy się w bójki, robimy najróżniejsze rzeczy, oglądamy telewizję do czwartej rano, jakieś głupie amerykańskie filmy, cokolwiek, żeby tylko zająć czymś siebie. Potem rano pytamy samych siebie: „Kto zjadł tyle popcornu? Kto tyle wypił?” To wszystko jest bardzo ważne, bo nie chodzi o to, żeby po wszystkim powiedzieć, że to ego jest złe. Ego spełnia określoną funkcję w naszym życiu, przydaje się ono w niektórych sytuacjach ale nie we wszystkich. Jeśli będziemy chcieli rozwiązać skomplikowane zadanie przy użyciu bardzo prostego narzędzia to nigdy nam się to nie uda.

W Wielkiej Brytanii lekarze nie mogą wypisywać recept swojej własnej rodzinie. Chodzi o to, że są do tych ludzi zbyt przywiązani. Uznaje się, że lepiej jest skorzystać z pomocy profesjonalisty, który jest w stanie nabrać dystansu. Tak samo jest z ego. Jest zbyt zaangażowane. Ego jest aspektem naszego „ja”, które jest wciąż bardzo bardzo zajęte, przywiązane, próbuje samo siebie chronić i wykorzystać każdą okazję na swoją korzyść wciąż zadając sobie pytanie „A co ze mną, co ze mną?”. Jedynie obecność, jedynie ta właśnie jakość dharmakayi jest wystarczająco przestrzenna, otwarta, by być w stanie powstrzymać to, co skomplikowane bez zniekształcania tego na potrzeby naszego ja. Zatem pamiętajmy, że nie chodzi tu o karcenie siebie i mówienie sobie „Muszę próbować jeszcze intensywniej”. Może okazać się, że to nasze ego czuje się winne i to ono chce próbować i kontrolować to, co naprawdę jest poza jego kontrolą. Wówczas staje się to podłożem do złej praktyki medytacji.

Trzecia linijka mówi „Moje splamienia i subtelne ślady karmiczne nie zniknęły, nie odeszły na dobre”. Te splamienia to toporne formy interakcji z otoczeniem na poziomie energetycznym. Pięć głównych splamień to głupota, odpychanie, pożądanie, zazdrość i duma. Kiedy Budda Shakyamuni doznał oświecenia pod drzewem Bodi pozbył się wszystkich splamień. Jednak do końca swego życia, do momentu ostatecznego i całkowitego oświecenia, przez cały czas musiał walczyć z subtelnymi śladami pozostałymi po tych splamieniach. Nie zanikły one całkowicie. Klasycznym przykładem jest umieszczenie w garnku gruczołu piżmowego, pozostawienie go tam na jakiś czas a następnie zabranie. Zapach piżma i tak będzie wyczuwalny. Subtelne ślady są istotne, jeśli podążymy za nimi mogą bardzo łatwo pociągnąć nas za sobą w splamienia.

Przyjmując ślubowanie bodhisattvy i poświęcając się pracy dla dobra innych, wiedząc że ich oświecenie i nasze oświecenie są nierozdzielne, musimy zaakceptować fakt, że ich splamienia i subtelne ślady są także naszymi. Nie chodzi o to, żeby być nieporuszonym i spokojnym przez cały czas. Istotne jest, by uczestniczyć w życiu razem z innymi nie będąc jednocześnie warunkowanym przez te wszystkie splamienia, złość, nitki wiodące do przywiązania i cokolwiek, co się pojawia. Wtedy właśnie potrzebujemy potężnych metod tantrycznych. Kiedy łączymy się z guru praktykujemy nieoddzielność wszelkiego doświadczenia od jego natury. Guru nie jest odgradzony od samsary ale nie jest też w nią schwytyany lub nią skażony. Podczas praktyki odprężamy się i wszystkie doświadczenia manifestują się jako czysta forma guru – wszelkie zewnętrzne i wewnętrzne doświadczenia, kształty, dźwięki, myśli i uczucia. Forma tego, co się pojawia jest niezmienna. Cokolwiek to jest, splamienie, niepokojące myśli, gdy wprowadzamy w nie przestrzeń one same odchodzą ujawniając swą pustą naturę.

W ten sposób, bez próby zmiany wszystkich niepokojących nas obiektów wokół, również tych mających związek z naszym „ja”, otwarta natura obecności pozostaje niezmiennie z

czymkolwiek innym. Zapominając o tym, zostajemy znów schwytani w pułapkę niekończącej się fali splamień i subtelnych śladów karmicznych. Zamiast próbować zniszczyć same splamienia (*tong wa*), lepiej jest odciąć ich korzeń poprzez zaprzestanie urzeczawiania.

OM A HUUNG MA HA GU RU SARĹA SIDDHI HUUNG
 NJIG MEJ LEJ NGEN MI TAG RAANG ZUG LA
 NGE DZIUUNG KJE NEJ CZIAG ŻIEN JUL BOR JAANG
 CZI NEJ RAANG DEI JUL DOD DU KHEJ NAR
 DOD SED TSAD NEJ CZIE PAR DZIN GJI LOB

Ciało, mowa, umysł. Wielki nauczycielu, udziel mi pełnego urzeczywistnienia. Pojawia się we mnie wyrzeczenie w kierunku nietrwałych manifestacji negatywnych działań tych upokarzających czasów i odrzucam obiekty przywiązania i Ignięcia. Potem znów czuję poruszenie związane z pożądaniem rzeczy codziennego użytku. Proszę, udziel mi błogosławieństwa odcinając korzenie pożądania i pragnień.

Mówi się, że świat przechodzi kryzys, który będzie się pogłębiał do momentu, gdy świat nie ulegnie zniszczeniu lub pojawi się kolejny budda Maitreya. Nasze dobra materialne, zwłaszcza w krajach zachodnich, wciąż rosną, a mimo tego wydaje się, że człowiek doświadcza większych problemów. Wydaje nam się, że mamy większą kontrolę nad wszystkim, układamy plany, prowokujemy sytuacje. Paradoksalnie jednak popadamy w głębsze kłopoty. Wierzmy, że my–ludzie, dzięki rozwojowi nauki i naszym staraniom uczyniliśmy ten świat lepszym. Takie przekonanie utwierdza w nas wiarę w dominację ego. Im bardziej jesteśmy pewni swojej władzy, tym głębiej popadamy w ignorancję i pomieszenie. Bardzo trudno jest znaleźć jakiegokolwiek dowody na to, że pieniądze czynią nas lepszym lub na to, że prowokują do zastanowienia się, co to znaczy być człowiekiem.

Z buddyjskiego punktu widzenia jest to rzeczywiście trudny i niekorzystny okres. Możliwości praktykowania dharmy stają się coraz mniejsze, a nawet ci, którzy praktykują popadają w pomieszenie. Linie przekazu zacierają się, a w miarę jak społeczność praktykujących dharmę zaczyna słabnąć, ludzie angażują się w swoje prywatne gierki. Negatywna karma dojrzewa wraz ze wzrostem naszych negatywnych tendencji. To, z kolei objawia się jeszcze większymi i częstszymi zmianami. Nietrwałość podważa nasze poczucie bezpieczeństwa, na którym większość z ludzi bazuje, aby zachować poczucie własnego ja. Obserwujemy te zmiany jako postęp technologiczny. Świat pędzi do przodu, zmienia się bardzo szybko, każdy dzień przynosi nowe odkrycia, ludzie są w wiecznym pędzie po władzę. Życie w Wielkiej Brytanii, na przykład, to jak jazda samochodem prowadzonym przez pijanego kierowcę. Kołatamy się między spokojem a chaosem, raz po raz, hamowanie i przyspieszenie, hamowanie – przyspieszenie. Oczywiście są tacy, którzy znajdują wtedy ukojenie w różnych ideologiach, religiach, poglądach fundamentalistycznych. Zapewniają one złudne poczucie bezpieczeństwa. To wszechobecne, wszechogarniające i nieustające

poruszenie wciąga nas głębiej w samsarę, bo zamiast spokoju poszukujemy wciąż dominacji.

Druga linijka mówi o wyrzeczeniu, które zwykle przychodzi jako odpowiedź dla takiej sytuacji. Chcemy pozbyć się i odciąć wszystkie obiekty naszego przywiązania i Ignięcia. Później, jednak okazuje się, że te obiekty, które gwarantują nam szczęście wracają do nas i chwytają nas znów na przynętę. Pojawia się cierpienie. Większość z medytujących, którzy bywają na retritach doświadczyła takiej właśnie sytuacji. Mamy swój mały pokój, przez dłuższy czas żadnego kontaktu ze światem zewnętrznym i nie za wiele do roboty poza pują. Co jakiś czas robimy *tsok*, ceremonię ofiarowania i wtedy zanosimy swój mały pakunek na ofiarę. Zaglądamy do niego za każdym razem, wyciągamy łakocie, układamy je przed sobą, odliczamy i myślimy: „Dzisiaj zjem dwa”. W jednej chwili cały nasz świat to te dwa małe przedmioty.

Modlitwa wyraźnie wskazuje, że mamy poważny problem. Jeśli będziemy próbować oczyścić obiekt, to może i nam się to uda ale w samsarze i naszym umyśle są bardzo silne tendencje do tego, żeby się angażować, przydawać obiektom znaczenie. Te tendencje są tak potężne, że nie jest łatwo im się oprzeć tak jak ciastku czekoladowemu. Zwykle nawet najmniejszej rzeczy przydajemy znaczenie i ona nas chwyta. Odcięcie przywiązania jest bardzo trudne, bo jest ono wpisane w strukturę świata, w jakim żyjemy. To tak jakby przestać kupować. Wtedy cała gospodarka upada i wzrasta bezrobocie.

Mimo tego, że pożądanie i Ignięcie jest skierowane do nieskończonej liczby obiektów, wszystkie mają jedną i tę samą przyczynę – ignorancję czyli nieznaną naturę, pustki. Najlepiej odnaleźć ten korzeń, wtedy cała samsara znika. Jeśli odetniemy korzeń połączenia podmiotu z przedmiotem, uwalniamy wszystkie przedmioty. Nie chodzi tu o unicestwienie obiektów, zniszczenie ich, lecz o to, że przestają one nas niepokoić. Aby to zrobić, musimy odciąć korzeń identyfikacji z przedmiotem. Tak długo jak będziemy urzeczawiać przedmioty, będziemy wzmacniać dualizm i tylko udawać, że przedmiot i nasze „ja” to manifestacje pozbawione wrodzonej natury. W ten sposób urzeczowiona świetlistość dharmaty blokuje integrację energii z jej własną podstawą i tworzy jedynie chaos i przygnębienie.

OM A HUUNG MA HA GU RU SARLA SIDDHI HUUNG
 DUG SUM NJON MOONG SEL ŁEJ ThAB CZIEN PO
 GJAL ŁEJ LUUNG TEN MAANG PO SUUNG LAG KJAANG
 POONG KEJ BAG CZIAG ŁAANG DU SZEJ CZIER SZIOR
 LEJ NGEN TSAD NEJ CZIOD PAR DŽJIN GJI LOB

Ciało, mowa, umysł. Wielki nauczycielu, udziel mi pełnego urzeczywistnienia. Jinowie w swych naukach podali wspaniałe metody oczyszczania trzech trucizn, ale ja wciąż bardzo mocno odczuwam działanie subtelnych śladów karmicznych, które są tak trudne do porzucenia. Proszę, udziel mi błogostawieństwa odcinając korzenie wszystkich złych uczynków.

Wszyscy buddowie podają w swoich naukach wiele różnych metod usunięcia splamień trzech trucizn. Począwszy od podstawowych metod wyrzeczenia w hinayanie, poprzez ścieżkę kumulacji zasługi i mądrości, nauki prajniaparamity, logikę, aż do najwyższych nauk tantry i dzogchen. Mimo istnienia tylu nauk i poznania ich aspektów my wciąż bardzo mocno ulegamy potędze subtelnych śladów karmicznych, które są niezwykle trudne do usunięcia.

Nasze ego, nasze świadome odczuwanie własnego „ja” jest tak bardzo podzielone, niespójne i rozbite, że bardzo łatwo zaszufładować naszą wiedzę odnośnie własnego doświadczenia. Wydaje nam się, że jeśli coś wiemy i zachowujemy się w określony sposób wtedy, gdy jesteśmy spokojni, to na pewno zachowamy się identycznie w sytuacji ekstremalnej. Wiemy doskonale jakich okropnych rzeczy mogą dopuścić się ludzie w czasie wojny. W innej sytuacji nigdy by ich nie zrobili. Zostają pozbawieni cywilizowanego trybu życia, który sprawia, że ludzie są spokojniejsi, zachowują więcej przejrzystości. Mimo, iż są to wciąż ci sami, wykształceni ludzie, kiedy napotykają na jakieś prowokacje zaczynają ujawniać się ich prymitywne zachowania. Potem sami zastanawiają się jak mogli zrobić takie rzeczy. To przytrafia się nam bardzo często.

Bardzo ważne jest obserwowanie siebie w każdej sytuacji i każdych warunkach i rzeczywiście praktykowanie dharmy w najtrudniejszych chwilach naszego życia. Jak nauczał Shantideva¹⁹ w *Bodhicaryavatara* nasz najlepszy przyjaciel jest naszym wrogiem, a nasz wróg rzeczywiście pokazuje nam nasze ograniczenia. Jeśli mamy fajnych przyjaciół i spędzamy z nimi miłe chwile to wydaje nam się, że my też jesteśmy tacy fajni. To jest OK pod warunkiem, że chcemy iść w życiu na łatwiznę. Może się zdarzyć, że w innej sytuacji odkryjemy jak samolubni i okrutni jesteśmy. Zdajemy sobie z tego sprawę wtedy, gdy nasza praktyka nie jest tak silna, wszystko zaczyna się walić i nie pozostaje nam nic innego jak współczuć samemu sobie. Ważne, by nie dać się zwieść fantazjom na swój temat lecz starać się utrzymać pogląd trzech kayi guru.

Jednym z powodów nauczania o karmie i poprzednich żywotach jest to, że wiedza ta pomaga nam zauważyć, że kiedyś z pewnością popełniliśmy wiele strasznych czynów. Pięć trucizn nie odnosi się jedynie do popełnionych błędów z przeszłości, które i tak przemijają. To autentyczny model, w którym funkcjonujemy. Jest podstawą naszego zwykłego „ja”. Biorąc pod uwagę tę sytuację można powiedzieć, że nauczyciele tacy jak Chhimed Rigdzin są bardzo pomocni. Potrafią prowokować i ukazać nam nasze własne ograniczenia. Im wcześniej je zauważymy, tym więcej czasu będziemy mieć na pracę z nimi. Jednak mamy tendencje do tego, żeby stwarzać pozory, że wszystko jest ok. Często udaje nam poradzić sobie z jakąś sytuacją ale nie do końca potrafimy powiedzieć jak to się stało. Tak czy siak myślimy sobie: „Boże, jak dobrze to już się skończyło” i już za chwilę robimy coś innego. Niczego się nie nauczyliśmy o sytuacji, w którą zostaliśmy uwikłani.

Poprzez uniki sami skazujemy siebie na powtarzanie takich samych błędów. Dlatego właśnie ogromnie ważne jest, aby rozpoznać głębokie przyczyny naszego zachowania. Tekst mówi przecież: „*Proszę pobłogosław mnie odcinając korzeń niewłaściwego postępowania*”.

A jakie jest jego źródło? Bierze się ono z błędnego poglądu i naszych impulsów. Każde z nich powstaje z ignorancji i jako konsekwencja siły przywiązania. Przywiązanie zaś opiera się na postrzeganiu rzeczy, sytuacji, wspomnień, myśli, tego, co odbieramy zmysłami jako prawdziwych. Zazwyczaj mamy duże trudności, żeby to zauważyć. Pomocna może być terapia. Jeśli jest dobrze zorganizowana, to grupowa będzie bardziej efektywna od indywidualnej. W grupie łatwo jest dostrzec, że inni mają także problemy. Przynosi to wielką ulgę, bo nie musimy dłużej udawać. Wystarczy, że rozejrzemy się wokół. Od razu pomyślimy: „O, każdy ma ograniczenia, nie tylko ja mam jakieś problemy, więc nie muszę traktować ich tak bardzo poważnie”. Człowiek ma to do siebie, że przejmuję się tym, co pomyślą o nim inni. Chcemy zawsze mieć pewność, że inni nie zauważą tego, czego się wstydzimy.

Oczekujemy akceptacji. Poszukujemy jej u kogokolwiek. Ktoś, kto filtruje świat przez pryzmat swoich założeń opowie nam bzdury o nas samych, a my w nie uwierzemy bo chcemy zadowolić tę osobę. Nie chcemy się czuć odrzuceni. To bardzo mocno wciąga nas w samsarę. Bycie marionetką w rękach własnej karmy jest nieciekawe, ale stawanie się marionetką dla każdego, kogo spotykamy jest po prostu głupie.

OM AH HUNG MA HA GU RU SARLA SIDDHI HUUNG
CZI KJEN NAANG KJEN DE MA ThAG PeJ KJEN
ThAM CZIE KJED PEJ TSA LA NJI DZIN TU
DA ZOD GO JANG DUD PEJ TSAL MA DROL
RAANG SEM CZIER BUR CZIAR BAR DZJIN GJI LOB

Ciało, mowa, umysł. Wielki nauczycielu, udziel mi pełnego urzeczywistnienia. Zewnętrzne, wewnętrzne i nagle powstające, przynoszące skutki sytuacje — wszystkie one powstają z wiary w dualność. Rozumiem to, lecz nie uwolniłem się jeszcze od mocy mary. Proszę, pobłogosław mnie, aby mój umysł objawił się nagi.

Wyróżniamy trzy rodzaje okoliczności, zewnętrzne, wewnętrzne i nagłe. Wszystkie trzy pochodzą z korzenia dualnego doświadczenia. Gdy zaczynamy identyfikację z podmiotem odkrywamy, że ponieważ podmiot i obiekt pojawiają się jednocześnie, to nasze poczucie „ja” jest jakby na łasce pola manifestacji obiektu. Ignorancja wpisana w naszą naturę i wynikające z tej ignorancji doświadczenie dualności są podstawową przyczyną pojawiania się warunków dla drugorzędnych okoliczności. Kiedy te powstają ich działanie jest bardzo silne a wynika to z naszej identyfikacji z ciałem i naszym „ja”. Przykładem takich nagłych drugorzędnych okoliczności może być sytuacja kiedy siekamy w kuchni warzywa i ktoś nagle nas zawoła. Odwracamy głowę i wtedy zacinamy się nożem. Ponieważ łatwo dajemy się rozproszyć nie trudno o taką sytuację. Równowaga pomiędzy wewnętrznym a

zewnątrznym nie jest stała, a okoliczności nagle pojawiające się spotykają nas wtedy, gdy nie jesteśmy czujni. Okoliczności zewnętrzne, z kolei, pochodzą z obiektu w kierunku podmiotu. Popierając to przykładem, inflacja podnosi ceny więc mamy mniej pieniędzy do wydania. Okoliczności wewnętrzne to takie, które pochodzą z podmiotu i mają wpływ na to, co z nim jest związane, np. choroba, która nie pozwala pójść do pracy.

Następna linijka mówi: „Wiem o tym wszystkim, pojmuję to własnym rozumem lecz mimo to nie jestem wolny od energii demonów , wprowadzającej w pomieszanie ignorancji”. Tak będzie dotąd, aż nie uwolnimy się od poczucia, że „ Żyję w świecie, w którym wszystko jest ode mnie oddzielne”. Budda nauczał, że „życie jest jak sen, wszystko jest iluzją. Życie w naszym ciele to jak iluzja, spacer drogą to iluzja, sama droga też. Wszystko, co widzimy to nic innego jak iluzja. Niby istnieje naprawdę ale nie ma prawdziwej wrodzonej natury”. Budda mówił o tym nie tylko wtedy, gdy nauczał wyższej tantry czy dzogchen, również podczas przekazywania innych nauk. Kiedy tego nie rozpoznajemy, wierzymy, że wszystko to, co jest na zewnątrz istnieje naprawdę, to co jest wewnątrz także. Z przyjemnością zatapiamy się w naszych założeniach, przestajemy być czujni i wtedy właśnie zostajemy zaskoczeni przez pojawiające się okoliczności. O tym mówi tekst. Największą *marą*, naszym demonem jest zajmowanie się swoim „ja”, odwoływanie się do niego. Ten nawyk nie pozwala nam na bycie obecnym w chwili jako aspekcie pola energetycznego.

Dalej tekst mówi: „Pobłogostaw mnie, by mój umysł mógł objawić się nagi”. „Nagość” to jakość dharmakayi, wskazująca, że nie jest ona niczym przykryta, nie jest zaciemniona, nie jest uwarunkowana i nie jest zależna od niczego. Te słowa ukazują świeżość, surowość, która po prostu jest. Nagi umysł, to taki, który jest w pustce. Z pustki powstają różnego rodzaju myśli i uczucia. Są one ozdobą umysłu tak jak naszyjnik i bransoletki są ozdobą nagiej, tańczącej dakini. To podejście nie ma nic wspólnego z ukrywaniem myśli i uczuć. Nie chodzi tu o przykrywkę dla wstydu i ego, które nie jest pewne czy istnieje czy też nie. Nagość pozbawiona wstydu pozwala na zabawę odzieniem i dekoracjami ciała. Stają się one przyjemnością, przeciwieństwo do tych, które mają za zadanie przykryć ze strachu, z obawy. Wtedy taka niewygodna nagość jest powodem, dla którego w pośpiechu sięgamy po jakiegokolwiek ubranie. Wówczas najbliższe zawsze będzie pięć trucizn.

Jaki to wszystko ma związek z praktyką? W kolejnym etapie (patrz sekcja E:l), otrzymujemy cztery inicjacje a później Padmasambhava rozpuszcza się i wnika w nasze ciało. Stajemy się kulą światła, która zmniejsza się dotąd, aż stanie się małym punkcikiem a potem...już nie ma nic. Zaczynamy od poczucia buddów, światła i całego świata pełnego dobra. Stopniowo wszystko staje się prostsze, znika wszelkie odzienie, nasze „ja”, ornamenty, znikają inni, dopóki nie zostanie mała kulka światła. Kulka ta po chwili też znika. Nie mamy żadnego ubrania, niczego, czego moglibyśmy się uczepić, czegokolwiek, co mogłoby nas rozproszyć. To jest właśnie moment, w którym możemy doświadczyć nagiej natury umysłu. Dlatego tak ważne jest, by ten fragment medytacji wykonywać bardzo uważnie. Jeśli rozpoznacie nagi

umysł, wtedy także rozpoznane zostaną wszystkie zaciemnienia takimi jakie są, wszelkie przywiązanie odejdzie a ujawni się niedualność. Wówczas rozpoznacie: „To tylko ornamenty, a nie prawdziwa podstawa mojego istnienia”. To będzie wyzwolenie. W historii „Nowe szaty cesarza” gdyby mały chłopiec nie wskazał, że cesarz był nagi to wszyscy zdążyliby już zdjąć z siebie ubrania!

OM A HUUNG MA HA GU RU SARŁA SIDDHI HUUNG
 NJI DZIN DROG LEJ DROL ŁAR DŽIN GJI LOB
 SZIE PA ZO MED RAANG LUG LhUG PA LA
 KhEJ KJAANG LEG PEI RAANG ZO MA JEJ SZIING
 DŽIING ThIB JEENG ŁEJ TSON RAR MA CZIING PAR
 TRAG DAANG RAANG OD TSER ŁEJ RIG PA DI
 CZIE NJID JAANG PEJ MA DAANG BU ThRAD NEJ
 LE LO KJEN GJI DROG CZIR MA Thom PAR
 LEG PAJ KhaANG BUR CZIE PEJ NGJER DŽEJ TE
 NJUR DU CZIE NJID MA DAANG BU ThRAD NEJ
 CZIN CZIAD DRO DON TOB CZIEN DŽIED PAR SZIOG
 DZIAANG CZIUB SEM PEJ CZIE PA DŽIED PAR SZIOG
 ŽIEN DON GE ŁA LAB CZIEN DRUB PAR SZIOG
 KhOR ŁA DOONG NEJ TRUG PEJ ThU ThOB SZIOG

Ciało, Mowa, Umysł. Wielki nauczycielu, udziel mi pełnego urzeczywistnienia. Proszę, pobłogosław mnie wolnością od ograniczającej wiary w dualność. Sam umysł nie jest stworzony, działa swobodnie na swój sposób. Nie tworzą go ani dobre uczynki, ani właściwości Buddy, nie wiążą go pęta senności, ociążałości i wahania. W olśniewającym, promiennym, naturalnym świetle pierwotnej mądrości spotkają się wielka matka i syn dharmaty.

Nie pozwalając ogłupiać się fałszywym przyjacielom lenistwa, z mocą i miłością będę chronić dom sunyaty, by matka i syn dharmaty mogli się wkrótce spotkać. Uczyniwszy to, będę pracować ze wszystkich sił dla dobra tych, którzy błądzą w samsarze. Będę wypełniać działania bodhisattvy i zgromadzę morze zasługi dla pożytku innych. Chcę uzyskać skuteczną moc opróżnienia samsary.

Czyż nie najwyższy czas bym wyrwał się z pułapki wiary w dualność? Tylko ja sam mogę to zrobić. Ja sam mogę się uwolnić. Ta sytuacja podobna jest do chińskiej historii o małpie, która wkłada rękę do słoja z orzechami. Potem próbuje ją wyciągnąć ale nie może, bo ręka utkwiała. Była zaciśnięta w pięść. Małpa ciągnie i ciągnie, wreszcie, gdy otwiera pięść i wypuszcza orzech ręka wychodzi ze słoja.

Jesteśmy skazani na wieczne robienie czegoś. Nasze ciała nie pozostają w równowadze energetycznej, wciąż nerwowo się poruszamy, musimy wciąż coś robić. Człowiekowi niezwykle trudno jest zupełnie nic nie robić. W Wielkiej Brytanii, co tydzień wychodzi tysiące czasopism poświęconych każdemu z możliwych sposobów spędzania wolnego czasu. Mamy gazety dotyczące lotniarstwa, pływania na jachtach, katamaranach, każdy ze sportów ma swój magazyn. Ludzie mają obsesje na punkcie sportu, spędzają całe weekendy na robieniu różnych rzeczy. Nawet jeśli nie uprawiamy sportu to i tak nas to dotyczy, bo_jesteśmy

związani z karmą czasów, w jakich żyjemy. Nie jest to kwestia tylko poszczególnych jednostek. Działanie nas wciąga, ludzie muszą wciąż coś robić, więcej i więcej. Te ograniczające okowy dualności znikną jedynie wtedy, gdy dopuścimy relaks i pozwolimy wszystkiemu zwyczajnie odejść. Nie jesteśmy w stanie tego zrobić posługując się jakimkolwiek innym działaniem. Buddowie wiedząc, że jesteśmy tak bardzo przywiązani do działania nauczali tantry, dzięki której wszystko zostaje obnażone jako mniej rzeczywiste.

W następnej linijce otrzymujemy wskazówki dotyczące naszej prawdziwej natury. *SZIE PA* czyli umysł – nie tylko umysł Buddów ale także twój własny umysł, który nie jest twoim. *RAANG LUG* znaczy „taki jaki jest” czyli rozluźniony, spontaniczny. Umysł nie pragnie tworzyć rzeczy. Sam, w sobie, nie został stworzony czy skonstruowany. Po prostu istnieje w swobodny sposób.

Kolejna linijka mówi: umysł nie został stworzony przez jakieś dobre uczynki człowieka czy Buddów. Wszystkie czynności, które wykonujemy w klasztorach, palenie lampek maślanych, czyszczenie podłogi, malowanie tanek to metody pomagające nam rozwinąć koncentrację, współczucie, troskę o innych. Same w sobie nie tworzą natury Buddy. Pewnie większość z nas tutaj obecnych jest zdrowa ale przecież zdarza się, że chorujemy od czasu do czasu. Idziemy do lekarza a on przepisuje nam jakieś leki. Bierzymy je i pomagają nam pozbyć się przyczyny choroby albo złagodzić jej objawy. Czujemy się lepiej ale to nie lekarstwa czynią nas zdrowymi. One wpływają na brak równowagi w naszym organizmie i ten brak właśnie powodował chorobę. Z dharma jest tak samo, wszystkie czynności z nią związane mają podobną funkcję.

Negatywne właściwości, brak przejrzystości, błędy w medytacji, zapadanie się w niej, rozproszenie – wszystkie one wiążą i krępują ego a nie sam umysł. Zapadanie się w medytacji przytrafia się wtedy, gdy trudno jest nam utrzymać koncentrację. Mglistość, brak przejrzystości wówczas, gdy jesteśmy schwytni przez myśli, odczucia, brak nam jakiegokolwiek przejrzystości. Rozproszenie zaś, to chwytny nas natłok myśli, odczuć, doświadczeń zmysłowych. Wszystkie opisane stany są bardzo intensywne, przechwytyją nad nami kontrolę, stajemy się przez nie uwięzieni. Gdy tylko się rozluźnimy to one odejdą. Umysł nie jest bytem, nie można więc go schwytać.

Z tego powodu nauki dzogchen mówią, że gdy nasz umysł to jeden wielki bałagan, gdy widzimy, że nigdy nie udaje nam się medytacja, jeśli zawsze jesteśmy rozproszeni – wtedy nie powinniśmy się zamartwiać. Nie powinniśmy też na siłę próbować. Zamiast tego lepiej jest po prostu się zrelaksować. Wtedy, usiądź sobie w spokoju a wszystko odejdzie. Gdy rzeczy nie rozwijają się w dobrym kierunku wtedy z reguły są dwa modele postępowania. Albo staramy się jeszcze mocniej albo się poddajemy. Przez takie postępowanie mieszamy się jeszcze bardziej z tym, co się pojawia zamiast od tego się odcinać.

Tekst mówi: „Obecność jest świetlista, błyszcząca, świecąca swoim własnym blaskiem”. Nawet, kiedy na niebie nie widać słońca bo jest sporo chmur, to żadne z was nie wpadłoby na pomysł, żeby szukać go przy pomocy latarki. Słońce przecież świeci swoim własnym światłem. Ale tak właśnie robimy cały czas próbując odnaleźć umysł. Wychodzimy na poszukiwania z naszą małą lampką, która jest lampką ego. Próbujemy odszukać umysł, zupełnie jakby był on schowany w jakiejś ciemnej kieszeni. On promieniuje swoją doskonałą światłością i blaskiem.

Ważnym elementem, zwłaszcza tuż po połączeniu się z guru jest, zamiast zdobywać się na jakikolwiek wysiłek, po prostu odprężyć się i zaufać, że to co jest objawi się nam samo błyszcząc swoim własnym światłem. Dharmakaya to nie przedmiot, który możemy zobaczyć i schwytać. Ona jest doświadczeniem, naszą naturą, która objawi się przez odprężenie się w niej.

Wraz z obecnością tej natury pojawia się integracja naszego doświadczenia z tym, co zawsze istniało. To, co jest matką, czyli podstawa, terazniejszość spotyka nas bez żadnych ograniczeń. Matka i syn spotykają się. Nie ma żadnej przerwy, żadnych wątpliwości, zupełnie jakby nigdy się nie rozdzielili. Dharmata jest wydarzającą się niedualnością, nie stworzoną przez nikogo rzeczywistością.

Jednak dalej tekst przypomina nam, żeby nie zagubić się w tych przyjemnych dla nas chwilach. Nie chodzi o to, by tylko się bawić i relaksować. To nas do niczego nie zaprowadzi. W dzogchen pojęcie relaksu oznacza bycie rozluźnionym cokolwiek się wydarza. Nie chodzi tu o takie weekendowe relaksowanie się albo gdy jesteśmy na tzw. haju. Chodzi o umiejętność rozluźnienia się w obliczu naprawdę trudnej sytuacji. Nie mieszajmy odwiedzin w domu przyjaciół z realizacją dzogchen. Utrzymujmy stałe połączenie i pozostajmy raczej w przyjaźni z dobrym domem sunyaty. Chcę przez to powiedzieć, zamieszkajcie w nim.

Mając sunyatę jako punkt odniesienia nie pojawi się żadne zagrożenie stanu zagubienia. Tekst mówi „Matka i syn dharmata wkrótce się połączą”. W momencie, gdy to się wydarzy, wy osiągniecie stabilizację we własnej naturze a wszelkie wasze działania będą mogły zaistnieć z całkowitą wolnością.

Ostatnie cztery linijki dotyczą natury działania niedualnego. Aby działać na korzyść innych z wielką siłą i zachowywać się jak bodhisattva trzeba być wolnym od troski o siebie. To jest główna reguła. Wtedy działanie pojawia się bezwysiłkowo pochodząc z natury niedualności. Nie jest czymś, co wykonujemy my. Nieskończona hojność powstaje z wolności. Nie chodzi tu o żadne obowiązki, tak po prostu jest. Naturalnie szlachetny, bez wysiłku, zawsze idealny, Kuntu Zangpo.

Następnie tekst mówi: „Opróżnię samsarę”. Oznacza to, że w samsarze nie pozostaną żadne istoty. Zgodnie z poglądem, nigdy nie było żadnych istot. W praktyce oznacza to, że potwierdzamy ich wyzwolenie nie wspierając ich karmicznych założeń i oczekiwań. Chodzi o to, że gdy jesteśmy z ludźmi, nie powinniśmy bezgranicznie wierzyć ich tożsamości ani temu, co mówią. Nie powinniśmy też pozostawiać ich samym sobie mówiąc: „Ach, to i tak wszystko pustka, iluzja”. Zamiast tego należy raczej spróbować ich naprowadzić dając przestrzeń do tego, by mogli się objawić, by ich energia mogła się zmanifestować i tak, by mieli szansę rozpoznać siebie samych, jako manifestującą się energią. Nie dając im wsparcia w ich karmicznych planach, nie posiadając jednocześnie żadnych swoich, rozluźniamy skostniałą strukturę sytuacji. Pojawia się przestrzeń, w której można się swobodnie poruszać i doświadczyć świeżości.

Zgodnie z tym poglądem, ludzie nie stają się oświeceni dzięki swoim czynom. Oświecenie osiąga się poprzez bycie sobą. Dlatego, współczucie nie ma nic wspólnego ze zmienianiem zewnętrznego zachowania drugiego człowieka, robieniem czegoś dla niego albo za niego. Nie chodzi tu o żadne pomaganie ludziom stać się bardziej uprzejmymi, ani o to, by udało im się łatwiej znaleźć pracę, funkcjonować społecznie. Chodzi o to, by pomóc ludziom uwolnić się od obsesji związanej ze światem zewnętrznym. Pomóc im odnaleźć chwile, w których będą w stanie odprężyć się w swoim własnym doświadczeniu istnienia.

i. Modlitwa o To, Czego Pragniemy

CZI TAR DA DON TAG DZIOG NGA JAB LIING
 NAANG TAR RAANG LU PHUUNG KHAM KHA DROI DROONG
 SAANG ŁA DE TOONG JER MED THIG LEI LOONG
 JAANG SAANG DZIA TSOL DRAL ŁA NJUG MEI SZI
 RAANG JUUNG RAANG SZIAR RAANG DROL DE ŁA CZIE
 NJI MED GJAL PO DON GJI HE RU KA
 NEJ SUM KHA DROI TSO ŁO PE MA DZIUUNG
 KU SUM JER MED ŻIAB LA SOL ŁA DEB

Zewnętrznie: w Ngayabling z doskonałymi znakami, gdzie wszystko ma głębokie znaczenie; wewnętrznie: w mieście dakiń – mieście skandh i dhatu własnego ciała; tajemnie: w przestrzeni kuli nierozdzielności szczęśliwości i sunyaty; najsekretniej — w pierwotnej i jako pierwotna, niezmienna natura wolna od działań i wysiłku. Samoistny, samopowstający, samowyzwalający, pełen wielkiej szczęśliwości — królu niedualności, wolny od samsary i nirwany, doskonały pierwotny heruko, panie dakiń trzech miejsc, Padmasambhavo, modlimy się do Ciebie, w którym trzy kaye są nierozdzielne.

Wiele lat temu w Shantiniketan, tę właśnie modlitwę Rinpoche odnalazł we śnie. Zaraz po przebudzeniu ją zapisał, my ją przetłumaczyliśmy i wykorzystaliśmy do praktyki zwanej Deszcz Błogostawieństw.

Na poziomie zewnętrznym możemy mówić, że istnieje wyspa, nazywa się ona Camaradvipa, jest domem dla Zangdopalri i miejscem, gdzie wszystko posiada znaczenie i sens. My natomiast żyjemy w takim świecie, gdzie wszystko jest tak sensownie bezsensowne. Dzieci i dorośli padają ofiarą reklamy, wydają duże pieniądze na puste przedmioty. Zalewają nas bez końca coraz to nowsze niesamowite towary. Wszystko to kamuflowane jest przez płytką naturę konsumpcji. Na wyspie, o której mówiłem wcześniej, wszystko ma znaczenie, ponieważ kieruje naszą uwagę na dharmę, a w szczególności, na przebudzenie na naszą naturę. Jeśli pojedziecie do Sikkimu, Ladakh, czy Tybetu znajdziecie się w miejscach, gdzie będziecie otoczeni różnymi wizerunkami, obrazami pełnymi znaczenia. Przechadzając się ulicą zobaczycie stupy i ludzi z młynkami modlitewnymi. Nagle wszystko nabierze mocy. Ale pomyślcie o Tybetańczykach żyjących w takim środowisku, oni myślą „Na pewno są jeszcze jakieś inne miejsca, gdzie wszystko jest naprawdę pełne znaczenia”. Ukazuje nam to, w jakiej nieciekawej sytuacji jesteśmy tu, w samsarze.

Mówiąc o poziomie wewnętrznym, nasze ciało składa się z pięciu skand, osiemnastu datu (szczęściu zmysłów, ich podmiotów i ich świadomości). Całe dynamiczne i w ciągłym ruchu pole naszego bytu, pałac dakini. Wierzmy, że w każdym najmniejszym porze skóry mieszka dakini. Oznacza to, że ciało, w swojej zwykłej formie, jest miejscem świętym.

Na poziomie tajemnym, szczęście i pustka są nierozdzielne w wymiarze tigre lub bindu, kuli światła. Kiedy wyobrażamy sobie bóstwo, np. Padmasambhavę, jest on zawsze otoczony tęczą tigre. Nie widać tego dokładnie, bo na tankach, wygląda to bardziej jak aureola. W rzeczywistości jest to trójwymiarowa otoczka, całe ciało jest w środku promieniującej kuli światła. W medytacji używamy sfer do skupienia uwagi i kontrolowania energii. Sfera jest idealnie okrągła, bez żadnych kantów, więc nasza uwaga nie zatrzymuje się na niczym innym. W stanie relaksacji pojawia się pełnia, doskonałość, w której poruszenia energetyczne zwodzące nas w różne kierunki zostają uspokojone. Osiągamy to poprzez zatrzymanie energii w kanale centralnym skupiając się na sferach.

Kolejna linijka odnosi się do jeszcze bardziej tajemnego poziomu, jednakże jest on prostszy i nie ukazuje się światu w oczywisty sposób. Jest to pierwotna natura wolna od wszelkiego działania i wysiłku. Wiele z czynności, które wykonujemy pochodzi z impulsów w nas powstających. Nie opieramy się im, ponieważ tak naprawdę nie możemy, one nas chwytają. Podążamy za nimi a wraz z nami nasza energia, która krąży z miejsca na miejsce. Lecz gdy nasza uwaga osadzona jest w pierwotnej naturze, ego rozpuszcza się z powrotem do swojej podstawy otwartej przytomności i pojawia się bezwysiłkowa świetlistość.

Ten stan to ogromne szczęście doświadczania wszystkiego, jako samopojawiającego się, bez kogokolwiek, kto miałby ten stan wywołać. On istnieje sam z siebie, ponieważ nie ma przyczyny, sam z siebie pojawia się niczym wschodzące słońce o poranku. Jest samowyzwalający się, ponieważ nie ma podmiotu, pozwala wszelkim manifestacjom

samowolnie znikać. Pierwotna natura jest niezrodzona, nie ma źródła pochodzenia, nie spoczywa na niczym a mimo to manifestuje się wiecznie. Jednak nasze istnienie opiera się na założeniu, że aby się nie rozpadło musimy je wciąż podtrzymywać. Wierzmy, że to my sami jesteśmy tymi, którzy powołali swoje istnienie i że do nas należy kontrolowanie wszystkiego tak, by rzeczy się wydarzały.

Teoria mistyfikacji według Karola Marksa mówi, że jedną z nieprawdopodobnych rzeczy na tym świecie jest sposób, w jaki właściciele wielkich fabryk wzbudzają w pracownikach poczucie wdzięczności za miejsce pracy. Wygląda to tak, jakby właściciele tych fabryk robili pracownikom przysługę, wielki gest współczucia dając im słabo płatną pracę. Ludzie, którzy tam pracują nigdy nie myślą o tym, że tak naprawdę to oni robią przysługę właścicielom fabryk przychodząc do pracy. Posiadacze fabryk, mimo że to oni zarabiają nigdy nie ujawniają swoich bilansów księgowych pracownikom, bo nie powinno ich to interesować. Kiedyś, firmy nigdy nie odważyłyby się na publikację sprawozdań finansowych pozostawiając ich kopie do wglądu pracowników. Próbując wykorzystać ten model w dharmie powiemy, że ignorancja jest w tym przypadku jak ten właściciel fabryki, zaś ego jest pracownikiem. Ego uważa, że potrzebuje jakiejś identyfikacji, więc bardzo mocno dąży do tego by ją mieć. Stara się, lecz nie zdaje sobie sprawy, że każda czynność, jaką wykona kumuluje korzyści jedynie na konto ignorancji, która dzięki temu staje się coraz silniejsza. Ego jest, więc wdzięczne, że ma pracę, że ma co robić, posiada identyfikację.

W okresie, gdy formowały się związki zawodowe zdano sobie sprawę, że ich siłą są strajki. Odmawiano pracy a Lama Lenin mawiał wówczas „Nie pracujcie! Żadnej produkcji, żadnej samsary! Zamknijcie fabryki!”. Taka postawa wywołuje w pracownikach niepokój. Sam fakt strajkowania jest straszny. Zostajemy postawieni w sytuacji, w której czujemy się źle, bo w dużej mierze identyfikujemy się z miejscem, w którym pracujemy. Martwimy się także o pieniądze. Trzeba się nad tym dobrze zastanowić, ponieważ jedną z przyczyn, dla których nie wykonujemy naszej praktyki dharmy jest fakt, iż robimy mnóstwo niepotrzebnych rzeczy, które zapewniają naszemu ego „zatrudnienie”. Gdy praktykujemy bardziej w stylu dzogchen a odrzucamy obowiązki dnia codziennego nie oznacza to, że cały świat zatrzyma się i zacznie strajkować. Jednak wciąż identyfikujemy się z naszymi codziennymi obowiązkami, i kiedy próbujemy również wyrzec się tej identyfikacji, pojawia się pewien niepokój. Wówczas należy pracować nad tym, aby go rozluźnić.

Następna linijka zwraca uwagę na wolność, która pojawia się w wyniku połączenia, integracji. Król niedualności jest niczym nieograniczony, zdolny do czerpania zadowolenia ze swojego królestwa, bez jakichkolwiek zakłóceń. To Padmasambhava, w którego bezkresnej obecności przebywają dakinie ruchu. Przychodzą i odchodzą, jako wyjątkowa postać ucieleśnionej egzystencji. „Modlimy się do nierozdzielności trzech kayi”. Oto harmonijne połączenie wszystkich mnogich i pluralistycznych form istnienia.

DE TAR SOL ŁA TAB PEJ DŹIN LAB KJI
 TSE DIR NGON SUM KhJOD ŹIAL NJUR DŹIAL NEJ
 NJON MOONG SZIE DŹEJ DRIB PA KUN DAG CZIING
 ŹION NU BUM KUI RAANG ŹIAL DŹIAL ŁAR SZIOG

Dzięki błogosławieństwu tej modlitwy, obyśmy ujrzeli Twoją twarz jeszcze w tym życiu. Potem zaś, kiedy wszystkie zaciemnienia wynikające z naszych splamienia oraz subtelne ślady karmiczne zostaną oczyszczone, obyśmy zobaczyli naszą prawdziwą twarz wiecznie młodej pierwotnej natury!

DI NAANG NUB TSE PA ŁO KhA DROI TSOG
 ROL MO DRA NJEN LU JAANG DAM CZIE DREJ
 DA MA RU DAANG CZIE DZEJ ThOG DŹIEJ NEJ
 SA CZIE NGA JAB PAL RIR ThRID PAR SZIOG

U schyłku tego życia, niech orszaki wirów i dakiń zagrają słodko brzmiącą muzykę i melodyjne pieśni, wszystko wypełnione dźwiękiem świętej dharmy. Trzymający damaru i niosący ofiary, niech prowadzą nas oni na prześwietną górę w Sachod Ngayab.

DE MA ThAG PAR GU RU JAB JUM GJI
 ŻIAL DŻIAL SUUNG ThY DAM NGAG KUN ThOB NEJ
 SA LAM ThAR CZIN RIG DZIN NAM PA ŻI
 GO PhaANG NJUR ThOB UR GJEN PE MA DAANG
 JER MED DRO ŁEJ PAL DU DAG GYUR NEJ
 KhA NJAM DRO ŁA MA LU DREN PAR SZIOG

Obyśmy natychmiast po przybyciu tam ujrzeli twarz Padmasambhavy z jego partnerką, obyśmy mogli usłyszeć jego słowa i otrzymać od niego wszystkie nauki. Następnie, ukończywszy stopnie i ścieżki, obyśmy szybko osiągnęli poziom czterech rodzajów vidyadhary. Gdy będziemy już nieoddzielni od Padmasambhavy obyśmy stali się przewodnikami dla wszystkich bez wyjątku istot, tak licznych, jak nieograniczona jest przestrzeń nieba.

GAL SID DE MA ThOB PAR GJUR NA JAANG
 DAG ŻIEN DI NEJ TSE PhY GJUR MA ThAG
 CZI ŁA OD SAL CZIE KJI KUR MIN CZIING
 BAR DO LOONG CZIE DZOG KUR RAB MIN NEJ
 KJE ŁA TRUL KUI DRO DON DŻIED PAR SZIOG

Nawet jeśli nie jest możliwe osiągnięcie tego urzeczywistnienia w tym życiu, oby w chwili naszego odejścia śmierć natychmiast objawiła się jako czysta świetlista dharmakaya a bardo jako sambhogakaya. W ten sposób ponowne narodziny staną się nirmanakayą i dzięki temu będziemy mogli działać dla pożytku tych, którzy błądzą w samsarze!

Zobaczyć twarz Padamasambawy to zobaczyć swoją własną twarz w jej mnogości. Oznacza to ujrzeć swoją twarz, jako pierwotną naturę, dharmakayę. Jako bezkresną, otwartą, rozluźnioną. Oznacza to ujrzeć swoją twarz jako promienność, sambhogakayę, światło, dźwięk, witalność, półprzezroczyste zachwycające formy. Wreszcie oznacza to ujrzeć swoją twarz, jako energię, nirmanakayę, poruszającą się, zmieniającą nieustannie w inną. Kiedy tak się stanie, wszelkie zaciemnienia i subtelne ślady karmiczne zostaną usunięte.

Możemy mówić o dwóch rodzajach zaciemnień, tych związanych z pięcioma truciznami i tych związanych z naszymi założeniami. Pięć trucizn budzi się poprzez założenia, które powstają w naszym umyśle. Oczywiście, są tacy ludzie, których pobudzają emocje, zdarzają się i tacy, których pobudza myślenie. Bywa, że niektórych z nich obydwie te rzeczy, co wynika, można być rzec używając współczesnego języka, z ich farta.

W momencie, gdy zostaje zrealizowana zawsze świeża, niezaciemniona natura jest to stan oświecenia. Jeśli nie uda nam się go osiągnąć w tym życiu, wówczas modlimy się o bezpieczne przejście do czystej krainy Padmasambhavy. Gdy już tam dotrzemy, natychmiast zobaczymy Padmasambhavę i jego orszak. Dostrzeżemy ich twarze, usłyszymy ich wskazówki i dzięki temu łatwiej będzie nam urzeczywistnić dziesięć etapów i pięć ścieżek,

klasyczne ścieżki postępu mahayany, a także przejść cztery etapy widjadhary. Kiedy uda nam się to wszystko osiągnąć, szybko staniemy się nierozdzielni od Padmasabhavy i wówczas będziemy w stanie działać na pożytek wszystkich żyjących istot. Staniemy się przewodnikiem dla niezliczonych istot.

Uważa się, że odrodzenie w czystej krainie Buddy jest o wiele lepsze niż odrodzenie w zwykłym wymiarze ludzkim. W krainie Buddy nie ma żadnych poruszeń, wszystko zmierza ku wyzwoleniu. Jeśli nie uda nam się zrealizować tego w ciągu jednego życia, możemy osiągnąć wyzwolenie w bardo. Wówczas śmierć przedstawia się jako dharmakaya. W chwili śmierci, po rozpuszczeniu się (pięciu) elementów, wchodzimy w etap bardo lub fazę dharmaty, rzeczywistość. W tym momencie, wszystko się rozpada, znika i doświadczamy wtedy ciemności. Przebywając w tej czarnej dziurze możemy rozpoznać własną naturę, jeśli wykonywaliśmy dużo praktyk rozpuszczających. Jeśli na tym etapie nie uda nam się osiągnąć wyzwolenia zaczynają pojawiać się różne manifestacje, takie jak te opisane w Bardo Thodrol. Najpierw pojawią się łagodne bóstwa a później gniewne. Jeśli znamy ich mantrę, mamy z nimi połączenie, nie obawiamy się ich i potrafimy się z nimi zidentyfikować to osiągniemy oświecenie na poziomie sambhogakayi. Porzucając je na rzecz tego materialnego świata odrodzimy się w nirmanakayi, by pomagać innym istotom. Takie odrodzenie oznacza, że zabieramy ze sobą w nowe życie świadomą intencję dotyczącą konkretnej praktyki dharmy. Pamiętam jak Rinpoche mawiał, że gdy tulku przychodzi na świat w kraju, w którym nie ma tradycji dharmy, gdzie nikt go nie rozpozna, nikt mu nie pomoże, to i tak tulku dorastać będzie w silnym przeświadczeniu tego, co ma zamiar robić w życiu. Rozpocznie swoją praktykę i nauczanie dharmy.

Być może nasze życie wygląda nieco inaczej. Ekscytuje nas i pcha do przodu świat zewnętrzny. Gdy byłem małym chłopcem zbierałem części do roweru. Wtedy to właśnie było dla mnie najważniejsze na świecie. Wracałem do domu po szkole i od razu wsiadałem na swój rower. To on liczył się dla mnie najbardziej, nie dharmy, nie Padmasambhava, nie ślubowanie bodhisattvy. To jest znak, że nie jestem zbyt oświeconą osobą. Gdy pomyślimy o swoim życiu, jak wiele do tej było w nim różnych rzeczy, które nas ekscytowały, na ile różnych kursów mogliśmy się zapisać, okazuje się zaważył tu szczęścia, byśmy akurat nawiązali kontakt z dharmą. Bardzo łatwo mogliśmy przecież zejść na inną drogę. Ta modlitwa przypomina nam, że powinniśmy planować naszą przyszłość zamiast liczyć na uśmiech losu. Chodzi o wykształcenie w sobie czegoś w rodzaju takiego wewnętrznego kompasu, który wskazywałby nam właściwą drogę, byśmy mogli rozwijać obudzoną w nas dharmę dla dobra wszystkich istot. To bardzo szlachetne.

j. Krótka Praktyka Phowa

RAANG GI NJIING KJA NEJ NGA JAB PAL RI BAR DU

OD NGEI LAM SAL ŽIING TSER ŁA THAL LE ZUG PEJ TEENG DU

RAANG SEM RAANG ZUG KJI NAM PA CZIEN GJI JEJ GJON DUN GJAB THAM CZIE

PA ŁO RIG DZIN KHAN DROI TSOG KJI DROOG DAANG CZIE TE
 OD KJI LAM GJI TEENG NA PHAR NJAM GA JAL
 DŽIN THIB THIB NAANG ŁA DE CZIAM CZIAM DŽIN TE
 DŽIG TEN MI JUL GJI NAANG ŁA THIB THIB NUB TE CZIR CZIR LU
 KHA CHOD ZANG DOG PAL RI TRA LAM LAM SHAR
 UR GJEN PE MA RIG DZIN JIDAM KHAN DROI ŁU NA ŽIUG PA DAANG
 DŽIE NJER SOONG TE THAR RAANG DZIUG GU RUI
 THUG KAR SIB KJI THIM PAR SAM

Ze środka mojego serca do Zangdopalri wydobywa się promień pięciobarwnego światła. Jest wyraźny, lśniący i prosty. Na jego szczycie znajduje się mój umysł wraz z moim ciałem w jego obecnej formie. Przede mną z prawej, z lewej i z tyłu jako pomocnicy znajdują się zastępy wirów, widyadharów i dakiń. Na promieniu tego światła unoszę się pełen radości, czując się lekko na fali błogosławieństwa. Z tym wspaniałym uczuciem udaję się tam a wszystkie wyobrażenia ludzkiego świata błedną i znikają aż wreszcie pozostają za mną. Po tym pojawia się bardzo wyraźnie Kachod Zangdopalri. Padmasambhava siedzi pośrodku wielu widiadharów jidamów i dakiń, a ja zbliżam się do nich, aż w końcu moje ciało rozpuszcza się w sercu Padmasambhavy.

Ta praktyka to nieco bardziej rozwinięty opis drugiej linijki poprzedniej modlitwy. Możecie ją wykonać siedząc w ciszy. Wyobraźcie sobie Zangdopalri, przed sobą Padmasambhavę i rozwińcie w sobie silne pragnienie przeniesienia się do tej krainy. Nieustannie, poprzez praktykę próbujcie się do niego zbliżyć. Dzięki temu opuszczanie tego świata będzie wspaniałym doświadczeniem. Śmierć nie jest naszym wrogiem, nie próbuje nas atakować. Śmierć już jest w naszym ciele, a ono rozpadnie się na zawsze. Właśnie to cenne ciało z krwi i kości, które tak bardzo chronimy, tak naprawdę zbudowane jest ze światła. Praktykujemy więc rozpuszczenie się naszego zwykłego ciała w ciało Padmasambhavy. Nasze ciało jest od zawsze czyste, nie powinniśmy pałać do niego nienawiścią, traktować je jak przedmiot, ani zbyt mocno się do niego przywiązywać. W tej praktyce chodzi o doświadczenie nierozdzielności od Padmasambhavy. Według poglądu trzech kayi nie chodzi o to, że czysty umysł jest uwięziony w nieczystym ciele. Każdy wymiar naszego istnienia jest od samego początku czysty. Jednak samo myślenie konceptualne nie wystarczy, aby to zrealizować, musimy praktykować.

k. Przyjście Czterech Inicjacji

LA MEJ NEJ SUM LEJ OD THRY
 OM A HUUNG JI GEI NAM PA
 RAANG THIM ŁAANG ŽI DZOG DRIB DAG
 KU DAANG JE SZIE NGA NGON GJUR
 LA MA RIN PO CZIE KHJEN NO

Z czoła, gardła i serca guru promieniuje światło w formie liter Om, A, Hung. Wnikają one we mnie i otrzymuję cztery inicjacje. Wszystkie zaciemnienia zostają oczyszczone. Manifestuje się we mnie pięć kayi i pięć pierwotnych, najwyższych mądrości. Drogocenny guru, proszę, usłysz mnie!

Om, Ah, Hung symbolizują trzy vajry, trzy niezniszczalne aspekty wymiaru umysłu²⁰, głosu i ciała, które nazwiemy dharmakayą, sambhogakają i nirmanakają. To jest nasza prawdziwa natura. Nie należy traktować trzech vajr jako celu, który musimy sobie wyznaczyć i zrealizować. To jest nasza prawdziwa natura, tu i teraz, w tym miejscu. Jest niezniszczalną podstawą naszego istnienia. W systemie tantry wygląda to tak, że guru daje ją nam w prezencie. Zgodnie z wcześniejszą modlitwą Nauki o Nietrwałości, dobre uczynki nie przyczynią się do rozwoju dharmakayi, podobne jak nie przykryją jej te złe a także pomieszanie w medytacji. Jeśli wasza natura nie byłaby złotem od początku, nic nie uczyniłoby jej taką. Jednak dzięki sile tej inicjacji i naszej wiary koncentrujemy się na porzuceniu identyfikacji z naszymi zaciemnieniami, tak by nasze ciała wypełniło światło i abyśmy mogli spoczywać w tym stanie, wolni od przywiązania.

Poniższy tekst dotyczący wyjaśnień linii przekazu. Po raz pierwszy został użyty wraz z tekstem Deszcz Błogosławieństw. W sposób przejrzysty wyjaśnia praktykę, którą należy wykonywać krok po kroku i bardzo dokładnie, aby możliwe było wejście w nią całkowicie.

Z białej litery Om na czole guru, wypływają promienia białego światła i wnikają w Twoje czoło, oczyszczając negatywne działania i zaciemnienia ciała. Otrzymałeś właśnie błogosławieństwo ciała, inicjację bumpy (imbryka). Oczyszczający eliksir zostaje wylany na Twoje ciało. Jest ono teraz przygotowane do dalszych praktyk medytacji wizualizacji. Twoje ciało jest oczyszczone więc możesz medytować na nie jako czystą formę bóstwa. Oto sposobność osiągnięcia owocu nirmanakayi, szansa uzyskania w pełni rozwiniętej vajrakayi — bardzo silnego, niezmiennego i niezniszczalnego jak diament ciała. Twoje ciało jest pełne promieni białego światła. Utrzymuj ten stan przez pewien czas.

Z litery A, na poziomie gardła guru, wypływają promienie czerwonego światła i wnikają do Twojego gardła, oczyszczając negatywności mowy. Otrzymujesz sangwa, tajemną inicjację. Twoja mowa jest przygotowana do czytania i długich recytacji mantr oraz wykonywania sadhan. Oto sposobność osiągnięcia owocu sambhogakayi i szansa otrzymania vajravaki. Jest to głos o mocy ryku lwa, taki, któremu poddają się inni. Twoje ciało jest pełne promieni czerwonego światła. Utrzymuj ten stan przez pewien czas.

Z niebieskiej litery Hung, na poziomie serca guru, wypływają promienie niebieskiego światła. Wnikają one do Twojego serca, oczyszczając negatywne uczynki i zaciemnienia umysłu. Otrzymałeś właśnie błogosławieństwo umysłu. Otrzymujesz sherab yeshe, inicjację mądrości. Twój umysł jest przygotowany do medytacji na szczęśliwość/pustkę mahamudry. Oto sposobność otrzymania owocu dharmakayi, szansa uzyskania vajracitty – zwycięskiego umysłu, który zna naturę wszystkiego, co mu się jawi. Jest to siła jnana dharmadhatu. Twoje ciało jest pełne promieni niebieskiego światła. Utrzymuj ten stan przez pewien czas.

Kolejno z trzech miejsc na poziomie czoła, gardła i serca guru wypływają promienie białego, czerwonego i niebieskiego światła i wnikają w Twoje ciało, mowę i umysł, oczyszczając negatywnie wpływające na nie działania i zaciemnienia. Otrzymujesz błogosławieństwo ciała, mowy i umysłu, dobre właściwości i duchowe aktywności oraz czwartą cenną inicjację tshig, inicjację słowa. Jesteś przygotowany do medytacji na swój umysł, jako samoistnie powstające pustkę i przejrzystość. Masz

możliwość urzeczywistnienia nierozdzielności trzech kayi — svabhavikakayi oraz szansę uzyskania czterech kayi. Twoje ciało wypełniają promienie trzech światła – białe, czerwone i niebieskie. Utrzymuj ten stan przez pewien czas.

Z czoła, gardła i serca Guru wypływają promienie czystego, białego, czerwonego i niebieskiego światła i łączą się z twoim ciałem, mową i umysłem, oczyszczając szkodliwe działania i błędy. Otrzymujesz błogosławieństwo ciała, mowy i umysłu, dobre właściwości (jonten) i duchowe aktywności (trinle) oraz czwartą inicjację cennego tsig (słowo, symbol). Jesteś przygotowany do medytacji na swój umysł jako powstające bez wysiłku pustkę i przejrzystość. Masz możliwość urzeczywistnienia nierozdzielności trzech kai — svabhavikakayi, szansę uzyskania czterech kayi. Twoje ciało wypełniają trzy światła. Medytuj w ten sposób przez pewien czas.

W tantrze inicjacja i przekaz mocy są niezmiernie ważne. Praktykowanie oznacza bycie częścią linii przekazu. Nie można tak po prostu wziąć tekstu rytualnego i zacząć go praktykować, trzeba najpierw otrzymać inicjację (wangkur), przekaz (lung) oraz wyjaśnienia do praktyk. To cały zestaw a my właśnie takiego potrzebujemy. Poprzez nasze błędy osłabiamy związek z linią przekazu i musimy go odnawiać ponieważ to właśnie dzięki połączeniu z linią przekazu przebudzamy się na samych sobie. Oświecenie to zdolność wejścia w połączenie, to nie autonomia. Właśnie dlatego na tę część praktyki poświęcić należy więcej czasu recytując fragment lama khyeno z wielkim oddaniem i wiarą. Wykonujcie siedmiolinijkową modlitwę i otwórzcie swoje serce w kierunku przekazu. Obudźcie się!

Jeśli to nie jest dla was jasne posłuchajcie się przykładem praktyki Om Machig Ma. Możecie wykonywać ją pracując z modlitwą Machig Ma , czytając ją wiele razy. Praktykując z oddaniem, wyobrażacie sobie wnikające w wasze ciało światło, które je oczyszcza. Dochodząc do analogicznego fragmentu w puji po prostu wykorzystujemy ten sam schemat.

Pamiętajcie, że Rinpoche kiedyś umrze. Nie jest w najlepszym stanie, a przecież nikt nie żyje wiecznie. Czasem zdarza się, że jesteśmy leniwi, że nasza praktyka słabnie. Wtedy myślimy „I tak wkrótce spotkam się z Rinpoche, a wtedy będziemy codziennie robić praktykę i znów stanie się ona silniejsza.” Jednak przyjdzie dzień, w którym zabraknie Rinpoche. Wtedy jedyną odświeżającą moc będzie miała wasza praktyka, wykonywana samodzielnie lub w grupie. Dlatego niezwykle ważne jest byście mieli pewność, że praktyka przyniesie wam efekty. Zachowajcie w sobie błogosławieństwo, które kiedyś otrzymaliście, ufajcie waszemu połączeniu z Rinpoche będącego Padmasambhava, nie zaś tylko jego fizycznej formie.

I. Rozpuszczenie W Guru i Utrzymanie Poglądu

KhJAB DAG KU ŽI ŁAANG CZIUG DOR DZIE CZAANG
KhJEN TSE ThUG DŽIEI TER CZIEN RIG NGEJ LhA

DREN PEJ JID KJI DUUNG SEL GU RU DZIE
 NJAM MED PAL DEN DRIN CZIEN LA MA LA
 DAG SOG NJIING NEJ SOL ŁA DEB LAG NA
 KE CZIG TSAM JAANG DRAL MED DZIE ZUUNG NEJ
 DZIN GJI LOB SZIG GU RU KA DRIN CZIEN
 NJID DAANG JER MED DZOG CZIG LA MA DZIE

Dorje Chang —wszechprzenikający Panie, posiadający moc czterech kayi, bóstwa pięciu rodzin, wielki skarbie współczucia. Ty, który posiadasz prawdziwą wiedzę i współczucie, szlachetny guru, którego samo wspomnienie usuwa nasze mentalne problemy, niezrównany, wspaniały, najłaskawszy guru – modlimy się do Ciebie z głębi serca, przyjmij nas jako swych uczniów i nie opuszczaj nawet na chwilę.

Udziel nam błogostawieństwa, najłaskawszy mistrzu, proszę, spraw byśmy byli tacy jak Ty, o szlachetny guru!

Teraz wyobraź sobie, że Padmasambhava lub twój guru uśmiecha się do Ciebie promiennie. Zjawia się ponad Twoją głową i siada na lotosowej poduszce. Następnie, od swoich stóp do góry i od głowy w dół rozpuszcza się stopniowo (lub natychmiast — zależy, co jest Ci łatwiej wizualizować) w kulę światła, która przez otwór na szczycie Twojej głowy wnika w Twoje serce. Tam stapia się z nim i w ten sposób Twoje ciało, mowa i umysł stają się nieoddzielne od ciała, mowy i umysłu guru — łączą się jak woda z wodą. Pozostawaj w tym stanie całkowicie nic nie robiąc, swobodny i odprężony.

Nasz guru jest w formie Padmasambhavy, nierozdzielny od Dorje Chang, pierwotnego Buddy. Cechy wszystkich buddów zawierają się właśnie w tej jednej postaci. Nie ma niczego i nikogo wyższego ani lepszego od niego, zatem powinniśmy otworzyć się na niego całkowicie. Potem, już w stanie zjednoczenia nie ma nic do zrobienia. Porzucając wszelkie przywiązanie, identyfikacje, zaangażowanie pozwólmy wszystkiemu, co się pojawia swobodnie odejść.

Fragmenty z Le'u Dunma

DI TAR MIG GI JUL DU NAANG WEJ JI
 CZI NAANG NOD CZIUD NGY ŁO THAM CZIE KUN
 NAANG JAANG DAG DZIN MED PEJ NGAANG LA ŻIOG
 ŻIYUNG DZIN DAG PA SAL TOONG LHA JI KU
 DOD CZIAG RAANG DROL GJI LA MA LA SOL ŁA DEB
 UR GJEN PE MA DZIUUNG NEJ LA SOL ŁA DEB

Co do postrzeganych oczyma zjawisk czyli absolutnie wszystkich zewnętrznych i wewnętrznych form świata i jego mieszkańców, utrzymuj stan, w którym postrzegasz bez lgnięcia do pojawiających się zjawisk. Nie podążaj za nimi ani też ich nie odrzucaj. Boskie ciało przejrzystości i pustki, czyste i wolne od chwytnych obiektów i chwytnego umysłu — modlę się do guru samowyzwolenia z pożądania. Modlę się do Urygen Padma Jungnae.

Oto pierwsza z czterech zwrotek z Le'u Dunma, modlitwy w siedmiu rozdziałach . Wszystkie te cztery zwrotki uznawane są za bezpośrednie nauki serca Padmasambhavy. Rinpoche wyjaśniał kiedyś, że ta pierwsza zwrotka dotyczy wszelkiego rodzaju doświadczenia, tego co odbieramy za pomocą zmysłów, czyli dotyku, zapachu itd. Właśnie o taką praktykę chodzi. Jest ona przeciwieństwem do stanu uśpienia. W buddyzmie często mówi się o przebudzeniu, lecz siła karmiczna i moc naszych założeń są tak potężne, że zaraz po zakończeniu puji znowu popadamy w uśpienie, wracamy do naszej zwyczajnej karmicznej percepcji. Te zwrotki mają za zadanie spełniać funkcję takiego klina, który wciskamy pomiędzy nasze karmiczne nawykowe postrzeganie zmysłami a stan większej uważności. Nie możemy wówczas dać się uwikłać w oczekiwania, które przychodzą do nas ze świata, którego doświadczamy, a w szczególności od innych ludzi. Te zwrotki pomagają nam pozostać uważnymi, ale także w dalszym ciągu dostosowywać nasze zachowanie względem ludzi do zasad i reguł określających wymiar, w którym żyjemy. Powinniśmy zawsze łączyć mądrość ze współczuciem i nie dać się zwieść zaproszeniom do knowania.

Gdy widzimy np. filiżankę, to byłoby zupełnym szaleństwem udawać, że jej się nie widzi. Do niczego by nas to nie doprowadziło. Jeśli ktoś prosi „Podaj mi filiżankę” wiemy, o jaki przedmiot chodzi i co mu podać. Nie ma sensu zachowywać się inaczej. Wiemy, że widok kształtu filiżanki i dźwięk samego wyrazu „filiżanka” a także koncepcja filiżanki są puste. Mogą zaistnieć bez chwytającego nas urzeczawiania oraz przywiązania. Jest to integracja doświadczenia w Padmasambhavę. Nie istnieją żadne odrębne byty lecz pojawianie się i przemijanie. Te procesy przybierają formy, nie są przypadkowe, ich kształt określa karmiczna przyczyna i skutek. Forma, sama przez siebie nie określa automatycznie swojej esencji. Padamasmbawa ma przecież jasno określony wizerunek, będąc tym samym nieoddzielnym od pustki. Tak samo jest ze wszystkim, co się pojawia.

Ten oto kubek, który trzymam w dłoni, a który wszyscy widzimy, nigdy nie narodził się jako kubek. Jest niezrodzony lecz jednocześnie nie przestaje manifestować się jako kubek. Gdybym upuścił go powiedzielibyście: „ Zbił ten kubek”, ale co tak naprawdę zostałyby zniszczone? Co określa kubkowość kubka? To jest zasadnicza kwestia, którą trzeba samemu dogłębnie zbadać i zrozumieć. W przeciwnym razie ta zwrotka nie będzie miała dla was głębszego znaczenia. Musimy rozpoznać, że my sami, tworząc swoje własne założenia zachowujemy się tak jakbyśmy wierzyli, że ten kubek rzeczywiście istnieje sam z siebie. Przecież gdybym go upuścił to by się rozbił. Nie istnieje więc sam z siebie, jest w moich rękach i ja go w nich podtrzymuję. Jednak umysł oddziela kubek i moje ręce. Jeśli je od siebie oddzielić to przecież kubek spadnie na ziemię, potłucze się i nie pozostanie nic, na czym można by było oprzeć nasze pojęcie „kubek”.

Dokładnie tak samo jest z ludźmi. Wyobrażamy sobie, że oni naprawdę istnieją, ale przecież dobrze wiemy, że nasze ciała wciąż się zmieniają. Jemy, pijemy, załatwiamy się,

myjemy zęby, rosną nam włosy i paznokcie. Wiemy także, że bezustannie zachodzą w nas zmiany fizjologiczne. Ciało to proces. Samo w sobie nie jest substancją, mimo, iż ogólnie zachowana zostaje spójność jego formy. Oznacza to, że Jamesowość Jamesa czy Wojtkowość Wojtka to iluzja. Wojtek nigdy nie narodził się jako „coś”, lecz pomimo tego ciągle „Wojtkuje”.

Oczywiście, na ten proces bycia sobą wpływa wiele czynników. Ktoś coś mówi a nam robi się smutno. Ktoś inny mówi coś innego, a my wpadamy w złość. Nie kontrolujemy tego, jacy jesteśmy, a mimo to wierzymy, że mamy albo, że przynajmniej powinniśmy mieć nad tym kontrolę. Wszystko przez to, że czujemy się odpowiedzialni za układanie wszystkiego wokół nas.

Dlaczego chcemy narzucać sobie wrodzoną naturę naszego „ja” jeśli tak naprawdę nie ma czegoś takiego? Jest to związane ze stanem umysłu tego, który miałby sobie to narzucić. Siła ignorancji powoduje, że pojawia się w nas poczucie odrębnego „ja” i ono właśnie czuje potrzebę osadzenia się na czymś. Osadza się więc na bycie fizycznym. Jednak ten fizyczny byt, ponieważ jest związany z innymi ludźmi, aby czuć się bezpiecznym w tym środowisku także potrzebuje pewnej stabilności.

Bycie blisko innych ludzi może być bardzo przyjemne, ale może także wprowadzać w nas pomieszanie. W takiej sytuacji zazwyczaj powiemy: „Kiedy w moim związku dzieje się źle, nie mogę myśleć o pracy. Wtedy przez cały czas jest we mnie mnóstwo emocji, cały czas rozmyślałam, dlaczego on tak powiedział, co się stało?” Robimy tak, ponieważ nasze poczucie tożsamości, poczucia własnego „ja” wplotło się w naszą relację z drugą osobą. To tak jakby ta osoba stała się podstawą naszego życia. Gdy ona wykonuje jakiś krok nasze całe życie zostaje wstrząśnięte a my nie wiemy wówczas, kim jesteśmy. Wtedy w desperacji poszukujemy dla siebie bezpieczeństwa. Chcemy, by ukochany powiedział nam, że wszystko jest w porządku, że jesteśmy wciąż dla niego ważni, że nas kocha, potrzebuje i że wszystko powróci do normy. Ten podstawowy model działania opiera się na ignorancji, nieobecności, głęboko zakorzenionej obawie, poczuciu posiadania odrębnego „ja” i poruszeniach związanych z zachowaniem tego „ja”. Mowa tu także o ciągłym kontrolowaniu siebie i innych, narastających emocjach, uczuciu utraty kontroli nad sytuacją, walce o jej utrzymanie. Nie ma miejsca na odpoczynek, liczy się bycie ciągle czymś zajęтым.

Fragment *DAG DZIN MED PEJ NGANG LA ŽIÖG* oznacza, że pozwalamy manifestować się całemu polu percepcyjnemu bez żadnych podziałów. Oznacza to, że np. gdy rozejrzę się wokoło zobaczę was wszystkich tu siedzących. Widzę także ściany, kwiaty na stole, a wszystko to jedna spójna sytuacja, na którą składają się elementy statyczne i ruchome. Całe doświadczenie, uwzględniając także i mnie jest polem, jednym procesem. Nie jest tak, że jedna osoba siedzi tu, druga jest tam a inne jeszcze gdzie indziej a każda z nich jest

odrębną jednostką z pewną przeszłością i podłożem. Wszystko powstaje w tym samym momencie, jednocześnie.

Linijka *ZIUUNG DZIN DAG PA SAL TOONG LHA JI KU* mówi, gdy oczyścimy poczucie, że obiekty zewnętrzne, podobnie jak wewnętrzne ja prawdziwie samoistnieją, to kto tak naprawdę polega na obiektach? Boskie ciało lub forma zostają odsłonięte”. Obiekt chwytania i umysł, który chwyta są dla siebie stworzone. Jedno i drugie funkcjonuje na poziomie dodanej im tożsamości. Gdy je oczyścimy, co znaczy, odbierzemy im narzuconą tożsamość, obiekty pozostaną wciąż obiektami zewnętrznymi a umysł czymś, co jest wewnątrz, z tą różnicą że teraz staną się bardziej „rozluźnione”. Wszystko staje się lżejsze, bardziej spontaniczne, wolne. Pojawia się więcej możliwości bezpośredniej interakcji. Kiedy to osiągniemy doświadczymy przejrzystości i pustki, która jest naturą ciała bóstwa.

Patrząc na ciało Padmasambhavy wyraźnie coś widzimy ale w tym „czymś” nie zawiera się żadna konkretna forma. Padmasambhava manifestuje się z pustki i do pustki powraca. Gdy widzimy wizerunek Dorje Drolo, zapewne pomyślimy, że jest to bardzo silna osobowość i że nie chcielibyśmy takiej osoby spotkać na swojej drodze nocą. Pomyślimy, co tak naprawdę czyni Dorje Drolo właśnie takim? Czy w środku tej postaci zawiera się prawdziwy i rzeczywisty twardziel Dorje Drolo czy może jest to tylko określony sposób interpretacji? On jest przecież pewną formą manifestacji, ruchu energii.

Wolna od karmicznych impulsów, niezrodzona energia dharmakayi. To właśnie jest najważniejsze. Bardzo proste, lecz mimo to musimy wciąż przechodzić przez to dzień po dniu, chwila po chwili. Gdy doświadczam siebie, jako Jamesa, wtedy podstawą mojego istnienia jest cała masa konstrukcji skumulowana w alayi, w *KUN DŽI NAM PA SZIE PA*, najgłębszym poziomie dualistycznej, wciąż próbującej coś układać świadomości „ja”, świadomości będącej mną. Odczuwam to, jako podstawa mojego istnienia wtedy, gdy brakuje obecności naturalnego stanu. Mimo to, ta złudna podstawa jest tak naprawdę manifestacją pustki. Nie istnieje sama w sobie, ale mi wydaje się, że istnieje, odczuwam to tak, jakby istniała. To jest właśnie ignorancja. Zamiast myśleć „To jest pustka” myślę „Tworzę sam siebie, jestem na wskroś mną.” To jest właśnie wielkie pomieszanie, tym właśnie jest ignorancja, braniem rzeczy za coś, czym nie są.

Można ten stan porównać do dorastania w mieście. Zapytacie dzieci, które wychowały się w mieście skąd bierze się jedzenie a one powiedzą, że z supermarketu, bo to jest ich prawdziwe doświadczenie. W supermarkecie jedzenie jest zapakowane w folię, kapusta czy brokuły, wszystkie są w nią owinięte. W opakowaniach wydają się zupełnie odrębnie istniejącymi. Trudno sobie wyobrazić, że swój początek mają na polu. Gdy się je tam widzi, to widzi się także korzenie wnikające głęboko w ziemię, zależność tej rośliny od słońca, deszczu itd. W sklepie wydaje się, że jest całkowicie odrębna, samodzielna. Można to

porównać do narodzin, czujemy się wolni, samodzielni, odrębni, prosto z mamusinego supermarketu.

Aby przestać przenosić naszą podstawę i podstawę świata względem ich prawdziwej podstawy – pustki, modlimy się do guru, który samowyzwala przywiązanie i pożądanie. Guru jest naszą własną obecnością. Jest stanem medytacji, w którym pożądanie wciąż się pojawia, lecz nasza rozluźniona i spokojna obecność jest dla niego jak powierzchnia lustra. Obiekty pożądania pojawiają się, ukazują lecz potem powracają znów do pustki. Dzieje się tak, ponieważ przestaliśmy być poruszonym ego i nie traktujemy tych obiektów jak gdyby były szczególnie ważne. Nie chodzi o to, że myśli i uczucia są złe, wcale nie trzeba się ich pozbywać. Łącząc integrację przejrzystości i pustkę doświadczamy bezpośrednio brak zagrożenia ze strony przywiązania. Możemy zatem cieszyć się tym, co powstaje jako produkt kreatywnej wyobraźni tańczącej w tym otwartym i pustym świecie.

Wczoraj mały Pawełek biegał wokół z wielkim kijem – groźny człowiek chcący robić straszne rzeczy. Można było mu powiedzieć: „Pawełku to jest bardzo niebezpieczne” wiedząc jednocześnie, że sam Pawełek taki wcale nie jest. Pawełek wie, że sam nie jest wcale groźny, ale bardzo by chciał taki być. Chciałby także abyśmy my uwierzyli, że taki jest, bo jeśli w to nie uwierzymy, o wiele bardziej przerazi go fakt, że wcale nie jest groźny. To jest właśnie jedna ze wspaniałych cech umysłu. Fantazja, tworzenie i wyobraźnia pozwala nam kreaować rzeczywistość jaką tylko chcemy i w nią wierzyć a potem ją rozpuszczać. Jesteśmy świadomi, że to robimy: na plaży budujemy zamki z piasku, występujemy w teatrze, możemy tworzyć wszystko, co zapagniemy a potem, gdy skończymy już swoje „przedstawienie” powrócić do domu. Jednak problem z samsarą jest taki, że zaczynamy żyć naszym teatrem i wówczas zapominamy, gdzie jest nasz dom. W dharmie chodzi właśnie o powrót do domu. Nie musimy wcale porzucać teatru, możemy do niego powrócić bo pozostali tam jeszcze inni ludzie, uwięzieni w jego pułapkę. Razem z nimi praktykujemy pozostając jednocześnie w stałym kontakcie ze swoją podstawą – domem. To jest właśnie współczucie. --

DI TAR NA ŁEJ JUL DU DRAAG PA JI
 NJEN DAANG MI NJEN DZIN PEJ DRA NAM KUN
 DRAAG TOONG SAM NO DRAL ŁEJ NGAANG LA ŽIOG
 DRAG TOONG KJE GAG MED PA GJAL ŁEJ SUUNG
 DRAG TOONG GJAL ŁEJ SUUNG LA SOL ŁA DEB
 UR GJEN PE MA DŽIUUNG NEJ LA SOL ŁA DEB

Co się tyczy tego, co słyszymy, dźwięków, które zwykliśmy rozpatrywać jako przyjemne bądź nieprzyjemne — utrzymuj stan dźwięku i pustki wolny od pojawiającego się procesu myślowego, pozostając nieporuszonym. Dźwięk i pustka – mowa Jina, której nic nie ogranicza. Modłę się do mowy Jina, będącej zarówno dźwiękiem jak i pustką. Modłę się do Urygen Padma Jungnae.

Dźwięki, które słyszymy, te miłe i te nieprzyjemne, wszystkie te, których się chwytamy, są niczym innym jak wynikiem naszej zdolności rozróżniania. Dźwięk podobnie jak zmysł słuchu to dwie rzeczy, których nie da się tak po prostu wyłączyć. Pustka nie oznacza, że mamy stłumić dźwięki. Chodzi o to, w jaki sposób wykorzystujemy prawdziwe znaczenie dźwięków. Dlatego mówimy mantrę, która jest dźwiękiem i pustką: „Om, om, om, om, om, om, ła, ła, ła, ła, ła, bla, bla, bla”. Przez cały czas dźwięk przechodzi od tego, co ma znaczenie, do bezznaczeniowości. Od bezznaczeniowości do pustki, od pustki do bezznaczeniowości potem znów do tego, co ma znaczenie. Wciąż porusza się to w górę, to w dół, pulsuje w górę i w dół. Wówczas widzimy, w jaki sposób sami dodajemy semantyczne znaczenie do otwartej, pustej, czystej i wibrującej jakości dźwięku.

Wiele technik medytacyjnych wykorzystuje dźwięk ponieważ dzięki niemu jesteśmy w stanie w pełni skupić uwagę. Dźwięk to po prostu energia. Jeśli nie produkujemy dźwięku to jego nie ma. To ruch energii, tak jak dźwięk rrr, który dzięki wibracjom powstaje w moim gardle. Jeśli powstrzymam tę wibrację, powstrzymam także dźwięk. Gdy zatrzyma się wibracja, świat przestanie istnieć. Gdy robimy praktykę rozpuszczenia ze światłem, które także jest wibracją, wiemy doskonale, że gdy światło zniknie, wibracja zamiera, nie pozostaje nic, tylko przestrzeń, niezrodzona. Ta niezrodzona natura jest pełna rezonansów, zaczyna się wibracja potem pojawia się energia i światło, myśli, uczucia itd. Wreszcie pojawia się obecni dla tego zewnętrznego świata.

Podczas wykonywania mantr pozwólcie sobie na prawdziwą obecność w dźwięku i jako dźwięk. Obserwujcie różną jakość doświadczenia w miarę jak skupiacie uwagę raz na odczuciu zmysłowym, potem na samej mantrze, następnie na dźwięku i jego znaczeniu. Dźwięk pomaga nam zauważyć połączenie między pustką i semantyczną formą. Dlatego właśnie jest on powiązany z sambhogakają.

DI TAR JID KJI JUL DU GJU ŁA JI
 NJON MOONG DUG NGEJ TOG PA CZI SZIAR JAANG
 NGON SU DŽIE CZIE LO JI CZIE MI ŽIUĞ

GJU ŁA RAANG SAR ŽIAG PEJ CZIE KUR DROL
 RIG PA RAANG DROL GJI LA MA LA SOL ŁA DEB
 UR GJEN PE MA DŽIUUNG NEJ LA SOL ŁA DEB

Co się tyczy obiektów umysłu, powstających w wyniku nieustannego ruchu myśli powodowanych pięcioma truciznami, nie podążaj za sztucznymi tworam i intelektu, które powodują wyczekiwanie przyszłości i powracanie do przeszłości. Utrzymując stabilny umysł pozostawisz nieustanny ruch samemu sobie i zostanie on wyzwolony w dharmakayi. Modlę się do guru samowyzwalającej się podstawowej obecności. Modlę się do Urygen Padma Jungnae.

Umysł jest w ciągłym ruchu, w jego naturze jest nieustanne poruszenie bo wciąż coś się wydarza. Nie przejmujcie się poruszeniami umysłu; miejcie jednak na uwadze sztuczną aktywność intelektu, naszej inteligencji. Wpuście wszystko, co się pojawia, nie wyczekujcie kolejnej myśli, usiłując schwytać ich cały łańcuch, nie próbujcie doścignąć myśli, które odeszły starając się zrozumieć ich znaczenie. Żyjąc obok innych ludzi zawsze będziemy mieli głowę pełną myśli, będziemy musieli robić plany, zajmować się różnymi rzeczami. Jak ma się dzieci przychodzą myśli : „Na miłość boską, dlaczego one to robią”, „Zastanawiam się...”. Nie da się być rodzicem i nie mieć takich myśli. Ważne jest, żeby zrozumieć wszystkie subtelności tych nauk. Nie dążymy do tego, by nie robić rzeczy, o których mówiliśmy przed chwilą, lecz do tego, aby pozostać obecnym, pozostać w obecności w momencie, gdy jakaś czynność właśnie się dzieje i jednocześnie całkowicie nie zlewać się z tą czynnością. Nie pogubmy się w tym lecz nie próbujmy tym samym powstrzymywać pojawiania się tego wszystkiego jednocześnie.

Ogólnie rzecz ujmując, wzajemne relacje między ludźmi mają charakter pewnego zobowiązania. Rodzice wobec innych ludzi, zobowiązują się do opieki nad swoimi dziećmi. Ludzie, którzy chcą się pobrać deklarują, że chcą być razem, Poza tymi deklaracjami, relacje między ludźmi szybko się zmieniają. Coś powstaje dzięki energii lecz gdy nie jest podtrzymane deklaracją szybko przestaje istnieć. Połączenie, zależne powstawanie to struktura świata, w którym żyjemy. Podobnie jak nagła zmiana, nagły ruch – połączenie między wydarzeniami, które wydaje się być przypadkowe. Musimy włożyć trochę wysiłku jeśli chcemy utrzymać te struktury ale ten wysiłek nie oznacza sztucznego działania. Wysiłek może być energią otwartości, może być także nerwową próbą kontroli funkcjonowania ego. Nasz stan definiuje sposób, w jaki manifestuje się nasze „ja”.

Dość często próbujemy gonić nasze myśli. Robimy to poszukując czegoś trwałego. Tworzymy struktury i wydaje nam się, że możemy na nich polegać. W rzeczywistości to sama nietrwałość wywiera nacisk na wszelkie struktury. Fakt, że możemy na czymś polegać musi zawierać w sobie element deklaracji bo jest walką przeciwko nietrwałości, bo przecież nie możemy polegać na manifestacjach. Aby zbudować związek trzeba znać różnicę między wygodą a otwartością. To ego poszukuje wygody. To ono chce, aby inni byli zawsze przy nas. Na głębszym poziomie do zaspokojenia potrzebuje także schematów myślowych. Małe

dziecko ssie palec a my robimy to samo z myślami. Taki jest przekaz linijki *NGON SU DŹIE CZIE*. Angażujemy się w nasze myśli, oplatamy się wokół nich i poprzez nie tworzymy swoją własną tożsamość.

Padmasambhava przychodzi i odchodzi. Naucza o nietrwałości. W świecie nietrwałości można przetrwać jedynie, gdy nie polega się na rzeczach trwałych. Ot, cała nauka dharmy. To idealnie pasuje do siebie. Bez żadnych sprzeczności. Im więcej przydajemy ludziom cech trwałej rzeczywistości, tym bardziej narażamy siebie na swego rodzaju zdradę. Chodzi o to, by współgrać z tym jak rzeczy się mają naprawdę aniżeli próbować narzucić swoje fantazje, sztuczne twory. Pracując z tym, co jest oznacza bycie obecnym w chwili, która nieustannie mknie do przodu nie pozostając taką samą.

CZI TAR ŽIUUNG PEJ JUL NAANG DAG PA DAANG
 NAANG TAR DZIN PEJ SEM NJID DROL ŁA DAANG
 BAR DU OD SAL RAANG NGO SZIE PA RU
 DU SUM DE SZIEG NAM KJI THUG DŹIE JI
 DAG DREJ RAANG GJUD DROL ŁAR DŹIN GJI LOB

Dzięki rozpoznawaniu prawdziwej czystości wszystkich zewnętrznych zjawisk powodujących chwytanie (co oznacza nie uleganie ich sile) oraz dzięki utrzymywaniu wyzwalania chwytającego umysłu (co oznacza utrzymywanie umysłu wolnego od wpływów splamień powodujących pomieszanie) pojawia się czysta świetlistość, w której rozpoznajemy naszą własną naturę. Abyśmy w ten sposób, dzięki współczuciu buddów przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, uzyskali błogostawieństwo wyzwolenia naszej natury.

Na poziomie zewnętrznym, obiekty, których się chwytamy zostają oczyszczone, już nie próbują nas złapać. Umysł, który posiada zdolność chwytania polega na rzeczach, chce budować struktury na podstawie substancji, zostaje wyzwolony. Obiekty, które można schwytać i sam chwytający umysł są jak rzepy: jak tylko zbliżą się do siebie zaciskają się mocno na sobie. Można porównać to do haka i obręczy. My dążymy do sytuacji, gdzie będą dwie obręcze, każda z nich jest już całością i nie zaciska się na sobie. Gdy tak właśnie się dzieje jest szansa na zobaczenie naturalnej przejrzystości swojego umysłu. To stan, w którym nie jest się uwikłanym w rzeczy. Na pewno, każdy z was przeżył coś podobnego w takiej najzwyczajszej formie. Pewnego letniego dnia spacerując beztrudno poczuliście się połączeni ze wszystkim. Gdy rozejrzeliście się wokół wszystko było po prostu wspaniałe. To właśnie tego rodzaju doświadczenie. W tym stanie nie próbujemy niczego badać. Stajemy się wtedy lżejsi, zdajemy sobie sprawę z tego, że jesteśmy częścią świata, a świat to ...O! On jawi się jako doświadczenie. W tym momencie, gdy wiecie jak na to patrzeć, będziecie spoglądać we właściwym kierunku, do samej podstawy: pustej natury.

Następnie tekst mówi: „Niechaj dzięki uprzejmości wszystkich buddów trzech czasów, zarówno ja i wszystkie istoty doświadczą uwolnienia strumienia swojej tożsamości”. *RAANG GJUD* oznacza wciąż płynący strumień tożsamości, który pozwala nam poczuć się sobą. W

sanskrycie to santana. Jeśli znacie muzykę Carlosa Santany to wiecie, że ona płynie bez końca. To coś bardzo podobnego. Uwolnienie tej ciągłości nie oznacza, że przestajemy istnieć lub że znikamy. Pozostajemy wciąż tymi samymi ludźmi. Zamiast bycia zanurzonym i uwikłanym w stan ciągłego konstruowania swojego życia, możemy odprężyć się w stanie lustra a wtedy życie objawi się jako doświadczenia, nie jako tożsamość. Zamiast chwywania się zjawisk, angażowania się w rzeczy pojawi się przestrzeń i przejrzystość.

DE TAR SOL TAB CZIE NJID DZIEN PAR TOG
 NAANG RIG SAL TOONG DZIA OD THIG LEI KHAM
 CZIAG TSEN KU DAANG JE SZIE NGON GJUR NEJ
 KA DAG LHUN DRUB DOD MEJ TSAL DZIOG SZIOG

Niechaj spełni się to, o co właśnie się modliłem, niechaj zmanifestuje się we mnie prawdziwa natura — taka jaka jest — ze wszystkimi zjawiskami, z pierwotną świadomością, świetlistością i pustką, ze sferą kropli mądrości tęczowego światła, z boskim symbolem, kayami, pierwotnymi i najwyższymi mądrościami, które zaczynają się wyraźnie manifestować się dla mnie i we mnie. Niechaj w pełni stanę się pierwotnie czystym, powstającym bez wysiłku, odwiecznym i prawdziwym strumieniem energii.

Spoczywając w stanie naturalnym, wszystkie aspekty pojawiają się w pustce: obraz, klarowność, obecność; niezaburzone połączenie objawiające się w manifestacji, kule tęczowego światła, kule tigre, tak jak bańki mydlane dmuchane przed dziećmi. W tym wymiarze wszystko pojawia się w pełnej formie, bez wysiłku ze wszystkimi jakościami w pełni. Przez to dochodzimy do momentu, w którym całkowicie ufamy temu procesowi, na tyle by jeszcze bardziej się rozluźnić i uwolnić wszelkie działania wprowadzające poruszenie.

Język tybetański jest wspaniały, daje możliwość ułożenia zawiłych pojęć w piękną całość. Nie udaje się tego zrobić posługując się językami europejskimi. Tworzymy więc dziwne i złożone konstrukcje, które zwykle nadają treści ciężkie brzmienie. W tybetańskim to samo brzmi jak poezja. Czegokolwiek doświadczamy jest to manifestacją energii naturalnej czystości. Nie ma znaczenia jaka jest tego jakość, czy coś jest brzydkie czy ładne, łatwe czy trudne, zawsze ma te samą podstawę. Manifestacja określana jest przez naturę podstawy, nie przez to jakie względne właściwości ukazuje.

F. PRAKTYKA STRAŻNIKÓW DHARMY

RAM JAM KhAM OM A HUUNG
 HUUNG GU DEN LA MA SAANG GJE DAM PEJ CZIE
 PhAG PEJ GE DUN KU SUM JOONG DZOG LhA
 JI DAM GJUD DE ŽI DRUG KhA DROI TSOG
 PEMA DŽIUUNG NEJ DRAANG SOONG MON LAM DRUB

Hung. Guru dzierzawco dziewięciu linii, Buddo i prześwietna dharmo, arya sangho i bóstwa posiadające trzy doskonałe kaye, Jidamowie czterech i sześciu rodzajów tantr oraz orszaki dakiń, Padmasambhava, święci oraz Wy, którzy zrealizowaliście swoje dążenia;

CZIAG DRUG JAB JUM TEN SUUNG JOONG DZOG LhA
 GON CZIEN MA NIING DE NGA TSOG KJI DAG
 E KA DZA TI DUR ThRO MA MO SUM
 RE TI MA DUN TAN MA CZU NJI PO
 LhA CZIEN SOG PUR DRAG SZIUL NJI MA ŽION

Mahakala ze swoją partnerką – bóstwo zawierające w sobie wszystkich strażników dharmy; Mahanath, Maning Denga oraz Tsog–Kyi–Dago; Ekajati i trzy Durtro Mamo; Remati; Wongi Madun i Tanma Chunyi; Lhachen, Sogpur, Dragshul i Nyima Zhonu;

ZA DUD PU TRI DOR LEG NJEN ThAANG LhA
 TOONG PON JAB JUM KU NGA KJA TSEN DUN
 ThU CZIEN DE Zhi TRAB ŽIAANG ŽI TER DAG
 DUR ThROD DAG PO DAM CZIAN NOR LhEJ TSOG

Zadud Putri, Dorleg i Nyan Thanglha; Tongpon z partnerką, Kunga i Kyabtsandun, Thuchen Dezhi, władcy skarbu, władcy cmentarzy, orszaki dotrzymujących ślubowań i bóstwa zapewniające bogactwo;

DO NGAG TEN SUUNG CZIE KJOONG SUUNG MAI RIG
 CZII NAANG SAANG ŁEJ LhA SIN DE GJE MAG
 ZAANG RI TSEN GOD PUN DUN LA SOG PEJ
 DZAM LIING ŽI DAG TER DAG LU NJEN SOG

Wszyscy strażnicy dharmy sutry i tantry, armie ośmiu zewnętrznych, wewnętrznych i tajemnych grup Lhasin; Zangri Tsangod Pundun i inni, wszyscy władcy ziemi, władcy skarbów i węzowe bóstwa świata.

MA LU DIR SZIEG DEN ŽIUG GU CZIAG TSAL
 CZI NAANG SAANG SUM CZIE PEJ SIN GJI PUUNG
 CZIE JON ŽIAB SIL ME TOG DUG PY DRI

NAANG SAL DRI CZIAB ŻIAL ZEJ ROL MOI DRA
 ZUG DRA DRI RO REG DZIA CZIE LA SOG
 GJAL SID NA DUN TRA SZI DZEJ GJE KJI

Prosimy, przyjdźcie tutaj wszyscy bez wyjątku i zasiądźcie na przygotowanych dla Was miejscach. Kłaniamy się Wam i składamy liczne zewnętrzne, wewnętrzne i tajemne ofiary—wodę do picia, wodę do obmywania stóp, kwiaty, kadzidła, lampki, wonności, jedzenie, muzykę; formy, dźwięki, zapachy, smaki, obiekty fizyczne, naturę, siedem królewskich atrybutów i osiem pomyślnych przedmiotów.

THUG DAM KOONG SZIING NOONG PA CZI CZI SZIAG
 Kho GUI LOONG CZIE DŻIUUNG ŁEJ SAANG DUD KJI
 MI TSAANG NJE KON SAANG SZIING KAANG ŁEJ DZEJ
 LhA LU MI JI PAL DŻIOR DAANG KJI KAANG
 MEN TOR RAKTA SER KJEM DI ŻIE SZIG
 MA HA PANTSA RAKTA BALINGTA
 SARŁA PUTSA KhA KhA KhA HI KhA HI

Oby te ofiary w pełni Was zadowolily, obyście wybaczyli wszystkie błędy i uchybienia, jakie popełniliśmy. Pachnący dym, z którego powstają odpowiednie substancje, usuwa wszelkie nieczystości i błędy z produktów niosących zadowolenie. Zaspakajamy Was bogactwami bóstw, nagów i ludzi. Proszę, przyjmijcie amritę, tormę, raktę i serkyim. Oto pięć wspaniałych amrit, rakta i torma – prosimy spożywajcie wszystkie te ofiary, spożywajcie je.

Podobnie jak Polska dwa tysiące lat temu, dzisiejszy Tybet to kraj, gdzie krajobraz naturalny jest bardzo żywy. Góry, rzeki mają swoich bogów, niebo i ziemię zamieszkują byty. Mieszkają one także pod ziemią. Każde miejsce, zjawisko, siła podlega mocy jakiejś lokalnej grupy. Gdy Padmasambhava przybył do Tybetu napotkał wiele potężnych lokalnych bogów i bytów, którym oddawano cześć i odprawiano rytuały według wielu starożytnych tradycji. Dzięki metydacji Padmasambhavy byty te nie tylko nawróciły się lecz także zwróciły swoją moc w kierunku dharmy. Zamiast walczyć z nią zaczęły ją chronić.

Z tego powodu Padmasambhava powinien zostać wyświęcony jako inicjator ruchu ochrony środowiska. Wiem, że w innych krajach, gdzie obecnie także wyznaje się buddyzm, kiedy go wprowadzono doszło do rozłamu między buddyzmem monastycznym a lokalnymi bóstwami. Mimo, iż nie zostały one unicestwione przekazano je tamtejszym szamanom i lokalnym kapłanom, którzy zajmowali się rytuałami uzdrawiającymi czy transami. Mnisi wcale nie zajmowali się lokanymi bóstwami więc zainstaniął rozłam. Z kolei w krajach chrześcijańskich, wytępiono wszystkich szamanów. Był to bardzo radykalny sposób postępowania z lokalnymi bóstwami. Padmasambhawe, z kolei, udało się zintegrować niezwykle formalną, złożoną kosmologię buddyjską i system medytacji z prostą bliską naturze formą energii. Ta integracja jest niezmiernie ważna dla utrzymania niedualnego zrozumienia. Padmasambhava zawarł z lokalnymi bóstwami umowę, by one chroniły

dharmę. Ustanowił konkretne rytuały by je czcić lub choćby składać im ofiary, pozostawił mantry by je kontrolować. Te praktyki wykonuje się po dziś dzień, ponieważ umowa z bóstwami musi być podtrzymywana cały czas.

Zanim wykonamy praktykę strażników powinniśmy zwizualizować siebie jako Padmasambhavę. Pamiętajmy, że dla Tybetańczyków te bóstwa to nie tylko jakieś symbole. Jest to silna energia, która, gdy ją rozbudzić zaczyna rzeczywiście być aktywna i są tego konkretne skutki. Bardzo wysocy strażnicy dharmy, tacy jak Mahakala, działają na poziomie bodhisattwów. Są też tacy, którzy prawie w ogóle nie mają nic wspólnego z buddyzmem dlatego należy obchodzić się z nimi wyjątkowo ostrożnie.

Buddowie są bardzo wyrozumiali. Gdy obiecujecie im, że będziecie się do nich modlić codziennie i nie robicie tego, oni wtedy myślą: „Cóż, ludzie się nie zmieniają”. Nie będą specjalnie zdziwieni. Inaczej ze strażnikami dharmy, oni nie są tacy. Gdy obiecujecie, że będziecie składać im ofiary każdego dnia, oni wrócą i zapytają: „Hej! Gdzie jesteś?” Są jak mafia, nigdy nie zapominają przyjść po swoje. Jeśli nawiążecie z nimi połączenie i rozgniewacie ich, wtedy mogą powodować choroby i kłopoty. To jest rodzaj praktyki, którą należy wykonywać z wielką ostrożnością, niezależnie od tego jak często się ją wykonuje.

Rozpoczynamy od oczyszczenia tego, co składamy w ofierze a potem rozpoznajemy wszystkich gości. Są nimi Buddowie i sanga, trzy kaye i wszyscy bogowie nam bliscy²¹ oraz wszystkie wyższe postacie takie jak Padmasambhava and the great ones. Następni są strażnicy dharmy. Kultura tybetańska zwraca wielką uwagę na hierarchię, nieco podobnie jak w kulturze chińskiej. Gdy przychodzimy w odwiedziny do domu tybetańskiego zostaniemy posadzeni w rzędzie na podłodze, podobnie jak w klasztorze. Otrzymamy miejsce zgodne z naszym statusem. Przywiązuje się do tego dużą uwagę i łatwo kogoś urazić. Podobnie jest ze strażnikami. Jest osiem głównych kategorii duchów lecz wyróżnia się jeszcze wiele dodatkowych podziałów. Wszystkich należy traktować w odpowiedni sposób. Jeśli jednego wyróżniamy ponad innych, duchy mogą stać się zazdrosne i może to wpędzić nas w kłopoty. Jeśli już wkraczamy na to pole i wykonujemy tę praktykę trzeba być bardzo ostrożnym. Dla ludzi Zachodu często niewiele to znaczy, jest to bardzo obce naszej współczesnej kulturze. Dlatego ważne jest, aby odnajdować się w te praktyce.

Słyszałem ostatnio, że mieliście tutaj burzę, która powaliła sporo drzew. Można było więc rzeczywiście doświadczyć siły wiatru. Kto rozdmuchał ten wiatr? Tybetańczycy w podobnej sytuacji, powiedzieliby zapewne: „Nie zrobiliśmy ofiarowania na wzgórzach”. Potem poszliby zrobić puję, by uspokoić lokalne bóstwo, które wyrządziło tyle szkód. Tybetańczycy wierzą, że dzięki puji można wiele zmienić. Puje dla lamów tybetańskich to chleb powszedni. Otrzymują oni pieniądze od mieszkańców wioski, by robili je właśnie w takich rejonach w intencji ich spraw. Zależy im nawet bardziej na takich właśnie pujach niż na tych związanych z jakimiś większymi wydarzeniami. Mamy więc życie klasztorne służące oświeceniu i relacje

ze zwykłymi ludźmi skupiające się na kontrolowaniu sił przyrody. Oznacza to, że deszcze spadają na czas, nie ma gradów, a zatem jest jedzenia pod dostatkiem. Dla wielu ludzi zamieszkujących tybetańskie doliny często jest to stawka życia i śmierci. Pewność, że wiemy jak pracować z tymi siłami jest naprawdę bardzo ważna.

Nadal wizualizujemy siebie jako Padmasambhavę, recytujemy tekst głośno i zdecydowanie. Musicie pokazać tutaj siłę, bo te istoty szanują siłę. W tekście pojawiają się kolejno imiona bóstw. Następnie tekst mówi: "Przybądźcie tu bez wyjątku, zasiądźcie na przygotowanych dla Was miejscach. Oddajemy Wam cześć, przyjmijcie zewnętrzne i wewnętrzne ofiarowania, całą ich masę, napoje, wodę do picia i do obmycia stóp, kadzidła itp. Ofiarujemy Wam wszystkie najlepsze rzeczy z tego świata." Chcemy aby strażnicy spełniali swoją funkcję, chronili dharwę i utrzymywali świat w harmonii. Taki jest cel wykonywania tej praktyki – utrzymanie harmonii. W tybetańskich klasztorach praktyka strażników była wykonywana przez wiele godzin każdego dnia. Dla strażników przygotowano osobne pomieszczenie, gdzie dwóch, trzech mnichów przez długie godziny wykonywało praktykę.

Chcemy aby nasi goście byli zadowoleni, spokojni. Mówimy więc „Bądźcie zadowoleni z tych ofiar i wybaczcie nam wszelkie nasze uchybienia”. Często robi się ofiarę palną, ofiaruje sang, jałowiec lub inne pachnące liście. „Dzięki temu pachnącemu dymowi wszelkie nieczystości zostają usunięte podczas ofiarowania a Wy bądźcie zadowoleni z ofiar i całego bogactwa bogów, nagów i ludzi.”. Tekst odwołuje się w tym miejscu do całego bogactwa, które znajduje się na ziemi, nad ziemią i pod nią. Potem tekst mówi: "Proszę przyjmijcie te zwyczajne ofiary, amritę, tormę, raktę i ser kjem", który jest specjalną filiżanką ofiarną dla strażników dharmy. Wypełniony jest zwykle arakiem, czasem herbatą. Potem recytujemy mantrę ofiarowania trzy razy.

DE TAR KOONG SHIING ThRIN LEJ CZIOL ŁA NI
 MI ThUN KJEN DOG ThUN KJEN JID ŻIN DRUB
 DŻIE SU DRO NA SU KJEL KhA DZIN DZO
 ŻI LA DUG NA DOONG DROG GJAB TEN GJI
 DAG GI LU SOG LOONG CZIE NGA ThAANG NAM
 KhJE LA TEN DZUG NGA SOL NJER DU TAD
 NAM JAANG DRAL MED LU DANG DRIB ZHIN DROG

Zaspokojeni w ten sposób, kontynuujcie Waszą pracę. Zgodnie z naszym życzeniem odwracajcie trudne sytuacje a sprowadzajcie sprzyjające. Opiekujcie się nami w podróży łagodząc trudy drogi; pomagajcie nami i ochraniajcie gdy zatrzymamy się w jakimś miejscu. Nasze ciała, bogactwa, status i wszystko inne ofiarujemy Wam, oddając się pod Waszą życzliwą opiekę. Obyście byli od nas nieoddzielni niczym cień towarzyszący ciału.

YID LA GAANG SAM MA LU DRUB PA DAANG
 TEN DZIN KJE BU RIM DŻION GE DUN DE
 JAR TSO TAR PhEL MI NUB RAB TEN ŻIING

NJAN DRAAG DUL DZIA NGA ThAANG LOONG CZIE GJE
 SA DAANG LAM GJI JON TEN GOONG PhEL ŽIING
 CZIE ThUN NGy DRUB MA LU TSAL DU SOL
 KhJE LA GJUN DU SOL ŁA TAB PEJ ThU
 TSE DIR JID ŽIN ŁAANG GJAL DRUB PA DAANG
 ThAR ThUG NGA JAB ZAANG DOG PAL GI RIR
 DAG PEJ ŽIING DU ThRID PEJ DROG DZOD CZIG

Niech spełnią się wszystkie pragnienia naszych umysłów. Dzierżawcy nauk, którzy pojawiają się co pewien czas, sangha bhikshu — niech rozwijają się bez przerwy tak jak wzbierają wody oceanu latem, nigdy nie opadając. Oby wzrastała ich sława, pozycja, bogactwo, oby rozwijali się ich uczniowie. Niech wzrastają pozytywne właściwości stopni i ścieżek a Wy udzielcie nam najwyższych oraz zwykłych siddhi. Dzięki sile nieustanej modlitwy do Was, niech wypełni się wszystko, czego pragniemy w tym życiu a gdy będziemy umierać, pomóżcie nam i poprowadźcie do czystego królestwa Ngayab Zangdopalri.

OM A HUUNG SA MA JA AMRITA KhA KhA KhA HI KhA HI
 HO NJING NJE DRAN Pho DRAN MOI TSOG
 DAM LA MA DA SA MA JA
 DAG GI SUUNG MAR NGA SOL LO
 SAANG GJE TAN PA KhJOD KJI SUUNG
 KON CZIOG ŁU PhaANG KhJOD KJI TOD
 NAL DŽIOR KU DRA KhJOD KJI DROL
 CZIOL ŁEJ ThRIN LEJ DRUB PAR DZOD

Ciało, mowa i umysł. Utrzymujcie Wasze Ślubowania. Spożywacie tę amritę, spożywajcie ją. Do prawdy spożywajcie! Do prawdy spożywajcie! Ho! Wy, życzliwe zastępy męskich i żeńskich sług nie wykraczajcie poza Wasze ślubowania. Utrzymujcie Wasze ślubowania! Wyznaczono Was jako moich strażników. Ochroniajcie nauki Buddy. Wychwalajcie trzy klejnoty znajdujące się ponad waszą głowę. Zniszczcie osobistych wrogów yoginów. Wypełniajcie zadania, które Wam powierzyłem.

GAANG ŽIG JID LA DREN PA TSAM GJI KJAANG
 DOD PEJ NGY DRUB TSOL ŁAR DZEJ PA JI
 CZIE KJOONG JID ŽIN NOR BU KJED NAM KJI
 DAG GI SAM DON MA LU DRUB PAR DZOD

Samo pamiętanie o Was wystarcza, abyście udzielili pełnego urzeczywistnienia. Strażnicy dharmy, którzy jesteście jak klejnot spełniający życzenia, proszę, spełnijcie wszystkie moje życzenia i potrzeby bez wyjątku.

KJE NAM CZIE CZIING SOL ŁA TAB PEJ ThU
 DAG SOG GAANG DU NEJ PEJ SA CZIOG SU
 NAD DAANG UL PhoONG ThAB TSOD ŽI ŁA DAANG
 CZIE DAANG TRA SZI PhEL ŁAR DZAD DU SOL

Gdziekolwiek jesteśmy, dzięki mocy powstałej z modlitw i oddawaniu Wam czci, niech ustaną spory, nędza i choroby, a wzrasta dharma i pomyślność.

Gdy gości już zadowolili nasze ofiary wtedy mówimy: „Teraz wykonajcie swoją pracę”. Nie jest to ogólna prośba typu: „Proszę podarujcie nam oświecenie” czy „Ześlijcie na nas wyjątkowe siddhi”. Tu mówimy o bardzo konkretnych rzeczach związanych z życiem codziennym. Tekst mówi: *MI THUN KJEN DOG*, co oznacza odwrócenie niesprzyjającej sytuacji lub okoliczności. *DOG PA* znaczy odwrócić. Tej funkcji używa się w magii. Gdy ktoś rzuci na nas czar można go przesłać z powrotem do tej osoby i to na nią spada jego moc. Wtedy osoba ta nie zostaje przez nas unicestwiona lecz niszczą ją jej złe zamiary. Potem, co wynika z tekstu, prosimy o to, by spłynęły na nas same dobre rzeczy, te, których byśmy sobie życzyli.

Następnie prosimy o sprzyjające okoliczności podczas podróży i abyśmy zostali serdecznie przyjęci tam, dokąd się udajemy. W Tybecie było to szczególnie ważne, bo podczas podróży przemieszczano się po terytoriach różnych strażników i lokalnych bóstw. Każdy z nich mógł przecież powiedzieć: „Kim jesteś i czego tu szukasz?. Mógł też spowodować kłopoty. „Gdy zatrzymujemy się w jakimś miejscu podczas podróży, bądźcie przy nas, zapewnijcie nam pomyślność i zadbajcie o to, by nikt nas nie nękał”. Sam fakt, że formy są puste nie oznacza, że nie istnieją. Takie myślenie byłoby nihilizmem. Utrzymując formę Padamasambawy podczas całej praktyki strażników dharmy nie zapominamy, że wszystko, co robimy a co zgodne jest z tekstem jest nierozdzielne od pustki. Nie ważne jak błahe i dualistyczne wydaje się być.

Następnie tekst mówi: „Ofiaruję wam moje ciało, bogactwo, pozycję społeczną, całe moje istnienie – wszystko. Proszę, opiekujcie się mną, oddaje siebie w wasze ręce, nigdy od was nieoddzielny – proszę bądźcie przy mnie tak jak mój cień”. Oznacza to, że strażnicy zawsze będą przy nas. Gdy praktykujemy dharmę i utrzymujemy otwarty stan obecności przestajemy skupiać się na ochronie samych siebie. Przebywając w tym stanie stajemy się potencjalnie bardziej podatni na niebezpieczne formy energii, gdyż stan otwartości może przyjąć wszystko. Nie blokuje automatycznie dostępu tym niebezpiecznym formom energii. Podczas wykonywania praktyki dharmicznej, wchodząc w niecodzienne stany, oddalając się od poruszeń świata, będą was chronić strażnicy dharmy, którzy funkcjonują w świecie niczym agenci. Możemy zatem zaufać, że ochrona którą zwykle zapewnia nam nasze ego, będzie z nami bez konieczności wzmacniania funkcji samego ego. Strażnicy będą nas chronić w tym życiu, a w chwili śmierci udamy się do Zangdopalri. Jest to transakcja wiązana, w której ich skoncentrowana energia pozwala nam się zrelaksować. Nasze ofiary i przypominanie strażnikom o ich obowiązkach, utrzymuje ich na straży dzięki czemu gromadzą mniej negatywnej karmy i pozostają bliżej Padmasambhawy. Przez to energia

mandali, która działa dla nas i poprzez nas pomaga nam zrezygnować z ochrony ego jako głównego zabezpieczenia.

Następnie tekst opisuje przygotowanie ofiar, tak by stały się częścią radosnej uczty. Ważne jest, aby była naprawdę miła i radosna atmosfera, zwłaszcza gdy wykonujecie praktykę sami. Trzeba poczuć, że te bóstwa naprawdę przybyły i że ofiara jest formą kontaktu z nimi. W ten sposób budujecie mentalną dharmę. Im więcej wkładacie w to uczucia i nadziei, tym bardziej praktyka ożywa. Pamiętajcie, by zawsze ofiarować, to co macie najlepsze, świeże produkty, nigdy resztki.

G. OFIAROWANIE

a. Błogosławienie Ofiar i Zaproszenie Dostojnych Gości

Błogosławienie Ofiar (Tsog)

RAM JAM KhAM OM A HUUNG

Ofiary zostały oczyszczone ze wszystkich niedoskonałości przy pomocy ognia, wiatru, wody jak również ciała, umysłu i mowy Buddów. Ważne jest, aby przyjąć, że wszystkie ofiary są puste, aby sama świadomość tego pomagała nam rozbić chwytność produktów tego świata. Nasze ciało to ciało światła, więc jeśli patrzymy na tsog, na jedzenie z myślą: „O, zjem sobie trochę tego” albo „Mhmm, tego zjem więcej” to wówczas porzucamy medytację na rzecz małego kawałka czekolady czy smakowitej truskawki albo jeszcze czegoś innego. Jedzmy i pijmy lecz nie zachowujmy się jak świnie. Powinniśmy zawsze utrzymać obecność.

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DŽIAANG TShAM

PE MA GE SAR DOONG PO LA

JAM TSEN CZIE GI NGY DRUB NJE

PE MA DŽIUNG NEJ ŽIE SU DRAG

KhOR DU Khan DRO MAANG PY KOR

KhJE KJI DŽIE SU DAG DRUB KJI

DŽIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL

GU RU PE MA SID Dhi HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Ugyen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty — obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku dakin. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu! Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!

Zaproszenie

HUUNG HRI RAANG NAANG DAG PA SAANG CZIEN NGA JAB ŽIING

KU SUM DAG NJID RIG DŽIN PE MA DŽIUUNG

DRUB NJE TSEN CZIOG GJAD DAANG DAK KI CZIE

TSOG KJI KhOR LO DU ŁAR SZIEG SU SOL

Hung. Hri. W tajemnym, czystym królestwie Ngayab mego umysłu przebywa Padmasambhava, vidyadhara o naturze trzech kayi. Towarzyszą mu dakinie i osiem wspaniałych form. Przyjdźcie, proszę, by wziąć udział w tym zgromadzeniu.

W tym królestwie, tajemniczym, czystym królestwie Zangdopalri, które jest naszym własnym doświadczeniem – RAANG NAANG jest tu RIGPEJ RAANG RAANG. Oznacza to, że mamy do

czynienia z manifestacją powstająca z pustki – tam powstaje esencja trzech kayi, Padmasambhava razem z jego ośmioma formami i dakiniami. Mówimy więc: „Proszę przybądź na to zgromadzenie, proszę przybądź tu, gdzie będziemy razem”. *NGJAB*, gdzie mieszka Padmasambhava, jest sekretnym miejscem ponieważ tylko Ci, którzy otrzymali inicjację mogą do niego się udać. „Jest to aspekt mojego własnego umysłu, ja zapraszam na tę ucztę bogów, którzy go zamieszkują”.

W stanie medytacji wyobrażam sobie Padmasambhavę i jego orszak. Zbliża się do nas poprzez czyste błękitne niebo obecności. Wokół nich znajdują się tęcze, które promieniują szczęściem.

JE SZIE LEJ DRUB TEN SUUNG DAM CZIEN CZI
JAANG GY ZAB TER CZIE KA KJOONG ŁA JI
PhO MO MA NIING GJUD SUM DREG TSOG CZIE
DOD JON TSOG KJI KhOR LO DU ŁAR SZIEG

Posiadający naturę czystej mądrości, strażnicy nauk i dotrzymujący ślubowań, a zwłaszcza ci, którzy chronią słowa tego głębokiego skarbu dharmy, orszaki potężnych form — męskich, żeńskich i bezpłciowych — przyjdźcie by wziąć udział w tym zgromadzeniu, gdzie znajduje się wszystko, co zadowala zmysły.

DAM DZEJ CZIUD PhOB KAL DEN ŁAANG ŻI KUR
BAR CZIED KJEN ŻI CZIOG ThUN NGY DRUB TSOL
BENDZA SA MA JA DZA DZA

Pobłogosławcie te ofiary i udzielcie zgromadzonym tutaj szczęśliwcom czterech inicjacji. Usuńcie przeszkody i udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia. Utrzymujcie ślubowania vajry! Przyjdźcie! Przyjdźcie!

Dzięki ich błogosławieństwu, honorowi goście przekształcają ofiary w wyzwalający eliksir. Poprzez ich obecność na tej uczcie chcemy otrzymać cztery inicjacje. Pragniemy, aby usunęli oni wszystkie przeciwności na naszej drodze i abyśmy zdobyli wszystkie siddhi.

Prezentacja Ofiarowania

HRI GJAL KUN ŁAANG CZIUG RIG DZIN PE MA DŻIUUNG
TSEN CZIOG GJAD DAANG DŻIE BAANG DAK KI TSOG
TSA SUM KUN DU GJAL ŁEJ KJIL KhOR DU
DOD JON NGA DEN ZAG MED TIING DZIN ZEJ
DAM DZEJ TSOG KJI CZIE PEJ GJE PA KOONG

Hri. Vidyadharo Padmasambhavo, równy mocą jinom; osiem wspaniałych form z dwudziestoma pięcioma uczniami, oraz orszaki dakiń — w mandali Jina zawierającej trzy korzenie w stanie pełnej i

czystej kontemplacji ofiarujemy Wam wszystko, co Was zadowoli. Niechaj w pełni zaspokoją Was zgromadzone tu ofiary.

Ofiarujemy wszystko, co mamy najlepsze i co możemy sobie wyobrazić. Robimy to z jednopunktową medytacją. Jeśli potraficie, zatrzymajcie się na chwilę i rozbudujcie wizualizację ofiary.

HRI KA TER LA MA NAM KJI ThUG DAM KAANG
 JI DAM LhA TSOG NAM KJI ThUG DAM KAANG
 MA SIING KhA DRO NAM KJI ThUG DAM KAANG
 DAM CZIEN NOR LhA NAM KJI ThUG DAM KAANG

Hri. Niech nauczyciele kamy i termy będą w pełni zadowoleni i szczęśliwi.

Niech orszaki jidamów będą w pełni zadowolone i szczęśliwe.

Niech matki i siostry dakinie będą w pełni zadowolone i szczęśliwe.

Niech dotrzymujący ślubowań oraz bóstwa pomyślności będą w pełni zadowoleni i szczęśliwi.

Linia kama to nieprzerwana, otwarta linia od czasów Padmasambhavy. Została przekazywana od jednej osoby do drugiej, nie będąc ukrywaną. Z kolei w linii termy jest okres, kiedy nauki były ukryte jako skarb, powierzone dakiniom. Thung dam kang oznacza „Nie bądź mną rozczarowany, nie trzymaj w sercu urazy do mnie. Nie bądź zły, gdy w jakiś sposób Cię zranię lub zrobię coś, co uczyni Cię nieszczęśliwym. Nie obracaj tego przeciwko mnie.” Jest to kluczowa kwestia, ponieważ musimy utrzymać czystą linię połączenia ze wszystkimi bogami. W momencie, gdy mówimy *THUG DAM KAANG* chcemy by nasza relacja stała się znów dobra. Ma to duże znaczenie, bo dążymy do tego, aby w naszym doświadczeniu pojawiły się te bóstwa. Chemy, aby towarzyszyły nam w życiu.

CZIOE DŽIN Y PEJ DRON KUN ThAM CZIE KJI
 ThUG DAM NJEN PO MA LU DER KAANG LA
 NAD DON DIG DRIB ZHI DAANG TSE SOD GJEJ
 MY PA NAM ZHI ŁAANG DU LOG DREN DROL
 CZIE DAANG ThUN MOONG NGY DRUB TSAL DU SOL
 GU RU DE ŁA DAK KI NI SARVA PU TSA KhA HI

Niechaj zostaną wypełnione i odnowione ślubowania wszystkich gości, którzy są godni ofiar i podarunków. Niech zostaną usunięte choroby, demony, błędy, przeszkody. Niech rozwija się życie i zasługa. Obyśmy posiadli moc czterech stanów zaspokojenia, obyśmy fałszywi przywódcy zostali zniszczeni. Udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia. Guru, devo, dakini prosimy spożywajcie te uroczyste ofiary.

Poprzez ofiary chcemy naprawić wszystkie złamane ślubowania i ulepszyć nasze relacje. Wraz ze swobodnie płynącą energią pomiędzy nami a trzema korzeniami (guru, devą i dakinią) a także między strażnikami dharmy wypełni się wszystko to, co chcemy, aby się

urzeczywistniło. Negatywności takie jak choroby i trudności będą złagodzone. Dobrodziejstwa takie jak bogactwo, zasługa, siła życiowa wzrosną. Osiągniemy moc czterech stanów zaspokożenia²²: wzroku, dotyku, pozostawania w objęciach i wreszcie stosunku płciowego. Wszelkie demony sprawiające problemy będą zniszczone. Osiągniemy oświecenie i wszystkie zwykłe siddhi. Dlatego jesteśmy bardzo wdzięczni, że goście przyjęli nasze ofiary.

b. Wyznanie Błędów

HO DAG CZIAG ThOG MED DU NEJ DA TEJ BAR
RAANG NGO MA SZIE LOG TOG ThRUL PEJ DRIB
DOM SUM DAM TSIG DEJ RAL CZIAG NJAM KUN
TSOG KJI KhOR LY KAANG ŽIING SZIAG PAR GJI

Ho. Od niemającego początku czasu aż do teraz, z powodu zaciemnień pochodzących z błędnego zrozumienia i nieznajomości naszej natury, złamaliśmy i naruszyliśmy nasze ślubowania trzech klas. Odnawiając ślubowania w obecności dostojnych gości ofiarujemy nasze wyznanie.

Przyczyną naszych wszelkich problemów jest ignorancja. Musimy to zrozumieć i coś z tym zrobić. Uzdrowić sytuację zauważając wreszcie to, co jest w nas w środku a co było tam zawsze, naszą naturę, czystą od samego początku. Gdy jej nie rozpoznajemy popadamy w pomieszanie, przywiązujemy się do błędnych poglądów, gubimy się próbując odnaleźć naszą drogę. Wyznajemy to i próbujemy zadość uczynić popełnionym negatywnym uczynkom.

Złamaliśmy nasze ślubowania wstrzemięźliwości i moralności (vinaya), nasze zobowiązanie kontrolowania własnego zachowania i złagodzenia naszych nawyków. Naruszyliśmy ślubowania bodhisattvy zapominając działać na korzyść innych. Nie pamiętając, że jesteśmy częścią sekretnej mandali, która ma określony pogląd, medytację i działanie złamaliśmy ślubowania tantryczne. Największym zaniedbaniem było to, że zapomnieliśmy o naszej czystej naturze utożsamiając się z własnymi atakującymi nas myślami. Porzucamy naturę Buddy na rzecz przywiązania do samego siebie, odrębnego, samoistniejącego i złego. Wszelkie błędy, przewinienia, pomyłki są od siebie zależne i nietrwałe. Nie mają one takiej mocy, aby same były w stanie zanieczyścić nas i uwarunkować bez naszego w tym udziału, bez chęci powiedzenia sobie: "Jestem zły, zły do szpiku kości" i poczucia, że tak naprawdę jest. W pełni wyznajemy te błędy i medytujemy na Dorje Sempę abyśmy mogli odbudować wspólne połączenie, które będzie stale czyste.

OM GURU PEMA SA MA JA MA NU PA LA JA
GURU PEMA TE NO PA TI SZTA DRI DhO ME BhA ŁA
SU TO KAJO ME BhA ŁA SU PO KAJO ME BhA ŁA
A NU RAKTO ME BhA ŁA SAR ŁA SIDDHI MA ME PRA JA TSA
SAR ŁA KAR MA SU TSA ME TSI TAM SZRI JAM KU RU HUUNG

HA HA HA HA HO

BhA GA ŁAN SARŁA TA ThA GATA GURU PEMA MA ME MUN TSA
GURU PEMA BhA ŁA MA HA SA MA JA SA TŁA AA HUUNG PHE

Pięć pierwotnych mądrości. Guru Padmo, poprzez moc swoich ślubowań, ochraniaj mnie i wszystkich tych, którzy z ufnością podążają za Tobą. Guru Padmo usłysz mnie! Prowadź mnie! Myśl o mnie! Proszę, oczyść wszystkie moje negatywności. Wciąż o mnie pamiętaj. Bądź ze mną, nieoddzielny ode mnie. Udziel mi wszystkich siddhi. Uczyni wszystko, co konieczne. Niech wszelkie subtelne ślady karmiczne pozostające w moim sercu staną się pustką. Udziel mi dharmakayi, sambhogakayi, nirmanakayi, svabhavikakayi. O, Zwycięski, który jesteś jak wszyscy Tathagatowie, Guru Padmo, utrzymuj mnie w swoich myślach. Guru Padmo. Niezniszczalne ślubowanie. Musimy otrzymać siddhi. Musimy dotrzymać swoich ślubowań!

OM SA MA JA AA SAM MA JA HUUNG SA MA JA BEN DZA SA MA JA
DAG ŽIAN GJI TSE RAB KhOR ŁA ThOG MA ME PA NEJ SAG PEJ
DIG DRIB NJE TUUNG DRI MEJ TSOĞ ThAM CZIE TSA ŁA NEJ
DŽIAANG ŽIING DAG PA DŽIN GJI LAB TU SOL

Ślubowania ciała, mowy i umysłu — proszę, wybaczone moje uchybienia. Ślubowania vajrajany — wybaczone moje uchybienia. Ja i wszystkie istoty w niezliczonych poprzednich żywotach gromadziliśmy zaciemnienia, błędy i splamienia sprawiające, że odradzamy się w niższych sferach. Pobłogosław nas swoją oczyszczającą mocą i oczyść wszystkie błędy i zaciemnienia.

Czytając to łączymy się w pełni ze stanem Vajrasattvy – niezmiennej, niezniszczalnej czystości, do której nie jest w stanie przyłgnąć nawet najmniejsza niedoskonałość.

c. Ofiary

Przygotowanie ofiar

HUUNG OM A HUUNG BENDZA GU RU PE MA ThOD THREENG TSAL
BENDZA SA MA JA DZA SIDDHI PhA LA HUUNG
E RAM PHE RAM DŽŁA LA RAM NI JAM DZA TRI JAM DZA
NA MO KON CZIOG SUM GJI DEN PA DAANG
TSA ŁA SUM GJI DŽIN LAB DAANG
Khan DRO CZIE KJOONG NU ThU JI
NOD DŽIED DRA GEG GAANG JIN PA
DA TA NJID DU DIR KhUG CZIG
DZA HUUNG BAM HO

Pokłon. Dzięki prawdzie trzech klejnotów, błogosławieństwu trzech korzeni i mocy dakiń oraz obrońców dharmy — niech ci, którzy sprawiają kłopoty, wrogowie oraz przeszkody (głównie nasze własne ego) przyjdą tutaj natychmiast.

Wykorzystujemy tu moc prawdy trzech klejnotów, fakt, że nie mają one zwodnych właściwości oraz siłę błogosławieństwa trzech korzeni, ich pozytywne działanie dla siły dobra oraz potęgę dakiń i strażników. Wszystko to, aby przyciągnąć wszelkie możliwe byty, które stwarzają problemy zewnętrzne, takie jak kradzież jedzenia joginom, a także tych stwarzających problemy na poziomie wewnętrznym, czyli rozpacz, zwątpienie, rozproszenie. Mantry chwytają i przywiązują demony, tak by nie mogły uciec. Czasem zdarza się, że czujemy się przytłoczeni i ścigani przez problemy. Pamiętając o dharmie będziemy w stanie stawić im czoła w nieskończoności trzech kayi. Będziemy zawsze silniejsi od demonów i tych, którzy sprowadzają problemy. Trzeba jednak doskonale wiedzieć, co się robi, ponieważ mimo, iż formy te są puste w swojej naturze, posiadają one energetyczną obecność, która pozostawia ślady.

Jestem pewien, że wszyscy się czegoś w życiu boimy – torturowania, bicia, gwałtu. Te lęki są bardzo ważne, bo pracujemy ze wszystkimi siłami, które mogą budzić w nas strach. Są to siły zewnętrzne jak i wewnętrzne i muszą zostać w bardzo konkretny sposób kontrolowane. W przeciwnym razie, gdy nie mamy władzy nad naszymi demonami to one są tymi, które nas kontrolują. Jest to walka na śmierć i życie. Dlatego też posługujemy się tu bardzo silnym językiem. Musimy odpowiedzieć z energią, ze stanu pustki. Oznacza to, że nie dajemy się wmanewrować w skupiony na „ja” odwet, lecz pozostajemy otwarci, zrelaksowani i skoncentrowani na połączeniu tej złowrogiej, energii z podstawą, czyli pustką. To nie jest zabawa więc nie powinniśmy lekceważyć siły tej okrutnej, nieludzkiej i pełnej pogardy postawy. Samo wykrzyknięcie *PHE (PHAT)* nie wystarczy, nie przegoni demonów. Potrzebujemy stabilności w pustce oraz w zaufaniu, które przychodzi wraz z nią.

Złożenie ofiar

HUUNG NJON MOONG LOG PEJ DRA GEG RU DREJ TSOG
TSEN MEJ DZEJ KJI DRUB KHUUNG BAR ŁEJ NAANG
NO NJUR JE SZIE TSON CZEJ CZIAR CZIEN POI
DRA GEG PHUUNG KHAM MA LU DUL DU LOG
A MU KA MA RA JA BAD

Hung. Orszaki demonów, wrogowie, przynoszący kłopoty oraz wszystkie formy pomieszania znajdują się zostają uwięzione wewnątrz symbolicznego, płonącego dołu. Wielka ulewa ostrej i przesywającej broni mądrości unicestwia ciała i świadomość wszystkich bez wyjątku wrogów i demonów. Niech wróg zostanie zgładzony do cna!

Gdy już demony zostały schwytane i związane muszą zostać wysłane z powrotem do miejsca skąd pochodzą. Złowroga świadomość będzie sprowadzona do pierwotnej podstawy. Wyobrażamy sobie, że demony zostają zamknięte w trójkątnej dziurze pełnej płomieni. Nie mogą stamtąd uciec. Potem manifestacja pustki jawi się jako forma czyli deszcz ostrzy spada na nie i sieka je na kawałki. Te kawałki zostają pocięte na jeszcze mniejsze do momentu, gdy skandy, podstawowe jednostki egzystencji, a także organy zmysłów wraz z ich świadomościami, zostają rozbite w pył aż do atomów, do stanu nicości. Nie zostaje nic, nawet najmniejszy ślad. Nie mają już podstaw do powrotu, po prostu zniknęły. Podstawy dla chwytania, przywiązania, pięciu trucizn, wrogich i okrutnych zamiarów odeszły. To, co zostało jest nieoddzielne od pustki.

Ofiarowanie rezultatu ofiary

HRI TSA SUM RIG DZIN GJAL ŁEJ KJIL KhOR DU
 DRA GEG DRAL ŁEJ SZA RU DUD TSIR GJUR
 NJAM NJID DE ŁA CZIEN POR BUL LEG NA
 NJI MED KhJAB DAL NGAANG DU ŻIE SU SOL
 SAR ŁA PU TSA KhA HI

Hri. W mandali vidyadhary Jina, który zawiera trzy korzenie, mięso i kości unicestwionych wrogów stają się wyzwalającym eliksirem. Zostaje on ofiarowany w stanie wielkiej szczęśliwości doskonałej równości więc prosimy, spożyjcie go w stanie wszechprzenikającej niedualności. Spożywajcie te uroczyste ofiary!

W mandali wszystko jest czyste. Wszystko staje się eliksirem. Zwłoki i pozostałości są pokazane jako to, czym są i czym zawsze były: manifestacją pustki. Posiadając naturę pustki, stają się wyzwoleniem dla innych. Wszystko, co złe, a co wydawało się być w nie wpisane, znika. Teraz są już tylko formą i pustką. Jeśli zostają przyjęte w stanie niedualności nie pozostaje żaden ślad urzeczowienia, przywiązania, egoizmu. Zwłoki demonów są jak wszystko inne, niczym się nie różnią. Gdy to zauważymy, doświadczymy wielkiego szczęścia doskonałej równości. Jedyna prawdziwa czystość jest w naturze umysłu, która od samego początku jest niesplamiona.

Działanie powstaje na polu wielkiej złożoności. Kiedykolwiek spotykamy ludzi zaczynają oni projektować na nas różne rzeczy, mają względem nas oczekiwania, czegoś od nas chcą. Nie możemy zaspokoić pragnień całego świata. Gdy zadowolimy jedną osobę, to inna będzie zaraz na nas wściekła. Chcąc zaspokoić wszystkich można oszaleć. Tak więc czystość nie ma nic wspólnego z bycie miłym dla każdego bo to jest niemożliwe. Czystość związana jest z relacją, jaką mamy względem pustki. Potem, właśnie z tego, dzięki okolicznościom i uwarunkowaniom pojawia się określone zachowanie.

Powinniśmy rozpoznać, że wszystko jest puste, lecz manifestuje się w różnej formie. Są ludzie bardzo uprzejmi i są też ci niebezpieczni. Musicie zdawać sobie sprawę z tej różnicy. Może się okazać, że właśnie ten miły człowiek jest tym naprawdę niebezpiecznym. Właśnie dlatego, że jest tak bardzo miły wydaje wam się, że jego zachowanie względem was też takie będzie. Nawet, gdy faktycznie są tak bardzo uprzejmi, tak naprawdę tylko pomagają wam zapaść w sen. To właśnie ten nieprzyjemny człowiek, ten niebezpieczny tak nas wystraszy, że wreszcie się przebudzimy. Wówczas, tak naprawdę okaże się być bardzo uprzejmym. Życie nie jest przecież łatwe.

Łatwiej by było, gdyby demony miały ogony, łuski, czuć było od nich zapach siarki. Lecz one nie są oznaczone w jakiś specyficzny sposób, bo nie są bytami – to nie są istoty wiecznie złe. Nie da się ich podzielić na dobre i złe demony i wysłać te złe na lewo a dobre na prawo. Demony to aspekty naszej karmy, są związkami. Przyczepiają się do nas, bo mamy z nimi

coś wspólnego, a my przecież bierzemy, co popadnie. Próba kontroli obiektów, jako obiektów będących czymś oddzielnym od nas nie działa. Musimy się rozluźnić w otwartej naturze, która istnieje nadrzędna do wszelkich podziałów na podmiot i przedmiot, na dobre i złe. Skupianie się na obiekcie nie może przynieść trwałych rezultatów. Czystka demonów podobnie jak czystka etniczna też nie pomaga. Integracja i współpraca zapewnią trwałe rezultaty. W średniowieczu ludzie w Europie bardzo przejmowali się demonami, zwłaszcza diabeł, wciąż zastanawiali się, gdzie on się ukrywa. Demony miały przypisane konkretne cechy – zapach siarki, łuski, rogi. Więc gdy się widzi kogoś takiego, to na pewno musi to być diabeł. W tradycji tybetańskiej jest podobnie. Patrzymy tylko na tych podejrzanych niebezpiecznych ludzi, a przecież tak naprawdę demony są wszędzie. Każdy może być demonem tak samo jak każdy może okazać się naprawdę pomocnym człowiekiem. O to właśnie się rozchodzi.

d. Złożenie Ofiar Zgromadzeniu

Ofiarowanie pokarmów

RAM JAM KHAM OM AH HUUNG

Ofiary zostają oczyszczone z wszelkich niedoskonałości przy pomocy ognia, wiatru i wody oraz ciała, mowy i umysłu buddów. W ten sposób nie pozostaje nawet najmniejszy ślad ich zewnętrznych i wewnętrznych niedoskonałości. Wszystko jest czyste, czyste jak sunyata.

NGO ŁO TOONG PEJ TSOĞ ŻIOONG DU
 RAANG ŻIN SAL BEJ TSO DZE SZIAM
 ThUG DŻJE KUN KhJAB DŻJIN CZIEN PhOB
 CZIE SUM TZA SUM KU SUM LhA
 KUN DU LA MA DIR DŻJON LA
 DE ŁA CZIEN POI TSOĞ CZIE ŻIE

W naczyniu do składania ofiar, pustym w swej istocie, umieszczone zostają naturalnie promieniste substancje ofiar. Zostają one pobłogosławione przenikającą wszystko energią. Trzy klejnoty, trzy korzenie, bóstwa trzech kayi oraz zawierający ich wszystkich w sobie guru — prosimy, przybądźcie tutaj i przyjmijcie te ofiary wielkiej błogości.

NJAM CZIAG NJE TSOĞ ThOL ŻIING SZIAG
 TRUL NAANG TOG TSOĞ JIING SU DRAL
 KA DAG RIG PEJ LOONG DU TAB
 DRON ŻI ThUG DAM KAANG GUR CZIG
 TSOĞ DZOG DON NJI LhUN DRUB NE
 KU ŻI GJAL SID NJUR ThOB SZIOG

*Ze złożonymi dłońmi wyznaję wszelkie uchybienia, naruszone i złamane ślubowania. Wszelkie wprowadzające w pomieszenie zjawiska i błędne koncepcje zostają wyzwolone w dharmadhatu i umieszczone w przestrzeni pierwotnie czystej świadomości. Niech cztery rodzaje gości zostaną w pełni zadowoleni! Niech nasze nagromadzone zasługi i mądrość staną się pełne. Spontanicznie urzeczywistniwszy dwa cele: pożytek swój i innych obyśmy szybko dotarli do krainy czterech kayi
 Buddy.*

W tym miejscu znów składamy gościom ofiary, tym razem skupiając się na tym, co faktycznie przygotowaliśmy. Powinniśmy wyobrazić sobie, że nasze ofiary są jeszcze wspanialsze niż te zgromadzone. Pierwsze trzy linijki modlitwy mówią, że ofiary są promiennością zmanifestowaną w otwartości naturalnego stanu, który to objawia się poprzez błogosławieństwo energii – odpowiedni dla wszystkich wyższych rangą oświeconych gości.

Potem, znów wyznajemy nasze błędy i ofiarujemy/wyzwalamy pomieszenie w dharmadhatu. To usuwa wszelkie przeszkody zagrażające gościnności i nie ma nic mogącego zakłócić lub splamić ceremonię. W tym momencie otrzymujemy dar szybkiego i bezwysiłkowego osiągnięcia oświecenia. Należy utrzymać w sobie pewność, że to nastąpi przechodząc do praktyki w kolejnym etapie. Będzie to praktyka ofiarowania dla samego siebie.

Ofiarowanie dla Medytujących

TSOG DZEJ JE SZIE DUD TSII GA TON ROL

TSANG ME NJI DZIN TOG DRAL A LA LA HO

Cieszymy się zgromadzonymi ofiarami jako uczcą wyzwalającego eliksiru pierwotnej mądrości.

Jesteśmy wolni od myśli dzielących rzeczy na czyste i nieczyste. Jakież to wspaniałe!

Spożywamy czysty pokarm w stanie nierozproszenia. Jesteśmy świadomi, że jedzenie rozpuszcza się w naszych ustach, pojawia się doznanie i pustka, rozluźnienie, nie zajęci, zaledwie kilka myśli. Przejrzystość i pustka. To, co innych staje się mną, żadnych barier, żadnych poróżnień. Pokarm jest czysty, jesteś Padmasambhava, światło przepływa w światło, zupełnie tak jak w praktyce rozpuszczenia. Bez pośpiechu. Doświadczenie połączenia, współpojawianie się obiektu i podmiotu. Wszelkie przywiązanie odchodzi, pojawia się otwartość.

Nie zajmuj się podawaniem jedzenia innym, nie rozmawiaj, nie wybieraj kąsków. W jedną rękę weź mięso, w drugą alkohol. Weź je najpierw, bo są one symbolem przemiany ofiar, transformacji demonów. Doświadczaj swojego ciała poruszającego się i spożywającego w stanie uspokojenia. Wyciszenie otwiera drzwi działaniu, działanie jest ornamentem dla wyciszenia. Współpraca, bez konfliktów. Nie ograniczaj siebie, bo twoje ograniczenia przeniosą się na innych. Żadnej oceny.

e. Pozostałości

Ofiarowanie pozostałości

PhEM HRIING LhAG DRON DAM LA NEJ PEJ ŁAANG CZIUG DRAN

KIING DAANG LIING KA BAR MA DAM CZIEN TSOG

KhA ThRU TAB PEJ LhAG MEJ ZEJ ŻIE LA

NJI MED RO CZIG DRUB PEJ ThRIN LEJ DZOD

U TSU DA KhA HI

Phem! Hring! Goście zaproszeni do spożycia pozostałości ofiar — dotrzymujące ślubowania dakinie, Wongchuk Dran oraz orszaki posłańców, niestrudzonych sług i dotrzymujących ślubowania — spożywajcie te skropione nektarem resztki pożywienia i wykonujcie działania urzeczywistnienia jednego smaku niedualności. Spożywajcie pozostałości ofiar!

Pamiętajmy, że na tej uczcie liczy się każdy, nikt nie może zostać pominięty. Mimo tego mamy do czynienia ze strukturą hierarchii a ta, z kolei wskazuje na wartość, duchowe osiągnięcia, możliwość pomagania innym istotom. Niektórzy z gości odgórnie, z racji swojej funkcji są niżsi. Nie znaczy to jednak, że są inni w naturze. Nie są oni uprzywilejowani na

tyle, by zasiąść w głównym kole podczas uczty, muszą czekać na zewnątrz aby otrzymać pozostałości. Tak jak żebracy w Indiach podczas ceremonii ślubu. Nie jest to politycznie poprawne, ani nie stwarza równych szans. Czy każda istota żyjąca, tylko dlatego, że nią jest sprawuje podobną funkcję? Niżsi goście, ci usługujący, ci przerażeni oraz ci niespokojni – wszyscy coś otrzymują, lecz na końcu. W tej sytuacji wartość zostaje przedłożona nad potrzebę. Ten model bardzo się różni od europejskiej demokracji. Zapomnieć o wartościach oznacza tworzenie jednolitego społeczeństwa, gdzie fakt, że jest się do czegoś uprawnionym umniejsza wartościom takim jak szacunek, honor i wdzięczność. Dharma, ponieważ przedstawia sytuacje i istoty takimi, jacy są, nie skupia się na uciekaniu w fantazje o ideałach.

Przypomnienie o Ślubowaniach

HUUNG HRI NGON TSE DEJ DAANG BAR KAL DA TA RU
 GJUD SUM RIG DZIN LA MEJ CZIEN NGA RU
 KhEJ LAANG DAM NEJ KA SUUNG DREG TSOG KJI
 DAM DZEJ TOR MA ZhE LA THRIN LEJ DZOD

Hung. Hri. Począwszy od dalekiej przeszłości aż do czasów obecnych Wy, orszaki dotrzymujących ślubowania, strażnicy nauk i niebezpieczne formy złożyliście obietnice guru vidyadharom trzech linii.

Jedźcie ofiarowaną Wam tormę i wykonujcie powierzone Wam działania!

Aż do momentu oświecenia, żyjemy związani umową: nieoficjalną karmiczną umową i prawdziwymi kontraktami. Nawet, gdy już osiągniemy oświecenie mamy zobowiązania, by działać dla dobra innych. W tym miejscu, przypominamy strażnikom o wywiązaniu się z ich obowiązków, o przyjęciu tormy, poświęconych pokarmów i o tym, że zobowiązali się wykonywać polecenia dane im przez Padmasambhavę.

Ofiarowanie dla Dwunastu Tenma

HUUNG DŻIO SAANG NGAG TEN PA SUUNG ŁAR KhEJ LAANG TE
 DRUB PEJ DROG DZAD TAN MA MA JAM TSOG
 DIR DŻION ShAL CZUI DRU TOR DI ŻIE LA
 NAL DŻIOR ThRIN LEJ DRUB PAR DZAD DU SOL
 MA MA KhA KhA LA LA LI LI TA TA TE TE
 MAMSA RAKTA AMRITA KhA HI

Hung. Dżio. Wy, które obiecałyście strzec nauk vajrajany. Orszaku matek, tenma — działające na rzecz joginów, przybądźcie tutaj i spożywajcie tę tormę z ryżu i pijcie wodę, której użyto do obmycia naczyń. Proszę, pomagajcie joginom wykonać ich działania. Ma Ma, Kha Kha, La La, Li Li, Ta Ta, Te Te. Spożywajcie mięso, krew i wyzwalający nektar!

Tak jak wcześniej, odsunięcie obowiązków ochrony od ego na rzecz strażników pozwala joginowi skupić się na praktyce. Dwanaście tenma są bardzo pomocne, a to ofiarowanie pomaga utrzymać ich działania na rzecz wspomagania naszej praktyki dharmy.

HUUNG HRI TSA SUM RIG DZIN ROL PEJ KJIL KhOR OG
 NJI DZIN TSEN DZIN DAM SI DŻIUUNG PO NAN
 DE TONG GJE PEJ LU LAANG DRO DUNG TE
 RIG TSAL DAG PEJ JIING SU GJEJ DAB PO
 SAR ŁA STAM BhA JA NAN

Huung. Hri. Pod radosną mandalą vidyadhary trzech korzeni depczemy przeszkadzających w dotrzymywaniu ślubowań i duchy powodujące wiarę w dualność i realność rzeczy. Śpiewając i tańcząc na ich ciałach, wypełnieni radością szczęśliwości i pustki przebywamy w czystej nieskończoności strumienia energii naturalnej świadomości. Wszystkie demony zostały unieruchomione.

Bezpieczni w mandali, rozglądamy się i widzimy, że ci, którzy nam kiedyś zagrażali teraz są bezsilni. Wcześniej, gdy byliśmy w samsarze te demony z łatwością mogły nas przeniknąć. W ten sposób mogliśmy ulec ich ingerencji. Wystarczyło, aby ktoś na nas krzyknął a ogarniało nas przerażenie. Teraz nasza obecność w niedualności paradoksalnie, wyklucza demony i nie mogą one nas przeniknąć. Życie jest spokojne, możemy śpiewać i tańczyć.

H. PRAKTYKI PODSUMOWUJĄCE

Modlitwa Siedmiolinijkowa

HUUNG UR GJEN JUL GJI NUB DZIAANG TShAM
 PE MA GE SAR DOONG PO LA
 JAM TSEN CZIOG GI NGY DRUB NJE
 PE MA DZIUUNG NEJ ŽIE SU DRAG
 KhOR DU Khan DRO MAANG PY KOR
 KhJE KJI DŽIE SU DAG DRUB KJI
 DŽIN GJI LAB CZIR SZIEG SU SOL
 GU RU PE MA SIDDhi HUUNG

Hung. W północno-zachodnim krańcu krainy Urygen, w sercu kwiatu lotosu, jesteś Ty — obdarzony wspaniałymi, najwyższymi mocami, otoczony wielką sławą Padmasambhavo, w towarzystwie orszaku dakiń. Praktykuję i podążam za Tobą, aby otrzymać Twoje błogosławieństwa. Proszę, przybądź tu! Padmasambhavo, udziel mi urzeczywistnienia!

a. Utrzymanie rezultatu praktyki

Otrzymanie Błogosławieństwa i urzeczywistnienia

HUUNG HRI CZIE JIING DE ŁA CZIEN POI ŽIING KhAM NEJ
 GJAL KUN DU ŽIAL RIG DZIN KJIL KhOR LhA
 SAANG SUM MI ZAD ThRIN LEJ GJEN DU SZIAR
 DRU SUM OD ZER KAR MAR ThING SUM CZIE
 MY DUUNG DAD PEJ DAG GI NEJ ŽIR ThIM
 ŁAANG ThOB DRIB DAG JE SZIE NGON DU GJUR
 ThRIN LEJ ThAR CZIN LEJ ŽI LhUN GJI DRUB
 CZIOG ThUN NGY DRUB DAM PA DEENG DIR TSOL

Hung. Hri. Z królestwa wielkiej szczęśliwości dharmadhatu przybywają bóstwa mandali vidyadhary, który zawiera w sobie wszystkich jinów. Niewyczerpana aktywność miejsc reprezentujących ich ciało, mowę i umysł pojawia się w formie ornamentów. Z trzech liter wypływają promienie białego, czerwonego i niebieskiego światła. Pełni wiary i oddania czujemy, jak promienie te wnikają w nasze cztery miejsca. W ten sposób otrzymujemy inicjacje, przeszkody zostają usunięte i manifestują się pierwotne mądrości. Wypełniwszy wszystkie czynności oby cztery właściwości pojawiły się samoistnie. Prosimy, udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia tu i teraz. Ciało, mowa, umysł – udzielcie nam pełnego urzeczywistnienia.

Jest to ostatnia część praktyki, w której otrzymujemy ostateczne błogosławieństwo i inicjację od bóstw. Inicjacja ta ma utrzymać nas w pogładzie, medytacji, działaniu i rezultacie. Stworzona mandala wkrótce się rozpuści, nasza uwaga znów powędruje w kierunku zawiłości naszego codziennego życia. Wizualizując przepływ światła od bóstw do nas osadzamy się w nierozdzielności z nimi. Utwierdzamy się w vajrze, niezniszczalnej, pustej naturze naszego ciała, głosu, umysłu.

Prośba o urzeczywistnienie

LA MA RIG DZIN JOONG DZOG Khor CZIE LA
 KhJAD PAR CZIE PA PANTSAMRITA
 MA HA Bha LIING RAKTA CZIE TE BUL
 ŻIE NEJ LA MED NGY DRUB TSAL DU SOL

Wszystkim guru i vidyadharom oraz ich zgromadzeniu składamy specjalne ofiary pięciu wyzwajających eliksirów, wspaniałą tormę i rakę. Prosimy spożywajcie je i udzielcie nam najwyższego urzeczywistnienia.

Ten tekst znów się powtarza, podkreśla zasadnicze punkty transformacji. Dlaczego? Bo my wciąż tego nie rozumiemy! Nawet, jeśli posiadamy intelektualne zrozumienie lub jakieś doświadczenia wystarczy jedna chwila i już to tracimy. Jesteśmy bardziej zainteresowani rozpraszającą samsarą niż rozluźnieniem nirwany. Powinno nas to obudzić, zatrzymać. Nie dokona się żadna zmiana, jeśli będziemy wciąż wchodzić w poruszenia. Tylko prawdziwe oddanie całym sercem, zobowiązanie i zaangażowanie przyniesie zmianę. Sami to sprawdźcie. Zatrzymajcie się i zastanówcie, dlaczego tak naprawdę nie otwieracie się na praktykę. Napiszcie esej o tym, dlaczego wybieracie samsarę od nirwany. Jeśli tak naprawdę jest, to po co zawracać sobie głowę praktyką? Nie rozpaczajcie jednak, bo sam fakt, że tekst ten tyle razy podkreśla to samo oznacza, że nie jesteście jedyni, którzy mają z tym problemy. Wykorzystajcie każdą chwilę, aby się przebudzić.

Wychwalanie Guru

HUUNG MA CZIE TRY DRAL LA MA CZIE KJI KU
 DE CZIEN LOONG CZIE LA MA CZIE KJI DŻIE
 PE DOONG LE TRUUNG LA MA TRUL PEJ KU
 KU SUM DOR DŻIE CZIAANG LA CZIAK TSAL TOD

Hung. Guru wolny od dualizmu i sztuczności — to dharmakaya. Guru wielkiej szczęśliwości. Pan dharmy — to sambhogakaya. Guru zrodzony z lotosu — to nirmanakaya. Kłaniam się i modłę się do Vajradhary o trzech kayach.

Bez łaskawości Padmasambhavy i guru linii, a w szczególności naszego rdzennego guru, nie otrzymalibyśmy tej wyjątkowej szansy na wyzwolenie. Wychwalajmy jego łaskawość i doskonałość.

Wyznanie Błędów

LA MA RIG DZIN JOONG DZOG Khor CZIE KJI
 NJEN DRUB ThRIN LEJ ŻIUUNG ŻIN GJI PA LA
 DAG CZIAG MA RIG LOG TOG ŁAANG SOONG ŁEJ
 GAL ThRUL NOONG PA CZI CZI ZOD PAR SOL

Jeśli mimo otrzymanych wskazówek, robiąc tę praktykę wszystkich guru i vidyadharów wraz z ich orszakiem popełniłmy jakieś błędy lub utrzymywaliśmy fałszywe poglądy pochodzące z ignorancji — błagamy o wybaczenie.

Tak często jesteśmy pod wpływem pomieszenia powstałego z ignorancji więc nic dziwnego, że popełniamy błędy. Sami nawet nie wiemy, że je popełniamy, bo przecież jesteśmy rozproszeni. Mówimy więc: „Jakiegolwiek błędy wynikające z pomieszenia popełniłmy, błagamy cię o łaskę”. Weźmy znaną baletnicę, Sylvie Grillem, która trenuje już od tak wielu lat. Zaczęła tańczyć mając cztery lata, teraz jest wspaniałą baletnicą. Pomyślcie jak wiele czasu musiała poświęcić na praktykę na równoważni, na te wszystkie ćwiczenia – tysiące godzin! A wy, ile godzin poświęciliście na puje? Chyba nie zbyt wiele. Nie ma się co dziwić, że popełniacie błędy. Przepraszamy za lenistwo i inne uchybienia. Jeśli zaprosiliśmy tych wszystkich wspaniałych gości a potem o nich zapomnieliśmy to powinniśmy się wstydzić za taką gościnność. Nie jesteśmy już dziećmi, musimy brać nasze życie serio, szanować praktykę, siebie samych i nasz nieskończony potencjał.

Modlitwa Oczyszczenia

OM GURU PEMA SA MA JA MA NU PA LA JA
 GURU PEMA TE NO PA TI SZTA DRI DhO ME BhA ŁA
 SU TO KAJO ME BhA ŁA SU PO KAJO ME BhA ŁA
 A NU RAKTO ME BhA ŁA SAR ŁA SIDDHI MA ME PRA JA TSA
 SAR ŁA KAR MA SU TSA ME TSI TAM SZRI JAM KU RU HUUNG
 HA HA HA HA HO
 BhA GA ŁAN SARŁA TA ThA GATA GURU PEMA MA ME MUN TSA
 GURU PEMA BhA ŁA MA HA SA MA JA SA TŁA AA HUUNG PhE

Pięć pierwotnych mądrości. Guru Padmo, poprzez moc swoich ślubowań, ochraniaj mnie i wszystkich tych, którzy z ufnością podążają za Tobą. Guru Padmo usłysz mnie! Prowadź mnie! Myśl o mnie! Proszę, oczyść wszystkie moje negatywności. Wciąż o mnie pamiętaj. Bądź ze mną, nieoddzielny ode mnie. Udziel mi wszystkich siddhi. Uczyń wszystko, co konieczne. Niech wszelkie subtelne ślady karmiczne pozostające w moim sercu staną się pustką. Udziel mi dharmakayi, sambhogakayi, nirmanakayi, svabhavikakayi. O, Zwycięski, który jesteś jak wszyscy Tathagatowie, Guru Padmo, utrzymuj mnie w swoich myślach. Guru Padmo. Niezniszczalne ślubowanie. Musimy otrzymać siddhi. Musimy dotrzymać swoich ślubowań!

OM SA MA JA AA SAM MA JA HUUNG SA MA JA BENDZA SA MA JA
 DAG ŽIAN GJI TSE RAB KhOR ŁA ThOG MA ME PA NEJ SAG PEJ
 DIG DRIB NJE TUUNG DRI MEJ TSOG ThAM CZIE TSA ŁA NEJ
 DŽIAANG ŽIING DAG PAR DŽIN GJI LAB TU SOL

Ślubowania ciała, mowy i umysłu — proszę, wybaczone moje uchybienia. Ślubowania vajrajany — wybaczone moje uchybienia. Ja i wszystkie istoty w niezliczonych poprzednich żywotach gromadziłem

zaciemnienia, błędy i splamienia sprawiające, że odradzamy się w niższych światach. Pobłogosław nas swoją oczyszczającą mocą i oczyść wszystkie błędy i zaciemnienia.

Modlitwy o Wybaczenie Błędów w Praktyce

MA DŻIOR ŁA DAANG NJAM PA DAANG
GAANG JANG DAG MOONG LO JI NI
MA RIG ThRUL PA CZI CZI PA
DE JAANG ZOD PAR DZE DU SOL

Proszę, wybaczcie wszystkie uchybienia i błędy, takie jak nieposiadanie i nieprzygotowanie koniecznych substancji ofiar i niewłaściwe postępowanie zrodzone z tępoty i ignorancji.

LhAG PA DAANG NI CZIAD PA DAANG
CZIO GEJ JEN LAG NJAM PA DAANG
DAG GI DŻIED NGE CZI CZI PA
DE JAANG ZOD PAR DZE DU SOL

Proszę, wybaczcie dodawanie, czy opuszczanie słów, czy też nieczytanie dodatkowych części praktyki oraz to, o czym zapomniałem.

BAG MED DŻIOD DŻIA MA DAG PA
GJUD NEJ SUUNG PEJ CZIO GA ŻIN
MA CZIOG ThRUL PA CZI CZI PA
DE JAANG ZOD PAR DZE DU SOL

Proszę wybaczcie nieuważne, niewyraźne i niewłaściwe recytowanie modlitw, niemożność i nieumiejętność praktykowania zgodnie z tym tantrycznym tekstem oraz to, co zrobiłem pod wpływem pomieszania.

SER NEJ ŁAANG GJUR PhUD NJAM SZIING
CZIE PA NGEN ŻIING SZIAM NJE PA
DŻIOR ŁA TSAANG DRA MA ThON PA
DE JAANG ZOD PAR ŻIE DU SOL

Proszę wybaczcie chciwość i skąpstwo, które zawładnęły mną w czasie składania ofiar, składanie nieodpowiednich ofiar i w niewłaściwej kolejności, używanie nieczystych składników.

Te modlitwy mówią same za siebie. Pięć trucizn pochodzi od ignorancji. Przez potęgę głupoty stajemy się rozproszeni podczas praktyki, tracimy koncentrację, czytamy tekst w złej kolejności, mylimy melodię, mudry itd. Byliśmy już wcześniej rozproszeni, dobieramy nieodpowiednie składniki na ofiary. Czasem nam się nie chce albo nie nauczyliśmy się praktyki w odpowiedni sposób. Łatwo popełnia się te same błędy, wciąż od nowa. Odetnij korzeń!

Ostatnia Prośba do Bóstw

KhYED ThUUG SAANG ŁA DAM PEJ DZOD

GJE PA CZIEN POI GO CZIE LA
 NGY DRUB ThRIN LEJ DUD TSI JI
 GJUN GJI DAG GJUD TAM PAR DZOD

Proszę, otwórzcie bramę wielkiej szczęśliwości tajemnego skarbcza waszego umysłu. Wypełnijcie mój umysł wyzwalającym nektarem przynoszącym pełne urzeczywistnienie.

Wy, świetliste istoty, proszę otwórzcie mi drzwi do szczęścia. Proszę pokażcie nam tajemnicę i wspaniałość wymiaru waszego umysłu, który jest naszym umysłem. Proszę, wypełnijcie mój umysł strumieniem wyzwalającego eliksiru waszego błogostawieństwa udzielając mi tym samym siddhi. To ostateczna prośba skierowana do nich. Nie opuszczajcie mnie, nie zostawiajcie samego w samsarze. Zanim odejdziecie połączcie mnie ze Wami, tak abym nie został sam, gdy już was tu nie będzie a mandala się ostatecznie rozpuści. Nie stoję na stacji krzycząc: „Kochanie nie odjeżdżaj. Bez ciebie nie dam rady”. To nie jest tak. *Tam par dzod* tłumaczymy: „Proszę zróbcie to”. Nacisk kładziony jest na „zróbcie”. „Czy możesz pozmywać zanim odejdziesz,?” „Czy możesz uczynić mnie oświeconym zanim odejdziesz? Proszę, to tylko mała prośba.”

Prośby do Bóstwa o Pozostanie

OM DIR NI ZUG DAANG (TEN DAANG) LHEN CZIG TU
 DRO ŁEJ DON DU ŻIUG NEJ KJAANG
 NAD MED TSE DAANG ŁAANG CZIUG DAANG
 CZIOG NAM LEG PAR TSAL DU SOL
 OM SU PRA TI SZTA BENDZA JE SŁA HA

Om. Proszę, dla pożytku wszystkich istot, pozostań tu łącząc się z tą formą. Proszę, daj wszystkim życie wolne od chorób, pełne bogactwa i pomyślności. Om. Proszę, spocznij tutaj, pozostań w tym miejscu niewzruszenie.

Wraz z tą linijką wyobrażamy sobie, że mandala scala się z naszymi obrazami i figurkami. Wizerunek Padmasambhavy funkcjonuje teraz jako ikona. Wierzmy, że jest w niej żywa obecność guru. Te linijki pozwalają napełnić mocą wasze figurki. Nie muszą one być bardzo ozdobne, wystarczy zwykłe zdjęcie, jeśli nie macie nic innego.

Rozpuszczenie Mandali

OM KhJE KJI SEM CZIEN DON KUN DZOD
 DŻIE SU ThUN PEJ NGY DRUB TSOL
 SAANG GJEJ JUL DU SZIEG NEJ KJAANG
 LAR JAANG DŻION PAR DZAD DU SOL BEN DZA MU

Om. Ty, który działasz dla pożytku wszystkich istot — prosimy udzielić im pełnego urzeczywistnienia stosownie do ich potrzeb. Udaj się do królestwa buddów, lecz proszę, wróć znowu, kiedy będziemy Cię potrzebować. Bendza Mu.

W tym momencie mandala się rozpuszcza a Padmasambhava i jego orszak powracają do Zangdopalri. Mimo to pozostajemy z naturą Padmasambhavy, utrzymując pogląd trzech kayi w każdej sytuacji. Guru w formie sambhogakayi odchodzi, lecz pozostaje złączony z nami.

Integracja z Bóstwem

HUUNG DA NI KJIL KhOR SAL TAB LA
 CZI NAANG NOD CZIUD ThAM CZIE KUN
 JIG DRU HRI LA HRIL GJI DU
 HRI JAANG MI MIG DZIA TAR JAL
 DE NEJ DAG NJID LhA RU SAL
 TAG CZIAD NJI KJI ThA SAL LO

Hung. Teraz uczyni mandalę bardzo wyraźną. Wszystkie zjawiska zewnętrzne i wewnętrzne tworzą razem literę Hri nie tworząc jednak z niej obiektu. Znika ona jak tęcza, a ja pojawia się jako bóstwo, wolny od dwóch skrajności: trwałości i nihilizmu.

Na początku Padmasambhava zmanifestował się z litery Hri w sercu Amitabhy. W tej praktyce my manifestujemy się jako Padmasambhava także z litery Hri. Litera ta jest energetycznym połączeniem między pustką a manifestacją. Jest symbolem i aktywną funkcją potencjału. Mandala – ponieważ jest niezniszczalna, znów się pojawi w zależności od potrzeby. Nie jest czymś stałym ani nicością²³. Mandala nie zostaje na zawsze w jakimś miejscu, nie jest też tak, że gdy się rozpuszcza to ginie na dobre. Ona pojawia się i znika. Gdy wykonujecie praktykę mandala znów wraca. Nie jest to nowa mandala, lecz ponowne pojawianie się wymiaru sambhogakayi.

b. Modlitwy Dążenia

HUUNG LA MA JI DAM KhA DRO CZIE LA SOG
 CZIAD DAANG KUL DAANG JI RAANG LEJ DZIUUNG ŁEJ
 SO NAM GE TSOG PAG ME DI DAG GI
 TSE DIR LA ME DZIAANG CZIUB DREJ ThOB NEJ
 KU SUM DE CZIEN ŻIING DU CZIE DZIED CZIING
 ZUG KU DRO DON LAB CZIEN CZIE PAR SZIOG

Hung. Składałem ofiary guru, jidamom i dakiniom, zachęcałem innych do czynienia ofiar i cieszyłem się, gdy to robili. Obyśmy dzięki nieograniczonemu nagromadzeniu zasług pochodzących z tych pozytywnych działań osiągnęli w tym życiu najwyższe oświecenie. Przebywając w królestwie wielkiej szczęśliwości trzech kayi obyśmy manifestując foremne ciała działali dla pożytku tych, którzy błądzą w samsarze.

HUUNG CZI JI LA MA NA TSOG ThRUL PEJ KU

NAANG GI LA MA KUN ŽIAANG HE RU KA
 SAANG ŁEJ LA MA RAANG RIG NJUG MEJ SZI
 TSE DIR NGON DU DŹIAL ŁAR DŹIN GJI LOB

Hung. Zewnętrzny guru wielu różnych nirmanakayi, wewnętrzny guru Kunzang heruka, tajemny guru niezmiennego natury pierwotnej świadomości: obyśmy otrzymali błogosławieństwo wyraźnego ujżenia ich w tym życiu.

RIG PEJ NGO ŁO SAL TOONG DZIN PA MED
 DŹIEN PAR ThOONG ŁA JE TOONG KA NEJ DAG
 DRON DRUG LAM LA TEN NEJ ZAG CZIE KJI
 PHUUNG PO DŹIA LU DOR DŹIER DRUB PAR SZIOG

Prawdziwa natura pierwotnej świadomości jest przejrzysta i pusta, wolna od chwytania. Gdy wyraźnie widziana, jest pierwotnie pusta, czysta od samego początku. Podążając ścieżką sześciu lamp, gdy grzeszne ciało stało się tęczowym ciałem, obyśmy osiągnęli niezniszczalne urzeczywistnienie.

KAL ŁA MEN NEJ BAR DOI NEJ KAB DU
 KJE ŁEJ SRID PA DZIN TSE PE MA DŹIUUNG
 DŹION NEJ NGON PAR ThO DAANG NGE LEG KJI
 JAANG DAG LAM DU ThRID PAR DŹIN GJI LOB

Jeśli nie uda nam się tego osiągnąć, aby w bardo śmierci i w momencie nowego odrodzenia Padmasambhava przybył i poprowadził nas doskonałą ścieżką do nieba i najwyższych krain.

PhEN DEI TSA LAG GJAL ŁEJ TEN PA DAANG
 ThA LEJ KJE GUI DE KJID MA LU PA
 JAR NGOI DA ŁA TA BUR RAB GJEJ SZIING
 MI ThUN NJE PEJ TSOG KUN Zhi GJUR CZIG

Korzeń pomocy i szczęśliwości, nauki Jina, wszelkie rodzaje szczęśliwości dla niezliczonych istot – niech rozprzestrzeniają się i wznoszą niczym księżyc zmierzający ku pełni. Niechaj zostaną uspokojone wszelkie niesprzyjające okoliczności i usunięte wszelkie negatywne uczynki.

KhJAD PAR SAANG CZIEN DOR DŹIE ThEG PA DAANG
 JAANG GY PE MEJ DŹIE DŹIUG GAR NEJ SAR
 NAD RIM MU GE SAD SER ThEN PA DAANG
 ThRUG TSOD ThA MAG NOD PA ŽI ŁAR SZIOG

Zwłaszcza podążający ścieżką tajemnej vajrayany, a przede wszystkim naśladowcy Padmasambhavy — niech będą chronieni przed chorobami, epidemiami, głodem, mrozem, gradobiciem, suszą, walkami, sporami, wojnami i wszystkimi innymi kłopotami.

ThUG DŹIE DRO KUN JOL MED DŹIE DZIN KJAANG
 NJIG MEJ DRO ŁA KJOB PEJ ŽIAL ŽIE KA
 ThRI SOONG GJAL POR TSOL ŁEJ NJIING POI DON
 RE ŁA DŹI ŽIN KOONG ŁEJ DU LA BAB

„Będę nieprzerwanie utrzymywał wszystkie istoty w kręgu swego współczucia. Będę chronił je w tych smutnych czasach upadku”—tak obiecał Padmasambhava. Przekazał on królowi Trisong Deutsanowi te nauki dzięki czemu dziś nasze wszystkie nadzieje mogą się spełnić.

DE CZIR DE ŽII PAG SAM JOONG DUI DŽION
 TSO KJE DŽIN LAB CZID KJI MA MA JI
 NJE ŁAR KJAANG LEJ DRUB PEJ DON NJI DREJ
 LOONG SU CZIOD PEJ GA TON GJEJ GJUR CZIG

On jest jak spełniające życzenia drzewo, które pozwala osiągnąć cztery cele życia. Dzięki błogosławieństwu Padmasambhavy, które jest niczym radosny śpiew kukułki, obyśmy wszyscy ujrzeni go i osiągnęli rezultat: pożytek dla siebie i innych. Wykorzystując ten rezultat, niech dla wszystkich rozprzestrzenia się i wzrasta radość!

Modlitwa dążenia jest bardzo ważna w buddyzmie tybetańskim. Jest postrzegana nie tylko, jako nadzieja czy życzenie, lecz jako intencja, działanie przynoszące konkretne wyniki. Dostajemy to, o co się modlimy, nie dlatego, że jakaś wszechmocna osoba nam to ofiarowała, lecz poprzez siłę samej zasługi. Nasza intencja pojawia się, ustalamy pewne jej wartości, wyznaczamy pewien plan a to pomaga nam zmienić siłę negatywnej karmy, siłę naszych nawykowych założeń, impulsów i tendencji. Pozytywne myślenie, zwłaszcza, gdy ma ono związek z innymi istotami, z promieniującymi, współczującymi bóstwami jest bardzo pomocne i poprawia nam humor. Ukazuje także problemy dnia codziennego w innym świetle. Życzenie wszystkiego najlepszego pomaga wypełnić nasz umysł dobrocią, ciepłem, przyjaźnią. Niech wszystkie istoty będą szczęśliwe! Tybetańskie słowo „zasługa” to *monlam*. *Mon* oznacza życzenie, nadzieję a *lam* ścieżkę. Życzenie jest drogą, którą podążamy, wyznacza szlak, byśmy nie zbłądzili na bagna samsary. To bardzo przydatna praktyka, którą warto zapamiętać i śpiewać od czasu do czasu włączając ją w swoje codziennie czynności.

c. Modlitwy Pomyślności

GJAL TSEN TSE MOR ŁAANG GI GJAL PO TAR
 LhAG PA LhA JI TSUG GJI GJEN GJUR PEJ
 DRUB PA PO LA NGY DRUB CZIOG TSOL ŁEJ
 PAL DEN LA MA NAM KJI TRA SZI SZIOG

Niczym klejnot umieszczony na szczycie chorągwi zwycięstwa jesteście piękną ozdobą jidama. Wy, którzy udzielacie praktykującym najwyższego urzeczywistnienia — najwspanialsí guru, obdarzcie wszystkich pomyślnością!

KUN ZAANG DOR SEM GA RAB SZI RI SIING
 UR GJEN PE MA DŽIE BAANG NJI SZIU NGA
 KA TER GJUD DEN TSA ŁEJ LA MA SOG
 DREN CZIOG JAB SREJ JOONG KJI TRA SZI SZIOG

Kuntu Zangpo, Dorje Sempo, Garabie Dorje, Shri Singha, Padmasambhavo wraz ze swymi dwudziestoma pięcioma uczniami, mój rdzenny guru, który dzierżawisz linie kama i terma. Najwyżsi przewodnicy –nauczyciele jak i uczniowie, obdarzcie nas szczęściem!

GJAL ŁA NJID LEJ LAG PEJ LUUNG NGA ŻIING
ThRIN LEJ DZAD PA SAM GJI MI KhJAB PA
TEN DAANG DRO ŁEJ TSA LAG CZIOG GJUR PEJ
UR GJEN RIN PO CZIE JI TRA SZI SZIOG

Ty, którego nauki przewyższają nauki samego Jina. Ty, którego aktywności nie można pojąć, najwspanialsza przyczyna rozkwitu nauk i rozwoju czujących istot – Guru Rinpoche, obdarz nas powodzeniem!

TEJ PA TSAM GJI DRO NAM ŁAANG DU DUD
DIG PA TSAM GJI DE GJAD DREN DU KhOL
SAM PA TSAM GJI GY DOD CZAR TAR BEB
UR GJEN GJUD PAR CZIEJ PEJ TRA SZI SZIOG

Jedno Twoje spojrzenie skupia wokół Ciebie wszystkie istoty; jeden Twój rozkaz sprawia, że osiem rodzajów duchów służy Ci. Jedna Twoja myśl sprawia, że otrzymujemy wszystko, czego potrzebujemy i pragniemy. Padmasambhavo wraz ze swoją linią, obdarzcie nas pomyślnością!

TON PA SAANG GJE NAM KJI TRA SZI SZIOG
KJOB PA DAM CZIE NAM KJI TRA SZI SZIOG
DREN PA GEN DUN NAM KJI TRA SZI SZIOG
KJAB NEJ KON CZIOG SUM GJI TRA SZI SZIOG

Oby nauczyciele – buddowie, obdarzyli nas pomyślnością! Oby obrońcy – święte dharmy, obdarzyli nas pomyślnością! Oby przewodnicy – sanghi, obdarzyli nas pomyślnością! Oby obiekty schronienia – trzy klejnoty, obdarzyły nas pomyślnością!

CZIE KU NAM KhA ŻIN DU JER MED CZIING
ZUG KU DZIA TSON ŻIN DU SO SOR SAL
ThAB DAANG SZIE RAB CZIOG LA NGA NJE PEJ
RIG NGA DE ŁAR SZIEG PEJ TRA SZI SZIOG

Pomimo iż jesteście nieróżni od dharmakayi, która jest jak przestrzeni, ukazujecie foremne kaye niby tęczę, każdą przejrzystą i wyraźną. Posiadacie moc najwyższej metody i doskonałej mądrości.

Sugatowie pięciu kula, obdarzcie nas szczęściem!

HRI RIG DZIN LA MA DRUB PEJ ThU DŻIN GJI
DRO KUN JAANG DAG DOD MEJ SA ThOB CZIING
ZAB SAANG TEN PA GJEJ SZIING TSE SOD PhEL
BAR CZIAD KJEN ŻI GE ŁEJ TRA SZI SZIOG

Hri. Dzięki błogosławieństwu mocy praktyki guru vidyadhary, ze wszystkimi istotami osiagającymi czysty, pierwotny poziom, niechaj rozprzestrzeniają się głębokie, tajemne nauki, niech rozwija się życie i wzrasta zasługa! Niech wszelkie przeszkody zostaną usunięte! Niech zapanuje szczęście!

DAG SOG NAM KJI CZIE DAANG ThUN PEJ DON

DŹI TAR SAM PA JID ŽIN DRUB PA DAANG
 NAD DON GEG SOG BAR DU CZIE PEJ TSOG
 NJE ŁAR ŽI ŁEJ TRA SZI DE LEG SZIOG

Niech wzrasta pomyślność, niech rozwija się dharma! Wszystko, czego pragniemy, niech wypełnia się zgodnie z naszymi życzeniami! Uspokojone zostają hordy przynoszących choroby demonów i kłopotliwych istot. Niech zapanują szczęście, pomyślność i dostatek!

KJIL KhOR ŽIAL JEJ DIR JAANG TRA SZI SZIING
 NJIN JAANG TRA SZI PAL BAR DA LA LA
 TSEN JAANG TRA SZI PAL BAR KhJIL LI LI
 NJIN TSEN TAG TU TRA SZI DE LEG SZIOG

Temu religijnemu zgromadzeniu powodzenia i szczęścia, szczęścia za dnia, da-la-la, i szczęścia nocą, khi-li-li! Zawsze, dniem i nocą, koniecznie, szczęścia, powodzenia i dostatku!

GJAL TEN CZI DAANG DOR DŹIE ThEG PA JI
 TEN PA DZIN KJOONG PEL LA LA MED PA
 GU RU PE MEJ RAANG LU NGA GJUR GJI
 TEN PA JUN RIING NEJ PEJ TRA SZI SZIOG

Guru Padmasambhavo, Ty, który dzierżysz, podtrzymujesz i szerzysz nauki Vajrayany oraz doktryny Buddy - niechaj szczęście na długo pozostaje przy naukach Szkoły Wczesnych Tłumaczeń (Nyingmapa).

NEJ DIR NJIN MO DE LEG TSEN DE LEG
 NJI MEJ GUUNG JAANG DE LEG SZIING
 NJIN TSEN TAG TU DE LEG PA
 KON CZIOG SUM GJI DEENG DIR DE LEG SZIOG

Niech dniem i nocą panuje w tym miejscu szczęśliwość i dobrobyt! Dzięki trzem klejnotom niech tu i teraz kwitnie szczęśliwość i pomyślność!

W dzisiejszych czasach umysły tak wielu ludzi przepełnione są nienawiścią. Są oni pewni, że znają prawdę, że to oni są dobrzy a inni źli. W tych czasach potrzeba nam dobrych, szczerych życzeń. Życzenie pomyślności tylko sobie a innym tego, co złe jest bardzo proste. Konflikty rodzą pomieszczenie i pięć trucizn. Z radością w sercu mówimy więc tych prostych kilka słów życząc innym szczęścia. Wszyscy mamy tę samą matkę, Wielką Matkę – Prajna-paramitę. Pamięć o tym pozwoli uniknąć uprzedzeń i podziałów. Praktykujmy otwartość na innych!

Prośba aby To, o co się Modlimy się Spełniło

DE TAR DU GJUR ŁAANG KON CZIOG SUM KJI DEN PA DAANG
 SAANG GJE DAANG DŹIAANG CZIUB SEM PA ThAM CZIE KJI DŹIN GJI LAB PA

DAANG TSOG NJI JOONG SU DZOG PEJ NGA ThAANG
 CZIEN PO DAANG CZIE KJI JIING NAM PAR DAG CZIING SAM
 GJI MI KhJAB PEJ TOB KJI DE DE ŽIN DU
 DRUB PAR GJUR CZIG

Dzięki mocy tej praktyki, wypełniającej się zgodnie z życzeniem a także dzięki prawdzie trzech klejnotów, błogosławieństwu buddów i bodhisattvów oraz wielkiej wspaniałości pełni dwóch nagromadzeń, a także niepojętej, najczystszej sferze dharmadhatu – niech wypełni się dharmą, którą dziś praktykowaliśmy.

Recytując te wersy rzucamy kwiaty w powietrze. Piękno, prawda, miłość wszystkie schodzą się razem. Prawdziwa natura (to, jakimi rzeczy są naprawdę) jest otwarta, dobra, dostępna dla każdego. Buddowie są po naszej stronie, nie jesteśmy sami więc możemy cieszyć się z szerzenia w świecie miłości, światła i szczęścia.

Modlitwa o Rozprzestrzenianie się Dharmy

NJER TSE MA LU ŽI ŁA DAANG
 ThUN KJEN NAM KhAI DZOD ŽIN DU
 GJAL ŁAANG PE MA DŽIUUNG NEJ KJI
 TAN PA JUN RIING BAR GJUR CZIG
 OM AA HUUNG BENDZA GURU PE MA SID Dhi HUUNG

Usunąwszy wszystkie bez wyjątku trudności, trwając w harmonii podobnej skarbowi bezkresu nieba, Padmasambhavo, władco jinów, niechaj Twe nauki trwają i płoną jasnym blaskiem! Niezniszczalny Guru Padmasambhavo, Ty który zawierasz w sobie trzy kaye, udziel mi wszystkich siddhā

Z Bodhicaryavatary

PhAN PAR SAM PA TSAM GJI KJAANG
 SAANG GJEJ CZIE LEJ KhJAD PhAG NA
 SEM CZIAN MA LU ThAM CZIAD KJI
 DE DON TSON PA MY CZI GY

*Skoro sama myśl o pomaganiu innym ma większą wartość niż czczenie buddów,
 jakże cenna jest praca dla dobra wszystkich istot.*

Modlitwa

o szybkie odrodzenie się Jego Świątobliwości Khordong Terchen Tulku Chhimed
 Rigdzin Rinpoche²⁴

OM SOTI
 LA ME TSO KJE GJAL ŁEJ RIING LUG CZIOG
 KA TER MIN DROL MEN NGAG SAM MI KJAB
 PEL DZE CZI ŁA MED PEJ RIG DZIN DŹIE
 JAANG TRUL NJUR DŹION DZEJ TRIN LhUN DRUB SZIOG

*Cudownie! Chhimed Rigdzin, Ty, który upowszechniasz niepojmowalnie wspaniałe inicjacje i instrukcje
 tradycji ustnego przekazu nauk Buddy oraz ukryte skarby, należące do starej tradycji wywodzącej się
 od Buddy zrodzonego w jeziorze — oby Twoja inkarnacja tulku pojawiła się szybko i obyś
 spontanicznie zrealizował wszystkie działania.*

Dzięki mocy tej modlitwy przywołujemy guru do powrotu. Nasze pragnienie i jego intencja
 schodzą się razem, aby stworzyć pomyślne okoliczności jego powrotu.

*Oby wszelka zasługa zgromadzona dzięki temu krótkiemu
 komentarzowi i dobre intencje tych, którzy nad nim pracowali
 doprowadziły to szybkiego odrodzenia się Chhimed Rigdzina Rinpoche.*

ZAŁĄCZNIKI

Otrzymanie Pozwolenia na Praktykę

Książka ta zawiera pełną praktykę tekstu Guru Vidyadhara Sadhana. Wiele z tego typu tekstów pochodzących z innych linii także zostało przetłumaczonych i są dostępne dla ludzi Zachodu. Według tradycji, praktykowanie sadhany bez otrzymania pozwolenia (lung), przekazu (wang) i nauk (tri) od kogoś, kto w obrębie linii posiada uprawnienia, aby to zrobić przyniesie niewiele korzyści. Poniżej znajdują się dane kontaktowe oraz informacje gdzie i kiedy można uzyskać przekaz do tej praktyki.

Dane Kontaktowe i Literatura

Oficjalna strona internetowa klasztoru Khordong, gdzie można znaleźć informacje dotyczące lokalnych ośrodków i grup praktykujących w Indiach i w Polsce:

<http://khordong.net>

Khandroling Serce w okolicach Manchesteru w Wielkiej Brytanii:

<http://www.khandroling.org/>

James Low: <http://www.simplybeing.co.uk>

Inne publikacje Jamesa Low:

- Being Right Here: The Mirror of Clear Meaning (Wydawnictwo Snow Lion, 2004)
Dostępne w języku polskim i angielskim
- Simply Being: Texts in the Dzogchen Tradition (Wisdom Books, 1998). Dostępne w języku niemieckim i francuskim
- The Yogin of Ladakh: A Pilgrimage Among the Hermits of the Buddhist Himalayas.
Współpraca: John Crook. (Motila Banarsidass, 1997).

Dostępne Publikacje Klasztoru Khordong

MARTIN J. BOORD, A Bolt of Lightning from The Blue. The vast commentary on Vajrakila that clearly defines the essential points, wydawnictwo Khordong, Berlin 2002

JAMES LOW, Być Tu I Teraz. Wydawnictwo Norbu

PRZYPISY

¹ Wszystkie czynniki danej sytuacji przez sam fakt ich istnienia wpływają na siebie wzajemnie prowokując zmiany

² Nasze życie opiera się o różne konteksty, sytuacje, w których się znajdujemy. Zmieniają się one chwila po chwili. Różne czynniki mają na nas wpływ. Oznacza to, że nasze doświadczenia pozostają poza naszą kontrolą. Taka jest rzeczywista natura naszego istnienia, które jest ukontekstowane. Zawsze znajdujemy się w kontekstach, w różnym środowisku, sytuacjach zarówno związanych z tym, co wewnętrzne jak i zewnętrzne. Nie jesteśmy w stanie oddzielić się od nich więc nasza manifestacja następuje w ścisłej zależności z nimi. To, jacy wydaje nam się że naprawdę jesteśmy powstaje na skutek naszej relacji ze zmieniającym się otoczeniem. Nie jest to coś, będącego określonym od samego początku, nie jest wrodzone.

³ Alex Wayman: Yoga of the Guhjasamajatantra. The Arcane Lore of Forty Verses. A Buddhist Tantra Commentary (Motilal Banarsidas, 1991)

⁴ Przejrzystość na poziomie relatywnym, którą można osiągnąć wycofując się z życia społecznego. Taka postawa nie ujawnia, w jaki sposób poradzić sobie ze złożonością życia społecznego.

⁵ Odwołanie do tego, co jest dla nas naprawdę ważne w życiu, co wywołuje w nas głęboką miłość i pasję np. miłość matki do dziecka, żołnierza do ojczyzny. Chodzi, o jakość energii i jej swobodny, niczym nieograniczony przepływ. Energia ta może zostać również wykorzystana w złym kierunku np. w przypadku żołnierza do zabijania.

⁶ Wyjście ze swojego „ja” może to nastąpić w wyniku np. zażywania narkotyków, pod wpływem muzyki, gry na instrumencie. Z kolei, gdy siła muzyki, narkotyku przejmuje nad nami kontrolę zostajemy wyciągnięci poza swoje „ja”.

⁷ Herbert Marcuse: One dimensional–Man: Studies in the Ideology of Advanced Industrial Society (Routledge, 1964)

⁸ Kamalashila : Stages of Meditation (Dalai Lama, et al.: Snow Lion Publications, 2001)

⁹ Patrz Rozdział 1 Naturalna obecność (James Low; Wydawnictwo Norbu, 2008)

¹⁰ W momencie, w którym zaczynamy się identyfikować z czymś (np. głód–jedzenie; dziecko–zabawka) zaczynamy mobilizować swoją energię w tym kierunku. Wówczas zdarza się, że zapominamy o całym świecie, tracimy otwartość, bo nasza uwaga skupiona jest tylko na określonym obiekcie.

¹¹ Oznacza to, że manifestujemy obecność otwartej podstawy i w każdych okolicznościach doświadczamy siebie i naszego środowiska, jako nierozdzielne od tej podstawy. Wówczas możemy powiedzieć, że manifestujemy się dla świata z tej właśnie podstawy. Różni się to od naszego codziennego doświadczenia, gdyż na co dzień nasze zachowanie pojawia się jako wynik naszej osobistej przeszłości, warunkowania oraz naszych tendencji.

¹² Szczegółowy opis praktyki oczyszczania autorstwa C.R Lamy patrz Rozdział 4 Simply Being.

¹³ Przykładem może być ugryzienie jabłka i skomentowanie tego doświadczenia w następujący sposób: „Mmm, ale słodkie”. Smak, który odczuwamy w naszych ustach i doświadczenie pozostające na nich zostaje zebrane w konceptualne podsumowanie. W ten sposób doświadczenie staje się opisane i ukształtowane poprzez koncepcję.

¹⁴ Słowo „ignorancja” opisuje przyczynę trzech podstawowych trucizn: głupoty, pożądania i awersji. Ignorancja i głupota nie różnią się zasadniczo od siebie. Są jak dwie strony tej samej monety. Ignorancja to niezrozumienie prawdziwego stanu rzeczy zaś głupota to myślenie, że się ten stan rozumie, gdy naprawdę wcale tak nie jest.

¹⁵ Patrz rozdział 5 Naturalna obecność (James Low; Wydawnictwo Norbu, 2008)

¹⁶ Postrzegamy wszystko jako Padmasambhavę poprzez doświadczenie inicjacji. Nawet po inicjacji, przez cały czas pozostajemy w doświadczaniu takiego stanu postrzegania.

¹⁷ Wiedza nie równa się postrzeganiu.

¹⁸ Każdy gest jest związany ze współczuciem, byciem połączonym ze wszystkimi istotami. Zasługa i korzyści płynące z wykonania tego gestu zmiernają w kierunku cierpiących istot. Wszystko, co robimy przynosi korzyści innym np. z każdym łykiem wina zaspokajamy pragnienie istot piekielnych, będąc rodzicami każdy nasz ruch działa na korzyść naszych dzieci.

¹⁹ Santideva: The Bodhicaryavatara (Oxford Word's Classics) Tłumaczenie Kate Crosby, Andrew Skilton. (Oxford University Press, 1998)

²⁰ Chodzi o prawdziwą naturę mentalnej obecności, którą posiadają wszystkie istoty żyjące.

²¹ Chodzi tu o bóstwa, które z jakiegoś powodu stają nam się bliskie. Może się tak stać, np. poprzez otrzymanie inicjacji do ich praktyki, poprzez co zostajemy z nimi związani umysłem, są one zawsze z nami, utrzymujemy z nimi wyjątkową więź, połączenie.

²² Stan nierozproszenia (stan przytomnej obecności, otwartości) osiągnięty poprzez pożądanie można zrealizować również poprzez seks lub zabijanie.

²³ Oznacza to, że mandala nie jest stałym tworem takim, jakim go widzimy na obrazach. Jest momentaryczną manifestacją podmiotu i obiektu, samego siebie i świata. Jest nierozłączna od doświadczenia bycia Padmasambhavą. Jakkolwiek rzeczy wyglądają, pachną lub smakują są one żyjącą manifestacją Padmasambhavy, są zatem jak pusty gest, jak tęczę spotykające się na niebie.

²⁴ Modlitwa długiego życia autorstwa Jego Świątobliwości Dilgo Khyentse Rinpoche, zmieniona przez samego Chhimed Rigdzina Rinpoche na krótko przed jego śmiercią.

WYMOWA UŻYWANYCH W TEKŚCIE TERMINÓW I NAZW WŁASNYCH

Akanishta – /akaniszta/
Amitabha – /amitab(h)a/
Avalokitesvara – /awalokiteśwara/
bhikshu – /b(h)ikszu/
bodhisattva – /bod(h)isatwa/
bodhicitta – /bodiczita/
Chenrezi – /czenrezi/
Cchimed Rigdzin Rinpoche – /czime rigdzin rinpoczie/
Dechen Rolpai Dorje – / deczien rolpej dordzie/
deva – /dewa/
Dhanakosha – /d(h)anakosza/
dharma – /d(h)arma/
dharmadhatu – /d(h)armadatu/
dharmakaya – /d(h)armakaja/
dharmata – /d(h)armata/
dorje – /dordzie/
Dhanakosha – /d(h)anakoszia/
Dorje Chang – / dordzie cziang/
Dorje Sempa – /dordzie sempa/
Dorje Drolo – /dordzie drolo/
Dragshul – /dragsziul/
Drophan Lingpa – /drop(h)an lingpa/
Drukpa Kunleg – /drukpa kunle(g)/
Ekajati – /ekadžati/
Guru Padma – /guru pema/
hinayana – /hinajana/
jnana-sattva – /jnana satwa/
Kamashila – /kamalaszila/
Kachod Zangdopalri – /kaczie zangdopalri/
kaye – /kaje/
Khe’u Chung Lotsawa – /keł czuong lotsała/
Khordong Terchen – /k(h)ordong terczen/
Kyabtsandun – /kjabtsandun/
Laden Chogsae – /laden cziosej/
Lashin – /Laszin/
Lhachen – /l(h)aczien/
Machig Ma – /maczig ma/
Mahanath – /mahanat(h)/
mahayana – /mahajana/

Maitreya – /majtreja/
Mandarava – /mandarawa/
Ngayab Zangdopalri Padma Od – /ngajab zandopalri pema od/
nirmanakaya – /nirmanakaja/
nirvana – /nirwana/
Nyan Thanglha – /njan t(h)angla/
Nyingma Odzer – /ningma odzer/
Nyima Zhonn – /njima žion/
nyingma – /ningma/
Padma Gyalpo – /pema gjalpo/
Padmasambhava – /padma samb(h)awa/
Pawo Gyerab Dorje – /pawo gjerab dordžie/
phowa – /p(h)oła/
puja – /pudža/
Sachod Ngayab – /saczie ngajab/
sadhana – /sad(h)ana/
Shakyamuni – /siakjamuni/
Samadhi – /samad(h)i/
Samantabhadra – /samantab(h)adra/
samayasattva – /samajasatwa/
samboghakaya – /sambog(h)akaja/
sangha – /sang(h)a/
Senge Dradog – /senge dradog/
Shakya Senge – /sziajka senge/
shamata – /sziamata/
Shantideva – /szantideva/
Shantiniketan – /szantiniketan/
Shantideva – /szantidewa/
shine – /szine/
Shri Singa – /szri singa/
Shiva – /szywa/
siddhi – /sid(h)i/
sidha – /sid(h)a/
Siddharta – /sid(h)arta/
Sukhavati – /suk(h)awati/
sunyata – /siunjata/
svabhavikakaya – /śwab(h)awikakaja/
Tamdrin Wangmo – /tamdrin tɛngmo/
Tanma Chunyi – /tanma czunji/
Thunchen Dezhi – /tunczien deži/
Tshultrim Zangpo – /tszultrim zangpo/
Tsogye Dorje – /tsogje dordžie/
Tsok-kyi-Dago – /tso kji dago/

ushnisha – /uszniszia/

Urgyen Padma Jungnae – /urgjen pema dziungnej/

Urgyen Thod Threng – /urgjen t(h)od t(h)reng/

Wongi Madun – /łongi madun/

Wongchuk Dran – /łongczyuk dran/

vajra – /wadźra/

Vajrasattva – /wadźrasatwa/

Vidyadhara – /wid jad(h)ara/

Vimalamitra – /wimalamitra/

vajrayana – /wadźrajana/

vinaya – /wina ja/

yeshepa – /jesziępa/

Yeshe Tsogyal – /jeszie tsogjal/