

S.N. GOENKA: PRAKTYCZNE NAUKI BUDDY – cz.1

(Tłumaczenia dokonano z tekstu w International Vipassana Newsletter – Vol. 42 (2015), Nr 2)

W piątek 6 września 1991 roku w zapełnionej do ostatniego miejsca auli Uniwersytetu w Rangunie zebrali się naukowcy, dygnitarze, intelektualiści i zwykli ludzie, jak również duża grupa mnichów buddyjskich siedząca na podium. Setki ludzi, dla których brakło miejsca w sali, kłębiły się przed wejściem z nadzieją, że usłyszą wykład. W Birmie ludzie często zbierają się, aby posłuchać nauk Dhammy – nie ma w tym nic nadzwyczajnego. Jednak tym razem to zmierzający w stronę podium prelegent – S.N. Goenka – nie był zwyczajny.

Po pierwsze, nie pochodził z Birmy. Choć urodził się w tym kraju, pochodził z rodziny hinduskich imigrantów i w młodości był głęboko zaangażowany w hinduską tradycję duchową. Nie był też członkiem bhikkhu-sanghi, zgromadzenia mnichów, których przywilejem jest nauczanie Dhammy. Powiadano nawet, iż twierdził, że nie uczy buddyzmu. Kiedyś był jednym z najbogatszych przemysłowców w Birmie, ale wyjechał z kraju w 1969 roku i wrócił do niego z krótką wizytą dopiero w roku 1990.

A jednak wszyscy w audytorium z zapartym tchem czekali na jego słowa. Wiedzieli, że kimkolwiek był lub nie był, jest spadkobiercą tradycji pieczołowicie przechowywanej w Birmie od pokoleń – nauk, które są esencją nauczania Buddy. Wiedzieli, że dowiódł potęgi tych nauk, głosząc je tysiącom ludzi w Indiach i na całym świecie. Teraz nareszcie przyniósł Dhammę do nich.

Dla S.N. Goenki to również był szczególny dzień. Przez dwadzieścia lat, kiedy odmawiano mu prawa wjazdu do Birmy, zawsze żywił nadzieję, że kiedyś będzie mógł tu powrócić. Wreszcie udało się i witano go z szacunkiem i honorami. A co najważniejsze, miał możliwość przedstawienia Dhammy w sposób, w jaki ukazał mu ją jego nauczyciel – jako naukę uniwersalną, wolną od aspektu religijnego, przynoszącą szczęście i prowadzącą do wyzwolenia od cierpienia.

Poniższy tekst jest skróconym fragmentem wygłoszonego w tym dniu wykładu, przeredagowanym dla potrzeb publikacji. Był to pierwszy z trzech wykładów, jakie wtedy wygłosił.

Oto jest piękno nauk Buddy – są one tak kompletne, że nic nie trzeba do nich dodawać. Jeśli tylko praktykujecie *sīla*, *samādhi* i *paññā*, to w zupełności wystarczy. I są tak czyste, że nic nie można z nich usunąć. Nikt nie znajdzie czegoś niewłaściwego w *sīla*. Nikt nie znajdzie czegoś niewłaściwego w *samādhi*. Nikt nie znajdzie czegoś niewłaściwego w *paññā*. Ludzie z całą pewnością zaakceptują wszystkie trzy elementy. I rzeczywiście je akceptują.

Jeśli zmieniamy nauki Buddy w jakąś religię, ślepią wiarę, kult lub filozofię, wtedy pojawiają się trudności. Każda religia ma swoją filozofię, odmienne przekonania, dogmaty, obrzędy, ceremonie i rytuały. Są one różne w różnych religiach.

Ale kiedy przyjrzy się esencji nauk Buddy – *sīla*, *samādhi*, *paññā* – z pewnością wszyscy ją zaakceptują, ponieważ jest tak naukowa. Każdy budda naucza Dhammy. Żaden budda nie zakłada religii i nie jest zainteresowany organizowaniem sobie grupy wyznawców.

Podczas jednego ze swoich wykładów, kiedy Budda objaśniał Dhammę grupie słuchaczy, powiedział: „Nie chodzi mi o to, żeby zrobić z was swoich uczniów. Nie zależy mi na tym, żebyście odeszli od waszych dotychczasowych guru. Waszym celem jest uwolnienie się od cierpienia. Nie chcę was odciągać od tego celu. Wszyscy chcą uwolnić się od cierpienia i nikt

nie chce wieść nieszczęśliwego życia. Jestem tu, aby pomóc wam osiągnąć wasz cel – wyzwolenie od cierpienia. Znam technikę, która to umożliwia. Spróbujcie jej”. Budda nauczał w taki właśnie sposób. Był całkowicie bezstronny i nieprzywiązany do swoich nauk.

Gdyby mnóstwo ludzi na świecie zaczęło nazywać się buddystami, czy myślicie, że to by Buddę uszczęśliwiło? Absolutnie nie. Jeśli ludzie zaczną praktykować *sīla*, *samādhī*, i *paññā*, wtedy nauki Buddy zaczną przynosić owoce. Przypuśćmy, że ktoś uważa się za buddystę, ale nie praktykuje *sīla*, *samādhī*, i *paññā*. Jaka korzyść odniesie z nauk Buddy? Przypuśćmy, że ktoś nie uważa się za buddystę, ale praktykuje *sīla*, *samādhī*, i *paññā* – taka osoba odniesie korzyści, uwolni się od cierpienia.

Nauki Buddy muszą być praktykowane – praktykowane na poziomie doświadczalnym. Same gry intelektualne lub religijne uprawiane w imię Dhammy nie wystarczą. To praktyczny aspekt Dhammy jest tym, co przynosi owoce.

Inni nauczyciele duchowi ciągle powtarzali: „Żyć moralnie. Rozwijajcie panowanie nad umysłem. Oczyszczajcie swój umysł. Bądźcie bezstronni. Bądźcie wolni od pragnień, wolni od niechęci”. Ale żaden nie mówił: „Tu macie sposób, aby uwolnić się od pragnień i niechęci. Tu macie sposób na oczyszczanie umysłu na najgłębszym poziomie”. Największym wkładem Buddy było wyjaśnienie, jak to zrobić.

Nauki Buddy wydają się tak proste, ale rzeczywiste praktykowanie Dhammy jest trudne. Wymaga ciężkiej pracy. Dobrze jest słuchać wykładów, czytać słowa Buddy i o nich dyskutować, ale jeśli będziecie tylko nieustannie debatować i rozprawiać, a zaniedbacie praktykę, nic wam to nie pomoże. Musicie zacząć kroczyć ścieżką Dhammy, gdyż inaczej nie doczekacie się owoców Dhammy.

Każdy budda naucza Dhammy, uniwersalnego prawa natury, które obejmuje wszystkich bez wyjątku. Uczy posługując się bardzo prostym językiem. A my wszystko komplikujemy. Zamiast praktykować Dhammę, zamieniamy ją w filozofię i zaczynamy walczyć: „Twoje przekonania są złe, moje przekonania są dobre”. I co przez to zyskamy? Nawet jeśli moje przekonania są rzeczywiście dobre, ale nie stosuję ich w praktyce, to jaki pożytek z tych przekonań?

Jestem wdzięczny i dumny z tego, że urodziłem się na ziemi Dhammy – w Birmie. 80% ludzi w tym kraju, a może nawet więcej, nie wierzy w istnienie duszy ani w istnienie Boga Wszechmogącego, który stworzył ten świat. Od dwudziestu kilku lat mieszkam w Indiach i dużo podróżuję po innych krajach. Ponad 80% ludzi w tych krajach wierzy w istnienie duszy i w Boga Wszechmogącego, którzy stworzył cały wszechświat. A cóż to za różnica?

Zanim spotkałem mojego nauczyciela, Sayagi U Ba Khina, i zanim zetknąłem się z praktyczną Dhammą nauczaną przez Buddę, sam uczestniczyłem w różnych filozoficznych sporach i debatach: „Jest dusza. – Nie, nie ma duszy”. Możecie mieć tysiąc argumentów na to, że nie ma duszy, a wasi przeciwnicy będą mieli tysiąc i jeden argumentów na to, że dusza jest. Możecie mieć tysiąc argumentów na to, że nie istnieje Bóg Stworzyciel, a oni będą mieli tysiąc i jeden argumentów na to, że istnieje. Do czego prowadzą takie dyskusje i spory? One nie prowadzą do niczego.

Kiedy praktykujecie Dhammę, sami doświadczacie, że osoba to tylko i wyłącznie interakcja umysłu i materii. Na poziomie powierzchniowym człowiek wygląda na zjawisko bardzo solidne i trwałe. Ale kiedy będziecie je obserwować tak, jak uczył tego Budda, jak instruuje Dhamma, jak wymaga tego prawo natury, zobaczycie, że ta trwałość, solidność ulega rozpuszczeniu. Jest rozdzielana, rozkładana, dezintegrowana i widzicie, że jest to czysta wibracja. *Sabbo pajjalito loko, sabbo lokopakampito* – cały wszechświat jest tylko spalaniem i wibracją.

Było to wspaniałe odkrycie dokonane przez Buddę, jakiego nie zrobił wcześniej żaden nauczyciel. Choć rzeczy wyglądają na trwałe, jest to tylko prawda powierzchowna. Rzeczywista, głębsza prawda ukazuje, że wszystko jest tylko wibracją, wibracją, wibracją.

Tej prawdy trzeba osobiście doświadczyć. Jeśli jej nie doświadczycie i w zamian zrobicie z tego filozofię – „Nie ma *attā*, są tylko wibracje” – filozofia w niczym wam nie pomoże. Ale kiedy osobiście tego doświadczycie, zobaczycie, że wasze ego stopniowo zacznie się rozpuszczać. Pozbywacie się ego i stajecie się wyzwoloną osobą. Wtedy jest to *anattā* – brak ego.

Przypuśćmy, że stale powtarzacie – „Nie ma duszy” – ale macie bardzo rozwinięte ego. W takim przypadku nauki Buddy wam nie pomogą, gdyż niczego się od Buddy nie nauczyliście. Kiedy jednak wasze ego stale się zmniejsza, wtedy rozumiecie dzięki własnemu doświadczeniu: „Nie ma duszy. Jest tylko umysł, materia i ich interakcja. Same wibracje, czyste wibracje”.

Nie jest to intelektualna, emocjonalna czy religijna gra. Nie jest to ślepa wiara ani dogmat, kult lub filozofia. Jest to prawda, którą każdy może urzeczywistnić. I nie ma wtedy znaczenia, czy jest się chrześcijaninem, muzułmaninem, czy hinduistą. Nie jest ważne, czy ktoś pochodzi z Birmy, Indii, Ameryki, Rosji, czy Chin. Prawo natury obowiązuje wszystkich bez wyjątku.

Niektórzy ludzie przyjęli nauki Buddy, a inni je odrzucili. No i co z tego? On po prostu odkrył coś dla dobra ludzi i rozpowszechnił to. Jeśli jakiś człowiek odrzuca nauki Buddy, to Budda nic na tym nie traci. On tylko wyjaśnił ludziom prawdę.

Tak jak Newton wyjaśnił prawo grawitacji, a Einstein prawo względności, podobnie Budda wyjaśnił prawo o uwarunkowanym powstawaniu, *paṭiccasamuppāda*. Jest to prawo natury. Jeśli ktoś z powodu ignorancji, nie wie, że każdy kontakt z dowolnym obiektem za pośrednictwem któregoś ze zmysłów powoduje powstanie doznania w obrębie ciała (*phassa-paccayā vedanā*), jeśli nie potrafi odczuwać tego doznania, to jak będzie mógł zrozumieć, że doznanie powoduje powstawanie pragnień (*vedanā-paccayā taṇhā*)?

Pełen ogromnego współczucia Budda wyjaśniał: „Cierpicie z powodu *vedanā-paccayā taṇhā* – to znaczy, że pragnienia rodzą się w was z powodu doznań. Ale pokażę wam sposób, jak się od tego cierpienia uwolnić. Doznania będą nadal, ale nie będzie już pragnień, nie będzie już więcej *taṇhā*. Kiedykolwiek doświadczacie jakiegoś doznania, musi pojawić się w was mądrość: ‘Och, to doznanie jest *anicca, anicca, anicca*.’ Bez względu na rodzaj tego doznania, jest ono nietrwałe”. Uświadamiacie to sobie, ponieważ osobiście tego doświadczacie.

Jeśli stanie się to dla was filozofią lub teorią, nic nie osiągniecie. Musicie tego doświadczyć: „Spójrz, pojawiło się doznanie, *vedanā*. Prędzej czy później ono przeminie”. Choćby było bardzo przyjemne, choćby było bardzo nieprzyjemne – z pewnością przeminie. Nie będzie trwało wiecznie. Ono pojawia się i przemija – *udaya-vaya, udaya-vaya*.

Na tym polegał unikalny wkład Buddy. Powiedział ludziom: „Zrozumcie to prawo. *Vedanā*, doznania, są przez cały czas. Nieustannie pojawiają się i przemijają. Ponieważ pełni ignorancji nie zdajecie sobie z nich sprawy – stale na nie reagujecie. Jeśli są przyjemne, reagujecie pragnieniami. Jeśli są nieprzyjemne, reagujecie niechęcią. Robicie to całe życie i dlatego sami stwarzacie sobie cierpienie za cierpieniem. I ciągle to cierpienie pomnażacie. Ale jest z niego droga wyjścia. Jest sposób, dzięki któremu dotrzecie do etapu, gdzie *taṇhā-nirodhā, dukkha-nirodho* – ustają pragnienia, więc ustaje cierpienie. Nie ma już więcej *dukkha*. Jest sposób, jest praktyka, jest technika, żeby tego dokonać”.

Gdyby Budda tylko wygłaszał kazania, byłby po prostu jednym z intelektualistów i filozofów, jakich w Indiach wielu. Ale nie, on nie był jednym z nich. Budda był osobą bardzo praktyczną. Osiągnął oświecenie, ponieważ tę technikę praktykował.

Urodziłem się w zagorzale konserwatywnej rodzinie hinduskiej i wiem, że wszystkie nasze święte pisma mówią to samo: „Uwolnijcie się od pragnień i niechęci”. Tylko, że nie mówią, jak to zrobić. Kiedy poszedłem do Sayagyi U Ba Khina, mojego ojca w Dhammie, otrzymałem nowe życie. Pękła skorupa ignorancji i zacząłem doświadczać prawdy o *anicca* wewnątrz siebie.

Poprzez praktykę Vipassany Sayagyi nauczył mnie doświadczać rzeczywistości na najgłębszym poziomie, czyli: „W głębi umysłu, tam gdzie rodzą się pragnienia i niechęć spowodowane interakcją umysłu i materii w obrębie ciała”. Poczulem ogromną wdzięczność, kiedy dzięki niemu mogłem tego doświadczyć.

Nauki Buddy zafascynowały mnie swym aspektem praktycznym. Gdyby okazały się tylko ćwiczeniem intelektualnym, wątpię, czy podążałbym tą ścieżką. Powiedziałbym raczej: „Bardzo dobrze. Nasze hinduskie święte księgi uczą tego samego. Wspaniale”. Nie poszedłbym tą ścieżką. Ale otrzymałem technikę: „Popatrz, w ten sposób uwalniasz się od pragnień i niechęci”. I ta technika działała. Wcześniej byłem osobą wybuchową, pełną gniewu i z wielkim ego. Kiedy zacząłem stosować tę technikę, zobaczyłem, że moje mentalne zanieczyszczenia zaczynają znikać. I to nie tylko na powierzchni umysłu, ale też na jego najgłębszym poziomie.

Mam wielkie szczęście, że urodziłem się na wspaniałej ziemi Dhammy. W czasie moich podróży po całym świecie nigdzie nie znalazłem drugiego takiego miejsca, gdzie przechowywałyby się czysta technika Vipassany. To szczęście urodzić się w kraju, gdzie zachowano ją w nieskazitelnej czystości.

Wielkim szczęściem było też dla mnie spotkanie świętej osoby, która otwarcie i współczująco pokazała mi technikę, niczego nie oczekując w zamian. Sayagyi U Ba Khin nigdy nie próbował mnie nawracać i wcale nie chciał zrobić ze mnie buddysty. Mówił tylko: „Praktykuj *sīla*, *samādhī* i *paññā*, a w zupełności mnie tym uszczęśliwisz”. To było dla mnie ogromne szczęście, że go spotkałem.

I wy, którzy jesteście tu teraz, moi bracia i siostry, również macie wielkie szczęście, że urodziliście się w tym kraju i dzięki temu mogliście zetknąć się z Dhammą. Teraz najważniejszą rzeczą jest, abyście praktykowali nauki. Samo zaakceptowanie Dhammy na poziomie intelektualnym bądź religijnym nic wam nie da. Tylko praktyczna, doświadczalna i stosowana Dhamma przynosi rezultaty.

Obyście wszyscy poznali smak czystej Dhammy na poziomie osobistego doświadczenia! Obyście wszyscy uwolnili się od cierpienia! Obyście wszyscy cieszyli się prawdziwym pokojem, prawdziwą harmonią, prawdziwym szczęściem!

Tekst angielski i zdjęcia znajdują się tutaj: <https://news.dhamma.org/2015/06/the-practical-teaching-of-the-buddha/>