



Krótką modlitwa z Wadzradharą

Nauki o linii i pielęgnowaniu własnej natury

...

Karmapa Ogjen Trinle Dordze

Krótką modlitwa z Wadźradharą

Nauki o linii i pielęgnowaniu własnej natury

Karmapa Ogjen Trinle Dordże

Przełożyła Beata Stępień

DHARMAEBOOKS.ORG



Spis treści

Przedmowa

Karmapa Ogjen Trinle Dordże

Od wydawców i tłumaczk

Krótką modlitwa z Wadźradharą

Dziampel Zangpo z Bengaru

Nauki o linii i pielęgnowaniu własnej natury

Karmapa Ogjen Trinle Dordże

Część pierwsza: Wprowadzenie do modlitwy

Część druga: Pole nagromadzeń

Karmapowie

Sześciu uczniów serca

Szamar Rinpocze

Situ Rinpocze

Gjaltsab Rinpocze

Pało Rinpocze

Treho Rinpocze

Szósty uczeń serca: Działamgon Kongtrul Rinpoche

Znaczenie linii

Część trzecia: Pielęgnowanie własnej natury

Pielęgnowanie natury poprzez zniechęcenie

Pielęgnowanie natury poprzez oddanie

Pielęgnowanie natury poprzez brak rozproszenia

Pielęgnowanie natury w esencji myśli

Pielęgnowanie natury poprzez określanie celu

Część czwarta: Posłowie

Pomocne wskazówki

przekazane przez Gjalłanga Karmapę podczas nauk

Ofiarowywanie herbaty i jedzenia

Wielki rytuał Mahakali i Wadźra Tańce

Schronienie

Podziękowania

Glosariusz

Prawa autorskie

Przedmowa

Karmapa Ogjen Trinle Dordże

Dordże Czang Thungma jest jedną z najbardziej znanych modlitw kagju. Jej recytacja tradycyjnie rozpoczyna sesje nauk **dharmy** i przez wielu jest włączana do codziennej praktyki medytacyjnej. Ale właśnie fakt, że niemal każdy z nas zna ją na pamięć, niesie ze sobą pewne ryzyko. Łatwo bowiem popaść w manierę bezmyślnego powtarzania słów, nie zastanawiając się już nad ich znaczeniem. Gruntowniejsze przestudiowanie tego tekstu powinno sprawić, że uzyskamy lepsze zrozumienie i w pełni docenimy jego głębię.

Pod wieloma względami jest to nadzwyczajna modlitwa. Zawiera wszystkie najważniejsze etapy praktyki **mahamudry**: zniechęcenie **samsarą**, wyrzeczenie, oddanie dla guru, nierozproszoną medytację. W gruncie rzeczy stanowi zbiór **kluczowych duchowych pouczeń**.

Na początku jej wersy przywołują wszystkich mistrzów linii kagju. Mówiąc o linii, mam na myśli coś więcej niż bezpośredni, fizyczny przekaz od nauczyciela do ucznia. Linia to nieprzerwana ducho-

wa więź, która łączy swe źródło z kolejnymi pokoleniami. Ponadto, w swej głównej części modlitwa przypomina nam o najistotniejszych zasadach praktyki mahamudry: porównywanemu do nóg wyrzeczeniu, porównywanemu do głowy naturalnemu oddaniu oraz nierozproszeniu, które jest sercem medytacji.

Nauki te były częścią 29 Kagju Mynlam Cienmo i odbyły się w najbardziej pomyślnych okolicznościach. Pierwszą było doskonałe miejsce, *Dordże Den*, święta ziemia, na której Pan Buddha osiągnął Przebudzenie. Drugim był doskonały czas, tuż po Tybetańskim Nowym Roku, podczas miesiąca cudów. Trzecim zaś było doskonałe zgromadzenie wszystkich czterech filarów sanghi – *bhikszu, bikszunich, upasików i upasikiń* – wraz z wieloma Rinpoczami, tulku i khenpo szkoły *karma kamtsang*.

Chciałbym podziękować wszystkim osobom zaangażowanym w wydanie tej książki. Dzięki ich wysiłkom, wytrwałości i skrupulatności, nauki w niej zawarte mogą być dostępne szerszemu gronu odbiorców. Modłę się, by przyniosły pożytek wielu.

Siedemnasty Karmapa
Ogjen Trinle Dordże
Maj 2021 roku

Od wydawców i tłumaczki

Gjałang Karmapa udzielił tych nauk podczas 29 Wielkiego **Kagju Mynlam** w Bodhgai w Indiach, w dniach od 26 do 28 lutego 2012 roku. W owym pomyślnym wydarzeniu brało udział około osiem tysięcy uczestników, głównie członków **sanghi** z himalajskich klasztorów, ale też osób przybyłych z różnych krajów świata. Jesteśmy wdzięczni Ringu Tulku Rinpoczemu za tłumaczenie słów Jego Świątobliwości podczas tych wykładów. Jednak, aby je wydać w formie książkowej, poprosiliśmy Lamę Erica Trinle Thaje, by dokonał ponownego przekładu na język angielski i wychwycił subtelniejsze szczegóły przekazu, które nierzadko giną podczas tłumaczeń na żywo.

Polski przekład *Krótkiej modlitwy z Wadźradharą* przedstawiony w tej książce różni się od poprzednich tłumaczeń. Jest to nowa wersja stworzona na potrzeby tej publikacji w oparciu o nowy przekład angielski Khenpo Choephela i Lamy Erica.

Krótką modlitwa z Wadźradharą

Dziampel Zangpo z Bengaru

Wielki Wadźradharo, Tilo, Naro, Marpo, Milarepo,
Panie Dharmy Gampopo, znający trzy czasy Karmapo
oraz dzierżyciele czterech starszych i ośmiu młodszych linii –
drikung, taklung, tsalpy, sławnej drukpy i pozostałych.
Opiekunowie istot, niezrównani dakpo kagju,
osiągnęliście mistrzostwo dogłębnej ścieżki, mahamudry:
Guru kagju, teraz ja – adept waszej linii – proszę,
błogosławcie, bym za wami dotarł do wyzwolenia.

Uczyliście, że zniechęcenie jest stopami medytacji.
Nie dbam zatem ani o jadło, ani o pieniądze,
odcinam wszystko, co angażuje w sprawy tego życia.
Błogosławcie, bym lekceważył honory i zyski.

Uczyliście, że oddanie jest głową medytacji.
Teraz ja nieustannie modłę się do Guru,
który otwiera drzwi do skarbcza dogłębnych pouczeń.
Błogosławcie, by wypełniało mnie niewymuszone oddanie.

Uczyliście, że brak rozproszenia jest sercem medytacji.
Spoczywam więc, bez przeinaczania,
w świeżej i czystej esencji każdej nadchodzącej myśli.
Błogosławcie, bym był wolny od wyobrażeń o “medytacji”.

Uczyliście, że esencją wszystkich myśli jest dharmakaja –
nie będąc czymkolwiek, przejawia się w każdy możliwy sposób.
Dla mnie, medytującego, jest nieustającą grą.
Błogosławcie, bym nie odróżniał samsary od nirwany.

W każdym kolejnym życiu, obym się nigdy nie rozstawał
z autentycznymi Guru i korzystał ze wspaniałości Dharmy.
Obym rozwinął doskonałe właściwości ścieżek i poziomów
i obym szybko osiągnął stan Wadźradhary.

Nauki o linii i pielęgnowaniu własnej natury

Karmapa Ogjen Trinle Dordże

Tantra Kalaczakry opisuje większe i mniejsze światy a w centrum tego mniejszego świata znajduje się niezwykle miejsce, nazywane **Bodhgają**. Dla wszystkich buddystów jest to najświętsze miejsce na ziemi. Dzisiaj, oprócz naszej mnisiej sanghi, wielu świeckich mężczyzn i wiele świeckich kobiet obdarzonych wiarą w dharmę zebrało się tutaj, mamy więc sposobność uczestniczenia w wyjątkowym wydarzeniu. Myślę, że wszystkich nas spotkało wielkie szczęście – zarówno udzielającego nauki, jak i słuchaczy.

Część pierwsza: Wprowadzenie do modlitwy

Tematem tych nauk jest *Krótką modlitwa z Wadźradharą*. Po tybetańsku nazywamy ją *Dordże Czang Thungma*. *Dordże Czang* to tybetańskie imię Wadźradhary, zaś *thung* znaczy *krótka(a)*. Więc czytając ten tybetański tytuł ktoś mógłby pomyśleć, że istnieje dwóch Wadźradharów, jeden krótki, albo niski, a drugi długi, czy wysoki. W literaturze tybetańskiej czasami jednak tytuły tworzy się z pierwszych słów danego tekstu. W tym przypadku pierwszy wers zaczyna się od *Dordże Czang*, zaś słowo *thungma* zostało dodane tylko po to, aby odróżnić tę modlitwę od innej, dłuższej modlitwy do linii *mahamudry*, rozpoczynającej się od słów: *Dordże czang cien jeszie kandroma*. Zatem *Dordże Czang Thungma* znaczy po prostu “Krótsza modlitwa rozpoczynająca się od Dordże Czang”.

Jej autorem jest Dziampel Zangpo z Bengaru¹, inkarnacja Gesze Langri Thangpy Dordże Senge² ze szkoły [kadampy](#). Bengar Dziampel Zangpo był guru linii urzeczywistnienia karma kamtsang i rdzennym guru Siódmego Karmapy, Ciedraka Gjatso.

Na praktykę tej modlitwy składają się dwie kolejne sekwencje: wizualizacja [poła nagromadzeń](#) i pielęgnowanie własnej natury. Podczas pierwszej wyobrażamy sobie głównych guru linii: Wadźradharę, Tilo-[pę](#)³, Naropę⁴ i pozostałych. Ich wizualizacja może być dwójaka, jako

1. Autor tej modlitwy, Bengar Dziampel Zangpo, urodził się pod koniec XIV lub na początku XV wieku. Był bliskim uczniem Szóstego Karmapy, Tongła Dyndena, od którego otrzymał wszystkie przekazy i nauki linii kagju, jak mahamudra czy sześć jog Naropy. Doskonale praktykując te instrukcje, osiągnął głębokie urzeczywistnienie. „Krótka modlitwa z Wadźradharą” jest świadectwem tego osiągnięcia, do dziś recytowanym przez kagjupów na całym świecie.
2. Gesze Langri Thangpa (1054-1123) to mistrz kadampy i autor znanego tekstu: „Osiem strof o treningu umysłu” (patrz: [Nauki Siedemnastego Karmapy objaśniające ten tekst](#))
3. Tilopa był indyjskim mahasiddhą, praojcem linii kagju. Znany z bezpośrednich spotkań z Buddhą Wadźradharą oraz dogłębnych wskazówek zawartych w „Mahamudrze znad Gangesu”. Był nauczycielem Naropy.
4. Naropa był indyjskim mahasiddhą i wielkim uczonym. Wbrew rodzicom został mnichem i podjął studia na uniwersytecie Nalanda. Pewnego dnia dakini powiedziała mu, że choć był bardzo wykształcony, nie rozumiał głębszego znaczenia nauk. Nakłoniła go do odnalezienia Tilopy. Z wielkim trudem Naropa odnalazł Tilopę i uczył się od niego przez 12 lat. Otrzymał od niego cztery przekazy i urzeczywistnił mahamudrę. Jest najbardziej znany z opracowania

wisząca w poziomie chmura lub w pionie, jeden guru nad drugim. Istnieje wiele wyjaśnień dotyczących tej wizualizacji, ale my skupimy się przede wszystkim na znaczeniu linii przekazu i tych wszystkich guru. Następnie – w ich obecności – praktykujemy drugą, główną część modlitwy, czyli pielęgnowanie natury.

sześciu jog: wewnętrznego ciepła, iluzorycznego ciała, świetlistości, przeniesienia świadomości i bardo. Był jednym z nauczycieli Marpy Lotsały.

Część druga: Pole nagromadzeń

Krótką modlitwa z Wadźradharą rozpoczyna się od przywołania linii przekazu:

Wielki Wadźradharo, Tilo, Naro, Marpo, Milarepo,
Panie Dharmy Gampopo, znający trzy czasy Karmapo
oraz dzierzyciele czterech starszych i ośmiu młodszych linii –
drikung, taklung, tsalpy, sławnej drukpy i pozostałych.

Linie mahamudry, czyli linie tradycji kagju, zapoczątkowali wielcy indyjscy mistrzowie: Tilopa, Naropa i Maitripa⁵, zaś do Tybetu przeniósł ją wielki tłumacz Marpa Ciekji Lodro⁶. Marpa Lotsała trzy razy odbył podróż do Indii, gdzie zebrał – od wspomnianych właś-

5. Maitripa (1007-1085) – inny mistrz indyjski, który uczył Marpę mahamudry.

6. Znany również jako Marpa Lotsała (Tłumacz), Marpa Ciekji Lodro najpierw studiował dharwę i języki z Drogmim Jesze (993-1050) a potem trzy razy odwiedzał Indie i cztery razy Nepal w poszukiwaniu nauk buddyjskich. Podobno pobierał nauki od stu ośmiu mistrzów i joginów, ale najważniejszymi byli Naropa i Maitripa. Jego najsłynniejszym uczniem był Milarepa.

nie, największych ówczesnych **mahasiddhów**, oraz od wielu innych nauczycieli – przekazy czterech rodzajów **tantr**, **przekazy czterech specjalnych ustnych tradycji** utrzymywanych przez Naropę oraz wiele innych nauk.

Marpa otrzymał również przepowiednię, że każde kolejne pokolenie uczniów jego linii będzie bardziej zaawansowane od poprzedniego – niczym strumień, którego nurt z czasem robi się coraz silniejszy i większy, by ostatecznie przemienić się w wielką rzekę. Najznakomitsi pośród jego wielu uczniów nazywani byli czterema filarami⁷.

Istnieją dwa rodzaje przekazu tantr: linia praktyki i linia objaśnień. Tę drugą Marpa przekazał uczniowi Ngok Cieku Dordże⁸ i pozostaje ona żywa do dziś, została też zaadoptowana przez inne tradycje tybetańskie.

Zaś wielki **jogin** Tybetu, Milarepa⁹, kontynuował drugą linię nauk Marpy – linię praktyki. Jak wiemy, Milarepa najpierw przez wiele lat służył Marpie. W tym czasie musiał sprostać wielu wyzwaniom, a potem medytował w bardzo trudnych warunkach. W odludnych,

7. Cztery Wielkie Filary to czterej wielcy uczniowie Marpy Lotsały: Milarepa, Ngok Cieku Dordże, Tsurton Łangi Dordże i Meton Tsonpo.

8. Dlatego właśnie od Marpy i Ngok Cieku Dordże pochodzi nazwa cyklu letnich wykładów Siedemnastego Karmapy – Nauki MarNgok – poświęconych tantrom.

9. Dzietsyn Milarepa (1040-1123), najsłynniejszy i najznamienitszy jogin Tybetu, który osiągnął pełne Przebudzenie w jednym życiu.

niedostępnych zakątkach Tybetu, najczęściej w grotach na ośnieżonych stokach gór, nierzadko mógł żywić się jedynie pokrzywą, która raczej nie przypomina typowego ludzkiego pożywienia. Praktykując w ten sposób zdobył głębokie doświadczenie i osiągnął pełne urzeczywistnienie.

Milarepa miał wielu uczniów, którzy również osiągnęli wysoki stopień urzeczywistnienia. Dwóch największych pośród nich nazywa się „ucniem będącym jak księżyc” i „ucniem będącym jak słońce”. Pierwszy z nich, Reczungpa¹⁰, w chwili śmierci przeniósł się do **Khacie**, czystej krainy Dakiń, nie pozostawiając po sobie żadnych szczątków. Zapoczątkował on, poprzez uczniów takich jak Gjun Tsangpa i Gjalla Lo, odrębną linię czy tradycję nazywaną **szeptaną linią** Reczungpy. Innym szczególnym uczniem Milarepy był Dziangciub Gjalpo, nazywany również Nauczycielem z Ngendzong, który zainicjował kolejny niezależny przekaz nazywany szeptaną linią Ngendzonga.

Jednak najważniejszym spadkobiercą nauk Milarepy, czyli „ucniem przypominającym słońce”, był Dakpo Dao Szonnu, powszechnie nazywany Gampopą¹¹. Tego mistrza przepowiedział już sam Buddha

10. Necziung Dordze Drakpa (ok. 1083/4-1161), znany jako Recziungpa, był jednym z dwóch najważniejszych uczniów Milarepy, założycielem Recziung Njengju (linii szeptanej Recziungpy). Jego nauki są nadal praktykowane w szkole drukpa kagju a w karma kagju w klasztorze Surmang.

11. Gampopa Sonam Rinczen (1079–1153) był jednym z dwóch najważniejszych

w trzech bardzo znanych **sutrach**, które wspominają o pojawieniu się mistrza określanego jako *bhikszu tsogje*, czyli „mnich-lekarz”. Przepowiednie te mówią również, że Gampopa będzie miał 1000 uczniów: pięciuset niezwykle utalentowanych oraz pięciuset zwyczajnych. Ponadto zapowiedziano, że ośmiuset uczniów Gampopy będzie wielkimi praktykującymi, a pośród nich najważniejszymi jego uczniami byli czterej **Khampowie**.

Dakpo Rinpocze jest założycielem tradycji **dakpo kagju**. Jednym z jego najbliższych uczniów był siostrzeniec o klasztorным imieniem Gampo Tsultrim Njingpo (Gomtsul) a jego umysł był nierozdzielny z umysłem Gampopy. Najprawdopodobniej wszyscy uczniowie Gampopy byli także uczniami Gomtsula. Został on opiekunem jego głównej siedziby (tyb. *densa*), Tagla Gampo, a po nim czynili to kolejni dzierżawcy linii. Tradycja utrzymywana w tym klasztorze nazywana była densa kagju albo dakpo tsała kagju, albo kagju tsała, czyli „korzeń kagju”. Z niej wywodzi się Szang Ju Dragpa lub Szang Tsonдру Drakpa – praojciec szkoły tsalpa kagju, jednej z czterech tak zwanych starszych szkół kagju.

uczniów Milarepy i jednym z głównych dzierżycieli linii kagju. Najpierw został lekarzem, ożenił się i miał dwójkę dzieci. Gdy epidemia odebrała życie jego rodzinie, przyjął ślubowania mnisie. Pod jego przywództwem linia kagju kwitła i była szeroko upowszechniana. Jego uczniowie stworzyli wiele pod-szkół. Gampopa założył także pierwszy klasztor kagju i znany jest jako autor dzieła: „Ozdoba cennego wyzwolenia”.

Pierwszy z czterech uczniów z **Khamu**, Khampa Use, znany także jako Dusum Khjenpa, założył szkołę karma kagju. Drugi z nich, Khampa Dorgjal, czyli Pakmo Drukpa Dorje Gjalpo, zapoczątkował linię phakdru kagju, która rozprzestrzeniła się najszerzej ze wszystkich linii kagju – wszystkie osiem młodszych linii kagju wywodzi się bowiem od uczniów Phagmodrukpy. Trzecim Khampą był Seltong Szogom i uważa się, że jego inkarnacjami jest linia Tralega Rinpocze.

Innym wielkim uczniem Gampopy był Barompa Darma Łangciuk, który założył szkołę barom kagju. Z niej wywodzi się wielu wielkich uczonych i mistrzów, takich jak Drokpe Tiszri Repa. Ówczesny cesarz Chin podczas podróży do U został jego uczniem i nadał mu tytuł Tiszri. Szkoła Baroma Darmy Łangciuka niegdyś była bardzo silna i znacząca w całym Ngari i Tybecie Zachodnim, dzisiaj jest mało znana, ale jej nauki przetrwały niezmienione.

Zatem tsalpa kagju, karma kagju, barom kagju i phakdru kagju określane są dzisiaj jako cztery starsze linie kagju, gdyż wywodzą się bezpośrednio od uczniów Gampopy lub jego siostrzeńca, Gomtsula. Czasami historycy mówią też o pięciu starszych szkołach kagju, wliczając w nie również densa kagju. Szkoły założone przez kolejne pokolenie uczniów Gampopy nazywane są ośmioma młodszymi liniami.

Poprawne rozumienie tego podziału jest bardzo ważne. Tekst modlitwy mówi: „dzierżyciele czterech starszych i ośmiu młodszych linii”

a znaczenie tego sformułowania nie zostało dokładnie objaśnione, więc niektórzy uważają, że chodzi o status tych szkół. W języku tybetańskim dosłownie mówi się o czterech „większych” i ośmiu „mniejszych” szkołach (*cie szı ciung gje*), co może sugerować, że te pierwsze są lepsze, ważniejsze od drugich.

Podobnie niektórzy tłumacze przekładają te nazwy na język angielski – mówiąc „greater” i „lesser”. To nie są dobre określenia. Kiedy pracowaliśmy nad przekładami *Modlitw Mynlamu* postanowiliśmy tłumaczyć je zgodnie z chronologią powstawania tych szkół, jako „cztery starsze i osiem młodszych”. Myślę, że tak jest najwłaściwiej. Cztery szkoły założone przez uczniów Gampopy nie są od innych lepsze, lecz po prostu starsze, gdyż powstały wcześniej od pozostałych. Dlatego chciałbym, abyśmy w odniesieniu do szkół kagju używali określeń „starsze” i „młodsze”, by unikać niepotrzebnych nieporozumień.

Niektórzy twierdzą, że ów podział na cztery i osiem szkół nie istniał przed historycznymi rozprawami Działmagona Kongtrula Lodro Thaję¹² i Działmjanga Khjentse Łangpo¹³, ale to nieprawda. Wyraźnie mówi

12. Działmgon Kongtrul Lodro Thaję (1813–1899) był uznanym uczonym buddyźmu tybetańskiego, poetą, artystą, lekarzem i tertonem. Był jednym z najważniejszych mistrzów XIX wieku, jednym z założycieli anty sekciarskiego ruchu Rime, który promował wszystkie tradycje. Odegrał ważną rolę w zachowaniu wielu buddyjskich tekstów.

13. Działmjang Khjentse Łangpo, Pema Ysel Dongak Lingpa (1820-1892) był poważanym nauczycielem, uczonym i tertonem, jedną z głównych postaci ruchu

o nim modlitwa życzeń Taklunga Szabdrunga Namgjała¹⁴, wielkiego uczonego szkoły taklung kagju, który żył w czasach Dziesiątego Karmapy. Lodro Thaje zaś pojawił się za życia Czternastego Karmapy, kilka wieków później, więc nie mógł być autorem tych określeń. Poza tym dzisiaj niektóre z tych „większych czterech” szkół nie istnieją już w sposób niezależny. Pakdru kagju, na przykład, już praktycznie nie istnieje, bo została wchłonięta przez drikung kagju. Więc takie nazwy jak „większa” lub „mniejsza” służą jedynie tymczasowemu rozróżnieniu, które w żaden sposób nie odzwierciedla aktywności mistrzów owych szkół, ich uczoności czy urzeczywistnienia, które w zasadzie były niewyobrażalne. Dodatkowo należy nadmienić, że niektórzy zupełnie inaczej interpretują słowa tej modlitwy, mówiące o „czterech większych i ośmiu mniejszych”, twierdząc że chodzi w nich o głównych uczniów Pierwszego Karmapy.

Pamiętajmy też, że tybetańskie słowa *cien* (duży) i *ciung* (mały) nie zawsze odnoszą się do tego, co jest większe i mniejsze, bardziej lub mniej znaczące. W historii o królu Gesarze¹⁵, na przykład, mówi się o rodzinach jego spadkobierców i na określenie rodziny starszego syna używa się słowa „większa” (*cien*) a rodzinę młodszego syna nazywa

Rime, który chronił nauki wszystkich tradycji.

14. Taklung Szabdrung Ngałang Namgjal (1594-1651)

15. Król Gesar to król mitycznego królestwa Ling, którego heroiczne czyny opisano w wielkiej epopei. Doczekała się ona wielu wersji pisanych i mówionych w całym Tybecie i Azji Centralnej.

się słowem „mniejsza” (*ciung*), podczas gdy ta druga była dużo potężniejsza i bardziej wpływowa. Zatrzymałem się na tym temacie dość długo, ale uważam, że jest ważny. Z punktu widzenia dharmy takie odniesienia wobec szkół czy linii są niewłaściwe a zmiana ich w tłumaczeniach może wzmocnić ich wzajemne zrozumienie i szacunek.

Dalej modlitwa wymienia niektóre ze szkół: „drikung, taklung, tsalpy, sławnej drukpy i pozostałych.”

Wielu adeptów karma kagju może nie wiedzieć, dlaczego czasami mówimy o niej: linia praktyki karma kamtsang. Nawiązuje to do faktu, że Dusum Khjenpa, Pierwszy Karmapa (stąd: *karma*) uczynił Kampo Nenang (stąd *kam-*) swoim domem (*tsang*).

Karmapowie

Gampopa, Lekarz z Dakpo, przepowiedział swemu uczniowi, Dusumowi Khjenpie, że praktyka w Kampo Gangra, świętym miejscu **Czakrasamwary**, które znajduje się w regionie Lithang w Khamie, rozwinie jego aktywność w trzech prowincjach Tybetu: w U, Tsangu i Khamie. Najprawdopodobniej właśnie w Kampo Gangra Dusum Khjenpa osiągnął pełne urzeczywistnienie. W sanskrycie *karma* znaczy „aktywność, działanie”, a tybetańska końcówka *pa* ją personifikuje, dlatego *Karmapa* jest „wykonawcą aktywności”.

Skąd zatem pochodzi nazwa *karma kagju* (która powstała w czasach Pierwszego Karmapy)? Z początku Dusuma Khjenpę nie nazywano Karmapą. Według niektórych historyków nie był on pierwszym Karmapą, tylko pierwszym dzierżycielem Czarnej Korony, zaś za pierwszego w linii Karmapów uważano Karmę Pakszi, który by jego inkarnacją. Dopiero później uznano Dusuma Khjenpę za pierwszego Karmapę. W rzeczywistości otrzymał on to imię w świętej wizji podczas ceremonii obcięcia włosów w Treka Drag¹⁶, gdy miał szesnaście lat. Dakinie nazwały go wtedy Karmapą – uosobieniem aktywności wszystkich **buddhów trzech czasów**. Zatem Dusum Khjenpa nosił imię Karmapy, ale utrzymywał je w tajemnicy. Dopiero za czasów Karmy Pakszi zaczęto widzieć w Dusum Khjenpie pierwszego lamę z tej linii. Istnieje wiele wyjaśnień, dlaczego Dusum Khjenpa otrzymał taki tytuł. Wielu sądziło, że imię to pochodzi od Karma Gyn¹⁷ – pierwszego klasztoru, który założył Dusum Khjenpa. Zatem, jak widzicie, linię Karmapy i nazwę jego szkoły wyjaśnia się na różne sposoby.

16. Treka Drak to klasztor kadampy, w którym Dusum Khjenpa otrzymał nauki tej tradycji i przyjął ślubowania nowicjatu. Wraz z innymi lamami tego klasztoru odbył dwuletnie odosobnienie, ucząc się tantry Czakrasamwary i innych praktyk tantrycznych tradycji Atiśi Dipampakry. Nauczycielem Dusuma Khjenpy był wówczas Jol Cielang, bezpośredni uczeń Atiśi oraz tegoż uczeń, Gesze Trarała.

17. Klasztor Karma Gyn został założony przez Pierwszego Karmapę, Dusuma Khjenpę w XII wieku. Znajduje się na wschodnim brzegu rzeki Dzaciu w Czamdo, we Wschodnim Tybecie. Gdy klasztor Tsurphu niedaleko Lhasy stał się główną siedzibą Karmapów, Karma Gyn został tymczasową siedzibą linii Tai Situ.

Istnieje kilka różnych przepowiedni dotyczących linii Karmapy. Przepowiednia **tertona** Ciogjura Lingpy¹⁸ mówi o tym, że będzie dwudziestu jeden Karmapów, dodając iż „Z siedmiu odrodzeń wyłoni się trzynaście emanacji”. To znaczy, że pierwszych siedmiu Karmapów odradzało się jako bezpośrednie inkarnacje (tyb. *kjeła* lub *jangsi*), zaś kolejnych trzynastu – począwszy od Mikjo Dordże – ma pojawiać się na świecie jako ich emanacje (skr. *nirmanakaja*, tyb. *tulku*).

Jedna z przepowiedni Guru Rinpocze również wspomina, że będzie tylko siedem inkarnacji Karmapy. Zaś Piąty Karmapa Deszin Sziekpa otrzymał przepowiednię od dakiń mówiącą, że jego linia będzie liczyła dwudziestu pięciu Karmapów. Z kolei mistrz Ngakri Sello przepowiedział tysiąc dwóch Karmapów – przy czym nie jest powiedziane, że wszyscy oni będą intronizowani i oficjalnie rozpoznawani jako Karmapowie. Ze względu na tę wielką liczbę – tysiąca i dwóch – zwykło się też mówić, że Karmapowie będą kontynuować swą działalność tak długo, jak długo aktywność tysiąca kolejnych buddhów będzie istniała na świecie lub dopóki wszystkie istoty nie zostaną wyzwolone z samsary.

Powinienem przy tym coś wyjaśnić. Należy dobrze rozumieć różnicę pomiędzy emanacją i inkarnacją. Emanacja musi posiadać podsta-

18. Ciokgjur Decien Lingpa (1829-1870) był współczesnym Działmanga Khjentse Łangpo i Działmanga Kongtrula Lodro Thaje, wielkim tertonom, czyli „odkrywcą skarbów”, a zarazem aktywistą ruchu Rime.

wę, główną osobę, z której się wyłania. Arhaci, dla przykładu, mogą tworzyć emanacje, które nie są w stanie myśleć i działać w niezależny sposób. Zachowują się zgodnie z intencjami tego arhata, który jest dla nich źródłem. Poza tym podstawa emanacji może znajdować się w Indiach a jego/jej emanacja pojawić się np. w Ameryce. Kiedy jednak swoją emanację tworzy osoba w pełni Przebudzona, jak buddha, wówczas może ona działać i myśleć niezależnie. Buddowie tworzą swoje emanacje w postaci nirmanakai. Wielcy przebudzeni mistrzowie mogą tworzyć wiele emanacji i każda z nich jest w stanie działać samodzielnie, zgodnie z tym, czego do swej aktywności potrzebuje. Kiedy zaś używamy terminu *inkarnacja*, wówczas mówimy o sytuacji, w której jedna osoba odradza się w innym ciele. Zatem żeby pojawić się w Ameryce, taka osoba musi najpierw umrzeć, a potem się tam narodzić.

Trzeba wiedzieć, że istota o odpowiednich zdolnościach może stworzyć wiele emanacji, na przykład reprezentujących właściwości jej ciała, mowy albo umysłu. Rozmaite twierdzenia, że „ten i tamten człowiek jest moją emanacją”, jeśli padają z ust osób, które nie dysponują bardzo wysokim poziomem urzeczywistnienia, są zwykłymi kłamstwami.

Dodatkowo muszę nadmienić, że tytuł *tulku* jest przyznawany z wielu różnych powodów, czasami jedynie na podstawie pewnego związku

czy podobieństwa do danego lamy. Bywa bowiem tak, że zwyczajna osoba, która dzięki wcześniejszym życzeniom stworzyła odpowiednie warunki, by przynosić pożytek istotom i naukom, otrzymuje tytuł tulku. W ten sposób mistrzowie, którzy dostrzegają niezwykły potencjał tej osoby, poprzez przyznanie jej specjalnego statusu, wzmacniają jej aktywność i rozwój. Ale muszą mieć ku temu uzasadniony powód.

Nie każdy, kogo nazywamy tulku, musi być manifestacją buddhów i bodhisattwów, którzy niczym ptaki sfruwają z niebios i zasiadają pośród nas na wysokich poziomach urzeczywistnienia. Czasami wywodzą się oni z najniższych warstw społecznych, wyrastają z piachu i kurzu niczym insekty.

Oczywiście, nie byłoby właściwe, by na tej zasadzie każdego związanego z dharumą człowieka nazywać tulku – wówczas nie byłoby nikogo, kto by się im kłaniał :).

Sześciu uczniów serca¹⁹

Karmapowie mieli wielu wybitnych uczniów, a pośród nich byli tacy, którzy posiadali takie same osiągnięcia, czyli dorównywali im w poziomie wyrzeczenia i urzeczywistnienia. W karma kamtsang Kar-

19. Sześciu uczniów serca, nazywanymi także „Synami serca”, choć Gjallang Karmapa radzi tłumaczom w miarę możliwości używać neutralnego rodzajowo terminu.

mapów i owych uczniów nazywa się po tybetańsku „gjała jabse”, co w dosłownym tłumaczeniu znaczy „zwycięzcy ojcowie-synowie”. Zazwyczaj mówi się o mistrzu i uczniach, i takich zwyczajnych uczniów może być wielu. W tym wypadku chodzi jednak o uczniów, którzy stworzyli bardzo bliski związek z mistrzem i można ich porównać do duchowych dzieci, spadkobierców. Ktoś może mieć wielu uczniów, ale dzieci ma się zazwyczaj tylko kilkoro.

Szamar Rinpocze

Pierwszym uczniem serca Karmapy był Szamarpa²⁰. Drugi Karmapa, Karma Pakszi, przepowiedział, że po upływie mniej więcej stu lat bę-

20. Linia Szamara Rinpoczego:

- I. Drakpa Senge (1283–1349)
- II. Khacie Łangpo (1350–1405)
- III. Ciepel Jeszie (1406–1452)
- IV. Ciekji Drakpa Jeszie Pal Sangpo (1453–1524)
- V. Kynciok Jenlak (1525–1583)
- VI. Ciekji Łangciuk (1584–1630)
- VII. Jeszie Njinpo (1631–1694)
- VIII. Ciekji Dyndrup (1695–1732)
- IX. Kynciok Gele Dziungne (1733–1740)

Taszi Tsepa Szamar

- X. Ciedrup Gjatso (1741/42–1792) przywrócony jako
- XIII Szamar Ciekji Lodro (1952–2014)

dą dwa wcielenia Karmapy – jedna z nich będzie nosić czarną koronę, a druga czerwoną. Takie określenie można znaleźć w niektórych starszych relacjach historycznych. I rzeczywiście, choć pierwszy Szamar Rinpocze pojawił się jako jeden z uczniów Karmapy, posiadał on porównywalne poziomy wyrzeczenia i urzeczywistnienia.

Po dziesięciu inkarnacjach Szamarpy pojawiły się pewne problemy. Rozpoznaniu Dziesiątego Szamarpy towarzyszyły trudne okoliczności, gdyż dwóch mistrzów kagju wskazywało dwóch różnych kandydatów do tego tytułu. Doszło do poważnego konfliktu. W tym okresie Tybet znajdował się pod wpływami Chin, co sprawiło, że spopularyzował się zwyczaj rozstrzygania sporów poprzez ciągnięcie losów umieszczonych w złotej urnie. W ten właśnie sposób wylosowano imię chłopca, który został intronizowany jako Dziesiąty Szamarpa. Był on oficjalnie rozpoznany i znany jako Taszi Tsepa Szamar, gdyż pochodził z rodu Taszi Tsepa. Drugi chłopiec został również, choć nieoficjalnie, rozpoznany i nazywano go Namling Szamar, dodając jego rodowe nazwisko.

Namling Szamar

- I. Konciok Garłang Gjatso (1735?-1792?)
- II. Tenzin Trinle Namgjal (ur. 1793?)
- III. Dziampal Ngałang
- IV. Garłang Karma Khedrup rozpoznany przez XV Karmapę, zmarł w 1982 r.

Zatem po odejściu Dziewiątego Szamarpy istniały dwie linie, Namling i Taszi, ale tylko jedna z nich (Taszi) była intronizowana. Przez kilka pokoleń druga linia, Namling, była rozpoznawana nieoficjalnie, bez intronizacji, aż w końcu przestała istnieć za czasów Piętnastego Karmapy. Poza tym przez długi czas, trzy pokolenia następujące po Dziesiątym Taszi Szamarpie nie były rozpoznawane ani intronizowane z powodu zakazu uchwalonego przez rząd Tybetu. Dopiero w Indiach Czternasty Dalajlama, na prośbę Szesnastego Karmapy, zezwolił na przywrócenie tej linii i intronizację Czternastego Taszi Szamara Rinpocze [zm. 2014].

Choć po odejściu Dziesiątego Taszi Szamarpy nie przeprowadzano formalnych ceremonii intronizacyjnych, istniały jego inkarnacje. Biorąc pod uwagę tylko te, które zasiadały na tronie, było ich jedenastu (pierwszych dziesięciu i czternasty), ale licząc wszystkich, było czter-nastu Szamarpów.

Situ Rinpocze

Drugim uczniem serca Karmapy jest Situpa²¹. Pierwszy Situ Rinpocze był bliskim uczniem Piątego Karmapy Deszin Sziekpy i przejął od-

21. Tai Situ Rinpocze jest jednym z najwyższych rangą lamów karma kagju. Tytuł „Tai Situ” w języku chińskim znaczy „wielki Situ” i został nadany Situ Ciekji Gjaltse-nowi w 1407 roku przez Cesarza Jongle. Situ Gjaltse-n był uczniem Piątego Karmapy Deszin Sziekpy, który mianował go opatem Karma Gyn. Pełny tytuł

powiedzialność za Karma Gyn²², drugi z jego głównych klasztorów. Ósmy Situ Rinpocze, Ciekji Dziungne, okazał wiele wsparcia dla linii kamtsang. Za jego życia doszło do nagłej śmierci obu jej dzierżycieli: Karmapy i Szamarpy (zmarli w odstępie kilku dni podczas podróży do Chin). Choć na tronach zasiadali też inni wielcy spadkobiercy li-

przynany mu wówczas brzmiał: *Kenting Naja Tang Njontse Geszetse Tai Situpa*, co skrócono do *Kenting Tai Situ*. Cały tytuł znaczy: „dalekosiężny, niewzruszony wielki mistrz, dzierżący dowództwo”. Ósmy Tai Situpa założył swój własny klasztor w Derge w Khamie – Palpung Thubten Ciekhorling. Obecny Tai Situ Rinpocze mieszka w klasztorze Palpung Szerabling niedaleko Dharamsali w Himaczu Pradeszu w Indiach. Linia Tai Situ:

- I. Ciekji Gjaltsen
- II. Tashi Namgjal
- III. Tashi Paldzior (?–1512)
- IV. Ciekji Gocia (?–1561)
- V. Norbu Sampel (1566–1578)
- VI. Ciekji Gjaltsen Gelek Pelsang (1586–1632)
- VII. Mipham Trinle Rabten
- VIII. Ciekji Dziungne (1699–1774)
- IX. Pema Njindzie Łangpo (1774–1853)
- X. Pema Kunsang (1854–1885)
- XI. Pema Łangciok Gjalpo (1886–1952)
- XII. Pema Dynjo Drupa (ur. 1954)

22. Trzy siedziby Karmapów to trzy klasztory założone przez Dusuma Khjenpę, Pierwszego Karmapę. Są to w porządku chronologicznym: Kampo Nenang (1164) w Lithangu, obecnym Siczuanie; Karma Gyn (ok. 1184) w Czamdo, we Wschodnim Tybecie; Tsurphu (1189) niedaleko Lhasy, w Centralnym Tybecie. Kampo Nenang reprezentuje ciało, Karma Gyn mowę, a Tsurphu umysł Dusuma Khjenpy.

nii, jak Pało Rinpocze, Situ Rinpocze był z nich najstarszy i przejął na siebie odpowiedzialność za całą szkołę. Situ Pancien stał się wielkim mistrzem i uczonym, założył klasztor Palpung w Khamie i odegrał znaczącą rolę w podtrzymaniu nie tylko nauk karma kagju, ale też wielu innych dziedzin tybetańskiej nauki i kultury. Zawdzięczamy mu bardzo wiele, choć to nie znaczy, że pozostałe jego inkarnacje okazywały mniej życzliwości! Dla przykładu, Jedenasty Situpa, Pema Łangciok Gjalpo, był bardzo poważnym i nieco szorstkim człowiekiem, ale założył i utrzymywał uczelnię klasztorną (*sziedrę*) w Palpung oraz zasłużył się wydaniem wszystkich obszernych komentarzy filozoficznych Ósmego Karmapy Mikjo Dordże. Zatem dzięki jego uprzejmości wszystkie późniejsze pokolenia karma kamtsang mogą nawiązywać bliską więź z tymi tekstami.

Do dzisiaj pojawiło się dwanaście inkarnacji w linii Situpy. Doszło także do kilku interesujących sytuacji, o których chciałbym również powiedzieć.

Piąty Situ Rinpocze, Norbu Sampel, zmarł w bardzo młodym wieku, mówi się, że miał zaledwie piętnaście albo szesnaście lat. Nie wlicza się go do linii Situ, choć powinno. Dodatkowo, za czasów Jedenastego Karmapy Jesze Dordże rozpoznano Siódmego Situpę, Leksze Mała. W owym czasie linia kagju była bardzo słaba, więc rodzina nie chciała oddać syna do klasztoru, który nigdy nie został intronizowany. On również zmarł w bardzo młodym wieku. Ósmy Situpa, Ciekji Dziun-

gne stwierdził zatem, że jego poprzednik, skoro nie zasiadł na tronie, nie powinien być wliczany do sukcesji kolejnych Situpów czy ogólnie dzierżycieli kagju, ale mimo tego tak czynimy. Gdyby Situ Leksze Mała został wykluczony, ale Situ Norbu Sampel był zaliczany do tej linii (zasiadł na tronie ale żył bardzo krótko), nadal mielibyśmy dwunastu Situpów. Osobiście uważam, że tak byłoby właściwiej.

Gjaltsab Rinpocze

Trzecim uczniem serca jest Gjaltsab Rinpocze²³. Pierwszy Goszir Gjaltsab Rinpocze, Paldzior Dyndrub, był nauczycielem Siódmego

23. *Gjaltsab* [tyb.] znaczy „regent” lub „przedstawiciel”. W Tybecie Gjaltsab Rinpocze znany jest także jako Tsurphu Goszir Gjaltsab Rinpocze, gdyż niejednokrotnie pełnił on rolę regenta Karmapy i opiekował się klasztorem Tsurphu w okresie pomiędzy kolejnymi inkarnacjami Karmapów. Klasztor Gjaltsaba Rinpocze w Tybecie, Ciegat Gong, znajduje się tuż za klasztorem Tsurphu. W Indiach klasztor Gjaltsaba Rinpocze, Ralang w Sikkimie utrzymuje bliskie relacje z Rumtekiem, sikkimską siedzibą Karmapów. Linia Goszira Gjaltsaba Rinpoczego:

- I. Paldzior Dyndrub (1424–1486)
- II. Taszi Namgjal (1487–1515)
- III. Drakpa Paldzior (1516–1546)
- IV. Drakpa Dyndrub (1547–1613)
- V. Drakpa Ciejang (1616–1658)
- VI. Norbu Sangpo (1660–1698)
- VII. Kynciok Yzer (1699–1766)
- VIII. Ciepchal Sangpo (1769–1822)

Karmapy. Szósty Karmapa, wiedząc że Gjaltsab Rinpocze będzie jego nauczycielem w przyszłym życiu, wysłał go do mistrzów wszystkich czterech szkół, by zebrał jak najwięcej nauk, przekazów i abhiszek, przez co ten stał się ważnym ogniwem utrzymującym przekaz dharmy w Tybecie. Podobno nie było takiej abhiszki, przekazu czy instrukcji buddyzmu tybetańskiego, której Gjaltsab Rinpocze by nie otrzymał. Był on również rówieśnikiem Bengara Dziampela Zangpo, autora modlitwy, którą teraz omawiamy. Obaj mistrzowie asystowali Siódmemu Karmapie w jego edukacji, to od nich otrzymał przekaz urzeczywistnienia. Bengar Dziampel Zangpo udzielił Ciedrakowi Gjatso ślubowań mnisich, a Goszir Gjaltsab Rinpocze przekazał mu większość nauk dharmy, abhiszek, pouczeń itd. Gjaltsab Rinpocze był wyjątkowym człowiekiem, wybitnym uczonym i *siddhą*.

Za życia, jak myślę, Ósmego Gjaltsaba Mongołowie pod dowództwem Goszi Chana wszczęli wojnę pomiędzy U i Tsangiem, podczas której szkoła karma kamtsang została niemal całkowicie zniszczona. Na szczęście obdarzony wielką zręcznością Gjaltsab Rinpocze nawiązał dobre relacje z mongolskim chanem, dzięki czemu zdołał ocalić Tsurphu i wiele innych klasztorów kagju znajdujących się w Tybecie Cen-

-
- IX. Drakpa Jeszie (1823–1862)
 - X. Tenpe Njima (1863–1894)
 - XI. Drakpa Gjatso (1895–1952)
 - XII. Drakpa Mingjur Goczia (ur. 1954)

tralnym. Możemy zatem śmiało powiedzieć, że to jemu zawdzięczamy fakt, że szkoła karma kagju istnieje i rozkwita do dziś.

Pało Rinpocze

Czwartym uczniem serca Karmapy jest Pało Rinpocze²⁴. Pierwszy Pało, Tsuglak Trengła, był wielkim uczonym i historykiem, napisał między innymi historię buddyzmu tybetańskiego, która po dziś dzień uważana jest za niezwykle cenne źródło wiedzy na temat historii Tybetu. Nie ma zbyt wielu starych kronik tybetańskich, dlatego jego dzieło jest tak ważne i wpływowe.

24. Pało Rinpoczowie tradycyjnie zasiadają na tronie klasztoru Nenang w Tybecie Centralnym, którego nie należy mylić z Kampo Nenang w Khamie. Linia Pało Rinpoczego:

- I. Cielang Lhundrup (1440–1503)
- II. Tsuglak Trengła (1504–1566)
- III. Tsuglak Gjatso (1567/68–1633)
- IV. Tsuglak Kunsang (1633–1649)
- V. Tsuglak Trinle Gjatso (1650–1699)
- VI. Tsuglak Ciekji Dyndrup (1701–1718)
- VII. Tsuglak Gała ((1719–1781)
- VIII. Tsuglak Ciekji Gjalpo (1782–1841?)
- IX. Tsuglak Njingje (?–1910)
- X. Tsuglak Małe Łangciuk (1912–1991)
- XI. Tsuglak Tenzin Kunsang Ciekji Njima (ur. 1994)

Treho Rinpocze

Piątym uczniem serca był Treho Rinpocze²⁵, o którym dzisiaj niewiele już wiemy. Ktoś mnie spytał: „Czy istnieje tradycja Treho?” Treho to nazwa stanowiska czy pozycji, które były dwie – wyższa i niższa. Treho Rinpocze dzierżył tę niższą.

Karmapowie i linie pięciu mistrzów, które właśnie przedstawiłem, są brane pod uwagę w sformułowaniu „Sześciu – ojciec i pięciu synów serca”.

25. Linia Treho Sziabdrunga rozpoczęła się w XVI wieku, a jego klasztorem jest Szang Namling w północnym Tsangu. Trzeci Treho Rinpocze, Treho Tenzin Dargje (1653-1730/31) zaczął odgrywać ważną rolę w linii karma kamtsang. Po otrzymaniu nauk od Dziesiątego Karmapy, Ciejinga Dordże (1676-1702) Treho Tenzin Dargje został nauczycielem bardzo zdolnego Situ Panciena, czyli Ósmego Situ Rinpoczego (1699-1774). Treho Rinpocze przewodniczył ceremoniom pogrzebowym zarówno Dziesiątego jak i Jedenastego Karmapy. Ostatni Treho Rinpocze urodził się i zmarł w Tybecie. Linia Treho:

- I. Khedrup Ciekji Gjatso (XVI wiek)
- II. Pagsam Łangpo (zm. w poł. XVII w.)
- III. Tendzin Dargje (1653–1730/31)
- IV. Dziangiub Ciekji Ningpo (także Losang Ciekji Łangpo)
- V. Ciekji Łangpo
- VI. Ciekji Norbu
- VII. Czime Drupa
- VIII. Trinle Łangpo
- IX. Karma Dzigdrag Małe Łangpo
- X. Geleg Pel Sangpo (zm. począt. XXI w.)

Szósty uczeń serca: Dziamgon Kongtrul Rinpocze

Do czasów Piętnastego Gjalłanga Karmapy, Khakjaba Dordże, mówiło się o „Sześciu – ojcu i pięciu synów serca”. Wtedy pojawił się Dziamgon Kongtrul Lodro Thaje²⁶, pierwszy w swojej linii. Druga inkarnacja, czyli Dziamgon Khjentse Yzer, który był biologicznym synem Piętnastego Karmapy, otrzymał od niego tytuł ucznia serca, więc od tamtej pory mówimy już: „Ojciec i sześciu synów serca”, razem siedmiu.

Buddha Śakjamuni bardzo wyraźnie przepowiedział w sutrach pojawienie się Pierwszego Dziamgona Kongtrula Rinpocze, mówiąc o „nauczycielu wielu dziedzin wiedzy”. Był on jednym z propagatorów [Rime](#), anty sekciarskiego ruchu w Tybecie. Ten ruch został za-
inicjowany przez niego i Dziamjanga Khjentse Łangpo, przed nimi nikt nie używał takiego terminu. Mistrzowie ci nie tylko stworzyli ten ruch, ale też byli jego najaktywniejszymi uczestnikami. Utrzymywali i propagowali nauki wszystkich szkół buddyzmu tybetańskiego, gromadząc nawet najrzadsze abhiszeki, przekazy i instrukcje. Szanowali i cenili wszystkie pouczenia należące do [ośmiu linii praktyki](#) oraz ob-

26. Linia Dziamgona Kongtrula Rinpocze:

- I. Dziamgon Kongtrul Lodro Thaje (1813–1899)
- II. Dziamgon Kongtrul Khjentse Yser (1904–1953)
- III. Ciekji Senge (1954–1992)
- IV. Lodro Ciekji Njima (ur. 1995)

jaśnienia wszystkich tradycji zebrane przez szlachetne istoty określone jako dziesięć wielkich filarów.

Istnieje bardzo długa lista wszystkich przekazów przyjętych przez Działongona Kongtrula Rinpocze, choć nie figuruje ona w jego dziełach zebranych²⁷. Została opublikowana niedawno i chyba wszyscy powinniśmy ją przeczytać, by zrozumieć, ile wysiłku wymagało zebranie ich wszystkich. Działongon Kongtrul Lodro Thaje, podróżując po całym Tybecie, zbierał przekazy dharmy od każdego, kto je posiadał. Powiadają, że pewnego razu spotkał kogoś, kto utrzymywał wprawdzie bardzo rzadką tradycję nauk, jednak – być może z powodu ślepoty – nie mógł czytać. Lodro Thaje zatem, chcąc otrzymać ustny przekaz owych nauk, musiał linijka po linijce przeczytać cały tekst, który ów człowiek po nim powtarzał. Zważywszy na zbiory nauk, które w ten sposób spisał, trudno sobie wyobrazić, ile wysiłku musiało go to kosztować. Teraz otrzymywanie czytanych przekazów jest bardzo proste, tylko siedzimy i słuchamy.

Jego „Pięć wielkich skarbnic” zawiera setki tomów pism, które nie-strudzenie uzupełniał. Gdy Lodro Thaje miał już ponad osiemdziesiąt

27. Tytuł tego dzieła brzmi: „Skarbnica klejnotów i wszystkiego, co upragnione. Lista przekazów sutr, tantr i tradycyjnych dziedzin wiedzy, z opisem ich linii, otrzymanych przez Działongona Kongtrula Jontena Gjatso”. འཇམ་མགོན་ཀོང་མཁའ་ཡིན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་དཔལ་པའི་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་མདོ་སྡུག་སེལ་གྱི་གནས་དང་བཅས་པ་ནི་ལྷ་ར་ཐོས་ཤིང་དེ་དག་གང་ལས་བརྒྱད་པའི་ཡི་གེ་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་ནོར་བུའི་བང་མཛད།

lat, przywiązywał sobie do palca pióro, żeby nie wypadło z jego drżących dłoni. Do końca życia z niesekciarskim podejściem kontynuował swoją pracę dla dobra istot i nauk.

Oprócz tekstów dharma napisał on również, między innymi, „Modlitwę o szczęście Tybetu”, którą recytujemy podczas Mynlamu Kagju. Wiedząc że Tybetowi grozi wielkie niebezpieczeństwo, skomponował ją na prośbę Działjanga Khjentse Łangpo, a potem recytował sześć razy dziennie. Obu tych mistrzów łączyła niezwykle bliska więź – obaj byli dla siebie nauczycielami i uczniami. Piąty Karmapa przepowiedział, że każdy, kto w przyszłości nawiąże jakikolwiek związek z Działjaniem Khjentse Łangpo i Działgonem Kongtrulem Lodro Thaje, odnajdzie wyzwolenie. To dzięki ich wsparciu kwitła również aktywność ówczesnego wielkiego tertona Cioğjura Deciena Lingpy. Chciałbym zatem podkreślić, że postać Lodro Thaje jest niezwykle ważna zarówno dla szkoły karma kamtsang, jak i dla Tybetu i całego buddyzmu. W jego długiej historii niezwykle rzadko pojawiały się postaci jego pokroju, które potrafiły dzierżyć jego wszystkie tradycje w tak bezstronny sposób.

Tradycja karma kamtsang utrzymuje trzynaście przekazów tantr, przeniesionych z Indii do Tybetu przez Marpę oraz wiele innych nieprzerwanych przekazów pomniejszych nauk. Dzisiaj znamy je i rozumiemy tylko z notatek sporządzanych przez Lodro Thaje, który z wielką skrupulatnością dokumentował wszystkie źródła wszystkich

otrzymywanych nauk. Jeżeli jesteście ich ciekawi, możecie zajrzeć do publikacji wydanej w zeszłym roku w Tybecie. To taki żółty tom zawierający około 1000 stron, który z pewnością warto przeczytać.

Drugim Działgonem Kongtrulem był Khjentse Yser, który jak wcześniej wspomniałem urodził się jako syn Piętnastego Karmapy. Z pism Khakjaba Dordże można odczytać, że żywił wielką wiarę i oddanie dla Lodro Thaje. Wygląda na to, że obaj podczas wspólnych rozmów doszli do wniosku, że Działgon Rinpocze powinien się odrodzić jako syn Karmapy. Z pewnością nie było tak, że Piętnasty Karmapa chciał nadać specjalny status jednemu ze swoich dzieci.

Działgon Khjentse Yser znany był z niezwykle czystego utrzymywania ślubowań mnisich. Osiągnął też wielkie mistrzostwo w praktyce mahamudry. Słyszałem, że Szesnasty Karmapa, ilekroć miał jakiegokolwiek pytania i wątpliwości dotyczące tej praktyki, prosił Działgona Khjentse Ysera o wyjaśnienia. Gjałang Rigpe Dordże²⁸ otrzymał święcenia mnisie od Situ Pema Łangciuka²⁹, ale to Działgona Rinpocze uważał za guru mahamudry. Dlatego w modlitwie do linii urzeczywistnienia obaj ci mistrzowie wyliczani są jako nauczyciele Szesnastego Karmapy – to jest bardzo znaczące. Ktoś mógłby pomyśleć, że mając takie urodzenie Khjentse Yser był pewnie dumnym lub

28. Gjałang Rigpe Dordże (1924-1981) to Szesnasty Karmapa.

29. Situ Pema Łangciok (1886-1952) to Jedenasty Tai Situpa.

władczym człowiekiem, ale nic bardziej mylącego. Był z natury bardzo życzliwy, skromny i zdyscyplinowany.

Teraz przejdziemy do trzeciej inkarnacji, Działgona Lordo Ciekji Senge, który zmarł nie tak dawno temu. Większość z was go pamięta. Odnaczał się doskonałą znajomością zarówno dharma, jak i wielu innych dziedzin, czym wspaniale służył Jego Świątobliwości Szesnastemu Karmapie, w szczególności w Rumteku, gdzie założył uniwersytet klasztorny. Rinpoche był w stanie spełnić wszystkie życzenia Szesnastego Karmapy, dzięki swej kompetencji i wytrwałości. Gdy Szesnasty Karmapa zachorował, Rinpoche służył mu z wielką troską i oddaniem. Ponoć Karmapa powiedział mu: „Nijak nie będę w stanie w tym życiu odwdziżyć się za twoją opiekę”.

Gdy na klasztor Rumtek spadły wielkie problemy, Rinpoche się nimi nie zrażał, ale jego aktywność została brutalnie przerwana, gdy zginął w wypadku samochodowym. Wielu ludzi wierzy, że gdyby Działgon Rinpoche nie odszedł tak szybko, moglibyśmy uniknąć problemów, jakich obecnie doświadczamy w linii kagju. Jego działalność w całym świecie była bardzo znacząca i wywierała silny wpływ na ludzi. Wielu z nich nadal odczuwa silną więź z Trzecim Działgonem Rinpoche.

Obecnego, Czwartego Działgona Rinpoche, rozpoznałem sam, kiedy byłem jeszcze dzieckiem. W Tybecie nałożono na mnie pewne restrykcje dotyczące rozpoznawania tulku, ale udało mi się dokonać

rozpoznania około czterdziestu – niektórych oficjalnie, innych potajemnie. Robiłem to najlepiej, jak potrafiłem, zdając się na modlitwy do guru i **jidamów**. Z nich wszystkich rozpoznanie Działmgona Kongtrula było dla mnie najjaśniejsze i uczynione w poczuciu największej pewności. Czasami rozpoznaniu tulku towarzyszy niejasne uczucie, pewne wymieszanie pewności i niepewności, jednak w przypadku Działmgona Kongtrula było ono bardzo jednoznaczne. Dlatego wierzę i modłę się o to, by jego aktywność na rzecz dharma w ogóle, a szczególnie dharma karma kamtsang, była wielka, mocna i stabilna. Chciałbym was wszystkich prosić o to, abyście również ją wspierali. Sam mam skłonność do ciągłego popadania w tarapaty, więc nie jestem w stanie powiedzieć, jak moje działania będą się rozwijały, dlatego tym bardziej proszę was wszystkich o wspieranie Działmgona Kongtrula Rinpocze dokładnie tak, jak czynilibyście to dla mnie.

Znaczenie linii

Dlaczego opowiadałam te wszystkie historie różnych lamów? Robię to po to, aby podkreślić, że praktyka i upowszechnianie dharma wymaga wielkiego wysiłku. Buddha Śakjamuni praktykował przez wiele żywotów, aby osiągnąć pełne Przebudzenie i obrócić Kołem Dharma. Podobnie w Tybecie – nauki mogły się rozwijać dzięki działalności wielu wielkich istot, siddhów i uczonych. Szkoła karma kamtsang nie jest wcale liczebna, ale jej rozkwit wymagał wysiłku wielu wspierających

ją nauczycieli. Utrzymywanie tej linii nie odbywało się bez przeszkód i praktykowało ją z poświęceniem i współczuciem wielu mistrzów. W szczególności Złoty Różaniec karma kamtsang składa się z Karma-pów, czyli ojca i jego uczniów serca. To głównie oni utrzymują nauki kagju.

Mam nadzieję, że wysłuchanie ich historii zainspiruje was do głębszego oddania i zaangażowania. Przynależność do tradycji, którą reprezentowali, nie powinna być traktowana jako coś, co nam się po prostu należy i pojawiło się od tak sobie. Podążając za autentycznymi nauczycielami przeszłości poprzez odpowiedni trening w końcu odnajdziemy w sobie nadzwyczajne przymioty naszej linii. Ale nie stanie się tak, jeżeli nie będziemy jej doceniać. Powinniśmy o tym zawsze pamiętać.

Jak zapewne wiecie, linia karma kamtsang przechodzi trudne chwile. Wszyscy tkwimy w samsarze, targani przywiązaniem do jednych i niechęcią wobec innych, zazwyczaj wspieramy własną stronę i odrzucamy pozycję strony drugiej. Z perspektywy zwyczajnych ludzi takie stronnicze nastawienie może w danej chwili czemuś służyć i przynosić jakieś korzyści. Może ono jednak doprowadzić do tego, że stracimy tych, od których zależy przetrwanie naszej linii. Może ją nawet całkowicie zniszczyć. Odrzucając jej część, unicestwiamy część własnej tradycji.

Jako praktykujący dharmę powinniśmy medytować nad czterema niezmierzonościami, do których należy bezstronność. Powinniśmy osłabiać siłę przywiązania i niechęci do tak zwanych przyjaciół i wrogów. To oznacza utrzymywanie równowagi nawet podczas największych kryzysów. Dostrzegam wiele takich trudnych sytuacji i wiem, jak ciężko jest przez nie przechodzić. Nie powinniśmy się zbyt skupiać na tym, co robią inni. Unikajmy konfliktów, szkodenia, rozwijajmy życzliwą postawę. W ten sposób sami zachowamy szczere, czyste intencje. Nie dawajmy się prowokować krytyce innych, nie odpowiadajmy w ten sam sposób. Nauki kagju powstały i były utrzymywane poprzez nieomylną aktywność Karmapów oraz ich najbliższych uczniów, którzy potrafili je utrzymywać. Mówienie o tym nie jest dla mnie łatwe, ale skoro przypadła mi rola głównego dzierżyciela nauk karma kagju, muszę czasami się na ten temat wypowiedzieć. Przemyślcie to wszystko dobrze.

Myślę, że tak najlepiej zakończymy omawianie pierwszej części modlitwy, która przywołuje mistrzów naszej linii i zamyka się strofą:

Opiekunowie istot, niezrównani dakpo kagju,
osiągnęliście mistrzostwo dogłębnej ścieżki, mahamudry:
Guru kagjupów, teraz ja – adept waszej linii – proszę,
błogosławcie, bym za wami dotarł do wyzwolenia.

Część trzecia:

Pielęgnowanie własnej natury

Teraz przechodzimy do głównej części tych nauk, czyli pielęgnowania własnej natury. Obejmuje ono trzy aspekty: zniechęcenie, będące stopami medytacji, oddanie, które jest głową medytacji oraz nierozproszenie – trzon medytacji.

Pielęgnowanie natury poprzez zniechęcenie

Pierwsza strofa brzmi tak:

Uczyliście, że zniechęcenie jest stopami medytacji.
Nie dbam zatem ani o jadło, ani o pieniądze,
odcinam wszystko, co angażuje w sprawy tego życia.
Błogosławcie, bym lekceważył honory i zyski.

Tybetański termin *szien lok* jest tłumaczony jako obojętność, odraza, wstręt, zniechęcenie – i na wiele innych sposobów. Ja nie mam tak dobrego wyczucia języka angielskiego, żeby stwierdzić, które z tych

określeń jest najlepsze, ale mogę wyjaśnić znaczenie tego słowa pewnym przykładem. Otóż *szien lok* jest tym, co czujemy, kiedy nieopatrznie wdepniemy w gówno. Od razu robi się nam niedobrze. To jest poczucie ohydy i obrzydzenia. Obojętność (*detachment*), jak przetłumaczono ten termin na angielski w „Księdze Mynlamu”, chyba nie jest najwłaściwszym słowem, gdyż może ono oznaczać pewną ułomność psychiczną, która pozbawia nas wszelkich uczuć, dobrych lub złych – a nie o to tutaj chodzi.

Jeden z największych joginów Tybetu, [Dzietsyn Drakpa Gjaltsen](#)³⁰, mistrz szkoły Sakja, otrzymał od Mańdziuśriego esencjonalne wskazówki, zatytułowane „Odcinanie czterech przywiązań”³¹:

Przywiązanie do tego życia oznacza brak praktyki dharma.

Przywiązanie do samsary oznacza brak wyrzeczenia.

Przywiązanie do własnych korzyści oznacza brak [bodhicitty](#).

Pojawianie się lgnięcia oznacza brak właściwego poglądu.

30. Dzietsyn Drakpa Gjaltsen (1147-1216) był duchowym przywódcą tradycji Sakja buddyzmu tybetańskiego. Był trzecim z Pięciu Patriarchów Sakja w Tybecie. Znany z kluczowych pouczeń zawartych w „Odcinaniu czterech przywiązań”. Był także guru i wujem wielkiego tybetańskiego uczzonego, Sakja Pandity, czyli czwartego z Pięciu Patriarchów Sakja.

31. Na stronie dharmaebooks.org znajduje się ebook z angielskim komentarzem tego tekstu autorstwa Czwartego Działgona Kongtrula Rinpocze.

Te nauki jak i *Cztery Dharmy Gampopy* podkreślają te same kluczowe zasady. Skoro mamy już to szczęście podążania ścieżką prowadzącą do dojrzałości i wyzwolenia, musimy zadbać o głowę, nogi i resztę ciała. Ponadto powinniśmy rozwinąć w sobie jej najistotniejsze cechy. Nie ma potrzeby ćwiczyć się we wszystkim, wystarczy opanować te najważniejsze z nich. A właśnie zniechęcenie tym obecnym (samsarycznym) życiem sprawia, że nasz umysł jest w stanie skupić się na dharmie.

Niektóre rodzaje wyrzeczenia są tylko połowiczne i nie spełniają tego zadania. Dlatego musimy zadbać o autentyczne zniechęcenie. Jest takie stare powiedzenie: „Jak częstowanie wilka sianem”. Kiedy podamy garść siana mięsożernemu drapieżnikowi, to oczywiście, nie będzie nim zainteresowany i odwróci głowę z niechęcią. Zaś trawożerny jeleni podobnie zareaguje na ułożone przed nim mięso. Mówi się też czasami, że powinniśmy naśladować ptaki, które nie gromadzą zapasów jedzenia. Jak rozumiem, większość ptaków tego nie robi, może za wyjątkiem kruków. Jednak nasza wolność od przywiązania nie powinna wynikać jedynie z braku zainteresowania. Prawdziwe zniechęcenie różni się od obojętności opisanej w tych przykładach. Niechęć tego typu wypływa z naturalnych predyspozycji tych istot do jedzenia tylko określonych rodzajów pożywienia i tylko w określony sposób i bynajmniej nie znaczy, że są one wolne od przywiązania. Nie rozumiem istoty zniechęcenia, nie rozwinęły jej w sobie. Więc te analogie nie są dla nas użyteczne.

Czym jest zatem prawdziwe zniechęcenie samsarą? Posiada ono trzy poziomy, odpowiadające trzem rodzajom ludzkiego potencjału. Pierwszy, odpowiedni dla osób o najniższym potencjale można podzielić na dwie podkategorie: główny i powszechny.

Na podstawowym poziomie osoba o najmniejszym potencjale powinna przynajmniej odwracać się od spraw obecnego życia. Na bardziej zaawansowanym poziomie pozbywamy się przywiązania nie tylko do obecnego życia, ale też do całej samsary. Czujemy wtedy niechęć, odrzę do każdej formy samsarycznej egzystencji. Zaś na najwyższym poziomie zanika przywiązanie do jednostronnego spokoju, który jest pośrednim stanem wyzwolenia. Zatem zniechęcenie może się różnić w zależności od mentalnej siły danej osoby. Na samym początku nie ma sensu rzucanie się na najgłębszą wodę.

Co oznacza brak przywiązania do obecnego życia? Zrozumienie tego sformułowania jest bardzo ważne, gdyż łatwiej o tym mówić, niż faktycznie poczuć. Można to rozumieć na różne sposoby. Wiąże się z pytaniem, czym jest praktyka dharma? Otóż dharmę praktykuje się nie dla korzyści doświadczanych w tym życiu, lecz dla pożytku wszystkich kolejnych żywotów. Jeżeli naszym głównym celem jest odniesienie jakiegoś pożytku tu i teraz, to dharma nie jest nam do tego potrzebna. Wystarczy zdobyć umiejętności, które pozwolą nam przeżyć dobrze to życie, nie musimy zamęczać się buddyjskimi praktykami.

Ale nasze istnienie nie kończy się wraz z tym życiem. Nadejdzie wiele kolejnych. Musimy zatem robić dalekosiężne plany. Zastanówmy się zatem, co wtedy będzie nam potrzebne. Praktyka dharma pozwala nam przygotować się na tę drogę. Buddyści patrzą daleko w przyszłość i myślą o tym, co się nam przyda w kolejnych odrodzeniach. Myślenie o pożywieniu i ubraniu schodzi wtedy na dalszy plan.

Wszystko sprowadza się do właściwego określenia priorytetów. Zatem drugoplanowe cele nie powinny spędzać nam snu z powiek – jeśli uda się nam je osiągnąć, to dobrze, a jeśli nie, to godzimy się z tym, gdyż jednocześnie spełniamy swój dalekosiężny cel. Jeśli, dla przykładu, prowadzimy jakąś firmę, to zajmujemy się nią tylko na tyle, by nie stracić przy tym z oczu tego, co jest dla nas najważniejsze. Sprawcie, by tą najważniejszą rzeczą było zadbanie o przyszłe żywoty. Jeśli interesy idą dobrze, to wspaniale. Jeśli się nie układają, to nie tragedia. Istnieją przecież sprawy dużo od nich ważniejsze.

Autentyczna praktyka dharma wymaga jasnego określenia życiowych priorytetów.

Niektórzy myślą, że zniechęcenie wobec spraw obecnego życia może doprowadzić do niedożywienia albo tego, że będziemy chodzić w podartych ubraniach lub nago... Co oczywiście nie ma sensu. Tak żył Milarepa, ale my nie możemy pójść w jego ślady. Nie możemy porzucić wszystkiego, co mamy, i przenieść się do jaskiń na ośnieżo-

nych szczytach gór, bez ciepłego okrycia, pożywienia i jakiegokolwiek towarzystwa. Myślę, że w takich warunkach szybko umarlibyśmy z głodu, wyziębienia i samotności. Wyrzeczenie, o którym mówię, nie wymaga takich skrajności.

Powinienem przy tym wspomnieć, że zniechęcenie samsarą może się rozwinąć nawet u osób, które nie wierzą w życie po życiu. Nie wszyscy wierzą w reinkarnację, ale nawet tacy ludzie mogą poczuć odrazę wobec powierzchownej doczesności. Ten podstawowy poziom wolności od przywiązania ma bowiem również trzy poziomy: początkowy, pośredni i wyższy.

Posłużę się przykładem Kagju Mynlam. Uczestniczy w nim wielu mnichów i wiele mniszek z tradycji tybetańskiej, z innych tradycji buddyzmu oraz wielu ludzi świeckich. Każdy powinien odpowiedzieć sobie na pytanie, po co tutaj przyjechał? Są pośród nas szczerzy, autentyczni członkowie wyświęconej sanghi oraz tacy, którzy się tylko pod nich podszywają – tak przynajmniej nam się wydaje, pewności mieć nie możemy. Podczas Mynlamu, zgodnie z obyczajem, serwujemy wszystkim chleb, herbatę, a osobom w szatach również rozdajemy pieniądze. Zdaje się, że niektórzy pojawiają się na sesjach tylko w czasie, kiedy dystrybuujemy datki, potem zaś się rozchodzą. Jeżeli głównym powodem uczestnictwa w modlitwach jest napełnianie brzuchów i zbieranie pieniędzy, to takie uczestnictwo w Mynlamie mija się z celem i nie ma większego sensu. Przecież gromadzimy się

tu głównie po to, by modlić się o pokój – to szansa zrobienia czegoś dobrego, zebrania jakiejś zasługi. Ona zaś jest nam potrzebna bez względu na to, czy wierzymy w reinkarnację czy nie. De facto samo zrozumienie reinkarnacji wymaga zebrania wielkiej ilości zasługi.

Większość z nas ma przeświadczenie, że szczęście polega na posiadaniu rzeczy, że jego źródłem są otaczające nas przedmioty. Ale jak się głębiej nad tym zastanowić, to nie dają nam one prawdziwego szczęścia. Mieszkańcy bardziej rozwiniętych krajów zaczynają rozumieć, że dobrobyt materialny nie zawsze przysparza radości i spokoju, za to przywiązanie do niego dostarcza wielu trosk i problemów. Zdobyte materialne jako takie nie mogą być źródłem radości i kiedy to do nas dociera, zaczynamy szukać szczęścia w sobie samych – czerpać je z wewnętrznej satysfakcji i zadowolenia. Zatem rozczarowanie materializmem – nawet pozbawione wiary w reinkarnację – jest pierwszym krokiem do wyzbywania się przywiązania do obecnego życia.

Dlatego powiada się, że zniechęcenie jest stopami medytacji. Mówi się również, że nauk medytacji nie powinno się przekazywać byle komu, gdyż osoba zainteresowana tylko i wyłącznie szczęściem w tym życiu wykorzysta medytację jedynie do osiągnięcia tego ograniczonego celu. Dlatego instrukcji do praktyki należy udzielać ludziom, którzy zrobią z nich właściwy użytek. Prawdziwą odrazę do samsary, autentyczne wyrzeczenie, rozwinęła ta osoba, która praktykuje dharwę, by osiągnąć coś więcej niż radość doczesną, coś, co zaprocentuje

w dalszej przyszłości. Dlatego właśnie wielcy mistrzowie powiadali, że medytacji nie wyjaśnia się byle komu. Osoby, którym przekazujemy tak cenne instrukcje, muszą umieć ich strzec. Jeżeli bowiem sami są zainfekowani materializmem, wówczas nikt medytujący pod ich kierunkiem nie osiągnie właściwych rezultatów praktyki. Ich medytacja będzie służyła bogaceniu się.

Odrażę do samsary porównuje się do stóp, czy też nóg, gdyż bez niej nie byłibyśmy w stanie kroczyć ścieżką ku wyzwoleniu. Z drugiej strony, mając autentyczne doświadczenie tego zniesmaczenia, każda wykonywana przez nas praktyka będzie zbliżać nas do tego celu. Aby iść naprzód potrzebujemy zdrowych, sprawnych, silnych nóg – i takie też musi być nasze wyrzeczenie.

Posłużę się anegdotą. Gjała Jang Gynpa³² był mahasiddhą drukpa kagju. Najprawdopodobniej był uczniem Gjała Gytsangpy³³ i dorów-

32. Gjała Jang Gynpa Gjaltsen (1213-1258) urodził się w rodzinie njingmapów. Został mnichem i podczas nowicjatu spotkał wielkiego jogina drukpa kagju, Gotsangpę. Pod jego nadzorem praktykował w odosobnieniu sześć jog Naropy. Wspominał, że po jedenastu miesiącach siedzenia w pozycji medytacyjnej doświadczył przełomu a jego „energije stały się elastyczne”. Potem napisał słynny tekst o anatomii tantrycznej: „Opis ukrytego wadźra ciała”. Do końca życia w ścisłym odosobnieniu spędzał osiem miesięcy w roku – cztery latem i cztery zimą – a przez resztę czasu utrzymywał połowiczne odosobnienie.

33. Gjała Gotsangpa Gonpo Dordze (1189-1258) był mahasiddhą drukpa kagju, założycielem linii „górnego druk”. Najbardziej znany jest z pieśni

nał mu w urzeczywistnieniu. Podczas górskiego odosobnienia Jang Gynpa wykonywał rytuał ofiarowania wody dla Dzambhali. Pewnego dnia podczas tej praktyki na powierzchni wody pojawiły się dwa bąbelki, które zaczęły rosnąć i wyłonił się z nich Żółty i Czarny Dzambhala. My wykonujemy tę praktykę codziennie, ale nie uzyskujemy żadnych *siddhi*. Ale do niego *bóstwa* przemówiły: „Przychodzimy, by obdarzyć cię tym, czego zapragniesz. Czego sobie życzysz?” Jang Gynpa odparł: „Ależ ja niczego nie potrzebuję, w tym odosobnionym miejscu niczego mi nie brakuje, dary spadają z nieba jak deszcz (prawdopodobnie miał na myśli datki od pielgrzymów). Jeżeli zatem macie coś do zaoferowania, podzielcie się tym z żebrakami.” Następnie wylał wodę, na której pojawiły się Dzambhale.

Zazwyczaj ludzie praktykują tygodniami i składają dary Dzambhalom, by coś zyskać. Gdyby takie bóstwo im się ukazało, poprosiliby o mnóstwo różnych rzeczy. Ale mistrz medytacji rozwija wewnętrzną satysfakcję i wewnętrzne poczucie spełnienia, materialne korzyści przestają się dla niego liczyć.

Inna anegdota opowiada o mahasiddzie Ogjenpie³⁴. On również był uczniem Gytsangpy oraz Drugiego Karmapy. Mówi się, że Ogjenpa

urzeczywistnienia (tyb. *gur*) i mówiono, że był emanacją Milarepy. Wśród jego uczniów był Jang Gynpa i Ogjenpa Rinczen Pel.

34. Ogjenpa Rinczen Pel (1230-1309) był uczniem Drugiego Karmapy i Gjalla Gotsangpy. Był założycielem tradycji drogi i osiągnięć Trzech Wadźry, jednej

dorównywał swemu nauczycielowi w praktyce ćwiczeń jogicznych. Dwa razy odwiedził on Indie, a podczas pierwszej z tych podróży dotarł do Bodhgai, gdzie w wizji ukazał mu się **Ganeśa**, który zaoferował mu swoją opiekę. Powiedział do Ogjenpy: „Jeżeli przez trzy lata pozostaniesz w Bodhgai i będziesz praktykował moją sadhanę i składał mi dary, to uczynię cię władcą dwóch trzecich całego świata.” Nie wiem, czy chodziło o cały świat, czy też Ganeśa miał na myśli tylko Indie, niemniej w grę wchodziła jakaś spora część ziemi. Ogjenpa zaś odpowiedział: „Nie będę ci składał darów, bo nie składam ofiar ze zwierząt. Poza tym nie potrzebuję żadnego opiekuna, bo jestem dobrze chroniony. Sam zadecyduję, jak długo zostanę w Bodhgai, nie muszę ciebie słuchać. Nie potrzebuję też dwóch trzecich świata, co ja bym z tym robił, przecież jestem zwyczajnym mnichem...!”

Omawiana przez nas modlitwa mówi: „odcinam wszystko, co angażuje w sprawy tego życia”. Wszyscy pragniemy wolności. Człowiek wolny jest szczęśliwy, człowiek zniewolony doświadcza cierpienia. Zbytne przywiązanie do luksusów i przyjemności życia odbiera nam poczucie wolności i niezależności. Czyni z nas niewolników materializmu. Takie przywiązanie, po tybetańsku nazywane *dytak*, porównywane jest do uzdy, którą zakłada się bydlęciu trzymanemu na wodzy,

z ośmiu linii praktyki Tybetu. Był jednym z głównych dzierżycieli inni „Tantry Kalaczakry”. Był odpowiedzialny za rozpoznanie inkarnacji Karmy Pakszi, Karmapy Rangdziunga Dordze i służył jako jego pierwszy nauczyciel.

jest równoznaczne z utratą swobody. Oczywiście, nie możemy ignorować przedmiotów zmysłów, ale powinniśmy się nauczyć, jak z nich korzystać. W przeciwnym razie staną się łańcuchem, który nie pozwoli nam się nigdzie oddalić, ani wyruszyć w duchową drogę. Jeżeli chcemy ją odbyć, musimy być wolni od życiowych trosk.

Wiąże się z tym jeszcze jedna historia, którą opowiadałem już wielokrotnie. Pewien bogaty człowiek mieszkał w sąsiedztwie żebraka. Wszystkie wieczory spędzał on na liczeniu swych pieniędzy, podczas gdy żebrak co wieczór nucił z zadowoleniem piosenki. Bogacz zaczął się nad tym zastanawiać: „Dlaczego on jest taki szczęśliwy, a moje życie wypełniają troski i zmartwienia. Czy bogactwo jest tego przyczyną?” Postanowił to sprawdzić i następnego dnia, gdy żebrak wyszedł z domu, bogacz podłożył w nim kawał złota, wielki jak głowa kozy. Wieczorem biedak wrócił do domu i je znalazł. Na początku pomyślał: „Och, chyba ktoś to musiał zgubić, powinienem to oddać”. Ale zastanowił się chwilę i doszedł do wniosku, że nikt nie mógł niczego przypadkiem zgubić w jego domu, więc złoto musiało do niego trafić umyślnie, zesłane z litości przez [Trzy Klejnoty](#). Zaczął więc snuć plany, co zrobi, jak sprzeda to złoto, jak je zainwestuje i jaki dom sobie wybuduje, i zaprzątnięty tymi myślami zapomniał o swojej wieczornej piosence. Bogaty człowiek obserwował go przez swoje okno i zrozumiał, że bogactwo nie dało żebrakowi wielkiego szczęścia, odebrało mu za to zdolność odczuwania radości i zadowolenia.

Wielu z was ciężko pracuje na życie i z wielkim wysiłkiem gromadzi majątek po to, by zaznać szczęścia. Ale z czasem zapominamy o tym pierwotnym zamierzeniu i jedynym celem całej naszej pracy staje się zdobywanie coraz większej ilości pieniędzy. W końcu poświęcamy temu całe swoje życie i tracimy z oczu perspektywę szczęścia. Niektórzy tak bardzo przywiązują się do pracy i zarobków, że straciwszy je, popełniają samobójstwo. Utrzymywanie właściwej perspektywy jest bardzo ważne; potrzebujemy pewnych rzeczy, by żyć bezpiecznie i w miarę wygodnie, ale zdobywanie tych rzeczy nie powinno odbierać nam radości życia i wewnętrznej wolności. Gdy tak się dzieje, zaczynamy popadać w tarapaty.

Pielęgnowanie natury poprzez oddanie

Druga strofa brzmi:

Uczyliście, że oddanie jest głową medytacji.
Teraz ja nieustannie modłę się do Guru,
który otwiera drzwi do skarbcza dogłębnych pouczeń.
Błogosławcie, by wypełniało mnie niewymuszone oddanie.

Wszechwiedzący Longcienpa³⁵ powiedział:

35. Longcienpa (1308-1363) był najprawdopodobniej najśłynniejszym z urzeczywistnionych uczonych szkoły nyingma. Uważa się go za jedno z trzech wielkich wcieleń Mańdziuśriego, które nauczały w Tybecie Centralnym, obok

Z wiarą pełną tęsknoty módl się i medytuj na Guru.
Z wiarą pełną szacunku studiuj dharmę Trzech Klejnotów.
Z wiarą pełną zaufania medytuj na jidama.
Z wiarą pełną inspiracji spoczywaj w znaczeniu dharmaty.
Z wiarą wolną od pojęć przeciwności traktuj jak przyjaciół.

Rangdziung Dordże³⁶ zaś mówił:

Ze spontanicznej wiary wyłania się ostateczny sens.

W Krainie Śniegu wszystkie tradycje buddyjskie podkreślają znaczenie oddania. Przytoczone przeze mnie cytaty pochodzą od mistrzów [njingmy](#) i kagju, zaś w szkole geluk mówi się:

Guru joga jest najważniejszą z praktyk. Korzeniem ścieżki jest służenie guru.

Wielcy [sakjapowie](#) powtarzają natomiast:

Guru joga jest praktyką dla najzdolniejszych.

Sakja Pandity i Tsongkhapy. Jest autorem wielkiego dzieła pt.: „Siedem skarbów”.

36. Rangdziung Dordże (1284-1339) był Trzecim Karmapą i bardzo ważnym mistrzem tej linii. Napisał wiele dzieł poświęconych naturze umysłu i propagował pogląd filozoficzny „pustość innego” (*szenthong*). Jednym z jego najważniejszych dzieł jest „Dogłębne wewnętrzne znaczenie”, komentarz do praktyk medytacyjnych tradycji wadżrajany.

Wielcy mistrzowie Tybetu powtarzali w swoich pismach, że guru joga jest sercem, siłą życiową, praktyki dharmy. W wielu sutrach, tantrach i komentarzach wielkich uczonych pojawia się stwierdzenie, że oddanie wprowadza na ścieżkę i nas na niej utrzymuje. W linii kagju zaś używamy określenia: „uniwersalne panaceum”. Chodzi o lek, która posiada moc usunięcia każdej choroby. Porównuje się je czasami do żeńszenia – bardzo znanego i dość drogiego – który występuje w różnych odmianach, może być czerwony lub biały. Nie mam pewności, czy nasze panaceum odnosi się właśnie do żeńszenia, ale oznacza lekarstwo na setki różnych schorzeń. Takie właśnie jest oddanie.

Na pewno już wiele na ten temat wiecie, więc chyba nie muszę go szczegółowo wyjaśniać. Tybetańskie słowo *mugu*, tłumaczone jest zazwyczaj jako „oddanie”, ale nie wiem, czy „oddanie” w pełni wyraża znaczenie tego terminu. Składa się on bowiem z dwóch odrębnych słów. Pierwsze z nich – *mu* – oznacza inspirację, tęsknotę, dążenie, pragnienie osiągnięcia czegoś. *Gu pa* zaś oznacza szacunek. Wiara (tyb. *depa*) i szacunek nie są tożsame. Wiara jest uczuciem, stanem mentalnym. Szacunek jednak nie ogranicza się do uczuć, jest raczej ich wyrazem. To nie tylko wiara, ale też pewien rodzaj energii wyrażanej poprzez ciało i w działaniu. Najlepsze jej przykłady odnajdziemy w życiu Milarepy.

Jak wiemy, Milarepa zabił czarną magią 35 osób. Niektóre biografie mówią, że wcześniej i później za jego sprawą umarło jeszcze więcej ludzi. Tak czy inaczej, spowodowanie śmierci 35 ludzi to poważna sprawa. Nie sądzę, aby pośród nas był ktoś, kto zabił jednego człowieka, a zabicie większej ilości ludzi nie zdarza się zbyt często. Po dokonaniu tej zbrodni Milarepa zaczął czuć wielką skruchę i żal, po którym pojawiło się pragnienie praktykowania dharmy. A nie chodziło mu o okazjonalną praktykę, którą wykonuje się od czasu do czasu. Podchodził do tego bardzo poważnie i pragnął przed śmiercią osiągnąć pełne wyzwolenie. Wiedział bowiem, że w przeciwnym wypadku z pewnością odrodzi się w piekle za sprawą złej karmy, jaką nagromadził.

Jego dążenie było tak silne, że nie dopuszczał on nawet myśli o tym, że może się to nie wydarzyć. Z wielką determinacją zaczął więc szukać kogoś, kto wyjaśni mu, jak należy praktykować dhamę. Dowiedział się, że tłumacz Marpa z Lhodraku posiada instrukcje, które pozwolą mu osiągnąć swój cel. Dlatego gotów był zrobić wszystko, co Marpa mu nakaze. Determinacja Milarepy miała niewiele wspólnego z siedzeniem prze lamą, składaniem rąk i powtarzaniem: „Przyjmuję Schronienie...” To był pewien rodzaj desperacji, pełnej gotowości, by zrobić wszystko, co tylko możliwe, co pozwoli zaangażować się w praktykę dharmy. Nasze poczucie szacunku i oddania nawet po trochu nie przypomina postawy Milarepy.

Czasami pojawia się w nas *mupa*, pragnienie, ale nie zawsze robimy to, co należy i to, o co prosi nasz Lama. Milarepa zaś mówił sobie: „Muszę robić wszystko dokładnie tak, jak chce mój nauczyciel, w przeciwnym razie nic się we mnie nie zmieni – nie wolno mi do tego dopuścić. Nie mam innego wyjścia.” Nam zaś brakuje takiej intensywnej determinacji. Jeśli zaś chodzi o *gupę*, czyli szacunek, to jeśli nie ma w nas powyższej determinacji, prawdziwy szacunek będzie nam jeszcze trudniej rozwinać. Myślimy sobie: „On czy ona jest tylko człowiekiem, takim samym jak ja. Dlaczego więc mam go traktować wyjątkowo?” Jeśli nie dostrzegamy, jak kluczowy i ważny jest dla nas ten człowiek, nie mamy powodu, by go traktować z wyjątkowym szacunkiem.

Dlatego inspiracja i szacunek (czyli oddanie) to coś więcej niż wiara. One sprawiają, że Lama przenika wszystkie nasze myśli, nie pozostawiamy w umyśle miejsca na nic innego. Wszystko, co się pojawia, jest jego błogosławieństwem. Tego rodzaju stan może się w nas rozwinać, ale najprawdopodobniej będą temu procesowi towarzyszyły różne trudności lub niedogodne okoliczności. Myślę, że gdy wszystko idzie gładko bez żadnych problemów, to prawdziwe oddanie nie ma szans zaistnieć.

Zależnie od indywidualnych predyspozycji i stopnia zaawansowania możemy rozwijać różne poziomy oddania: większy, średni lub mniejszy. W zwyczajnym życiu dwoje ludzi również może stworzyć relację

pełną szacunku i inspiracji, nawet jeżeli nie nazwalibyśmy tego dhar-micznym oddaniem. Najważniejszą sprawą jest zdolność dostrze-gania dobrych właściwości innych ludzi. Musimy się tej zdolności nauczyć. Nawet jeżeli ktoś posiada tylko jedną dobrą cechę, powin-niśmy ją doceniać, cieszyć się nią i okazywać jej szacunek. Innymi słowy, powinna ona wywoływać w nas *mu pa* – pierwszą część od-dania – inspirację, dążenie, pragnienie osiągnięcia tego samego. Tyl-ko w ten sposób rozwiniemy własne dobre właściwości. Oddanie nie jest bowiem czymś, co można wywołać w sobie od tak sobie, kiedy tylko nam się spodoba. To nie jest coś, co „wstąpi w nas” podczas wykonywania jakichś rytuałów, kiedy gramy na bębenku, palimy kadzidła i przywołujemy jidamy. Oddanie należy w sobie rozwijać i pielęgnować stopniowo. Przyzwyczajając się do niego. Zacząć zaś trze-ba od dostrzegania dobrych stron wszystkiego, co nas otacza i wszyst-kich ludzi, z którymi wchodzimy w kontakt. Pozytywne nastawienie należy w sobie chronić. Skupianie się na czyichś dobrych stronach, dobrych cechach sprawi, że inspiracja, dążenie i szacunek pojawią się w nas spontanicznie, naturalnie.

Relację nauczyciela i ucznia tworzy się w podobny sposób. Opiera się ona bowiem na pragnieniu rozwinięcia przymiotów i właściwo-ści, które dostrzegamy w nauczycielu. Nie chcemy naśladować ich złych nawyków i przywar. Dlatego najpierw radzi się sprawdzanie, jakim człowiekiem jest dany nauczyciel. Dopiero gdy stwierdzimy,

że posiada on jakieś dobre, pożądane przez nas przymioty, stajemy się jego uczniami. Później jednak musimy chronić w sobie to dobre nastawienie, zdolność dostrzegania dobrych cech naszego Lamy. Jeśli bowiem zaczniemy doszukiwać się w nim wad, to choćby był wysoko urzeczywistniony, z pewnością jakieś znajdziemy. Nawet jeśli on w rzeczywistości ich nie ma, zaczniemy je dostrzegać mocą złych projekcji i złego nastawienia.

Często mówi się, że Lama jest dla swoich uczniów lustrem. Kiedy nasz umysł wypełniają złe myśli, troski, szkodliwe emocje, zaczynamy widzieć je w otaczających nas ludziach. To się często w życiu zdarza. Czasami coś nas złości i mamy wrażenie, że wszyscy wokół też są rozdrażnieni. Powinniśmy uważnie się temu przyglądać. Relacja pomiędzy guru i uczniem nie jest prosta – wiele rzeczy może pójść nie tak, jak byśmy sobie życzyli. Dlatego należy ją rozwijać stopniowo.

Lamę, duchowego nauczyciela, często określa się mianem dobrego przyjaciela. To nie jest jednak nasz kumpel, to nasz przyjaciel w dharma. To powinien być ktoś, komu ufamy, ktoś z kim pozostaniemy na dobre i na złe. Po jakimś czasie taki przyjaciel wzbudza w nas naturalne oddanie i faktycznie zaczynamy w nim widzieć bodhisattwę albo buddhę.

Oddanie to w gruncie rzeczy wysiłek, jaki wkładamy w rozwijanie przymiotów ciała, mowy i umysłu naszego Lamy. Tym właśnie jest

pielęgnowanie oddania. Mówi się, że samo oddanie może nas doprowadzić do pełnego Przebudzenia, bez angażowania się w te wszystkie skomplikowane praktyki. Mówiąc inaczej, praktyka naśladowania Lamy całkowicie wystarczy do osiągnięcia wysokich *bhumi*. Czasami mówi się, że samo oddanie, czyli pełna szacunku i inspiracji tęsknota, wystarczy. Ale tak będzie tylko wtedy, gdy otworzymy się na błogosławieństwo ciała, mowy i umysłu guru. To kluczowa sprawa. Dlatego musimy go hołubić, cenić i bardzo tęsknić. Róbmy to, a z czasem przymioty guru zaczną się w nas zakorzeniać.

Rozumiejąc to, o czym mówię, Gampopa przemówił tak do swoich uczniów, Dzie Gomtsula³⁷, siddhy Khampy U-se (Białowłosa Khampa, Pierwszy Karmapa) i innych: „Ja już za was pokonałem niezliczone trudności i problemy. Dlatego nie będziecie musieli ich doświadczać. Wam pozostało tylko się do mnie modlić.”

Podobne słowa padły z ust siddhy Gotsangpy: „Jak urzeczywistniłem dharmę? Nie doprowadziło mnie do tego intelektualne zrozumienie. Łączyłem ze swoją praktyką wszystko to, co żmudne i męczące. Wszystkie przeciwności łączyłem ze swoją medytacją. A jak rozwi-

37. Gomtsul, Gampo Tsultrim Njingpo (1116-1169), wielki mistrz medytacji, dzierżyciel linii kagju i siostrzeniec Gampopy. Od 1150 do 1169 był opatem Daklha Gampo, klasztoru Gampopy. W tym okresie odegrał kluczową rolę w zażegnaniu konfliktów, które wybuchały w klasztorach w Lhasie i pomógł w renowacji zniszczonej świątyni Dziokhang, najświętszego ołtarza Tybetu.

jałem szlachetne właściwości? Samo marzenie o nich niczego by nie dało, więc wprowadzałem je do swego charakteru. Zastosowałem najpomyślniejszą z metod. Dokonałem wszystkich tych karkołomnych czynów a teraz nikt z was nie będzie musiał przez to przechodzić. Wykonałem za was cały trud, więc wam, moim uczniom, pozostało to, co łatwe i proste. Modlitwy do mnie – to wszystko, co macie do zrobienia.”

Te wyznania mistrzów przeszłości są niezwykle ważne. Myślę, że płynnie z nich wielka nauka. Pokonali oni wszystkie przeszkody i wykonali całą ciężką pracę, teraz tylko od nas zależy, czy skorzystamy z ich mądrości. Jeżeli porównamy tę sytuację do posiłku, to oni już go ugotowali i zastawili stół. Wszystkie warunki są przygotowane. Teraz wszystko zależy już tylko od naszego zaangażowania w praktykę.

Guru kagju nie mogą jej za nas wykonać.

Pielęgnowanie natury poprzez brak rozproszenia

Trzecia strofa opisuje praktykę medytacji *śamathy*:

Uczyliście, że brak rozproszenia jest sercem medytacji.
Spoczywam więc, bez przeinaczania,
w świeżej i czystej esencji każdej nadchodzącej myśli.
Błogosławcie, bym był wolny od wyobrażeń o “medytacji”.

Pierwszy wers mówi: „Uczyliście, że brak rozproszenia jest sercem medytacji”. Praktykę medytacji można wykonywać na dwa sposoby: w połączeniu z kontemplacją lub bez kontemplacji. W „Wielkim wglądzie” Pana Tsongkhapy³⁸ i innych dziełach, jak również w zbiorze tekstów źródłowych [pradźniaparamity](#) i ich komentarzach opisuje się [wipaśjanę](#) jako medytację analityczną a [śamathę](#) jako medytację wy-ciszającą.

Śamatha tradycji [pradźniaparamity](#) jest bardzo ważnym fundamentem ścieżki [mantrajany](#) pięciu poziomów. Podczas wykonywania praktyk tantrycznych nasz umysł musi być połączony z śamathą. Stanowi ona również podstawę dla praktyki [wipaśjany](#). Co więcej, wielu

38. Dze Tsongkhapa, Losang Drakpa, (1357-1419) założyciel szkoły geluk buddyzmu tybetańskiego. Urodził się w Amdo a jego imię znaczy „człowiek z doliny cebuli”. Świeckie ślubowania otrzymał w wieku trzech lat od Czwartego Karmapy Rolpe Dordże. W wieku siedmiu lat otrzymał śluby nowicjatu od Dyndruba Rinciena, opata klasztoru Dziakjung, przyjmując imię: Losang Drakpa. Pełne święcenia otrzymał w tradycji sakja w wieku 24 lat. Studiował nauki wszystkich tradycji tybetańskich, ale największy wpływ wywarły na niego tezy kadampy, utrzymujące styl Pana Atiśi. Tsongkhapa był uznanym buddyjskim filozofem i uczonym. Jego najśłynniejszym dziełem jest *Lamrim Cienmo*, czyli „Wielki traktat o stopniach na ścieżce do Przebudzenia”. Wszystkie szkoły buddyzmu tybetańskiego darzą go wielkim szacunkiem. Ósmy Karmapa napisał wiersz zatytułowany „Pochwała niezrównanego Tsongkhapy”, w którym czytamy: „Gdy nauki sakji, kagju, kadampy i njingmy słabły w Tybecie, Ty, Tsongkhapo, ożywiłeś nauki Buddy. Dlatego ślę ci tę pochwałę na Wzgórzu Ganden.”

twierdzi, że medytacja wyciszenia jest korzeniem wszystkich ścieżek, zarówno świeckich jak i duchowych. Bez medytacji śamathy rozwój na ścieżce dharmy jest praktycznie niemożliwy. Nawet w tradycjach medytacji nie-buddyjskiej, medytacjach na kolejne *dhjany*, postępy w praktyce odpowiadają stopniowi stabilności umysłu praktykującego. Podobna zasada panuje w praktyce dharmy. Jednoupunktowane samadhi bez śamathy nigdy się nie pojawi. Sam właściwy pogląd i dobre nastawienie nie wystarczą. Nasz umysł musi być wyciszony i stabilny – to nieodzowna podstawa ścieżki.

W XXI wieku ludzie wciąż są czymś zajęci, wciąż czymś rozproszeni – w takich warunkach niełatwo praktykować śamathę. Niektórzy nauczyciele mówią, że w dzisiejszych czasach osiągnięcie prawdziwego doświadczenia śamathy jest praktycznie niemożliwe, więc wszelkie próby rozwijania tej praktyki są zwyczajną stratą czasu. Radzą, by zamiast tego recytować mantry *Amitabhy* i wykonywać praktyki prowadzące do odrodzenia w czystej krainie *Sukhawati*.

Ja te wątpliwości dobrze rozumiem i sam często się zastanawiam, czy wielki jogin Milarepa osiągnąłby tak wielkie urzeczywistnienie, gdyby żył w naszej epoce, kiedy towarzyszy nam tak wiele źródeł rozproszenia. Gdybym spotkał dzisiaj Milarepę, to pewnie pokazałbym mu takie urządzenia jak iPhone i iPad; zapewne z początku powiedziałby, że tego nie potrzebuje. Ale kto wie, może z czasem zaciekałyby go te przedmioty i oderwały od praktyki medytacji. Myślę, że nawet Mi-

larepę skusiłaby, przynajmniej na jakiś czas, zabawa z komputerem. Jak przy tylu źródłach rozproszenia utrzymywać jednoupunktową koncentrację?

Generalnie zaleca się dwa sposoby wykonywania medytacji śamatha. Pierwszy wykorzystuje warunki odosobnienia, zaleca praktykowanie w pewnej izolacji, w miejscu nie odwiedzanym przez ludzi, gdzie nie słyhać nawet szczekania psów. Drugi zaś, praktykowany przez naszych duchowych praojców, nie wymaga przebywania w żadnym specjalnym miejscu. Polega na rozwijaniu świadomości stanów wy-ciszenia i rozproszenia. Kiedy w umyśle pojawiają się przeszkadzające myśli i uczucia, stajemy się ich po prostu świadomi, obserwujemy ten stan, rozluźniamy się w nim. Pozwalamy umysłowi, by był tym, czym jest i pozwolił sobie na wewnętrzne rozluźnienie, spoczął w swej naturze. Myślę, że w dzisiejszych czasach lepiej jest polegać na tej drugiej metodzie, bo miejsc pozbawionych rozproszenia jest na tym świecie coraz mniej. W przeszłości pewnie nawet w Himalajach, na szczycie Everestu, wasza komórka będzie dzwonić.

Dlatego w tekście czytamy, że uważność, czy też nierozproszenie, jest sercem medytacji – co znaczy, że jest jej stróżem, wartownikiem. Jest jej najważniejszym, podstawowym elementem. Istnieje kilka sposobów jej praktykowania, ale żaden z nich nie polega na stwarzaniu jakiegoś nadzwyczajnego stanu umysłu. Chodzi o bycie świadomym wszystkiego, co się w nas wydarza. Pozwalamy umysłowi być tym,

czym jest – nie ma tu nic więcej do zrobienia. Pełną świadomość tego nazywamy nierozproszeniem.

Kiedy na przykład w głowie zaczynają się pojawić jakieś *kleśa*, silne szkodliwe emocje, nie koncentrujemy się na nich, lecz na umyśle, który ich doświadcza. Jaka jest różnica pomiędzy przedmiotem i podmiotem myśli i uczuć? One są przedmiotem a nasz umysł jest postrzegającym je podmiotem. Wystarczy zatem być w pełni przytomnym i świadomym tego, co się w nas dzieje. Świadomi tego, co się wydarza, nie powinniśmy tracić uważności. Rozluźnijmy umysł, ale zarazem nie traćmy czujnej świadomości pojawiających się w nim zjawisk. Tym jest medytacja.

Jeśli nie dostrzegamy tego, gdzie tak naprawdę emocje powstają, jeśli tracimy z oczu to wewnętrzne doświadczenie, a zamiast tego zaczynamy skupiać się na zewnętrznej przyczynie, która te emocje wywołała, to znaczy, że straciliśmy medytacyjną koncentrację.

Posłużę się pewnym przykładem, którego zapewne nie znacie z własnego doświadczenia, ale dość dobrze ilustruje, o co mi chodzi. Kiedy ktoś rzuci kamieniem w lwa, to lew nie zwraca uwagi na kamień, lecz na osobę, która go w niego rzuciła – a rzucanie kamieni może zakończyć się śmiercią. Kiedy zaś rzucimy kamień w kierunku psa, pies za nim pobiegnie, nie zwracając większej uwagi na rzucającego, dzięki czemu możemy w niego rzucić kolejne kamienie. Podob-

nie zachowujemy się podczas medytacji. Czasami przypominamy psa i kiedy pojawiają się myśli i emocje czy jakieś wewnętrzne doświadczenia, gonimy za nimi, analizujemy je, oceniamy jedna po drugiej tak, że zaczynają nas one kompletnie absorbować, a stan medytacji się osłabia i zanika. Kiedy jednak, niczym lew, skierujemy uwagę ku miejscu powstawania tych myśli i emocji, nasza uważność dostrzeże ich prawdziwą naturę. Tym właśnie sposobem będziemy tę naturę pielęgnować. Nawet w przypadku bardzo silnych uczuć, wielkiego wzburzenia, wejrzenie w sam moment jego powstania osłabi siłę emocji i nie przejmie ona nad nami kontroli.

Czasami praktykujący źle interpretują wskazania, by obserwować myśli i emocje, sądząc, że należy spoczywać na jednej myśli, a pojawienie się kolejnej ich rozprasza. Ale nie o to chodzi, by przedłużać życie emocji – to stwarza problemy. Myśli i emocje przychodzą i odchodzą, wciąż się zmieniają, nie ma potrzeby ich zatrzymywać, wystarczy być ich świadomym. Pozwalajmy im się zmieniać, bez względu na ich wielość i różnorodność. Nie koncentrujemy się na żadnej z nich z osobna, tylko bądźmy świadomi procesu ich pojawiania się i zmieniania. Sama świadomość wystarczy. Zaś bycie świadomym tej świadomości jest tym, co nazywamy spoglądaniem w naturę umysłu. Nie będę o tym zbyt dużo mówił, powinniście udać się do doświadczonego mistrza, który udzieli wam wskazówek do medytacji, i praktykować. Wysłuchanie wykładu na ten temat to za mało.

Pielęgnowanie natury w esencji myśli

Medytację wipaśjany opisują kolejne słowa modlitwy:

Uczyliście, że esencją wszystkich myśli jest **dharmakaja** –
nie będąc czymkolwiek, przejawia się w każdy możliwy sposób.
Dla mnie, medytującego, jest nieustającą grą.
Błogosławcie, bym nie odróżniał samsary od **nirwany**.

Stwierdzenie, iż „esencją myśli jest dharmakaja”, wyjaśniane jest na wiele sposobów. Pierwszy z nich skupia się na fakcie, że naturalną cechą naszych myśli jest pustość. Wynika to z faktu, że wszystkie zjawiska są puste, a zatem takie także muszą być nasze myśli. Zakłada się przy tym, że w tym przypadku pustość nosi inne miano – została nazwana *dharmakają*. To jest jeden ze sposobów rozumienia słów tego wersu.

Można go jednak objaśnić też w inny sposób. Gdy wejrzymy w naturę myśli czy umysłu, to dostrzeżemy dwie rzeczy: jasną świadomość i jej ekspresję, manifestację. Weźmy za przykład złość – ma ona dwa aspekty. Jednym jest pewnego rodzaju klarowność, świetlistość, świadomość, a drugim jest kłęś, szkodliwa emocja. Oba te aspekty są nierozdzielne, pojawiają się jednocześnie. Więc praktycznie rzecz ujmując, powinniśmy skupić się i polegać tylko na pierwszym z nich, na jasnej świadomości, co doprowadzi nas do osiągnięcia Przebudzenia.

Zaś aspekt splamienia nazywanego złością musimy porzucić. Ale jak to zrobić? Czy to się w ogóle może udać? Przecież z punktu widzenia samej esencji tego zjawiska, nie można rozdzielić dwóch jego cech, a jedną z nich odciąć.

Weźmy zmaconą wodę – chcemy zatrzymać wodę, ale pozbyć tego, co ją mąci. Nie możemy tego zrobić wylewając wodę, bo ona jest nam potrzebna. Podobnie nie da się usunąć fal z oceanu, gdyż fale same w sobie są oceanem, są jednością. Ale można spojrzeć na to w ten sposób, że skoro fale są oceanem, to w istocie nie zaburzają oceanu, nie przeszkadzają mu w żaden sposób, zatem nie musimy nic z nimi robić. Nie trzeba odrzucać jednej cechy, jednego aspektu, by skupić się na drugim. Po prostu całą naszą świadomość kierujemy na czysty aspekt jasnego postrzegania myśli, która się właśnie wyłania. W ten sposób stopniowo rozwinie się w nas zdolność głębokiej analizy wykorzystującej rozróżniającą *pradźnię* (mądrość, zrozumienie).

Praktyka wipaśjany łączy medytację spoczywania w naturze z medytacją analityczną. Kiedy Milarepa po raz pierwszy opowiedział Marpie o swoich doświadczeniach medytacyjnych, dotyczyły one praktyki wipaśjany. Usłyszał wtedy, że generalnie początkujący powinni rozpoczynać od medytacji analitycznej, a później stopniowo przechodzić do medytacji wolnej od kontemplacji. Ale adept o większym potencjale może ten pierwszy etap pominąć i przejść od razu do medytacji bezpośredniego spoczywania w naturze i osiągnąć jej urzeczy-

wistnienie poprzez oddanie. Takim szczególnym osobom przychodzi to bardzo łatwo, choć dla reszty z nas wcale takie nie jest.

Zatem praktyka wipaśjany jest wglądem w naturę umysłu, sposobem, w jaki możemy nasz umysł badać za pomocą narzędzia, czyli rozróżniającej pradžni. Potem czytamy: „esencją wszystkich myśli jest dharmakaja.” To znaczy, że naturą myśli jest dharmakaja albo że ten aspekt jasnej świadomości myśli jest dharmakają. W [Tajemnej Mantrze](#) jasna świadomość jest czasami nazywana świetlistością. Mówi się również, że naturą umysłu jest świetlistość – aspekt jasnej świadomości jest z nią właśnie związany. Tutaj nie czynimy rozróżnień na myślenie i świetlistość. One są tożsame, ich istota jest nierozdzielnie ze sobą związana. To zaś nawiązuje do drugiego sposobu rozumienia słów tej modlitwy. Myślę, że tak właśnie omawiał ją Siódmy Karmapa Ciedrak Gjatso. Zaś Ósmy Karmapa przyjmował perspektywę nauk pradžniaparamity, gdzie natura wszystkich myśli jest dharmakają jako pustością. Nie zgłębiałem jeszcze tego tematu, więc nie będę go dłużej rozwijał.

Omawiana przez nas modlitwa podkreśla, że utrzymywanie nierozproszenia jest praktyką medytacji. Ale należy pamiętać, że współczucie, życzliwość i bodhiczitta są sposobem, w jaki medytacja wyraża się w działaniu. Natomiast jej zbroją, podczas tego działania, jest [przyzwoitość i sumienie](#). Celem, funkcją czy też konsekwencją medytacji jest praca na rzecz wszystkich istot. Na ścieżce [mahajany](#) jest to

niezwykle ważne. Niektórzy twierdzą, że podczas każdej aktywności bodhisattwowie całkowicie skupiają się na dobru innych, nie myśląc o sobie. Są też tacy, którzy uważają, że bodhisattwowie muszą brać pod uwagę dobro innych oraz własne. Jeszcze inni uważają, że trzeba najpierw osiągnąć swój własny cel i pożytek, a potem dopiero możemy zacząć myśleć o pozostałych.

To wygląda tak, jak w tym przykładzie, który przytaczałem już wcześniej. W środku nocy dom pewnej rodziny staje w ogniu, a kobieta budzi się i instynktownie biegnie do drzwi, by się ratować. To naturalne, jest przerażona. Ale gdy jedną nogą stoi już za progiem, a drugą jeszcze przed nim, przypomina sobie o pozostałych członkach rodziny, którzy mogą zginąć w pożarze i oczywiście wraca do środka, by ich obudzić i wyprowadzić bezpiecznie na zewnątrz.

Bądźmy tacy, jak ona. Jest takie powiedzenie: „Współczucie przynosi pożytek innym a pradžnia przynosi nam [stan buddhy](#)”. Bodhisattwowie robią jeden krok poza drzwi z intencją osiągnięcia Przebudzenia, ale druga noga nadal pozostaje w środku, gdyż nie chce zostawić innych na pastwę losu. Twierdzenie, że interesuje nas tylko dobro innych i niczego nie potrzebujemy dla siebie, nie brzmi zbyt przekonująco. Słyszac takie słowa, zaczynamy podejrzewać tę osobę o nieszczerłość. Nie ma nic złego w dbaniu o siebie i robieniu rzeczy dla własnego dobra. Ale tym samym nie wolno nam zapominać o in-

nych i ich lekceważyć. Masze życzenia i motywacja zawsze powinny sięgać ideału całkowitej bezinteresowności.

Powiedzmy, że dostaliśmy dziesięć jabłek, ale nie jesteśmy w stanie zjeść wszystkich na raz, co więc robimy? Jeżeli za sprawą skąpstwa zachowamy je na później, mogą się zepsuć. Zatem chyba lepiej zjeść jedno, a pozostałymi podzielić się ze znajomymi? Kto wie, czy takie rozwiązanie nie okaże się najbardziej korzystne, bo może na drugi dzień któryś ze znajomych dostanie kilka pomarańczy i jedną nam podaruje? Innego dnia zaś inna osoba będzie miała za dużo bananów i też da nam jednego? Życzliwość nie musi polegać na odmawianiu sobie wszelkich przyjemności. Polega ona raczej na tym, by dobro innych również brać pod uwagę i o nim pamiętać. Kiedy oddajemy się rozmyślaniom, spożywamy posiłek czy ubieramy się – podczas wszelkich codziennych aktywności – nie zapominajmy o innych. Powinniśmy zawsze o nich pamiętać, to głównie na nich musimy się skupiać. W każdej sytuacji musi nam przyświecać ta sama motywacja szczęścia i pożytku istot. Medytujemy i medytujemy, ale co mamy nadzieję przez to osiągnąć? To ma być coś, co pozwoli nam pomagać innym. O to tylko chodzi. Niezwykle istotne jest to, abyśmy w końcu osiągnęli ten rezultat i dali mu wyraz. Mówiąc krótko, życzliwość i współczucie są aktywnym aspektem medytacji.

Pielęgnowanie natury poprzez określanie celu

Modlitwę kończy takie życzenie:

W każdym kolejnym życiu, obym się nigdy nie rozstawał
z autentycznymi Guru i korzystał ze wspaniałości dharmy.
Obym rozwinął doskonałe właściwości ścieżek i poziomów³⁹
i obym szybko osiągnął stan Wadźradhary.

Te życzenia są wyrażone w bardzo bezpośredni sposób i łatwe do zrozumienia.

39. „Poziomy i ścieżki” to opis drogi ku Przebudzeniu. Istnieje pięć ścieżek i dziesięć poziomów.

Część czwarta:

Posłowie

Bierzemy tutaj udział w licznym zgromadzeniu tulku, khenpo, aczarjów, członków sanghi i świeckich, któremu przewodniczą dwaj wielcy Rinpocowie⁴⁰. Jako wadźra bracia i siostry tworzymy jedną mandalę, by wspólnie cieszyć się ucztą prawdziwej dharmy. Mamy wielkie szczęście. Mam nadzieję, że w tym, jak i kolejnych żywotach, będziemy mogli wielokrotnie uczestniczyć w takich dharmicznych wydarzeniach, przywołując nadejście ery pomyślności, która przyniesie wszystkim wiele pożytku. Wyrażam te życzenia najlepiej, jak potrafię, a wy powinniście czynić to samo w tym świętym miejscu i świętym czasie Miesiąca Cudów, w obecności wszystkich świeckich i wyświęconych kobiet i mężczyzn. Powiedziano, że życzenia wyrażanie przez całe zgromadzenie mnichów, mniszek oraz świeckich mężczyzn i kobiety, szybciej się spełnią. Taką okazję mamy właśnie teraz – są z na-

40. Gjalang Karmapa odnosi się tutaj do dwóch Uczniów Serca – Gjaltsaba Rinpocze i Działmgon Kongtrula Rinpocze – którzy uczestniczyli w Wielkim Mynlamie w Bodhgai.

mi cztery rodzaje praktykujących, nauczyciel i uczniowie. To wzmacnia siłę naszych modlitw i zapewnia, że ich rezultaty będą zgodne z naszymi intencjami. Wy wszyscy tworzycie takie rozległe życzenia.

Z całego serca proszę o cierpliwość i wybaczenie wszelkich błędów, pomieszanias, tego co pominąłem lub niepotrzebnie dodałem. Jeżeli cokolwiek z tego, co powiedziałem, na coś wam się przyda, zabierzcie to sobie. Modlę się, by doprowadziło was do najlepszego zdrowia, szczęścia i pomyślności. Dziękuję.

Pomocne wskazówki

przekazane przez Gjalląnga Karmapę podczas nauk

Podczas formalnych sesji nauk zdarzało się, że Gjalląng Karmapa przerywał, by omówić tematy nie związane z *Krótką modlitwą z Wa-dźradharą*. Zebraliśmy je wszystkie w tym aneksie.

Ofiarowywanie herbaty i jedzenia

Recytowanie modlitw ofiarowujących herbatę (lub inne otrzymane napoje) i jedzenia jest bardzo ważne. Oczyszcza ono bowiem splamienia związane z przyjmowaniem tych darów od sponsorów. Każdego dnia, mnisi i mniszki piją herbatę i spożywają posiłki kupowane z datków przekazywanych na modlitwy za chorych, potrzebujących i zmarłych. Jeśli zatem w modlitwie ofiarujemy to pożywienie Trzem Klejnotom i guru, usuniemy splamienia karmiczne, które mogłyby przy tym powstać. Za każdym razem, gdy korzystamy z czegoś ofiarowanego przez sponsorów, taka modlitwa pozwoli usunąć wszelkie przeszkody, jakie mogą się z tej sytuacji wyłonić. Dlatego tak ważne jest ofiarowywanie herbaty i jedzenia, które tu spożywamy, w ten właśnie sposób.

Wielki rytuał Mahakali i Wadźra Tańce

Przed naukami wykonywaliśmy przednoworoczny **rytuał Mahakali** i celebrowaliśmy obchody tybetańskiego Nowego Roku. Ta pudża Mahakali miała dla mnie specjalne znaczenie. Minęło już dwanaście lat odkąd opuściłem Tybet. W Indiach jak dotąd nie miałem okazji uczestniczyć w rozbudowanym rytuale Mahakali, jaki wykonuje się zawsze z końcem roku. Oczywiście, podczas całego mojego pobytu w klasztorze Gjuto podtrzymujemy tradycję tej praktyki, ale nie w takim rozbudowanym stylu. Dlatego tak się cieszę, że mogłem to teraz uczynić.

Korzystaliśmy z tekstu skomponowanego przez Szósteego Karmapę, pod tytułem: „Wielki rytuał aktywności **Opiekuna**”. To najdłuższa liturgia używana podczas tej praktyki. Przez kilka pokoleń pewne jej modlitwy wyszły z użycia i cieszę się, że teraz mogliśmy je przywrócić. To wspaniałe, że mogliśmy go wykonać w tak kompletny sposób, obejmujący recytacje, praktykę i aktywność. Rozpoczęliśmy od abhiszeki a potem przez dwa dni recytowaliśmy mantrę. Następnie przeszliśmy do części określanej jako *drup pa*, czyli praktyka, a zakończyliśmy częścią nawiązującą do aktywności. Nawet w przeszłości wykonywanie wszystkich tych elementów było rzadkością.

Uważam także za niezwykle pomyślny fakt, iż obaj Rinpocowie – Działgon Rinpocze i Gjaltsab Rinpocze – wykonywali **wadźra tańce**. To było wspaniałe. Uczestnictwo Działgona Rinpocze zostało potwierdzone w ostatniej chwili, miał tylko pięć czy sześć dni, by się przygotować do pierwszego aktu, poskramiania miejsca. Zaś Gjaltsab Rinpocze, po odbyciu kilkotygodniowego odosobnienia, prowadził cały rytuał jako **wadźra mistrz** i również brał udział w tańcach. Dawał nam wspaniały przykład. Taki rytuał nie sprowadza się bowiem do naśladowania innych. Wykonywanie tych praktyk we właściwy sposób jest kluczowe na ścieżce **wadźrajany**. Cały ten wysiłek pokazuje, że tradycja poprzednich dzierżycieli świadomości jest święta i ważna. Tak więc, ze wszystkich tych powodów, uważam, że mamy dużo szczęścia.

Chciałbym też powiedzieć kilka słów o wadźra tańcach, szczególnie do tych, którzy je obserwują. Zazwyczaj większość widzów traktuje je jak rozrywkę. W dzisiejszych czasach organizujące je klasztory rozsyłają zaproszenia, zachęcające, by je obejrzeć. Jak rozumiem, w Japonii wykonuje się tradycyjne tańce religijne, podczas których wszyscy – również obserwatorzy – praktykują medytację. Nie wiem, na czym polega ta medytacja, ale każdy musi wypełnić ten warunek, każdy ma swoją praktykę do wykonania. Myślę, że byłoby dobrze, gdybyśmy podchodzili do tych ceremonii w podobny sposób.

Schronienie

Do Schronienia zazwyczaj podchodzi się dwojako – przywołuje się je lub faktycznie przyjmuje związane z nim ślubowania. Niektórzy, przywołując właściwości Buddy, mówią: „Przyjmuję Schronienie w Buddzie”, wyrażając w ten sposób swoje chwilowe zainteresowanie Buddhą. To jednak ma niewiele wspólnego z autentycznym utrzymywaniem ślubowań Schronienia, które przyjmuje się do śmierci. Myślimy i podtrzymujemy myśl o Schronieniu przez całe swoje życie. Różnica pomiędzy tymi dwoma podejściami sprowadza się do nastawienia, jakie dana osoba utrzymuje w umyśle.

Schronienie jest uważane za podstawę wszystkich innych ślubowań. Musimy jednak faktycznie utrzymywać ślubowanie Schronienia, by mogło służyć za tę podstawę. Nie stanie się tak, jeżeli tylko od czasu do czasu pomyślimy o Trzech Klejnotach lub będziemy jedynie powtarzać modlitwę Schronienia.

Jeżeli ktoś podchodzi do Schronienia od niechcienia, to zapewne nie przywiązuje wagi do zobowiązań. Bo przyjęcie ślubowań Schronienia i utrzymywanie go bez naruszeń, w stabilny sposób, wymaga ciągłego szukania sprzyjających okoliczności oraz unikania tych niesprzyjających. Zazwyczaj w tym momencie powinno się udzielić jakichś rad, jak to czynić, ale nie mamy na to czasu.

Powiedziano: „Gdy dotknie nas choroba, musimy ją zdiagnozować, usunąć przyczynę i wyzdrowieć zażywając lekarstwo”. Krótko mówiąc, powinniśmy traktować Buddhę jak lekarza, a siebie jak pacjenta. Lekarz przepisuje nam lek, który usunie naszą przypadłość i jej ukryte przyczyny. My zaś powinniśmy go przyjmować, zgodnie z zaleceniami. Tak czyniąc, zaczniemy zdrowieć, osiągniemy z tego jakiś pożytek. W przeciwnym razie, ani lekarz ani lekarstwo nie będą dla nas pomocne. Buddha uczył metody prowadzącej do wyzwolenia, którą jest dharma. Przyjmujemy w niej Schronienie po to, by właściwie ją praktykować. Jeśli zaś po przyjęciu Schronienia nic z tym nie zrobimy i będziemy tylko udawać buddystę, to nie przyniesie nam żadnych korzyści. Wtedy byłoby chyba lepiej nie przyznawać się do buddyzmu. Tacy podrabiani buddyści czasami potrafią zrobić wiele złego w imię buddyzmu, co jest bardzo kłopotliwe i mija się z celem.

Posłużę się przykładem. Pewna osoba wchodzi do świątyni, kłania się przed posągami Buddy i mówi: „Przyjmuję Schronienie w Buddzie”. Ale w jej głowie kotłuje się pragnienie zemsty na odwiecznym wrogu – „Niech cierpi! Niech zdechnie! Niech rozpadnie się jego dom i rodzina!” Co by było, gdyby ktoś w ten sposób się modlił? Z zewnątrz taki człowiek wygląda na buddystę, ale na pewno nie praktykuje dharmy. Jego działanie, motywacja i sposób myślenia są z gruntu sprzeczne z dharumą. Nie chcę przez to powiedzieć, że wszyscy się tak zachowują, ale docierają do mnie takie informacje cały czas. To, oczywiście, nie

powinno mieć miejsca. Nie przyjmujemy Schronienia po to, by przypodobać się Buddzie, wkupić się w jego łaski. Przyjmując Schronienie powinniśmy mieć pewność, że robimy to, by wydobyć się z ciężkiej opresji i być pomocnym dla innych.

Podziękowania

Najserdeczniejsze podziękowania składamy Gjallangowi Karmapie za udzielenie tych nauk oraz Ringu Tulku Rinpocze i Lamie Ericowi Trinle Thaje za ich przetłumaczenie na język angielski. Dziękujemy także Annie Dibble, która dokonała redakcji nowego przekładu, Jo Gibson za przygotowanie glosariusza i przypisów, Maureen McNicholas za finalne sczytanie tekstu i przygotowanie drukowanego angielskiego wydania dla KTD Publications. Beacie Stępień dziękujemy zaś za koordynację całego projektu, projekt okładki i ebooka oraz dokonanie przekładu na język polski. Chcielibyśmy również wyrazić wdzięczność wszystkim innym zaangażowanym osobom oraz Dharma Treasure za wsparcie i nieustającą współpracę.

Glosariusz

AMITABHA [skt.]: Buddha, który przebywa w czystej krainie Sukhawati. Bardzo ważny dla chińskiej i japońskiej tradycji buddyzmu Czystych Krain, której wyznawcy wierzą, że recytując imię Buddy Amityabhy odrodzą się w jego czystej krainie. W buddyzmie tybetańskim również istnieją modlitwy o odrodzenie w Sukhawati oraz praktyki medytacyjne oparte na postaci tego buddhy.

BHIKSZU, BHIKSZUNI, UPASIKA, UPASIKI [skt.]: W pełni wyświęceni mnisi i mniszki (*bhikszu i bhikszuni*) oraz świeccy praktykujący mężczyźni i kobiety utrzymujące świeckie ślubowania (*upasika i upasiki*). Razem tworzą „cztery filary Sanghi”. Mówi się, że praktyki buddyjskie wykonywane przez lub w obecności tych „czterech filarów” są bardziej skuteczne. Czytaj wyjaśnienia Gjallaŋga Karmapy w [Pośłowiu](#).

BHUMI [skt.]: Dziesięć kolejnych poziomów urzeczywistnienia osiągniętych przez bodhisattwę na ścieżce do stanu buddhy.

BODHGAJA: Miasteczko w obecnym stanie Bihar w Indiach, gdzie znajduje się „wadźra tron”. Na nim właśnie wszyscy buddhowie tego eonu – jak Buddha Śakjamuni – osiągają Przebudzenie.

BODHICZITTA [skt.]: Życzenie osiągnięcia Przebudzenia po to, by doprowadzić do tego stanu wszystkie inne istoty.

BODHISATTWA [skt.]: Osoba, która obudziła bodhicittę i przyjęła zobowiązanie osiągnięcia stanu buddhy dla dobra wszystkich istot. To może być każdy, kto przyjął ślubowanie bodhisattwy, ale najczęściej chodzi o bardziej zaawansowaną duchowo osobę, która uzyskała wgląd w naturę zjawisk.

BUDDHOWIE TRZECH CZASÓW: Wszyscy buddhowie przeszłości, teraźniejszości i przyszłości.

BÓSTWO: Zazwyczaj synonim jidama – uosobienie przebudzonych cech i właściwości, wykorzystywane jako wsparcie dla medytacji.

CZAKRASAMWARA [skt.]: Jeden z głównych jidamów tradycji ka-gju.

CZTERY DHARMY GAMPOPY: Cztery życzenia, które podsumowują ścieżkę dharmy od jej początku do końca: 1) Oby umysł zwrócił się ku dharmie; 2) Oby dharma stała się ścieżką; 3) Oby ścieżka usuwała pomieszanie; 4) Oby pomieszanie przemieniło się w mądrość.

CZTERY PRZEKAZY: Cztery przekazy nauk, które Tilopa podarował Naropie. Jedna wersja wylicza: 1) iluzoryczne ciało i *poła*; 2) jogę snu; 3) świetlistość; 4) wewnętrzne ciepło (*tummo*). Zaś inna wersja mówi, że były to: 1) mahamudra; 2) tantry ojcowskie; 3) tantry matczyne; 4) świetlistość.

DAKPO KAGJU: Nazwa określająca wszystkie linie kagju pochodzące od Gampopy.

DHARMA [skt.]: (tyb. *cie*) Słowo o wielu znaczeniach, najczęściej odnosi się do nauk Buddy. W tym kontekście jego znaczenie dzieli się na dharwę pism, tekstów i dharwę urzeczywistnienia, czyli mądrość wpływającą ze studiów i praktyki.

DHARMAKAJA: [skt.] (tyb. *cieku*) Jedno z trzech ciał buddhy. Przebudzenie samo w sobie, poza pojęciową mądrość bez punktu odniesienia. Patrz: **TRZY KAJE**.

DORDŻE CZANG THUNGMA [tyb.]: Tak w języku tybetańskim nazywa się modlitwę, będącą tematem tych nauk, przetłumaczoną na j. polski m.in. jako *Krótką modlitwa z Wadźradharą*. Gjałang Karmapa objaśnia ten tytuł na początku książki.

DORDŻE DEN [tyb.]: Dosłownie: „wadźra tron”. Nazwa ta odnosi się do miejsca przebudzenia wszystkich buddhów tego eonu. Tybetań-

czycy określają nią również całe miasteczko, w którym znajduje się ten „wadžra tron”, czy Bodhgaję.

DZIETSYN [tyb.]: Tytuł dla duchowo szlachetnych mężczyzn. Żeńskim odpowiednikiem jest *dzietsynma*.

GANAPATI: Bóstwo hinduizmu, nazywane też Ganesią, o głowie słonia. Syn boga Sziwy, obdarzający bogactwem i pomyślnością.

GURU [skt.]: Duchowy nauczyciel. Jeden z Trzech Korzeni, które są dodatkowym Schronieniem dla adeptów wadźrajany.

JIDAM [tyb.]: Bóstwo medytacyjne – manifestacja przebudzonych właściwości wykorzystywana jako wsparcie medytacji. Jeden z Trzech Korzeni, będących dodatkowym Schronieniem dla praktykujących wadźrajanę.

JOGIN: Wielki adept medytacji, który rozwinął urzeczywistnienie.

KADAMPA [tyb.]: Szkoła buddyzmu tybetańskiego założona w XI wieku przez Dromtonpę. Była ona owocem ruchu reformatorskiego opartego na naukach wielkiego indyjskiego mistrza Atiśi, które kładły nacisk na stopniową ścieżkę do wyzwolenia (*lam rim*) i trening umysłu (*lo dziong*). Gdy jej przywództwo objął Dzie Tsongkhapa, szkoła kadampy przekształciła się w dzisiejszą tradycję geluk.

KAGJU MYNLAM: Coroczne zgromadzenie mnichów, mniszek i świeckich tradycji kagju, zazwyczaj organizowane w Bodhgai w Indiach, a także wielu ośrodkach kagju na całym świecie. To wydarzenie obejmuje nauki dharmy, recytacje modlitw dobrych życzeń (*mynlam*) i inne rytuały buddyjskie. Strona internetowa: kagyumonlam.org

KAGJU MYNLAM: MODLITWY I RYTUAŁY: Zbiór modlitw, recytowanych głównie podczas corocznego Kagju Mynlam w Bodhgai. Ich wyboru dokonał J. Ś. Siedemnasty Karmapa. Został przetłumaczony na wiele języków w tym na język polski. Wydanie elektroniczne można pobrać ze strony dharmaebooks.org.

KARMA KAMTSANG [tyb.]: Szkoła buddyzmu tybetańskiego. Zazwyczaj synonim tradycji karma kagju, której przewodniczą Karma-powie. Siedemnasty Karmapa wyjaśnił, że historycznie ta nazwa jest wcześniejsza od „karma kagju”.

KHAM: Prowincja Tybetu, czasami nazywana Wschodnim Tybetem.

KHAMPA: Osoba pochodząca z Khamu.

KHECZARI [skt.]: Istota utożsamiana z dakinią. Także czysta kraina dakiń, do której przenoszą się mistrzowie medytacji, nie pozostawiając za sobą ciała.

KLUCZOWE INSTRUKCJE: Krótkie i trafiające w sedno nauki, które przyspieszają rozwój na ścieżce, będące przeciwieństwem rozbudowanych traktatów.

LINIA MAHAMUDRY: Istnieją starsze i nowsze linie przekazu mahamudry. Tradycja karma kamtsang uznaje obie, gdyż obie otrzymał Marpa Lotsała. Starsza z nich to: **Wadžradhara**, Lodro Rinczen, Sara-ha, Nagardżuna, Szawaripa, Maitripa, Marpa itd. Młodszą zaś rozpoczyna pięciu praojców tej szkoły: Tilopa (988-1069), indyjski jogin, który otrzymał wskazówki do praktyki mahamudry od Buddy Wadžradhary; Naropa (1016-1100), który udoskonalił metody przyspieszonego wyzwolenia i zawarł je w swoich sześciu jogach (dharmach); Marpa (1012-1097), pierwszy tybetański dzierżyciel linii, który podróżował do Indii, by przywieść te instrukcje do Tybetu; Milarepa (1040-1123), poeta i mistrz, który osiągnął pełne Przebudzenie w jednym życiu oraz Gampopa, najważniejszy uczeń Milarepy, który połączył nauki kadampy i Atiśi z mahamudrą Tilopy w jedną szkołę kagju. Więcej na ten temat przeczytasz w opracowaniu: **Karmapa: 900-lecie**.

LINIA SŁUCHANIA: (tyb. *njen gju*) Rodzaj przekazu, podczas którego nauki są jedynie wypowiedane przez mistrza do ucznia, bez ich zapisywania. Czasami nazywana jest „linią szeptaną”.

MAHAMUDRA [skt.]: (tyb. *ciakgja cienpo*) Dosłownie „wielka pieczęć”, co oznacza, że wszystkie zjawiska przypieczętowane wrodzona,

doskonała natura. Także forma praktyki medytacyjnej, którą Saraha (X wiek) przekazał Marpie, a ten kolejnym adeptom szkoły kagju. Prowadzi ona do bezpośredniego wglądu w naturę umysłu.

MAHASIDDHA [skt.]: Wielki mistrz, który rozwinął głębokie urzeczywistnienie.

MAHAJANA [skt.]: „Wielki powóz”. W tradycji mahajany celem ścieżki jest nie tylko osobiste wyzwolenie z cierpienia, lecz pełne Przebudzenie siebie i innych. Praktykujący w tej tradycji rozwijają mądrość i współczucie i są nazywani bodhisattwami. To mogą być osoby, którym przyświeca motywacja mahajany lub częściej szlachetne istoty, które osiągnęły jej urzeczywistnienie. Adeptci mahajany rozwijają dwa rodzaje bodhicitty. Ta ostateczna jest urzeczywistnieniem pustości wszystkich zjawisk, zaś względna ogranicza się do życzenia osiągnięcia stanu buddhy, by do tego samego stanu doprowadzić wszystkie bez wyjątku istoty.

MANTRAJANA [skt.]: Inna nazwa buddyzmu wadżrajany, podobnie jak Tajemna Mantra.

MODLITWA DOBRYCH ŻYCZEŃ (aspiracji): Modlitwa, która ukierunkowuje dojrzewanie zasługi poprzez odpowiednie życzenia i dążenia.

NIRMANAKAJA [skt.]: Jedna z trzech kai, czyli „ciał”, przebudzonej istoty. Nirmanakaja (tyb. *tulku*) jest ciałem emanacji, które manifestuje się fizycznie, aby istoty mogły ją widzieć. Czytaj także: **TRZY KAJE**.

NIRWANA [skt.]: Wyjście poza cierpienie. Może wskazywać na niższe poziomy urzeczywistnienia aż po pełne Przebudzenie.

NJINGMA: Najstarsza z czterech głównych szkół buddyzmu wadźra-jany w Tybecie.

OPIEKUN DHARMY: (skt. *dharmapala*) Zazwyczaj gniewna manifestacja bodhisattwy, który ochrania medytujących poprzez swą przebudzoną aktywność. Może przybierać formę Mahakali i jemu podobne. Jest jednym z Trzech Korzeni, będących dodatkowym źródłem Schronienia dla praktykujących wadźrajanę.

OSIEM LINII PRAKTYKI: Osiem wielkich buddyjskich tradycji tybetańskich: njingma, kadampa, tradycja ścieżki i owocu sakja, marpa kagju, szangpa kagju, sześć jog Kalaczakry, szidzie i ciod oraz njedrub.

POLE NAGROMADZEŃ: Termin odnoszący się do wyobrażonych obiektów Schronienia, w których obecności gromadzimy zasługę.

PRADŻNIA [skr.]: (tyb. *szierab*) W sanskrycie oznacza „pełne zrozumienie” powiązane z wiedzą, inteligencją, rozróżnianiem oraz mą-

drością. Pradźnia pozwala zrozumieć zarówno relatywne zjawiska jak i ostateczną naturę. Istnieją kolejne, coraz głębsze poziomy pradźni, wpływające ze słuchania, kontemplacji i medytacji.

PRADŹNIAPARAMITA: Termin zazwyczaj tłumaczony jako „doskonałość mądrości”. Może oznaczać rozwijaną cechę umysłu, gatunek literacki lub całą tradycję praktyki buddyjskiej.

PRYZYWOITOŚĆ I SUMIENIE: (tyb. *treljo* i *ngotszia*) To terminy buddyjskie o bardzo konkretnym znaczeniu. *Przyzwoitość* dotyczy unikania występków i krzywd, które za takie uważane są przez innych. Zaś *sumienie* to unikanie występków i krzywd, które my sami w ten sposób oceniamy.

RIME [tyb.]: Anty sekciarski ruch zapoczątkowany w XIX wieku, który szanował wartość wszystkich szkół buddyjskich.

RUMTEK: Nazwa wioski w Sikkimie, w której znajduje się klasztor Szesnastego Karmapy, którą skrótowo określa się także sam klasztor. Oryginalny mniejszy klasztor stojący opodal był jednym z trzech zbudowanych w Sikkimie w XVII wieku z polecenia Łangdziuka Dordże, Dziewiątego Karmapy. Pozostałe dwa znajdują się w Ralangu, w pobliżu klasztornej siedziby Gjaltsaba Rinpocze i w Phodongu w Północnym Sikkimie.

SAKJAPOWIE: Członkowie szkoły sakja, jednej z czterech głównych szkół buddyzmu tybetańskiego.

SAMSARA [skt.]: (tyb. *khorla*) Niekończący się cykl narodzin i śmierci napędzany splamieniami, głównie przywiązaniem, agresją i ignorancją, opisywany jako „ocean cierpienia”, który należy przekroczyć, by dotrzeć do nirwany.

SANGHA [skt.]: Ogólnie społeczność buddyjska, ale mówiąc o Sandze jako jednym z trzech Klejnotów Schronienia, mamy na myśli tych, którzy osiągnęli urzeczywistnienie. Terminem tym określa się również wyświęconych członków tradycji buddyjskiej.

ŚAMATHA [skt.]: (tyb. *szine*) Podstawowa forma praktyki medytacyjnej uspokajająca umysł. Jej głównym celem jest okiełznanie umysłu, co stanowi punkt wyjścia dalszej praktyki.

ŚASTRA [skt.]: Autorytatywny komentarz dotyczący określonej filozofii lub tekstu buddyjskiego, np. sutry.

SIDDHA [skt.]: (tyb. *drubtob*) Praktykujący, który rozwinął siddhi.

SIDDHI [skt.]: Osiągnięcie, będące owocem praktyki medytacyjnej. Zwyczajne siddhi pomagają w doczesnym życiu, np. zdolność szybkiego chodzenia lub niewidzialność. Zaś doskonałe siddhi to poza pojęciową mądrość.

STAN BUDDHY: Stan pełnego, całkowitego Przebudzenia, kiedy wszystkie splamienia są usunięte a cała mądrość w pełni rozwinięta.

SUKHAWATI [skt.]: (tyb. *dełaczien*) Czysta kraina Buddy Amitabhy.

SUTRA: Zapis nauk wygłoszonych lub potwierdzonych przez Buddhę.

TAJEMNA MANTRA: Inne określenie wadźrajany.

TANTRA: Nauki przekazane przez Buddhę w różny sposób i o różnym czasie i miejscu, które zawierają ezoteryczne metody osiągnięcia szybkiego wyzwolenia. W tradycji nowych przekładów istnieją cztery klasy tantr: działania, postępowania, jogi i najwyższej jogi.

TANTRA KALACZAKRY: Jedno z najsławniejszych dzieł należących do annutara joga tantry (najwyższej jogi). Zawiera opis całego wszechświata.

TERMA [tyb.]: Dosłownie „skarb”, którym mogą być teksty lub święte przedmioty ukryte przez Guru Rinpocze i jego partnerkę, Jeszie Tso-gjal, by mogły być odkryte w odpowiednim czasie przez „odkrywców skarbów”, czyli tertonów. Innym rodzajem termy jest „terma umysłu” (*gongter*), „odkrywana” w umyśle tertona.

TERTON [tyb.]: „Odkrywca skarbu”, czyli termy – ukrytego tekstu lub przedmiotu rytualnego.

TORMA [tyb.]: Rzeźbiona reprezentacja jidama lub darów używanych podczas rytuałów wadźrajany.

TRZY KAJE [skt.]: Trzy aspekty lub „ciała” stanu buddhy. Pierwszym jest *dharmakaja*, czyli bezforemna, poza konceptualna mądrość. Pozostałe dwie są czasami nazywane „foremnymi ciałami”. *Sambhogakaja*, czyli ciało szczęśliwości, widzą jedynie istoty na wysokim poziomie bodhisattwy, obdarzone czystym postrzeganiem. *Nirmanakaja* zaś, czyli ciało emanacji, jest widoczne dla zwyczajnych istot o nieczystej percepcji. Jej przykładem jest Buddha Śakjamuni, zaś przykładem sambhogakai może być czysta wizja Awalokiteśwary.

TRZY KLEJNOTY: Buddha, Dharma i Sangha – obiekty Schronienia wszystkich buddystów.

WADŹRA MISTRZ: Kompetentny mistrz wadźrajany o duchowym autorytecie, upoważniony do przekazywania nauk wadźrajany czy prowadzenia zbiorowych praktyk.

WADŹRA TAŃCE: (tyb. *czam*) Rytualne tańce wykonywane w ramach rozbudowanych praktyk wadźrajany.

WADŹRADHARA [skt.]: (tyb. *Dordze Czang*) Imię pierwotnego buddhy, który jest uosobieniem Przebudzenia. Pewne zaawansowane osoby otrzymały nauki bezpośrednio od niego.

WADŹRAJANA [skt.]: „Wadźra pojazd” – *wadźra* znaczy „niezniszczalny”. Ten rodzaj nauk buddyjskich określany jest jako szybka ścieżka, wyposażona w wiele zręcznych metod, które nie wymagają wielkiego wysiłku, ale są przeznaczone dla osób obdarzonych dużymi zdolnościami. Niektóre z tych technik wykorzystują wizualizacje, recytację mantr czy pracę z elementami subtelного ciała.

WIELKI RYTUAŁ MAHAKALI: (tyb. *gutor*) Coroczna, sześciodniowa, rozbudowana praktyka Mahakali, wykonywana przez większość tybetańskich klasztorów tuż przed zakończeniem roku. Jej celem jest składanie darów opiekunom, którzy usuwają przeszkody grożące naukom i istotom w roku nadchodzącym. W tradycji karma kamtsang głównym bóstwem opiekuńczym jest Mahakala Bernakcien.

WIPAŚJANA [skt.]: (tyb. *lhaktong*) Medytacja wglądu. Podczas tej praktyki bada się naturę umysłu i zjawisk, by uzyskać wgląd w prawdziwą naturę rzeczywistości.

Prawa autorskie

Wydawca: DHARMAEBOOK.ORG

© 2023 Siedemnasty Gjallang Karmapa, Ogjen Trinle Dordże

Przekład: Beata Stępień



Licencja Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0
International License.

Pierwsze wydanie elektroniczne: luty 2023

DHARMAEBOOKS.ORG

Dharma Ebooks jest projektem Dharma Treasure, tworzonym pod merytorycznym nadzorem Siedemnastego Karmapy, Ogjena Trinle Dordże.

