

## INTEGROWANIE TRZECH ASPEKTÓW MIŁUJĄCEJ DOBROCI

### 1. Uwolnię wszystkie istoty

Pragnienie pomagania innym otwiera serce, niosąc ciepłe uczucie dobrej woli i połączenia. Tak jak intencja wyruszenia w podróż, nasze altruistyczne życzenie pozwala nam się przygotować i zacząć gromadzić dobre właściwości i zasoby, których możemy potrzebować. Obiektem naszej wypływającej z serca, miłującej dobroci i współczucia są czujące istoty, oraz ich rozmaite formy cierpienia. Pamiętamy o nich w każdych okolicznościach, więc nasza intencja staje się rozległa niczym niebo. Aspiracja przynoszenia innym pożytku nie ma ograniczeń, i może objawiać się w coraz to nowych, świeżych formach, dostosowanych do sytuacji w której się znajdujemy. Możemy więc wyrażać życzenia, mieć nadzieję i się modlić:

Moje życzenie: Oby wszystkie istoty były wolne od cierpienia.

Moja intencja: Będę praktykował, by uwolnić je od  
cierpienia bólu, straty, głodu i wojny  
cierpienia pojawiającego się z głównej przyczyny, którą jest ignorancja  
cierpienia emocji i ich konsekwencji  
cierpienia samotności  
cierpienia zamkniętego i złkniętego serca  
cierpienia samolubnych działań, dokonywanych jedynie dla własnej  
satysfakcji  
cierpienia pojawiającego się na skutek nie zdawania sobie sprawy, że  
tnąc drzewo, tniemy siebie  
cierpienia nie znajdowania miłującej dobroci wobec siebie i innych  
cierpienia brania rzeczy za pewnik  
cierpienia nie zdawania sobie sprawy z tego, że jesteśmy połączeni  
cierpienia myślenia, że jesteśmy mali i bezradni  
cierpienia niezdolności, by przebywać w bezruchu  
cierpienia bycia okrutnym dla siebie nawzajem  
cierpienia nie widzenia własnego piękna i piękna dookoła  
cierpienia nie słyszenia głosu prawdy  
cierpienia nieskończonego wirowania w samsarze  
cierpienia nie odkrywania, kim się jest.

### 2. Uwalniam wszystkie istoty

Gdy angażujemy się we właściwą praktykę, nasza podróż się zaczyna. Poprzez włączanie wszystkich czujących istot w etapy studiowania, refleksji i medytacji, dokonujemy zmiany, od pragnienia pomagania, do samego pomagania. Czynimy z dharmy podporę naszej miłującej dobroci. Poddajemy refleksji spostrzeżenie, że choć wszystkie istoty pragną szczęścia, postępują w sposób, sprowadzający wielkie cierpienie. Rozważamy przywiązanie do ciała, mowy i wydarzeń mentalnych, do posiadanych rzeczy, rodziny, przyjaciół i tak dalej. Wszystko to jest nietrwałe i nieprzewidywalne. Dzięki praktyce uspokajania umysłu, stajemy się bardziej świadomi własnego rozproszenia, i widzimy, że jest ono udziałem wszystkich istot. Widzimy, że nasz pogląd jest zawsze niepełny. Gdy karuzela zdarzeń się kręci, często stajemy się oślepieni i zdemaskowani.

Widząc współzależne powstawanie wszystkich zjawisk, włącznie z nami samymi, a w konsekwencji – brak ich prawdziwego, wrodzonego istnienia, otwieramy oczy na ocean cierpienia, wraz z jego prądami reifikacji, chwytania, pożądania i awersji. W tym oceanie toną wszystkie istoty sześciu światów, nawet jeśli wyobrażają sobie, że pływają. Pustka „mnie” i „innego”, a także wszystkich pozostałych treści umysłu, wskazuje na możliwość przebudzenia, wyzwolenia z cierpienia wiary w dualność. Gdy zaczynamy doświadczać tego w sposób bezpośredni, rodzi się w nas smutek względem wszystkich, którzy nie znajdują ścieżki, mogącej poprowadzić ich ku prawdzie iluzorycznej natury istnienia. W ten sposób, gdy różnica pomiędzy mną a innymi zostaje zdemaskowana jako zaledwie koncepcja, fałszywy konstrukt, nasz wgląd i mądrość karmią życzliwość i współczucie.

Aktywując to zrozumienie poprzez praktykę tantry, bezpośrednio włączamy wszystkie istoty w mandalę buddy. Oczyszczeni przez płynącą, świetlistą esencję ciała, mowy i umysłu buddy, zaczynamy widzieć, że ograniczenia czujących istot, są tak naprawdę naszą projekcją. Dzięki temu zrozumieniu, wszystko co widzimy, słyszymy, dotykamy, smakujemy, czujemy, myślimy i pamiętamy, jest bogactwem przejawień buddy, samo-powstającym i samo-zanikającym pośród niedwoistości.

Następnie, dzięki otwarciu na niedualną nie-medytację dzogczen i mahamudry, nierozdzielność trzech aspektów buddy: dharmakaji, samboghakaji i nirmanakaji, ukazuje się jako esencjonalna prawda na temat tego, kim jesteśmy. Dzięki temu, wszystkie istoty zostają spontanicznie objęte wszech-przenikającym współczuciem.

Dzięki tej ścieżce, przenieśliśmy się od nieczystej prawdy relatywnej, wraz z jej reifikacją i pięcioma truciznami, do czystej prawdy relatywnej, gdzie pięć trucizn stopniowo słabnie, zaś reifikacja rozpuszcza się w pustce. Dzięki temu, przebywamy teraz w niedwoistości nienarodzonego i nieustającego – w niezmiennej prawdzie absolutnej.

### 3. Wszystkie istoty są naturalnie wolne

Współczucie absolutne to współczucie bez obiektu. Nie ma już życzliwego podmiotu, który troszczy się o cierpiące i zagubione subiekty lub obiekty. Nie ma już transakcji pomiędzy podmiotami i przedmiotami, ponieważ one nie istnieją – będąc jedynie grą światła i dźwięku. Od samego początku było jedynie **A**, wszystko inne jest tylko złudzeniem. Chociaż nie ma nikogo do uratowania, ani nikogo kto ratuje, świadomość tego jest zawsze jasna, włączająca i wrażliwa. To niezmienna prawda – wrodzona, niezłożona, niezniszczalna i niewyraźna. To właściwe, pierwotne wyzwolenie wszystkich istot.

Droga do tego przebudzenia może składać się z mniej niż jednego kroku, i zająć mniej niż jedną chwilę, ale może też obejmować wiele kolejnych wędrówek w samsarze i trwać wiecznie. Zależy to od naszej gotowości i umiejętności do prostego bycia z tym, co jest.

#### *Rozpuszczanie rozdzielania spójności*

Choć wrodzona wolność cieszy się samo-wyzwalającą grą doświadczenia, jednak będąc uwięzionym w tworzącej dualizm reifikacji, ja – podobnie jak wszystkie istoty – jestem zaślepiony i nie widzę otwartych drzwi. Spędzam więc swe dni, wydrapując znaki na ścianach więzienia, które sam tworzę. Umysł jest wolny. Słyszałem o tym, jednak pozostaje to ideą, pośród wielu innych. Tak więc poszukuję sposobu na uwolnienie siebie i wszystkich istot z kleszczy dokuczających nam

provokacji. Moja intencja jest dobra, pragnę by wszystkie istoty były szczęśliwe i wolne. Jestem gotowy dążyć do osiągnięcia tego, jednak wysiłek wkładany w osiągnięcie wolności, podtrzymuje więzienie dualizmu.

Ten paradoks jest jak klątwa zwiększająca moją mentalną tępotę, nawet wtedy, gdy dążę do klarowności. Jednak jedyne czego potrzebujemy, to dostrzec, że ruch i bezruch są nieoddzielne. Odurzenie ruchem i poczuciem sprawczości jest tym co sprawia, że gubimy się, ignorując wrodzony bezruch. Gdy pozostajemy obojętni wobec pierwotnej podstawy, jest wówczas tak, jakby wiedzący i to co wiemy, robiący i to co jest robione, były dwoma odrębnymi domenami, dwoma osobnymi aspektami rzeczywistości. Jeśli ta interpretacja funkcjonuje jako nasz pogląd, wówczas podtrzymujemy swoje oddzielenie – pośród nieskończonej przestrzeni niemożliwości oddzielenia. Osobna część nie może objąć całości, lecz całość zawsze obejmuje wszystkie „części”. Dwa pierwsze aspekty miłującej dobroci wibrują pośród absolutnej miłującej dobroci, obecne niczym tęcze na niebie. Jednak pomimo, że absolutna dobroć przenika zarówno aspekt intencjonalny i performatywny, nie są one w stanie objąć aspektu absolutnego. Tak więc konieczne jest przebudzenie się ku zawsze-obecnej prawdzie, że oddzielanie tak naprawdę nie oddziela pola doświadczenia od jego podstawy, ponieważ pośród wrodzonego niedualizmu po prostu nie ma niczego do oddzielenia.

Całość jest w swej pełni niezmienna; wszelka różnorodność jest jej własnym, bogatym przejawieniem, które nigdy nie oddziela się od niedualności. Słyszę to, a jednak czuję pociąg do afirmowania swego poczucia „ja” za pomocą intensywności pragnienia, by wszystkie istoty były szczęśliwe. W ten oto sposób zwodzi mnie szlachetność.

Nie twórz hierarchii dharmicznych poglądów i praktyk. Wszystkie są właściwe, wszystkie są puste. Niezgodą, sprzeciw, i wybory albo-albo, pojawiają się tylko wtedy, gdy jesteśmy uwięzieni w dualizmie. Pełnia jest pełna i niepodzielna. Pogląd rozjaśniający pełnię, pogląd rozjaśniany przez pełnię, ukazuje współpracę wszystkich aspektów dharmy. Pielgrzymka, pomaganie umierającym, płkanie wraz z cierpiącymi – wszystko to jedynie gra pustki. Pośród niedualnego poglądu, który stał się dla nas żywą prawdą, wszystko jest dopuszczalne i wszystkie ścieżki dharmy stanowią promiennosc dharmakaji.

James Low, 27 marca 2020

Przełożył Jan Szlagowski