

Odpieranie wszystkich problemów

Wszystkie cierpienia samsary pochodzą ze złudzeń względem prawdy - z wiary w odrębność istot i rzeczy, z których każda jawi się jako posiadająca własne wrodzone istnienie. Na skutek tego, przejawienia brane są za coś innego niż ich czyste źródło. Z owej wiary w dualizm wyłania się błędne przekonanie, że podmiot i przedmiot naprawdę się różnią. To z kolei prowadzi do rozpoznawania jednych jako "przyjaciół", zaś innych jako "wrogów".

Wierząc we własne istnienie i wyższość nad wrogami, łatwo można poczuć, że ma się prawo ich atakować i pozbawiać ziemi, dobytku, oraz życia. Z drugiej strony, jeśli wierzymy, że ci którzy nas ciemnią i zagrażają życiu i szczęściu innych są prawdziwie istniejącymi bytami, łatwo może pojawić się w nas uczucie nienawiści, prowadząc do myśli o zemście i przemocy.

Nauki Dharmy wskazują na iluzoryczną naturę wszystkich przejawień. Gdy nasz opór wobec zobaczenia tego zostaje dodatkowo wzmocniony agresją innych, stajemy się równocześnie sztywni i niestabilni. Jeśli pragniemy zaradzić tej ograniczającej tendencji, powinniśmy osadzić swój umysł w pustce i unikać ulegania dualistycznym myślom i emocjom. Podążając drogą środka niedualności, możemy uniknąć skrajnych stanów beznadzieji i przepełnionego nienawiścią pobudzenia. W szczególności, możemy recytować poniższe krótkie teksty i używać wyjaśnionej w Sutrze Serca mocy niedualności, by ożywić nasze zrozumienie Dharmy i odeprzeć dualistyczne złudzenie agresora. Gdy mówimy *Dok! Dok! Dok!* (str. 5), przy każdym *Dok!* klaszczemy dłońmi, wyobrażając sobie, że cała negatywna moc agresora zostaje zwrócona w jego kierunku. *Dok!* jest tybetańskim słowem oznaczającym odsyłanie czegoś do miejsca, z którego przyszło. To nie jest zemsta, lecz po prostu zwrócenie podarunku, o który nie prosiliśmy i którego nie chcemy przyjąć. Mówimy: *"To należy do ciebie, proszę, zatrzymaj to sobie!"*

Pewnego razu, gdy Budda Śakjamuni udał się do wioski aby żebrać, przyszedł do pewnej chatki i czekał przed jej drzwiami z miską w rękach. Po chwili z wnętrza wyszedł mężczyzna i zaczął krzyczeć: *"Wy żebracy jesteście tacy leniwi, a jednak chcecie jeść! Chcecie, żebym was karmił. Jesteście bezużyteczni!"* Zarzucił Buddę obelgami, podczas gdy ten cierpliwie czekał. Gdy mężczyzna skończył krzyczeć, Budda powiedział: *"Przyszedłem prosić o jedzenie, nie o gniew. Proszę, zatrzymaj sobie swój gniew"*, po czym spokojnie odszedł.

Gdy myślimy o ogromie cierpień powstałych na skutek agresywnej i bezdusznej inwazji na Ukrainę, powinniśmy starać się rozpuścić agresję, ofiarowując w zamian uzdrowienie, jak to ma miejsce w *Ofiarowaniu Radości* na stronie 5.

Moc bezstronnej równowagi jest ogromna. To spokojny i klarowny punkt wyważenia pomiędzy byciem odciętym a byciem pobudzonym. Powinniśmy próbować praktykować w duchu Czterech Niezmierzoności na stronie 2.

Gdy umysł jest spokojny, wówczas jasna klarowność pustki odbija wszelkie skierowane ku niemu szkodliwe energie niczym wypolerowana metalowa powierzchnia. Ów brak przyjmowania i potwierdzania pozwala ujrzeć wrodzoną pustkę nienawiści i awersji.

Wszystkie istoty posiadają jedno i to samo źródło, będące Pierwotnym Buddą. Powinniśmy unikać urzeczawiania, oczerniania i uprzedzeń. Odrzucamy i odpieramy wszelkie szkodliwe energie i przejawienia. Oby zniknęły bez śladu w nienarodzonym źródle! Obyśmy wszyscy przebudzili się jako niezmienna obecność przytomnej świadomości!

Praktyka

Schronienie i Bodhiczitta

Aż do osiągnięcia oświecenia przyjmuję schronienie w Buddzie, Dharmie i Doskonałym Zgromadzeniu. Obym dzięki zasłudze płynącej z praktyki szczodrości i pozostałych doskonałości osiągnął stan buddy dla pożytku wszystkich istot.

Siedmioczęściowa praktyka

Wszelką, choćby najmniejszą zasługę, którą zgromadziłem dzięki oddawaniu czci, składaniu ofiar, wyznawaniu błędów, cieszeniu się ze szlachetności innych, poszukiwaniu nauk Dharmy i proszeniu Buddów, by nie umierali - dedykuję dla oświecenia wszystkich istot.

Cztery Niezmierzoności

Oby wszystkie istoty osiągnęły szczęście i przyczynę szczęścia. Oby wszystkie istoty były wolne od cierpienia i przyczyny cierpienia. Oby wszystkie istoty nigdy nie były oddzielone od szczęścia, w którym nie ma cierpienia. Oby wszystkie istoty spoczywały w równości wolnej od troski o bliskich i lekceważenia nieznanym i wrogów.

Aspiracja szczęścia

Niezawodne źródła schronienia: trzy Klejnoty i trzy Korzenie, a zwłaszcza niosący pomoc światu Czenreziku, wraz z Dzietsunmą Tarą i Guru Padmasambhawą - modlimy się do was, byście pamiętali o ślubowaniach, które złożyliście. Prosimy, udzielcie nam błogostawieństwa pełnego osiągnięcia naszej aspiracji.

W obecnych zdegenerowanych czasach, na skutek przyczyn i warunków wynikających z błędnych wyobrażeń i czynów wszystkich istot, oraz wzburzenia żywiołów w świecie i w naszych własnych ciałach, u zwierząt i ludzi pojawiają się nieznane wcześniej choroby. Gnębią nas planety, wężowe bóstwa, władcze duchy, negatywne siły i złe demony.

Pleśń, mróz i gradobicia niszczą plony. Wszędzie wybuchają spory i wojny. Deszcze i zasoby czystej wody są niewystarczające, opadają na nas śnieżne lawiny, zaś szkodniki niszczą łąki, sprowadzając głód. Następują trzęsienia ziemi, pożary i zniszczenia spowodowane wrogimi formami czterech elementów.

W szczególności, graniczne wojny i niepokoje sprowadzają wiele problemów dla nauk. Oby wszelkie rodzaje nękańcych świat nieszczęść zostały szybko poskromione i całkowicie usunięte.

Oby we wszystkich istotach, zarówno w ludziach jak i nie-ludziach, naturalnie pojawiła się doskonała bodhiczitta, tak by uwolniły się one od szkodliwych myśli i działań, zaś ich umysły wypełniła wzajemna miłość. Oby wszystkie światy wypełniła szczęśliwość, radość i dostatek, a nauki Buddy rozprzestrzeniły się daleko i trwały przez długi czas.

Dzięki mocy prawdy trzech Korzeni, buddów, bodhisattwów i wszelkich istniejących w samsarze i nirwanie źródeł szlachetności, a także dzięki mocy naszej doskonałej i czystej intencji - te modlitwy i aspiracje muszą zostać spełnione!

Sutra Serca

W języku Indii: *Bhagawatipradźniaparamitahridaja*. W języku Tybetu: *bChom-IDan-'Das-Ma Shes-Rab-Kyi Pha-Rol-Tu Phyin-Pa'i sNying-Po*. Zajmująca tylko jeden zwój papieru.

Tak usłyszałem: pewnego razu Bhagawan przebywał na Wzgórzu Sępa w Radżagryse, wraz z wielkim zgromadzeniem sanghi wyświęconych mnichów i bodhisattwów.

Bhagawan przebywał wówczas w doskonałej równowadze, pogrążony w rozróżniającej naturę zjawisk kontemplacji znanej jako „Głęboka świetlistość”.

W tym czasie wielki bodhisattwa Arja Avalokiteśvara utrzymywał głęboką praktykę transcendentnego mądrego rozróżniania, obserwując w skupieniu. Dzięki temu naprawdę zobaczył wrodzoną pustkę pięciu czynników składowych.

Wtedy, dzięki mocy Buddy, czcigodny Szariputra zwrócił się do bodhisattwy-mahasattwy Arja Avalokiteśwary tymi słowami: *„Jak powinni ćwiczyć się ci należący do dobrej rodziny, którzy pragną podążać ścieżką głębokiej praktyki transcendentnego mądrego rozróżniania?”* Tak oto przemówił.

Bodhisattwa-mahasattwa Arja Avalokiteśvara odpowiedział czcigodnemu Szariputrze w ten sposób:

„Szariputro, ktokolwiek spośród synów lub córek dobrej rodziny pragnie podążać głęboką ścieżką transcendentnego mądrego rozróżniania, powinien wnikliwie patrzeć w sposób który opiszę, wyraźnie widząc, że pięć czynników składowych jest w swej istocie pustych i nieposiadających wrodzonego istnienia.

Forma jest pusta. Pustka jest formą. Pustka nie jest różna od formy. Forma nie jest różna od pustki. Również uczucia, percepcje, formowanie i świadomość – wszystkie są puste.

Szariputro, w ten sam sposób wszystkie zjawiska są pustką. Są wolne od znaków i identyfikacji, nienarodzone i nieustające, wolne od splamień oraz od wolności od splamień, nie zmniejszają się ani też nie zwiększają.

Szariputro, tym samym pustka nie ma formy, uczuć, percepcji, formowania ani świadomości; nie ma oka, ucha, nosa, języka, ciała ani procesów mentalnych; nie ma formy, dźwięku, zapachu, smaku, tekstury i obiektów mentalnych. Pustka nie ma sfery działania wzroku, ani też domen pozostałych zmysłów, włącznie ze sferą procesów mentalnych. Pustka jest również pozbawiona wszystkich domen świadomości, włącznie ze świadomością procesów mentalnych.

Pustka jest wolna od ignorancji i wygaśnięcia ignorancji. Jest wolna od wszystkich dwunastu ogniów współzależnego powstawania, aż do starości i śmierci, a także od wygaśnięcia starości i śmierci. Podobnie, pustka jest wolna od cierpienia, jego przyczyny, wygaśnięcia oraz ścieżki prowadzącej do wygaśnięcia cierpienia. Pustka nie ma pierwotnej mądrości i jest wolna zarówno od osiągnięcia jak i braku osiągnięcia.

Szariputro, ponieważ nie ma więc nic co można by zyskać, bodhisattwowie polegają na transcendentnym mądrym rozróżnianiu i pozostając z umysłami wolnymi od zaciemnień, są wolni od lęku. Opuściwszy całkowicie krainę złudzeń, osiągają pełne wyzwolenie nirwany.

Wszyscy buddowie przebywający w trzech czasach również polegają na transcendentnym mądrym rozróżnianiu i posiadając tym samym niezrównane, doskonałe przebudzenie, są w pełni oświeconymi buddami.

Ponieważ tak właśnie jest, oto mantra transcendentnego mądrego rozróżniania, mantra wielkiej świadomości, niezrównana mantra. Oto mantra, która równoważy to co niezrównoważone. Oto mantra, która całkowicie uspokaja wszelkie cierpienie. To nie jest oszustwo, możesz więc poznać, że jest to prawda.

Recytuj mantrę transcendentnego mądrego rozróżniania:

**TADYATHA OM GATE GATE PARAGATE
PARASAMGATE BODHI SVAHA**

***'W ten oto sposób, przejść, przejść, przejść poza,
przejść całkowicie poza. Przebudzony – taki, jakim jest!'***

Szariputro, tak właśnie bodhisattwa-mahasattwa powinien ćwiczyć się w głębokim, transcendentnym mądrym rozróżnianiu”.

Wtedy Bhagawan wyłonił się ze swej kontemplacji i pochwalił bodhisattwę-mahasattwę Arja Avalokiteśvarę mówiąc: „Bardzo dobrze. Bardzo dobrze. Synu dobrej rodziny, tak właśnie jest. Jest dokładnie tak, więc głębokie, transcendentne mądre rozróżnianie powinno być praktywowane dokładnie tak, jak to właśnie pokazałeś. Wszyscy Tathagatowie będą się z tego cieszyli.”

Bhagawan przemówił tymi słowami, a wtedy czcigodny Szariputra, bodhisattwa Avolkiteśvara, wszyscy, którzy im towarzyszyli, a także wszyscy bogowie, ludzie, zazdrośni bogowie, lokalne duchy i inne światowe istoty cieszyli się i szczerze wychwalali mowę Buddy Bhagawana.

Odpieranie wszystkich problemów

Cokolwiek pojawia się w cyklu współzależnego powstawania, nie ma końca ani początku, nie jest trwałe ani nie może ulec zniszczeniu, nie przychodzi ani nie odchodzi, nie posiada różnych znaczeń ani też tylko jednego znaczenia - tym samym, wszystkie konceptualne konstrukty zostają całkowicie poskromione. Kłaniamy się przed pełnymi spokojem, wspaniałymi naukami mowy doskonałego Buddy.

Namo. Pokłon guru. Pokłon Buddzie. Pokłon Dharmie. Pokłon Sandze. Pokłon Wielkiej Matce, transcendentnej rozróżniającej mądrości, oraz otaczającemu ją kręgowi synów, Buddów dziesięciu kierunków. Dzięki mocy i efektywnej sile oddawania wam czci, te słowa prawdy muszą zostać spełnione.

W poprzednich życiach Lhawong Gyajin kontemplował głębokie znaczenie transcendentnej rozróżniającej mądrości. Czytał jej słowa i dzięki temu był w stanie odeprzeć wszystkie szkodliwe demoniczne tendencje. Podobnie i my kontemplujemy głębokie znaczenie transcendentnej rozróżniającej mądrości oraz czytamy te głębokie słowa. Dlatego, wszelkie problemy, przeszkody i trudności, które spotykają nas - guru, uczniów, sponsorów i wszystkich mających z nami związek - muszą zostać całkowicie odparte! Musimy być od nich wolni! Muszą zostać poskromione i uspokojone!

Dok! Dok! Dok!

Upadek metody, ochrony, czystości i praktyki mahajany, oraz działania zwodzącego istoty mary - wszystkie te problemy muszą zostać odparte.

Dok! Dok! Dok!

U wszystkich, którzy praktykują, by osiągnąć całkowite oświecenie, wszystkie zewnętrzne i wewnętrzne problemy tworzące przeszkody muszą zostać w pełni poskromione i uspokojone!

Dok! Dok! Dok!

Dawanie radości i przyjmowanie cierpienia

Kiedykolwiek będzie mi się powodziło, będę dedykował moją radość dla szczęścia wszystkich istot - oby ich szczęście wypełniło przestrzeń nieba! Kiedykolwiek będę miał problemy, przyjmę cierpienia wszystkich istot jako swoje własne brzemie - oby wyschły oceany cierpienia!

Skoro sama tylko myśl o pomaganiu innym jest doskonalsza od czczenia Buddów, nie trzeba nawet dodawać jak wspaniałe jest aktywne dążenie i praca na rzecz szczęścia i pomyślności wszystkich istot bez wyjątku!

Dedykacja zasługi

Oby dzięki zasłudze płynącej z wykonania tej praktyki wszystkie istoty przebudziły się ku temu, jakie naprawdę są. Oby wszystkie istoty cieszyły się obfitym szczęściem tego świata i były wolne od niepokoju, strachu i krzywdy.