

# WSZYSTKO NA TEMAT ZMIANY

**THANISSARO BHIKKHU**



e-mail: [sasana.pl@gmail.com](mailto:sasana.pl@gmail.com)  
website: <http://sasana.wikidot.com>



Zmiana jest centralnym punktem buddyjskiego wglądu. Fakt ten jest na tyle powszechny, że ukuto nawet slogan, który zawiera się w pytaniu: „Czyż zmiana nie jest tym, na czym polega buddyzm?”. Mniej znane jest to, iż ten punkt widzenia posiada pewne ramy, a zmiana nie występuje ani tam, gdzie wgląd się zaczyna, ani tam, gdzie się kończy. Początek wglądu rozpoczyna się w momencie, gdy kwalifikujemy zmianę pod kątem pragnienia prawdziwego szczęścia. Kwestia zostaje natomiast wyczerpana gdy mówimy o szczęściu, które leży poza zmianą. Gdy ludzie zapominają o tych ramach, tworzą swoje własne interpretacje nauk i często zakładają, że Buddha poruszał się wewnątrz tych samych schematów. Wymienimy poniżej dwa konteksty, które są zazwyczaj przypisywane Buddzie:

1. Wgląd w zmianę uczy nas przyjmować nasze doświadczenia, bez przywiązywania się do nich — czerpać z nich jak najwięcej w chwili obecnej, poprzez pełne docenienie ich natężenia, w pełni wiedząc, że niedługo będziemy musieli je puścić, aby przyjąć to, co przyjdzie jako następne.
2. Wgląd w zmianę uczy nas nadziei. Ponieważ zmiana wbudowana jest w naturę rzeczy, nic nie jest całkowicie ustalone, nawet nasza własna tożsamość. Nie ważne jak zła jest sytuacja, wszystko jest możliwe. Możemy robić to co chcemy, tworzyć taki świat, w jakim chcemy żyć i stać się czymkolwiek chcemy.

W przypadku pierwszej interpretacji opisana jest mądrość, która ukazuje nam sposób jak umiejętnie korzystać z przyjemności, niejako konsumując stany błogości. Jest to przypadek gdy chcemy by bezpośrednio, osobiste doświadczanie przyjemności pozostawało niezmiennie. Druga interpretacja oferuje sposób jak wytworzyć zmianę gdy jej potrzebujemy. Choć owe interpretacje czasem przedstawiane są jako uzupełniające się wglądy, to po prawdzie są ze sobą sprzeczne. Jeśli doświadczenia są tak przelotne i zmienne, to czy są one warte wysiłku wytwarzania ich? Czy można znaleźć prawdziwą nadzieję w oczekiwaniu na pozytywne zmiany, jeśli nie potrafimy doceniać rezultatów gdy się pojawiają? Czy nie programujemy się tym sposobem na rozczarowanie?

Czy jest to po prostu jeden z nieuniknionych paradoksów życia? Starożytna mądrość ludowa wielu kultur zdaje się to sugerować, abyśmy podchodzili do zmian z ostrożną radością i stoickim spokojem. Radzi się nam praktykę braku przywiązywania się do rezultatów naszych działań. Mówi się też, byśmy akceptowali potrzebę tworzenia przelotnych przyjemności tak umiejętnie jak potrafimy, ponieważ jedyną alternatywą byłaby beczynność i rozpacz. Ta rada także jest często przypisywana Buddzie.

Buddha nie był osobą, która by ślepo akceptowała jakąś teorię, bez jakiegokolwiek sprawdzania jej. Jego mądrość polegała na zdaniu sobie sprawy z wysiłku jaki trzeba włożyć w wytworzenie szczęścia. Będzie ono cokolwiek warte jeśli, dzięki procesom zmian, dojdzie się do takiego szczęścia, które nie podlega zmianom. W innym przypadku stajemy się więźniami z karą dożywocia w obozie pracy, w którym zmuszani jesteśmy do wytwarzania przyjemnych doświadczeń by zaspokajać nasz głód [błogostanu]. Jednak pokarm ten zdaje się być pozbawiony prawdziwej istoty, a my nigdy nie jesteśmy syści.

Wnioski te skrywają się w pytaniu, które według Buddy należy zadać sobie na początku wglądu:

Jakie czyny mogą doprowadzić do mego długotrwałego dobrobytu i szczęścia?

To prymarne pytanie, zadawane jest z powodu pragnienia, jakie stoi za wszelkimi świadomymi działaniami. To pragnienie brzmi: osiągnąć poziom przyjemności warty za-inwestowanego wysiłku. Spowodowane jest to uświadomieniem sobie, że życie wymaga wysiłku i że jeśli nie jesteśmy ostrożni, to możemy przeżyć całe swoje życie na próżno. Tak więc to pytanie wraz z wnioskami i ukrytymi pragnieniami, pokazuje kontekst dla poglądu na temat zmian jaki proponował Buddha. Jeśli przyjrzymy się dokładnie tej perspektywie, zauważymy załączki wszystkich wglądów [Błogosławionego] na temat tworzenia i korzystania ze zmian.

Pierwsza część pytania — „Jakie czyny mogą doprowadzić...?” — skupia się na tworzeniu, na potencjalnych efektach ludzkiego działania. Przed swym przebudzeniem, Buddha opuścił dom i przebywał w dzikich ostępach, aby dokładnie zbadać tę jedną kwestię. Mianowicie chciał zobaczyć do jakiego momentu ludzkie działanie jest efektywne, oraz czy może to zaprowadzić do sfery, która będzie poza zasięgiem jakichkolwiek zmian. Jego przebudzenie było potwierdzeniem tej tezy — pod warunkiem oczywiście, że rozwojowi towarzyszyła będzie odpowiednia skala prawidłowych działań. Dlatego nauczał, że istnieją cztery rodzaje działania, zgodne z czterema poziomami umiejętności. Trzy pierwsze [działania] tworzą przyjemne, nieprzyjemne i mieszane doświadczenia, które istnieją w wymiarze czaso-przestrzennym. Czwarty rodzaj prowadzi poza działanie, do poziomu szczęścia przekraczającego wymiar czasu i przestrzeni, zatem eliminuje potrzebę dalszego wytwarzania szczęścia.

Ponieważ czynności wytwarzania i konsumowania wymagają czasu i przestrzeni, zatem szczęście przekraczające czas i przestrzeń, zgodnie ze swą naturą, nie będzie ani wytworzone, ani skonsumowane. Gdy więc Buddha osiągnął to szczęście i wyszedł poza tryb wytwarzania i konsumowania, był w stanie odwrócić się i zobaczyć dokładnie, jak olbrzymią rolę odgrywają te działania w zwykłym doświadczeniu i jak bardzo jesteśmy przez nie zniewoleni. Zobaczył, że nasze doświadczenie terażniejszości jest działaniem — czymś wymyślonym lub stworzonym z chwili na chwilę, z surowców dostarczonych przez przeszłe działania. Wymyślamy nawet swoją tożsamość, nasze poczucie tego, kim jesteśmy. Jednocześnie próbujemy konsumować wszelką przyjemność, którą możemy odnaleźć w tym, co stworzyliśmy — chociaż w swoim pragnieniu konsumowania przyjemności, często pożeramy ból. Z każdą chwilą produkcja i konsumpcja splatają się. Konsumujemy doświadczenia, gdy tylko je wytworzymy i produkujemy je w tym samym czasie gdy z nich czerpiemy przyjemności. Sposób w jaki konsumujemy naszą błogość lub ból, może stworzyć następne przyjemności i bóle, teraz i w przyszłości, zależnie od stopnia naszej wprawności.

Trzy części dalszej frazy w pytaniu Buddy — „mego długotrwałego dobrobytu i szczęścia” — dają podstawy oceniania naszego poziomu wprawności w podejściu do prawdziwej przyjemności czy szczęścia. (Palijskie słowo, tutaj — sukha — może być przetłumaczone jako przyjemność, szczęście, łatwość lub rozkosz). Stosujemy te podstawy względem

doświadczeń, które konsumujemy: jeśli nie są one długotrwałe, to nie ważne jak są przyjemne — nie są one prawdziwym szczęściem. Jeśli nie są prawdziwym szczęściem, to nie ma żadnego powodu, aby uznać je za „moje”.

Ten wgląd tworzy podwaliny trzech cech [ti-lakkhana], o których nauczał Buddha dla wywołania poczucia beznamiętności wobec doświadczenia, ograniczonego czasem i przestrzenią. Anicca, pierwsza z trzech, jest najważniejsza. Odnosi się do wszystkiego co się zmienia. Często tłumaczy się ją jako coś „nietrwałego” i jest w rzeczywistości zaprzeczeniem nicca, co znaczy „trwałe”, czy „pewne”. Wszystko co się zmienia, jest niestałe. Różnica pomiędzy „nietrwałe”, a „niestałe”, może się wydawać semantyczną, ale jest ona istotna dla sposobu, w jaki anicca funkcjonuje w naukach Buddy. Jak nieustannie powtarzają wczesne teksty, jeśli coś jest anicca, wtedy automatycznie pojawiają się dwie pozostałe cechy: [doświadczenie] będzie także dukkha (niesatysfakcjonujące) i anatta (bezosobowe), tj. niewarte uznania za mnie lub moje.

Jeśli przetłumaczymy anicca jako nietrwałe, to powiązanie pomiędzy trzema cechami może się wydawać sporne. Ale jeśli przetłumaczymy to jako niestałe i rozważymy trzy cechy w świetle oryginalnego pytania Buddy, to powiązanie będzie jasne. Jeśli szukasz stabilnej podstawy dla długotrwałego szczęścia i komfortu, to wszystko co niestałe będzie w sposób oczywisty miejscem niesatysfakcjonującym dla pokładania twoich nadziei — jak próba zrelaksowania się na niestabilnym krześle, którego nogi skłonne są w każdej chwili się połamać. Jeśli rozumiesz, że twoje poczucie osobowości jest czymś wolicjonalnym i wymyślonym — że ty „chcesz” je wytworzyć — to nie będzie żadnego istotnego powodu, aby nadal tworzyć „mnie” czy „moje”, wokół jakiegokolwiek doświadczenia, które jest niestałe i niesatysfakcjonujące. Będziesz chciał czegoś lepszego. Nie będziesz chciał by takie doświadczenie było celem twojej praktyki.

A więc co zrobisz z doświadczeniami, które są niestałe i niesatysfakcjonujące? Mógłbyś potraktować je jako coś bezwartościowego i wyrzucić je, ale to byłoby marnotrawstwo. W końcu zadałeś sobie tyle trudu, aby je najpierw wytworzyć. Co więcej, okazuje się, że jedynym sposobem, w jaki możesz osiągnąć ostateczny cel, jest [właściwe] spożytkowanie takich doświadczeń. Tak więc możesz się nauczyć, jak ich używać jako środków do celu. Natomiast rola jaką mogą odgrywać prowadząc do celu, jest określana za pomocą rodzaju działania, które wzięło udział w ich wytwarzaniu. Będzie to albo rodzaj działania, który tworzy przyjemność prowadzącą do celu, lub taki, który tego nie robi. Te które to robią, Buddha nazwał „ścieżką”. Działania te obejmują takie akty jak szczodrość, akty cnoty oraz praktykę mentalnej absorpcji lub koncentracji. I chociaż podlegają one trzem cechom, to tworzą poczucie przyjemności stosunkowo stabilne i bezpieczne, głębiej zaspokajające i odżywiające, niż akt tworzenia i konsumpcji zwykłych, zmysłowych przyjemności. Tak więc jeśli dążysz do szczęścia w czasie cykli zmian, powinieneś zwrócić się ku szczodrości, cnotcie i mentalnej absorpcji, aby to szczęście wytworzyć. A jeśli dążysz raczej do szczęścia idącego poza zmianę, to te same działania nadal mogą ci pomóc, poprzez rozwijanie jasności umysłu, potrzebnej do przebudzenia. W każdym razie, są one umiejętnościami, które warto opanować. Są twoim podstawowym zbiorem narzędzi, dlatego chcesz utrzymać je w dobrym stanie i w pełnej gotowości.

Jeśli chodzi o inne rodzaje czy to przyjemności czy niewygody — związane z zaangażowaniem w świat zmysłowy czyli ogólnie te, związane z posiadaniem ciała i umysłu — mogą one służyć jako obiekty, które będziesz kształtował swoimi narzędziami — jako surowce dla wnikliwości prowadzącej do przebudzenia. Poprzez uważne ich badanie pod kątem trzech cech — rozpoznając jak bardzo są niestałe, niesatysfakcjonujące i bezosobowe — staniesz się mniej skłonny do dalszego ich tworzenia i konsumowania. Zobacysz, że twój uzależniający nałóg wymyślania ich, pochodzi całkowicie od głodu i ignorancji zawartej w stanach furii, awersji i iluzji. Gdy te wnioski dadzą początek beznamiętności wobec zarówno wymyślonych doświadczeń, jak i wobec procesów wymyślania, wkroczysz na ścieżkę czwartego rodzaju kammy, prowadzącej do sfery gdzie nie ma śmierci.

Ta ścieżka zawiera dwa istotne zwroty. Pierwszy przychodzi, gdy cała pasja i awersja w stosunku do zmysłowych przyjemności i bólu została porzucona, a ty przywiązujesz się już tylko do przyjemności wynikającej z koncentracji. Na tym etapie następuje zwrot i badasz przyjemność wynikłą z koncentracji na podstawie tych samych trzech cech, których używałeś w kontemplowaniu zmysłowych doświadczeń. Trudność sprawia tu to, że zacząłeś tak bardzo polegać na solidności swojej koncentracji, że raczej nie będziesz szukał jej wad. Jednocześnie niestałość skoncentrowanego umysłu jest o wiele bardziej subtelna, niż ta odnosząca się do doświadczenia zmysłowego. Ale gdy już przekroczysz swoją niechęć do szukania niestałości [w skoncentrowanym umyśle], z pewnością nadejdzie ten dzień, gdy zaczniesz to wyczuwać. Wtedy umysł będzie mógł się skłonić ku sferze gdzie śmierć nie ma dostępu.

Tu pojawia się drugi zwrot. Jak pokazują teksty, gdy umysł napotyka sferę bezśmiertną, może ją zacząć traktować jak obiekt umysłowy — dhammę — a wtedy może wytwarzać wobec niej uczucie pasji i zachwytu. Wymyślone poczucie osobowości, które tworzy i konsumuje tę pasję i zachwyty, staje na przeszkodzie do pełnego przebudzenia. Tak więc na tym etapie logika trzech cech musi przyjąć nowy kierunek. Pierwotna logika — „Cokolwiek jest niestałe, jest niesatysfakcjonujące; cokolwiek jest niesatysfakcjonujące, jest bezosobowe” — pozostawia otwartą możliwość, że cokolwiek jest stałe, może być (1) pełne spokoju i (2) osobowe. W rzeczywistości chodzi tu o pierwszą możliwość: cokolwiek jest stałe jest pełne spokoju; brak śmierci jest w rzeczywistości ostatecznym spokojem. Natomiast druga możliwość nie określa w umiejętny sposób co jest stałe: jeśli podchwycisz koncepcję że to co jest stałe to osobowość, to będziesz tkwić w tym przywiązaniu. Aby przejść poza czas i przestrzeń, musisz wyjść poza wymyślanie tworzącej i konsumującej osobowości, dlatego też ostatecznym wglądem w ścieżkę jest: „Wszystkie dhammy” — stałe lub nie — „są bezosobowe”.

Gdy ów wgląd wykona już swoją pracę przekraczając jakąkolwiek pasję, czy zachwyty w stosunku do braku śmierci, pojawi się pełne przebudzenie. Na tym etapie nawet ścieżka zostanie porzucona, a pozostaje sfera gdzie nie ma śmierci, choć już nie będzie to obiekt umysłowy. Po prostu zaistnieje — nieustannie na pierwszym miejscu, oraz oddzielona od wyobrażenia czasu i przestrzeni. Kończy się całe to konsumowanie i tworzenie na rzecz własnego szczęścia, ponieważ odnaleziony został wieczny dobrobyt. A ponieważ wszystkie

obiekty umysłowe zostały w tym szczęściu porzucone, to kwestie stałego lub niestałego, stresu lub spokoju, osobowości lub braku osobowości, nie są już istotne.

Wyłania się wtedy buddyjski kontekst wglądu w zmianę: podejście, które na poważnie bierze zarówno potencjalne efekty ludzkiego wysiłku, jak i podstawowe ludzkie pragnienie, aby ten wysiłek nie poszedł na marne. Oznaczać ono będzie, że owa zmiana ma w sobie potencjał, aby zaprowadzić do szczęścia, które będzie poza zasięgiem [zjawiska zmiany]. Rozwijanie umiejętności, które poprowadzą do stworzenia prawdziwego szczęścia — tym jest buddyjski wgląd. Używa on trzech cech — niestałości, napięcia i bezosobowości — nie jako abstrakcyjnych stwierdzeń na temat istnienia, ale jako zachęty do opanowania tych umiejętności, jako wskazówek do mierzenia swego postępu w trakcie drogi. Gdy trzy cechy są użyte w ten sposób, prowadzą do szczęścia, które przekracza zarówno je same, jak i działania wytwarzania i konsumpcji oraz całą przestrzeń i czas.

Gdy zrozumiemy ten kontekst dla trzech cech, możemy jasno zobaczyć pół-prawdy zawarte we wglądach na temat wywarzania i konsumpcji zmiany, które są często mylnie przypisywane Buddzie. Jeśli chodzi o produkcję — prawdą jest to, że mając wystarczająco dużo cierpliwości i wytrwałości, możemy stworzyć praktycznie wszystko, łącznie z niesamowitymi zastępami tożsamości, [budując je] z surowca chwili obecnej. Pytanie jednak brzmi: co tak po prawdzie warto jest tworzenia? Uwięziliśmy samych siebie w obszjach tworzenia i konsumowania zmiennych przyjemności i zmiennych osobowości, mimo że istnieje możliwość użycia tej zmiany, aby uciec z tego więzienia do wolności szczęścia, przekraczającego czas i przestrzeń. Czy chcemy skorzystać z tej możliwości? Czy raczej wolimy spędzić nasz wolny czas na puszczeniu baniek mydlanych w promieniach słonecznych, wpadających przez nasze więzienne okno i próbować czerpać przyjemność z oglądania wirujących wzorów na ich powierzchni, zanim pękną?

To pytanie wiąże się z mądrością na temat konsumpcji. Czerpanie jak najwięcej z naszych zmieniających się doświadczeń nie oznacza przyjmowania lub łapczywego wykorzystywania ich intensywności. Chodzi natomiast o to by nauczyć się właściwego podejścia do przyjemności i niewygody. Nie powinny być postrzegane jako przelotne produkty finalne same w sobie. Powinny być interpretowane jako narzędzia służące do przebudzenia. W każdej chwili dostarczane nam są surowce — niektóre z nich są atrakcyjne, inne nie. Zamiast przyjmować je w zachwycie lub wyrzucać w obrzydzeniu, możemy się nauczyć, jak je wykorzystać do stworzenia kluczy, które otworzą nasze więzienne drzwi.

Co się tyczy mądrości nie przywiązywania się do rezultatów naszych działań. W rozumieniu Buddy pojęcie to może mieć sens jedynie wtedy, gdy głęboko troszczymy się o rezultaty naszych działań i chcemy opanować procesy przyczyny i skutku, które prowadzą do prawdziwej wolności. Innymi słowy, nie tworzymy bajek, w których nasze działania — prawidłowe lub nie — zawsze kończą się będą natychmiastowym szczęściem, aby wszystko co włożymy do zamka, będzie automatycznie otwierać drzwi. Jeśli to co zrobiliśmy, było nieprawidłowe i doprowadziło do niepożądanych rezultatów, to będziemy chcieli się przyznać do naszych błędów i dowiedzieć się dlaczego się pojawiły, tak abyśmy mogli się nauczyć, jak następnym razem je naprawić. Jedynie wtedy, gdy będziemy

posiadali cierpliwość do obiektywnego patrzenia na rezultaty naszych działań, to na podstawie badania kluczy, które nie otwierają drzwi, będziemy w stanie nauczyć się tego, jak ostatecznie stworzyć właściwy klucz, który to zrobi.

Z tym podejściem możemy sprawić, że większość procesów zmian wykształci w nas umiejętność, która uwolni nas z więzienia niekończącego się tworzenia i konsumowania. Wraz z tym wyswobodzeniem, zanurzymy się w wolności szczęścia, które będzie tak doskonałe, że przekroczy kategorie pierwotnego pytania, które nas tam zaprowadziło.

Nie musimy robić nic więcej; nasze poczucie „mnie” i „mojego” zostanie odrzucone. Nawet „długotrwałe”, które sugeruje czas, wymazywane będzie przez nieskończone. Stałe szczęście leży zupełnie poza zakresem naszych ograniczonych przez czas i przestrzeń koncepcji szczęścia. Będąc całkowicie niezależne od obiektów umysłowych, jest nieskażone i nie podlegające zmianom, nieograniczone i czyste. Jak mówią nam teksty, leży ono nawet poza zakresem „totalności” i „wszystkiego”.

I na tym właśnie polega praktyka buddyjska.

Tekst do bezpłatnego rozpowszechniania. Możesz wydrukować kopię tego tekstu na własny użytek. Możesz przeformatować ten dokument i w tak zmienionej formie rozprowadzać na komputerach lub w sieciach komputerowych, pod warunkiem, że dostęp oraz dalsza dystrybucja pozostaną bezpłatne. W każdym innym wypadku zastrzega się wszelkie prawa.

Oryginał można znaleźć na tej stronie:

<http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/thanissaro/change.html>

Źródło: Przepisane z dokumentu dostarczonego przez autora.

© 2004 Thanissaro Bhikkhu

Access to Insight edition © 2004



Redakcja portalu tłumaczeń buddyjskich: <http://SASANA.PL/>

Tłumaczenie: Maudgalyayana

Redakcja polska: Portal Sasana.pl