

# Buddyzm, umysł i sny

10.10.2012



**Miewasz sny o lataniu? Pewnie tak, tylko kto w nich lata, czy aby na pewno Ty? Ty, który czytasz ten tekst? Na ile rzeczywistość jest rzeczywista? Może to ona jest snem z którego kiedyś się obudzisz?**

W buddyzmie istnieje pogląd, że wszystkie rzeczy są złożone, nietrwałe i pozbawione samoistnienia. Oznacza to, że wszystko, co wydaje nam się realnym światem istnieje tylko na zasadzie zmiany. Wszystko przechodzi fazę pojawienia się następnie trwania składającego się z mniej widocznych zmian i fazę zaniknięcia. Dodatkowo

wszystko, łącznie z tym, co określamy, jako „JA” istnieje tylko dzięki połączeniu konkretnych przyczyn i warunków i jeśli te zanikną, zaniknie również dany fragment „rzeczywistości”.

Wystarczy zastanowić się ile różnych przyczyn i warunków musiało się pojawić, by powstał niniejszy tekst, lub jak łatwo sprawić, by zniknął. Mógłbym całe życie spędzić przytaczając przykłady, tylko, po co? Jeśli ktoś nie wierzy, to powinien sprawdzić, najlepiej przyglądając się uważnie najbliższemu otoczeniu z włączoną opcją myślenia. Po czymś takim nie będzie, wierzę, czy nie wierzę natomiast pojawi się wiedza.

Drugim ważnym poglądem jest taki, że istnieje coś, co nie podlega pod powyższą koncepcję. Tym „czymś” jest **UMYSŁ**. Oczywiście umysł nie jest rzeczą, którą można zlokalizować, wyodrębnić i zbadać. W buddyzmie mówi się, że umysł jest pusty, co oznacza jednocześnie, że ma niczym nieograniczone możliwości, że istnieje poza koncepcją narodzin i śmierci. Umysł jest wieczny. Istnieje koncepcja, że umysł czy też świadomość jest pierwotna w stosunku do materii. Że to istnienie obserwatora jest powodem powstania świata przejawionego. Że być może istnieje coś w rodzaju kosmicznej świadomości... Takie teorie stawiają na głowie całe nasze pojmowanie świata, ale od czasu słynnego eksperymentu myślowego nazwanego „Kot Schrödingera” naukowcy nie tylko biorą pod uwagę podobne założenia, ale tworzą również całkiem poważne teorie. Pojawiają się też pierwsze projekty badawcze, jak np.: Projekt Globalnej Świadomości dr Nelsona organizowany przez Uniwersytet w Princeton. (<http://noosphere.princeton.edu/>). Dotychczas nauka twardo stała przy stanowisku, że to mózg jest generatorem świadomości, obecnie odzywają się głosy naukowców, którzy dopuszczają do świadomości myśl, że może umysł tylko przetwarza świadomość, jest czymś w rodzaju radiostacji komunikującej się ze świadomością niezlokalizowaną w konkretnym miejscu.

Tak, czy inaczej Buddyzm naucza, że świadomość może istnieć bez ciała lub może przyjmować za swoje mieszkanie nowo tworzące się ciało. Naucza też, że to, co bierzemy za nasze „JA” jest tylko

błędnym postrzeganiem zjawisk pojawiających się w umyśle. Adept medytacji już podczas pierwszej sesji zauważa, że myśli pojawiają się bez jego woli, a nawet wbrew woli. Jeśli usiądziecie na chwilę i pozostawicie umysł w spokoju, to zaraz pojawią się różne myśli. Zamawialiście je? Nie! Można je zablokować, ale nie można sprawić, by się nie pojawiały. Podobnie pojawiają się różne odczucia, czy to pozytywne, czy negatywne. Jesteście np. z dziewczyną/chłopakiem, pojawia się szczęście. Nagle dziewczyna/chłopak oświadcza, że odchodzi - szczęście znika, a zamiast niego pojawia się cierpienie, czasem gniew. Nie było tych odczuć wcześniej, a teraz są. Jeśli złapiecie daną myśl, czy uczucie, to wskutek błędnego postrzegania uznacie, że dana myśl jest wasza, jest waszą częścią, a przecież to nieprawda, przecież nie było jej wcześniej. Podobnie jest z rzeczami materialnymi. Czujemy ciało, więc podświadomie uznajemy je za nasze, za nasze „JA”. Otaczamy się rzeczami, które też tworzą nasze „JA”, mamy poglądy (zazwyczaj tworzone przez środowisko, w którym żyjemy), które również uznajemy za „JA” tymczasem te wszystkie rzeczy pojawiły się na skutek przyczyn i warunków, a następnie znikną, nastąpi zmiana. W rzeczywistości **nasze „JA” jest jak przepływająca rzeka, z której nabieramy kilka kubków wody.**

Miewam czasem sen, w którym nie jestem sobą. Zakładam, że i wam zdarzają się takie sny, będziecie, więc wiedzieć, o czym piszę. W takim śnie oczywiście nie pamiętam jak się nazywam, nie mogę zobaczyć swego ciała, nie pamiętam również nic ze świata jawy. Czy wobec tego w tym śnie jestem sobą? Nie. Jestem czystą, nieskażoną wspomnieniami świadomością, w której pojawiają się różne dziwne zjawiska, np. latanie. Lataliście kiedyś we śnie? Piękne uczucie. Wracając jednak do tematu twierdzę, że w takim śnie nie jestem tym samym człowiekiem, co na jawie. We śnie mój umysł łapie fantastyczne zjawy sennie i to one decydują o formie sennego tymczasowego „JA”. Mamy wobec tego dwa rodzaje „JA” – snu i jawy, tylko, które jest prawdziwe i dlaczego? To temat do przemyśleń... Co sprawia, że po obudzeniu jestem pozornie tą sama osobą? No cóż, budzę się zazwyczaj w jednym miejscu zwanym domem, jeśli nie jest to mój dom, to i tak po przebudzeniu do pamięci ładowane są wspomnienia z czasu poprzedzającego sen. To dzięki pamięci istnieje **wrażenie liniowości „JA”**. Odczucia charakterystyczne dla mojego ciała również stanowią o liniowości, jak również nasze otoczenie, którego nie zmieniamy przecież zbyt często, nasi partnerzy życiowi i ludzie, których często spotykamy w pracy, szkole. Wszystko te pseudo realne rzeczy pojawia się w naszej świadomości tak samo, jak subtelne myśli, czy uczucia i podobnie jak one są zmienne i nietrwałe, tylko, jak już pisałem, pamięć sprawia, iż błędnie postrzegamy je, jako fundament naszego ja.

*„Umysł właśnie taki jest. Jeżeli niczego tam nie ma, nic się nie pojawia - to nazywamy to naturą przestrzeni umysłu, a kiedy coś się pojawia, manifestuje - to jest to natura jego przejrzyistości. Natomiast fakt, że zarówno przestrzeń jak i to, co się w niej pojawia, może istnieć nierozdzielnie, jednocześnie - jest nieograniczonością umysłu. Jeśli śledzicie rozwój nauki, zapewne wiecie, że naukowcy w warunkach laboratoryjnych rozbili najmniejsze atomy, cząstki, kwarki i inne części materii. W czasie innych doświadczeń całkowicie opróżnili pewne kapsuły, ich przestrzeń, z materii i ku ogromnemu zdziwieniu, bez żadnej przyczyny, materia zaczęła ponownie się tam pojawiać. Wszystko to zgadza się z tym, co Budda mówił 2500 lat temu: "Pustka jest formą, forma jest pustką. Pustka i forma są od siebie nieoddzielne". Tak to właśnie jest.”*

*„Wszystkie inne religie mają bogów i diabłów, mają dobro i zło, ale w buddyzmie bogowie i diabły, dobro i zło pojawiają się w umyśle, rozgrywają się tam i z powrotem się w nim rozpuszczają. Owa otwarta przestrzeń umysłu jest wspanialsza od wszystkiego, ma większą moc niż cokolwiek, co może się w niej pojawić. To, że umysł jest pusty jest jego szczególną właściwością. Wszystko, co pojawia*

*się w umyśle jest uwarunkowane: pojawia się w nim, rozgrywa i potem znika. Tylko absolutna prawda jest rzeczywista, a jedynymi absolutnymi uczuciami są owa nieustraszonosc, radość i współczucie.”*

*Lama Ole Nydahl - [www.buddyzm.edu.pl](http://www.buddyzm.edu.pl) - Fragment wykładu wygłoszonego 15.08.1996 r. w ośrodku buddyjskim w Kucharach*

Buddyzm, nawet, gdy nie jest brany zbyt poważnie i niezbyt pilnie praktykowany, to i tak wprowadza do zwykłego umysłu więcej przestrzeni. Sprawia, że znika podział na albo to albo tamto, a pojawia się miejsce na to i to. Zaczynamy patrzeć na życie trochę jak na film, trochę jak na sen, dzięki czemu częściowo znikają powody do zmartwień, złości, zazdrości. Zaczynamy zauważać więcej pozytywnych aspektów życia, zaczynamy zauważać piękno i tworzyć piękno. Oby tego piękna było w naszym życiu jak najwięcej.

Niech wszystkie istoty będą szczęśliwe.

Krzysztof Szczypka

[www.amitaba.republika.pl](http://www.amitaba.republika.pl)

[www.okobuddy.republika.pl](http://www.okobuddy.republika.pl)