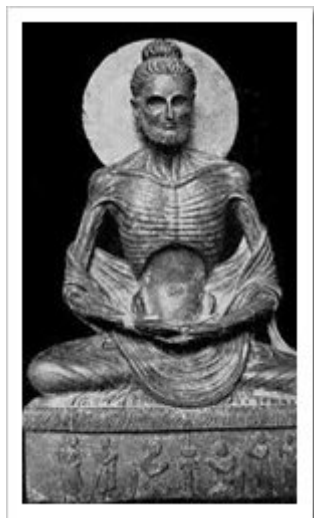


# Czy cierpienie uszlachetnia?

29 09 2010

**Nikt nie chce cierpieć i wszyscy poszukują szczęścia – to jedna z uniwersalnych prawd nie tylko buddyjskich. Cierpienie jest do... nie będę się wyrażał, choć w tym przypadku byłoby wskazane użyć kilku epitetów na określenie czegoś, ogólnie niepożądanego, czego nikt nie lubi, ale...**



W buddyzmie zbyt często cierpienie określa się jako pomyłkę\*, coś zupełnie niepotrzebnego, czego każda istota stara się pozbyć, natomiast chrześcijaństwo gloryfikuje cierpienie zupełnie zatracając pierwotne znaczenie nauk o nim. Wygląda na to, że mamy tutaj dwa różne podejścia, które wykluczają porozumienie w tym temacie na poziomie dwóch różnych religii.

Może dalsza część tekstu będzie brzmiała jak herezja, ale ta „herezja” odzwierciedla jedynie aktualny stan mojego umysłu. Postaram się mianowicie sprowadzić pojmowanie cierpienia w tych dwóch wielkich religiach do wspólnego mianownika zaczynając od pojmowania buddyjskiego.

To prawda, że Budda w swych pierwszych naukach mówił o cierpieniu i drodze do pozbycia się cierpienia, prawdą jest również, że każdy człowiek i każda inna żywa istota pragnie unikać cierpienia – jest to jedno

z prawideł świata ożywionego. Budda dobrze o tym wiedział i zgodnie z pragnieniami istot pozostawił wskazówki, dzięki którym zainteresowani mogli wyzwolić się z cierpienia. Nie twierdził jednak, że od cierpienia koniecznie należy uciekać, wręcz przeciwnie, mówił o wrażliwości na cierpienie innych istot, jako o ważnym elemencie drogi do oświecenia i mówił to mając na uwadze własne doświadczenia.

Budda odkrył sposób na pozbycie się cierpienia, co było jego głównym celem, ale przy okazji odkrył też prawdziwą naturę świata, prawdziwą naturę czujących istot. Droga do ustania cierpienia jest również drogą do Nirwany.

*“Dlaczego oznajmiłem [Cztery Szlachetne Prawdy]? Dlatego iż jest to korzystne, stanowi podstawę świętobliwego życia, prowadzi do Wyzwolenia, do spokoju, zniszczenia [cierpienia], do bezpośredniej wiedzy, do Oświecenia, do Nirwany. Oto dlaczego oznajmiłem je.” Culamalunkya Sutta, zbiór Majjhima Nikaya*

Nie da się wstąpić na tą drogę bez odczuwania pewnego poziomu cierpienia.

Pomijając już nauki Buddy, można samemu zauważyć, że nie wszyscy w zawsze uciekają od cierpienia niczym zbite psy, w końcu jako jedyni posiadamy wolną wolę, co oznacza, że możemy postępować wbrew swym pragnieniom i instynktom. Są wśród nas tacy, których istnienie cierpienia motywuje do świadomych, szlachetnych działań na rzecz innych istot. W buddyzmie mówi się, że kroczą oni ścieżką Bodhisattwy lub inaczej Wielką Drogą.

Osobiste cierpienie wywołuje dwie reakcje – najczęściej chęć obrony i pozbycia się go, ale w niektórych przypadkach budzi również współczucie, gdy cierpiący człowiek uświadomi sobie, że inni cierpią w taki sam sposób. Przeżycie cierpienia lub inny sposób otwarcia się na niego tworzy niejako Bodhisattwę, dając mu siłę duchową i motywację do działania dla dobra wszystkich odczuwających istot.

Na buddyjskiej drodze niezbędne jest uświadomienie sobie, że istnieje cierpienie, że są istoty które

cierpią w tej właśnie chwili, niezbędne jest uświadomienie sobie czym naprawdę jest cierpienie, ale jak to zrobić gdy samemu żyje się wygodnie? poprzez rozmyślania? Można. Tak też właśnie się czyni, choć jest to proces powolny i efekty bywają nietrwałe, dopiero osobiste przeżycie cierpienia otwiera nam oczy i daje prawdziwy impuls do działania. Taka już nasza natura.

Podobnie jest w chrześcijaństwie, dopóki człowiek żyje w miarę wygodnie to i jego wiara jest podobna – w miarę płytka. Dopiero silne przeżycia powodują, że zaczyna on zastanawiać się nad sobą, nad swoją wiarą. Jedni wtedy uciekają się do opieki Boga ojca pokładając w nim nadzieję, że uchroni ich od cierpienia, drudzy natomiast, poprzez służbę Bogu starają się pomagać innym.

Prawdą jest, że nadmiar cierpienia jest bez sensu, ale prawdą jest również, że bez cierpienia nie byłoby buddyjskiej drogi do oświecenia, które przecież nie jest tylko prostym pozbyciem się cierpienia. Cierpienie w buddyzmie jest jedną z motywacji do praktyki. Czy bez cierpienia ktokolwiek byłby zainteresowany rozwojem duchowym i osiągnięciem oświecenia? Raczej nie. Tak, więc pewna jego dawka jest potrzebna.

Jeszcze jedna sprawa, czy bez cierpienia istniałoby współczucie? Czy obchodziliby nas inni? Czy istniałoby coś takiego jak odwaga? I wreszcie czy bez cierpienia istniałoby szczęście? Gdyby nie istniało cierpienie, to czy Siddhartha Gautama porzuciłby wygodne książęce życie i wkroczył na Szlachetną Ścieżkę osiągając ostatecznie stan Buddy?

Odpowiedź brzmi krótko – Nie.

Ja, zatem śmiem twierdzić, wiedząc, że jest to tylko jeden z punktów widzenia, że samo istnienie cierpienia powoduje, że każdy z nas w mniejszym lub większym stopniu staje się szlachetny z tą uwagą, że jednym wystarczy sama świadomość istnienia cierpienia, a inni muszą go doświadczyć by odkryć w sobie wrażliwość na cierpienie innych istot. Bez istnienia cierpienia szlachetność po prostu nie istnieje i taki punkt widzenia mógłby już łączyć obydwie religie. Inną sprawą jest fakt, że nadmierna ilość cierpienia po prostu nie służy niczemu, a wręcz, jak wszystko, co w nadmiarze jest szkodliwa i może nawet ową szlachetność zabić. Tutaj jest właśnie problem chrześcijaństwa, które zbyt wielką wagę przywiązuje do cierpienia. Jakiegokolwiek cierpienia bez zważania na jego ilość i sens, a to już bywa szkodliwe.

Chrześcijanie powołują się na Jezusa, który cierpiał na krzyżu nie zważając jednak na to, że cierpiał on w szlachetnym celu powodowany współczuciem – nie po prostu i nie dla Boga, ale po to by wyzwolić z grzechu – cokolwiek to znaczy – wszystkich ludzi i tym samym uchronić ich od cierpienia.

Chrześcijanie zbyt dużą wagę przywiązują do słów zapisanych w ewangeliach, które przecież są tylko błędym odbiciem tego, co Jezus naprawdę chciał przekazać, a na takiej podstawie można udowodnić praktycznie wszystko. Słowa w księgach zniekształcone są przez myśli ludzi, którzy je wiele lat po śmierci nauczyciela spisywali, można powiedzieć, że są jedynie odbiciem ich stanu umysłu. Należy tedy patrzeć nie na wątpliwe słowa, ale czyny Jezusa, a te wskazują na jedno, że miały one głęboki sens i cel który uczynił go szlachetnym. To ze względu na swe czyny Jezus nazywany jest przez buddystów Bodhisattwą.

Niestety chrześcijanie w każdym przypadku pomiędzy słowem cierpienie, a szlachetność stawiają znak równości nie patrząc na sens owego cierpienia, to już jest zwykła głupota wynikająca z niezrozumienia przekazu biblijnego. Podobną głupotą jest przyjmowanie na siebie cierpienia, nawet w szlachetnym celu, w przypadku, gdy są inne możliwości pomocy niewiążące się z cierpieniem. Chrześcijanie w każdym takim przypadku powinni zadać sobie pytanie, czy ich Bóg naprawdę pragnie, by cierpieli? Bo jeśli tak, to do diabła z takim bogiem...

Również buddyści powinni się zastanowić, do czego dążą, czy tylko do uniknięcia cierpienia, czy do oświecenia?.

Bycie buddystą nie polega na unikaniu cierpienia, tak przecież czynią instynktownie wszystkie, nawet najmniejsze istoty, więc gdzie tu zasługa, gdzie świadome działanie, które odróżnia nas od

zwierząt. Bycie buddystą oznacza między innymi, że jest się świadomym, wrażliwym na cierpienie innych i że świadomie kieruje się własnym życiem, nawet, jeśli miałyby to oznaczać przyjęcie na siebie większej dawki cierpienia. Po to właśnie mamy Cenne Ludzkie Ciało z możliwościami i umysłem tak różniącym się od umysłu innych istot.

Podobnie jest w chrześcijaństwie – wrażliwość na innych, współczucie bez oglądania się na własne ego prowadzi do rozwoju duchowego. W tych dwóch religiach różnią się tylko „marchewki” – w chrześcijaństwie jest nią Bóg, w buddyzmie oświecenie. To dwa pojęcia, których i tak nie jesteśmy w stanie pojąć zwykłym umysłem, a których prawdziwy sens poznamy dopiero po dotarciu do celu. Być może okaże się, że jest to jedno i to samo.

Napiszę jeszcze jedno... Cierpienie uszlachetnia, gdy wzbudza w nas współczucie dla innych, cierpienie bez takiego sensu i cierpienie w nadmiarze jest do dupy i tą sensacją zakończę ten artykuł.

Właściwie nie zakończę, bo przytoczę jeszcze fragment książki Pema Cziedryn “Kiedy życie nas przerasta”

“Stephen Levine (autor książki, ‘Kto umiera?’) pisał o przepełnionej goryczą kobiecie umierającej w straszliwych męczarniach. Niespodziewanie, gdy zdawało się jej, że nie znieśie już dłużej cierpienia, zaczęła doświadczać bólu innych umierających osób: wycieńczonej głodem etiopskiej matki, nastolatka umierającego z przedawkowania narkotyków w jakimś obskurnym mieszkaniu, przygniecionej przez osuwającą się ziemię mężczyzny, konającego samotnie na brzegu rzeki. Kobieta ta nagle odczuła nie tyle swój ból, co ból wszystkich istot. Nie chodziło już tylko o jej życie, lecz o życie w ogóle.

Takie współodczuwanie cierpienia, niemożność traktowania go z dystansem, świadczy o tym, że nasze czułe miejsca zostały odsłonięte. Świadczy o tym, że obudziła się w nas bodhiczitta. W sanskrycie słowo to oznacza “szlachetne przebudzone serce”.

W trudnych chwilach jedynie bodhiczitta ma moc uzdrawiania. Gdy zaczynamy tracić ducha, gdy gotowi jesteśmy się poddać, właśnie wrażliwość wywołana przez ból może nas uratować. W naszych sercach rodzi się prawdziwa bodhiczitta. W samotności, lęku, niezrozumieniu czy odrzuceniu bije prawdziwe serce smutku.

Żywimy wprawdzie przekonanie, że broniąc się przed cierpieniem, robimy dla siebie coś dobrego, ale tak naprawdę w ten sposób stajemy się tylko bardziej wystraszeni, nieczuli i wyobcowani. Doświadczając siebie jako oddzielonych od całości, budujemy sami dla siebie więzienie. Zamykamy się w kręgu własnych nadziei, lęków i troski tylko o najbliższych. Co ciekawe, jeżeli nade wszystko staramy się uniknąć dyskomfortu – cierpimy. Gdy jednak nie odcinamy się od cierpienia i pozwalamy go sercu doświadczać, odkrywamy nagle, że tworzymy wspólnotę ze wszystkimi istotami.

Praktyka tonglen – przyjmowanie i wysyłanie – służy wzbudzeniu bodhiczitty, wejściu w autentyczny kontakt z pierwotną szlachetnością serca. Polega na wizualizacji przyjmowania do siebie bólu i wysyłania w zamian radości i szczęścia.

Jest to praktyka stwarzania przestrzeni we własnym życiu, pozwalająca swobodnie oddychać i odprężyć się. Gdziekolwiek zetkniemy się z cierpieniem, wraz z wdechem przyjmujemy je do siebie, wyrażając jednocześnie życzenie, by każda czująca istota została uwolniona od bólu. Gdy w jakiegokolwiek formie doświadczamy szczęścia, wraz z wydechem wysyłamy je innym istotom, życząc im, by one także doznały radości. Praktyka tonglen zmniejsza brzemień, które nam ciąży, zwiększa w nas przestrzeń i uczy bezwarunkowej miłości.”

---

\* Cierpienie wynika z niewiedzy, błędnego postrzegania rzeczywistości i charakteru własnej egzystencji. Cierpienie jako takie nie istnieje.

*Krzysztof Szczypka*

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