

# PROSTOWANIE NASZYCH POGLĄDÓW

AJAHN SUWAT SUVACO



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



## Prostowanie naszych poglądów *Ajaan Suwat Suvaco*

Przetłumaczone z tajskiego przez  
Thanissaro Bhikkhu

Medytując, trenujemy umysł. To jest bardzo ważne dla jego kondycji. Jednak, jeśli nie rozwinie w sobie odpowiednich nawyków i chcąc, by trening ów odniósł skutek, o jaki nam chodzi, ćwiczenie umysłu może się stać naprawdę trudne, bo umysł sam w sobie jest subtelny i wrażliwy i trenując go musimy oprzeć się na swoich najczystszych wewnętrznych cechach. Musimy przekształcić swój charakter, musi cechować się on skrupulatnością, elastycznością, uległością, powinniśmy też wyzbyć się agresji i wykazywać szacunek dla każdej czującej istoty.

Musimy zdecydować, że pójdziemy w ślady kogoś, kto to wszystko to doskonale wie, kto już wkroczył na ścieżkę, kogo w treningu uważności umysłu i wnikliwości możemy uznać za lepszego od nas i lepszego, jeśli chodzi o czystość działań.

Czy ktoś taki istniał lub istnieje? Tak - to księżę Siddhattha Gotama, człowiek, który w jednym ziemskim wcieleniu osiągnął stan Buddy. Z nim trudno komukolwiek się równać. Nie możemy nawet myśleć o porównywaniu swoich poglądów i opinii z jego oglądem, gdyż On prawdziwie wytrenował siebie i dla osiągnięcia celu poświęcił wszystko, nawet swoje przetrwanie.

To, że ciągle przebywamy w samsarze, życie po życiu, przez tak długi czas, powodują nasze nawyki. To z powodu nawyków co rusz tracimy z oczu ścieżkę, zbaczamy z niej lub ją porzucamy. Ulegamy swoim wymówkom, wymówkom, które uniemożliwiają nam kroczenie ścieżką Buddy.

Jakąż ścieżkę wyznaczył dla nas Budda? Dla naszej mowy, dla naszego umysłu? Siddhattha Gotama dokładnie wskazał, jak postępować w codziennym życiu. Powinniśmy żyć według jego zasad, powinniśmy je praktykować je i szanować.

Mędracy powiedzieli, że podążanie ścieżką Buddy nie jest trudne, gdyż nie tworzy ona niebezpieczeństw, nie wymaga od nas działań ani brutalnych, ani przykrych.

Przeanalizujmy zatem nauki Buddy i oceńmy, czy warto za nimi podążać. Czy mają w sobie jakieś wady, czy zawierają poglądy nie do zaakceptowania? Czy możemy u Buddy znaleźć jakikolwiek słaby punkt, usprawiedliwiający przekonanie, że nasza opinia jest lepsza i że nie musimy przestrzegać jego nauk?  
Czy znajdujemy coś przeciw niemu?

Po uważnym zbadaniu - nie, niczego takiego nie znajdziemy.  
Czy stanie się więc nam jakaś krzywda, jeśli go posłuchamy i zastosujemy w swoim życiu jego nauki?

Musimy się dobrze obserwować, by wiedzieć, gdzie zagnieździły się nasze wady.

To jak przygotowania do podróży. Możemy być w świetnej fizycznej kondycji, lecz jeśli pojedziemy niesprawnym samochodem, możemy ulec wypadkowi.

Tak więc, medytacja testuje sprawność naszego pojazdu, czyli umysłu i tego, co w nim mamy - uprzedzeń i poglądów.

Budda poświęcił wiele uwagi poglądom, gdyż to właśnie poglądy sprawiają, że tkwimy w okowach błędów i zaciemnień umysłu.

Kiedy nasze poglądy są wadliwe, nasze cnoty również mogą stać się wadliwe. A wówczas i praktyka stanie się wadliwa i łatwo o zboczenie ze ścieżki.

Nasze poglądy stają się wadliwe, kiedy umysł jest zatruty przez iluzje i kiedy brakuje mu czujności. Może być w nim dużo wiedzy, dużo informacji, lecz bardzo mało czujności. Możemy być bardzo bystrzy i inteligentni, jednak możemy nie widzieć wadliwości własnych poglądów. Tylko zrealizowani mędracy, ci, którzy wydostali się poza nasz przyziemny poziom, mogą wskazać błędy w naszych poglądach. Musimy więc trenować, zwłaszcza ten aspekt naszego charakteru, musimy prostować nasze błędne poglądy (ditth'uju-kamma), wyzwać się z nich i zastępować poglądy błędne poglądami nieskazitelnymi.

Aby to osiągnąć, musimy wypracować w sobie nawyk nieustannej uwagi (sposzregawczości). Musimy nauczyć się odpowiedniej obserwacji przeszłych dokonań, tak pozytywnych, jak i negatywnych.

Zazwyczaj nie obserwujemy uważnie własnych czynów i skutków, jakie przynoszą. Dlatego popełniamy stale te same błędy. Sprawiamy sobie cierpienie, lecz nie wyciągamy ze swych działań wniosków. Dlatego kręcimy się bez końca w cyklu samsary. Robimy błędy, lecz nie rozpoznajemy ich jako błędy, robimy rzeczy dobre, lecz nie rozpoznajemy ich jako rzeczy dobre. Nie umiemy prawidłowo zakwalifikować własnych czynów i dlatego wszystko jest zaciemnione.

Lecz jeśli będziemy trenować uważność i oczyszczanie serca, to nie popełnimy tego samego błędu dwa razy, nie będziemy cierpieć w ten sam sposób po raz drugi, nauczymy się dokonywać tylko korzystnych dla siebie wyborów.

Kiedy wspomnimy nasze wcześniejsze zapatrywania i działania, i porównamy je z działaniami mędrców, wyraźnie zobaczymy, co należy przestać robić, co jest dla nas bezużyteczne.

Ale gdy nie pozwolimy odejść naszym starym poglądom, nie będziemy w stanie przestać robić rzeczy, których robić nie powinniśmy. Dopóki będziemy trzymać się starych poglądów, dopóty będą za nami podążać wciąż te same, stare cierpienia. Nigdy nie będziemy umieli znaleźć ścieżki prowadzącej do kresu cierpienia.

Dlatego szlachetna ośmioraka ścieżka zaczyna się od samma-ditthi - właściwego poglądu. Właściwy pogląd prawidłowo opisuje rzeczy nam bliskie (wewnętrzne i zewnętrzne), rzeczy, które zawsze były takie od niemającego początku czasu.

Kiedy więc widzimy Dhammę, prawdę o tym, jakimi rzeczy są i podążamy ścieżką Buddy - pozwalamy odejść swoim starym opiniom.

Budda uczył prawd, które możemy teraz studiować i osobiście przekonać się o ich

autentyczności.

Zaufanie Buddzie nie boli. Może nam wyłącznie pomóc. Jego przebudzenie dało korzyści i szczęście istotom świata i oczyściło te istoty świata, które posiadały mądrość i roztropność, potrzebne, by podążać ścieżką, którą On wyznaczył.

Przyjście Buddy wiedzie do cierpienia tylko tych, których od kroczenia Jego ścieżką powstrzymuje duma. Oni są jedynymi nieodnoszącymi korzyści z przebudzenia Buddy.

Jeśli chodzi nas, o naszą dumę i poglądy, to nie należy ich przed sobą skrywać. Powinniśmy być wobec siebie otwarci i uczciwi. Trzeba swoje uczucia najpierw uwolnić, a następnie usunąć. Nie wolno ich podtrzymywać.

Zazwyczaj nasze uczucia nie są naszymi przyjaciółmi. Nie myślimy, że idee, które lubimy, pomogą nam osiągnąć jasność i czystość. Swe uczucia powinniśmy rozpoznać, rozwinąć i oczyścić się z nich - wyzwolić od wszystkich wadliwych poglądów.

Kiedy będziemy wolni od zniewalających nas uczuć i poglądów, zostanie w nas jedynie to, co prawidłowe - skarby naszego umysłu. Kiedy nasze poglądy staną się prawidłowe, takie będą i nasze cnoty. A kiedy nasze cnoty stworzą dobry, solidny fundament, trening umysłu stanie się łatwy i prosty.

Problemem jest to, że nasze poglądy są zawsze gotowe do czynienia fałszywych założeń i do sprzeciwianiu się prawdzie. Stres jawi nam się przyjemnością, rzeczy krótkie - długimi, rzeczy, które powinny być zrobione - takimi, których robić nie trzeba.

To, co wiemy, że nie jest dobre, i o czym wiemy, że aby być w zgodzie z prawdą, powinno być naprawione, pozostawiamy nienaruszone i w konsekwencji z prawdą się nie zgadza. Jak więc możemy mieć nadzieję, że uda nam się wyzwolić z cierpienia? Jak możemy mieć nadzieję na osiągnięcie czystości?

Umysł jest czymś subtelnym i wrażliwym, przez błędne rozumienie łatwo ulega pomieszeniu. Dlatego, abyśmy mogli być oddani prawdzie, byśmy nawet w najdrobniejszych szczegółach ją szanowali i byśmy widzieli niebezpieczeństwo nawet najdrobniejszych przewinień, Budda stworzył metodę treningu nawyków. Inaczej - wyróżnił nawet najmniejsze złe uczynki, których powinniśmy unikać i w ostatecznym rachunku - porzucić je.

Często jednak czujemy, że nie możemy bez nich żyć.

Nie postrzegamy ich jako przewinień, nie widzimy przerażających niebezpieczeństw, które powstaną z naszych złych działań. Dlatego tak śmiało robimy to, co złe. A to, co Budda polecił, by czynić, z powodu naszych poglądów i dumy, czynić nie chcemy.

I to jest przyczyną, że nie możemy wejść w strumień Nibbany.

Jeśli chcemy praktykować tak, aby porzucić naszą dumę, tak, aby wejść w transcendentny strumień, musimy wyprostować nasze poglądy - ściślej - poglądy o samoidentyfikacji (sakkaya-ditthi).

Sakkaya-ditthi to pierwsze drzwi. Jeśli nie uda nam się naprawić tego rodzaju złych poglądów, nie będzie możliwe znalezienie drzwi następnych - tych, które otwierają dostęp do Bezśmiertelnego.

Będziemy ich szukać - bezskutecznie - i krążyć wokół nich - także bezskutecznie.

Nieważne, przez ile żywotów będziemy praktykować. Jeśli nie potrafimy wyprostować

naszych poglądów, zawsze będziemy jedynie chodzić wzdłuż ściany.

Musimy więc trenować i badać pod każdym względem nasze subtelne poglądy. Powinniśmy wzmacniać naszą pewność, by wzrastała i była większa od tej, którą mamy w chwili obecnej. Powinniśmy umacniać szacunek wobec Buddy i z większą przenikliwością studiować przekazane przez niego nauki.

Kiedy Budda mówi, abyśmy coś porzucili, powinniśmy to porzucić, nawet gdybyśmy się czuli wtedy tak, jakbyśmy kroczyli nad przepaścią, nawet jeśli miałyby to oznaczać naszą śmierć. Zwycięzimy jedynie wtedy, gdy zburzymy ścianę naszych poglądów. Jeśli ich nie zarzucimy, nie ma mowy o sukcesie.

Zapamiętajmy: Jeśli nie jesteśmy gotowi na najwyższe poświęcenie, nie mamy szans na zwycięstwo.

Jeśli chcemy otworzyć drzwi w ścianie i osiągnąć całkowite wyzwolenie od narodzin i śmierci, musimy przestać kręcić się w kółko. Jeśli ciągle zachowujemy się tak samo, nigdy nie wydostaniemy się z cierpienia i stresu. Praktykujmy więc uważność, próbujmy pokonać przekonania, które leżą zakopane w naszym sercu. Jakie przeszkody, zanieczyszczenia musimy zniszczyć, by zwyciężyć? Jeśli nie możemy ich pokonać za pomocą jednej metody, próbujmy używać innych, tylu, ile chcemy i ile znamy.

Nie pozwólmy błędom i zaciemnieniom stać się „sobą”. Nie pozwólmy, by stały się naszą jaźnią, zaangażowały nas w: ja-robienie, moje-robienie, czy inne poglądy związane z samoidentyfikacją.

Gdy w umyśle obecne są poglądy samoidentyfikacyjne, głupota umysłu prowadzi do niepewności (vicikiccha) i nie jest możliwe wyodrębnienie jasnych i mądrych wniosków.

Stale będziemy się więc chwytały zewnętrznych rzeczy, nazywanych „przywiązaniem do zasad i rytuałów” (silabbata-paramasa). Tak właśnie w czasach Buddy myśleli Dżiniści, którzy uważali, że uwolnienie osiągną poprzez zewnętrzne praktyki, bez treningu umysłu, warunkującego wnikliwość. Dżiniści myśleli, że przez swoje praktyki sprowadzą jakieś siły zewnętrzne, które ich zbawią, że zjawi się bóg, który ich uratuje.

Czystość naszych wewnętrznych działań znana jest tylko nam.

Budda nauczał: Nie ma nikogo, kto mógłby przyjść i nas zbawić. Jedynie my możemy to zrobić. Nie ma większego boga od pomocy, którą sami sobie możemy udzielić.

Wiec nie pozwólmy sobie na pomieszanie - zmącenie umysłu.

Pokonajmy swoje błędne poglądy, aby z prawdziwym szacunkiem i wiarą móc się schronić w Buddzie.

Nie przerywajmy medytacji.

*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.what-buddha-taught.net/Books3/Ajahn Suwat Straightening Out Your Views.htm](http://www.what-buddha-taught.net/Books3/Ajahn_Suwat_Straightening_Out_Your_Views.htm)

Źródło: Copyright © 2002 Thanissaro Bhikkhu

Access to Insight edition © 2002



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

Tłumaczenie: Moktak

Redakcja polska: Hermit, Wajra