

”Mnogość teorii ale brak wytrzymałości”
Ajahn Nyanamoli Thero,
Hillside Hermitage
(Mowa Dhammy nr 281 - po zredagowaniu)
Tłumaczenie Kondañño bh.

Pytanie: Jeśli chodzi o anatta – zwykła osoba uznaje swoją śmiertelność i zdaje sobie sprawę, że nie ma pełnej kontroli nad swoim ciałem. Jednak nadal traktuje wszystko osobiście i postrzega swoje ciało jako własne choć wie, że ono umrze.

Ajahn Nyanamoli: Dlaczego?

P: Dzieje się tak z powodu ich zachowania. Ich działania odzwierciedlają przekonanie, że mają kontrolę.

Nm: Dokładnie. Możesz mieć wszystkie właściwe koncepcje, ale jeśli twoje zachowanie się z nimi nie pokrywa, to dalej wzmacniasz błędne założenia. Tak więc, mimo że teoretycznie rozumiesz naturę istnienia, twoje nawyki i brak dbałości prowadzą cię w stronę zmysłowości, opieraniu się dyskomfortowi, nadmiernego folgowania sobie w jedzeniu i ogólnie niepohamowaniu zmysłów. W tym miejscu utrwalają się twoje błędne poglądy tj. poczucia bycia do tego typu postaw uprawnionym, kontrolującym i idei, że będziesz żyć wiecznie a działania są tego przedłużeniem, pomimo kontrastujących z nimi przekonań. Musisz więc zacząć działać zgodnie ze swoimi właściwymi ideami i oczyszczać zachowanie, aby stało się ich odzwierciedleniem.

W Suttach jest mowa o sāmanach i brahminach nie będących uczniami Buddy, którzy również mieli pewne właściwe idee, które kultywowali, na przykład:

„Nie jestem niczym co należy do kogokolwiek, gdziekolwiek ani nie ma nic co należy do mnie w kimkolwiek, gdziekolwiek”.

AN - 4,185

„Mnisi, spośród poglądów utrzymywanych przez ascetów innych grup, oto najlepsze a mianowicie: „Mogę nie być i to może nie być moje; nie będzie mnie i to nie będzie moje.” - An10.29

Zdali sobie oni sprawę, że wszystko zależy od okoliczności, łącznie z poczuciem kontroli. Może się to zakończyć w każdej chwili. Budda powiedział, że ten pogląd jest najlepszym wśród innych doktryn. Chodziło o to, że jeśli nie będziesz o tym myślał tylko raz w miesiącu, ale kiedykolwiek chcesz działać wobec świata, wobec niego, niej, tego czy tamtego, na pierwszym miejscu stawiasz ten pogląd: „Nie jestem niczym, co należy do kogokolwiek, ani w nikim nie ma nic, co należy do mnie, lub „Mogę nie być i to może nie być moje; nie będę i to nie będzie moje”. Przez to nie będziesz w stanie zaangażować się w pasję, niechęć lub rozproszenie. P: Mógłbym na przykład logicznie rozumować, że uczucia nie są moimi, ponieważ mogą ulec zmianie. Widzę to i w teorii w pewnym sensie odzwierciedla to słuszny pogląd. Rozumiem, że teoretycznie jest to nietrwałe lub niedostępne dla mojej kontroli. A teraz, gdy czuję ból, co mam zrobić?

Nm: Próbujesz się tego pozbyć, czy jesteś przez to niewzruszony? Nieuchronnie będziesz próbował się tego pozbyć, używając idei anicca (nietrwałości) itp. Ale jeśli naprawdę zaczniesz rozumieć te idee, zdasz sobie sprawę, że myślenie o Dhammie nie oznacza, że to jest Dhamma. Możesz więc mieć wszystkie właściwe pomysły, ale jeśli nie zastosujesz ich właściwie, nie ma tam Dhammy.

I ważne jest, aby to rozpoznać, ponieważ w przeciwnym razie łatwo można wpaść w pogląd: „No cóż, dopóki myślę o Dhammie, jestem na ścieżce”. Ale nie jesteś. Na ścieżce jesteś, kiedy stajesz się sotāpanną. To początek ścieżki. Jeśli nie widzisz Dhammy, oznacza to, że nie widzisz ścieżki. Jak możesz być na ścieżce, jeśli jej nie widzisz? I nie staniesz się sotāpanną za sprawą samych idei. Musisz zacząć je wprowadzać w życie i wytrzymać rzeczy na właściwym poziomie.

P: Można więc powiedzieć, że uczucia nie są moje...

Nm: Świetnie, teoretycznie już to wiesz. Więc co robisz? Powiedzmy, że pojawia się teraz okazja przyjemności. Co robisz w obliczu tej perspektywy?

P: Nie rozkoszuję się nią.

Nm: I co jeszcze? Czy działasz w tym kierunku? Podążasz za tym?

P: Nie, wytrzymuję to.

Nm: Jak długo?

P: Nieustannie.

Nm: Dokładnie. Jeśli więc są to prawdy, które zrozumiałeś, które zaakceptowałeś, które intelektualnie zweryfikowałeś jako prawidłowe, teraz zaczynasz to tak praktykować. To uczucie nie jest moje... Nie mam nad nim kontroli, to pułapka, cierpienie...

P: Na początku, jednak stoję twarzą w twarz z uczuciem i to uczucie wywiera na mnie presję, dotyka mnie, wydaje się być moje, a perspektywa z zewnątrz, czyli nauki Buddy, który mówi, że to nie jest moje...

Nm: Wygląda tak jakby było twoje, ale jest tam też opcja. Czy akceptujesz presję jako swoją, czy nie-moją? Jest przedstawiana jako twoja i dla ciebie, ale to nie znaczy, że musisz to kupować. Gdy wędkarz rzuca haczyk z przynętą, nęcąc do chwycenia, to rybie jawi się to jako coś korzystnego, ale ostatecznie ma ją zahaczyć, złapać w pułapkę. Być może nie od razu zauważysz tę pułapkę, ale przynajmniej wiesz, że dopóki tego nie weźmiesz, nie zahaczysz się.

Ogólnie rzecz biorąc, ważne jest, aby rozpoznać, że Dhamma zaczyna się od sotāpatti, a nie od idei Dhammy ani nawet klarowności, jaką możesz mieć.

Ponieważ będziesz stwarzał rozbieżność między swoimi ideami, które w twoim przekonaniu prowadzą cię na ścieżce Dhammy, a zachowaniem, które w dalszym ciągu do nich nie przystaje. Twoim brakiem wytrzymałości, brakiem rozpoznania rzeczy na właściwym poziomie, brakiem powściągliwości w zakresie konieczności radzenia sobie z dyskomfortem i nieprzyjemnymi rzeczami. Ale jeśli nie masz takiego poglądu to rozpoznasz: „Tak, te idee, choć są dla mnie jasne i przyjemne, mogą być słuszne i mogę później potwierdzić, że miałem, co do nich od samego początku rację. Jedynym sposobem by to zrealizować, nie będzie trzymanie się teraz tych poglądów na temat idei itd. i poczucie bezpieczeństwa z tego płynące. Przeciwnie, teraz zastosuję te poglądy w odniesieniu do zmysłowości, niechęci i rozproszenia”.

Tylko te trzy rzeczy. Nie musisz szukać weryfikacji nigdzie indziej.

P: Tylko w ten sposób będziesz mógł kiedykolwiek zweryfikować Dhammę.
Ponieważ ja mogę mieć swój pogląd, a ty możesz zgodzić się z moim poglądem.
Obaj możemy się zgodzić, że uczucia nie są moje...

Nm: ...i możemy na ten temat pisać prace naukowe, rozprawy doktorskie, z bogatą bibliografią i stworzyć całą sieć informacji. Ale to nie jest Dhamma. To jest informacja o Dhammie. Dopiero, gdy rzeczy będą wytrzymywane na właściwym poziomie będzie to Dhamma.

P: Rozumiem więc, że uczucia nie są moją własnością. Nie należą do mnie. Po prostu przychodzą i odchodzą.

Nm: Świetnie. Teraz kiedy rzeczy tak przychodzą i odchodzą, pozwól im przychodzić i odchodzić nie działając pod ich wpływem, nie próbując się ich pozbyć, nie rozkoszując się nimi, nie witając ich.

P: I rób to dalej.

Nm: Tak długo, jak będzie trzeba. Nawet gdyby miało to zająć całą wieczność.

P: Potwierdzeniem tego, że to zadziałało, jest fakt, że uczucia nie wywierają już na ciebie presji.

Nm: Ostatecznie tak. Odczuwane ciśnienie zmniejszy się. Ostatecznie nie będzie żadnej presji. Dlatego też phassa – presja nie może wywierać nacisku na ,Tego co jest bez gruntu'(Arahant), gdzie nie ma podłoża, na które wywierany może być nacisk. Arahant nie jest już w stanie doświadczać żadnego rodzaju presji mentalnej. Jest poza nią i nic nie może na niego wywierać presji.

„Kiedy w wiosce lub na pustyni dotknie cię przyjemność i ból, NIE traktuj tego jak twoje własne lub kogoś innego.

Presje naciskają z powodu przywiązania;

Jak presja mogła by naciskać tego kto jest wolny od przywiązania?”

Ud 2.1