

Trzy Klejnoty

Powierzam się Buddzie, powierzam się Dharmie, powierzam się Sandze; co to znaczy? Odnosimy się do nich jako „**Trzy klejnoty**”; „Klejnoty”, to trzy kamienie szlachetne, trzy bardzo cenne obiekty. Te trzy skarby, trzy klejnoty odnoszą się do Buddy, Dharmy i Sangi.

Budda to jest osoba Oświecona, Dharma to nauczania Buddy, Sangha to grupa ludzi która się zbiera, żeby praktykować mając wspólny cel. W tekstach jest powiedziane, że każda grupa powyżej czterech osób stanowi Sangę, zarówno wyświęconych czy świeckich osób. Więcej niż cztery osoby stanowią Sangę, mniej niż cztery, nie stanowi Sangi.

Można się do tego odnieść w ten sposób: Budda jest jak lekarz, który rozumie twoją chorobę. Dharma to lekarstwo, które może uleczyć twoją chorobę; Sangha to personel medyczny, który ci pomaga w trakcie twojego procesu dochodzenia do zdrowia.

Budda

Tak więc to co robi Budda; to Budda jest tym, który dzięki swojemu oświeconemu umysłowi, posiada bezpośrednie doświadczenie przyczyn cierpienia, jak również wie jak je oczyścić. On może ci pomóc usunąć wszelkie zanieczyszczenia umysłu, jak spacyfikować ten brud, te wszystkie fałszywe projekcje umysłu; usunąć te niepokojące poglądy; i w rezultacie, zapobiegać pozostawieniu swojego odcisku poprzez działania motywowane przez te niepokojące postawy. W ten sposób, obecność Buddy posiada moc, która umożliwi rozwinięcie cech, które są pożyteczne nie tylko dla nas samych ale dla innych ludzi. Ponieważ możesz budować rzeczy, i powiedzieć, „*naprawdę to jest bardzo dobre dla mnie*”, ale jeśli to jest kosztem szczęścia kogoś innego, to to nie jest pomocne. Więc Budda pomaga nam rozwijać wszystkie dobre cechy szlachetne, takie jak bezwarunkowa miłość, współczucie, łaskawość, wielką mądrość, a także „*umiejętne sposoby*” zastosowania współczucia w działaniu. „*Umiejętne sposoby*”, zawsze odnoszą się do tego jak zastosować współczucie w działaniu, przez co można pomagać innym.

Dharma

Dharma tutaj odnosi się do nauczania Pana Buddy; również jej zadaniem jest bycie środkiem zapobiegawczym, który utrzymuje nas wolnym od problemów, cierpienia i przyczyn cierpienia. Więc, Buddha Dharma zawiera nauczanie, które pochodzi od Pana Buddy, i również nauczanie, które pomaga rozwijać korzystny stan umysłu, który nam pozwala, przez praktykę, być prowadzonym do uwolnienia od cierpienia.

Sangha

Sangha to są takie istoty, które mają bezpośrednie nie-pojęciowe zrozumienie o nie istnieniu zmyślnego sposobu egzystencji. Więc kiedy mówimy o Sandze tutaj, to mówimy o Najwyższym Zgromadzeniu – to znaczy Bodhisattwów. Na przykład, możecie wybrać czterech z was tutaj – dobrać się losowo, jak kupując czekoladki, słodycze – ale nie ważne kogo dobierzesz, kogokolwiek dobierzesz, twoje myślenie w tym momencie opiera się na pojęciowym myśleniu. Tutaj odnosimy się do Wysokiego Zgromadzenia, to nie-pojęciowe zrozumienie o braku tego zmyślnego sposobu egzystencji. Więc to nie

odnosi się do normalnej Sangi ale Wysokiego Zgromadzenia Szlachetnej Sangii Wielkich Bodhisatwów.

Na niższym poziomie, Sangha również odnosi się do wspólnoty zwykłych mnichów lub ludzi, którzy starają się praktykować nauczania a Pana Buddy .

Więc ponieważ te trzy mogą nam pomóc uwolnić siebie samych od cierpienia, odnosimy się do nich jako **„Trzy Klejnoty”** – trzy cenne obiekty.

Jak rozumieć Trzy Klejnoty?

Więc, sposób w jaki można rozumieć Trzy Klejnoty, to widząc:

Przyznawanie, że jest się chorym

Po pierwsze rozpoznaj, przyznaj że, *„Jestem chory, mam chorobę, mam problem,”* musisz się przyznać. Jeśli pójdziesz do „AA”, Anonimowi Alkoholicy, mówisz, *„Witam, mam na imię John, nie piję od 2 dni”* i odpowiadają, *„John, wspaniale”* (klaskanie). *„Witam, jestem Mary, to mój piąty tydzień w trzeźwości,”* *„Mary, wspaniale”* (klaskanie). Musisz wstać i się przyznać, jeśli pójdziesz w inne miejsca, które służą kończeniu z nałogiem, jedną z pierwszych rzeczy, którą musisz zrobić to przyznać się otwarcie, w przeciwieństwie do mówienia, *„Ja nie mam problemu.”*

Postrzeżenie Buddy jako lekarza

Więc, po pierwsze musisz przyznać się, że masz problem; po drugie potrzebujesz kogoś kto może ci pomóc, jak lekarz. Zadaniem Buddy jest bycie lekarzem. Dlaczego? On wie co jest twoim problemem, wie co go spowodowało, i wie jak temu zapobiec, jak to powstrzymać. Sposób na powstrzymanie tego jest przez Dharmę – więc to jest prawdziwe powierzenie się.

Postrzeżenie Dharmy jako lekarstwa

Więc, kiedy powierzasz się Buddzie, Dharmie, Sandze: jeśli powierzasz się Buddzie ale nie Dharmie to nie ma z tego pożytku. *„Powierzam się lekarzowi, ale nie przyjmuję lekarstw, zaleceń,”* jak w ten sposób chcesz wyzdrowieć? Jeśli powierzasz się lekarzowi to musisz również powierzyć się lekarstwu – którym jest Dharma – to pomoże ci powstrzymać problem i wyleczyć przyczyny.

Postrzeżenie Sanghi jako personelu pielęgniarskiego

A Sangha jest jak personel pielęgniarski, który cię asystuje w powrocie do zdrowia.

Co to znaczy żeby powierzyć się Trzem Klejnotom?

Więc co to znaczy, żeby powierzyć się Trzem Klejnotom? Powierzenie się oznacza poleganie całkowicie, całym sercem, z całkowitą wiarą, na trzech doskonałych obiektach – Buddzie, Dharmie i Sandze, co inspiruje nas i prowadzi w stronę konstruktywnego i pożytecznego kierunku w naszym życiu. Powierzenie się nie oznacza pasywnego ukrywania się pod ochroną tego co ty uważasz, że jest Budda, Dharma, Sangą. To polega na powiedzeniu, *„Jestem zainspirowany tym co zrobiłeś, Ja również chcę osiągnąć to samo. Proszę prowadź mnie, wspieraj mnie, dziel się ze mną, pomóż mi osiągnąć taki sam poziom.”*

Więc to jest bardzo aktywny proces podążania w kierunku, który pokazali poprzez ich wcześniejsze zetknięcie się z cierpieniem, pokazując ci, *„To jest sposób w jaki się od tego uwolniłem. Postępując tak samo, ty też możesz osiągnąć to samo.”*

Więc to jest to co powierzenie się naprawdę oznacza. Kiedy ludzie się powierzają, to co wtedy robią to jasno się określają:

Po pierwsze, jaki kierunek życiowy teraz obierają. W jakim kierunku chcą skierować swoje życie. Już nie mówią więcej, *„no tak, właściwie to nie wiem, po prostu chcę spocząć na uboczu.”* Nie, oni mówią, *„To jest to kim ja chcę być, to jest dokąd chcę podążać.”*

Po drugie, oni również potwierdzają, kto jest ich przewodnikiem, kto ich prowadzi, kto jest tą osobą, której powinni słuchać i podążać za nią.

Po trzecie, kim są towarzysze, których będą się trzymać na tej drodze.

Musimy być ostrożni co do naszego towarzystwa na tej drodze

W Dapata, nauczaniu Pana Buddy, jest taki wers:

„Nie podróżuj z głupcem; ponieważ głupiec, nawet bez złych zamiarów, wyrządzi ci krzywdę.”

Kim są głupcy? Głupcy, którzy nie rozumieją co jest pożyteczne a co nie jest pożyteczne. Oni cię lubią, nawet zaproponują, że naprawią ci samochód, za darmo! Naprawią ci hamulce, *„W warsztacie jest za drogo, ja potrafię to zrobić, wygląda prosto, już widziałem wcześniej jak się to robi.”* Oni nie są mechanikami samochodowymi, nie znają się na tym. Wyolbrzymiają ich zrozumienie na temat czegoś na czym się nie znają. Więc naprawiają ci samochód, a ty mówisz, *„Świetnie, bardzo dziękuję, wszystko za darmo, bez pieniędzy? Bardzo dobrze!”* Wsiadasz do samochodu, jedziesz i się rozbijasz. W żadnym momencie nie chcieli cię skrzywdzić, tylko chcieli, żebyś ich polubił – myśleli, że wyrządzają ci przysługę. Ale ponieważ nie rozumieją jak mało wiedzą, to skończyło się na tym, że ciebie również skrzywdzili. Jeśli nie dostrzeżesz ich braku zrozumienia i przyjmiesz, że wiedzą ponieważ są starsi, ponieważ są twoim ojcem, ponieważ są twoją matką, są twoim bratem lub siostrą – ale w rzeczywistości nie znają się na tych rzeczach – ty polegasz na nich w tych sprawach, to w rezultacie wygenerujesz problem dla siebie.

Więc musimy bardzo uważać na towarzystwo jakie utrzymujemy na tej ścieżce. *„Kochaj wszystkie istoty jednakową miłością, ale bądź ostrożny z kim kształtujesz ten system wsparcia.”* Alkoholik, który chce przestać pić, który zwraca się o pomoc to innego alkoholika; jest mało prawdopodobne, że którykolwiek z nich zredukuje picie. *„Tak, jak przestać pić? Myślałem o tym. Napijmy się i zastanówmy się nad tym. Jestem pewien, że jest inny sposób.”*

Więc, jeśli masz te trzy, kiedy jesteś świadomy tego, w którym kierunku chcesz podążać w swoim życiu, jesteś świadomy tego kto będzie ci pomagał i prowadził, i bardzo jasno się określasz na temat tego jakiego rodzaju towarzyszy będziesz utrzymywał na tej drodze; tymi trzema działaniami wyeliminujesz niezdecydowanie i zagubienie, które się

pojawia w wyniku niepewności co do tego co chcesz robić, gdzie chcesz zmierzać, z kim chcesz być i jak zamierzasz to zrobić, za jednym pociągnięciem.

Niektórzy ludzie lubią przebierać w religiach i duchowości jak na wystawie sklepowej, jak w bufecie, *„Wezmę odrobinę tego,”* odrobinę Hindu, odrobinę Judaizmu, *„oh, to jest całkiem dobre, wezmę tego trochę,”* pomidor, ogórek, noga z kurczaka. Tego rodzaju bufet jest bezużyteczny. Dzisiaj jest poniedziałek, dzień kryształów, robimy terapię kryształami, *„kryształ, kryształ, piękny kryształ,”* drugiego dnia, zajmijmy się astrologią, *„gwiazda tu, gwiazda tam,”* następnego dnia spirytualne uleczenie, *„zdrowiej, zdrowiej, zdrowiej.”* Teraz czwartek, dzień jogi, a w piątek jest Tai Chi, *„Tai Chi taniec, jak płynnie, jestem jak ryba.”* Bezużyteczne – ponieważ to wszystko polega na tworzeniu większej ilości złych poglądów, więcej przywiązania, więcej ciasnoty umysłowej, nonsens. Kiedy mój mistrz, Jego Świątobliwość Penor Rinpoche został zapytany, *„Jego Świątobliwość, co myślisz o New Age?”* przez jedno z pism, odpowiedział, *„bezużyteczne,”*

Tak, że powierzenie się jest naprawdę jasnym wskazaniem, *„Podjąłem/ęłam tę jasną decyzję o tym jaka jest moja ścieżka.”*

Co to są istoty czujące?

Teraz, zadano mi pytanie kilka dni temu, *„czasem czytamy tekst po angielsku, czasem jest w nim mowa o istotach matkach, czasem istotach czujących, czasem jest mowa o czujących istotach matkach, czym są te istoty czujące, o których ciągle słyszymy?”* Wszystkie rzeczy wokoło nas, które posiadają świadomość, czy to jest owad czy ptak czy nawet bakteria w twoich jelitach, są istotami czującymi. Komputer właściwie to nie jest istotą czującą, mimo tego, że zauważyłem, że ludzie do nich mówią. Kiedy nie działa, na serio widziałem ich jak uderzają w stół. Prawdopodobnie uderzyli by ten komputer, za który właśnie zapłacili pewne pieniądze, całkiem duże pieniądze, *„właśnie cię zaprogramowałem,”* mówią do nich. Pewnego razu miałem studenta w moim domu, kilka lat temu, piszącego program. Jestem całkiem pewien, że w pokoju jest tylko jedna osoba, ale słyszę rozmowę, on mówi do komputera. Takie rzeczy się przytrafiają ludziom IT.

Obecnie ludzie stają się coraz bardziej odizolowani żyjąc w czasach sieci i czasach Internetu. Ludzie spędzają więcej czasu; czują się lepiej z Internetem, z witryną internetową niż faktycznie z prawdziwymi ludźmi. To się w istocie dzieje teraz z dziećmi; nie mają umiejętności wchodzenia w interakcję z prawdziwymi ludźmi. Ale interakcja z innymi ludźmi nie trzyma się kupy mimo wszystko, więc to sprawia, że się jeszcze bardziej wycofują do swojego małego świata. Przeciętna młoda osoba w Tajwanie spędza 3 godziny dziennie w sieci, więc możecie zrozumieć dlaczego tak się dzieje.

Następnie sieć oczywiście robi się coraz szybsza, w takich miejscach jak Korea, Taiwan i Hong Kong jest bardzo szybka, dlaczego? Ponieważ ludzie dużo jej używają. A kiedy pojedziesz do Indii, raz tam byłem, siedziałem przez godzinę próbując się połączyć z moim e-mailem. Po jednej godzinie, nawet w Indiach, normalnie oni są bardzo uparci jeśli chodzi o pieniądze, powiedzieli, *„Dzisiaj jest za darmo.”* Ponieważ nie ma prądu, kiedy jest prąd to nie ma połączenia, to są Indie, co zrobisz?

Istoty czujące są takie, kiedy jesteśmy pod wpływem tych niepokojących postaw, o których mówiłem, takich jak ignorancja, a następnie budujemy postawy, które są negatywne i generujemy zachowania, które są negatywne, to jest to co sprawia, że krążymy w narodzinach, starzeniu się, chorobie i śmierci, to jest powód dlaczego. Więc w trakcie doświadczamy, pomiędzy narodzinami i momentem, w którym umieramy, doświadczamy mnóstwo problemów i trudnych sytuacji w naszym życiu. Więc próbujemy chwycić się czegoś, „może kiedy się ożenię wydaje mi się, że będzie lepiej, jeśli będę mieć dzieci to będzie lepiej, jeśli to wezmę to się poprawi, jeśli zrobię tamto to się poprawi,” cały czas próbujemy polegać na czymś mając nadzieję, że to nam da pewnego rodzaju chwilę wytchnienia, pewnego rodzaju odpoczynek.

Wszystkie istoty czujące posiadają tą samą aspirację

Oczywiście, bez względu na to czy jesteś owadem czy bakterią, wszyscy dzielimy to samo pragnienie, wszyscy chcemy być szczęśliwi, wszyscy chcemy być wolni od cierpienia, chcemy aby nasze życie było wolne od problemów i wyzwań. W rzeczywistości to tak nie działa. Jeśli się dobrze sobie przyjrzyś to zauważysz, że nie ważne jak szczęśliwy wizerunek chcesz projektować, tego czym jesteś i kim jesteś, i jakie masz znajomości, to zawsze się znajdą rzeczy, które sobie uświadomisz, że byłbyś z nich o wiele bardziej zadowolony gdyby się wydarzyły w pewien sposób. Nawet jeśli się wydarzą w pewien sposób, to znajdziesz coś innego z czego nie jesteś zadowolony. I tak w kółko, ciągle znajdują się rzeczy, z których nie jesteś zadowolony. To ma miejsce kiedy myślisz, że jesteś w szczęśliwej relacji, czy to z twoją pracą czy partnerem lub warunkami mieszkaniowymi. I wtedy coś się zdarzy co naprawdę cię zirytuje. Do tych z nas, którzy są w tej pozycji często znajdują rzeczy irytującymi lub znajdują rzeczy, z których nie jesteśmy usatysfakcjonowani, i często z powodu umysłu, który tworzy tego rodzaju iluzje, odnosimy się jako istoty czujące.

Czujące istoty matki

Używamy słowa czujące istoty matki ponieważ każdy z nas jest o wiele bardziej powiązany ze sobą niż nam się wydaje. Każda jedna osoba tutaj była naszymi własnymi ojcem i matką w wielu życiach, niekoniecznie jako ludzie ale w innych formach życia. To nauczał Pan Budda. Dlatego powinniśmy kochać każdego, tak jakby byli naszą własną matką. Dlaczego używamy „czujące istoty matki?”. Ponieważ po tybetańsku, „czujące istoty matki” brzmi znacznie lepiej. Prawdę mówiąc jeśli powiemy czujące istoty ojcowie, dźwięk jaki powstaje brzmi jak wulgarne słowo. Więc czujące istoty matki często jest preferowanym słowem lub istoty czujące. **Więc istoty czujące to wszyscy ci, którzy chcą być szczęśliwi ale mimo to nie mogą znaleźć szczęścia.**

Podstawowa przyczyna cierpienia

Ignorancja, Przywiązanie i Niechęć

Co jest podstawową przyczyną tego powtarzającego się schematu Samsary, tej cyklicznej egzystencji? Podstawowa przyczyna tego, tego całego cierpienia, które doświadczamy, całego niezadowolenia, zawsze sprowadza się do jednego, **Ignorancji**. Z powodu ignorancji nie rozumiemy kim jesteśmy, nie rozumiemy naszej prawdziwej natury, nie wiemy nawet w jaki sposób egzystujemy lub jak inne zjawiska istnieją. Z tego powodu i w tym samym czasie nie będąc świadomi tego stanu ignorancji, w którym się

znajdujemy, myśląc, że właściwie wiemy, projektujemy wyspekulowane pomysły, zmyślane pomysły o tym jak rzeczy powinny się mieć, nie tylko na samych sobie ale na innych ludzi. Myślimy, że wszyscy i wszystko posiada nieodłączną niezmienną naturę i istnieje niezależnie, nie zdając sobie sprawy, że wszystko jest współzależne, połączone, w sobie jak i ze sobą.

Z powodu braku zrozumienia tego rozwijamy przywiązanie. **Przywiązanie** to coś co ma zwyczaj wyolbrzymiania zalet u innych jeśli to jest coś czego pragniemy. Kiedy po raz pierwszy kogoś spotkaliśmy, jeśli chłopak spotyka dziewczynę, „ona jest taka fajna” albo „on jest taki przystojny”. W rzeczywistości często wyolbrzymiamy cechy tej osoby, chęć wiary, że ta osoba ma te cechy jest powszechna. Albo kupujesz samochód, wyolbrzymiasz cechy tego samochodu – jak ludzie będą cię podziwiać, jak twoje życie się poprawi; lub pewnego rodzaju urządzenia elektryczne albo dodatki do twoich mebli; wyolbrzymiasz cechy tych rzeczy, że musisz je mieć... albo ta sukienka w sklepie, musisz ją mieć, czyż nie? To jest przywiązanie.

Albo przywiązanie może polegać na tym, że przypisujesz cechy, o których myślisz, że są wspaniałe a w rzeczywistości nawet nie istnieją; wyolbrzymiasz jakość czegoś co nawet nie istnieje. To jest również przywiązanie. Albo kurczowo trzymasz się innych ludzi albo rzeczy i wydaje ci się, że przez kurczowe trzymanie się ich bez robienia niczego dla siebie samego, szczęście przyjdzie automatycznie. To tak nie działa.

To tak jak Tom Hanks w jednym z filmów, w którym jest rozbitkiem, i znalazł piłkę do koszykówki lub innego rodzaju piłkę i mówi do niej, i wtedy gdy faktycznie próbował uciec z wyspy wydaje mi się, że piłka odpłynęła ale on był bardzo smutny z tego powodu. To było tak jakby jego najlepszy przyjaciel zniknął – to była tylko piłka! Ale projektujesz tam energię i to się staje prawdziwe.

Kiedy oczywiście rzeczy nie idą tak jak oczekiwałeś, rzeczy nie mają się tak jak powiedziano ci że będą, mimo tego, że chcemy, żeby takie były, ale się nie wydarzyły, albo kiedy czujemy, że coś zakłóca nasze szczęście, złościmy się; rozwijamy **Niechęć**.

Więc z tego powodu trzy podstawowe trucizny, o których rozmawiamy, które dają początek wszelkiego rodzaju chorobom, wszelkiego rodzaju zaburzeniom na świecie to **Ignorancja, Przywiązanie i Niechęć**. Przywiązanie daje początek pożądaniu, niechęć daje początek złości i nienawiści. A z tego dają początek innym rzeczom, takim jak zazdrość, duma, żal, i tak dalej.

Uwolnienie się od cierpienia, osiągnięcie stanu trwałego Szczęścia

Więc, tego rodzaju postawy, które są niepokojące, będą nas motywować, sprawiać, że będziemy się zachowywać i mówić w sposób, który z tym koresponduje. I takie działanie; słowo karma nie oznacza „przyczyna i skutek”, słowo karma oznacza „aktywność” lub „działanie”. Takie działania karmiczne pozostawią odciski na naszym strumieniu świadomości. Strumień świadomości jest jak mentalna ciągłość, która jest z tobą od czasów niepamiętnych i będzie z tobą z każdymi narodzinami. Pozostawiasz odciski na strumieniu świadomości, który będzie miał wpływ na to jak będziemy doświadczać życie w przyszłości.

Więc, jak możemy się uwolnić z tego cyklu ponownych narodzin? Aby to zrobić musimy wygenerować, musimy kultywować mądrość, mądrość, która w rzeczywistości już jest w nas. Ona nie bierze się z zewnątrz, ale potrzebujemy tego katalizatora z zewnątrz, który sprawi, że usuniemy wszystkie te rzeczy – to jest tak jak, tu może być skarb pod ziemią, ale jeśli nie usuniesz ziemi i żwiru, nie dostaniesz się do niego. Musisz również zdać sobie sprawę co oznacza bezinteresowność – musisz doświadczyć, doświadczyć bezpośrednio co pustka oznacza.

Więc, ta mądrość stanowi głębokie zrozumienie braku zmyślonych sposobów egzystencji: braku czegoś co jest trwałe, niezależne i niezmienne. **Wszystko jest wynikiem zbioru czynników.** Wszystko jest zespołem czynników, które połączyły się razem; co tworzy pewne byty, a kiedy się rozkładają, stają się czymś innym. Nie mogą pozostać bez zmian na zawsze.

Wówczas, poprzez takie zrozumienie, jesteśmy w stanie usunąć nasz brak zrozumienia – naszą ignorancję na ten temat, a następnie nasze wyobrażenie, że mamy tak wiele spraw, przejść z pojęciowego do nie-pojęciowego, z dualistycznego do niedualistycznego, z niepokojących postaw do pożytecznych postaw, i w ten sposób jesteś w stanie zakończyć wszystkie działania podjęte z niewiedzy, wszystkie zaniechane działania. Tak to jest.

I stan bycia wyzwolonym w ten sposób jest nazywany Nirwaną. Nirwana znaczy, że masz pokój, że jesteś w stanie spokoju, który jest wolny od przyczyn cierpienia.

Wówczas, wszystkie istoty, według Pana Buddy mają potencjał osiągnięcia takiego samego stanu wyzwolenia jaki on osiągnął, stanu trwałego szczęścia. A żeby to zrobić, potrzebujesz zrozumieć Cztery Prawdy, to jest coś o czym będę mówił trochę później.

Myślę, że to zakończy to poranne nauczanie.

Źródło: Odosobnienie Grecja 2006: 20_08_06 rano 2