

ARTUR PRZYBYŚLAWSKI*

(Uniwersytet Jagielloński)

Edukacja jako identyfikacja. Filozoficzne podstawy rozwoju w buddyzmie tybetańskim

STRESZCZENIE

Tekst przedstawia tybetańskie praktyki medytacyjne jako formę ostatecznej edukacji, rozumianej jako przejście od stanu nieoświeconej istoty do stanu buddy. Praktyki medytacji przedstawione są w świetle filozoficznych założeń buddyzmu.

SŁOWA KLUCZOWE

esencja tathagaty, natura umysłu, identyfikacja, medytacja

Przede wszystkim medytuj w nieoddzielności od rdzennego lamy.¹

Sformułowaniem, które w języku tybetańskim odpowiada słowu „edukacja”, jest *shes yon sbyong brdar*. Słowo *shes yon* oznacza przymioty, pozytywne właściwości, talent, dar, przy czym ma się tu na myśli głównie przymioty umysłu (zgodnie z tym, że składowa *shes* pochodzi od słowa *shes pa* oznaczającego świadomość, a *yon* pochodzi od *yon tan* oznaczającego własność w sensie pozytywnej cechy); można zatem ów termin przekładać również jako „inteligencja”. Z kolei czasownik *sbyong brdar*, który zwykle przekłada się jako „praktykować”, składa się

¹ Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje, *lam zhugs kyi gang zag las dan po ba la phan pa'i bskyed rdzogs gnas bsdus*, Kathmandu 2008 (*blo gros mtha' yas pa'i mdzod*, t. IX), s. 37 [*gtso bo rtsa ba'i bla ma dbyer med bsgom/*].

z dwóch rdzeni czasownikowych. I tak *sbyong* to „uczyć się, wprawiać się w jakiejś dyscyplinie”, *brdar* oznacza zaś „polerować, ostrzyć”. Tak oto edukacja jest wypracowywaniem właściwości umysłu, który ma być ostry jak grot strzały, do którego porównuje się inteligencję niezbędną na drodze do oświecenia. Dodatkowo wymieniony czasownik *sbyong* oznacza również „oczyszczanie, usuwanie błędów” i często ma się tu na myśli błędy i zasłony umysłu, których można pozbyć się na przykład w praktyce *blo sbyong* – treningu oczyszczającego umysł. Edukacja jest zatem rozwijaniem umysłu, który uwalnia się od splamień, poprzez ćwiczenie się w swoich integralnych właściwościach. W ten sposób można też określić sedno buddyjskiej praktyki, która jest edukowaniem umysłu dotyczącym jego natury ukrytej pod owymi splamieniami. Jest w dużej mierze autoedukacją, ponieważ nikt poza samym adeptem buddyjskich nauk nie może dokonać oczyszczenia jego umysłu, dzięki któremu ujawnią się i rozwiną jego właściwości. Niemniej jednak owa edukacja zaczyna się od spotkania z nauczycielem, który ostatecznie okazuje się właśnie nauczycielem autoedukacji będącej drogą do oświecenia.

Aby owa edukacja-autoedukacja mogła się wydarzyć, potrzebne jest sześć czynników, do których sprowadzić można cały buddyzm. Gampopa² określa je następująco:

przyczyna owego nieprzewyższonego oświecenia,
osoba będąca oparciem dla jego osiągnięcia,
warunek sprzyjający jego osiągnięciu,
sposób jego osiągnięcia,
skutek jego osiągnięcia,
aktywność wynikająca z jego osiągnięcia,
oto co jest wymagane.³

² Gampopa (*sgam po pa bsod nams rin chen*, 1079–1153) – jeden z pierwszych mistrzów szkoły Karma Kagyu, którego podejście zdecydowało w znacznej mierze o sposobie praktykowania w tej linii buddyzmu tybetańskiego. Był, obok Reczungpy, głównym uczniem Milarepy. Jego uczniami z kolei byli między innymi I Karmapa oraz Pagmo Drugpa. Jego najbardziej znanym dziełem jest *Klejnotowa ozdoba wyzwolenia* [*dam chos yid bzhin nor bu thar pa rin che'i rgyan*], która do dziś pełni rolę standardowego podręcznika wykładającego stopnie buddyjskiej ścieżki.

³ Gampopa, *chos rje sgam po pa bsod nams rin chen gyis mdzad pa'i dam chos yid bzhin nor bu thar pa rin che'i rgyan zhes bya ba bzhugs so*, Sarnath-Varanasi 1999, s. 2 [*bla med kyi byang chub de'i rgyu dang/ de sgrub pa'i rten gyi gang zag dang/ de sgrub pa la bskul ba'i rkyen dang/ de sgrub pa'i thads dang/ de grub pa'i 'bras bu dang/ de grub nas sangs rgyas kyi 'phrin las rnams shes gdo pa'o/*].

Mamy tu zatem sześć czynników, który dalej Gampopa dookreśla następująco:

Przyczyna to esencja tathagaty;
Oparcie to najlepsze, cenne ludzkie ciało;
Warunek – nauczyciel;
Sposób – jego nauki;
Skutek – stan doskonałego buddy;
Aktywność – wolne od koncepcji działanie dla pożytku istot.⁴

Ów system edukacyjny – bo tak można spojrzeć na buddyzm – zakłada zatem obecność pewnego potencjału, jakim jest tzw. esencja tathagaty, który w określonej sytuacji, nazywanej cennym ludzkim ciałem czy odrodzeniem, może zostać rozwinięty dzięki naukom udzielonym przez nauczyciela, i przez to osiągnięte zostaje oświecenie przekładające się natychmiast na aktywność przynoszącą pożytek innym istotom, które również posiadają esencję tathagaty możliwą do rozpoznania i rozwinięcia.

A zatem, jak pisze VIII Karmapa, „jeśli dokonać również bardzo dokładnej analizy podstawy ścieżki, to jest nią esencja tathagaty ze splamieniami”⁵. Przez owe splamienia rozumie się dwie tzw. zasłony umysłu⁶, których obecność powoduje niemożność wyrażenia się wszystkich właściwości umysłu obecnych już w esencji tathagaty. Stąd potrzeba oczyszczenia z nich umysłu:

Oczyszczenie ze splamień esencji tathagaty i jej natury, jej własnej charakterystyki nazywane jest esencją tathagaty wolną od przygodnych splamień; [ta ostatnia zaś] jest równa przestworowi zjawisk i temu, co głębokie oraz rozległe; tąże ogólną naturę i charakterystykę określa się jako istotową esencję tathagaty.⁷

Ostatecznym celem buddyjskiej edukacji jest zatem doświadczenie natury umysłu tożsamej z tzw. przestworem zjawisk, będącym ostateczną podstawą, z której wyłania się doświadczający podmiot i wszystko, co przez niego doświad-

⁴ Gampopa, op. cit., s. 2 [rgyu ni bde gzhegs snying po ste// rten ni lus rin chen mchog// rkyen ni dge ba'i bshes gnyen yin// thabs ni de yi gdams ngag ste// 'bras bu rdzogs sangs rgyas kyi sku// 'phrin las rtog med 'gro don mdzad//].

⁵ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, przeł. A. Przybysławski, Warszawa 2012, s. 70.

⁶ Owe splamienia stanowią dwie zasłony: zasłona stanów emocjonalnych [nyon mongs pa'i sgrib pa] oraz zasłona tego, co może być poznawane [shes bya'i sgrib pa]. Więcej por. VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 18, przyp. 17.

⁷ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 73.

czane. Tak rozumiane oświecenie jest doświadczeniem totalnym i wszechogarniającym, którego załączek tkwi w każdej istocie posiadającej umysł. Nie chodzi zatem o zdobycie czegoś, czego wcześniej się nie posiadało, lecz o odkrycie własnej doskonałości.

NAUCZYCIEL W BUDDYZMIE TYBETAŃSKIM

Droga do doświadczenia oświecenia jest najwyższą formą buddyjskiej edukacji. Nie jest możliwa bez nauczyciela i jego nauk, z których skorzystać można tylko w tej uprzywilejowanej sytuacji, jaką nazywa się cennym ludzkimi ciałem⁸. Charakter relacji między nauczycielem a uczniem dobrze wydobywa tybetański termin, jakim określa się nauczyciela: *bshas gnyen*, co zwykle przekładano jako „duchowy nauczyciel”, tracąc niestety to, co widoczne jest dla każdego Tybetańczyka w etymologii. Otóż termin ten składa się z dwóch innych: *bshas* oznacza przyjaciela, *gnyen* oznacza zaś kogoś bliskiego w sensie członka rodziny. Relacja między nauczycielem i uczniem jest więc najintensywniejszą z możliwych międzyludzkich relacji, sumującą siłę więzów rodzinnych i więzów przyjaźni. Jest zatem relacją największego wzajemnego otwarcia, dzięki któremu rozwój może przebiegać z ogromną prędkością.

Do sformułowania *bshas gnyen* podaje się zwykle jeszcze przymiotnik *dge ba*, który oznacza szlachetność, otrzymując w ten sposób pełne określenie nauczyciela buddyjskiego: *dge ba'i bshas gnyen*. Tradycyjnie buddyzm tybetański rozróżnia cztery rodzaje tak określanego nauczyciela, które odpowiadają stopniowi rozwoju ucznia: „Ogólnie cztery są rodzaje nauczyciela: zwykła istota, bodhisattwa, budda jako nirmanakaja oraz jako sambhogakaja. Wiążą się one także z czterema naszymi [jako ucznia] fazami [rozwoju]”⁹.

Im bardziej zaawansowany uczeń, tym większą ma szansę, by uczyć się od coraz lepszych nauczycieli. Pierwszym jest przeważnie zwykły człowiek, następnie ktoś, kto znajduje się już na jednym z dziesięciu stopni bodhisattwy, następnie sam budda w fizycznej formie, jakim był Szakjamuni, i wreszcie buddowie spotykani tylko w zaawansowanej medytacji, w której możliwy jest kontakt z tak wysublimowaną ekspresją oświeconego umysłu, jaką nazywa się sambh-

⁸ Więcej na ten temat piszę w tekście *Filozofia kultury z perspektywy tybetańskiej*.

⁹ Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje, *shes bya kun khyab pa'i gzhung lugs nyung ngu'i tshig gis rnam par 'grol ba legs bshad yongs 'du shes bya mtha' yas pa'i rgya mtsho*, Pekin 2002, s. 306 [*dge ba'i bshes gnyen gyi dbye ba spyi tsam du bzhi/ so so skye bo dang/ byang chub sems dpa' dang/ sangs rgyas sprul pa'i sku dang/ long spyod rdzogs pa'i sku'o// de dag kyang rang gi gnas skabs bzhi dang sbyar te/*].

ogakaja. Bez względu na to, jak doskonali są owi niezwykajni nauczyciele, podkreśla się jednak rolę pierwszego z nich, mimo że w podanej klasyfikacji stoi – jak by się mogło zdawać – najniżej:

Podczas gdy przebywamy w ciemnym lochu splamień i [poprzednich] działań, powinniśmy porzucić myśl o oparciu się na wyższych nauczycielach spośród nich. Nie zobaczymy nawet ich twarzy. Kiedy spotkamy nauczyciela, który jest zwykłą istotą, pochodnia jego nauk oświecili [naszą] ścieżkę, a wtedy spotkamy wyższych nauczycieli. Dlatego też nauczyciel o największej dobroci to ten, który jest zwykłą istotą.¹⁰

Zrozumienie faktu, iż kontakt z takim nauczycielem jest otwarciem drzwi do wszystkich możliwych na ścieżce buddyjskiej doświadczeń, decyduje o jego nadzwyczajnej pozycji i szacunku, jakim się cieszy. Owa wysoka ranga nauczyciela w buddyzmie tybetańskim tak uderzyła ludzi Zachodu przybywających do Tybetu, że ukuli oni termin „lamaizm”, który – choć dość się upowszechnił – jest jednak równie trafny jak termin „księżyzm” w odniesieniu do europejskiego chrześcijaństwa. Swoją wysoką pozycję zawdzięcza buddyjski lama nie temu, że jest szczególną osobą, jak mogłoby się wydawać, ale temu, że potrafił w swoim umyśle rozwinąć doskonale własności tkwiące w esencji tathagaty, które uznaje się za powszechne i nieosobiste, skoro tkwią w naturze każdego umysłu. Innymi słowy, im mniej jest nauczyciel konkretną osobą ze swoim prywatnym światem, a im bardziej jest buddą działającym dla pożytku innych, tym wyższa jego pozycja.

Relacja z nauczycielem, z którym więź jest silniejsza od więzów rodzinnych i przyjacielskich, jest zatem kluczem do owych drzwi, bez którego buddyjska praktyka nie ma sensu. Nauczyciel jest tym, który na własnym przykładzie pokazuje uczniowi, co może stać się w jego umyśle, jeśli włoży się wysiłek w pracę oczyszczenia go ze splamień. Tybetańczycy twierdzą, że jeśli w nauczycielu widzi się zwykłego człowieka, otrzymuje się inspirację zwykłego człowieka; jeśli zaś widzi się w nim buddę, to otrzymuje się inspirację buddy. Prędkość rozwoju nie zależy zatem jedynie od kwalifikacji samego nauczyciela, lecz również od podejścia ucznia, w którym kluczową rolę przypisuje się oddaniu. Bez tego ostatniego praktyka medytacji nie ma sensu. Jak mówi Bengar Dżampel Zangpo¹¹:

¹⁰ Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje, *shes bya kun khyab pa'i gzhung lugs nyung ngu'i tshig gis rnam par 'grol ba legs bshad yongs 'du shes bya mtha' yas pa'i rgya mtsho*, op. cit., s. 307 [de dag las bdag cag las dang nyon mongs pa'i mun khang na 'dug pa'i tshe/ dge ba'i bshes gnyen so so skye bo dang mjal bas/ de'i gsung gi sgron mes lam snang bar byes nas/ dge ba'i bshes gnyen gong ma rnam dang mjal bar gyur te/].

¹¹ Bengar Dżampel Zangpo [*ban sgar 'jam dpal bzang po*] żył w XV wieku i był uczniem VI Karmapy Thongła Dondena [*mthong ba don ldan*, 1416–1453]. Po dwunastu latach medy-

Zgodnie z tym, że powiedziane jest, iż oddanie jest głową medytacji,
 Medytujący otwiera się nieustannie na lamę,
 Który otwiera wrota skarbcza ustnych nauk.¹²

Tybetański termin przekładany tu jako „poznanie” to *mos gus*. Składa się on z dwóch słów znaczących odpowiednio zaufanie i szacunek. Te dwa czynniki są kluczowe dla szczególnych buddyjskich metod, opartych na identyfikacji z formą medytacyjną lub z lamą, którego uznaje się za równego buddzie.

IDENTYFIKACJA JAKO METODA

Identyfikacja – jak dowodzi współczesna psychologia – jest jednym z najważniejszych czynników kształtujących człowieka w jego rozwoju. Pozwala ona na integrację doświadczeń spotykanych ludzi i przez to kształtowanie samego siebie. Buddyizm tybetański jest wysoce świadomy roli identyfikacji w rozwoju medytującego adepta. Identyfikacja stanowi osnowę czy zasadę wielu zaawansowanych praktyk medytacyjnych, ugruntowanych mocno w buddyjskiej filozofii.

W całym arsenale metod, jakie przekazuje uczniowi nauczyciel, szczególnie miejsce zajmują praktyki medytacji na formę zwaną *jidamem* [*yid dam*] i nauczyciela. Medytujący albo wyobraża sobie *jidama* lub swojego guru przed lub nad sobą i potem w swoim umyśle, jak mówią Tybetańczycy, stapia się z nimi, albo wyobraża sobie jako ich formę, na którą medytuje. Praktyki te opierają się na tak daleko posuniętej identyfikacji z formą, na którą się medytuje, że terminem najczęściej używanym w jej opisach jest sformułowanie *dbyer med pa*, które dosłownie oznacza „nieoddzielność, nieodróżnialność”.

Ta z pozoru dziwna praktyka, która stanowi esencję buddyjskiej medytacji w Tybecie, dopiero w kontekście dostarczonym przez buddyjską filozofię i koncepcję *tathagatagarbhy* może stać się zrozumiała. Po co zatem wyobrażać sobie siebie jako kogoś innego – siebie, jako konkretną osobę, wyobrażać sobie jako świetlistą formę buddy lub wręcz własnego lamę i nauczyciela? Otóż to pytanie może wydawać się dziwne tak długo, jak zakłada się realną indywidualność

tacji stał się mistrzem *mahāmudry* i ostatecznie został nauczycielem VII Karmapy Czodraga Gjatso [*chos grags rgya mtsho*, 1454–1506]. Cytowany tekst *rdo rje ‘chang thung ma* stanowi jeden z najbardziej znanych tekstów szkoły Karma Kagyu, włączany do wielu praktyk.

¹² Bengar Dżampel Zangpo, *rdo rje ‘chang thung ma*, cytat za: Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje [*jam mgon kong sprul blo gros mtha’ yas*], *gdam ngag mdzod*, t. VI, Delhi 1971, s. 24B n. [*mos gus sgom gyi mbo bor gsungs pa bzhin/ man ngag gter sgo ‘byed pa’i bla ma la/ rgyun du gsol ba ‘debs pa’i sgom chen la/*].

czy osobowość człowieka lub też istnienie ego decydującego, że jest się tą, a nie inną, konkretną osobą. Jednakże właśnie to założenie uznawane jest w buddyjskiej filozofii za największy błąd, którego następstwem jest całe samsaryczne doświadczenie. Realnie istniejący podmiot jako indywidualna jedność jest według buddyjskiej filozofii koncepcją fałszywą, która warta była jedynie tego, by ją skrytykować.

Otóż zwykła samsaryczna istota, nawet ta, która praktykuje już nauki Buddy, ale jeszcze ich nie urzeczywistniła, nie identyfikuje się z posiadaną przez siebie doskonałością esencji tathagaty, ponieważ jest ofiarą błędnego stosunku do ciała i umysłu lub tzw. pięciu skandh: „Otóż ciało zwykłej istoty i tego, kto podąża ścieżką zaufania¹³ i praktyki, to splamiony zbiór kurczowo utrzymywanych pięciu skandh”¹⁴.

Psychofizyczną całość, jaką jest człowiek, wyjaśnia buddyzm poprzez pięć rodzajów czynników, które grupowane są w tzw. pięć stosów (skandha), którymi są materia (tworząca ciało i organy zmysłów), odczucia, postrzeżenia, czynniki kształtujące oraz świadomość w jej sześciu rodzajach (pięć związanych z pięcioma zmysłami zewnętrznymi, szosta związana ze zmysłem wewnętrznym)¹⁵. Ów zbiór ogromnej liczby czynników dających się zgrupować w pięciu kategoriach staje się materiałem, na którym nieoświecony umysł może dopracować się ponad sześćdziesięciu błędnych poglądów:

Lgnie on do owych pięciu skandh będących podstawą jako do „moich/własnych”, jako posiadacza skandh, do pięciu skandh, w których ja ma się znajdować, do pięciu skandh jako wyłonionych z ja, co daje dwadzieścia [błędnych poglądów], niewłaściwe odniesienie do nich w trzech czasach: przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, daje liczbę sześćdziesięciu. A z powodu lgnięcia generalnie do trwałości lub zniszczalności, daje to liczbę sześćdziesięciu dwóch.¹⁶

¹³ O pojęciu i rodzajach zaufania piszę w tekście *Filozofia kultury z perspektywy tybetańskiej*.

¹⁴ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 60.

¹⁵ W kwestii pięciu skandh por. Bhadanta Vasumitra, *Traktat sarwastiwady o pięciu elementach*, przeł. M. St. Zięba, [w:] *Filozofia Wschodu. Wybór tekstów*, red. M. Kudelska, Kraków 2002, s. 223–237; *Nauka o nie-ja i o powstawaniu w zależności*, przeł. M. Mejor, [w:] M. Mejor, *Buddyzm. Zarys historii buddyzmu w Indiach*, Warszawa 2001, s. 257–261; oraz A. Przybysławski, *Buddyjska filozofia pustki*, Wrocław 2000, s. 91–103.

¹⁶ Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje, *rnam par shes pa dang ye shes ,byed pa'i bstan bcos kyi tshig don go gsal du ,grel pa rang byung dgongs pa'i rgyan ces bya ba bzhugs so*, [w:] *A Collection of works on Shentong School of Madhyamika Philosophy*, book I, Gangtok 1990, s. 94 [*phung po lnga la bdag gi yin par, dzin pa dang/ bdag phung po dang ldan pa dang / phung po lnga la bdag gnas pa dang/ phung po lnga bdag las byung bar, dzin pas na nyi shu*].

W ten sposób w cały zestaw tych pięciu grup czynników wmyślany zostaje podmiot, który uznaje skandhy albo za wyłonione z ja, albo za podstawę ja, albo za własność ja, albo za locus dla ja. Błąd takiego podejścia polega na tym, że faktycznie nie istnieje żaden podmiot, który mógłby wystąpić jako wymieniane ja w jego stosunku do pięciu skandh. Ja jest zatem iluzją wynikającą z błędnej interpretacji skandh, ta zaś poprzez ustanowienie fikcyjnego ja prowadzi do silnego poczucia posiadania owych skandh i związanego z nim przywiązania. Iluzja trwałego podmiotu pociąga za sobą uznanie ciała i związanych z nim świadomości za stałe i własne. „Krótko mówiąc, zwykle istoty, uczone całkowitej projekcji, splecione są łańcuchami przywiązania do ciała i umysłu branyimi za trwałe, radosne, substancjalne i czyste”¹⁷.

W efekcie owo przywiązanie do iluzorycznego ja prowadzi do całkowitej identyfikacji z pięcioma skandhami, a więc w dużej mierze z samym ciałem, którego realność jest mylnie projektowana¹⁸. Tak długo jak utrzymuje się fałszywa idea podmiotowości – ja, tak długo również nieoświecony umysł posługuje się w swoim doświadczeniu koncepcją „moje”. Im więcej tego, co moje, tym silniejsze ego jako posiadacz tego, co uznane za własne.

Toteż wskutek splamień niewiedzy takich jak lgnięcie do ja i lgnięcie do tego, co moje, ograniczone [istoty] od czasu bez początku w wielkim oceanie cierpienia – samsarze błądzą bezwolnie gnane porywami wiatru karmana.¹⁹

Identyfikacja z owym ja i definiowanie go poprzez to, co posiada – główną jego własnością jest oczywiście ciało – okazuje się samym rdzeniem samsary. Wyzwolony z niej Budda mówi zaś: „Nie jestem nigdzie, niczyją własnością, w niczym też nigdzie nie ma niczego mojego”²⁰.

Jeśli ludzkie ja czy ego wraz z całym jego inwentarzem byłoby faktycznie realną indywidualnością, definiowaną w znacznym stopniu poprzez posiadane

dang/ de'ang re re bzhin dus, das pa dang da ltar dang ma, ongs pa gsum du log zhugs kyis drug cu tham pa dang/ spyir rtag chad gnyis su, dzin pas re gnyis po thams cad bskyed pa'i phyir/].

¹⁷ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 75.

¹⁸ O pojęciu prawdy całkowitej projekcji por. VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 27–29.

¹⁹ Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje, *rnam par shes pa dang ye shes ,byed pa'i bstan bcos kyi tshig don go gsal du, grel pa rang byung dgongs pa'i rgyan ces bya ba bzhugs so*, op. cit., s. 126 [*ngar, dzin pa dang / nga yir, dzin pa la sogs pa ma rig pa'i sgrub pas rmongs pa rnam/ thog ma med pa nas, khor ba sdug bsgal gyi rgya mtsho chen por/ las kyi rlung shugs drag pos bdas nas rang dbang med par, khyams par gyur to*].

²⁰ *Muttāvali. Księga wypisów starobuddyjskich*, przeł. I. Kania, Kraków 1999, s. 114.

ciało, owo medytacyjne wyobrażanie sobie siebie jako kogoś innego byłoby faktycznie drogą do szaleństwa, zgrabnie ujętego przez Rimbauda formułą „ja to ktoś inny”. Jeśli jednak nie ma owego ja – co stara się wykazać buddyjska filozofia – to owo na pozór paradoksalne czy szalone sformułowanie okazuje się na wskroś logiczne i całkowicie normalne. Samo ja oraz to, co miałyby posiadać, to dwie składowe iluzji doświadczanej przez nieoświecony umysł, to błędna identyfikacja. Owa identyfikacja jest oczywiście bardzo głębokim nawykiem nieoświeconego umysłu, umocnionym wszystkimi jego działaniami w poprzednich, niezliczonych żywotach. Dlatego też pozbycie się tego nawyku trzymającego umysł w samsarze nie jest zadaniem łatwym, które ograniczałoby się tylko do zrozumienia tej sytuacji. Sytuację nieoświeconej istoty jako lgnącej do ja i tego, co moje, jak mówi buddyjska filozofia, lub też identyfikującej się błędnie z ciałem i urojonym podmiotem, jak powiedzielibyśmy na Zachodzie, opisuje buddyjska filozofia w swoich naukach o pustości podmiotu. Samo jednak tego zrozumienie nie przekłada się na wyeliminowanie nawyku błędnej identyfikacji, bo nawyk swoją siłę czerpie z powtórzeń, których w niezliczonych żywotach było nieskończenie wiele. Stąd właśnie bierze się potrzeba praktyki, która najpierw zniweluje, a potem wyeliminuje ów samsaryczny nawyk poprzez dostateczną liczbę powtórzeń przeciwnego owemu nawykowi wzorca doświadczania.

Jeśli zatem dotychczas samsaryczna istota była kimś, kto identyfikował się ze swoim ciałem i swoim ego uznanymi za realne, to praktyka medytacji negująca ten nawyk karmiczny polegać będzie na identyfikacji z kimś lub czymś, co nie jest dotychczasowym ciałem i dotychczasowym ego. Wobec iluzoryczności ego jako jedności i iluzoryczności ciała jako jedności nie jest to już niezrozumiały proces niezgodny ze stanem faktycznym, ale metodyczna praca zmierzająca do wymazania nawykowego wzorca karmicznego błędnej identyfikacji. W medytacyjnym wyobrażeniu na miejsce własnego ciała i własnego ja podstawia się zatem „kogoś innego” i czyni się to tak długo, aż osłabnie nawyk identyfikacji z własnym ciałem i iluzoryczną osobowością. Medytujący tak długo wyobraża sobie siebie jako „kogoś innego”, aż przestanie identyfikować się z błędnie interpretowanymi pięcioma skandhami. W ten sposób stara się uzyskać doświadczenie tych, którzy w swoim rozwoju pozbyli się błędnej identyfikacji z własnym ciałem, będącym przecież iluzją, i z własnym ja, które jest błędną mentalną konstrukcją nałożoną na skandhy. W ten sposób zbliżają się do znacznie doskonalszego doświadczenia: „Ciała arhatów i bodhisattwów przebywających na [poszczególnych] stopniach jest całkowitą iluzją z natury umysłową i bez splamień”²¹.

²¹ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 60.

Urzeczywistnione istoty, rozpoznawszy pustość podmiotu, doświadczają jego iluzji bez splamień, czyli bez reifikujących skłonności samsarycznego umysłu, który z pięciu skandh czynił realną, bytującą jedność. Od tej pory ciało i ego traktowane są jak senne twory, które, choć doświadczane, nie są realne, lecz puste – pozbawione jakiegokolwiek jednoczącej zasady gwarantującej im istnienie.

Technicznie medytacja, która ma uwolnić samsaryczny umysł od błędnej identyfikacji, polega na tym, by wyobrażać sobie siebie jako formę medytacyjną. Praktykujący koncentruje się na wyobrażeniu, iż jego ciałem jest teraz ciało na przykład Awalokiteśwary [tyb. *spyān ras gzigs*] z czterema ramionami. Owa wyobrażana w medytacji identyfikacja z ciałem formy medytacyjnej działa kilku-torowo. Po pierwsze, samo przeniesienie identyfikacji z własnego ciała na ciało kogoś innego osłabia wspomniany karmiczny wzorzec identyfikacji z nim jako własnym. Po drugie, identyfikacja z wyobrażonym ciałem, a nie z tym, które dotychczas uchodziło za realne, jest dokładnie najwłaściwszą metodą pasującą do tego, jak ta sytuacja wygląda naprawdę z perspektywy filozofii buddyjskiej: owo ciało uznawane dotychczas za realne jest tylko mentalnym wytworem, porównywalnym z wyobrażeniem ciała, na którym koncentruje się w medytacji praktykujący. Dewizą praktyki jest tu: „zobacz i spróbuj przeżyć wyobrażone ciało jako swoje, by w końcu dostrzec, że ciało uznawane dotychczas za własne było również wyobrażeniem, do którego lgnął nieoświecony umysł”. Ciało jest tylko wyobrażeniem i tego uczy tutaj praktyka medytacyjna. Po trzecie, np. Awalokiteśwara, z którym identyfikuje się medytujący, jest bodhisattwą, czyli – zgodnie z podanym powyżej opisem – kimś, kto doświadcza swojego ciała jako iluzji tworzonej przez umysł. Medytacyjny trick polega zatem i na tym, że zamiast identyfikować się z własnym ciałem i ego, praktykujący identyfikuje się z kimś, kto nie identyfikuje się z własnym ciałem i ego. Jest to typowy tantryczny sposób praktyki, która przeszkody wykorzystuje jak *de facto* wsparcie rozwoju: oto identyfikacja jako źródło samsarycznego cierpienia, gdy dotyczy własnego ciała i ego, staje się sama metodą rozwoju i przewyciężenia lgnięcia do ja i tego, co moje, gdy jej obiektem jest wyobrażone ciało bodhisattwy, który nie posiada takich problemów. Praktyka sprowadza się tu zatem do formuły: „jeśli chcesz być kimś, kto nie identyfikuje się ze swoim ciałem, identyfikuj się z kimś, kto się z nim nie identyfikuje, staraj się po prostu być kimś, kto się z nim nie identyfikuje”. Ten mechanizm identyfikacji zna dobrze psychologia i podświadomie stosuje każde dziecko, które np. zafascynowane najlepszym piłkarzem świata, próbuje po prostu być nim na boisku. Ta dziecięca zdolność do identyfikacji z podziwianym ideałem w dużej mierze odpowiada za niezwykłą dynamikę rozwoju dziecka, która zwykle dla dorosłego jest nieosiągalna właśnie dlatego, że bardzo identyfikuje się z utwierdzonym przez lata wizerunkiem samego siebie, a przez

to niezdolny jest do tej dziecięcej zamiany samego siebie na ideał mistrza. Buddyjska medytacja jest zatem metodą, która na kilka sposobów korzysta z mechanizmu identyfikacji jako najszybszego narzędzia rozwoju.

Nie jest to jednak ostateczne i najdoskonalsze doświadczenie cielesności. To bowiem zastrzeżone jest dla w pełni oświeconego buddy, którego ciało [skr. *kāya*] nazywane jest po tybetańsku *sku*, by odróżnić je od ciała bodhisattwów i nieoświeconych istot, nazywanego *lus*.

Kaja [ciało] doskonałego buddy to przestwór zjawisk, zasada przenikająca i jednocząca; jest dharmakają wielorako igrającą. Całkowicie wolna od wszystkiego, co splamione i co splamień pozbawione, owa kaja jest odwiecznie wolna od narodzin, śmierci i przejścia. Toteż jest pozbyciem się złożoności; nagromadzenie mentalnych wytworów jest w niej samej pierwotnie zażegnane i spontanicznie pozostaje oceanem właściwości buddy.²²

Można zatem przyjąć, że buddyjska ścieżka jest drogą od nieprawidłowo doświadczanego ciała, będącego tylko mentalnym konstruktem, do doskonałego ciała buddy²³, tożsamego z naturą zjawisk rozumianą jako dharmadhatu lub dharmakaja²⁴, której załączkiem jest esencja tathagaty posiadana przez każdą istotę obdarzoną umysłem. W ten sposób podstawa buddyjskiej ścieżki staje się również jej celem, co często podkreśla się w naukach buddyjskich, dodając również, że droga do tego celu wiedzie poprzez identyfikację z potencjałem tkwiącym w esencji tathagaty. Jest to zatem droga z punktu A do punktu A, która wiedzie przez punkt A, co z pewnością jest argumentem za tym, iż – jak mówią tybetańscy filozofowie – jest to ścieżka najkrótsza, najszybsza i najbardziej bezpośrednia.

Nie wchodząc w filozoficzne detale, ciało buddy to po prostu inna nazwa absolutu. Medytacja ma zaś prowadzić do doświadczenia owego absolutu. Kiedy mówi się o ciele buddy w znaczeniu sanskryckiego terminu *kāya*, ma się na myśli nie tyle fizyczne ciało, co trzy kaje – trzy modi oświecenia – nirmanakaję, sambhogakaję i dharmakaję²⁵, którym u urzeczywistnionego buddy odpowiada ją jego ciało, mowa i umysł.

²² VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 60.

²³ Por. Grela J., *Ciało idealne (sku) jako obiekt i cel tybetańskich praktyk religijnych*, „The Polish Journal of the Arts and Culture” 2013, nr 4 (1).

²⁴ Za wykład tych dwóch pojęć można uznać właściwie tekst: VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit.

²⁵ Więcej na ich temat por. VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 86 i nast.

Mimo że ciało, mowa i umysł buddy wykraczają poza przygodne splamienia, istocie obdarzonej umysłem mającym w swym kontinuum przygodne splamienia, [Budda] ukazuje emanacje ciała, mowy i umysłu buddy w całej ich głębi. Adeptci i inni [są zaś w stanie] zobaczyć emanację jego ciała, mowy i umysłu. I tak tathagata opanowawszy potężną prawdę absolutną udziela błogosławieństwa istocie pogrążonej w przygodnych [splamieniach na poziomie] całkowitej projekcji, a poprzez moc obu: współczucia tego, który wytwarza emanacje, oraz esencji tathagaty u adepta, który w swym kontinuum ową esencję tathagaty posiada, również zwykle istoty mogą poznać iluzoryczne emanacje bhagawana, które niczym diament pozostają niezniszczalne.²⁶

Z jednej strony mamy zatem urzeczywistnionego buddę, który uwolnił esencję tathagaty od wszelkich splamień nieoświeconego umysłu, a z drugiej jego ucznia, który również posiada esencję tathagaty, tkwiącą pod zasłonami jego samsarycznego umysłu. Dzięki temu fundamentalnemu pokrewieństwu możliwa jest między nimi wymiana, tzn. uczeń jest w stanie dostrzec trzy kaje buddy, a więc dostrzec oświecenie w jego trzech aspektach, których załączek już sam posiada. Być buddą to zatem rozpoznać w sobie trzy kaje.

Metodą, którą buddyzm tybetański uznaje za najsilniejszą i najbardziej efektywną do osiągnięcia oświecenia jako rozpoznania trzech kaj stanowi guru joga, nazywana po tybetańsku *bla ma'i rnal 'byor*. Jako tybetański odpowiednik słowa *guru*²⁷ wybrali Tybetańczycy określenie *bla ma*, które dosłownie oznacza wyższy, ale często rozumiane jest jako *bla na med pa*, czyli nieprzewyższony, taki, ponad którym nie ma już nic więcej. Chodzi tu oczywiście o posiadanie doświadczenia natury umysłu, ponad którą i ponad którym buddyjska filozofia nie stawia już niczego doskonalszego, uznając je za ostateczne. Termin *joga*, oznaczający pierwotnie połączenie, Tybetańczycy oddają słowem *rnal 'byor*, którego tylko jeden komponent pokrywa się z sanskryckim terminem: *'byor* oznacza „połączyć, dotrzeć”. Jednakże Tybetańczycy dodają tu pewne istotne uzupełnienie, którego nie ma w sanskrycie, a mianowicie słowo *rnal* pochodzące od *rnal ma*, co oznacza „to, co prawdziwe, realne, autentyczne”. Słownikowa definicja brzmi: „autentyczność i prawda lub realność tego, czym [rzeczy] są”²⁸. Samo złożenie *bla ma'i rnal 'ma*, oznaczające dosłownie „realność lamy”, można odczytywać na dwa sposoby. Albo chodzi o realność, którą dosłownie jest lama,

²⁶ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 73.

²⁷ Objaśnienie wielu znaczeń tego słowa por. w: Świeżowska A., *Guru – między tradycją a współczesnością*, Kraków 2013, s. 21–24.

²⁸ *bod rgya tshig mdzod chen mo*, Pekin 2006, t. I, s. 1579 i nast. [*yang dag pa dang bden pa'am yin lugs dngos*/].

albo chodzi o realność lamy w sensie tego, co mu przysługuje, co zdobył i co posiada.

Oba te znaczenia zakładane są w tybetańskim rozumieniu guru jogi. Lama, który staje się obiektem medytacji i identyfikacji, jest dla praktykującego wzorem ze względu na to, co osiągnął w swojej praktyce medytacyjnej. Jest punktem odniesienia dla idealnej praktyki, która powinna przebiegać tak jak praktyka lamy. Jest odpowiedzią na pytanie, kim należy stać się poprzez praktykę, tak jak trener będący mistrzem swojej dyscypliny jest odpowiedzią na pytanie, w jakim kierunku ma podążać trenowany przez niego zawodnik. W tym sensie rola lamy okazuje się podobna do roli trenera, którego postępowanie, umiejętności i działanie należy skopiować, by osiągnąć to samo doświadczenie. Zwykle takiemu treningowi towarzyszy nie tylko przejście technicznych umiejętności trenera, lecz również całej postawy związanej z uprawianą dyscypliną, podejściem do współzawodnictwa itd., co z kolei może okazać się czynnikiem kształtującym do tego stopnia, że wpływa na całe podejście do własnego życia. Zwykle wielcy nauczyciele, bez względu na to, czy są buddyjskimi lamami, sportowymi trenerami czy profesorami neurochirurgii, przekazują swoim uczniom nie tylko techniczne umiejętności, lecz jednocześnie kształtują charakter i postawę życiową. Świadomość takiego totalnego oddziaływania nauczyciela na ucznia jest tym, co przenika buddyzm tybetański i prowadzi do pogłębienia rozumienia nauczyciela w praktyce guru jogi.

Słownikowa tybetańska definicja guru jogi brzmi: „rytuał medytacji na własnego rdzennego lamę jako esencję wszystkich buddów”²⁹. Określenie „rdzenny lama” odnoszą Tybetańczycy do tego nauczyciela, który faktycznie pokazuje uczniowi naturę umysłu, wprowadza w doświadczenie esencji tathagaty wolnej od splamień. Oczywiście by tego dokonać, sam musi już dysponować jej doświadczeniem. Z tego właśnie powodu traktowany jest w praktyce jak sam Budda, którego rola ostatecznie była przed wiekami taka jak teraz lamy. Jak podkreślają Tybetańczycy, bez lamy uczeń nie miałby nawet okazji usłyszeć o Buddzie i nie mógłby skorzystać z przekazanych przez niego metod, których dzierżawcą jest właśnie lama. Lama dla swoich uczniów jest buddą, ponieważ robi dokładnie to samo co historyczny Budda: przekazuje uczniom metody rozpoznania esencji tathagaty. Przekazuje zatem to, co sam rozpoznał i urzeczywistnił. W tym sensie Tybetańczycy mówią, iż zewnętrzny lama jest faktycznie potrzebny tylko do tego, by wyzwolić w uczniu jego wewnętrzne doświadczenie natury umysłu, które to doświadczenie staje się przewodnikiem w praktyce, a więc – by użyć

²⁹ *bod rgya tshig mdzod chen mo*, op. cit., t. II, s. 1914 [*rang gi rtsa ba'i bla ma sangs rgyas kun 'dus kyi ngo bor sgom pa'i cho ga zhig/*].

klasycznego zwrotu – wewnętrznym lamą lub wręcz ostatecznym guru [*bla ma dam pa* lub *bla ma yang dag pa*].

Identyfikacja z lamą, z jego wewnętrznym doświadczeniem, jest zatem w buddyźmie tybetańskim metodą na wyzwolenie własnego wewnętrznego doświadczenia. Praktyka identyfikacji opiera się tu na filozoficznym założeniu, że esencja tathagaty w umyśle nauczyciela nie jest sama w sobie różna od esencji tathagaty w umyśle ucznia, a jedyna różnica między nimi polega na tym, iż pierwszy ją rozpoznał, a drugi nie. Identyfikacja z lamą ma zatem podwójny charakter: z jednej strony jest identyfikacją z kimś, kto rozpoznał własną esencję tathagaty, co ustawia ucznia na pozycji kogoś, kto ma to doświadczenie, przez co faktycznie może ono się pojawić; a z drugiej jest identyfikacją z samą esencją tathagaty, której przykładem jest doświadczenie nauczyciela. Praktykujący zatem identyfikuje się tu tak z naturą własnego umysłu, jak i z kimś, kto ma doświadczenie własnej natury umysłu, dzięki czemu ma wszelkie dane ku temu, by doświadczyć esencji tathagaty tkwiącej w jego własnym umyśle pod warstwą przygodnych splamień³⁰. Poprzez identyfikację z lamą możliwa staje się integracja jego doświadczenia natury umysłu, która w każdym umyśle jest identyczna i identycznie jest ostatecznie doświadczana. W ten sposób identyfikacja z lamą nie jest próbą stania się kimś innym, nie jest też kultem jednostki (o co czasami pomawia się buddyizm tybetański), lecz jest drogą do odkrycia własnej natury buddy.

Budda rodzi się sam ze swej własnej świadomości pierwotnej; sam zdobywa panowanie, albowiem nie jest zależny od kontinuum innych tathagatów. Chodzi tu o sam tylko proces stawania się buddą. Osiągnąwszy stan Buddy, jest nieoddzielny od wszystkich buddów.³¹

W tym sensie właśnie guru joga – zgodnie ze swoją tybetańską etymologią – jest połączeniem z realnością lamy, która jest realnością w ogóle, a więc i realnością wszystkich buddów i realnością umysłu samego ucznia. Z tego punktu widzenia uznanie lamy w buddyźmie tybetańskim za esencję wszystkich buddów, o której mówiła definicja guru jogi, nie jest przesadą, ponieważ celem

³⁰ Przygodność splamień wyjaśnia VIII Karmapa następująco: „splamienia będące cierpieniem są przygodne, a ponieważ nie są ustanowione poprzez przyczynę i warunki, splamienia pozbawione są natury – jeśli istniałyby przyczyna powodująca powstawanie przygodnych splamień, to miałyby naturę. [Niemniej jednak] przyczyna powodująca powstawanie nie istnieje. Toteż skoro samo to, co przygodne nie ma przyczyny, istnienie [jego] natury jest nie do przyjęcia” [VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 68].

³¹ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 62.

wszystkich buddów jest danie istotom tego jedynie doświadczenia, jakim jest rozpoznanie natury umysłu.

Ostatecznie zatem praktyka guru jogi sprowadza się do wciąż ponawianej identyfikacji z lamą, aż do momentu, kiedy praktykujący staje się nie lamą, lecz samym buddą, który później spełni podobną rolę lamy dla uczniów³², jeśli oczywiście będą potrafili zobaczyć w nim tak wysokiego nauczyciela, by zwracać się do niego wersami guru jogi:

Przejawia się, a jest puste; jest puste, a się przejawia;
Nierozdzielność przejawienia i pustki to ciało lamy.
Otwieram się przed ciałem lamy.
Zainspiruj mnie poprzez ciało lamy!
Dźwięczy, a jest pusta; pusta, a dźwięczy;
Nierozdzielność dźwięku i pustki to mowa lamy.
Otwieram się przed mową lamy.
Zainspiruj mnie poprzez mowę lamy!
Radosna, a jest pusta; pusta, a jest radosna;
Nierozdzielność radości i pustki to umysł lamy.
Otwieram się przed umysłem lamy.
Zainspiruj mnie poprzez umysł lamy!³³

Lama, traktowany jako budda, ma według tybetańskiej tradycji ciało, które jest ciałem buddy, mowę, która jest mową buddy, i umysł, który jest umysłem buddy. Ciało, mowa i umysł buddy – czyli odpowiednio dharmakaja, sambhogakaja i nirmanakaja – są puste. Ich pustkę należy brać tu w znaczeniu *gzhan stong*, a więc nie pustkę jako fundamentalny brak istoty, lecz jako pustkę w znaczeniu

³² Jest to zatem spełnienie mahajanistycznego ideału bodhisattwy, jakim opisuje go Nagardżuna, twierdzący, że doświadczenie pustości wszystkich zjawisk, będące jednocześnie urzeczywistnieniem absolutnego współczucia, jest właśnie tym, co dzieli się z innymi: „Ponieważ widzi brak esencji tychże [światów i istot], / Umysł posiadający doskonałą wiedzę i współczucie, / Dla pożytku istot obdarzonych umysłem / Sprawia, że [istoty] spotkają doskonały stan buddy” – Nagardżuna, *Mahajana (20 strof)*, [w:] Nagardżuna, *Filozofia pustki i współzależnego wylaniania*, przeł. A. Przybysławski, Kęty 2014, s. 40.

³³ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *thun bzhi bla ma'i rnal 'byor*, [w:] *bka' brgyud smon lam chen mo'i zhal 'don phyogs bsgrigs tshogs gnyis 'jug sgo zhes bya ba bzhugs so*, Kalimpong 2007, s. 147 [snang zhing stong la stong zhing snang/ snang stong dbyer med bla ma'i sku/ bla ma'i sku la gsol ba 'debs/ bla ma'i sku yis byin gyis rlobs/ grag cing stong la stong zhing grag/ grag stong dbyer me bla ma'i gsung/ bla ma'o gsung la gsol na 'debs/ bla ma'i sungs gis byin gyis rlobs/ bde zhing stong la stong zhing bde/ bde stong dbyer med bla ma'i thugs/ bla ma'i thugs la gsol ba 'debs/ bla ma'i thugs kyis byin gyis rlobs/].

pozbawienia wszystkiego, co nie należy do bogatego potencjału esencji tathagaty, natury buddy, zwanego również sugatą, czyli tym, który dotarł do nieuwarunkowanej radości oświecenia.

Dlatego też pustka nauczana jest jako absolutna. Absolut od początku nie jest pusty – pozbawiony prawdy. Wolny od powstawania i giniecia, nie pozostający w trzech czasach oznacza, że obecnego [zawsze] sugatę naucza się jako absolutną esencję wszystkich buddów.³⁴

EDUCATION AS IDENTIFICATION. PHILOSOPHICAL FOUNDATION OF DEVELOPMENT IN TIBETAN BUDDHISM

The text presents Tibetan meditation practices as a form of ultimate education understood as transference from the state of unenlightened being to the state of a Buddha. Meditation techniques are discussed within the context of Buddhist philosophical principles.

KEY WORDS

essence of Tathagata, nature of mind, identification, meditation

BIBLIOGRAFIA

1. VIII Karmapa Mikjo Dordże [*karma pa mi bskyod rdo rje*], *thun bzhi bla ma'i rnal 'byor*, [w:] *bka' brgyud smon lam chen mo'i zhal 'don phyogs bsgribs tshogs gnyis 'jug sgo zhes bya ba bzhugs so*, Kalimpong 2007.
2. VIII Karmapa Mikjo Dordże [*karma pa mi bskyod rdo rje*], *Pochodnia madhjamiki szentong*, przeł. A. Przybyśławski, Warszawa 2012.
3. *bod rgya tshig mdzod chen mo*, t. I, II, Pekin 2006.
4. Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje [*'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas*], *gdam ngag mdzod*, t. VI, Delhi 1971.
5. Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje [*'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas*], *lam zhugs kyi gang zag las dan po ba la phan pa'i bskyed rdzogs gnas bsdus*, Kathmandu 2008 (*blo gros mtha' yas pa'i mdzod*, t. IX).
6. Dżamgon Kongtrul Lodro Thaje [*'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas*], *rnam par shes pa dang ye shes 'byed pa'i bstan bcos kyi tshig don go gsal du 'grel pa rang byung dgongs pa'i rgyan ces bya ba bzhugs so*, [w:] *A Collection of works on Shentong School of Madhyamika Philosophy*, book I, Gangtok 1990.

³⁴ VIII Karmapa Mikjo Dordże, *Pochodnia madhjamiki szentong*, op. cit., s. 92.

7. Dżamgon Kongtrul Lodro Thaję [*'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas*], *shes bya kun khyab pa'i gzhung lugs nyung ngu'i tshig gis rnam par 'grol ba legs bshad yongs 'du shes bya mtha' yas pa'i rgya mtsho*, Pekin 2002.
8. *Filozofia Wschodu. Wybór tekstów*, red. M. Kudelska, Kraków 2002.
9. Gampopa [*sgam po pa bsod nams rin chen*], *chos rje sgam po pa bsod nams rin chen gyis mdzad pa'i dam chos yid bzhin nor bu thar pa rin che'i rgyan zhes bya ba bzhugs so*, Sarnath-Varanasi 1999.
10. Greła J., *Ciało idealne (sku) jako obiekt i cel tybetańskich praktyk religijnych*, „The Polish Journal of the Arts and Culture” 2013, nr 4 (1).
11. Mejer M., *Buddyzm. Zarys historii buddyzmu w Indiach*, Warszawa 2001.
12. *Muttāvali. Księga wypisów starobuddyjskich*, przeł. I. Kania, Kraków 1999.
13. Nagardżuna, *Filozofia pustki i współzależnego wylaniania*, przeł. A. Przybysławski, Kęty 2014.
14. Przybysławski A., *Buddyjska filozofia pustki*, Wrocław 2000.
15. Przybysławski A., *Filozofia kultury z perspektywy tybetańskiej*, w druku.
16. Świeżowska A., *Guru – między tradycją a współczesnością*, Kraków 2013.