



DLACZEGO BUDDYSTA WPATRUJE SIĘ W ŚCIANĘ? UZASADNIENIE MEDYTACYJNEJ PRAKTYKI W BUDDYZMIE

Etos *vita contemplativa* we współczesnym świecie został niemal całkowicie zastąpiony etosem *vita activa*. Kolekcjonowanie wrażeń, zaspokajanie pragnień, pogoń za rozrywką są elementami życia, którym nikt się nie dziwi. Zaskoczeniem jest pojawienie się kontemplatyka, kogoś, kto idzie całkowicie na przekór prądowi życia. Z tego powodu Eliade określa drogę ascety jako swoiste samobójstwo, jako czynności antyludzkie. Ok V w. p. n. e. Siddhartha Gautama (Budda) wybrał drogę wyrzeczenia, udał się do lasu i siedział pod drzewem Bodhi, dopóki nie osiągnął ostatecznego celu, jakim jest wyzwolenie.

Z punktu widzenia obserwatora mistyk wybiera nudę, bierność, gdyż jest to element ścieżki, w ten sposób może uspokoić umysł, wyciszyć zmysły. Ta pozorna nuda jest dążeniem do bezstronności i oczyszczenia umysłu ze splamień i przeszkód. Pozorna nuda, gdyż raczej jest to beczynność fizyczna i mentalna, jednak w umyśle adepta nie powinno pojawiać się znużenie. Zgodnie z buddyjską wykładnią gnuśność i apatia (czyli nuda) są przeszkodami (nivarana), które należy wyeliminować. Wymienienie przez Buddę czynników nudy jako przeszkód w osiągnięciu medytacyjnej absorpcji wskazywałoby na to, że jest to poważniejsza bariera na drodze do wyzwolenia. Dodatkowo wskazuje to na to, że w czasach Siddharty Gautamy mnisi praktykując medytację wpadali w stany odrętwienia i znużenia, a nie spokoju. Sayadaw U Jotika napisał: „Nierobienie niczego nie jest proste. Wierzę, że wiesz to ze swojego doświadczenia. Co się dzieje z umysłem, gdy nic nie robisz? Czy obserwowałeś to uważnie? Nuda jest nie do zniesienia, aby od niej uciec, staramy się znaleźć coś do roboty. Spróbuj nic nie robić przez kilka dni., Wynika to z koncepcji umysłu, w której jest on porównywany do małpy skaczącej z gałęzi na gałąź. Ta metafora obrazuje jak zwykły umysł jest niestabilny i jak bardzo ucieka przed nudą, beczynnością, szukając wciąż nowych wrażeń zmysłowych. Jednak zgodnie z buddyjską doktryną, nawet stany największej ekstazy są nietrwałe, a w ostateczności przyniosą cierpienie. Zaspokajanie pragnień przyrównuje się do picia słonej wody – jest to czynność, która nie da satysfakcji. Dlatego mędrzec widzi w uwarunkowanej egzystencji udrękę.



Jest to źródłem motywacji, aby oddać się praktyce. W różnych szkołach buddyjskich jest ona praktykowana na różne sposoby. Może polegać np. na liczeniu oddechów. Oderwanie się od światowych podniet, beznamiętność, kultywacja bezstronności wobec zjawisk – dla człowieka oddanego aktywnemu życiu może się to wydawać nie interesujące. Te dwie postawy, światowa i kontemplacyjna, są skrajnie odmienne. Tym, co motywuje kontemplatyka jest wiara, że istnieje nieuwarunkowany stan szczęścia i błogości, który przewyższa wszystkie przyjemne światowe stany. Dlatego siedzi nieruchomo i godzinami wpatruje się w ścianę. Uspokojenie umysłu i powrót do naturalnego stanu zgodnie z buddyjską wykładnią jest najwyższym szczęściem.