# Budda i wczesny buddyzm

## Myśl, medytacja i droga do wyzwolenia

Grzegorz Polak

# Budda i wczesny buddyzm

## Myśl, medytacja i droga do wyzwolenia

2026

Skład i łamanie: Marcin Cholecki – 4/4 branddesign (44branddesign.com)
Na okładce wykorzystano fotografię rzeźby: *Head of a Buddha*, Gandhara, Pakistan, Kushan period, 2nd century AD, schist – Arthur M. Sackler Museum, Harvard University; fot. Daderot, źródło: Wikimedia Commons, CC0 1.0.
Projekt okładki: Monika Zapisek

© Copyright by *Grzegorz Polak*

Warszawa 2026
Wydanie I
ISBN: 978-83-970795-4-0
Wydawca: Fundacja „Theravada”

# Spis treści

ix Konwencje zapisu i zasady wymowy

xi Wykaz skrótów

Sposób oznaczania tekstów xi

1 Rozdział 1. Dlaczego warto to potraktować poważnie?

Nasza sytuacja: co jest nam dane? 1 · Metafora mapy 3 · Sceptyczna alternatywa 5 · Dlaczego tradycyjny dystans badacza już nie wystarcza 5 · Dlaczego w ogóle buddyzm? 7 · Niezwykła analiza umysłu 8 · Zaskakujące zbieżności 8 · Czy głęboka zmiana człowieka jest w ogóle możliwa? 9 · Buddyzm jako mapa 11 · Dlaczego „buddyzm" to nie jedna mapa, lecz wiele 13 · Wczesny buddyzm jako nowe otwarcie 14

17 Rozdział 2. Dlaczego właśnie wczesny buddyzm?

Najwcześniejsza mapa nie jest nam bezpośrednio dana 17 · Dlaczego bliskość Buddy ma znaczenie 17 · Gdzie szukać najwcześniejszej mapy? 19 · A może wystarczy żywy przekaz? 21 · Powrót do Nikāyów 22 · Czy ma znaczenie, czy Budda naprawdę istniał? 23 · Oryginalność jako świadectwo autentyczności 25 · Odkrywcy a komentatorzy 27 · Ograniczenia wynikające z charakteru Nikāyów 28 · Krytyczne studiowanie Nikāyów jako realizacja ducha wczesnego buddyzmu 29

32 Rozdział 3. Buddyjska diagnoza problemów człowieka i propozycja ich rozwiązania

Punkt wyjścia: diagnoza 32 · Czy buddyzm jest filozofią pesymistyczną? 34 · A jeśli nie ma kammy, odrodzenia i istot nadprzyrodzonych? 36 · Pragmatyzm wczesnobuddyjski 38 · Dwie strzały 39 · Pragnienie i jego warunek konieczny 40 · Cztery zniekształcenia poznania 41 · Iluzja głęboka i wiedza, która przemienia 44 · Idea „widzianego w widzianym" 46 · Logiczny porządek ścieżki i miejsce medytacji 48 · Medytacja jako stan wzmocnienia poznawczego 50 · Idea arahanta 51

53 Rozdział 4. Krytyka jaźni

Intuicyjna koncepcja jaźni 53 · Niektóre filozoficzne koncepcje jaźni 56 · Świadomość jako jaźń 57 · Pięć khandh i problem jaźni 61

63 Rozdział 5. Koncepcja rzeczywistości klasycznej theravādy

Czym jest główny nurt buddyzmu? 64 · Dlaczego theravāda? 65 · Początki theravādy 66 · Praktyka medytacyjna w dziejach theravādy 68 · Warstwy klasycznej tradycji 69 · Pytania króla Milindy 70 · Metafora rydwanu 71 · Nominalizm, redukcjonizm i dwa poziomy prawdy 72 · Ciągłość bez rdzenia 73 · Abhidhamma 74 · Momentarność 76 · Proces poznawczy 77 · Śmierć i odrodzenie 78 · Miejsce nibbāny 79 · Obraz rzeczywistości w klasycznej theravādzie 80

82 Rozdział 6. Medytacja w ujęciu głównego nurtu buddyzmu

Buddhaghosa i *Visuddhimagga* 82 · Wyciszenie i wgląd 83 · Dyscyplina moralna, samādhi i zrozumienie 84 · Kasiṇa jako wzorcowy przedmiot medytacji wyciszenia 85 · Mentalne wyobrażenie i znak „odpowiednikowy" 87 · Cztery jhāny i stany bezpostaciowe 88 · Ograniczenia pochłonięcia 89 · Zastrzeżenia współczesnych mistrzów wobec pochłonięcia medytacyjnego 90 · Dwie drogi do wglądu 91 · Wgląd w ujęciu Buddhaghosy 92 · Model medytacji głównego nurtu 94

96 Rozdział 7. Mit nieprzerwanego przekazu

Współczesne tradycje medytacyjne i ich źródła 97 · Przerwy w ciągłości przekazu medytacyjnego 97 · Konsekwencje: Dhamma jako punkt odniesienia 99 · Najwcześniejszy buddyzm wobec głównego nurtu buddyzmu 100 · Najważniejsze problemy dalszej rekonstrukcji 101

103 Rozdział 8. Świat, który wydał Buddę

Dwa środowiska kulturowe 103 · Bramini i samaṇowie 104 · Swoboda myślenia 106 · Jakie warunki umożliwiły rozwój środowiska samaṇów? 107 · Konkurencyjne drogi wyzwolenia 108 · Medytacja przed Buddą 110 · Podsumowanie 111

112 Rozdział 9. Duch wczesnego buddyzmu

Jaki obraz Buddy wyłania się z najwcześniejszych tekstów? 112 · Powściągliwość, ironia i brak ceremonialności 113 · Wspólnota i stosunek do autorytetu w najwcześniejszym buddyzmie 115 · Duch krytycznego dociekania i osobistego testowania 117 · Stosunek do własnej nauki 119 · Idee dobrej przyjaźni i szlachetnej samotności 119 · Idea szlachetności duchowej 120

122 Rozdział 10. Zagadka jhāny

Jhāna w życiu Buddy 122 · Jhāna w stopniowym treningu 124 · Jhāna i nibbāna 124 · Jhāna, samādhi i zrozumienie 125 · Niewłaściwe i nieskuteczne formy medytacji 127 · Rozwijanie władz zmysłowych 127 · Poszukiwania przyszłego Buddy 128 · Praktyki „wysiłków" 130 · Dwa rodzaje medytacji 131 · Podsumowanie: Czym nie była wczesnobuddyjska jhāna? 132

134 Rozdział 11. W jakim stopniu jhāna wymaga metody?

Brak szczegółowych instrukcji 134 · Czy metodę przekazywano ustnie? 135 · Metoda a mechanizm 136 · Jhāna a wysiłek 137 · Znaczenie *Bhikkhunupassaya Sutty* 138 · Granice metody 139

140 Rozdział 12. W jaki sposób dochodzi do samādhi?

Dwa porządki postępu medytacyjnego: *Visuddhimagga* i Nikāye 140 · Bez osobnego aktu intencji... 142 · Samādhi jako wewnętrzne zebranie umysłu 143 · Jaki związek ma doznawanie przyjemności z nierozproszeniem mentalnym? 144 · Od uspokojenia ciała do przyjemności 145 · Zebranie wewnętrzne umysłu a możliwości poznawcze 146 · Czemu znikają przeszkody? 148

149 Rozdział 13. Od dyscypliny moralnej do medytacji

Sīla: więcej niż moralność 149 · Właściwy wysiłek 150 · Pomność, impuls i odwarunkowanie 152 · Nie wszystko, z czego trzeba rezygnować, jest moralnie złe 154 · Powściąganie zmysłów w świecie nadmiaru bodźców 155 · Mowa wewnętrzna a życie społeczne 156 · Psychologiczne znaczenie radykalnej szczerości 158 · Model życia radykalnego wczesnobuddyjskich bhikkhu 159 · Od wędrownego bhikkhu do osiadłego mnicha 160 · Czy konieczne jest bycie mnichem współcześnie? 161 · Dlaczego brak przeszkód jest sam w sobie przyjemny? 164 · Sposób życia a medytacja formalna 165

167 Rozdział 14. Co właściwie robić podczas medytacji?

Co pozostaje po przyjęciu pozycji medytacyjnej? 169 · Od aktywnej interwencji do pasywnej świadomości 170 · Kiedy myśl nie ustępuje... 171 · Ta sama czynność może pełnić zupełnie inną funkcję 172 · Metoda, którą po spełnieniu zadania należy porzucić 173 · Znaczenie postawy ciała i bezruchu 175 · Oddech i relaksacja ciała 177 · Do jakiego stopnia właściwa medytacja obejmuje działanie wolicjonalne? 179 · A jeśli głęboki stan można osiągnąć samą techniką? 180 · Dlaczego wczesnobuddyjska jhāna może zmienić człowieka? 182 · Czego wciąż nie wiemy 184

186 Rozdział 15. Paradoks szukania

Dlaczego nawet myślenie o Dhammie musi w końcu ustać? 186 · Paradoks starania 188 · Szukanie 189 · Trzy rodzaje szukania 191 · Czego może brakować gorliwemu buddyście? 192 · Ani zatrzymując się, ani prąc naprzód 195 · Czego nie możemy po prostu wypraktykować? 196 · Ukryty rozwój 198 · Rozwój nie jest prostą akumulacją 199 · Proces, którego nie widzimy od środka 201 · Rozwój nie zaczyna się wraz z praktyką buddyjską 202 · Historie, które nie mieszczą się w prostym schemacie postępu 203 · „Skończony człowiek" 206 · Ocena wysiłku na ścieżce wczesnobuddyjskiej 207 · Co z tego wynika dla praktykującego? 208

211 Rozdział 16. Świat w długim na sążeń ciele

Dwa obrazy rzeczywistości 211 · Osobliwe pojęcie „świata" w Nikāyach 212 · Jak można to rozumieć? 214 · W jakim stopniu umysł współtworzy doświadczenie? 215 · Co na to fizyka? 218 · Świat, który powstaje w procesie poznania 219 · Język, narodziny i śmierć 222

226 Rozdział 17. Brzemię i jego nosiciel. Nie-ja zamiast redukcjonizmu

Obraz, który bierzemy za siebie 229 · Jak powstaje poczucie „to jestem ja"? 231 · Umysł a świadomość 234 · Co właściwie znaczy „nie-ja"? 236 · Czy zatem istnieje jakaś jaźń? 237 · Dlaczego utożsamienie jest problemem? 239

241 Rozdział 18. Ustanie: droga na koniec świata

Czy ustanie oznacza nieświadomość? 242 · Co więc właściwie ustaje? 244 · Stopniowa dekonstrukcja świata doświadczenia 245 · Brzemię świadomości 250 · Jak to się łączy z uznawaniem khandh za „ja"? 253 · Droga na koniec świata 254

256 Zakończenie. Powrót do źródła

259 Słowniczek najważniejszych terminów palijskich występujących w książce

# Konwencje zapisu i zasady wymowy

Ze względu na potrzebę precyzji oraz brak jednoznacznych polskich odpowiedników wiele terminów pozostawiono w książce w oryginalnej formie palijskiej, zachowując standardowy międzynarodowy zapis ze znakami diakrytycznymi. Część z nich jest odmieniana zgodnie z zasadami polskiej gramatyki. Terminy uwzględnione w słowniczku na końcu książki zapisano bez kursywy, gdy stanowią część polskiego wywodu. Kursywą zapisano natomiast słowa i wyrażenia palijskie przytaczane w oryginale, zwłaszcza dosłowne cytaty oraz palijskie odpowiedniki podawane w nawiasach po polskim tłumaczeniu. Kursywą zapisano również tytuły poszczególnych sutt i innych dzieł, np. *Sandha Sutta* czy *Visuddhimagga*.

Ponieważ książka dotyczy przede wszystkim najwcześniejszego buddyzmu zachowanego w źródłach palijskich, używa na ogół palijskich form terminów, które są szerzej znane w ich postaci sanskryckiej. Dlatego pojawiają się tu Dhamma zamiast „dharma", nibbāna zamiast „nirwana" oraz kamma zamiast „karma". Nie są to inne pojęcia, lecz odpowiadające sobie formy w dwóch blisko spokrewnionych językach.

Pisownia palijska nie zawsze odpowiada polskim nawykom wymowy. c wymawia się podobnie do polskiego ć, j – do dź, ñ – do ń, y odpowiada polskiemu j, a v zasadniczo polskiemu w. Na przykład:
citta – cit-ta
saññā – sań-ńaa
viññāṇa – wiń-ńaa-na

Podwojone spółgłoski, takie jak tt, kk, mm, bb czy ññ, należy zaznaczać w wymowie. Nie oznacza to jednak koniecznie, że trzeba wymawiać spółgłoskę dwa razy jako dwa krótkie, całkowicie oddzielne dźwięki. Można ją realizować jako jedną spółgłoskę wyraźnie dłuższą, co w praktyce daje podobny efekt. Dlatego zapis typu cit-ta, bhik-khu czy Dham-ma należy rozumieć przede wszystkim jako wskazówkę, że spółgłoska jest wydłużona lub że granica sylab przebiega między jej dwoma członami.

Szczególnej uwagi wymagają połączenia spółgłoski z h, takie jak *kh, gh, ch, jh, ṭh, ḍh, th, dh, ph* i *bh*. Litera h nie oznacza w nich osobnej głoski „h" lub „ch", lecz przydech towarzyszący poprzedzającej spółgłosce. W uproszczonym zapisie wymowy można go oznaczyć symbolem $^{h}$. Dotyczy to kilku terminów, które pojawiają się w książce szczególnie często:
jhāna – dź$^{h}$aana
samādhi – samaad$^{h}$i
khandha – k$^{h}$and$^{h}$a
Dhamma – d$^{h}$am-ma
bhikkhu – b$^{h}$ik-k$^{h}$u

Przydech można łatwo sprawdzić, trzymając przed ustami kartkę papieru: przy prawidłowej wymowie strumień powietrza następujący po spółgłosce powinien wyraźnie ją poruszyć.

Nie każde h pełni jednak tę funkcję. Tam, gdzie występuje jako samodzielna spółgłoska, wymawia się je podobnie jak polskie h. Tak jest na przykład w taṇhā: tanhaa.

Znaki *ā, ī, ū* oznaczają samogłoski długie. Długie są również samogłoski *e* i *o*, gdy występują w sylabach otwartych, natomiast przed grupami spółgłoskowymi wymawia się je krótko. W pomocniczym zapisie wymowy długość samogłosek zaznaczono przez ich podwojenie, np. jhāna – dź$^{h}$aana, nibbāna – nib-baana, vedanā – weedanaa, nirodha – nirood$^{h}$a.

Znaki ṅ i ṃ oznaczają dźwięki nosowe. ṅ odpowiada w przybliżeniu głosce, którą słyszymy przed „k" w polskim słowie „bank", i można ją oddać jako ŋ, np. saṅkhāra – saŋk$^{h}$aara. Również ṃ nie jest zwykłym polskim „m". Oznacza dźwięk nosowy, którego wymowa może się nieco różnić zależnie od otoczenia fonetycznego i tradycji. Dlatego saṃsāra nie należy czytać „samsara"; w uproszczonym zapisie wymowy można ją oddać jako saŋsaara.

Podane wskazówki mają charakter praktyczny i nie rozstrzygają kwestii historycznej wymowy języka palijskiego ani różnic występujących między współczesnymi tradycjami jego wymawiania.

Pełniejsze omówienie zasad wymowy można znaleźć w opracowaniu Piotra Jagodzińskiego *Kieszonkowy słownik pāḷijsko-polski* na portalu Sasana.

# Wykaz skrótów

**AN** – *Aṅguttara Nikāya*
**Dhp** – *Dhammapada*
**DN** – *Dīgha Nikāya*
**It** – *Itivuttaka*
**MN** – *Majjhima Nikāya*
**SN** – *Saṃyutta Nikāya*
**Snp** – *Sutta Nipāta*
**Thag** – *Theragāthā*
**Thig** – *Therīgāthā*
**Ud** – *Udāna*

**Sposób oznaczania tekstów**

Liczby podawane po skrócie tytułu wskazują miejsce danego tekstu w odpowiednim zbiorze. W poszczególnych przypadkach oznaczają:
**AN** – numer *nipāty* i numer sutty, np. AN 3.65.
**Dhp** – numer wersu.
**DN** – numer sutty.
**It** – numer sutty.
**MN** – numer sutty.
**SN** – numer *saṃyutty* i numer sutty.
**Snp** – numer *vaggi* i numer sutty.
**Thag** – numer *nipāty* (rozdziału) i numer utworu.
**Thig** – numer *nipāty* (rozdziału) i numer utworu.
**Ud** – numer *vaggi* i numer sutty.

# Rozdział 1.
## Dlaczego warto to potraktować poważnie?

Buddyzm, w tym jego najwcześniejsza dająca się zrekonstruować postać, od wielu lat jest przedmiotem badań akademickich prowadzonych na uniwersytetach i znajdujących swój wyraz w książkach, artykułach naukowych oraz dyskusjach na międzynarodowych konferencjach. W takim kontekście samo krytyczne badanie buddyzmu i jego początków nie wymaga szczególnego uzasadnienia. Jest to jedna z największych światowych tradycji religijnych, o bogatej historii i ogromnym wpływie kulturowym, a zatem naturalny przedmiot zainteresowania nauki.

Słowo „krytyczny" nie oznacza w tym kontekście dążenia do skrytykowania czy obalenia badanych twierdzeń. Chodzi o postawę stanowiącą zwyczajny standard pracy naukowej: nieprzyjmowanie tez po prostu na wiarę, rozważanie alternatywnych wyjaśnień, porównywanie siły argumentów przemawiających za konkurencyjnymi stanowiskami oraz gotowość do odrzucenia twierdzeń wewnętrznie sprzecznych albo niezgodnych z innymi dostępnymi świadectwami. Sam jestem aktywnym badaczem akademickim w tej dziedzinie, a znaczna część tego, co następuje w tej książce, opiera się właśnie na tego rodzaju analizach, prowadzonych przez wiele lat zarówno przeze mnie, jak i przez wielu innych badaczy.

Bezinteresowne poszukiwanie prawdy, motywowane ciekawością badawczą, nie jest jednak powodem zajmowania się wczesnym buddyzmem, od którego chcę tutaj wyjść, ani tym, co w największym stopniu napędza moje własne zainteresowanie tym zagadnieniem. Chcę zaproponować powód innego rodzaju, znacznie bardziej praktyczny i bezpośrednio związany z naszym życiem. Jeśli jest trafny, mamy powód, by buddyzm – a zwłaszcza jego najwcześniejszą dostępną nam postać – potraktować nie tylko jako przedmiot badań akademickich, lecz jako propozycję dotyczącą naszego własnego życia.

### Nasza sytuacja: co jest nam dane?

Punktem wyjścia jest nasza podstawowa sytuacja egzystencjalna. Warto ją tu nakreślić, ponieważ pochłonięci codziennymi sprawami łatwo tracimy wrażliwość na najbardziej elementarne fakty własnego położenia.

Każdemu z nas dane jest nasze ograniczone i skończone życie, w którym przypada nam pewna miara szczęścia i pewna miara cierpienia, w proporcji, której nie wybieramy i której nie jesteśmy w stanie z góry przewidzieć. Żyjemy we wszechświecie, którego skala – a także sens, o ile w ogóle jakiś posiada – zdaje się przekraczać możliwości naszego umysłu. Musimy też przynajmniej poważnie liczyć się z możliwością, choć nie możemy mieć tutaj pewności, że nasze obecne życie jest zarazem naszym jedynym i niepowtarzalnym spotkaniem z tym światem, jedyną kartą, którą otrzymaliśmy i którą możemy zagrać tylko raz.

Powstaje zatem naturalne pytanie: co zrobimy z tą jedną kartą? Jedną z dostępnych możliwości jest po prostu przyjąć zwyczajną ludzką dolę: żyć mniej więcej tak, jak żyją ludzie wokół nas, i zaakceptować taką mieszaninę szczęścia i cierpienia, jaką przynosi przeciętne życie. Jest to rozwiązanie naturalne, częściowo wynikające z naszej społecznej natury; rodzimy się w określonym świecie, uczymy się jego reguł i bez szczególnego namysłu wchodzimy w koleiny wyznaczone przez tych, którzy żyli przed nami.

Nie jest jednak oczywiste, że właśnie tak musimy postąpić. Załóżmy bowiem, że istnieje możliwość wyciągnięcia z ludzkiego życia czegoś znacznie więcej niż to, co oferuje jego zwyczajny przebieg: znaczącego ograniczenia cierpienia, osiągnięcia szczególnego rodzaju szczęścia, spełnienia czy wewnętrznej wolności, niegwarantowanych wprawdzie każdemu, lecz realnie dostępnych dla ludzi, którzy wiedzą, czego i w jaki sposób szukać. Sam fakt istnienia takiej możliwości zasadniczo zmieniałby nasze położenie.

Jeśli bowiem naprawdę zależy nam na tym, żeby wykorzystać własne niepowtarzalne życie możliwie najlepiej, powinniśmy przynajmniej poważnie zbadać, czy taka możliwość istnieje i czy jest dla nas osiągalna. Zlekceważenie tej kwestii mogłoby oznaczać utratę czegoś bezcennego, a gdyby nasze życie rzeczywiście okazało się jednorazowe, strata ta byłaby ostateczna. Przy tak wysokiej potencjalnej stawce samo sprawdzenie, czy istnieje jakaś istotnie lepsza możliwość przeżywania ludzkiego życia, nie jest przejawem religijnej gorliwości ani filozoficznego hobby, lecz działaniem we własnym interesie.

Nie oznacza to jeszcze, że taka możliwość rzeczywiście istnieje. Tym bardziej nie oznacza to, że wiemy, gdzie jej szukać. Wynika z tego tylko tyle, że przedwczesne założenie, iż niczego podobnego nie ma, byłoby równie nieracjonalne jak bezkrytyczne uwierzenie pierwszemu człowiekowi, który obieca nam drogę do szczęścia.

## Metafora mapy

Wyobraźmy sobie, że od urodzenia żyjemy w jakimś nędznym i przygnębiającym miejscu, wśród ludzi, którzy pogodzili się z tym, że pozostaną tam już na zawsze, ponieważ nie znają żadnej innej egzystencji. Moglibyśmy postąpić dokładnie tak samo; właściwie wszystko w otoczeniu skłaniałoby nas do tego, żeby przyjąć lokalne warunki za coś oczywistego i urządzić się w nich najlepiej, jak potrafimy.

Załóżmy jednak, że dowiadujemy się o istnieniu mapy wskazującej drogę wyjścia i sporządzonej rzekomo przez ludzi, którzy sami tę drogę przebyli. Nie wiemy jeszcze, czy mapa jest autentyczna ani czy rzeczywiście prowadzi tam, dokąd obiecuje. Mimo to całkowite zignorowanie jej bez choćby poważnego sprawdzenia byłoby działaniem przeciwko własnemu potencjalnemu interesowi. Jeśli wyjście rzeczywiście istnieje, a mapa rzeczywiście je pokazuje, cena zaniechania może być ogromna.

Pod tym względem znajdujemy się w sytuacji zarazem trudniejszej i bardziej uprzywilejowanej. Nie jesteśmy pierwszymi ludźmi, którzy zastanawiali się nad własnym położeniem. Wielu poważnych myślicieli przed nami – filozofów, kontemplatyków, twórców i spadkobierców tradycji religijnych w różnych kulturach – pozostawiło po sobie coś, co można porównać właśnie do map. Jedne miały być sporządzone na podstawie osobistej podróży, inne były rezultatem rozumowania i spekulacji, jeszcze inne miały pochodzić ze źródła nadprzyrodzonego. Wszystkie na swój sposób próbują odpowiedzieć na podobne pytania: czy istnieje coś więcej niż zwyczajna ludzka kondycja? Na czym to coś miałoby polegać? Jak można to osiągnąć?

Przy tak wysokiej stawce przyjrzenie się tym mapom, porównanie ich ze sobą oraz zbadanie ich wiarygodności nie powinno wynikać z bezinteresownej ciekawości, ale być podejściem człowieka dbającego po prostu o swój interes. Nie oznacza to jednak, że należy im zaufać. Wręcz przeciwnie, istnieją bardzo dobre powody do daleko posuniętej ostrożności.

Niektóre mapy można odrzucić stosunkowo szybko ze względu na wewnętrzne sprzeczności albo twierdzenia wyraźnie niezgodne z tym, co wiemy o świecie. Jeszcze poważniejszy problem polega na braku faktu jednoznacznej, pozytywnej weryfikacji ich skuteczności. Nasza sytuacja byłaby znacznie prostsza, gdybyśmy mogli obserwować ludzi, którzy dzięki określonej mapie rzeczywiście docierają do celu, po czym wracają i przynoszą ze sobą coś, co nie pozostawia wątpliwości, że odbyli opisywaną podróż. Niestety, nic podobnego nie zachodzi w sposób na tyle oczywisty, żeby rozstrzygnąć problem za nas.

Historia ludzkości zna bardzo wiele religii i filozofii obiecujących rozwiązanie naszych najgłębszych problemów, ale trudno powiedzieć, żeby ich dzieje stanowiły jednoznaczne potwierdzenie tych obietnic. Nierzadko istnieje wręcz bolesny kontrast pomiędzy głoszonymi przez nie ideałami a zachowaniem ich wyznawców i czarnymi kartami ich historii. Słabość tego rodzaju obietnic staje się szczególnie widoczna, kiedy zestawimy ją ze skutecznością nauki i techniki. W ciągu zaledwie kilku ostatnich stuleci nauczyliśmy się skutecznie leczyć choroby wcześniej śmiertelne, kontrolować ból, znacznie wydłużyliśmy średnią długość życia i potrafimy w ciągu kilkunastu godzin znaleźć się na drugim końcu planety. Takie rezultaty są namacalne i trudno je zakwestionować. W przypadku obietnic ostatecznej przemiany ludzkiej kondycji sytuacja wygląda znacznie mniej jednoznacznie.

Problem pogłębia fakt, że mapy te bardzo często sobie przeczą. Niektóre opierają się ponadto na objawieniu przez Istotę Najwyższą albo jej posłańców. Jeśli jednak prawdziwość mapy zależy ostatecznie od uznania autorytetu objawienia, pozostaje pytanie, dlaczego mielibyśmy zaufać właśnie temu objawieniu, skoro istnieją inne, prowadzące do odmiennych, a czasem wzajemnie wykluczających się wniosków. Dla wielu ludzi wychowanych w kulturze Zachodu szczególne znaczenie ma tutaj doświadczenie chrześcijaństwa, przez stulecia dominującej mapy naszego kręgu kulturowego. Utrata wiary w jej autorytet może łatwo przekształcić się w znacznie bardziej ogólne podejrzenie, że wszystkie podobne propozycje są tylko różnymi wersjami tego samego przedsięwzięcia i że rozsądniej byłoby nie oczekiwać od żadnej z nich zbyt wiele.

Znajdujemy się więc w sytuacji podwójnie niewygodnej. Z jednej strony potencjalna stawka jest zbyt wysoka, żeby z góry zrezygnować z poszukiwania: jeżeli rzeczywiście istnieje możliwość zasadniczo lepszego sposobu przeżywania ludzkiego życia, nierozsądnie byłoby jej nawet nie zbadać. Z drugiej strony historia dostępnych nam „map" dostarcza wystarczająco wielu powodów do sceptycyzmu, żeby nie powierzać własnego życia żadnej z nich tylko dlatego, że brzmi przekonująco, odpowiada naszym intuicjom albo przemawia do nas estetycznie. Mamy zatem powód, żeby map szukać – i równie dobry powód, żeby żadnej z nich pochopnie nie zaufać.

## Sceptyczna alternatywa

Nie sposób zatem odmówić pewnej racjonalności stanowisku, które zdaje się przyjmować wiele często bardzo inteligentnych osób: skoro nie mamy mocnych podstaw, by wierzyć w istnienie czegoś więcej niż dobrze znane nam, ograniczone ludzkie życie, może najlepiej skoncentrować się po prostu na przeżyciu go możliwie dobrze, w miarę naszych skromnych możliwości maksymalizując jego aspekty przyjemne, minimalizując cierpienie i licząc na odrobinę szczęścia.

Sprawdzanie kolejnych „map" może się przecież okazać przedsięwzięciem całkowicie daremnym, na które stracimy część naszego i tak bardzo ograniczonego czasu. Co gorsza, jeśli nie poprzestaniemy na czytaniu map, lecz zaczniemy testować je w praktyce, ryzyko staje się jeszcze większe: można poświęcić wiele lat życia określonej religii, praktyce czy filozofii, by dopiero na końcu odkryć, że obrana droga prowadziła donikąd. W metaforze, którą się posługujemy, nie tylko nie dotrzemy wtedy do obiecanego miejsca, ale możemy zagubić się na pustkowiu i stracić znaczną część życia, którego nie sposób odzyskać.

Może więc najbardziej rozsądne byłoby po prostu docenić to, co już mamy, nie oczekiwać od ludzkiej kondycji zbyt wiele i nie marnować czasu na poszukiwanie wyjścia, którego być może wcale nie ma? Czy jednak postawa taka byłaby rzeczywiście w pełni racjonalna i nie stanowiła przedwczesnej i niepotrzebnej kapitulacji?

## Dlaczego tradycyjny dystans badacza już nie wystarcza

Konwencjonalna postawa badacza – nazwijmy ją postawą bezinteresownego uczonego – traktuje taką tradycję jak buddyzm jako przedmiot badania: coś, co należy bardzo rzetelnie skatalogować, datować i porównać, ale co po godzinach pracy można odłożyć z powrotem na półkę, tak jak nawet bardzo dobry kartograf mógłby studiować stare mapy od dziewiątej do siedemnastej, po czym wrócić do domu i już o nich nie myśleć.

Wykształcenie takiej postawy bezinteresownego, niezaangażowanego badacza ma być może pewien związek ze specyficzną historią kultury Zachodu. Jeszcze w starożytnej Grecji wielu myślicieli traktowało filozofię odmiennie: jako sposób życia i ćwiczenie duchowe, spełniające funkcje pod pewnymi względami podobne do religii. Wraz z dominacją na Zachodzie religii objawionych, przede wszystkim chrześcijaństwa, najważniejsze problemy egzystencjalne zostały jednak uznane za już rozstrzygnięte przez dominującą tradycję religijną i jej autorytet. Skoro kwestie ostateczne miały już swoje odpowiedzi

na innym polu, można było poświęcić się bezinteresownemu, wynikającemu z ciekawości badaniu świata i jego tajemnic. Postawa ta przyniosła imponujące rezultaty, których najbardziej spektakularnym przykładem jest rozwój nowoczesnej nauki.

Nasza sytuacja jest jednak moim zdaniem inna. Wiele tradycyjnych odpowiedzi utraciło automatyczny autorytet, jaki niegdyś posiadały – czasem w konfrontacji z wynikami nauki, czasem wskutek własnych wewnętrznych problemów, a czasem po prostu dlatego, że żyjemy w świecie, w którym szereg konkurencyjnych tradycji funkcjonuje obok siebie i nie może już bez dalszego uzasadnienia rościć sobie prawa do oczywistej wyłączności.

Nie jesteśmy więc w położeniu, w którym najważniejsze pytania dotyczące ludzkiego życia zostały już wiarygodnie rozwiązane i możemy spokojnie poświęcić się poszukiwaniu wiedzy dla niej samej. Być może, gdybyśmy byli nieśmiertelni albo przynajmniej niezwykle długowieczni, moglibyśmy pozwolić sobie na całkowity dystans. Dysponujemy jednak ograniczonym czasem, a jeżeli któraś z niesfalsyfikowanych jeszcze map rzeczywiście prowadzi do celu, którego osiągnięcie zasadniczo zmieniłoby jakość naszego życia, jej ocena nabiera znaczenia całkowicie osobistego.

Mapy różnią się od siebie, czasem bardzo głęboko, nie mogą więc wszystkie być jednocześnie prawdziwe w każdym istotnym punkcie. Nieracjonalne byłoby wybranie którejś wyłącznie dlatego, że odczuwamy do niej emocjonalną sympatię, odpowiada naszym wcześniejszym przekonaniom albo podoba nam się estetycznie. Zbyt wiele możemy stracić, jeżeli wybierzemy źle: przede wszystkim możliwość dotarcia do celu, ale także czas i wysiłek zużyte na drogę, która prowadziła w niewłaściwym kierunku.

Krytyczna ocena dostępnych map nabiera wobec tego zupełnie innego znaczenia. Nie jesteśmy już kartografami pracującymi nad mapą w sterylnym laboratorium i mogącymi o niej zapomnieć po powrocie do domu. Jesteśmy raczej podróżnikami, których los zależy od tego, czy mapę odczytają właściwie.

Co gorsza, niektóre z dostępnych map są niekompletne: pewnych obszarów w ogóle na nich nie przedstawiono, inne fragmenty zostały uszkodzone albo stały się nieczytelne wskutek upływu czasu. Jak się później przekonamy, właśnie z takim problemem będziemy mieli do czynienia w przypadku najwcześniejszej dostępnej postaci mapy buddyjskiej.

Krytyczność nie oznacza więc w tym ujęciu egzystencjalnego dystansu. Wręcz przeciwnie: właśnie dlatego, że sprawę traktujemy osobiście, powinniśmy być szczególnie wymagający wobec argumentów, źródeł i obietnic.

## Dlaczego w ogóle buddyzm?

Książka ta dotyczy buddyzmu, ale z dotychczasowej argumentacji nie wynika jeszcze żaden szczególny powód, by właśnie tę tradycję wyróżnić spośród pozostałych. Nie chcemy też odwracać kolejności rozumowania i najpierw wybierać odpowiedzi, a dopiero potem szukać dla niej uzasadnienia. Trzeba więc zapytać wprost: czy istnieje coś, co sprawia, że buddyzm zasługuje przynajmniej na dokładniejsze zbadanie, zanim umieścimy go na tej samej półce co wiele innych niesprawdzonych map?

Sądzę, że istnieje kilka takich powodów. Żaden z nich osobno ani wszystkie razem nie dowodzą, że buddyzm prowadzi tam, dokąd obiecuje. Pokazują natomiast, że jego propozycja jest dostatecznie unikalna, częściowo przynajmniej możliwa do niezależnej weryfikacji i intelektualnie interesująca, aby pochopne jej odrzucenie było równie nieuzasadnione jak bezkrytyczna wiara.

Pierwszym powodem jest charakter samej obietnicy. W buddyzmie ostateczny rezultat praktyki nie ma polegać wyłącznie na pośmiertnej nagrodzie, której prawdziwość stanie się dostępna dopiero wtedy, gdy nie będziemy już mogli, co oczywiste, przekazać wyniku eksperymentu innym. Rdzeniem tradycji jest idea możliwości głębokiej przemiany człowieka jeszcze za życia. Jej pełny zakres wiąże się oczywiście z całym buddyjskim obrazem świata, obejmującym również kammę i odrodzenie, ale zasadnicza przemiana psychologiczna ma być czymś, czego skutki ujawniają się już tu i teraz.

Postać arahanta – kogoś, kto przeszedł radykalną i nieodwracalną przemianę i uwolnił się od tych form cierpienia psychologicznego, którym podlega zwykły człowiek – zajmuje w buddyzmie miejsce centralne. Jeżeli taka przemiana rzeczywiście jest możliwa, mamy do czynienia nie z abstrakcyjną teorią metafizyczną, lecz z hipotezą dotyczącą ludzkiego umysłu i jego potencjału, przynajmniej częściowo dostępną sprawdzeniu w tym życiu.

Interesującym świadectwem tego sposobu myślenia jest *Kālāma Sutta* (AN 3.65), w której argumentacja obejmuje również możliwość, że nie istnieje żadne życie po śmierci ani pośmiertne skutki kammy. Nawet wtedy, mówi tekst, człowiek rozwijający właściwy sposób życia i określone stany umysłu odnosi korzyść już teraz. Szczególne miejsce zajmują tu tzw. *brahmavihāry* – miłość, współczucie, życzliwość wobec powodzenia innych i równowaga – a więc stany, których wartość nie zależy całkowicie od przyjęcia określonej metafizyki.

*Kālāma Sutta* z pewnością nie redukuje buddyzmu do świeckiej psychologii ani nie pozwala po prostu odrzucić wszystkich nadprzyrodzonych elementów jego światopoglądu. Pokazuje jednak, że przynajmniej część stawki buddyjskiej praktyki ma się ujawniać już za życia, a nie dopiero po jego zakończeniu, jak to ma miejsce w przypadku wielu religii.

## Niezwykła analiza umysłu

Drugim powodem jest poziom rozwinięcia buddyjskiej refleksji nad umysłem. Znajdujemy tu dokładne rozróżnienia pomiędzy samym pojawieniem się doświadczenia, jego rozpoznawaniem i kategoryzowaniem, powstającą wobec niego reakcją, pragnieniem, lgnięciem i całym szeregiem procesów, dzięki którym to, co pierwotnie się wydarza, zostaje przekształcone w coś przeżywanego jako „moje", pożądanego albo odrzucanego. Zamiast prostego nakazu moralnego „nie pragnij" pojawia się pytanie o warunki, dzięki którym pragnienie powstaje i może ustać; zamiast założenia, że człowiek jest jednym świadomym podmiotem wykonującym kolejne operacje, pojawiają się analizy procesu doświadczenia, które taki prosty obraz komplikują.

O ile pod pewnymi względami buddyzm może przypominać niektóre starożytne greckie filozofie życia, to zarazem wychodzi poza nie pod względem systematycznego zainteresowania samym mechanizmem umysłu. Stoicy, epikurejczycy, sceptycy czy cynicy również nie traktowali filozofii jedynie jako teorii i dążyli do przemiany sposobu życia, jednak buddyjska analiza procesów poznawczych i afektywnych osiągnęła poziom szczegółowości, dla którego trudno znaleźć jakiś odpowiednik w starożytnej myśli zachodniej.

Oczywiście, samo w sobie nie dowodzi to jeszcze, że analiza ta jest prawdziwa, bo wyrafinowany model może być po prostu błędny. Niemniej uzasadnia to celowość przynajmniej głębszego przyjrzenia się „mapie" buddyjskiej.

## Zaskakujące zbieżności

Szczególnie interesującym przypadkiem jest buddyjska krytyka koncepcji trwałej jaźni. Nie możemy powiedzieć co prawda, że współczesna filozofia albo kognitywistyka po prostu „potwierdziły buddyzm", bo takie stwierdzenie byłoby zdecydowanie zbyt mocne. Niemniej jednak nie sposób nie zauważyć, że myśliciele filozofujący niezależnie od tradycji buddyjskiej i przy użyciu zupełnie innych metod dochodzili niekiedy do wniosków uderzająco podobnych.

David Hume, szukając poprzez introspekcję trwałej jaźni stojącej za poszczególnymi spostrzeżeniami, twierdził, że zawsze natrafia jedynie na konkretne doświadczenia i nigdy na osobny podmiot znajdujący się poza nimi, w rezultacie czego opisywał człowieka jako „wiązkę" zmieniających się percepcji. Daniel Dennett pisał o jaźni jako o „ośrodku narracyjnej grawitacji", użytecznej, ale ostatecznie fikcyjnej konstrukcji, wokół której „obraca się" wielość realnych procesów mentalnych, nie zaś osobnej rzeczy, którą można znaleźć gdzieś wewnątrz systemu. Thomas Metzinger idzie jeszcze dalej, argumentując, że to, czego doświadczamy jako jaźni, jest wirtualnym modelem nas samych wytwarzanym przez mózg, a nie odrębnym bytem odpowiadającym temu modelowi.*

Stanowiska te nie są oczywiście w pełni identyczne ani między sobą, ani z buddyjskimi koncepcjami. Sam fakt, że podobne problemy i rozwiązania pojawiają się w tradycjach tak odległych historycznie i metodologicznie, jest jednak godny uwagi. Nie dowodzi prawdziwości buddyjskiej analizy, ale dostarcza kolejnego argumentu na rzecz potraktowania jej bardzo poważnie.

## Czy głęboka zmiana człowieka jest w ogóle możliwa?

Pozostaje jednak pytanie jeszcze bardziej podstawowe. Nawet gdyby buddyjska diagnoza umysłu zawierała pewne trafne obserwacje, czy obiecywana przez nią głęboka i trwała transformacja człowieka nie jest po prostu nierealistyczna?

Pytanie to warto postawić przed zainwestowaniem lat w wędrówkę według jakiejkolwiek mapy. Można przecież zgodzić się, że ludzki umysł ma swoje słabości, że poczucie jaźni jest bardziej złożone, niż nam się wydaje, i że pewne formy medytacji poprawiają samopoczucie, a zarazem uznać twierdzenie o radykalnej reorganizacji całego sposobu doświadczenia za religijną hiperbolę.

Tak się jednak składa, że nie musimy oceniać samej możliwości głębokiej zmiany wyłącznie na podstawie buddyjskich świadectw. Psychopatologia od dawna pokazuje, że to, co nazywamy zwyczajnym stanem umysłu, nie jest jedyną możliwą konfiguracją ludzkiego funkcjonowania mentalnego. Stany dysocjacyjne, depersonalizacja czy głębokie zmiany osobowości i emocji po uszkodzeniach mózgu pokazują, jak dalece może zmienić się sposób, w jaki człowiek doświadcza siebie i świata. Są to oczywiście przykłady patologiczne i nie mają

* Thomas Metzinger, *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self*, New York 2009, zwł. s. 8.

nic wspólnego z buddyjskim ideałem, ale właśnie dlatego są dla naszego argumentu użyteczne: pokazują, że poczucie trwałości i oczywistości zwyczajnego sposobu funkcjonowania umysłu jest zwodnicze.

Niezwykle interesujące z naszego punktu widzenia są również świadectwa, według których daleko idące zmiany sposobu przeżywania siebie, bazowego nastroju czy nawykowych wzorców myślenia mogą utrzymywać się zarówno w trakcie stosunkowo krótkich, ale niezwykle intensywnych doświadczeń psychodelicznych, jak i po nich. Nie ma to dowodzić, że psychodeliki prowadzą do celu buddyjskiego ani że zachodzące w obu przypadkach mechanizmy są te same. Pokazuje to jednak, że znacznie głębsza reorganizacja funkcjonowania psychicznego, niż podpowiada nam codzienna intuicja, należy do realnych możliwości ludzkiego organizmu.

Można posłużyć się może niedoskonałym, ale pomocnym porównaniem z komputerem. Mózg i układ nerwowy stanowią coś w rodzaju hardware, którego podstawowej konstrukcji nie możemy dowolnie wymienić, ale sposób jego działania zależy od software: utrwalonych konfiguracji, nawyków i wzorców przetwarzania informacji, które mogą się zmieniać. Buddyjska obietnica zakłada właśnie możliwość bardzo głębokiej zmiany tego drugiego poziomu: sposobu, w jaki postrzegamy, interpretujemy i emocjonalnie przeżywamy rzeczywistość.

Analogii tej nie należy brać dosłownie, a z samej neuroplastyczności nie wynika oczywiście możliwość osiągnięcia stanu arahanta. Wniosek, którego potrzebujemy na obecnym etapie, jest znacznie skromniejszy: radykalna przemiana funkcjonowania umysłu nie jest z góry wykluczona przez naszą aktualną wiedzę o człowieku.

Mamy zatem trzy powody, żeby buddyzm potraktować jako „mapę" wartą wzięcia pod uwagę. Obiecuje on przemianę, której zasadnicze skutki mają ujawniać się już za życia; przedstawia niezwykle rozwiniętą analizę mechanizmów ludzkiego doświadczenia; wreszcie sama możliwość daleko idącej reorganizacji umysłu poprzez własną pracę nie jest czymś sprzecznym ze współczesną wiedzą, a niektóre buddyjskie intuicje znajdują interesujące analogie w niezależnie rozwijanych koncepcjach filozoficznych.

To wszystko wystarcza, żeby mapy buddyjskiej nie odłożyć bez czytania.

Nie wystarcza natomiast, żeby jej zaufać.

## Buddyzm jako mapa

W tym miejscu czytelnik być może się spodziewa, że skoro książka dotyczy buddyzmu, spróbujemy teraz triumfalnie wykazać, iż właśnie ta tradycja jest mapą wolną od wad pozostałych i że przedstawione wyżej powody wystarczają, aby jej zaufać. Taki wniosek byłby jednak zdecydowanie przedwczesny.

Buddyzm istnieje od około dwóch i pół tysiąca lat. Jeżeli rzeczywiście zawiera skuteczną drogę prowadzącą do głębokiej i trwałej przemiany człowieka, jego długa historia powinna w jakimś stopniu dostarczać potwierdzenia tej obietnicy. Należałoby się spodziewać nie tylko pełnych górnolotnych stwierdzeń tekstów i imponujących doktryn, lecz także kolejnych pokoleń ludzi, w których przemiana ta byłaby wyraźnie widoczna – czegoś odpowiadającego w naszej metaforze podróżnikom powracającym z miejsc zaznaczonych na mapie i stanowiącym żywy dowód, że droga rzeczywiście prowadzi do celu.

Tymczasem obraz, jaki wyłania się z historii buddyzmu, jest znacznie mniej jednoznaczny. Buddyzm ma na Zachodzie opinię religii szczególnie filozoficznej, mało dogmatycznej i opartej raczej na osobistym doświadczeniu niż na wierze, a jego analiza umysłu rzeczywiście zawiera idee, które – jak przed chwilą zauważyliśmy – zasługują na poważne zainteresowanie. Nie znaczy to jednak, że buddyzm jako zjawisko historyczne jest wolny od problemów znanych z dziejów innych wielkich tradycji religijnych. W części swoich form również opierał się na zaufaniu autorytetowi tekstów i pewnych istot nadprzyrodzonych, rozwijał złożone systemy dogmatyczne i instytucjonalne, a jego wyznawcy nie zawsze wykazywali tę otwartość i krytyczność, z którymi buddyzm bywa dziś stereotypowo kojarzony.

Również społeczeństwa ukształtowane przez buddyzm nie wydają się pod względem szczęścia, wolności od cierpienia czy poziomu moralnego należeć do zupełnie innej kategorii niż społeczeństwa innych kręgów kulturowych. Ich historia zawiera te same ludzkie zjawiska, które znamy skądinąd: konflikty polityczne, przemoc, walkę o władzę, dogmatyzm, popadanie życia religijnego w rytualizm i rutynę oraz przedkładanie interesów instytucji nad ideały, dla których instytucje te miały pierwotnie istnieć.

Jeszcze bardziej kłopotliwy jest fakt, że w historii samych tradycji buddyjskich trudno dostrzec nieprzerwany masowy pochód kolejnych pokoleń ludzi radykalnie przemienionych przez praktykę, którego moglibyśmy się spodziewać na podstawie stereotypowego obrazu buddyzmu. Znajdujemy oczywiście wybitnych nauczycieli, niezwykłe postaci i świadectwa głębokiego doświadczenia, ale znajdujemy również długie okresy, w których praktyka medytacyjna

schodziła na dalszy plan wobec działalności rytualnej, scholastycznej czy instytucjonalnej. Jeżeli jakaś metoda rzeczywiście niezawodnie prowadziłaby do transformacji tak radykalnej, jaką opisuje idea arahanta, można byłoby oczekiwać, że skutki jej działania będą historycznie znacznie bardziej widoczne.

Podobne pytanie rodzi współczesna recepcja buddyzmu na Zachodzie. Przez kilka ostatnich dekad zen, buddyzm tybetański, vipassanā czy mindfulness przechodziły okresy niezwykłej popularności i przez pewien czas można było sądzić, że buddyzm odegra znacznie większą rolę w kulturze zachodniej. Tak się jednak nie stało. Pozostał on przede wszystkim zjawiskiem ograniczonym do stosunkowo niewielkich środowisk, a nawet ogromna popularność świeckiej medytacji nie przełożyła się na pojawienie się masowej grupy ludzi, których sposób funkcjonowania byłby oczywistym świadectwem radykalnej przemiany postulowanej przez tradycję.

Oczywiście poszczególne osoby mogą i często rzeczywiście twierdzą, że praktyka znacząco poprawiła jakość ich życia, zmniejszyła poziom lęku czy uczyniła je bardziej zrównoważonymi. Są to rezultaty istotne i nie ma powodu ich lekceważyć. Nie są one jednak czymś jakościowo tak niezwykłym, żeby same wystarczały jako potwierdzenie najbardziej ambitnych roszczeń buddyzmu. Podobne świadectwa znajdujemy w innych religiach, w psychoterapii, w różnych formach treningu psychologicznego, a czasem po prostu w rezultacie dojrzewania i zmiany warunków życia.

Trzeba więc powiedzieć wprost rzecz z punktu widzenia apologetycznego przedstawienia buddyzmu niewygodną: buddyści jako grupa nie stanowią żywego dowodu na to, że ich tradycja niezawodnie prowadzi do zasadniczo odmiennej kondycji psychologicznej. Nie są w sposób oczywisty mniej dogmatyczni, bardziej otwarci, wolni od konfliktów czy od zwyczajnych ludzkich słabości niż ludzie wywodzący się z innych środowisk.

Gdybyśmy mieli oceniać buddyzm wyłącznie na podstawie jego historii jako całości, wynik tej oceny nie byłby więc szczególnie zachęcający. Otrzymalibyśmy tradycję niewątpliwie bogatą intelektualnie, posiadającą interesujące praktyki i zdolną poprawiać życie przynajmniej części swoich wyznawców, ale nie taką, której dwa i pół tysiąca lat istnienia stanowi jednoznaczną demonstrację prawdziwości jej najdalej idących obietnic. Odwołując się jeszcze raz do naszego porównania: gdyby jakaś mapa była rzeczywiście niezawodna i prowadziła do celu, powinniśmy widzieć wielu ludzi, którzy po przebyciu wskazanej przez nią drogi wracają do punktu wyjścia, przynosząc niepodważalne świadectwa tego, dokąd dotarli – podobnie jak przywiezione przez

Kolumba do Hiszpanii nieznane tam zwierzęta i rośliny, a przede wszystkim ludzie pochodzący z odkrytych lądów, stanowiły namacalne potwierdzenie, że jego wyprawa rzeczywiście do nich dotarła. Sprawa nie jest na szczęście jednak tak oczywista.

## Dlaczego „buddyzm" to nie jedna mapa, lecz wiele

Mówiąc dotąd o buddyzmie, posługiwaliśmy się tym słowem tak, jak gdyby oznaczało ono jedną tradycję dysponującą jedną doktryną i jedną metodą prowadzącą do jednego, jednoznacznie rozumianego celu. Trzymając się przyjętej wcześniej metafory mapy, można powiedzieć, że w rzeczywistości „buddyzm" nie jest jedną mapą, lecz raczej rozległą tradycją kartograficzną – rodziną map sporządzanych przez wiele stuleci, w różnych kulturach i przez ludzi należących do odmiennych szkół.

Mapy te oczywiście pozostają do siebie podobne na najbardziej ogólnym poziomie. Wszystkie odwołują się w jakiś sposób do Buddy, mówią o niezadowalającym charakterze życia i cierpieniu, wyzwoleniu, przemianie umysłu i określonej drodze praktyki. Kiedy jednak przechodzimy od tych ogólnych haseł do pytań istotnych dla człowieka, który chciałby rzeczywiście za pomocą mapy gdzieś dotrzeć, różnice stają się bardzo duże.

Inaczej rozumiane są szczegółowe mechanizmy umysłu, inaczej charakter jaźni i jej krytyki, inaczej rola medytacji, a nawet sam cel praktyki. Jedne tradycje rozwijają skomplikowane wizualizacje i praktyki tantryczne, inne pracę z koanami, jeszcze inne systematyczne techniki medytacyjne związane z uwagą skierowaną na ciało i umysł; w buddyzmie Czystej Krainy ogromne znaczenie może mieć praktyka dewocyjna, podczas gdy współczesny świecki ruch mindfulness potrafi funkcjonować niemal całkowicie bez tradycyjnej metafizyki buddyjskiej.

Czytelnik przekonany dotychczasową argumentacją, który chciałby więc po prostu zacząć „praktykować buddyzm", natychmiast staje wobec problemu wyboru. Może trafić do nauczyciela buddyzmu tybetańskiego, klasztoru zen, theravādyjskiego ośrodka vipassany albo na ośmiotygodniowy kurs uważności i w każdym z tych miejsc usłyszeć coś innego o tym, czym jest właściwa praktyka i dokąd ma ostatecznie prowadzić.

Nie są to jedynie różne drogi prowadzące koniecznie do dokładnie tego samego miejsca. Część różnic dotyczy samej natury celu i sposobu rozumienia ludzkiego problemu, a więc właśnie tych kwestii, które w naszej metaforze odpowiadają położeniu punktu docelowego oraz przebiegowi drogi.

Fakt ten zmienia znaczenie przedstawionego wcześniej historycznego zastrzeżenia. Jeżeli buddyzm byłby jedną niezmienną metodą praktykowaną przez dwa i pół tysiąca lat, moglibyśmy dość bezpośrednio zapytać o wyniki tego ogromnego eksperymentu. Jeżeli jednak w toku historii pierwotna mapa była wielokrotnie kopiowana, komentowana, poprawiana, rozwijana i uzupełniana, a powstałe w ten sposób wersje znacznie się między sobą różnią, nie możemy już traktować całej historii buddyzmu jako testu jednej i tej samej propozycji.

Nie oznacza to oczywiście, że mapa najstarsza musi być najlepsza. Późniejsze zmiany mogły być ulepszeniami. Możliwe jest nawet, że ktoś w następnych stuleciach dostrzegł błędy pierwotnej drogi i znalazł rozwiązania lepsze niż jej twórca. Chronologiczne pierwszeństwo nie jest samo w sobie argumentem prawdziwości. Mapy, których używamy obecnie, są w końcu nieporównywalnie lepsze od map, jakie stworzył Kolumb.

Powoduje to jednak zmianę sytuacji. Jeżeli chcielibyśmy ocenić tę domniemaną pierwotną propozycję, nie musimy automatycznie wiązać jej ze wszystkim, co w ciągu dwóch i pół tysiąca lat nosiło nazwę buddyzmu, a następnie obciążyć ją wszystkimi sukcesami i niepowodzeniami tej niezwykle zróżnicowanej historii. Najpierw należałoby jednak ustalić, czym właściwie była „mapa", od której cały proces się rozpoczął.

## Wczesny buddyzm jako nowe otwarcie

W tym właśnie miejscu pojawia się właściwy przedmiot tej książki. Wczesny buddyzm interesuje nas nie dlatego, że wszystko, co najstarsze, musi z definicji być prawdziwsze albo lepsze, lecz dlatego, że daje możliwość przeprowadzenia eksperymentu intelektualnego, którego nie można wykonać, pozostając na poziomie „buddyzmu w ogóle". Możemy podjąć próbę odsunięcia kolejnych warstw późniejszej interpretacji i zadać pytanie, jak wyglądała najwcześniejsza wersja mapy, jaką jesteśmy w stanie odtworzyć, zanim zaczęła obrastać rozbudowanymi systemami scholastycznymi, nowymi tekstami, praktykami i interpretacjami.

Jeżeli wersja ta okaże się zasadniczo zgodna z tym, co przyszło później, jej oddzielne badanie być może niewiele zmieni. Jeżeli jednak okaże się pod istotnymi względami inna, historyczne losy późniejszych tradycji przestaną być prostym argumentem za albo przeciw jej skuteczności. Nie można bowiem oceniać danej mapy wyłącznie na podstawie tego, gdzie dotarli ludzie posługujący się jej daleko późniejszymi przeróbkami.

Istnieje jednak bardziej znaczący powód, dla którego właśnie najwcześniejsza warstwa zasługuje na szczególne zainteresowanie. Buddyzm przedstawia własne początki nie jako rezultat objawienia udzielonego człowiekowi przez Boga, lecz jako rezultat odkrycia dokonanego przez jednostkę, która miała następnie sama przejść opisywaną przez siebie przemianę. Budda nie ma więc przekazywać wiedzy otrzymanej od zewnętrznej istoty nadprzyrodzonej, ale być kimś, kto sam odkrył drogę, o której mówi, i ją przebył.

Jeżeli ten obraz rzeczywiście opiera się na historycznym fakcie, to najwcześniejsza mapa posiada szczególne znaczenie, ponieważ spośród dostępnych wersji powinna stać najbliżej relacji człowieka, który twierdził, że sam dotarł do celu. Nie znaczy to jeszcze, że relacja ta jest prawdziwa, że zachowała się bez zniekształceń ani nawet że wszystko, co później przypisano Buddzie, rzeczywiście pochodzi od niego. Są to pytania, które dopiero trzeba będzie postawić i rozważyć.

Podobnie rzecz ma się z możliwością sprawdzenia tej mapy. Jedną z cech, które czynią pierwotny projekt buddyjski interesującym, jest to, że jego zasadniczy rezultat ma się ujawnić jeszcze za życia praktykującego. Nie oznacza to oczywistej, niemalże laboratoryjnej weryfikacji ani gwarancji sukcesu, ale zmienia charakter propozycji: nie jesteśmy już proszeni wyłącznie o przyjęcie obietnicy dotyczącej rzeczywistości dostępnej dopiero po śmierci, lecz o zbadanie drogi, która przynajmniej według własnych deklaracji powinna stopniowo ujawniać swoje skutki w doświadczeniu.

Ta możliwość wydaje się szczególnie ważna w naszej obecnej sytuacji. Na początku rozdziału rozważaliśmy możliwość, by po prostu przyjąć zwyczajną ludzką dolę: żyć mniej więcej tak, jak żyją ludzie wokół nas, i urządzić się w znanym nam świecie najlepiej, jak potrafimy. Rzecz w tym, że dziś nawet trwałość tego świata nie jest już oczywista.

Rozwój sztucznej inteligencji już zaczyna zmieniać sposób, w jaki pracujemy, zdobywamy wiedzę i wykorzystujemy własne zdolności, a skala dalszych zmian pozostaje trudna do przewidzenia. Nie trzeba przewidywać żadnego

konkretnego scenariusza, aby uznać, że trudno dziś powiedzieć, jak będzie wyglądał świat już za kilka czy kilkanaście lat i jakie będzie w nim nasze miejsce. Trudno więc nie zadać bardzo prostego pytania: co z nami będzie?

Możemy oczywiście próbować jak najlepiej przygotować się na to, co nadejdzie. Jeżeli jednak coraz mniej możemy polegać na tym, że świat wokół nas zachowa znany kształt, tym bardziej warto poważnie zbadać bardziej radykalną możliwość. Jeżeli przemiana człowieka, którą obiecuje pierwotny projekt buddyjski, jest rzeczywiście możliwa i sięga głębiej niż samo znalezienie sobie możliwie dobrego miejsca w otaczającym świecie, warto przynajmniej sprawdzić, czy obietnica ta jest realna.

Na tym etapie nie chcemy jednak uprzedzać wyniku, ponieważ nie wiemy jeszcze, czy istnieje coś takiego jak jedna możliwa do odzyskania „pierwotna mapa". Nie wiemy, w jakim stopniu najstarsze zachowane teksty odzwierciedlają naukę historycznego Buddy, w jakim zostały przekształcone przez przekaz ustny i redakcję, ani czy ich pozorna fragmentaryczność pozwala w ogóle zrekonstruować jakąś spójną drogę. Tym bardziej nie wiemy jeszcze, czy chronologiczna bliskość początku rzeczywiście daje nam jakikolwiek istotny powód, aby mapie tej przypisywać większą wagę niż późniejszym interpretacjom. Czy jesteśmy zatem jeszcze w stanie odzyskać najwcześniejszą mapę? Czy mamy jakiekolwiek powody, żeby przypisywać jej większą wagę niż mapom późniejszym?