

AJAHN BRAHM

OPOWIEŚCI BUDDYJSKIE

dla małych i dużych

Otwierając wrota Twojego serca



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

OPOWIEŚCI
BUDDYJSKIE
dla małych i dużych

AJAHN BRAHM

OPOWIEŚCI BUDDYJSKIE

dla małych i dużych

Otwierając wrota Twojego serca



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Natalia Paszko
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Piotr Pisiak
TŁUMACZENIE: Iwona Madej
KOREKTA: Krystyna Bezubik

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2012
ISBN 978-83-7377-528-2

Tytuł oryginału: *Opening the Door of Your Heart*
Copyright © Ajahn Brahm 2004, 2008
Opening the Door of Your Heart was first published in Australia in 2004 by Lothian Books
and the Polish Language Edition is published by arrangement with Hachette Australia Pty Ltd
through Graal Ltd.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok, 2012.
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych,
kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



**STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII**
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Pragnę wyrazić gorące podziękowania Ronowi Storeyowi za żmudne przepisywanie na maszynie pierwszego rękopisu; mnichom z mojej wspólnoty zakonnej za opiekę i pomoc; i w końcu mojemu wydawcy – Magnolii Florze – z wydawnictwa Lothian Books za jej cenne uwagi i słowa otuchy, jakimi otoczyła mnie w trakcie pisania tej mojej pierwszej książki.

Spis treści

Przedmowa	13
Wprowadzenie	17
Doskonałość i wina	21
Dwie niefortunne cegły	22
Świątynny ogród	26
Co zostało zrobione, uważa się za skończone	28
Rady głupca, jak osiągnąć spokój umysłu	29
Wina i rozgrzeszenie	32
Przestępstwo kryminalne	34
Dzieciaki klasy B	36
Dziecko w supermarkecie	37
Wszyscy mamy coś na sumieniu	38
Uwalnianie się od winy i to na zawsze	39
Miłość i poświęcenie	41
Miłość bezwarunkowa	42
By wrota twego serca stały otworem	43
Małżeństwo	47
Oddanie	48
Kogut i kaczka	48
Wdzięczność	50
Romantyczna miłość	51
Prawdziwa miłość	53



Strach i ból	55
Uwolnienie się od strachu	56
Przewidywanie przyszłości	57
Hazard	59
Czym jest strach?.....	61
Strach przed publicznymi wystąpieniami	63
Strach przed bólem	67
Uwalnianie bólu	70
TM czyli transcendentálna medycyna ratunkiem dla bólujących zębów	71
Żadnych zmartwień	73
Gniew i przebaczenie	77
Gniew	78
Proces sądowy	79
Wyciszenie.....	80
Demon, żywiący się gniewem.....	84
Doskonale! To byłoby na tyle! Żegnam!	87
Jak powstrzymać pucz	89
Negocjacje i przebaczenie	94
Pozytywne przebaczenie	95
Budowanie szczęścia	99
Pochlebstwem sforsujesz wszelkie drzwi	100
Jak zostać VIP-em	101
Z uśmiechem przyklejonym do twarzy	103
Bezcenne nauki	105
Nic nie trwa wiecznie	107
Heroiczne poświęcenie	108
Kupa łajna	109
To za wiele, by o tym marzyć	113
Bycie kubłem na śmieci	115
A może to sprawiedliwe!	116

Poważne problemy i ich zbawienne rozwiązania ..	119
Prawo karmy.....	120
Filizanka herbaty, gdy już nie ma innego wyjścia ...	121
Płynąc z prądem	123
Pomiędzy tygrysem a wężem	124
Życiowa rada	127
W czym tkwi problem?.....	129
Podjęmowanie decyzji	130
Obwinianie innych	131
Trzy pytania cesarza	132
Krowa, która płakała	136
Mała dziewczynka i jej przyjaciel	140
Wąż, burmistrz i mnich	142
Zły wąż	146
Mądrość i wewnętrzny spokój	149
Skrzydła współczucia	150
Troska o syna	151
Czym jest mądrość?	152
Rozsądne jedzenie	154
Rozwiązywanie problemu	155
Słyszeć, nie słuchając	156
Czym nie jest mądrość	157
Czym grozi gadulstwo.....	159
Gadatliwy żółw	162
Masz prawo mówić wszystko	165
Umysł i rzeczywistość	167
Egzorcysta	168
Największa rzecz na świecie	170
W poszukiwaniu inteligentnego umysłu	171
Nauka	173
Sztuka milczenia	173

Ślepa wiara 174

Wartości i życie duchowe 177

Najpiękniejszy dźwięk 178

Co tkwi w imieniu? 180

Potęga piramid 181

Drogocenne kamienie 183

Wtedy będę szczęśliwy 184

Rybak z Meksyku 187

Kiedy spełniły się wszystkie moje marzenia 189

Wolność i pokora 191

Dwa rodzaje wolności 192

Którą wolność wybierasz? 192

Wolny Świat 195

Kolacja z Amnesty International 197

Kodeks ubioru mnicha 199

Śmiejąc się z siebie samego 201

Pies, który śmiał się ostatni 202

Zniewaga i oświecenie 203

Kiedy doznałem oświecenia 206

Pirat drogowy, czyli: Uwaga „świnia na drodze” 209

Hare Krysna 210

Młotek 212

Baw się i żartuj, ale nie wyśmiewaj innych 213

Głupiec 214

Cierpienie i uwalnianie 217

Kwestia oczyszczenia 218

Poruszające doświadczenie 220

Biedaczysko ze mnie, oni to szczęściarze	222
Co robić, gdy dopadnie cię choroba	224
Co jest złego w chorowaniu?	226
Z wizytą u chorego	228
Jaśniejsza strona śmierci	230
Żal, strata i fetowanie życia	234
Opadające liście	237
Dobre i złe strony śmierci	240
Mężczyzna, który miał cztery żony	241
Parskanie śmiechem	243
Robak i jego ukochana kupa gnoju	245
Słownik trudniejszych pojęć	248
Uwagi i przypisy	252
O Autorze	254



Przedmowa

Życie to mozaika epizodów, a nie ustalony schemat pojęć. Idee mają charakter generalizujący, zawsze w jakiś sposób odbiegają od prawdy. Historia, z całym jej ciągiem znaczeń i bogactwem szczegółów, znacznie bliższa jest prawdziwemu życiu. To dlatego bliższe nam są życiowe historie niż abstrakcyjne teorie. Uwielbiamy bajeczki z dobrym zakończeniem.

Po tym, jak już od kilku dobrych lat wspierałem się w moim nauczaniu na historyjkach zamieszczonych w niniejszej publikacji, pewna młoda kobieta poprosiła mnie, abym spisał je w formie książki. Była wtedy w trakcie traumatycznego rozwodu, a te historie, jak mi powiedziała, powstrzymały ją od samobójstwa. „Proszę, napisz z nich książkę, aby mogły pomóc innym tak, jak i pomogły mnie” – błagała.

Mnich lubi nieskomplikowane życie, więc odwlekałem to. „Nie rób dzisiaj niczego, co możesz odłożyć do jutra, ponieważ dzisiejszej nocy możesz umrzeć!” – to moje mnisie credo. Napisała więc sama kilka opowiadań i wysłała je do mnie. Były spisane tak nieporadnym językiem (podejrzewam, że ta mądra kobieta zrobiła to umyślnie), że nie miałem wyboru, jak tylko napisać je od nowa. Niespodziewanie, zajęło mi to zaledwie miesiąc; nie przemęczając się, pracowałem dwie godziny dziennie. Pisało mi się łatwo. Od tego czasu, opowiadania rozeszły się w tysiącach egzemplarzy, przetłumaczono je na wiele języków. W ostatnim tygodniu dowiedziałem się, że nakład w Tajlandii osiągnął ponad 100 000 eg-

zemplarzy. Jako mnich buddyjski, spokojnie obserwuję wznowienia z nową okładką, zwłaszcza że uważam je za *reinkarnację* poprzedniego wydania.

Jakiś rok albo dwa temu, zadzwonił do mnie pastor kościoła protestanckiego z Adelajdy, pytając mnie, czy nie mógłby wykorzystać kilka z tych historyjek w swojej książce poświęconej pracy misjonarskiej! Zgodziłem się o choczko, dziękując przy tym za komplementy skierowane pod moim adresem. Przypowieści o mądrości mają na celu pokonywanie barier, które dzielą dobrych ludzi – wyznawców różnych religii lub niewierzących.

W 2007 roku wiele z tych opowieści ukazało się serijnie w największym dzienniku w Tajlandii. Ostatnio pewien znajomy powiedział mi, że słyszał, jak jego kolega – ateista, opowiadał jedną z moich historii w trakcie tradycyjnego australijskiego grilla. Wówczas, jakieś dwa tygodnie temu, pewna kobieta w średnim wieku przyleciała wprost ze Szwajcarii do Perth tylko po to, by podziękować mi osobiście za tę książkę. Przybyła do mojego zakonu, ściskając namiętnie i mocno sfatygowany egzemplarz niemieckiego wydania, opowiadając mi, że cierpi na depresję, zaburzenia lękowe i masę innych schorzeń. Miała za sobą drogą terapię u licznych psychologów i zażywała rozmaite leki. Gdy natknęła się na tę książkę, zmieniła sposób patrzenia na swoje życie i jest teraz znacznie szczęśliwszą kobietą, wolną od wszelkich farmaceutyków. To dlatego musiała odbyć podróż, przemierzając niemal pół świata, by podziękować mi. Gdy z radością podpisałem jej wymęczone niemieckie wydanie, rozplakała się.

To właśnie nazywam moimi *tantiemami* autorskimi. Niech owe proste życiowe historyjki z tej książki nadal

pomagają uśmierzać ból współczesnego życia, pomagając nam spojrzeć na nie pod innym kątem. Jeśli tak się dzieje, czegoż więcej mógłby oczekiwać buddyjski mnich?

Ajahn Brahm
2008



Wprowadzenie

By napisać książkę, gromadziłem te wszystkie historie przez ponad trzydzieści lat, żyjąc jako mnich buddyjskiej tradycji leśnej linii Theravady. Przez całe wieki Therawada była głównym medium duchowości dla mieszkańców Tajlandii, Birmy, Sri Lanki, Kambodży oraz Laosu. Obecnie ta forma buddyzmu rozrasta się na Zachodzie – i na Południu, gdyż mieszkam w Australii!

Często słyszę pytanie, czym różnią się główne linie buddyzmu – Therawada, Mahajana, Wadźrajana i Zen. Odpowiadam, że są one niczym ten sam rodzaj tortu, ale każdy z nich obłany jest innym lukrem: z wierzchu mogą inaczej wyglądać i tak też smakować, ale gdy sięgniesz głębiej do tradycji, napotkasz ten sam smak – smak wolności. Na samym początku był tylko jeden buddyzm.

Budda nauczał w północnych Indiach około 2600 lat temu – to cały wiek przed Sokratesem. Nauczał nie tylko mnichów i mniszki – lecz także tysiące zwykłych śmiertelników: od rolników, zajmujących się uprawą ryżu, do zmiataaczy ulicznych i nawet prostytutek. Mądrość Buddy nie przyszła jako objawienie ze strony boskiej istoty. Wyrosła z głębokiego wnikliwego zrozumienia prawdziwej natury życia. Nauki Buddy płynęły wprost z jego serca otwartego dzięki głębokiej medytacji. A oto sławne powiedzenie Buddy: „To w tym wysokim cielem obdarzonym umysłem rodzi się prawdziwa wiedza o początku i końcu świata”.

Zasadniczym centrum nauk Buddy były Cztery Szlachetne Prawdy. Zmieniając ich zasadniczy porządek dla potrzeb tej książki, przedstawiłem je w sposób następujący:

1. Szczęście.
2. Przyczyna szczęścia.
3. Brak szczęścia.
4. Przyczyna braku szczęścia.

Opowiadania, zamieszczone w tej książce, skupiają się wokół Drugiej Szlachetnej Prawdy, przyczynie szczęścia.

W swoich naukach Budda zwykł był wykorzystywać opowiadania. Mój nauczyciel z północno-wschodniej Tajlandii, nieżyjący już Ajahn Chah, też nauczał, opowiadając historie. Pewnego razu, gdy Ajahn Chah zakończył swój dyskurs, posypały się historyjki, które najbardziej utkwily mi w pamięci, zwłaszcza te zabawne. Ponadto, były to historie, które swoją głębią wskazywały, jak wstąpić na ścieżkę wewnętrznego szczęścia. Opowiadanie było przesłaniem, niosącym jego nauki.

Opowiadania wykorzystywałem także w trakcie mego nauczania buddyzmu i medytacji w Australii, Singapurze i Malezji przez ponad dwadzieścia lat, a kilka najlepszych z nich przedstawiłem w niniejszej książce. Opowiadania mówią same za siebie, taki przynajmniej miałem zamiar, dlatego do minimum ograniczyłem mój komentarz do nich. Każda historia może być rozumiana w wielu płaszczyznach, stąd im więcej razy je czytasz, tym więcej objawiają one prawd.

Niech te historie o prawdziwym szczęściu sprawią ci tyle radości, co tym, którzy je usłyszeli. I może pomogą ci zmienić twoje życie na lepsze, tak samo, jak pomogły wielu innym.

Ajahn Brahm

*Mojemu nauczycielowi, Ajahnowi Chahowi,
który żył w pokoju ze sobą,
Moim towarzyszom – mnichom,
którzy przypominali mi, jak piękna jest cisza,
I mojemu ojcu, który nauczył mnie życzliwości.*

*Pozwól sobie na chwilę wyciszenia
a zrozumiesz
jak bezmyślnie pędziłeś na ślepo.
Naucz się milczeć,
a zauważysz,
że mówiłeś zbyt wiele.
Bądź miły,
a uświadomisz sobie,
że zbyt krytycznie osądzałeś innych.*

– Starożytne chińskie przysłowie

Miłość i poświęcenie





Miłość bezwarunkowa

Kiedy miałem około trzynastu lat, ojciec wziął mnie na stronę i powiedział coś, co zmieniło moje życie. Byliśmy sami w starym samochodzie, na jakiejś bocznej uliczce, w jednej z biedniejszych dzielnic na obrzeżach Londynu. Zwrócił się do mnie tymi słowami:

– Synu, czegokolwiek byś nie zrobił w swym życiu, wiedz jedno. Drzwi mojego domu są dla ciebie zawsze otwarte.

Wówczas byłem tylko młodym nastolatkiem. Nie bardzo rozumiałem, o co mu chodziło, ale wiedziałem, że było to coś ważnego, więc zapamiętałem to. Mój ojciec zmarł trzy lata później.

Kiedy zostałem mnichem w północno-wschodniej Tajlandii, myślałem nad tamtymi słowami mojego ojca. Pamiętam, że wówczas naszym domem było małe czynszowe mieszkanko w biednej części Londynu i nie miało nic wspólnego z domem, którego drzwi mogłyby stać otworem. Ale wtedy uświadomiłem sobie, że nie o to naprawdę chodziło mojemu ojcu. Za jego słowami, niczym klejnot owinięty w bawełnę, kryło się najbardziej klarownie sformułowane wyrażenie miłości, jakie znam: „Synu, czegokolwiek byś nie zrobił w swym życiu, wiedz jedno. Wrota mego serca zawsze stoją dla ciebie otworem”.

Mój ojciec ofiarował mi bezwarunkową miłość. Bez żadnych „ale”. Byłem jego synem i to wystarczało. To było wspaniałe. To było prawdziwe. Właśnie to miał na myśli.



Trzeba dużo odwagi i mądrości, by powiedzieć komuś takie słowa, by otworzyć drzwi swego serca przed drugim człowiekiem bez żadnych „ale”. Być może pomyślimy, że w ten sposób możemy zostać wykorzystani, ale to tak nie działa, a przynajmniej ja się z tym nie spotkałem. Kiedy ktoś obdarowuje cię tym rodzajem miłości, jest to jakbyś otrzymywał drogocenne prezenty. Dbaj o tę miłość, trzymaj ją blisko swego serca, by jej nie utracić. Nawet jeśli wówczas tylko częściowo rozumiałem słowa mojego ojca, nie śmiałybym zranić tego człowieka. Jeśli obdarzysz takimi słowami kogoś ci bliskiego, wówczas ta osoba sięgnie wyżej – nigdy niżej, by napotkać twoją miłość.

By wrota twojego serca stały otworem

Kilkaset lat temu, w leśnej grocie gdzieś w Azji mieszkało siedmiu mnichów, medytujących nad formą bezwarunkowej miłości, którą opisałem w poprzedniej historii. Był tam przewodni mnich, jego brat i jego najlepszy przyjaciel. Czwarty mnich był wrogiem przewodniego mnicha: po prostu nie mogli ze sobą wytrzymać. Piąty mnich w grupie był mnichem bardzo wiekowym, tak posuniętym w latach, że w każdej chwili spodziewano się jego śmierci. Szósty mnich był chory – i to na tyle, że też mógł w każdej chwili umrzeć. I ostatni mnich, siódmy, był zupełnie do niczego. Zawsze chrapał, kiedy rzekomo miał medytować; nie potrafił zapamiętać



swojego mantrowania, a jeśli już udało mu się to, gubił tonację. Nawet nie potrafił właściwie obchodzić się ze swoimi szatami. Ale inni go tolerowali i dziękowali mu za naukę cierpliwości.

Pewnego dnia banda zbirów odkryła jaskinię. Leżała tak daleko, była tak zakamufLOWANA, że mieli ochotę przejąć ją na własną bazę, więc postanowili zabić wszystkich mnichów. Mnich przewodni, na szczęście, miał wyjątkową siłę perswazji. Spróbował – nie pytajcie mnie, w jaki sposób – namówić całą bandę, by zostawili mnichów w spokoju, pozwalając im odejść, z wyjątkiem jednego, którego mieliby zabić, jako przestrogę dla pozostałych, by nikomu nie zdradzili miejsca jaskini. Nic lepszego nie mógł mnich przewodni zrobić.

Pozostawiono go samego na parę minut, by zdecydował, którego mnicha ma poświęcić, by inni uszli z życiem.

Kiedy opowiadam tę historię moim słuchaczom, robię przerwę, by zadać pytanie:

– No więc, jak myślicie, którego mnicha wybrał?

W tym momencie część widowni przestaje zasypiać, a reszta budzi się. Przypominam im, że był tam przewodni mnich, brat, najlepszy przyjaciel, wróg, stary mnich i chory mnich (obydwaj tuż przed śmiercią) i mnich nieudacznik. Jak myślicie, kogo wybrał?

Niektórzy sugerują wroga.

– Nie – odpowiadam.

– Swojego brata?

– Żle.

Zawsze wskazują mnicha nieudacznika – ale jesteśmy niezycliwi! I dopiero mam ubaw, gdy ujawniam prawdę: mnich przewodni nie był w stanie wybrać.



Jego miłość do brata była dokładnie taka sama, ani mniejsza, ani większa, jak miłość do swojego najlepszego przyjaciela – która była dokładnie taka sama, jak jego miłość do wroga, do starego mnicha, schorowanego mnicha, i nawet do tego starego nieudacznika. Doprowadził on znaczenie tych słów do perfekcji: wrota mojego serca będą stać dla ciebie otworem, cokolwiek byś zrobił, kimkolwiek byś nie był.

Wrota serca mnicha przewodniego były otwarte dla wszystkich, z bezwarunkową, nie wyróżniającą nikogo, łatwo płynącą miłością. A co więcej, jego miłość do innych była równa miłości, jaką darzył siebie. Wrota swego serca miał otwarte także dla siebie. To dlatego nie mógł wybrać pomiędzy sobą a innymi.

Przypominam moim słuchaczom, wyznawcom religii Jezusa, że ich księgi powiadają: „Kochaj bliźniego, jak siebie samego”. Nie więcej niż siebie i nie mniej niż siebie, lecz tak samo jak siebie. Oznacza to, by szanować innych tak samo jak siebie samego, a siebie samego jak innych.

Dlaczego najczęściej moim słuchaczom wydaje się, że mnich przewodni powinien skazać siebie na śmierć? Dlaczego w naszej kulturze jest tak, że zawsze poświęcamy się w ofierze dla innych i jest to uważane za właściwe? Dlaczego jesteśmy bardziej wymagający, krytyczni, ganiący wobec siebie niż wobec innych? Jest tak z jednego, jedyne go powodu: nie nauczyliśmy się jeszcze kochać samych siebie. Jeśli sprawia ci trudność, by powiedzieć drugiemu „wrota mojego serca są zawsze otwarte dla ciebie, bez względu na to, co zrobisz”, jest to niczym w porównaniu z trudnością, z jaką zmagasz się, mówiąc sobie: „Ja. Ktoś, z kim jestem tak blisko od nie-



pamiętnych lat: Ja sam. Wrota mojego serca są otwarte także dla mnie. Dla całego mnie, bez względu na to, co zrobiłem. Zapraszam, wejdź”.

To właśnie dla mnie znaczy miłość wobec innych: nazywa się to przebaczeniem. Jest wychodzeniem na wolność z więzienia winy; oznacza bycie w zgodzie z samym sobą. I jeśli zbierzesz się na odwagę, by powiedzieć te słowa do siebie, szczerze, w zaciszu swego wewnętrznego świata, wówczas wzniesiesz się, nie oddalisz, by spotkać idealną miłość. Pewnego dnia każdy z nas musi do siebie powiedzieć te lub podobne słowa, szczerze, bez żadnych wygłupów. Kiedy to zrobimy, to tak, jakby nasza część, do tej pory odrzucana, żyjąca gdzieś na zewnątrz, tak długo pozbawiona ciepła, nagle powróciła do domu. Poczujemy się zjednoczeni całością i otwarci na szczęście. Jedynie wówczas, gdy pokochamy siebie w ten sposób, zrozumiemy, czym jest prawdziwa miłość do drugiego człowieka, ni więcej, ni mniej.

I proszę, zapamiętaj, nie musisz być doskonały, bez wad, by obdarzyć się taką miłością. Jeśli czekasz na doskonałość, ona nigdy nie przybędzie. Musimy otworzyć wrota naszego serca dla nas samych, *bez względu na nasze dotychczasowe czyny*. Kiedy już znajdziemy się wewnątrz, będziemy doskonali.

Ludzie często pytają mnie, co stało się z tymi siedmioma mnichami, gdy przewodni mnich powiedział bandytom, że nie potrafi dokonać wyboru.

Opowieść, jak słyszałem ją wiele lat temu, nic o tym nie mówiła: skończyła się tam, gdzie ja skończyłem². Ale ja wiem, co się później wydarzyło. Domyśliłem się, co musiało z tego wynikać. Kiedy mnich przewodni



wytłumaczył bandytom, dlaczego nie potrafi wybrać pomiędzy sobą a innym mnichem, i przedstawił im znaczenie miłości i przebaczenia w taki sposób, jak ja wam to opisałem, wówczas wszystkich bandytów ogarnęło wielkie zdumienie. Byli pod takim wrażeniem, że doznali olśnienia, i nie tylko puścili mnichów wolno, ale też sami zostali mnichami!

Małżeństwo

Do momentu, zanim wstąpiłem do zakonu, byłem kilkukrotnie żonaty.

Częścią mojej pracy, jako mnicha, jest udzielanie posługi religijnej w trakcie buddyjskiej ceremonii zaślubin. Zgodnie z moją buddyjską tradycją, świecki buddysta jest oficjalnym celebrantem ceremonii małżeńskiej, jednak wiele par uważa mnie za kogoś, z kim zawarło małżeństwo. A zatem poślubiłem tym sposobem wiele kobiet i jednocześnie wielu mężczyzn.

Powiada się, że istnieją trzy formy pierścieni małżeńskich: pierścionek zaręczynowy, obrączka ślubna i okowy męczeństwa.

Należy zatem po ślubie spodziewać się kłopotów. Kiedy pojawia się problem, ludzie, z którymi połączyłem się w małżeństwie, przychodzą do mnie na rozmowę. Jako mnich lubiący łatwe życie, przeplatam swoją posługę zawarcia małżeństwa następnymi opowieściami, by tak naprawdę uchronić nas od kłopotów tak długo, jak to tylko możliwe.

Strach i ból





Uwolnienie się od strachu

Gdy wina patrzy na mur naszej przeszłości i widzi jedynie dwie felerne cegły, które w nim ułożyliśmy, to wówczas strach przygląda się murowi naszej przyszłości i widzi jedynie to, co może pójść źle. Jeśli jesteśmy oślepieni strachem, wówczas nie możemy widzieć pozostałej części muru, który zrobiony jest z tego, co mogłoby się powieść. Receptą na pokonanie naszego strachu jest dostrzeganie muru w całości, co pokazuje następną opowieść z moich ostatnich prelekcji wyjazdowych po Singapurze.

Cykl moich czterech prelekcji został zaplanowany wiele miesięcy wcześniej, zarezerwowano wielką i bardzo drogą salę na 2500 miejsc w Suntec City w Singapurze, na przystankach autobusowych porozwieszano plakaty. A tu nagle pojawił się kryzys z SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome – z ang. Zespół ostrej niewydolności oddechowej, przyp. tłumacza). Kiedy przyjechałem do Singapuru, wszystkie szkoły były pozamykane, w blokach komunalnych zarządzono kwarantannę, a władze doradzały mieszkańcom, by nie uczestniczyli w żadnych publicznych zgromadzeniach. W tym czasie panował ogromny strach. Zapytano mnie:

– Czy powinniśmy to odwołać?

Tamtego ranka nagłówki pierwszych stron gazet ostrzegały czarno na białym, że u dziewięćdziesięciu mieszkańców Singapuru potwierdzono SARS. Zapytałem, ilu mieszkańców liczyła wówczas populacja Singapuru. Około czterech milionów.



– A zatem – zauważyłem – oznacza to, że 3 999 901 Singapurczyków nie ma SARS! Kontynuujemy!

– A co będzie, gdy ktoś złapie SARS? – mówił strach.

– A co będzie, jeśli nie? – mówił rozsądek. A rozsądek miał po swojej stronie większe prawdopodobieństwo.

I tak rozpoczęły się prelekcje. Pierwszego wieczoru przyszło półtora tysiąca osób i liczba słuchaczy stopniowo rosła, aż do czwartego wykładu, przy całkowicie wypełnionej widowni. W prelekcjach uczestniczyło około 8000 osób. Nauczyli się, jak pokonywać irracjonalny strach i zrozumieć, że pozwoli im to wzmocnić swoją odwagę w przyszłości. Czerpali przyjemność ze spotkań i opuszczali je zadowoleni, co oznaczało, że ich walczący z wirusami system immunologiczny został wzmocniony. A także, co zawsze podkreślałem na koniec każdej prelekcji, ponieważ śmiali się z moich zabawnych opowiadań, ćwiczyli płuca, czym wzmacniali swój układ oddechowy. Oczywiście, żadna z osób obecnych na moich prelekcjach, nie zachorowała na SARS.

Możliwości na przyszłość są nieograniczone. Kiedy skupiamy się na przypuszczalnych niepowodzeniach, nazywają to strachem. Kiedy pamiętamy o innych możliwościach, które zazwyczaj są bardziej prawdopodobne, nazywają to wolnością, czy też uwalnianiem się od strachu.

Przewidywanie przyszłości

Ludzie w większości chcieliby poznać przyszłość. Niektórzy są na tyle niecierpliwi, by poczekać co się wydarzy, więc korzystają z usług wyroczni i wróżek. Mam dla



ciebie ostrzeżenie w sprawie rozmaitych wyroczeni: nigdy nie wierz biednym wróżbiarzom!

Medytujący mnisi uważani są za biegłych w przepowiadaniu przyszłości, ale współpraca z nimi jest niełatwa.

Pewnego dnia wierny uczeń Ajahna Chaha, z długim już stażem, poprosił wielkiego mistrza, by przepowiedział mu przyszłość. Ajahn Chah odmówił: porządni mnisi nie zajmują się wróżbiarstwem. Ale uczeń nalegał. Przypomniawszy Ajahnowi Chahowi o tym, jak często dawał mu jałmużnę, jak często otrzymywał od niego subwencje na zakon, i jak często służył Ajahnowi Chahowi za szofera i to nie tylko w swoim samochodzie, i za własne pieniądze, nie mówiąc już o swojej pracy i rodzinie. Ajahn Chah zobaczył determinację tego człowieka, jak bardzo pragnie on poznać własną przyszłość, więc odparł, że postanowi zrobić wyjątek od obowiązującej zasady niewróżenia.

– Daj mi rękę. Niech zobaczę twoją dłoń.

Uczeń był pod wrażeniem. Ajahn Chah nigdy nie czytał z dłoni żadnemu uczniowi. To było coś nadzwyczajnego. Ponadto Ajahna Chaha uważano za świętego, o wielkich nadprzyrodzonych zdolnościach. Wszystko, co powiedział Ajahn Chahn, zawsze się sprawdzało. Ajahn Chah wodził po liniach na dłoni ucznia swoim palcem wskazującym. Często mówił pod nosem: „O, to ciekawe”, lub „No, no, no”, „Niesamowite”. Biedny uczeń niemal umierał z ciekawości.

Kiedy Ajahn Chah skończył, wypuścił dłoń ucznia i rzekł do niego:

- Uczniu, oto, jak jawi się twoja przyszłość.
- Tak, tak – natychmiast powiedział uczeń.
- A ja nigdy się nie mylę – dodał Ajahn Chah.



- Wiem, wiem. A zatem. Jaka będzie moja przyszłość?
- powiedział uczeń, a jego emocje sięgały zenitu.
- Twoja przyszłość będzie niepokojąca – powiedział Ajahn Bhaddanta. I nie mylił się!

Hazard

Pieniądze trudno zgromadzić, a łatwo stracić – a najłatwiejszym sposobem, by je stracić, jest hazard. Wszyscy hazardziści, to i tak w ostatecznym rozrachunku przegrani. A jednak ludzie lubią przewidywać przyszłość, dlatego mogą zbić fortunę, uprawiając hazard. Opowiadam następujące dwie historie, by pokazać im, jak niebezpieczne jest przewidywanie przyszłości, nawet gdy mamy ku temu jakiegoś przesłanki.

Pewnego dnia przyjaciel przebudził się ze snu, który był tak realistyczny, że niemal prawdziwy. Śniło mu się, że pięć aniołów dało mu pięć wielkich dzbanów złota wartego fortunę. Kiedy otworzył oczy, w pokoju nie było ani żadnych aniołów, ani żadnych dzbanów złota. Ale sen należał do bardzo osobliwych.

Kiedy udał się do kuchni zobaczył, że żona usmażyła mu na śniadanie pięć jajek i podała na pięciu tostach. Zauważył datę porannej gazety, piąty maja (piąty miesiąc). Działo się coś dziwnego. Przerzucił gazetę, zatrzymując się na ostatnich stronach z wyścigami konnymi. Zamurowało go, jak zobaczył, że w Ascot (pięć liter) w gonitwie numer pięć, koń numer pięć miał imię... Pięć Aniołów! Ten sen to był omen.



Wziął sobie wolne popołudnie. Wyciągnął z konta pięć tysięcy dolarów. Poszedł na tor wyścigowy dla koni, do piątego bukmachera i zrobił zakład: pięć tysięcy dolarów na wygraną konia numer pięć, w gonitwie numer pięć, na konia Pięć Aniołów. Taki sen nie mógł się nie spełnić. Szczęśliwy numer pięć nie mógł być pomyłką. Sen nie był pomyłką. Koń miał piątkę.

Druga historia zdarzyła się kilka lat temu w Singapurze. Pewien Australijczyk poślubił uroczą Chinkę z Singapuru. Pewnego razu, kiedy odwiedzali rodzinę w Singapurze, jego szwagrowie wybierali się na popołudniowe wyścigi konne i zaprosili go, by z nimi poszedł. Zgodził się. Ale zanim dotarli na tor, nalegali, by wstąpić do słynnej buddyjskiej świątyni i zapalić tam kadzidełka, modląc się w intencji za wygraną. Kiedy przybyli do niewielkiej świątyni, zobaczyli panujący tam nieporządek. Wzięli szczotki, mopa, trochę wody i wypucowali całą świątynię. Potem zapalili swoje trociczki, poprosili o sprzyjające szczęście i wyszli, udając się prosto na tor. Wszyscy przegrali z kretesem.

Tej nocy Australijczyk miał sen o wyścigach konnych. Po przebudzeniu doskonale pamiętał imię zwycięskiego konia. Kiedy zobaczył w gazecie *Straits Times*, że rzeczywiście w popołudniowej gonitwie ścigał się koń o tym imieniu, zadzwonił do szwagrów, by podzielić się tą nowiną. Nie uwierzyli, że chiński duch strzegący singapurskiej świątyni mógłby powiedzieć białemu człowiekowi imię zwycięskiego konia, więc zignorowali jego sen. On poszedł na tor. Postawił znaczną sumę na rzezonego konia. Koń wygrał.

Chińskie świątynne duchy niewątpliwie muszą lubić Australijczyków. Jego szwagrowie byli wściekli.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Ajahn Brahm w wieku szesnastu lat przeszedł na buddyzm. Jego zainteresowania w tym kierunku rozkwitły w czasie studiów na Uniwersytecie Cambridge. Po uzyskaniu dyplomu wyjechał do Tajlandii, by zostać mnichem. Święcenia uzyskał w Bangkoku w wieku 23 lat w klasztorze w Wat Saket. Tam spędził następnych dziewięć lat studiując nauki buddyjskie i praktykując medytację Tajskiej Tradycji Leśnej pod okiem Czcigodnego Mistrza Ajahn Chah'a. Obecnie jest Opatem Klasztoru Bodhinyana i Dyrektorem ds. Duchowych Buddyjskiego Towarzystwa Stanu Australia Zachodnia.

Ta inspirująca i podnosząca na duchu książka jest zbiorem przepięknych buddyjskich opowieści o miłości, nadziei, szczęściu. Opowiedziane z dozą inteligentnego humoru, zaintrygują zarówno małych jak i dużych. Skłonią do refleksji i zadumy.

Czytane dzieciom, uczą nie tylko współczucia dla innych, ale rozwijają w nich dobroć, miłość oraz wzmacniają poczucie własnej wartości. Dorosli odnajdują w nich zrozumienie, spokój, jak również pomoc w rozwiązywaniu codziennych problemów. Są cennym drogowskazem i pomocą w życiu – prawdziwym balsamem dla duszy.

Rozkoszuj się lekturą i otwórz wrota swojego serca.

Cena: 34,30 zł

ISBN 978-83-7377-528-2



PATRONI:

