

Przyjaciele na ścieżce

(Friends on the Path)

Thich Nhat Hanh

Część trzecia: Żywe wspólnoty duchowe

6. Razem, aby urzeczywistnić prawdziwy dom

KARL I HELGA RIEDL

Sanghę czasami definiuje się jako „wspólnotę, która żyje w harmonii i świadomości”. Wspólnota jest ważnym aspektem Sanghi. Sangha może być pięknym sposobem na życie z podobnie myślącymi ludźmi, pozwalając dzielić się z przyjaciółmi w Dharmie obowiązkami, szczęściem i bólem. Sangha wspiera nasze dążenia ku świadomemu życiu. Czujemy się w niej jak w domu. Jesteśmy karmieni, dostajemy przestrzeń i pomoc w leczeniu naszych ran i przekształcaniu naszego cierpienia.

Kiedy jednak spojrzymy na Sanghę wnikliwiej, kiedy żyjemy w niej przez dłuższy czas, zdajemy sobie sprawę, że prawdziwy cel Sanghi jest znacznie szerszy. Jest to proces – czasami dość wymagający i stawiający przed nami wyzwania – przekształcania całej naszej istoty. To, co wygląda na styl życia, jest w rzeczywistości wyrazem życia duchowego. Prawdziwa Sangha oferuje środowisko wzrostu duchowego, odprężające i delikatne, ale głębokie i zupełne.

Aby zbudować taką Sanghę, a nie tylko wspólnotę, trzeba zrozumieć, jakie „bloki budulcowe” są potrzebne, wejrzeć wnikliwie w to, jak działa Sangha i mieć głęboką świadomość tego, jakie motywacje członków mogą być najbardziej owocne. Czerpiąc z doświadczeń ludzi żyjących przez sześć lat w Sandze tradycji Plum Village, chcielibyśmy podzielić się tym, co uznaliśmy za główne zasady takiej Sanghi.

Zaangażowanie

Prawdziwe zaangażowanie odzwierciedla nasze głębokie pragnienie podążania drogą przemiany i wyzwolenia oraz zadawania pytań dotyczących życia, które

prowadziliśmy – ze wszystkimi jego ideami, koncepcjami, pragnieniami – a także sposobami zaspokajania ego poprzez bogactwo, sławę, wiedzę i pozycję. Najcenniejszym pragnieniem jest poddanie się życiu, w którym „bycie” jest ważniejsze niż „posiadanie”, gdzie samotność egoizmu i jego ograniczające sposoby widzenia i doświadczania otwierają się na innych i na życie – takie, jakie jest. Zaangażowanie to radosna gotowość do odejścia od naszych pojęć, odsłonięcia się w procesie rozpraszania naszej egzystencjalnej niewiedzy i powrotu do prawdziwego domu.

Zaangażowanie oznacza wplecenie się z otwartością, bez zachowywania czegokolwiek. Często jest to postrzegane negatywnie jako „rezygnacja”, czemu towarzyszy wahanie i strach. Bezpieczniejsze, bardziej nam znane, może wydawać się bycie zwykłym uczestnikiem – tak, aby móc zachować nasze idee i koncepcje, a dodać tylko to, co uważamy za dobre. Ale życie w Sandze staje się wtedy jedynie okazją do zdobycia nowej wiedzy, otrzymania treningu lub rozwiązywania osobistych problemów psychologicznych.

Poddanie się

Aby proces transformacji miał miejsce, musimy, jak podkreślał często Thây, „poddąć się Sandze”. Oznacza to poddanie się praktyce i temu, co Sangha robi – całym sercem, z całym przekonaniem i radością. Poddanie się jest często mylnie rozumiane jako posłuszeństwo lub pozwalanie innym na kierowanie naszym życiem. Niesamowite jest oglądanie hydry ego, pojawiającej się przy każdej okazji. Aniołowie przemieniają się w rebeliantów: „Zrobię to na swój sposób!”. Wkrótce nasz początkowy entuzjazm zanika i szukamy każdej możliwości odejścia z praktyki. Nawet drobne szczegóły i zmiany w harmonogramie wywołują gniewną dyskusję.

Poddanie się jest duchową praktyką odsuwania na bok naszych idei i celów, a otwierania się bez sprzeciwu na nowe doświadczenia, na wszystkie aspekty życia, na nieznanne. Symboliczną formą jest pokłon: pochylenie się, otwarte ręce, bez zachowywania czegokolwiek.

Służenie

Inną formą poddania się jest służenie Sandze. Służenie oznacza robienie tego, co trzeba zrobić – odkładając na bok upodobania i niechęci. Służyć to przezwycię-

zać nasze zwyczajowe postawy wobec pracy i obowiązków oraz rozwijanie zainteresowania innymi, troszczenia się o nich i miłości do nich.

Służenie dzieje się, gdy pierwotna idea „żyć w Sandze” zamienia się w „żyć dla Sanghi”. Ale nawet wtedy mogą trwać samolubne motywacje, a ukryte plany mogą być siłą napędową naszych działań. W tym przypadku służenie jest źle rozumiane jako przejmowanie obowiązków. Niektórzy ludzie czują, że tylko oni są w stanie zrobić pewne rzeczy, że muszą brać na siebie ciężar konkretnego zadania, a nawet całej społeczności. Po pewnym czasie wypalają się i gorzknieją. „Człowiekowi czynu” nie przychodzi łatwo oparcie się na Sandze, odchodzenie od poczucia własnej ważności i zaakceptowanie własnych ograniczeń. Kiedy służenie jest rozumiane niewłaściwie, jako pomaganie Sandze naszymi umiejętnościami, wiedzą i energią, wtedy pozycje zostają się zamrożone, a członkowie społeczności są oceniani przez ich „użyteczność”.

Prawdziwą służbą jest doświadczanie rzeczywistości. Każdy naprawdę wspiera wszystkich; nie ma ani uzależnienia, ani niezależności – jest współzależność. To wtedy uświadamiamy sobie: „jestem Sanghą”.

Akceptacja i harmonia

Czwartym aspektem budowy prawdziwej Sanghi jest chęć, a nawet płynące z serca pragnienie, aby żyć w harmonii z innymi. Poprzez pielęgnowanie naszych zdolności do wzajemnego akceptowania się takimi, jak jesteśmy, przełamujemy nasze nawykowe upodobania i niechęci, osądy i kategoryzacje. Tworzymy atmosferę zaufania. Wspierani praktyką głębokiego słuchania i dzielenia się, rozwijamy ducha otwartości, gdzie zrozumienie rozrasta się do miłującej akceptacji.

W społeczeństwach zachodnich, gdzie przeważają współzawodnictwo, zazdrość, nieufność i odrębność, bardzo potrzebne są ich przeciwieństwa – zaufanie, akceptacja, otwarcie i miłość, ale trudno nam się na nie otworzyć. Często łatwiej jest tworzyć „niby-harmonię” – gdzie jesteśmy po prostu „mili” dla siebie, gdzie każdy wydaje się akceptować i kochać każdego – nie zbliżając się zbyt blisko siebie, nie dotykając niczego, co mogłoby zakłócić spokój i zamykając się przed tymi, którzy nie „pasują”.

Wzajemne pozdrawianie Buddy w nas jest możliwe tylko wtedy, gdy rozpuścimy odrębność i uporamy się potrójnym kompleksem porównywania siebie z innymi: „jestem lepszy – równy – gorszy”. Dopiero wtedy zerkniemy na prawdziwą pokorę – nie ponizając się, ale wdzięcznie akceptując, że nie musimy być kimś nadzwyczajnym. Zwykły jest wystarczający. Nie musimy trzymać się swojego wizerunku ani być schwytanym przez status społeczny. Jeśli siedzimy na podwyższeniu i wygłaszamy mowę Dharmy, a potrzebny jest bagażowy – niesiemy bagaż gościa.

Szacunek sobie i innym możemy okazywać z głębi naszej istoty. Taki szacunek jest fundamentem życia w pokoju. Ale szacunek nie jest nam narzucany przez hierarchię społeczną. Darzymy szacunkiem nie pozycję społeczną, ale człowieka. Uczymy się od innych, podążamy za ich przykładem i słuchamy ich rad, ponieważ głęboko czcimy i szanujemy ich dojrzałość na ścieżce. Akceptujemy innych jako „starszych”.

Ponownie, w społeczeństwie, w którym dominuje konkurencja i nieufność, gdzie każdy zapewnia, że nikt nie jest „wyższy”, nawet szacunek i zaufanie są podejrzane. Zasada starszeństwa – znajdująca w niemal wszystkich tradycjach duchowych, a co za tym idzie, zasada dojrzałości – zostaje odrzucona bez żadnego zastanowienia. Jest to przeszkodą w budowaniu wspólnoty duchowej, Sanghi. Czy została stworzona i jest utrzymywana niby-podstawa, czy trwają gry siłowe i „hierarchia szefów” – zużywają one całą energię. Zwłaszcza w społeczeństwach zachodnich musimy głęboko przyjrzeć się tej sytuacji, a z pomocą Sanghi znaleźć sposoby na przywrócenie szacunku i zasady starszeństwa-dojrzałości.

Każda z tych zasad jest sama w sobie drzwiami prowadzącymi do Sanghi. Ponieważ wszystkie są ze sobą powiązane – jeśli jedna jest praktykowana głęboko, pozostałe też się wzmacniają. Jeśli jednak jakiś członek Sanghi ma problem lub niezrozumienie, związane z choćby jednym obszarem, cały proces duchowego rozwoju tej osoby – i w pewnym stopniu całej Sanghi – jest zakłócony, być może nawet zablokowany. Jest więc ważne, abyśmy wszyscy wiedzieli, jak działa Sangha – aby uniknąć rozczarowań i cierpienia – i budować harmonijną i szczęśliwą Sanghę,