

## Wychowywanie dzieci i bodhiczitta

### Zopa Rinpocze

Ty i każda z czujących istot – wszystkie niezliczone byty piekielne, głodne duchy, zwierzęta, istoty ludzkie, asurowie, surowie i istoty stanów pośrednich – jesteście jak jedna wielka rodzina. A to dlatego, że każda z nich była twoją matką nie raz, ale nieskończenie wiele razy w ciągu nie mających początku żywotów.

Każda czująca istota dawała ci ciało nieskończenie wiele razy – nie tylko ciało ludzkie, ale też zwierzęce, ciało głodnego ducha, itd. Ilekroć przychodziłaś na ten świat z łona czy z jajka, ktoś dawał ci ciało. Gdyby nawet ograniczyć się do tych razów, kiedy rodziłaś się z ludzkim ciałem, każda z czujących istot rodziła cię w niezliczoną ilość.

Jako matka człowieka okazywała ci dobroć na cztery sposoby: chroniła twoje życie przed setkami codziennych niebezpieczeństw, uczyła cię o porządkach tego świata, sama znosiła liczne trudy, by tobie działo się dobrze, a także tworzyła wiele złej karmy, żebyś ty była szczęśliwa. Każda czująca istota – każdy byt piekielny, każdy głodny duch, każde zwierzę, każdy człowiek, każdy asura i każdy sura – czyniła tak dla ciebie, gdy w ludzkiej postaci była twoją matką. Także gdy urodziłaś się jako zwierzę, matka była dla ciebie dobra. Na przykład kiedy urodziłaś się ptakiem, dzień po dniu szukała dla ciebie jedzenia i zabijała wiele owadów, by cię nakarmić.

To zupełnie niewiarygodne, jak te dawne matki cię chroniły, dla ciebie się trudziły i dla ciebie przyjmowały złą karmę. Czy w ogóle potrafisz wyobrazić sobie ich dobroć? Niestety jednak niemal wszystkie ich czyny stawały się czymś negatywnym, ponieważ powstawały z przywiązania.

Żeby tego unikać, najlepszym sposobem opieki nad dziećmi jest myśleć o nich po prostu jako o czujących istotach, a nie jako o *moich* dzieciach.

Kiedy na przykład tworzysz bodhiczittę dla wszystkich czujących istot na początku praktyki duchowej – modlitw, sesji odosobnienia, czy choćby mantry takiej jak OM MANI PADME HUM – robisz to dla pożytku *wszystkich* czujących istot – niezliczonych istot piekielnych, głodnych duchów, zwierząt, istot ludzkich, Asurów, surów i istot stanów pośrednich. Jeśli podejmujesz te działania dla każdej ze wszystkich czujących istot, choćby dla najdrobniejszego owada, nie ma potrzeby mówić, że wykonujesz je także dla własnych dzieci. Kiedy tak o tym pomyślisz, będziesz mieć tę samą motywację, by troszczyć się o własne dzieci, co o wszelkie istoty.

Jako że twoje dzieci są czującymi istotami, to od nich pochodzą wszelkie twoje szczęśliwe doznania przez niezliczone życia. Od nich także obecnie otrzymujesz wszelkie szczęście i będziesz je otrzymywać w przyszłości (szczęście nie pojedynczego życia, ale *wszystkich* przyszłych żyć). W dodatku dostajesz od nich wyzwolenie z samsary, jak i urzeczywistnienie całej ścieżki do samego oświecenia. Gdy to zrozumiesz i rozpoznasz, zobaczysz, że twoje dzieci to najcenniejsi i najlepsi ludzie w twoim życiu.

Tak więc gdy zaczynasz praktykę z motywacją bodhiczitty i z myślą, by osiągnąć oświecenie dla wszystkich czujących istot, przypomnij sobie, że twoje dziecko jest jedną z czujących istot, i z tą świadomością odbywaj praktykę. Także kiedy zamykasz praktykę dedykacją osiągnięcia oświecenia na rzecz wszystkich czujących istot, pamiętaj, że twoje dziecko jest jedną z nich.

Wszystkie pozostałe czujące istoty są oczywiście dokładnie tak samo cenne i dobre co twoje dzieci, ale ty, jako rodzic, masz określone więzy karmiczne i odpowiedzialność za te konkretne

istoty będące twoimi dziećmi. Musisz zawsze szczególnie pamiętać, że twoje dzieci są jednymi z czujących istot.

Taki sposób myślenia da ci zupełnie inne nastawienie do twoich dzieci – nie będzie nawet najmniejszej negatywnej myśli, jaką spowodowałoby osiem ziemskich trosk<sup>1</sup>, za to zajmiesz się dzieckiem powodowana pozytywną myślą o wynikającej z miłości trosce o czującą istotę.

Kiedy, z drugiej strony, poddajesz się wpływowi ośmiu ziemskich trosk, z radością zajmiesz się dziećmi, gdy zrobią coś, by cię zadowolić, coś, co ci się podoba. Jeśli jednak zrobią coś, co stoi w sprzeczności z twoimi życzeniami, coś, co cię denerwuje czy złości, może cię nawet kusić, by się ich wyrzec. Taka zmiana twojego nastawienia do dzieci pojawia się, ponieważ jesteś przywiązana do własnego szczęścia i chcesz uniknąć cierpienia i trudności.

Możesz troszczyć się o nie przyjmując postawę zdrowego, pozytywnego umysłu, a nie negatywnego, emocjonalnego umysłu i bólu przywiązania.

Możesz siebie, rodzica, pocieszyć takimi myślami:

Jak to cudownie, że mogę przydać się choćby jednej czującej istocie.

Jak to cudownie, że mogę zatroszczyć się o choćby jedną czującą istotę.

Jak to cudownie, że z moich kończyn można skorzystać na rzecz opieki i dawania szczęścia choćby jednej czującej istocie.

Zwłaszcza, kiedy trafiasz na przeciwności – kiedy dzieci cię nie słuchają, kiedy nie poddają się twojej woli i czujesz się nimi rozczarowana – dobrze jest tak się pocieszyć. Jeśli to umiesz, w twoim sercu nie będzie trudności. Szczerze pragnąc pomóc swoim dzieciom będziesz wolna od tego rozdrażnionego i wycieńczonego umysłu, który chce się ich wyrzec. Motywowana bodhicittą będziesz cieszyć się, że możesz im pomóc.

Motywacja w pracy obejmującej opiekę nad cudzymi dziećmi czy osobami starszymi powinna być taka sama, co ta, z którą zajmujesz się swoim dzieckiem. Myśl: „Oto najcenniejsza i najlepsza osoba.” to najlepsza postawa, gdy masz ten rodzaj pracy.

Kiedy motywuje cię bodhicitta, wszelki twój trud i służba innym będą oczyszczać negatywną karmę, zebraną przez nie mające początku życia. Praca stanie się też dla ciebie środkiem do gromadzenia dużej zasługi i sposobnością, by praktykować sześć doskonałości czy paramit: dawanie, etyczność, cierpliwość, gorliwość, skupienie i najwyższe zrozumienie.

By praktykować na przykład doskonałość mądrości (najwyższego zrozumienia), możesz myśleć, że ty – opiekunka, czynność opiekowania się kimś i ów ktoś, kim się opiekujesz, jesteście puści od rzeczywistego istnienia, a że to tylko umysł przypisuje wam realność. Kiedy motywuje cię bodhicitta, wszystko, co robisz, by kimś się opiekować, staje się powodem oświecenia i szybką do niego ścieżką.

W tekstach buddyjskich wspomina się, że choć Budda Majtreja wytworzył współczucie i bodhicittę znacznie wcześniej niż Guru Budda Siakjamuni, Guru Budda Siakjamuni pierwszy osiągnął oświecenie, ponieważ miał dużo silniejsze współczucie. To ono pozwoliło mu zebrać znacznie więcej rozległej zasługi i oczyścić znacznie więcej negatywnej karmy wcześniej zgromadzonej. Kiedy na przykład w którymś z żyć, w którym byli braćmi, napotkali rodzinę

---

<sup>1</sup> Chęć doświadczenia szczęścia i uniknięcia cierpienia, zdobycia dóbr materialnych i uniknięcia ich straty, zdobycia pochwały i uniknięcia krytyki, posiadania dobrej reputacji i uniknięcia złej.

pięciu tygrysów konających z głodu, Budda Majtreja nie ofiarował im swego ciała, a Guru Budda Siakjamuni tak.

Tak samo tobie, jeśli jesteś w stanie wytworzyć silne współczucie dla swoich dzieci i zamiast kierować się przywiązaniem do nich, skorzystać z nich jako pobudki do praktyki Dharmy – tak samo tobie dzieci dadzą oświecenie.

Jeśli kierujesz się współczuciem, pracujesz opiekując się cudzymi dziećmi czy starszymi osobami, otrzymasz od nich urzeczywistnienia i oświecenie. Z takim nastawieniem, choćbyś zajmowała się tylko swoim ulubionym zwierzęciem, szybko od tej czującej istoty otrzymasz oświecenie.