

# Grzegorz Polak

---

## Meditative Insight and Liberating Knowledge in Early Buddhist Soteriology: a Critical Analysis with an Interdisciplinary Approach

---

Diametros nr 56, 17-38

---

2018

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

**PROBLEMATYKA MEDYTACYJNEGO WGLĄDU I WIEDZY  
WYZWALAJĄCEJ W SOTERIOLOGII WCZESNEGO BUDDYZMU.  
KRYTYCZNA ANALIZA PROBLEMU PRZY ZASTOSOWANIU  
PODEJŚCIA INTERDYSCYPLINARNEGO**

- Grzegorz Polak -

**Abstrakt.** Do najbardziej kontrowersyjnych kwestii badań nad soteriologią wczesnego buddyzmu należy ustalenie związków medytacyjnego stanu dźhany z rozwojem wglądu i wiedzy wyzwalającej. W samej Suttapitace oraz późniejszych tekstach buddyjskich poświęconych medytacji występują niespójności, które są trudne, lub wręcz niemożliwe do uzgodnienia. W tym artykule proponuję model medytacyjnego wglądu jako elementu organicznie powiązanego ze stanem dźhany. W tym celu posłużę się interdyscyplinarnym podejściem, opierając się na krytycznych badaniach filologicznych Suttapitaki, jak również na wynikach dynamicznie rozwijających się nauk o poznaniu. Wskażę i przeanalizuję szereg istotnych trudności związanych z tradycyjnym buddyjskim modelem wglądu. Zaproponuję wyjaśnienie tego, w jaki sposób pierwotna koncepcja wglądu uległa znaczącemu przeobrażeniu. Aby zaproponować wiarygodny model wglądu jako organicznie powiązanego z dźhaną elementu, odwołam się do szeregu nowych wyników z dziedziny kognitywistyki. W celu wykazania, że ten model może funkcjonować w praktyce, wskażę także medytacyjne koncepcje, jakie pojawiły się w późniejszych dziejach buddyzmu, gdzie wgląd był postrzegany w podobny sposób.

**Słowa kluczowe:** medytacyjny wgląd, dźhana, proces poznawczy, soteriologia wczesnego buddyzmu, wiedza wyzwalająca, nieświadome przetwarzanie informacji, utajony wgląd, wiedza implicytna, Budda, Buddhaghosa, Hongzhi.

Jedną z najbardziej zagadkowych i kontrowersyjnych kwestii badań nad soteriologią wczesnego buddyzmu pozostaje dokładne określenie tego, czym był stan medytacyjny znany jako dźhana (*jhāna*). Szczególnie niejasny jest zwłaszcza związek dźhany z rozwojem medytacyjnego wglądu, prowadzącego do pojawienia się wiedzy wyzwalającej, określanej w tekstach buddyjskich różnymi termi-

---

Grzegorz Polak  
e-mail: grzegorz.polak@poczta.umcs.lublin.pl  
Instytut Filozofii UMCS, Wydział Filozofii i Socjologii UMCS  
pl. Marii Curie-Skłodowskiej 4, 20-031 Lublin

nami (np. *paññā*, *ñāṇadassanā*, *abhiññā*, *vipassanā*). W samej Suttapitace (*Suttapīṭaka*) oraz późniejszych tekstach buddyjskich poświęconych medytacji występuje szereg istotnych niespójności, które wydają się czasami trudne lub wręcz niemożliwe do uzgodnienia.

Jak zauważył Schmithausen w ważnym artykule pt. *On Some Aspects of Descriptions or Theories of 'Liberating Insight' and 'Enlightenment' in Early Buddhism*:

Już w Suttapitace istnieją różne, czasem będące ze sobą w sprzeczności poglądy bądź teorie na temat Wyzwalającego Wglądu (lub Oświecenia)<sup>1</sup>.

I rzeczywiście, możemy znaleźć w Suttapitace różne koncepcje wyzwalającego wglądu i w odniesieniu do wielu z nich (ale nie wszystkich) rozwój wglądu jest powiązany z osiągnięciem czterech dźhan.

Model wyzwolenia, zgodnie z którym wyzwalający wgląd ma miejsce w stanie czwartej dźhany i jest osiągany poprzez nakierowanie umysłu na cel, jakim jest zniszczenie wycieków (*āsava*)<sup>2</sup>, został już w znacznym stopniu przeanalizowany przez badaczy. Elementami tego modelu są: wgląd w cztery szlachetne prawdy oraz zachodzący według tego samego czterorakiego schematu wgląd w naturę wycieków. Podsumowując, możemy stwierdzić, że ten skomplikowany model nie może być uznany za najbardziej pierwotny opis oświecenia<sup>3</sup>. Wiedza odnośnie do czterech szlachetnych prawd, choć sama w sobie jest prawdopodobnie autentycznym elementem, nie pasuje do tego kontekstu. Schmithausen zauważył psychologiczną niemożliwość tego, że wgląd w cztery szlachetne prawdy miałby przynieść kres pożądaniu<sup>4</sup>. Johannes Bronkhorst z kolei w swojej książce *The Two Traditions of Meditation in Ancient India* stwierdził, że o ile cztery szlachetne prawdy są użyteczną formą wiedzy dla kogoś, kto właśnie wkracza na ścieżkę wiodącą ku wyzwoleniu, to dla kogoś stojącego u kresu tej ścieżki taka wiedza

---

<sup>1</sup> Schmithausen (1981): 240: „There are already in the Sūtra Pīṭaka various, even conflicting views or theories of Liberating Insight (and Enlightenment)”.

<sup>2</sup> Termin *āsava* jest jednym z trudniejszych do właściwego przetłumaczenia terminów soteriologii wczesnobuddyjskiej. Komentarze upatrują źródłosłów tego terminu w rdzeniu „su” (płynąć). Uczeni różnią się, jeśli chodzi o interpretację przedrostka „ā”, a mianowicie tego, czy wskazuje on na płynięcie „do” czy też „od”. Funkcjonuje w związku z tym wiele tłumaczeń tego terminu w literaturze anglojęzycznej. Jedne nawiązują do jego etymologii, jak „influxes”, „influences”, „outflows” czy „effluents”. Inne, odchodząc od bezpośrednio etymologicznego tłumaczenia, skupiają się na złowrożej roli *āsava*, np.: „cancers”, „intoxicants”, „corruptions”, „taints”. Na potrzeby tego artykułu, będę tłumaczył *āsavā* jako „wycieki”. To tłumaczenie zachowuje etymologiczny związek z „płynięciem”, a jednocześnie polskie słowo „wyciek” nacechowane jest raczej negatywnymi konotacjami, co w przypadku *āsavā* jest jak najbardziej adekwatne.

<sup>3</sup> Schmithausen (1981): 205.

<sup>4</sup> Ibidem: 208.

byłaby już mocno opóźniona<sup>5</sup>. Właściwy pogląd (*sammādiṭṭhi*), zdefiniowany jako wiedza o czterech szlachetnych prawdach, jest pierwszym elementem w schemacie szlachetnej ośmiorakiej ścieżki. Mamy prawo sądzić, że ten schemat pierwotnie przedstawiał w porządku diachronicznym kolejne etapy postępu osiągniętego na drodze do wyzwolenia. W takim ujęciu zrozumienie czterech szlachetnych prawd byłoby rzeczywiście wstępnym, choć niewątpliwie bardzo istotnym, krokiem na drodze do wyzwolenia.

Za bardzo istotne trzeba też uznać wskazanie przez Schmithausena różnicy między wyzwalającym wglądem a świadomością własnego wyzwolenia. Ta ostatnia może być zdefiniowana jako poczucie pewności faktu własnego wyzwolenia od cierpienia i świadomość osiągnięcia etapu, z którego nie można już się cofnąć. Sformułowania dające wyraz temu poczuciu pewności wyzwolenia cechują się swoistą prostotą, która zdaje się sugerować ich relatywnie wczesny charakter.

Możemy wskazać dwa szczególnie godne odnotowania sformułowania tego rodzaju w Suttapitace. Jedno z nich jest używane zarówno w opisie tzw. „stopniowego doskonalenia się” (np. DN 2/i 47), jak i w niektórych opisach przebudzenia samego Buddy (np. MN 85/ii 94). Ma ono następującą formę:

Kiedy został wyzwolony (*vimuttasmim*), pojawiła się wiedza (*ñāṇaṃ ahoṣi*): „jest wyzwolony” (*vimuttamiti*). Wiedziałem bezpośrednio (*abbhaññāsim*): „narodziny są skończone (*khīṇā jāti*), święte życie zostało przeżyte (*vusitaṃ brahmacariyaṃ*), zrobione, co było do zrobienia (*kataṃ karaṇīyaṃ*), nie będzie już więcej tego stanu (*nāparaṃ itthattāyā*)”<sup>6</sup>.

Drugie sformułowanie tego rodzaju można znaleźć w opisie własnego przebudzenia Buddy w Ariyapariyesana Sutcie (MN 26/i 160):

Nastąpiła (*udapādi*) dla mnie wiedza (*ñāṇa*) i wizja (*dassana*): „niewzruszone jest moje wyzwolenie (*akuppā me vimutti*), to ostatnie narodziny (*ayamantimā jāti*), nie będzie już więcej stawania się (*natthi dāni punabbhavo*)”<sup>7</sup>.

Alexander Wynne zwrócił uwagę na to, że to sformułowanie dające wyraz osiągnięciu przebudzenia jest bardzo unikalne i zawiera fragment, który jest stosowa-

---

<sup>5</sup> Bronkhorst (1986): 99.

<sup>6</sup> (MN 85/ii 094): „*vimuttasmim vimuttamiti ñāṇaṃ ahoṣi. ‘khīṇā jāti, vusitaṃ brahmacariyaṃ, kataṃ karaṇīyaṃ, nāparaṃ itthattāyā’ ti abbhaññāsim*”.

<sup>7</sup> (MN 26/i 167): „*ñāṇaṃ pana me dassanaṃ udapādi — ‘akuppā me vimutti, ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo’ ti*”.

ny w Suttapitace tylko w powiązaniu z przebudzeniem samego Buddy<sup>8</sup>. Już Schmithausen zauważył, że ostateczna wiedza lub świadomość bycia wyzwolonym były, jak się zdaje, uznawane za kluczowe soteriologicznie elementy od samego początku<sup>9</sup>. W tego rodzaju sformułowaniach znajdujemy interesujące nas terminy, takie jak *ñāṇa*, *dassanā*, i wyrażony w czasie przeszłym czasownik *abhijānāti*.

Chociaż te sformułowania wyrażają poczucie pewności wyzwolenia i spełnienia, nie mówią nic na temat treści wyzwalającej prawdy, która miała zostać odkryta. Zdają się wyrażać wiedzę będącą bezpośrednim skutkiem przebudzenia, ale nie jego przyczyną, a tą ostatnią miał być właśnie wyzwalający wgląd. Czteroraki schemat wglądu w naturę wycieków został słusznie uznany za rezultat późniejszych modyfikacji przez Schmithausena<sup>10</sup>, Bronkhorsta<sup>11</sup> i Wynne'a<sup>12</sup>. W związku z tym, możemy uznać opis czterech dźhan, zniszczenia wycieków (ale nie czteroraki schemat) i pewności własnego przebudzenia za relatywnie wczesne elementy.

W wielu suttach możemy znaleźć zupełnie odmienną koncepcję wyzwalającego wglądu powiązanego z praktyką czterech dźhan. W tych suttach niedoskonałości związane ze stanami dźhan stają się same w sobie przedmiotami wglądu. I tak na przykład Jhāna Sutta (AN 9.36/iv 422) zawarta w zbiorze Aṅguttara Nikaya stwierdza, że w czasie przebywania w stanie którejkolwiek z czterech dźhan, czterech stanów bezkształtnych (*arūpa*) lub ustania postrzegania i odczuwania (*saññāvedayitanirodha*) medytujący postrzega (*samanupassati*) dowolny element powiązany z którymkolwiek z pięciu skupisk (*khandha*) jako nietrwały (*aniccato*), bolesny (*dukkhato*), pusty (*suññato*), nie-Ja (*anattato*). W rezultacie umysł odwraca się (*cittaṃ paṭivāpeti*) od tych stanów (*dhammehi*) i „skupia” (*upasaṃharati*) na elemencie nieśmiertelnym (*amata dhātu*) w następujący sposób:

[...] to jest pełne spokoju (*santam*), to jest doskonałe (*paṇītam*), mianowicie uciszenie wszystkiego co skonstruowane (*sabbasaṅkhārasamatho*), wyrzeczenie się

---

<sup>8</sup> Wynne (2007): 20.

<sup>9</sup> Schmithausen (1981): 207.

<sup>10</sup> Ibidem: 205.

<sup>11</sup> Bronkhorst (1986): 98.

<sup>12</sup> Wynne (2007): 124.

wszelkiego lgnięcia (*sabbūpadhipaṭinissaggo*), zniszczenie pragnienia (*taṇhākkhayo*), zanik pasji (*virago*), ustanie (*nirodho*) i nibbana (*nibbāna*)<sup>13</sup>.

To z kolei doprowadzi albo do zniszczenia wycieków, albo do stania się tzw. spontanicznie odrodzoną istotą (*opapātika*) i ostatecznego wyzwolenia podczas przebywania w tym stanie istnienia. Podobna koncepcja jest zaproponowana w Aṭṭhakanāgara Sutcie (MN 52/ i 349) ze zbioru Majjhima Nikāya, chociaż użyte są w niej odmienne terminy. Po osiągnięciu którejkolwiek z czterech dźhan, medytujący dokonuje refleksji (*paṭisañcikkhati*) nad tym, że osiągnięta dźhana jest skonstruowana (*abhisankhata*) i zamierzona bądź zaplanowana (*abhisañcetayita*). W ten sposób rozumie (*pajānāti*), że taki stan jest nietrwały i poddaje się ustaniu (*nirodhadhamma*)<sup>14</sup>. Skutek takiego wglądu jest identyczny jak we wzmiankowanej wyżej Jhāna Sutcie. Ten sam rodzaj wglądu jest następnie stosowany w odniesieniu do któregośkolwiek z dziewięciu kolejnych stanów znajdujących kulminację w ustaniu postrzegania i odczuwania (*saññāvedayitanirodha*), jak również w odniesieniu do stanów miłującej dobroci (*mettā*), współczucia (*karuṇā*), równowagi (*upekkhā*) i życzliwej radości (*muditā*).

Te dwie sutty różnią się od analizowanych przez nas wcześniej tym, że opisują zarówno treść wyzwalającego wglądu, jak i mechanizm za pośrednictwem którego zachodzi wyzwolenie. Wizja dźhany jako niesatysfakcjonującego, skonstruowanego stanu jest w nich treścią wyzwalającej wiedzy. Ta wiedza jest następnie zestawiona z wizją *amata dhātu*. To powoduje przejrzenie bądź odczarowanie (*nibbidā*) złudnej natury doświadczenia i ostatecznie zniszczenie wycieków.

Nietrudno zauważyć, że ta koncepcja wglądu jest oparta na zupełnie nowej wizji czterech dźhan, na tym etapie nieuznawanych już za kluczowy element nauczania Buddy. Czwarta dźhana nie jest już postrzegana jako szczególny i oczyszczony stan, bowiem w tych suttach jest ona już tylko etapem pośrednim pomiędzy trzecią dźhaną a sferą nieskończonej przestrzeni (*ākāsānañcāyatana*). Koncepcja *opapātika* obecna w tych suttach również zdaje się reprezentować późniejszą fazę rozwoju soteriologii buddyjskiej, która dobrze współgra z nową wizją dźhany. Najwyraźniej, na tym etapie, ostateczne i nieodwracalne wyzwolenie nie wydawało się już tak oczywiste, być może w związku z narastającym pomieszaniem odno-

---

<sup>13</sup> (AN 9: 36/iv 423): „so yadeva tattha hoti rūpagataṃ vedanāgataṃ saññāgataṃ saṅkhāragataṃ viññāgataṃ, te dhamme aniccato dukkhato rogato gaṇḍato sallato aghato ābādhato parato palokato suññato anattato samanupassati. so tehi dhammehi cittaṃ paṭivāpeti. so tehi dhammehi cittaṃ paṭivāpetvā amatāya dhātuyā cittaṃ upasaṃharati — ‘etaṃ santaṃ etaṃ paṇītaṃ yadidaṃ sabbasaṅkhārasamatho sabbūpadhipaṭinissaggo taṇhākkhayo virāgo nirodho nibbānaṃ’ti”.

<sup>14</sup> (MN 52/i 350): „‘idampi paṭhamaṃ jhānaṃ abhisankhataṃ abhisañcetayitaṃ. yaṃ kho pana kiñci abhisankhataṃ abhisañcetayitaṃ tadaniccaṃ nirodhadhammaṃ’ti pajānāti”.

śnie do istoty autentycznej buddyjskiej praktyki. Wprowadzenie koncepcji *opapā-tika* mogło przenieść ostateczne wyzwolenie do kolejnego wcielenia i w ten sposób zapewnić poczucie sensu w życiu osoby, której nie udało się osiągnąć ostatecznego celu buddyzmu tu i teraz. Blisko powiązana z tą nową fazą ewolucji buddyjskiej doktryny jest koncepcja więzów (*saṃyojana*) wzmiankowanych w łączności z opisem spontanicznie odrodzonej istoty. Dziesięć więzów miało z czasem stopniowo zająć miejsce zagadkowych i niejasno zdefiniowanych wycieków (*āsava*) jako oficjalny zestaw czynników zniewolenia. Ta koncepcja była przede wszystkim o wiele łatwiejsza do uzgodnienia z teorią stopniowych etapów wyzwolenia się (tzn. wkraczającego w strumień, powracającego raz, niepowracającego, arahanta), która jednakże reprezentowała całkowite odejście od idei natychmiastowego i całkowitego wyzwolenia typowej dla najwcześniejszej fazy rozwoju doktryny buddyjskiej.

Co więcej, opisana powyżej metoda wglądu zdaje się niemożliwa do zastosowania z psychologiczno-praktycznego punktu widzenia. Ten fakt bywał już wyrażany przez samych buddyjskich uczonych, na przykład przez Henepolę Gunaratane w jego książce *A Critical Analysis of the Jhānas in Theravāda Buddhist Meditation*:

Wgląd nie może być praktykowany podczas bycia pochłoniętym w stanie dźhany, ponieważ medytacja wglądu wymaga dociekania i obserwacji, które są niemożliwe, kiedy umysł jest zanurzony w jednopunktowym pochłonięciu<sup>15</sup>.

Porównywanie tego rodzaju teoretycznych koncepcji z autentycznymi doświadczeniami współczesnych medytujących wydaje się mieć głęboki sens. Jest tak, ponieważ późniejsze koncepcje zawarte w suttach mogą często być w istocie rezultatem doktrynalnej ewolucji i polemik, ale niekoniecznie odzwierciedlać autentyczne praktyki i związane z nimi doświadczenia. Ajahn Brahm, współczesny mistrz medytacji pisze na temat dźhany w swojej książce *Mindfulness, Bliss, and Beyond: A Meditator's Handbook* następujące słowa:

Od chwili wejścia w stan dźhany, nie ma się już kontroli. Nie będzie się w stanie wydawać poleceń, tak jak normalnie się to czyni. Nie można nawet zdecydować,

---

<sup>15</sup> Gunaratana (1985): 151: „Insight cannot be practiced while absorbed in jhāna, since insight meditation requires investigation and observation, which are impossible when the mind is immersed in one-pointed absorption”.

kiedy się opuści ten stan. [...] Tak więc, w stanie dźhany nie tylko nie ma poczucia czasu, ale nawet nie ma zrozumienia tego, co się aktualnie dzieje<sup>16</sup>.

Dodając nieco dalej, że:

Nie jest dostępny żaden proces podejmowania decyzji. [...] świadomość jest niedualna, co czyni zrozumienie niedostępnym<sup>17</sup>.

Innymi słowy, koncepcja wglądu w niedoskonałości dźhany, który miałby być praktykowany w czasie bycia pochłoniętym w samym stanie dźhany, jest nie tylko efektem późniejszego rozwoju, ale jest także niemożliwa z psychologiczno-praktycznego punktu widzenia. Samaṇamaṇḍikā Sutta (MN 78/ii 22) stwierdza, że niekorzystne intencje (*akusalā saṅkappā*) ustają bez śladu (*aparisesā nirujjhanti*) w pierwszej dźhanie, a korzystne intencje (*kusalā saṅkappā*) spotyka ten sam los w stanie drugiej dźhany<sup>18</sup>. Nie jest nawet możliwe, żeby pomyśleć o rozpoczęciu odmiennej praktyki kiedy jest się w stanie pochłonięcia związanym z dźhaną. Jeśli ktoś rzeczywiście rozpocząłby tego rodzaju praktykę, oznaczałoby to, że w istocie już nie znajduje się on w stanie dźhany.

Wypracowanie tej nowej teorii wglądu jest bez wątpienia rezultatem doktrynalnej ewolucji koncepcji samych dźhan. Od pewnego momentu przestały być one postrzegane jako unikalnie buddyjska forma medytacji, a czwarta dźhana utraciła uwzniośloną pozycję, jaką dawniej zajmowała. Ale wciąż musiało pozostać na tym etapie przekonanie, że wyzwalający wgląd jest jakoś powiązany ze stanem dźhany i w celu uzgodnienia tego starszego poglądu z nową wizją samych dźhan, uczyniono niedoskonałości dźhan przedmiotem wglądu.

W Wisuddhimagdze (*Visuddhimagga*) Buddhaghosa zdaje się sobie uświadamiać, że taka koncepcja jest niemożliwa z psychologicznego punktu widzenia. Dlatego też w opisanym przez niego metodzie pojazdu wyciszenia (*samathayāna*), trzeba się wyłonić ze stanu dźhany i uczynić ten należący już do przeszłości stan przedmiotem swojej praktyki wglądu (*Vism XVIII.3*). W jakiś sposób siła skupienia i wolność od przeszkód (*nīvaraṇa*) cechujące stan dźhany mają zostać przeniesione do stanu bezpośrednio następującego po ustaniu dźhany. Jeszcze większe problemy związane są z ideą praktyki wglądu w odniesieniu do

---

<sup>16</sup> Brahm (2006): 153: „From the moment of entering a *jhāna*, one will have no control. One will be unable to give orders as one normally does. One cannot even decide when to come out. [...] Thus in *jhāna* not only is there no sense of time but also no comprehension of what is going on”.

<sup>17</sup> Ibidem: 155: „No decision making process is available. [...] consciousness is nondual, making comprehension inaccessible [...]”.

<sup>18</sup> (MN 78/ii 28): „[...] paṭhamam jhānam upasampajja viharati; etthete akusalā saṅkappā aparisesā nirujjhanti. [...] dutiyam jhānam upasampajja viharati; etthete kusalā saṅkappā aparisesā nirujjhanti”.



stanu, który nie jest dostępny w terażniejszości, ale tylko w pamięci medytującego. Zdaje się to być odejściem od wczesnobuddyjskiego postulatu, że wgląd powinien docierać do stanów, takimi jakie one są (*yathābhūtaṃ*) w ich bezpośrednio poznawalnej formie.

Liczne sutty mówią o wglądzie bez wzmiankowania w ogóle czterech dźhan. W tych tekstach medytujący osiąga wyzwolenie jako rezultat postrzegania rozmaitych elementów konstytuujących jego jestestwo jako nietrwałych (*aniccaṃ*), bolesnych (*dukkhaṃ*) i tym samym niebędących „Ja” (*anattā*). Z kolei to, co nie jest jaźnią, powinno być widziane (*daṭṭhabbaṃ*) za pośrednictwem właściwego zrozumienia (*sammappaññāya*), takie jakie jest w istocie (*yathābhūtaṃ*) w następujący sposób: To nie jest moje (*netam mama*), nie jestem tym (*nesohamasmi*), to nie moja jaźń (*na meso attā*). To prowadzi do przejrzenia bądź odczarowania (*nibbidā*), zaniku pasji (*virāga*) i wyzwolenia (*vimutti*)<sup>19</sup>. Rozmaite buddyjskie teoretyczne schematy stosowane do opisu organizmu psychofizycznego są stosowane w tym kontekście, np. schemat elementów (*dhātu* – np. w *Dhātuvibhaṅga Suttie*, MN 140/iii 237), sfer zmysłów (*āyatana* – np. w *Mahāsaḷāyatana Suttie*, MN 149/iii 287), skupisk (*khandha* – np. w zbiorze *Khandha Saṃyutta SN 22/iii 1*), albo po prostu odczuć (*vedanā* – w zbiorze *Vedanā Saṃyutta SN 36/iv 204*).

Z punktu widzenia psychologiczno-praktycznego, wiele z tych opisów nie wydaje się ani dobrymi instrukcjami w odniesieniu do tego jak praktykować, ani adekwatnymi sprawozdaniami bądź werbalizacjami bezpośredniego doświadczenia reprezentującego domniemaną treść wyzwalającego wglądu. W jaki bowiem sposób można bezpośrednio znać i widzieć takie elementy jak „oko” (*cakkhum*) lub „świadomość związaną z okiem” (*cakkhuvīññāṇaṃ*) (SN 35.25/iv 16)? Jeśli mamy potraktować na serio wczesnobuddyjskie schematy procesów poznawczych, to te elementy reprezentowałyby „subiektywne/wewnętrzne” (*ajjhata*) warunki (*paccaya*) konieczne dla pojawienia się doświadczenia, ale nie doświadczenie samo w sobie. Wydaje się również, że jeśli przyjmie się ten sposób analizy, nie możemy powiedzieć, że jesteśmy w istocie świadomi np. widzialnych kształtów (*rūpa*) samych w sobie, jako że są one „obiektywnymi/zewnętrznymi” (*bahiddhā*) warunkami naszego doświadczenia. Wydaje się, że w tych schematach elementy mogące być bezpośrednio doświadczone rozpoczynają się na etapie tego, co jest odczuwane (*vedayitaṃ*) jako przyjemne (*sukhaṃ*), bolesne (*dukkhaṃ*), bądź ani przyjemne, ani bolesne (*adukkhamasukhaṃ*) i co pojawia się uwarunkowane przez kontakt

---

<sup>19</sup> (SN 35.1/iv 1): „*cakkhum, bhikkhave, aniccaṃ. yadaniccaṃ taṃ dukkhaṃ; yaṃ dukkhaṃ tadanattā. yadanattā taṃ 'netam mama, nesohamasmi, na meso attā'ti evametam yathābhūtaṃ sammappaññāya daṭṭhabbam*”.

wspomnianych powyżej subiektywnych i obiektywnych warunków doświadczenia (*cakkhusamphassapaccayā uppajjati*)<sup>20</sup>. Podobnie wygląda sprawa w odniesieniu do podstawowych elementów (*dhātu*). Żeby być w stanie postrzegać nasze ciało i procesy w nim zachodzące jako *dhātu*, musimy w to włożyć niemało świadomie zaplanowanej, konceptualnej praktyki. Współczesny doświadczony nauczyciel wipassany (*vipassanā*), Sunlun Shin Vinaya, wydaje się świadom tego występującego na poziomie praktycznym problemu:

Trzeba do nich docierać, w niebezpośredni sposób, poprzez powtarzanie za pomocą ust słów charakteryzujących ich istotne cechy i poprzez wymuszanie rozumienia ich natury. Takie rozumienie normalnie ma miejsce najpierw w sferze pojęć. [...] Jeśli byłoby prawdą, że jest niezbędnym, aby dotykać procesów za pośrednictwem rękawic pojęć i myśli, jeśli nie można dotrzeć do procesów bezpośrednio, wtedy nie może być mowy o ścieżce do wolności i o wiedzy wyzwalającej.<sup>21</sup>

Nieco dalej pisze on:

Nie rozważajcie tego, że to jest *rūpa*, a to jest *nāma*. Nie zastanawiajcie się nad tym, że to jest *anicca*, to jest *dukkha*, a to *anattā*. Wszelkie myślenie, rozważanie i zastanawianie się ma charakter pojęciowy. To nie jest wipassana.<sup>22</sup>

Oczywiście stwierdzenia tego rodzaju nie są same w sobie rozstrzygającymi argumentami, niemniej jednak warto je wziąć pod uwagę. Istnieje również drugi bardzo istotny problem psychologiczny związany z medytacją wglądu, która miałaby być w sposób zamierzony praktykowana poprzez świadome stosowanie kategorii i aktywne analizowanie. O ile taka praktyka ma w zamierzeniu dostarczyć jasnego obrazu organizmu psychofizycznego, takiego jakim jest tu i teraz, to w jej ramach nie pojawia się uświadomienie, że właśnie mentalna aktywność polegająca na wglądzie za pomocą zamierzonej analizy, stosowaniu kategorii, zachowywaniu aktywnej uważności jest sama w sobie bardzo istotnym procesem umyślo-

---

<sup>20</sup> (SN 35.25/iv 16): „yampidaṃ cakkhusamphassapaccayā uppajjati vedayitaṃ sukhaṃ vā dukkhaṃ vā adukkhamasukhaṃ”.

<sup>21</sup> Kornfield (1996): 90, 92: „They have to be approached through indirection, through the repetition by word of mouth of the essential characteristics and a forcing of understanding of their natures. This understanding normally takes place first in the realm of concepts. [...] If it were true that it is necessary to handle the processes with the gloves of concepts and thoughts, that processes can never be got at directly, then there can be no path to freedom and no liberating knowledge”.

<sup>22</sup> Ibidem: 104–105: „Do not reflect that this is rupa and this nama. Do not consider that this is anicca, this dukkha and this anatta. All thinking, reflection and consideration are conceptual. They are not vipassana”.

wym, konstytuującym istotną część naszego jestestwa w danej chwili. W związku z tym, aktywność związana z samą praktyką wglądu, powinna stać się przedmiotem tegoż wglądu, jeśli miałby on rzeczywiście dotyczyć tego, co dzieje się z nami w chwili terażniejszej i nie pomijać żadnych elementów. Stany umysłowe związane z praktykowaniem aktywnego, dyskursywnego wglądu byłyby bowiem w istocie skonstruowane (*abhisankhata*) i zamierzone/planowane (*abhisañceta*), aby posłużyć się określeniami zawartymi w Aṭṭhakanāgara Sutcie. Ale takie podejście doprowadziłoby do czegoś w rodzaju „błędnego koła wglądu” i uczyniło praktykę nieefektywną i w istocie niemożliwą. Jest to mocny argument na rzecz konieczności praktykowanie bezpośredniego, „nagiego” wglądu.

Widzimy zatem, jak duże problemy związane są z koncepcją wyzwalającego wglądu oraz samej praktyki wglądu, zwłaszcza w odniesieniu do stanu medytacyjnego dźhany. Te problemy mają charakter zarówno teoretyczny, jak i praktyczny. Psychologiczno-praktyczne trudności związane z opisami tych praktyk mogą być istotną wskazówką, sugerującą, że ich sama obecność w suttach jest rezultatem polemik na poziomie doktrynalnym, ewolucji koncepcji, ale nie autentycznej praktyki. Alexander Wynne zasugerował w swojej książce *The Origin of Buddhist Meditation*, że w pewnym momencie:

Schemat dźhan stał się podstawą dla różnych wersji intelektualnego wglądu: medytacja stała się środkiem służącym coraz bardziej skomplikowanym rodzajom gimnastyki mentalnej<sup>23</sup>.

Za pomocą ściśle filologicznego podejścia możemy nie być w stanie w pełni rozwikłać zagadki związków wglądu z dźhaną w najwcześniejszym okresie rozwoju buddyjskiej doktryny. Dlatego też w poszukiwaniu rozwiązania dla naszego problemu zwrócimy się teraz w stronę współczesnej kognitywistyki. Jeśli pierwotna koncepcja wglądu była rzeczywiście oparta na autentycznych doświadczeniach medytujących, to tym samym opierała się na ludzkich procesach poznawczych. Rezultaty dynamicznie rozwijających się nauk o poznaniu powinny zatem okazać się niezwykle przydatne dla pełniejszego zrozumienia tej kwestii.

Wgląd miał być pewnego rodzaju szczególnym rodzajem zrozumienia dostarczającym wiedzy, która przeobraża człowieka. Ale jaki jest faktyczny mechanizm poznawczy wglądu? Gdzie on zachodzi? W stereotypowej buddyjskiej koncepcji wglądu możemy odnaleźć pewne funkcjonujące implícite założenia, które

---

<sup>23</sup> Wynne (2007): 124: „The scheme of jhānas became a support for different versions of intellectual insight; meditation became the means for an increasingly elaborate set of mental gymnastics”.

wydają się zakorzenione w naszym zwyczajnym, codziennym sposobie myślenia. Przyjrzyjmy się dla przykładu następującej definicji autorstwa Gunaratany:

Medytacja wglądu wymaga dociekania i obserwacji<sup>24</sup>.

Albo Griffithsa, z jego artykułu: *Concentration or Insight: The Problematic of Theravāda Buddhist Meditation*:

Mądrość jest rodzajem [...] dyskursywnej wiedzy i wizji. Metodą używaną do osiągnięcia tego rodzaju świadomej uważności jest ciągłe dążenie do internalizowania kategorii buddyjskiej metafizyki<sup>25</sup>.

Przywołane powyżej definicje nie są w żadnej mierze kontrowersyjne ani unikalne. Reprezentują one dość powszechne, stereotypowe podejście do wglądu, dość popularne w ramach buddyzmu. Oparte są one na zdroworozsądkowej, szeroko przyjmowanej idei „rozumienia” jako w zamierzony sposób podejmowanej formie aktywności umysłowej, która ma miejsce na w polu świadomości. Rezultatem tego rozumienia jest uzyskanie deklaratywnej wiedzy o charakterze eksplicytnym – wiedzy wyzwalającej, tak bardzo zagadkowej i problematycznej w Suttapitace. To wszystko jest zgodne ze zdrowym rozsądkiem. Jednakże tym, czego nas uczy współczesna nauka o poznaniu, jest to, że sposób, w jaki myślimy, rozwiązujemy problemy kognitywne, wpadamy na nowe pomysły i podejmujemy decyzje, w dużej mierze kłóci się z tzw. zdrowym rozsądkiem. Szeroko rozpowszechnione, zwyczajne zdroworozsądkowe podejście do tych kwestii jest często określane mianem „psychologii ludowej”. Zgodnie z psychologią ludową, operacje poznawcze wyższego rzędu są wykonywane w kontrolowany, wolicjonalny sposób w polu świadomości. Mamy posiadać dostęp do naszych wyższych operacji poznawczych, jesteśmy ich świadomi, w aktywny sposób sprawiamy, że wydarzają się poprzez wysiłek naszej woli. Choć określone mianem „psychologii ludowej”, to podejście w istocie zdominowało historię myśli Zachodu, znajdując swój wyraz m.in. w filozofii kartezjańskiej.

Sami jednakże możemy przekonać się o ograniczeniach tego modelu, kiedy przychodzi do wyjaśnienia mechanizmu wpadania na nowe pomysły i uzyskiwania nowych wglądów. Chodzi tu o dobrze znany „efekt eureka”, tzw. momenty „aha!” kiedy nagle stajemy się świadomi pojawienia się nowego wglądu, bez

---

<sup>24</sup> Gunaratana (1985): 151: „Insight meditation requires investigation and observation”.

<sup>25</sup> Griffiths (1981): 613: „Wisdom is a type of [...] discursive knowledge and vision. The means used to achieve this kind of conscious awareness is a continuous attempt to internalize the categories of Buddhist metaphysics”.

wcześniejszej świadomości procesu prowadzącego do jego wyłonienia się. To sprawiło, że wielu ludzi w poprzednich stuleciach przypisywało takie wglądy boskiemu natchnieniu. Wyjaśnienie tego zjawiska i wielu innych naszych form aktywności mentalnej stało się możliwe wraz z nowymi koncepcjami w obrębie nauk kognitywnych uzyskanymi m.in. w oparciu o wyniki z dziedziny neuronauk, a w szczególności teoriami: nieświadomego przetwarzania informacji, utajonego uczenia się i wiedzy milczącej. Ta nieświadomość nie jest jednakże tym samym, co podświadomość freudowska – jest to nieświadomość poznawcza, po raz pierwszy opisana przez Kihlstroma w 1987.

James S. Uleman w następujący sposób podsumowuje tę koncepcję w zbiorowej pracy *The New Unconscious*:

We wczesnych modelach, idea nieświadomości odnosiła się do przed-świadomych procesów poznawczych i uśpionych śladów w pamięci, a wyższe procesy mentalne o złożonym charakterze zależały w swoim działaniu od świadomości. W późniejszych modelach, przetwarzanie o charakterze złożonym nie wymaga bycia świadomym informacji, która jest przetwarzana. Zachodzą więc znacznie bardziej skomplikowane nieświadome procesy kognitywne. Kihlstrom doszedł do konkluzji, że „świadoma uważność...nie jest niezbędną dla złożonego funkcjonowania psychologicznego”<sup>26</sup>.

Te nowe wyniki nauk o poznaniu zdają się często nie zgadzać z najbardziej rozpowszechnionymi zdroworoządkowymi przekonaniem. W jednym z rozdziałów tej samej książki Ap Dijksterhuis, Henk Aarts i Pamela K. Smith piszą:

Po pierwsze i ściśle mówiąc, świadoma myśl nie istnieje. Myśl, kiedy definiujemy ją jako wytwarzającą stany świadomości o charakterze złożonym i skojarzeniowym, zachodzi w sposób nieświadomy. Można być świadomym pewnych elementów procesu myślowego, bądź można być świadomym wytworu procesu myślowego, ale nie jest się świadomym samej myśli<sup>27</sup>.

---

<sup>26</sup> Uleman (2005): 5-6: „In early models, the unconscious referred to pre-attentive perceptual processes and latent memory traces, so that complex higher mental processes depended on awareness for their operation. In later models, complex processing did not require awareness of the information that was transformed, so much more complex unconscious cognitive processing occurs. He (Kihlstrom) concluded that »conscious awareness...is not necessary for complex psychological functioning«”.

<sup>27</sup> Dijksterhuis, Aarts, Smith (2005): 81: „First of all and strictly speaking, conscious thought does not exist. Thought when defined as producing meaningful associative consciousness, happens unconsciously. One may be aware of some elements of the thought process or one may be aware of a product of a thought process, but one is not aware of thought itself”.

Dodając na następnej stronie:

Nasze zmysły mogą sobie poradzić z około 11 milionami bitów na sekundę. W porównaniu z tą wartością zdolność przetwarzania w obrębie świadomości wypada blado – może ona przetwarzać 50 bitów na sekundę. Innymi słowy, świadomość może poradzić sobie jedynie z bardzo małym procentem przychodzących informacji. Cała reszta jest przetwarzana bez udziału świadomości. Możemy być wdzięczni za to, że nieświadome mechanizmy pomagają, kiedykolwiek jest do wykonania prawdziwe zadanie, takie jak myślenie<sup>28</sup>.

Ta informacja może mieć istotne znaczenie, kiedy rozważymy mechanizm buddyjskiego wglądu. Miał on bowiem dotyczyć szeroko rozumianego ciała (*kāya*) postrzeganego takim, jakie ono naprawdę jest (*yathābhūtaṃ*) i być powiązany z niezmienioną świadomością wrażeń zmysłowych. Jeśli rzeczywiście taki wgląd miałby zachodzić, to świadomie kultywowana uważność mogłaby okazać się niedostateczna, jeśli weźmiemy pod uwagę przytoczone powyżej słowa współczesnych kognitywistów.

Teraz przyjrzyjmy się bardzo ciekawym uwagom Rana Hassina pochodzącym tej samej książki. Są one dla nas szczególnie ważne, jako że bezpośrednio dotyczą mechanizmu, za pośrednictwem którego zachodzą wglądy o charakterze poznawczym:

Wydaje się, że procesy, które prowadzą do wyłonienia się wglądów, nie wymagają świadomej uważności. [...] Te odkrycia zdają się sugerować, że wglądy wyłaniają się w świadomości, bez uprzedniej świadomej wiedzy odnośnie do ich kształtowania się. W serii badań, postanowiliśmy zbadać, czy wglądy mogą nastąpić nie tylko przy nieobecności świadomości procesów, które prowadzą do nich, ale również przy nieobecności świadomości samych wglądów<sup>29</sup>.

I rzeczywiście, występowanie takich wglądów zostało potwierdzone przez badanie:

---

<sup>28</sup> Ibidem: 82: „Our senses can handle about 11 million bits per second. [...] The processing capacity of consciousness pales in comparison. [...] our consciousness can processes 50 bits per second. In other words, consciousness can only deal with a very small percentage of all incoming information. All the rest is processed without awareness. Let’s be grateful that unconscious mechanisms help out whenever there is real job to be done, such as thinking”.

<sup>29</sup> Hassin (2005): 204: „It seems that the processes that yield insights do not require conscious awareness. [...] These findings seem to suggest that insights tend to pop up in awareness without prior conscious evidence for their formation. [...] In a series of studies we further examined whether insights can occur not only in the absence of conscious awareness of the processes that lead to them, but also in absence of the conscious awareness of the insights themselves”.

Utajone wglądy są nieświadome w następujący sposób: mogą zachodzić bez świadomości nauczonych reguł oraz mogą być przejawiane w zachowaniu bez świadomości. Dodatkowo, utajone wglądy nie są rezultatem intencji. Oznacza to, że mogą nastąpić, kiedy ludzie nie przejawiają intencji, aby wystąpiły, oraz że mogą oddziaływać na zachowanie bez towarzyszącej temu intencji<sup>30</sup>.

Wydaje się jasne, że zaprezentowana tutaj idea utajonego wglądu może pomóc w zrozumieniu jak medytacyjny wgląd mógł funkcjonować we wczesno-buddyjskim kontekście. Jak się już zdążyliśmy przekonać, to kwestia treści wyzwalającej wiedzy o charakterze eksplicytnym stwarza szczególne problemy interpretacyjne.

Johannes Bronkhorst stwierdził:

Pradžnia (s. *prajñā*) odnosiła się do jakiegoś niesprecyzowanego i niedającego się sprecyzować rodzaju wglądu<sup>31</sup>.

Uzupełniając tę wypowiedź w dalszej części w następujący sposób:

Musimy dojść do konkluzji, że jeśli najwcześniejsza buddyjska tradycja uznawała w ogóle istnienie jakiegokolwiek wyzwalającego wglądu – a prawdopodobnie tak było – ten wgląd musiał pozostać niesprecyzowany<sup>32</sup>.

Podobne sformułowania znajdujemy w pracy Wynne'a:

Treść wyzwalającego wglądu w najwcześniejszych naukach pozostaje niejasna<sup>33</sup>.

Idea utajonych wglądów mogących następować bez świadomości nauczonych reguł mogłaby zatem rzeczywiście mieć sens w kontekście wczesnego buddyzmu i rozwiązać szereg problemów. Jeszcze ważniejsze jest to, że rezultaty tych wglądów mogą przejawiać się w zachowaniu bez pośrednictwa świadomości. Soteriologia buddyjska jest zainteresowana uzyskaniem fundamentalnej zmiany w jednostce ludzkiej, sięgającej do jej samego jestestwa. Taka zmiana skutkowałaby zupełnie nowym sposobem funkcjonowania w świecie. Kluczowym elementem

---

<sup>30</sup> Ibidem: 205: „Implicit insights are unconscious in that (a) they can occur without awareness of the learned rules and (b) they can be manifested in behavior without awareness. In addition, implicit insights are unintentional in that they can occur when people do not intend for them to happen, and in that they can affect behavior without a corresponding intention”.

<sup>31</sup> Bronkhorst (1986): 102: „Prajñā referred to some unspecified and unspecifiable kind of insight”.

<sup>32</sup> Ibidem: 104: „We must conclude, that if the earliest Buddhist tradition acknowledged the existence of any liberating insight at all – and it possibly did – this insight remained unspecified”.

<sup>33</sup> Wynne (2007): 123: „The content of liberating insight in the earliest teaching is unclear”.

tego nowego sposobu funkcjonowania miało natomiast być to, że nie wymagałyby one świadomego wysiłku, aby go podtrzymywać – utrzymywałyby się bowiem zupełnie spontanicznie. To, że rezultaty wglądu mogą być przejawiane w zachowaniu bez świadomości i mogą wpływać na zachowanie bez towarzyszącej temu intencji, dobrze pasowałyby zatem do spontanicznego, niewymagającego wysiłku stanu arahanta. Wiele problemów interpretacyjnych ulega rozwiązaniu, jeśli przyjmiemy koncepcję, zgodnie z którą wglądy nie są rezultatem intencji i mogą następować nawet wtedy, kiedy ludzie nie zamierzają żeby nastąpiły. W takim układzie nie byłoby już potrzeby dla dodatkowej, zamierzonej, świadomie podtrzymywanej praktyki wglądu w stanie dźhany, gdzie tego typu aktywność wydaje się trudna do wyobrażenia.

Ale czy cztery dźhany w ich oryginalnej postaci mogły być obdarzone przynajmniej takim rodzajem utajonego wglądu? Alexander Wynne zasugerował, że terminy zawarte w standardowej definicji dźhan mogą być powiązane z wglądem i świadomością, a nie sztywnym utrzymywaniem medytacyjnego obiektu w umyśle, jak głosi tradycyjna interpretacja:

Terminy takie jak *sati*, *sampajāna* czy *upekkhā* są źle tłumaczone lub błędnie rozumiane jako specyficzne czynniki stanów medytacyjnych. Sprawiają zwodnicze wrażenie, że trzecia i czwarta dźhana są uwznioślonymi stanami medytacyjnej świadomości nacechowanymi jakimś rodzajem niewyraźnego spokoju wewnętrznego. Ale te terminy mają całkiem wyraźne znaczenie we wczesnobuddyjskich tekstach: odnoszą się do szczególnego sposobu postrzegania przedmiotów zmysłów<sup>34</sup>.

Idea organicznie powiązanego z dźhanami wglądu z pewnością nie byłaby łatwa do uzgodnienia z wizją czterech dźhan jako jogicznego typu medytacji praktykowanego poprzez skupienie na jednostkowych, prostych przedmiotach i prowadzącego do niewrażliwości zmysłów oraz do nieruchomości umysłu. Na szczęście istnieje jednak bardzo dużo argumentów wskazujących na coś zgoła odmiennego.

W sławnej *Indriyabhāvanā Suttie* (MN 152/iii 298) znajdujemy krytykę praktyki medytacyjnej prowadzącej do wyłączenia się władz zmysłowych. Ta sut-

---

<sup>34</sup> Wynne (2007): 123: „Words expressing the inculcation of awareness e.g. *sati*, *sampajāna*, *upekkhā* are mistranslated or understood as particular factors of the meditative states. [...] They give the misleading impression that the third and fourth jhāna are heightened states of meditative awareness characterized by some sort of indescribable inner calm. But these terms have quite distinct meaning in early Buddhist texts: they refer to a particular way of perceiving sense object”.



ta z kolei zaleca jako szczytowy punkt ich rozwoju stan określony przy użyciu tych samych terminów jak trzecia dźhana:

Jeśli życzy sobie (*sace ākaṅkhati*): „uniknąwszy (*abhinivajjetvā*) zarówno tego co odpychające (*paṭikūla*) i nieodpychające (*appaṭikūla*) będą przebywał (*vihareyyaṃ*) pełen równowagi (*upekkhako*) uważny (*sato*) i w pełni świadomy (*sampajāno*)”, przebywa w tym stanie pełen równowagi, uważny i w pełni świadomy<sup>35</sup>.

Terminy *upekkhako*, *sato* i *sampajāno* są dokładnie tymi samymi, jakie możemy znaleźć w standardowej definicji trzeciej dźhany. Standardowa definicja czwartej dźhany z kolei mówi o porzucaniu (*pahāna*) przyjemności (*sukha*) i cierpienia (*dukkha*), jak również o wcześniejszym uspokojeniu (*atthaṅgama*) mentalnej błogości i przykrości (*somanassadomanassā*). To może całkiem dobrze odpowiadać wzmiankowanemu przez Indriyabhāvanā Suttę unikaniu tego co odpychające i co nieodpychające. Oznaczałoby to, że zgodnie z sugestią Wynne’a, przynajmniej trzecia i czwarta dźhana nie miały pierwotnie być stanami nieaktywności zmysłowej i mentalnego zneruchomienia.

Mahātaṇhā-saṅkhaya Sutta (MN 38/i 256) sugeruje, że po osiągnięciu czwartej dźhany medytujący odnotowuje za pośrednictwem wszystkich swoich sześciu zmysłów odpowiednie dla nich przedmioty zmysłowe, przebywa z ustabilizowaną uważnością ciała (*upaṭṭhitakāyasati*) i z niezmiernym umysłem (*appamāṇacetaso*). Funkcjonuje porzuciwszy zarówno przyjmowanie, jak i odrzucanie (*anurodhavirodhavippahīno*) i jakiegokolwiek odczucie (*vedanaṃ*) odczuwa, nie raduje się nim (*nābhinandati*), nie wita go (*nābhivadati*), ani nie pozostaje przywiązany do niego (*nājjhosāya tiṭṭhati*)<sup>36</sup>. Wygląda na to, że ta sutta opisuje ten sam stan co Indriyabhāvanā Sutta używając innych terminów.

Istnieje też bardzo obszerna i przekonująca argumentacja Bronkhorsta w jego książce *The Two Traditions of Meditation in Ancient India*, pokazująca, że cztery dźhany były fundamentalnie odmienne od metod tzw. „głównego nurtu medytacji” stosowanych przez nie-buddystów<sup>37</sup>, czy Tillmanna Vettera sugerująca, że spontaniczna dźhana wczesnego buddyźmu została zastąpiona przez bardziej

---

<sup>35</sup> (MN 152/iii 301): „sace ākaṅkhati — ‘paṭikūlaṅca appaṭikūlaṅca tadūbhayaṃ abhinivajjetvā upekkhako vihareyyaṃ sato sampajāno’ti, upekkhako tattha viharati sato sampajāno”.

<sup>36</sup> (MN 38/i 270): „so cakkhunā rūpaṃ disvā piyarūpe rūpe na sārājati, appiyarūpe rūpe na byāpajjati, upaṭṭhitakāyasati ca viharati appamāṇacetaso. taṅca cetovimuttiṃ paññāvimuttiṃ yathābhūtaṃ pajānāti — yatthassa te pāpakā akusalā dhammā aparisesā nirujjhanti. so evaṃ anurodhavirodhavippahīno yaṃ kiñci vedanaṃ vedeti, sukhaṃ vā dukkhaṃ vā adukkhamasukhaṃ vā, so taṃ vedanaṃ nābhinandati nābhivadati nājjhosāya tiṭṭhati”.

<sup>37</sup> Bronkhorst (1986): 102–104.

„sztuczną”<sup>38</sup>. Sam zająłem zbliżone do tych badaczy stanowisko w mojej książce *Reexamining Jhāna: Towards a Critical Reconstruction of Early Buddhist Soteriology*<sup>39</sup>.

Jeśli rzeczywiście tak było, wgląd mógł naprawdę być organicznie powiązany ze stanami czterech dżhan, konstytuując ich istotę i metodę począwszy od najwcześniejszych etapów. Jego siła zwiększałaby się wraz z postępem medytacji, aż do osiągnięcia swojego szczytu w stanie czwartej dżhany. Według Kāyagatāsati Suttī (MN 119/iii 88) ten szczyt mógłby następować po przeniknięciu (*pharivā*) ciała (*kāya*) medytującego za pośrednictwem jasnego, oczyszczonego umysłu (*parisuddhena cetasā pariyodātena*)<sup>40</sup>. Ten akt następowałby spontanicznie, nie wymagając jakiegokolwiek w zamierzony sposób podjętego świadomego wysiłku, aby rozumieć czy analizować. Wraz z oczyszczeniem umysłu dokonywałby on spontanicznie wglądu pod warunkiem, że miałby dostęp do danych zmysłowych, których tenże wgląd mógłby dotyczyć. Żadna odrębna świadoma i będąca efektem aktu woli praktyka nie była prawdopodobnie potrzebna ani nawet możliwa w stanie czwartej dżhany.

Cetanākaraṇīya Sutta (AN 10.2/v 2) stwierdza, że dla tego, który jest skoncentrowany (*samāhitassa*), nie ma potrzeby dokonywania intencji (*na cetanāya karaṇīyam*) o następującej postaci: „Znam i widzę rzeczy takimi, jakie one naprawdę są” (*‘yathābhūtaṃ jānāmi passāmi’*)<sup>41</sup>. Zachodzi to na drodze naturalnego porządku rzeczy (*dhammatā esā*). Następnie w równie naturalny sposób pojawiają się rozczarowanie (*nibbidā*), zanik pasji (*virago*), ustanie (*nirodho*) i wyzwolenie (*vimutti*).

Wgląd będący rezultatem takiego widzenia byłby więc utajony – implicytny, nie byłby rezultatem aktu woli ani nie wytwarzał jakiegokolwiek bezpośredniej wiedzy wyzwalającej o charakterze werbalnym, która mogłaby być zadeklarowana. Wytwarzałby natomiast bardzo głębokie i trwałe zmiany w zachodzeniu procesów poznawczych i funkcjonowaniu przebudzonej osoby. Pierwszą powiązaną z nim formą dającej się zadeklarować wiedzy byłaby pewność jego ostatecznych efektów – wiedza o własnym wyzwoleniu. W ten sposób dżhana okazałaby się stanem o głębokich efektach poznawczych, uzasadniając swoją nazwę, ponieważ

---

<sup>38</sup> Vetter (1988): XXXVI.

<sup>39</sup> Polak (2011): 143–151. Artykuł *Problematyka medytacyjnego wglądu...* stanowi w pewnym sensie kontynuację badań zapoczątkowanych w *Reexamining Jhāna...*, ale dotyczy nie poruszanej bezpośrednio w książce problematyki, oraz zawiera cały szereg zupełnie nowych tez i argumentów.

<sup>40</sup> (MN 119/iii 94): „*catuttham jhānaṃ upasampajja viharati. so imameva kāyaṃ parisuddhena cetasā pariyodātena pharivā nisinno hoti; nāssa kiñci sabbāvato kāyassa parisuddhena ce tasā pariyodātena apphutaṃ hoti*”.

<sup>41</sup> (AN 10.2/v 2): „*samāhitassa, bhikkhave, na cetanāya karaṇīyam — ‘yathābhūtaṃ jānāmi passāmi’*. *dhammatā esā, bhikkhave, yaṃ samāhito yathābhūtaṃ jānāti passati*”.

z etymologicznego punktu widzenia termin *jhāyati* denotuje w pierwszym rzędzie czynność myślenia, a nie jakieś abstrakcyjne „pochłonięcie”. Byłby to jednakże taki rodzaj myślenia, który jest opisywany przez współczesne nauki kognitywne: zachodzący poza świadomością, niemający nic wspólnego z dyskursem wewnętrznym (tutaj adekwatnym terminem palijskim byłaby *vitakka*), niemniej jednak rozwiązujący problemy poznawcze i dostarczający wglądów.

Doszliśmy w ten sposób do wizji wczesnobuddyjskiej dźhany jako medytacyjnej praktyki nacechowanej wglądem, zachowującej wrażliwość i giętkość umysłu i władz zmysłowych, a jednocześnie prowadzącej do zmienionych stanów świadomości, wolnych od werbalnej, dyskursywnej myśli.

Ale czy taki rodzaj medytacji jest w ogóle możliwy? Czy nie doszliśmy przez naszą tekstową analizę do czegoś wewnętrznie sprzecznego, rodzaju oksymoronu? Zdaje się powszechnie akceptowane, że istnieją dwa typy medytacji: *samatha* (*samatha*), która prowadzi do zmienionych stanów świadomości i do zatrzymania myśli poprzez koncentrację na prostym, jednostkowym przedmiocie, oraz *wipassana*, która prowadzi do doświadczenia świata, takiego jakim jest naprawdę, ale nie prowadzi do radykalnie odmiennych stanów świadomości.

Możemy pokazać, że taki hipotetyczny stan jest rzeczywiście możliwy poprzez wskazanie dość podobnych form medytacji występujących w ramach późniejszych buddyjskich tradycji, jak również w medytacyjnych naukach niektórych współczesnych mistrzów *therawady*.

Przykładem takiej praktyki medytacyjnej jest tzw. cicha iluminacja (*mo zhao*) opisana w naukach mistrza chan o imieniu Hongzhi. Będący współczesnym mistrzem tradycji chan Sheng Yen opisuje w następujący sposób praktykę cichej iluminacji w swojej książce *Hoofprint of the Ox*:

Hongzhi naucza swoich uczniów, aby puścili i osiedli milcząco sami w sobie, pozostawiając za sobą płataninę uwarunkowań i punktów oparcia zanim nie osiągną etapu doskonałej i nieskrępowanej ciszy. Jednocześnie nie oznacza to, że umysł staje się mroczny albo nie-poznający. Wprost przeciwnie, to zaburzenia złudzonego i uwarunkowanego myślenia są uciszone, nie klarowność mentalna ani świadomość. Wraz z tą ciszą, wrodzona wewnętrzna mądrość promienieje niezablokowana, doskonale czysta i świetlista, bez pojedynczej drobiny kurzu mogącej ją ograniczyć. „W tym stanie milczącego siedzenia”, powiada Hongzhi, „umysł jasno

postrzega szczegóły przedmiotów zmysłów, ale jakby będąc przezroczystym, tak, że żaden skonstruowany obraz nie zostaje wytworzony<sup>42</sup>.

Kilka stron dalej Sheng Yen pisze z kolei:

Zacznijmy od tego, że cisza i iluminacja są nieodłączne i muszą być obecne jednocześnie: w samym akcie iluminacji porzuca się chwytanie się myśli i doznań i bezpośrednio się przyjmuje rzeczy, tym samym doprowadzając umysł do doskonałej ciszy. [...] Jest błędem myślenie, że najpierw trzeba rozwinąć wewnętrzny spokój i dopiero wtedy zastosować otwartą świadomość<sup>43</sup>.

Innym medytacyjnym stanem zasługującym na nasze zainteresowanie jest tzw. wipassana dżhana, opisana w następujący sposób przez współczesnego mistrza therawady, Sayadawa U Panditę:

Wipassana dżhana pozwala umysłowi przemieszczać się w wolny sposób od przedmiotu do przedmiotu, pozostając skupionym na cechach nietrwałości, cierpienia i bezjaźniowości, które są wspólne wszystkim przedmiotom. Wipassana dżhana również obejmuje stan umysłu, w którym może pozostać on skupiony na rozkoszy nibbany. W odróżnieniu od spokoju i pochłonięcia, które są celem praktykujących samatha dżhanę, najważniejszym rezultatem wipassany są wgląd i mądrość [...] Wipassana dżhana jest skupianiem umysłu na paramattha dhammach. W istocie są one rzeczami, których możemy doświadczyć bezpośrednio poprzez sześć bram zmysłów bez konceptualizacji<sup>44</sup>.

---

<sup>42</sup> Sheng-yen (2001): 142: „Hongzhi instructs his students to let go and settle quietly into themselves, leaving behind all entangling conditions and supports until they reach a point of perfect and unrestrained quiescence. At the same time this does not imply that mind becomes dark or incognizant. Quite the contrary, it is the distortions of deluded and conditioned thinking that are silenced, not mental clarity or awareness. With this silence, the mind's innate wisdom shines unobstructed, perfectly clear and luminous, without a single speck of dust to impede it. »In this [state of] silent sitting«, Hongzhi says: »the mind clearly perceives the details of sensory objects; yet, as though transparent, no constructed image is produced«”.

<sup>43</sup> Ibidem: 147: „To begin with, silence and illumination are inseparable and must be present simultaneously: in the very act of illumining, one relinquishes grasping after thoughts and sensations, and directly takes things in, thereby bringing the mind to perfect silence. [...] It is a mistake to think that first one must develop inner calm, and, only then, apply open awareness”.

<sup>44</sup> U Pandita (1992): 179: „Vipassanā jhāna allows the mind to move freely from object to object, staying focused on the characteristics of impermanence, suffering and absence of self, which are common to all objects. Vipassanā jhāna also includes the mind that can stay focused and fixed upon the bliss of nibbana. Rather than the tranquility and absorption that are the goal of samatha jhāna practitioners, the most important result of vipassanā are insight and wisdom. [...] Vipassanā jhāna is the focusing of the mind on paramattha dhammas. Actually they are just the things we can experience directly through the six sense doors without conceptualization”.

Nie chcę przez te przytoczenia stwierdzić, że medytacyjne stany cichej iluminacji i wipassana dźhany są tożsame z wczesnobuddyjską dźhaną. Twierdzę jedynie, że samo istnienie takich form medytacji przynajmniej pokazuje realną możliwość takiego stanu, który mógłby jednocześnie być nacechowany zarówno wglądem, jak i wyciszeniem, być pozbawionym werbalnych myśli, a jednak zachowywać wrażliwość ciała i nie być osiągnąony poprzez metody skupiające. Ta charakterystyka pasuje całkiem dobrze do tekstowych świadectw, jakie posiadamy na temat czterech dźhan. To, że wczesnobuddyjska dźhana była tak paradoksalnym stanem, musiało bardzo przyczynić się do narastającego z czasem pomieszania i niezrozumienia dotyczącego jej charakteru. Bronkhorst słusznie stwierdził, że:

Już wcześniej w trakcie dziejów buddyzmu istniała niepewność co do szczegółów praktyki nauczanej przez Buddę. Ta niepewność otworzyła drzwi obcym elementom, które mogły zająć miejsce oryginalnych, ale słabo rozumianych elementów<sup>45</sup>.

Koncepcja utajonego wglądu, która jest tak trudna do zaakceptowania z punktu widzenia potocznego, „zdroworozsądkowego” myślenia, musiała być z pewnością jednym z tych słabiej rozumianych elementów. O ile późniejsi buddyści wiedzieli, że wgląd jest ważny, to mógł on być przez nich rozumiany już tylko jako wytwarzający werbalną i deklaratywną formę wiedzy. W związku z tym, różne doktryny zaczęły być postrzegane jako bezpośrednie wyrażenia lub werbalizacje takiej wiedzy. Te doktryny same w sobie nie były nieautentyczne, ale pierwotnie nigdy nie miały być wyrażeniami czy też bezpośrednimi werbalizacjami wyzwalającego wglądu. Miały one prawdopodobnie swój początek w zamierzonej, świadomej refleksji odnośnie do ścieżki wiodącej do przebudzenia i na temat nowego, przeobrażonego sposobu poznawania i interakcji ze światem. Ale jako takie nigdy nie mogły pełnić jakiegokolwiek bezpośrednio wyzwalającej funkcji. Tak było prawdopodobnie z doktryną czterech szlachetnych prawd. We wczesnych stadiach tego procesu istniała prawdopodobnie wciąż świadomość, że wyzwalający wgląd musi być jakoś powiązany z czwartą dźhaną. Obecność wiedzy obejmującej umysły innych (*cetopariyañāṇa*) i wiedzy przypomnienia sobie poprzednich wcieleń (*pubbenivāsānussatiñāṇa*) po czwartej dźhanie (których obecność w tym kontekście jest nieautentyczna, jak pokazał Schmithausen)<sup>46</sup> jest prawdopodobnie rezultatem prób dostarczenia jakichś sformułowań deklaracyjnych form wiedzy

---

<sup>45</sup> Bronkhorst (1986): 88: „Already early in the history of Buddhism there was uncertainty about the details of the practice taught by the Buddha. This uncertainty opened the door to foreign elements which could take the place of original but little understood elements”.

<sup>46</sup> Schmithausen (1981): 222.

o charakterze eksplicytnym, które mogłyby być żywotnie powiązane z wyzwoleniem. Podobne wyjaśnienie zostało zresztą zaproponowane przez Bronkhorsta<sup>47</sup>.

Drugim aspektem tego procesu była jednakże reinterpretacja czterech dźhan, już nie postrzeganych jako unikalna i wyłącznie buddyjska praktyka, ale jako metoda medytacyjna opierająca się na skupieniu o charakterze jogicznym, nieszczególnie odmienna od tych praktykowanych przez nie-buddystów. Idea wyzwalającego wglądu nie mogła być łatwo uzgodniona z tą radykalnie odmienną wizją dźhany. Jedną z pierwszych prób harmonizacji było uczynienie niedoskonałości czterech dźhan przedmiotem praktyki wglądu. We wczesnej fazie rozwoju tej koncepcji, niedoskonałości dźhany miały być kontemplowane w stanie samej dźhany, ale później została wprowadzona dość skomplikowana koncepcja pojazdu wyciszenia. Prawdopodobnie, wyczuwając psychologiczne trudności związane z taką praktyką, buddyści wprowadzili koncepcję czysto teoretycznego wglądu, niepowiązanego w jakikolwiek sposób z czterema dźhanami. Jak już zaznaczyłem wcześniej, różne formuły z Suttapitaki, pierwotnie o innym znaczeniu, były używane jako podstawa tej nowej koncepcji wglądu. Ta doktrynalna ewolucja zaowocowała powstaniem koncepcji medytacji buddyjskiej, która mogła skutecznie funkcjonować tylko i wyłącznie na poziomie teorii, ale nie praktyki. Nie może więc dziwić fakt, że w połączeniu z innymi czynnikami doprowadziło to do tego, że buddyści therawady w dużej mierze zaprzestali praktyk medytacyjnych na długie stulecia<sup>48</sup> aż do czasów ich niezwykłego renesansu związanego z rozwojem współczesnych tradycji medytacyjnych kammattħāny (*kammattħāna*) i wipasany.

## Bibliografia

- Brahm A. (2006), *Mindfulness, Bliss, and Beyond: A Meditator's Handbook*, Wisdom Publications, Boston.
- Bronkhorst (1986), *The Two Traditions of Meditation in Ancient India*, Steiner Verlag, Stuttgart.
- Dijksterhuis A., Aarts H., Smith P.K. (2005), *The power of the subliminal: On Subliminal Persuasion and Other Potential Applications*, [w:] *The new unconscious*, R. Hassin, J.S. Uleman, J.W. Bargh (red.), Oxford University Press, New York: 77–106.
- Griffiths P. (1981), *Concentration or Insight: The Problematic of Theravāda Buddhist Meditation-Theory*, „Journal of the American Academy of Religion” 49 (4): 605–624.

---

<sup>47</sup> Bronkhorst (1986): 115.

<sup>48</sup> Wynne (2007): 124.

- Gunaratana H. (1985), *A Critical Analysis of the Jhānas in Theravāda Buddhist Meditation*, The American University, Washington.
- Hassin R. (2005), *Non Conscious Control and Implicit Working Memory*, [w:] *The new unconscious*, R. Hassin, J.S. Uleman, J.W. Bargh (red.), Oxford University Press, New York: 196–223.
- Kornfield J. (1996), *Living Dharma: Teachings of the Twelve Buddhist Masters*, Shambhala, Boston and London.
- Polak G. (2011), *Reexamining Jhāna: Towards a Critical Reconstruction of Early Buddhist Soteriology*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Schmithausen L. (1981), *On Some Aspects of Descriptions or Theories of “Liberating Insight” and “Enlightenment” in Early Buddhism*, [w:] *Studien Zum Jainism und Buddhism*, K. Bruhn, A. Wezler (red.), Franz Steiner, Wiesbaden: 199–250.
- Sheng-Yen (2001), *Hoofprint of the Ox: Principles of the Chan Buddhist Path as Taught by a Modern Chinese Master*, Oxford University Press, New York.
- Uleman J.S. (2005), *Introduction: Becoming Aware of the New Unconscious*, [w:] *The new unconscious*, R. Hassin, J.S. Uleman, J.W. Bargh (red.), Oxford University Press, New York: 3–15.
- U Pandita (1992), *In This Very Life: The Liberation teachings of the Buddha*, Wisdom Publications, Sommerville.
- Vetter T. (1988), *The Ideas and Meditative Practices of Early Buddhism*, E.J. Brill, Leiden.
- Wynne A. (1988), *The Origin of Buddhist Meditation*, Routledge, London, New York.

### **Wykaz skrótów<sup>49</sup>**

- AN (nr nipāty i nr sutty / nr woluminu) – *Āṅguttara Nikāya*
- DN (nr sutty/nr woluminu i strony) – *Dīgha Nikāya*
- MN (nr sutty/nr woluminu i strony) – *Majjhima Nikāya*
- SN (nr saṃyutty i nr sutty / nr woluminu)– *Saṃyutta Nikāya*
- Vism – *Visuddhimagga*

---

<sup>49</sup> Odwołania do tekstów palijskich odnoszą się do ich wydania i opracowania przez Pali Text Society.