

Teachings

“Radość w Byciu” — Fragment ustnych nauk udzielonych przez Tenzina Wangyala Rinpocze

[View Full Issue](#)



Podczas regularnej praktyki , zaczynamy powoli rozpoznawać własne ograniczenia. Możemy odnieść korzyść z próby zrozumienia tych ograniczeń, i pracowania nad nimi tak aby być od nich mniej zależnymi/uwarunkowanymi. Potem powoli możemy pracować nad całkowitym zerwaniem z nimi.

Na początku nasze ograniczenia będą na nas w dalszym ciągu wpływały, a my możemy pracować z nimi w ten sposób iż będą na nas wpływać w bardziej pozytywny sposób. Ostatecznie jednak będziemy chcieli wyjść poza własne słabości, bo w innym wypadku będą one nas dale warunkowały. Niezależnie czy efekty będą pozytywne czy negatywne, one zawsze będą wynikały z ograniczeń.

Prostym przykładem jest tu radość posiadania i radości bycia. Radość posiadania ma swoje granice - może to być radość z posiadania pieniędzy, rzeczy, związków, albo innych pozytywnych, zewnętrznych warunków. Albo coś masz albo tego nie masz. Kiedy masz , jesteś szczęśliwy. Kiedy jednak tego nie masz, jesteś zdecydowanie nieszczęśliwy. Jeżeli chodzi o radość bycia - nigdy nie możesz stracić twojego "bycia". Kiedy odkryjesz radość z przebywania

w naturalnym stanie, twoja radość, dobre samopoczucie już nie jest ograniczone do posiadania lub nie posiadania czegoś.

Dużo ludzi nawet nie czuje się szczęśliwymi kiedy już coś posiadają. Tak więc pierwszy krok polega na tym, że możesz spróbować znaleźć szczęście, które bazuje na rozpoznaniu, że już jesteś pobłogosławiony wieloma darami, talentami... Nie zawsze musisz patrzeć na to czego nie masz, możesz spojrzeć na to co już masz i nauczyć się być z tym szczęśliwym. Potem, stopniowo, możesz uczyć się nie być ograniczonym, warunkowanym przez to co już masz. Od czasu do czasu, poświęć chwilę aby wyobrazić sobie że wszystko to co posiadasz znikło w ciągu jednej sekundy.. W ciągu jednej sekundy, wszystko co posiadasz znika. I tak pewnego dnia, wszystko co masz nie będzie twoje. Dlatego, najlepiej nie być przywiązanym do rzeczy zaraz od początku... Tylko pomyślcie - to jest pewne, że to nie będzie twoje pewnego dnia. Kiedyś ktoś inny będzie się cieszył z twojej sypialni, to pewne. Kiedyś ktoś inny będzie urządzał twoją kuchnię, w którą ty włożyłeś tyle wysiłku, to jest pewne. Tak więc nie przywiązuj się do rzeczy, które tworzysz. Raczej doceniaj, ciesz się i żyj pełnią życia.

W tym miejscu trzeba zdać sobie sprawę, że możliwe jest aby przejść z miejsca uwarunkowanej radości do miejsca gdzie radość jest zawsze, w prostym doświadczaniu bycia. To jest rodzaj radości, którą ciężko stracić. Kiedy ta zamiana zaczyna zachodzić, wtedy zrywasz z pewnymi ograniczeniami. To się nazywa urzeczywistnieniem, prawda?