

**MAHĀMUDRĀ** (tyb. phyag-chen [ciakcien]) – metoda treningu filozoficznego i duchowego ukierunkowana na uzyskanie zrozumienia natury umysłu (świadomości), oparta na podstawowych ideach filozofii buddyjskiej nurtu mahāyāny.

M. tłumaczy się jako „wielki symbol”, „wielką pieczęć”. „Pieczęcią” jest pustka (sansk. śūnyatā), podstawowa zasada ontologiczna „odciskająca się” na wszystkich zjawiskach. Istnieją dwie główne odmiany m.: m. sūtr i m. tantr. M. sūtr to teoria i praktyka oparta na sūtrach prajñāpāramity, eksplikujących brak samobytu (sansk. svabhāva) i współzależność zjawisk oraz wykładających stopnie zrozumienia pustki. Teoria ta głosi nieautonomiczność podmiotu i przedmiotów. Podstawowymi metodami poznania i zrozumienia są uwaga i osiąganie jednopunktowej koncentracji, analiza pojęciowa zjawisk oraz skupienie na wyniku owej analizy – kontemplacja natury świadomości nieintencjonalnej.

Przedmiotem analizy pojęciowej jest najczęściej świadomość własnego „ja”. Analiza polega na próbie lokalizacji „ja” w pięciu grupach zjawisk psychofizycznych (sansk. skandha): w ciele fizycznym, w odczuciach, w postrzeżeniach, w zjawiskach wolitywnych, w świadomości intencjonalnej. Ciało okazuje się zbiorem części, z których każdą można w nieskończoność dzielić. Pozostałe 4 grupy rozpatrywane są również w aspekcie zmienności. Analiza ma doprowadzić do stwierdzenia, że nie można wskazać żadnego izolowanego, trwałego „ja”, a grupy powyższych zjawisk istnieją tylko nominalnie. Bez owych zjawisk poczucie „ja” nie ma racji bytu. Innymi słowy – „ja” nie istnieje w sposób realny, substancjalny, ale nie można orzec, że nie istnieje w ogóle. Jest bytem czysto nominalnym, konwencjonalnym, zmiennym i nietrwałym.

Drugim przedmiotem obserwacji i analizy jest umysł jako czysta zdolność myślenia, odczuwania itp. Analiza polega na próbie jego fizykalnego opisu (kolor, forma) oraz próbie uchwycenia jego momentów czasowych. Ta abstrakcyjna władza rozpatrywana jest jako niezależna od doświadczanych bądź niedoświadczanych treści, czyli tzw. umysł w ruchu i umysł bez ruchu, porównywany do fal i stojącej wody. Analiza ma doprowadzić do zrozumienia, że może pojawić się dowolna myśl, emocja czy wrażenie – możliwości umysłu są nieskończone, a on niezależny od treści doświadczenia i przez nie

niezakłócony. Adept ćwiczy się w mentalnym niepodążaniu za zmiennymi treściami świadomości oraz w ich niewartościowaniu, a także w kontemplacji zdolności odzwierciedlania zjawisk, bez utożsamiania się z doświadczeniami.

M. tantr lub vajrayāny to odmiana rozwijająca się zwł. w Tybecie w szkołach bka'-brgyud [kagjü] i dge-lugs [geluk]. Każda z tych szkół ma własny obszerny kanon komentarzy i podręczników m. Autorami najważniejszych z nich są Rang-'byung rDo-rje [rangdziung dordzie], czyli Karmapa III (1284–1339), *Phyag-chen smon-lam (The Third K. Mahamudra Prayer*, tłum. ang. R. Fuchs, It 2002); Blo-bzang Chos-kyi rGyal-msthan [lo(b)zang ciöki gielcen], czyli Pancien Lama I (1570–1662), *Phyag-chen rtsa-ba* (tłum. A. Berzin, w: *Gelug/Kagyü Tradition of M.*, It 1997); dBang-phyug rDo-rje [łangiuk dordzie], czyli Karmapa IX (1555-1603), *Phyag-chen ma-rig mun-sel* (tłum. A. Berzin, w: Wang-ch'ug Dor-je, *The M. Eliminating the Darkness of Ignorance*, Dharamsala 1978); tenże, *Nges-don rgya-mtsho 'i sring-po phrin-las 'od-'phro, M. (The Ocean of Definitive Meaning*, tłum. ang. E. M. Callahan, Nitartha 2001); oraz nietłumaczone Nor-bzang rGya-mtsho [nor-zang giaco], *bKa'-dge dgongs-pa gcig-sgrub-kyi phyag-rgya chen-po gsal-ba 'i sgron-ma*; Gung-thang dKon-mchog [gungthang könciok], *dGe-ldan phyag-chen khrid-kyi zin-bris* i A-khu Śes-rab [akhu sierab], *Bla-ma mchod-pa phyag-chen-dang sbrags-pa 'i khrid-kyi zin-bris srid-zi 'i gdung-sel bdud-rtsi 'i cu-rgyun*.

Celem m. jest uzyskanie takiego samego zrozumienia, jak w m. sūtr, jednak za pomocą innych metod. Opierając się na ćwiczeniach mistycznej fizjologii, adept ma wpięrw uzyskać specyficzny rodzaj świadomości zw. jasnym światłem (sansk. prabhāsvara) i wykorzystać go do niekonceptualnego zrozumienia sposobu istnienia bytu. Ostateczną zasadą ontologiczną okazuje się tu nie sama pustka, jak w m. sūtr, ale jedność pustki i jasnego światła opisywana w kategoriach błogości, klarowności lub braku konceptualizacji.

W tej m. wyróżnia się dwie perspektywy teoretyczne: odprzedmiotową, akcentującą przedmiot poznania, pustkę (w szkole dge-lugs); odpodmiotową, polegającą na skupieniu na jasnym świetle (w większości szkół nurtu bka'-brgyud).

M. tantr omawia się w kategoriach tzw. podstawy, ścieżki i owocu. Podstawa to natura rzeczywistości, bez początku czy kresu. W szkołach bka'-brgyud często jest utożsamiana ze świadomością i interpretowana w duchu

idealizmu metafizycznego: jest źródłem wszelkich zjawisk. Ścieżkę konstytuują 4 etapy uzyskania zrozumienia natury rzeczywistości: 1) jednoupunktowanie (tyb. rtse-gcig [ce-cik], ekwiwalent sanskr. śāmathy), służące uspokojeniu procesów myślowych po to, by w polu świadomości nie pojawiały się przypadkowe przedmioty; 2) brak konceptualizacji (tyb. spros-bral [czödzel]), osiągany na drodze analizy pojęciowej bądź tantrycznej kontemplacji, odpowiednik vipaśyany, celem jego jest zrozumienie nominalnego i nieautonomicznego charakteru wszelkiego bytu; 3) tzw. jeden smak (tyb. ro-gcig [rocik]), czyli doświadczenie braku dychotomii przedmiotowo-podmiotowej; 4) niemedytacja (tyb. sgom-med [gomme]), czyli pełna interioryzacja i stabilizacja powyższego wglądu. Owoc to uzyskanie pełnego zrozumienia podstawy – natury rzeczywistości, doświadczenie takżsamości wszystkich zjawisk, przejawiające się m.in. jako bezstronność.

Odmianą m. tantr jest m. esencji (tyb. sñing-po'i phyag-chen [ningpö ciakcien]), w której pożądaný typ świadomości, jasne światło, osiąga się nie za pomocą metod związanych z mistyczną fizjologią, lecz przez wprowadzenie świadomości w stan niekonceptualny, jak w tzw. starej szkole (tyb. rñing-ma). Ten rodzaj m. do szkoły śangs-pa bka'-brgyud [siangpa kagjü] wprowadził Khyung-po rnal-'byor [khjungpo neldzior] (978–1128 lub 990–1139), a do szkoły karma bka'-brgyud – Rang-byung rdo-rje [rangdziung dordzie] (1284–1339), uczeń Rig-'dzina Kumarāji, choć nurt ten – nieformalnie – obecny był w jego szkole wcześniej.

Przypisywanie wszystkiemu realnego, izolowanego istnienia, miast istnienia w relacji, prowadzi – wg buddyzmu – do cierpienia i jest przyczyną saôśāry. Celem doktryny m. jest wyzwalające zrozumienie sposobu istnienia umysłu (świadomości nieintencjonalnej) oraz sposobu istnienia wszelkich zjawisk.

Dalai Lama, *Méditation sur l'esprit* (tłum. A. Ansermet), P 1982; Chökyi Nyima, *The Union of M. and Dzogchen* (tłum. E. P. Kunsang), Kathmandu 1986, Hong Kong 1994<sup>3</sup>; Tsele Natsok Rangdröl, *Lamp of M.* (tłum. E. P. Kunsang), Kathmandu 1988, ND 2004; Kalou Rinpoche, *La voie du Bouddha selon la tradition tibétaine* (tłum., oprac. D. Teundroup), P 1993; O. Nydahl, *Das Grosse Siegel. Die M.-Sichtweise des Diamantweg-Buddhismus*, Sulzberg

1998 (*Wielka Pieczęć. Pogląd m. buddyzmu Diamentowej Drogi*, Gd 1999);  
Dakpo Tashi Namgyal, *Clarifying the Natural State. A Principal Guidance  
Manual for M.* (tłum. E. Pema Kunsang), Hong Kong 2001.

*Joanna Grela*