

## **Temat: Poznawcze i funkcjonalne aspekty medytacji w buddyzmie therawady**

Zagadnienie medytacji w buddyzmie therawady badam pod kątem celów poznawczych praktyk medytacyjnych oraz przypisywanych im funkcji etycznych i behawioralnych. Uwzględniam przy tym dwie perspektywy. Z jednej strony traktuję filozofię jako ćwiczenie duchowe, które dzięki kultywacji odpowiednich stanów mentalnych prowadzi do fundamentalnej zmiany w sposobie doświadczania życia. Z drugiej strony przyjmuję perspektywę historyka filozofii i skupiam się na hermeneutyce tekstów źródłowych, wspomagając się współczesną literaturą przedmiotu.

W swojej pracy bronię tezy, iż w buddyzmie therawady kluczowe jest rozróżnienie dwóch aspektów medytacji oraz przyznanie priorytetu medytacji rozumianej jako praktyka dhammy przez całe życie, która zakłada, że stany mentalne towarzyszące każdej sytuacji życiowej są umiejętnie kultywowane z chwili na chwilę. Na plan dalszy schodzi zatem tak zwana medytacja formalna polegająca na angażowaniu się w określoną co do czasu i miejsca praktykę, która zmierza do wzbudzenia odpowiednich stanów umysłu.

Drugie ustalenie, które czynię w dysertacji dotyczy charakteru doznań, uznawanych w tekstach źródłowych za pożądany rezultat praktyki duchowej. Wbrew obiegowej opinii na temat buddyjskiego ascetyzmu i pesymizmu, tradycja therawady kładzie nacisk na doznania radosne i duchową przyjemność. W swojej interpretacji skupiam się przede wszystkim na etycznym aspekcie tzw. niebiańskich uczuć (*brahma-vihara*): miłującej dobroci, współczuciu, współradości i zrównoważeniu. W akademickiej literaturze przedmiotu oraz w komentarzach niektórych nurtów therawady aspekty te są często marginalizowane. Analiza palijskich sutt zawarta w niniejszej dysertacji pozwoliła mi przypisać im centralną pozycję w praktyce medytacji.