

UMYSŁ JAK KROPLE PORANNEJ ROSY

Nauki współczesnego Mistrza Zen

Rosi Harada Shodo

Z japońskiego na angielski przełożyła Daichi – Priscilla Storandt

tekst dostępny w serwisie mahajana.net

Spis treści

Wstęp	2
Rosi Harada Shodo	3
Kropla wody Sogena	4
Całkowite spalanie	7
To bogactwo umysłu	12
Tylko ta chwila	19
Prawdziwe znaczenie	25
Droгоценny przyjaciel	30
Świecki buddyzm	34
Poza ego	36
Droga zazen	41

Wstęp

Roy Tribelhorn

W 1988 roku Rosi Harada Shodo opat Sogendzi, świątyni Zen Rinzai w Okajamie w Japonii, rozpoczął wydawanie informatora, *aby wejść w życie tych, którzy praktykowali i żyli w Sogendzi i powrócili następnie do swoich krajów i do swego codziennego życia*. Rozpoczął tę pracę mając nadzieję, że wesprze ona i zachęci czytelników do podtrzymania tego, co odkryli podczas pobytu w Sogendzi.

Pisma Harady Shodo powstawały od tego czasu regularnie. Wiedząc o różnicach w życiu i osobowości każdego człowieka, wiedząc, że są ludzie, którzy potrafią łatwo podtrzymać swoje doświadczenia ze świątyni i że są również tacy którym przychodzi to trudniej Rosi chce, aby jego artykuły zamieszczone w informatorach służyły za przekaz, za przypomnienie. Jego pragnieniem jest, aby jego uczniowie czytając od czasu do czasu te artykuły *usłyszeli ich treść i odczytali z nich jak żyć i praktykować będąc jednocześnie wewnątrz społeczeństwa*.

Na poniższych stronach po raz pierwszy udostępniono publicznie niektóre fragmenty tych informatorów. Są to nauki współczesnego mistrza Zen szkoły Rinzai, zawierające komentarze do aktualnych spraw i wydarzeń ukazując jak są one widziane z jego punktu widzenia. Refleksje te w przenikliwy sposób łączą sprawy dnia codziennego z naukami Buddy.

Pisma Mistrza Harady są zachwycające i wzruszające, a jednocześnie prowokujące do myślenia i inspirujące, zawsze zachęcając nas do odnalezienia naszego czystego i prawdziwego umysłu. Jest nadzieją Mistrza, że czytając jego przekaz odnajdziemy treści, które pomogą nam radzić sobie z trudnościami codziennego życia. Pragnie on również, aby pisma te *były pomocne w rozwoju praktyki jednocześnie będąc aktywnym w codziennym świecie*.

Czytaj te strony tak, aby przyswoić sobie istotę nauk Mistrza Harady. Czytaj je tak jakbyś był z Mistrzem i słuchał go, tak jakby mówił wprost do Ciebie. Otwórz się na całe bogactwo jego nauk, odczuj i doznaj ich ducha i czyniąc z nich część siebie wnieś je do swego codziennego życia.

Rosi Harada Shodo

Daichi – Priscilla Storandt

Harada Shodo jest mistrzem w Sogendzi, świątyni Zen w Okajamie w Japonii. Jest spadkobiercą Dharmy Rosiego Mumona Yamady z linii Inzan tradycji Rinzai Buddyzmu Zen. Zanim został opatem Sogendzi praktykował z Rosim Mumonem przez dwadzieścia lat w klasztorze Shofukudzi w Kobe.

Rosi Yamada Mumon (1900–1988) był jednym z wielkich mistrzów Rinzai dwudziestego wieku. Był znany ze swojej otwartości oraz z poważnego i rzetelnego nauczania zarówno ludzi świeckich jak i wyświęconych mnichów. Jego nauki skierowane były do wszystkich: mnichów, ludzi świeckich, mężczyzn i kobiet różnych narodowości jako prosty i bezpośredni przekaz Buddyzmu Mahajany. Nauczał, że wszystkie istoty od samego początku obdarzone są czystą, nieskalaną naturą, a jego posłanie brzmiało: zapomnij o swoim małym ego, wejrzyj bezpośrednio w swoją prawdziwą naturę i z tą czystością i mądrością oddaj wszystko dla wyzwolenia innych istot.

Rosi Harada kontynuował to dzieło z tą samą otwartością i energią, a Sogendzi jest bardzo wyrazistym tego owocem. Jest to klasztor, gdzie ludzie wyświęceni i świeccy, kobiety i mężczyźni różnych narodowości praktykują Zen Rinzai. Rosi Harada naucza w sposób szeroki i praktyczny, podkreślając rolę twórczej i kreatywnej obecności w każdej chwili na prawdziwej drodze, pobudzonej poprzez głębokie oddychanie (*sussokan*) i współczujący umysł, który pozwala nam na niej trwać.

We wrześniu 1893 roku Siaku Soen dał pierwszy oficjalny wykład Zen na Zachodzie w Światowym Parlamencie Religii w Chicago. Jako mnich Siaku Soen praktykował w Sogendzi i w tym samym klasztorze Rosi Harada kontynuuje zaczęte przez niego dzieło. Każdego roku Rosi Harada jeździ do Stanów Zjednoczonych, aby poprowadzić sesshin w Cloud Mountain Retreat Center w stanie Waszyngton i udzielać nauk na północnym zachodzie. Aby kontynuować praktykę powstało pod jego opieką wiele grup ludzi regularnie praktykujących zazen. Wiele osób odwiedziło Sogendzi, aby w klasztornym otoczeniu poznać istotę jego nauk. Rosi Harada w każdej minucie swojego życia i we wszystkim czym się zajmuje daje nam możliwość odnalezienia naszej prawdziwej natury, którą wszyscy posiadamy. To właśnie ofiarowuje wszystkim gdziekolwiek są.

Kropla wody Sogena

Styczeń 1988

W 1982 roku za namową mojego nauczyciela Yamady Mumona Rosi przyjechałem do Sogendzi, aby zostać opiekunem tej świątyni. Miałem nadzieję, że uczynię ją nawet nieco piękniejszą poprzez przywrócenie jej pierwotnej funkcji dodzio (klasztor Zen, miejsce oczyszczania własnej natury Buddy).

Poprzez te lata zdecydowanie starałem się realizować moje nadzieje. Mumon Rosi powiedział: „Ponieważ Sogendzi jest taka duża będziesz potrzebował dziesięciu ludzi, co najmniej dziesięciu ludzi potrzeba do zadbania o takie miejsce jak Sogendzi”. Tak jak przewidywał ok. 15-16 osób dba dziś o Sogendzi.

Świątynia Sogendzi, zlokalizowana w zachodniej Japonii w mieście Okajama, została zbudowana przez feudalnego władcę z rodu Ikeda, daimjo Bizen (Bizen to stara nazwa Prefektury Okajama). Około dwieście lat temu Taigen Gisan Zendzi przekształcił ją w Dodzio i ludzie z całej Japonii przyjeżdżali tu praktykować. Tradycja praktyki wypracowana w Sogendzi nazwana została Szkołą Bizen.

W Sogendzi nauczało i praktykowało wielu znanych nauczycieli. Byli to m.in.:

- Ekei Shuhen, założyciel klasztoru Mjosindzi;
- Ogino Dokuon, założyciel Siokokudzi;
- Imakita Kosen, który następnie wyjechał do Engakudzi w Kamakurze;
- Gisan Zenrai Zendzi, założyciel Dodzio Nansiudzi i opat Sogendzi;
- Tekisui Giboku, odnowiciel i późniejszy opat Dodzio Tenrjudzi.

Innym, dobrze znanym na Zachodzie mnichem, który praktykował w Sogendzi był Siaku Soen. Po praktyce w Sogendzi Siaku Soen został opatem Engakudzi w Kamakurze. Był pierwszym Japończykiem, który propagował Buddyizm na Zachodzie. Początkiem był Światowy Parlament Religii w Chicago w 1893 roku, gdzie wystąpił wraz ze swoim uczniem i tłumaczem D.T. Suzukim. Dr Suzuki był doskonale znanym autorem wielu buddyjskich książek po angielsku i tłumaczeń z japońskiego, którymi przyczynił się do wyjaśnienia podstaw Zen.

Innymi dobrze znanymi na zachodzie mnichami, którzy tu praktykowali byli Tekisui Giboku oraz Gisan Zenrai Zendzi, który przybył do Sogendzi z dalekiej, leżącej nad Morzem Japońskim północnej prefektury Fukui. Pochodził on z bardzo ubogiej, leżącej na końcu półwyspu, całkowicie izolowanej wioski, w której nie było nawet rzeki. Podróż do większej miejscowości była niemal niemożliwa i stąd nie było prawie żadnej wymiany z innymi miejscami. Ponieważ nie było tam rzeki, ludzie zbierali deszczówkę spływającą do dużych pojemników ustawionych pod rynnami na rogach budynków. Wody tej używali następnie do przyrządzania ryżu, zmywania naczyń, mycia podłóg, podlewania ogródków i hodowania warzyw. Cenna woda używana była wielokrotnie – to samo wiadro w koło i w koło.

W takim to otoczeniu dorastał Gisan Zenrai Zendzi stale myśląc jak bardzo chciałby praktykować. Owładnięty tą myślą pozostawał nieszczęśliwy, bo nie miał pieniędzy, aby praktykować Zen i otworzyć swój prawdziwy umysł a jedynym czego pragnął było przebudzenie. Pewnego dnia znalazł czyjeś porzucone słomiane sandały, włożył je i powędrował do Prefektury Okajama, aby praktykować w Sogendzi. Tu praktykował bardzo intensywnie, a później kontynuował przekaz Dharmy swego mistrza Taigen Gisana Zendzi, zostając jego następcą oraz opatem Sogendzi.

Pod jego opieką pozostawało zwykle ok. 70-100 mnichów przybyłych z całej Japonii w poszukiwaniu prawdziwego nauczyciela. Zbierali się oni i praktykowali żarliwie w tym samym *zendo* (sala medytacji), w którym uczniowie także dziś siedzą w medytacji. Było to oczywiście to samo miejsce, w którym siedział również Gisan Zenrai Zendzi poświęcając swoje życie najgłębszej praktyce.

Tekisui Giboku, późniejszy opat Sogendzi, jest znany na zachodzie z opowieści „Kropla Wody Sogena”. Według tej historii Gisan Zenrai Zendzi (nauczyciel Tekisui) miał właśnie wziąć kąpiel, nota bene w tej samej wannie, która jest używana do dziś, ale woda była zbyt gorąca. Zawołał więc swojego asystenta i nakazał mu przynieść wody ze studni przy tylnej bramie klasztoru. Mnich kilkakrotnie przynosił wodę, aż w końcu Gisan Zenrai Zendzi orzekł, że temperatura jest już odpowiednia. Uczeń wylał więc nieopodal resztę wody i postawił wiadro do góry dnem. Widząc to Gisan Zenrai Zendzi wrzasnął:

Głupcze, właśnie wylałeś resztkę wody na ziemię i odwróciłeś kubek – gdy to robiłeś pomyślałeś, że to tylko resztką wody i bezmyślnie ją wylałeś, czy nie tak? Dlaczego nie zastanowiłeś się nad tym wiedząc, że o tej porze roku nigdy nie ma dość deszczu. Dlaczego nie podlełeś drzewa albo kwiatów? Gdybyś podleł drzewo to woda ta stałaby się życiem tego drzewa, a gdybyś podleł kwiaty to byłyby ona życiem tych kwiatów. Dlaczego żałujesz takiego małego wysiłku?

Tymi ostrymi słowami zrugął ucznia, a kontynuując powiedział:

Nawet w najmniejszej kropli, nieważne jak małej, wielka wartość wody nie zmienia się ani trochę! Jeżeli nie rozumiesz wartości małej kropli wody to nieważne jak ciężko będziesz praktykował i tak nie tchniesz w tę praktykę życia.

Gisan Zenrai Zendzi, który zawsze żył dzięki kilku kroplom deszczówki, widząc jak marnowana jest cenna woda czuł z pewnością jakby jego życie było marnotrawione na jego oczach. Gdy przyjrzymy się tej sytuacji bliżej widać, że jego złość nie była bezsensowna: to jego energia życiowa, jego sposób życia był marnotrawiony na jego oczach.

Dla mnicha była to najbardziej poruszająca nauka, która przeniknęła go do głębi i wzbudziła w nim żywy oddźwięk. Zmienił imię na Tekisui, co oznacza „kropla wody” i kontynuował praktykę. Dlatego też był w stanie urzeczywistnić swoje najgłębsze oświecenie w słowach: „Kropla Wody Sogena”.

Później Tekisui powędrował z Sogendzi do Tenrjudzi, gdzie został opatem, wychował wielu uczniów i zrobił wiele dla rozwoju buddyźmu. Żył w czasach wielkich politycznych wstrząsów

w Japonii. Tenrjudzi była w samym środku tych zdarzeń i została doszczętnie spalona, gdy Tekisui był opatem. Poprzez takuhatsu (zbieranie datków), Tekisui zgromadził pieniądze, aby odbudować świątynię i przywrócić ją do życia.

W tych czasach buddyzm, który przez tak długi czas wspierał państwo japońskie, został odrzucony przez rząd. Został wciągnięty do politycznych rozgrywek do tego stopnia, że zagrożone było jego dalsze istnienie. Tekisui i jego uczniowie błagali Cesarza Meidzi, aby zezwolił na dalszą obecność buddyzmu w Japonii i nie pozwolił, by zniknęła podstawa całej kultury japońskiej. Dzięki ich wysiłkom wydano zgodę na dalsze praktykowanie buddyzmu.

W Sogendzi Tekisui zrozumiał wartość kropli wody i mimo, że używał tej nauki przez całe swoje siedemdziesięcio-czteroletnie życie nie straciła ona nic ze swej aktualności. Przekaz ten, na pierwszy rzut oka tak niepozorny, ma ogromne znaczenie, gdy towarzyszy mu czyjaś cała energia nakierowana na pomaganie wszystkim ludziom w społeczeństwie i wysiłki tych, którzy czują, że buddyzm jest tak potrzebny. Dla tych ludzi używał tej nauki, a jej znaczenie wyraził w swoim ostatnim wierszu:

Jedna kropla wody Sogena
Przez siedemdziesiąt cztery lata
W pełni wykorzystana, nigdy niewyczerpana
Przemierza niebios, ziemię
i wszystkie dziesięć kierunków.

Całkowite spalanie

Styczeń 1989

W ciągu ostatniego roku wielu praktykujących ludzi odwiedziło nas w Sogendzi i wyjechało. W tym samym roku musieliśmy także pożegnać naszego ukochanego nauczyciela, Rosiego Mumona, Tsusendo Rodaishi. Rosi Mumon, mój nauczyciel i ojciec duchowy Dodzio w Sogendzi, zmarł dwudziestego czwartego grudnia 1988 roku w wieku osiemdziesięciu ośmiu lat.

Gdy pomyślimy o nim w kontekście jego troski, współczucia i miłości, to fakt, że nigdy go już nie zobaczymy napełnia nas poczuciem osamotnienia i smutku, którym nie można zaprzeczyć. Nazywany Hakuinem epoki Showa, urodził się w 1900 roku w górskiej wiosce w centrum Japonii dwie godziny drogi od Nagoi. Już w młodym wieku był uważany za utalentowane dziecko. Gdy dorastał napisał wiele wierszy, a jego sposób myślenia wskazywał, że miał on niezwykle możliwości. Rodzice wiązali z nim duże nadzieje.

Aby spełnić te nadzieje pojechał do Tokio z zamiarem zostania prawnikiem, gdzie wstąpił do bardzo słynnej szkoły Waseda Junior High School. W trakcie studiów, ten młody człowiek, który zawsze myślał głęboko o wszystkim, pogрузił się w wątpliwościach, rozmyślając:

Prawnik powinien być osobą, która sprawiedliwie rozwiązuje problemy, ma właściwy punkt widzenia i naprawia trudne sprawy na tym świecie – to właśnie powinien robić prawnik. Spojrzawszy na to głębiej, idealnie byłoby żyć w świecie, w którym nie ma takich problemów. Ponieważ ten świat jest nieharmonijny i pozbawiony równowagi potrzebujemy prawników. Ideałem byłoby zbudować świat bez takich problemów. Czy powinniśmy godzić się na życie w tym na wpeł tylko spełnionym świecie skoro żyjemy tylko raz?

W ten sposób zaczął wątpić w swój życiowy cel jakim było zostanie prawnikiem. Zapytał co jest najważniejszym celem, najlepszą ścieżką w życiu, które przeżywamy tylko raz?

Zaczawszy wątpić, Rosi Mumon, porzucił swoje studia. Mógłby oczywiście całym sercem poświęcić się nauce, aby zostać prawnikiem ale zamiast tego poszukiwał ostatecznej ścieżki do prawdy.

Tak więc w tym czasie przeżywał wielkie dylematy jak przejść przez swoje życie. Wiedział, że aby zostać dobrym prawnikiem trzeba działać tak, aby nie przegrywać – ale czy nie powinno się raczej dążyć do świata bez walki, bez bitew – czy nie tak powinno się myśleć? Myślał w ten sposób podczas swoich studiów, podczas godzin spędzonych w sali lekcyjnej, a pod stołem czytał raczej buddyjski tekst Shinrana Shonina – *Tannisho* zamiast słuchać wykładowcy. Zawsze pytał: Co jest prawdą życia? Co jest prawdziwym celem? Zaabsorbowany swoimi myślami nie był w stanie przejść na następny rok studiów – nie był w stanie tak jak jego koledzy osiągać sukcesów w nauce, nie mógł rozwiązać swoich wątpliwości i dylematów. Jego umysł był stale zmacony i ciężki. Pomiedzy nauczycielami, których wielu odwiedził w Tokio był Ekai Kawaguchi – pierwszy Japończyk, który wjechał do Tybetu. Rosi Ekai Kawaguchi odwiedził Tybet nielegalnie pod przebraniem chińskiego mnicha. Zapoznał się tam z naukami Buddyzmu Mahajany, przywożąc to co nazywamy naukami bodhisattwy i czego stale nauczał. Spośród wielu nauk, które Rosi Mumon usłyszał, jedna zapadła mu szczególnie w pamięć:

Uczynienie całego świata prawdziwym byłoby tym samym co przykrycie go całego miękką skórą. Wyobraź sobie ile skóry byś potrzebował – ale za to jak łatwo chodziłoby się po świecie. Jest to oczywiście niemożliwe ale każdy może nosić buty z miękkiej skóry – a to tak samo jakby cały świat był nią pokryty.

Niemożliwe jest zbudowanie dachu, który przykryłby cały świat. Gdybyśmy mieli taki dach to nigdy byśmy nie zmokli, nawet gdyby padało. Ale gdybyśmy wszyscy rozłożyli parasole to byłoby tak samo jak gdyby wszędzie był ogromny dach. W ten sposób zaprowadzenie pokoju na całym świecie podczas jednego życia jest niemożliwe. Nieważne ile dziesiątków czy tysięcy lat byśmy czekali ten idealny świat nigdy nie nastanie.

Jednakże, jeżeli z głębi umysłu, umysłu bez skalań i iluzji, umysłu czystego i wolnego, jeżeli przebudzimy się do tego stanu, wtedy całe społeczeństwo stanie się społeczeństwem idealnym. Jeżeli każdy z nas zrealizuje w sobie ten idealny stan umysłu, naturę buddy w każdym z nas, wolną od iluzji to będzie tak jakby cały świat stał się spokojny. Jest to źródło pokoju na całym świecie.

Każdy z nas musi zrealizować naturę buddy, oświetlić ją wielkim blaskiem i wraz z nim przynieść to światło całemu społeczeństwu. Jeżeli każdy z nas po kolei odkrywałby w sobie naturę buddy, wtedy wypełniłaby ona całe społeczeństwa, docierając do każdego zakątka świata.

W ten sposób Rosi Kawaguchi Ekai nauczał ścieżki bodhisattwy, a Rosi Mumon był przekonany, że jest to także jego droga. Wyraził to w następujący sposób:

To jest ostateczny cel życia, to jest prawdziwa droga dla mnie.

Od czasu gdy odkrył swoją prawdziwą ścieżkę rozpoczął surowy trening w Dodzio Rosi Kawaguchi Ekai. Ponieważ Kawaguchi Ekai był bardzo poważnym mistrzem i obserwował pilnie swoich uczniów, życie w jego Dodzio było bardzo ciężkie. Nie jedzono tam mięsa ani żadnych posiłków po południu. To co jedzono przed południem miało bardzo małą wartość: gotowano owies i dodawano do niego *miso*. Warzywa jedzono tylko raz dziennie – rano.

Rosi Kawaguchi Ekai żył w ten sposób przez wiele lat, natomiast Rosi Mumon rozpoczął takie życie w szczycie swojego fizycznego dojrzewania i nie mogło to pozostać obojętne dla jego zdrowia. Już wcześniej był słabego zdrowia i po pewnym czasie zachorował na gruźlicę. Jego starszy brat miał również gruźlicę, jednakże kiedy zgłosili się do lekarzy w Nagoi ci orzekli, że starszemu chłopcu można jeszcze pomóc natomiast jest już za późno dla Rosi Mumona. Powiedzieli, że od tego czasu należy mu pozwolić robić to na co ma ochotę ponieważ i tak zostało mu niewiele życia. W ten sposób został pozostawiony przez lekarzy samemu sobie.

Od tej pory Rosi Mumon wiedząc, że zostało mu niewiele czasu, był zmuszony do życia w samotności. Brzmi to być może dziwnie, ale jego brat leżał w szpitalu i matka opiekowała się nim pozostawiając Rosi Mumona w odosobnionej części ich rodzinnego domu. Dziś w czasie gdy istnieją skuteczne leki przeciwgruźlicze trudno sobie wyobrazić, że w dawnych czasach ktoś kto zachorował był uznawany za śmiertelnie chorego ponieważ nie było żadnego leczenia.

Gruźlica jest silnie zakaźna, więc nikt nie chciał przebywać w pobliżu Rosiego Mumona. Kiedy przynoszono mu posiłki, stawiano je pod drzwiami i odchodzono. Przez bardzo długi czas żył samotnie w oddzielnej części domu, z dala od kogokolwiek. Rosi Mumon często powtarzał: „Gdy ktoś jest fizycznie chory jego umysł choruje również”. W tamtym czasie czuł, że każdy czeka tylko na jego śmierć „czuł, że jest czymś bezużytecznym, niepotrzebnym, nikt go nie chce”. Popadł w depresję myśląc: „Gdybym tylko nie przebywał w tym domu nie byłoby tu tej ciężkiej atmosfery. Każdy tylko czeka aż umrę i zniknę stąd”. Z takimi bolesnymi myślami żył codziennie. Pewnego dnia wśród bólu i cierpienia, kiedy poczuł się nieco lepiej otworzył drzwi pokoju, aby wpuścić trochę świeżego powietrza. W ogrodzie kwitły kwiaty nantem poruszane podmuchami wiatru. Obserwując je pomyślał o wietrze. Czym jest wiatr? To powietrze, powietrze, które się porusza. Porażony tą myślą poczuł jak gdyby został uderzony żelaznym prętem. Często opisywał to w ten sposób. Po raz pierwszy uświadomił sobie obecność wielkiej, przegromnej siły. Do tego czasu myślał tylko, że jest bezużyteczną istotą ludzką i że każdy tylko czeka na jego śmierć. Było to wszystko o czym mógł myśleć przebywając w świecie samotności. Wreszcie uświadomił sobie, że nie jest sam. Była tam wielka energia obejmująca go i żyjąca w nim. Nikt nie powiedziałaby, że to tylko wiatr albo powietrze. Uświadomił sobie, że zawsze otrzymywał oddech z tego powietrza, że to ono dawało mu życie. Zrozumiał, że to samo dotyczy słońca i wody i wszystkich rzeczy na niebie i ziemi. Otrzymywał wszystkie dobrodziejstwa nieba i ziemi z tej potężnej energii, która zawsze go przenikała. Nie był sam. Uświadomiwszy sobie, że ziemia i niebo wspierają go, dają mu życie i że nie jest sam, poczuł jak jego umysł staje się znowu prawdziwie jasny i czysty. W tym czasie napisał ten wiersz:

Wszystkie rzeczy są przeniknięte
Wśród wszechobecnego umysłu
Powiedział mi chłodny wiatr
Tego ranka

Wkrótce po tym zdarzeniu stara kobieta, która się nim opiekowała powiedziała mu, że powinien spróbować leczenia liśćmi śliwy „Jeżeli spotkasz się z duchownym, który leczy liśćmi śliwy zaraz poczujesz się lepiej” – powiedziała. „Liście śliwy?” – roześmiał się Rosi Mumon – „Być leczonym liśćmi śliwy – to śmieszne. Oczywiście ten duchowny to oszust. To niemożliwe”. Starsza kobieta odparła wtedy: „Tak, ale jeżeli wezmę cię tam to prawdopodobnie ten człowiek będzie na mnie zły”. To zainteresowało Rosiego Mumona. „Ten duchowny się złości?” – zapytał. A starsza kobieta odrzekła: „Tak, jeżeli przyprowadzę nowego pacjenta on powie – po co robisz takie niepotrzebne rzeczy?”. To bardzo zaciekało Mumona Rosi, który pomyślał: „Jeżeli ten duchowny byłby oszustem to cieszyłby się gdyby przychodziło jak najwięcej pacjentów. Coś tutaj pachnie mi prawdą – musi być w nim coś szczególnego”. I powiedział: „Proszę weź mnie do niego”. W ten sposób babcia zabrała go do duchownego z Kochi-in w Hamantsu na północ od jeziora Hama, niedaleko góry Fuji. Kiedy Rosi Mumon stanął przed nim, człowiek ów spojrzał na niego bardzo wnikliwie. Podniósł w górę trzy palce i rzekł: „To dla ciebie”. Rosi Mumon nie miał pojęcia o co chodziło, siedział więc cicho z niepewnym wyrazem twarzy. Człowiek uderzył go w głowę i rzekł: „Powiedz dziękuję! Mówię ci, że będziesz

wyleczony w ciągu trzech miesięcy. Mogę wyleczyć cię w trzy miesiące. Masz bardzo silne narządy. Ponieważ twoje narządy są takie silne zarazek gruźlicy dostał się do twojego gardła i dlatego masz obrzękniętą szyję. Gwarantuję ci, że będziesz zdrowy w ciągu trzech miesięcy”.

Kiedy Rosi Mumon pierwszy raz pojawił się w Konchi-in nie był w stanie nawet podnieść miotły żeby pozamiatać ogród. W pierwszym dniu otrzymał dzienną porcję liści śliwy i pod koniec trzeciego miesiąca zamiatał: najpierw jeden metr, potem następny, potem trzy metry, potem jeszcze dalej i jeszcze, aż w końcu mógł pozamiatać cały ogród bez męczenia się i utraty tchu. Tak jak to powiedział ów duchowny po trzech miesiącach był całkowicie zdrowy. Wiedząc, że jeżeli wróci do Rosi Ekai Kawaguchi powtórzy się to samo wstąpił do Hanazono (Buddyjskiego) College w Kyoto. Od tego czasu praktykował jako mnich w klasztorach Mjoshindzi i Tenrjudzi do 50 roku życia. Jego nauczycielem był Seisetso Genjo Zendzi. Ukończył praktykę z Seisetsu Genjo Zendzi i kiedy skończył 51 lat został opatem Reiunin w obrebie Mjoshindzi, a następnie głównym nauczycielem w klasztorze Shofukudzi w Kobe. Odtąd wychowywał mnichów – 200 lub 300 uczniów. Został następnie opatem Mjoshindzi. Wiele wówczas podróżował, nie tylko w Japonii, ale również za granicą będąc głównym motorem Wschodnio-Zachodniej Wymiany Duchowej pomiędzy katolicyzmem, a buddyzmem. Przejęty był duchowym bólem tych krajów gdzie działania wojenne Japonii pozostawiły trwałe smutek – jeździł tam i recytował sutry za zmarłych. Wychowywał mnichów we Francji i we Włoszech. Podróżował także do Ameryki i Meksyku swoją fizyczną formą pokazując drogę Zen, rozwijając ją i doprowadzając swój własny trening do ostatecznej ekspresji.

Rosi Mumon opublikował również ogromną ilość książek. Był przewodniczącym Hanazono College i kierował Institute for Zen Studies. Podejmował wielkie wysiłki na polu różnych działalności do wieku 88 lat kiedy to naturalnie zgasł, tak jak to powiedział Budda: „Uwalniając kogo mógł, a tym którzy nie byli dotąd uwolnieni pozostawiając po sobie karmę w celu urzeczywistnienia oświecenia”. Pozostawił po sobie uczniów, którzy podjęli jego dzieło. Do 10 grudnia ubiegłego roku Rosi Mumon był pełen życiowej ki, która malała po trochu. W końcu 24 grudnia w obecności dwóch uczniów Rosi Taitso i Rosi Shunan wydał głośnie tchnienie i odszedł. Jego twarz w obliczu śmierci była piękna i spokojna. Nad jego poduszką widniały słowa: „Umysł dharmy jest bez śmierci”. Ja widziałem go 19 grudnia i okazało się, że był to ostatni raz kiedy mogłem złożyć mu wizytę. Tydzień przed śmiercią Rosi Mumon usiadł i kazał swoim uczniom przynieść atrament i papier i napisał słowa, które miały zamknąć jego życie:

Aby wyzwolić wszystkie istoty
Na koniec nie ma już nic do powiedzenia
żadnych słów, żadnej formy
Tylko porzucenie wszystkiego
Przez niebo i przez ziemię

Aby wyzwolić wszystkie istoty, dla tego celu ten Mumon Rosi, którego pozostawili lekarze, który od tego czasu nie wziął kropli żadnego lekarstwa, przez 50 lat żył całkowicie w jedności z naturą, poświęcając całą swoją energię życiową na kształcenie uczniów i nauczanie ścieżki wielu ludzi, pomagając im w ich rozczarowaniach, dylematach i problemach. Nie sposób sobie

wyobrazić ile ludzi wyzwolił. Ci z nas, którzy żyli w pobliżu Mumona Rosi wiedzą, że było to dokładnie jego życie. Co rano wstawał o 4 rano z mnichami. Wieczorami pracował do 11 odpowiadając na listy, przygotowując się do wykładów i pisząc różne rzeczy, o które go proszono. W ten sposób pracował codziennie. Czasem 2 lub 3 razy dziennie dawał nauki dharmy oraz wykłady i nauki dla wszystkich mnichów. Nieważne jak było zimno – zawsze bosy, nieważne jak ciężko i boleśnie – zawsze z mnichami. Wszystko to czynił dla swoich uczniów i dla społeczeństwa. Temu poświęcał 100 a nawet 120 procent swojej energii. Używał całego swojego fizycznego ciała, cały płonął – nigdy nie myśląc o swoich przyjemnościach. Wszystko to oczywiście sprawiało mu wielką radość. Był to prawdziwy świat Mumona Rosi. Nigdy nie poświęcił on minuty swoim pragnieniom lub pożądaniom. To było jego życie. Całkowite spalanie. Z ciałem mocno dotkniętym przez chorobę przeżył 88 lat. Nie pozostało nic do powiedzenia. Wszystko co było do powiedzenia zostało powiedziane, co było do nauczenia zostało nauczone, co miało pozostać wskazówką było ukończone. Żadnych słów, żadnej formy. Pomimo, że ciało Mumona Rosi zniknęło, jego prawdziwe życie, które wypełniało niebiosa i ziemię jest kontynuowane. W każdym kto idzie ścieżką prawdy, w każdym budzącym się do swej natury buddy, w każdym odkrywającym swe prawdziwe korzenie – w każdym jest wielka energia Mumona Rosi. Jest wszędzie w niebie i na ziemi, daje życie prawdziwej naturze buddy, pozwala przełamać ograniczenia fizycznego ciała, swobodnie przechodząc we wszystkich kierunkach tak jak to mówił Mumon Rosi: „Jestem teraz tu. Tu jestem teraz”. Natura buddy przenikająca nieba i ziemię jest nieskończona, bez śmierci. Buddhadharma jest jedyną ekspresją prawdy na całym wszechświecie. Każdy kto staje się jednością z wszechświatem, żyjąc nim całkowicie dozna w swym ciele ciała całego wszechświata. Wszechświat nigdy nie zniknie, podobnie nigdy nie znikną ci, których umysł jest z nim jednością, nawet jeżeli zniknie ziemia i planety, prawda wszechświata sama w sobie będzie trwała wiecznie. Atomy grupują się, łączą, rozpadają i zmieniają zgodnie z prawem karmy ale natura wszechświata nigdy nie odchodzi. Oparcie nigdy nie znika. Życie prawdziwie umysłem wszechświata to życie umysłem Buddy. Jest to praktyka drogi Buddy.

Każdy z nas jest inny, unikalny ale nasze korzenie sięgają głęboko w naturę wszechrzeczy. To jest oświecenie Buddy i wszystko co tam jest to droga Buddy. Umysł Buddy, dharmy jest nieskończony. Doznać oczu dharmy jest celem każdego praktykującego. To właśnie musimy naprawdę realizować poprzez kensho Po to praktykujemy zazen. Każdy wraz z Mumonem Rosi niech żyje w ten sposób, oddycha w ten sposób i w twardej i silnej postawie zazen, w twardym i silnym oddechu niech rozwija swą naturę z uwagą i wytrwałością.

To bogactwo umysłu

Styczeń 1990

Pożegnaliśmy rok 1989. Witamy rok 1990 – początek ostatniego dziesięciolecia tego wieku. Każdy z was na swój sposób wita ten rok. Szczęśliwego Nowego Roku!

Ci z was, którzy byli w Sogendzi w czasie nowego roku wiedzą dobrze co robimy. W nocy 31 grudnia od wpół do dwunastej zaczyna rozbrzmiewać dzwon noworoczny. Z miasta przychodzi wielu ludzi i ustawia się w kolejce, aby jeden po drugim oddzwonić 108 pożądań co pozwoli im zrealizować swoje ślubowania w nowym roku. Wszyscy, którzy radośnie zadzwonili 108 razy opuszczają Sogendzi, aby po raz pierwszy w nowym roku odwiedzić swoją świątynię szinto i Sogendzi znowu powraca do spokoju i ciszy.

O świcie w przenikliwym zimnie osoba, która prowadzi śpiewy sutr dzwoni na pobudkę i od tej chwili rozpoczyna się nowy rok. Od czwartej słychać uderzenia w *taiko* (bęben) i z zendo jeden za drugim wychodzą mnisi i przechodzą do hondo. W tym czasie opat stoi na środku hondo trzymając kij, którym rysuje w powietrzu wielkie koło. Stojąc twarzą w kierunku portretu Bodhidharmy i innych patriarchów ofiarowuje wiersz, w którym wyraża swoje myśli, ślubowania i życzenia na nowy rok. Następnie każdy wykonuje pokłony przed posągiem Bodhidharmy i wszyscy ślubujemy włożyć energię w ten nowy rok treningu, odnowić wysiłki w swojej indywidualnej praktyce i także pomagać sobie nawzajem. Siadamy i pijemy wspólnie herbatę, po czym mamy pierwsze w nowym roku śpiewy sutr.

To Dodzio zen służy urzeczywistnianiu tej natury buddy, która jest bez narodzin i śmierci. W tym celu praktykujemy tutaj.

Głęboko w górach
żadnego kalendarza
Nawet kiedy najzimniejsza pora roku przemija
żadnej świadomości nowego roku.

Chociaż najzimniejsza pora roku dobiegła końca, nikt nie mówi, że jest rok ten czy tamten. Dla tych, którzy trenują zen czy też głęboko w górach, we wszechświecie, w ogromnym, rozległym świecie nie ma kalendarza.

1989 czy 1990 to są daty stworzone przez ludzi. Dla wszechświata to bez znaczenia czy nazwiemy to 1989 czy 1990. Nie ma tam takich znaków. Kiedy przychodzi wiosna, to całkowicie jest wiosna. Kiedy przychodzi lato, wtedy po prostu jest lato. Kiedy przychodzi jesień, jest ona tutaj. Kiedy przychodzi zima, jest czas na zimę. W każdej chwili świat jest taki jaki jest, jest prawdą. Widzimy to jasno i bezpośrednio. To jest świat zen. Nie ma takiej rzeczy jak miara czasu. Mamy ścieżkę zen, aby urzeczywistnić jasno świat w którym nie ma czasu. Świat poza czasem, gdzie istnieje prawdziwa natura ludzkich istot, substancja wszechświata. Na tej ścieżce używamy jednocześnie naszego czasu bardzo uważnie. Bierzemy pod uwagę pory roku. Życie, które pojawia się jedynie w określonej porze roku traktujemy z troską. Nasza prawdziwa natura wewnątrz tego, w tym nie ma czasu ani przestrzeni, wszechświat taki jakim jest. To jest podstawa naszej istoty.

Podczas, gdy każdy z nas pochodzi z tego, istnieje również rzeczywistość w której żyjemy. Świat wkoło nas, społeczeństwo, ziemia na której żyjemy, ciało przez które jesteśmy ograniczeni. Posiadamy wszystkie te rzeczywistości, które musimy ze sobą nosić, przeżywać nasze życie z nimi. Nie możemy zignorować ciała, społeczeństwa, świata. Ignorując te rzeczy, nie ma zen.

Społeczeństwo, ciało, ta jaźń bez sprzeczności, a jednocześnie nadal żyjemy wewnątrz tej sprzeczności. Jak to rozwiążemy? Nie poprzez chowanie się i ukrywanie tej sprzeczności, nie poprzez zwodzenie siebie samych czy patrzenie w drugą stronę, ale rozumiejąc ją jasno i wykraczając poza nią – o tym jest i temu właśnie służy świat zen.

Oficjalny wiersz noworoczny

Przywódcy wszystkich krajów na wschodzie i zachodzie
mówią we wszystkich kierunkach o pokoju.

W końcu ta nie dualistyczna brama jest całkowicie otwarta
i wszyscy ludzie mogą zrealizować swoją prawdziwą naturę.

Z tym nowym rokiem oby nasze własne głębokie postanowienie
pogłębiało się i stawało się silniejsze.

W tym nowym roku jest tyle walk i było tyle walk w roku ubiegłym. To był rok pełen zmian. W Chinach, Polsce i innych krajach bloku wschodniego ruchy społeczne stały się aktywne. Ruchy społeczne uwolniły niektóre kraje spod długiego panowania Rosji. Upadł mur berliński tworząc w końcu ścieżkę do pokoju w tym strzeżonym miejscu. Jednakże przechodząc przez te walki tak wielu ludzi straciło swoje życie.

Nastał w końcu czas kiedy świat może zacząć stawać się jednym. To jest kierunek w którym rzeczy zmiernają i otwierają się, ale czy to może przynieść rzeczywisty pokój. Czy to jest to co niesie przyszłość? Czy będziemy w stanie odnaleźć ludzką wolność? Czy wolność i wyzwolenie można odnaleźć w ten sposób? Czy można ją urzeczywistnić poprzez te wszystkie rzeczy? Nawet jeśli ta widoczna ściana pomiędzy wschodnim i zachodnim Berlinem została zburzona, to dokąd nas to zaprowadzi? Najwyraźniej została ona rozebrana i nie ma jej już dłużej, ale kto ją stworzył? Po pierwsze kto ją tam postawił? Nie był to Bóg. Ta ściana została zrobiona przez ludzi. Nasze ludzkie tarcia i ograniczenia stworzyły tę ścianę.

Prawdziwa ściana, trudniejsza do zburzenia to ściana ego w każdym z nas. Nie ma nic bardziej nierealnego, ale zarazem trudnego do zajmowania się jak ta ściana. Tak naprawdę mur berliński, jak i żelazna kurtyna zostały wzniesione przez ten umysł w każdym z nas. Tak to trzeba powiedzieć. Jeśli widzimy to w ten sposób, prawdziwy pokój musi przyjść poprzez zburzenie tej ściany ego w naszym umyśle. Jedynie wtedy kiedy ta ściana została zburzona, prawdziwe ludzkie wyzwolenie może być osiągnięte. Tylko wtedy prawdziwy mistrz w każdym z nas może być urzeczywistniony.

Nie ma nigdy chwili, kiedy moglibyśmy przestać modlić się o szeroki umysł. W tej przestronności umysłu nasza kultura jest urzeczywistniana w najgłębszy sposób. W tych czasach kultura stoi na najwyższym poziomie. Pomimo tego, że ślubowaliśmy odnaleźć to co najlepsze w człowieku, co jest najszcześniejszą sytuacją od czasów ciemności średniowiecza, poprzez

odrodzenie, aż do czasów współczesnych, od tego czasu jedynie technika rozwinęła się całkowicie. Musimy się zapytać czy jest to najszcześniejsza sytuacja dla ludzi czy też nie.

Mamy niezwykle utalentowanych naukowców robiących różnego rodzaju odkrycia w świecie fizycznym. Ale co z prawdziwą esencją ludzkiej natury w tych materialnych, fizycznych odkryciach? Jaki to ma wpływ na tę esencję? Chociaż mur pomiędzy wschodnim i zachodnim Berlinem został rozebrany, ludzie nie zrobili w ogóle żadnego postępu. W naszych umysłach nie ma jeszcze prawdziwego pokoju. Zawsze narzekamy, niezadowoleni, pełni rzeczy, które nam nie odpowiadają. Nadal się one pojawiają, cały czas niezadowolenie, coś z czym współczesna edukacja nie może sobie poradzić i co przyjmuje formę narkomani, która pojawia się nawet w szkołach podstawowych. A także problem rozwodów. Zawsze, kiedy bierzemy gazetę, czytamy o tych rzeczach – świat ciemności, na który każdy jest podatny. To jest ciemne i niewygodne miejsce dla nas wszystkich, głęboko w naszych umysłach. Zanieczyszczona miejsca, które mogłyby być spokojne.

W tym roku obchodzimy czterechsetną rocznicę śmierci Sen No Rikiu. Jest on sławnym, całkowicie urzeczywistnionym mistrzem ceremonii herbacianej. Nie ograniczając się do świata herbaty, wpłynął również na wiele innych światów.

Od piętnastego roku życia praktykował sanzen, co miało wpływ na jego całe życie. Pozwoliło mu to uczyć innych prawdziwej ludzkiej wolności. Swoim celem życia, nawet dziś wpływa na rozważania czym jest prawdziwa kultura i czym jest prawdziwa droga ludzkości. Jego życie nadal do nas przemawia i jego ścieżka nas uczy.

Nie podjął on drogi wyświęconego mnicha. Żył pośród społeczeństwa, pośród politycznych walk i problemów ekonomicznych, w samym środku społeczeństwa i ludzi. W czasie swojego doświadczenia głębi zen, zrozumiał czym jest prawda. Znał zarówno prawdziwy zen ludzkiej wartości i prawdziwe estetyczne wyżyny kultury. Przez całe swoje życie kontynuował urzeczywistnianie i życie ze swego najczystszej umysłu. Urzeczywistniając swoją najgłębszą prawdę i docierając do ludzi we wszystkich częściach społeczeństwa ze swoimi naukami i istnieniem, będąc całkowicie zaangażowanym, pozostawał zupełnie nieporuszony przez swoje polityczne zaangażowanie. Trzymał się swojej prawdy w sposób nieprzejednany. Ta kultura, którą oczyścił dogłębnie, pogłębiał i pracował nad nią tak dalece, jak to było możliwe. Nawet dziś rzeczy, których nauczał wspomagają umysły rozumiejące głębię japońskiej kultury, na której rozwój i udoskonalanie tak wpłynął.

Nie tylko w oczekiwaniu na kwitnienie kwiatów
w górskim domu pierwsza kiełkująca zieleń pokazuje nam wiosnę.

To jest wiersz, który Rikiu pożyczył, aby wyrazić prawdziwy, głęboki umysł osoby, która całkowicie urzeczywistniła ścieżkę ceremonii herbacianej. Te wiosenne kwiaty pokrywające wszystko wkoło, ktokolwiek to widzi czuje radość na ten widok i dobry los jaki to nam przynosi. Można łatwo poczuć tę energię życia, wielką energię czystej natury w działaniu. Ale prawdziwego smaku życia, prawdziwej cudowności życia nie można znaleźć w tej wiosennej wspaniałej pełni piękna kwiatów. Ona jest ukazana na ukrytej górze głęboko pod śniegiem. Pod tym śniegiem mała cząstka życia ukazuje swoją twarz, jasno zielony liść. W tym miejscu prawdziwe

życie, prawda życia, może być odkryta. W następującym wierszu zostało wyrażone rozumienie najgłębszej prawdy:

Kiedy w krajobrazie nie ma żadnego wiosennego kwiatu,
żadnej jesiennej barwy,
na brzegu słomiana chata
stojąca na przeciwko złotego zachodu słońca.

To miejsce znajduje się tam, gdzie nie ma kwiatów, liści, ani żadnego śladu koloru. To jest wieczorna pora w okolicy Banshu nad oceanem, gdzie nie ma śladu żadnej osoby, żadnego koloru ani odrobiny życia. W tym miejscu możemy zobaczyć wzburzony ocean, poczuć chłodny wiatr i znaleźć jedną samotną chatę rybacką. To miejsce jest cichym, głębokim stanem umysłu, bez żadnego dyskursywnego myślenia, bez gorączkowego ludzkiego intelektualizowania. Wszystko zostało całkowicie oczyszczone. Nie ma tam nawet pojedynczego zielonego liścia, ani kolorowego jesiennozielonego liścia, ani jednego jasnego jesiennozielonego koloru, żadnego liścia pozostałego na gałęzi. Ta całkowita nagość do samej podstawy korzenia. Wszystko zostało odłożone na bok i jedyne co zostało to ten chłód z nieba.

W ten sposób odkrywamy samo życie, które stworzyło to drzewo. Zanim pojawiło się jakiegokolwiek rozróżnianie czy intelektualizacja, przed twarzami naszego ojca i matki, sprzed uwarunkowania w którym utkwiliśmy. To jest prawdziwy źródłowy punkt wszelkiego życia. Musimy czyścić nasze korzenie aż zagłębimy się i znajdziemy to miejsce, w tej wielkiej śmierci, prawdziwym doświadczaniu korzenia. Biorąc to doświadczenie i żyjąc w jego prawdziwości, żyjąc w społeczeństwie w prawdziwości, w ten sposób trzeba rozumieć świat zen.

Odkrycie Buddy było odkryciem jakości ludzkiego istnienia, które nie jest ograniczone do jednej osoby, jednego miejsca czy jednego czasu. Nie jest ono ograniczone granicami państwowymi, czyimiś sposobami myślenia, jakąś określoną ideą czy kulturą. Jest poza tymi wszystkimi ograniczeniami, czasami, wszelkimi przywiązaniami do formy, wpływające z najgłębszego korzenia i rozprzestrzeniające się poprzez wszystkich ludzi bez względu na czas i miejsce. Nic łącząca każdego to jest to o czym mówił Budda.

Korzeń każdej pojedynczej osoby powraca do tego samego miejsca, cała życiowa energia, wpływa z tego miejsca. Możliwość odkrywania i wymyślenia nowych rzeczy może się wydawać tym o co chodzi w nowej kulturze, ale tak nie jest. Prawdziwym odkryciem jest bycie w stanie zrozumieć jasno i bezpośrednio świat swojego życia i z tego świata pochodzi nowa twórczość.

Jeśli w kulturze chodziłoby jedynie o tworzenie i odkrywanie nowych rzeczy to mielibyśmy wkoło ich coraz więcej. Z powodu naszego pożądanego i chciwości rzeczy są odkrywane i produkowane przez cały czas. To nie jest prawdziwa kultura. Czy dla ludzi którzy przyjdą po nas będziemy jedynie pokoleniem, które stworzyło tyle śmieci i niepotrzebnych rzeczy? Musimy dobrze to przemyśleć.

Ludzkie życie trwa siedemdziesiąt lat
Otoczone niebezpieczeństwami o których człowiek rzadko mówi.
Witaj drogocenne ostrze,
zabijające jednocześnie wszystkich Buddów.
Teraz miecz,
Który dotąd nosiłem przypasany przy mym boku
dobywam i wymachując nim
ciskam go w kierunku nieba.

Te wiersze zostały napisane przez Rikiu pod koniec jego życia. Stworzył je kończąc siedemdziesiąty rok życia. Patrząc wstecz na swoje siedemdziesiąt lat, wydają się one mieć znaczenie, a potem znów nie mają go w ogóle. Jeśli ludzie by go krytykowali wtedy łatwo by się poddał krytyce. Ale on żył w swojej prawdzie i nie było nic poza tym w jego życiu. Te siedemdziesiąt lat prawdy, co zdecydowało o tej prawdzie?

Teraz miecz,
który dotąd nosiłem przypasany przy mym boku

W swoim najgłębszym umyśle, poza dobrem i złem, poza zyskiem i stratą, poza wszelkimi ludzkimi rozróżnieniami i intelektualizacjami, poza wiedzą, rozwinął on coś poza tym wszystkim. Z tego miejsca, które żadne z tych rzeczy nie sięga, ta najgłębsza część prawdziwego ludzkiego umysłu. Jeśli otworzymy oczy z tego miejsca, najdalszego i najgłębszego w naszym umyśle, nie ma tam Buddy któremu można być wdzięcznym, ani patriarchy, którego można by rozpoznać. Jeśli przez całe życie oko jest otwarte z tego punktu źródłowego, to żyjemy podług tego co jest widziane przez to prawdziwe oko. W ten sposób żył Rikiu przez siedemdziesiąt lat z tą jedną prawdą.

dobywam i wymachując nim
ciskam go w kierunku nieba.

Nasze codzienne życie nie jest czymś co jest piękne czy cudowne. Nawet próba życia w sposób, który jest właściwy, prawdziwy i piękny jest czymś bardzo, bardzo trudnym. Ono nie układa się w sposób jaki byśmy chcieli i życzyli sobie. Podczas codziennego życia naturalnie widzimy, że zbieramy dużo nieczystości i splamień. Naturalnie tworzymy rzeczy, które powodują, że zbaczymy ze ścieżki prawdy. Chcemy oczywiście, aby było nam wygodnie i ten umysł który chce wygodę pojawia się. Chcemy, aby nas ktoś kochał i chcemy, aby ludzie kochali tylko nas. Kiedy uzmysławiamy sobie, że nosimy wkoło wiele bagażu i z tego powodu nie możemy pójść ani w lewo ani w prawo, na wschód czy zachód, widzimy, że nasz umysł jest przeładowany i pomieszany. Jeśli zostawimy go w tym stanie to brzemień będzie jedynie zwiększać się i być coraz cięższe.

W celu uczynienia źródłowego punktu wszystkich ludzi jasnym i czystym, musimy przeciąć te zbyteczne i złudne myśli i te zbędne przywiązania. Te myśli muszą być odcinane, odcinane,

odcinane, wyrzucane, wyrzucane, wyrzucane. Robiąc to możemy odciąć te zbyteczne przywiązania i próbując w ten sposób uzmysławiamy sobie, że potrzebujemy miecza, który może to zrobić. Ten miecz to nie miecz, który przecina osobę fizycznie, ale wewnętrzny miecz odcinający rozróżnienia. Ten miecz to jest to o czym jest zazen, jak również sossokan i świat koanów.

Dopóki nie urzeczywistnimy tego punktu źródłowego naszego życia jako ludzie, musimy kontynuować odcinanie i wyrzucanie tych zbędnych myśli, wszelkich złudzeń i przywiązań. Wszelkich zbędnych wymysłów i wynalazków w nas jak i na zewnątrz nas. Musimy ogolić te zbędne rzeczy i pozbyć się ich. Robiąc to, każdy zobaczy, że wewnątrz swoich własnych umysłów, te korzenie zostały oczyszczone do czysta i jasno odkryty prawdziwy umysł. Tak jak wyraził to Rikiu.

Kiedy w krajobrazie nie ma żadnego wiosennego kwiatu,
żadnej jesiennej barwy,
na brzegu słomiana chata
stojąca na przeciwko złotego zachodu słońca.

Jest to miejsce bez żadnego ruchu, miejsce spokoju. Jest to najgłębsze miejsce w naszym umyśle. Z tego miejsca nasze oczy mogą patrzeć w sposób jasny i niewinny. Z tego miejsca nasze uszy są szeroko otwarte, słysząc każdą rzecz bezpośrednio, kiedy się pojawia. W naszym umyśle nie ma nic na czym można by utknąć, czy być przez coś złapanym. Jesteśmy w stanie zrozumieć jasno i całkowicie umysły innych ludzi, takie jakimi są. To tam prowadzi nas ten stan umysłu.

Ścieżka herbaty, która rozwinął Rikiu nie zawiera wielkich i bogatych ogrodów, ale mały ogród jedynie z niezbędnymi rzeczami. Ten ogród jest dobrze zamieciony i odchwaszczony, oczyszczony, sprzątnięty i rozjaśniony, jak nasze umysły kiedy wszystkie zbędne rzeczy zostały zabrane. Przed naszymi oczyma jest tylko to co konieczne, tylko to co jest do zrobienia i zajmujemy się tym wszystkim w sposób bardzo uważny. To jest ogród herbaciany, po prostu takim jaki jest.

Rikiu pozostawił nam słowa mówiące o tym, że nie potrzebujemy luksusowych domów. Jeśli nie pada do środka i nie jest zimno to wystarczy, nic luksusowego, żadnych trzypiętrowych budowli. Jeśli jedzenie, które jemy podtrzymuje nasze ciała, to także wystarczy. Poza tym możemy oddać całą naszą energię jaką mamy społeczeństwu – nie ma potrzeby czepiania się czegokolwiek. Potrzebujemy jedynie zharmonizować te podstawowe potrzeby w naszym życiu, a resztę oddać ludziom. Nie ma potrzeby dążyć do materialnego bogactwa, ale zamiast tego zdać sobie sprawę z bogactwa umysłu. W tym jest prawdziwy i głęboki umysł zen.

Rikiu przywrócił herbatę z sformalizowanego miejsca, do miejsca cichego, pokornego, gdzie nie ma zupełnie nic zbędnego. W tym miejscu radość herbaty nie zależy od rzeczy, ale od bogactwa umysłu w jego najszerszym i najwyższym wymiarze. To był świat, który był w stanie całkowicie urzeczywistnić i nauczać o nim.

W dzisiejszych czasach toniemy w niepotrzebnych, zbytkownych rzeczach. Jest to problem współczesnego ludzkiego życia. Zamiast dążyć do materialnego luksusu, musimy wewnątrz nas samych urzeczywistnić prawdziwy umysł, nasze korzenie i idąc w ten sposób prawdziwą drogą

umysłu, żyć we właściwy sposób – sposób czystego umysłu. Z tego miejsca nasze codzienne życie rozwinie się naturalnie, biorąc wszystko co mamy i oddając społeczeństwu, nasze ciało i duszę, całą naszą energię. Bardziej niż kiedykolwiek, to jest to czego obecne pokolenie potrzebuje. To jest sposób w jaki musi to być wyrażone. Podejmując to ślubowanie, postanowieniem na nowy rok jest także przynieść to wszystko społeczeństwu.

Tylko ta chwila

Kwiecień 1990

W Japonii – kraju buddyjskim, 8 kwietnia, w dzień urodzin Buddy, ustawiana jest na środku hondo czy też sali dharmy figurka dziecka Buddy i święto to jest obchodzone poprzez polewanie głowy tej figurki *amacią* czyli słodką herbatą przy pomocy małej chochelki. Ceremonia ta przypomina chrześcijański chrzest.

Ważnymi dniami w życiu Buddy były: 8 kwietnia, kiedy to obchodzi się jego urodziny, 8 grudnia, kiedy po sześciu latach srogiego, ascetycznego treningu był w stanie urzeczywistnić głębokie oświecenie i 15 lutego, kiedy to w wieku 84 lat wszedł w nirwanę w gaju sala(???) w Kusinara. Buddyści czczą także dzień jego odejścia odprawiając specjalne ceremonie.

To polewanie głowy figurki dziecka Buddy amacią jest ceremonią odprawianą w północnych krajach buddyjskich. W południowych krajach buddyjskich obchodzona jest ceremonia *uesa-kasai*, która jest jednocześnie dniem upamiętniającym narodziny, oświecenie i nirwanę Buddy. Obchodzona jest w maju w dzień pełni księżyca.

Jeśli spojrzymy na tegoroczny kalendarz, zobaczymy, że dzień pełni przypada na dziewiątego maja. W Indiach i innych południowych krajach wielkie obchody ku czci Buddy będą miały miejsce właśnie wtedy.

Kiedy Budda się urodził, mówi się, że natychmiast zrobił siedem i pół kroku, wskazał lewą ręką w niebo, a prawą na ziemię i powiedział:

W całych niebiosach i na całej ziemi jest tylko jedno.

Powiedział, że tylko on jedyny jest w całych niebiosach i na całej ziemi.

Dlaczego religia, która jest w zgodzie z nauką przekazuje taką nadprzyrodzoną historię? Noworodek, który robi siedem i pół kroku i wypowiada słowa: „W całych niebiosach i na całej ziemi jest tylko jedno”. Tak niesłychana historia nie mogła być możliwa. Dlaczego więc jest to nauczane i przekazywane jako prawda? Jest to prawdziwie tajemnicze, ale ci którzy spisywali nauki Buddy i głęboko rozumieli to co mówił, tak właśnie to zapisali.

Kiedy narodziliśmy się z brzuchów naszych matek, każdy z nas, bez wyjątku wydał wielki okrzyk: „Aaaaaaaa! Aaaaaaaa!”, który brzmiał i odbijał się echem poprzez niebo i ziemię, wielkim głosem. Ten okrzyk potwierdza narodziny dziecka. Ten okrzyk, ten głos wyraża: „W całych niebiosach i na całej ziemi jest tylko jedno”. Nie potrzeba tu żadnych wyjaśnień czy słów. Bez względu na to w jak trudnych czasach czy okolicznościach ma to miejsce, niemowlę przybywa bez lęku i najmniejszej obawy o to co się teraz wydarzy. Bez zawstydzenia tym, że niczego nie posiada, wkracza jedynie z tym wielkim okrzykiem wyrażającym energię życiową, którą otrzymało, wypełniając i poruszając niebo i ziemię.

Trzeba powiedzieć, że ten odgłos narodzin naszej życiowej energii, którą w momencie urodzenia jesteśmy na równi obdarzeni, jest nauczaniem Buddy.

Te siedem i pół kroku, które zrobił Budda tuż po narodzeniu jest wyrazem ludzkiej wolności. Bez względu na to w jakich okolicznościach jesteśmy, to jedynie dzięki naszej sile i energii

wewnątrz nas jesteśmy w stanie podnieść się i kontynuować. Zrozumieć to jako wyraz naszej samowystarczalnej natury to jest to czego nauczał Budda.

Wskazanie prawa ręką na niebo i lewą ręką na ziemię było proklamacją, że nie ma nic ponad człowiekiem w niebie, żadnej absolutnej istoty, która może zrobić z ludzi niewolników. Lewa ręka wskazująca na ziemię była proklamacją, że nie ma niczego na tej ziemi co może zniszczyć ludzką indywidualną godność, nasz indywidualny charakter, nasz prawdziwy ludzki charakter. Nie ma Boga, który nas ocenia ani diabła, który może wyrządzić nam zło.

Nasza ludzka natura jest pełnym godności istnieniem we wszystkich niebach i na ziemi. Zrozumieć nasze życie w ten sposób jest nauczaniem Buddy. To nie oznacza, że Budda zarozumiale twierdził, że jest cudowna istotą ludzką. To co powiedział i potwierdzał to to, że cała ludzkość, każda pojedyncza osoba rodzi się dokładnie z taką samą drogocenną energią życiową. To jest to czego Budda uczył i w taki sposób powinno być to rozumiane.

Ósmego grudnia, kiedy Budda spojrział na gwiazdę zaranną i został oświecony, kiedy przebudził się i urzeczywistnił prawdziwą, pierwotną naturę, powiedział:

Jakże cudowne, jakże cudowne, wszystkie istoty, każda bez wyjątku obdarzona jest dokładnie tą samą mądrością Tathaghaty. Jakże to tajemnicze, jakże tajemnicze! Zabrało mi to sześć lat i teraz w końcu to zrozumiałem, ale nie osiągnąłem tego dopiero teraz ani też nie stało się to dzięki mojej ascetycznej praktyce. Każdy ma tę jasną naturę od chwili narodzin. Czyż to nie jest najbardziej tajemnicze?

Wszyscy ludzie, każdy, cały rodzaj ludzki, czy jest to osoba, która nie widzi, nie słyszy czy osoba z jedną nogą, każda pojedyncza osoba narodziła się z tą samą czystą i prawdziwą naturą.

Wykrzyknął w zdumieniu nad swoim urzeczywistnieniem. Nie wykrzyknął tego głośno, aby wyrazić swoją wielkość w tamtej chwili. Był zdumiony tym, że wszyscy ludzie na równi obdarzeni są tą prawdziwą naturą. Był zadziwiony urzeczywistnieniem, że wszyscy urodziliśmy się z tą samą czystą naturą.

Wszyscy byli pogrążeni w smutku kiedy wchodził w parinirwanę. Zgromadzili się u jego wezgłowia i płakali. Budda powiedział do nich:

Przestańcie płakać! Nie płaczcie z tego powodu. Każdego kogo spotkaliście w pewnej chwili musi odejść. Wszystkie narodzone rzeczy bez wyjątku umierają. Czyż nie uczyłem was tego każdego dnia? Czyż nie tak właśnie rzeczy naturalnie się mają? Przestańcie płakać!

W ten sposób ich opuścił, ucząc ich i prowadząc. Powiedział:

Narodziwszy się w tym ciele muszę umrzeć. Spotykając was wszystkich muszę was opuścić. Ale ten umysł, to serce, ten ludzki charakter, ta prawdziwa natura, którą urzeczywistniłem, ta czysta natura do której się przebudziłem, tą naturę buddy musicie, każdy z was, jeden za drugim urzeczywistnić. Jeśli wtedy przekażecie te nauki innym istotom, wtedy będę żył wiecznie na tym świecie w tym przebudzonym umyśle. Uczcie tej dharmy, że świadomość urzeczywistnienia ludzkiej czystej, pierwotnej natury nie powinna zniknąć.

W ten sposób ich nauczał. Jego uczniowie pytali go dalej: „Kiedy nie będzie cię już z nami oczywiście mamy twoje nauki i wierzymy, że są one bez błędu. Ale jeśli powstanie jakiś problem do kogo powinniśmy się zwrócić o odpowiedź? Na kim możemy polegać?”.

Zapytany w ten sposób Budda odpowiedział:

Szukajcie jedynie wewnątrz siebie światła na drodze, szukajcie schronienia tylko w sobie. Nie szukajcie schronienia u innych.

Tego jasno ich uczył:

W sobie znajdźcie wasze światło i wasze schronienie. Oczywiście nie w swoich egoistycznych ja, ale w dharmie, tym czystym umyśle zanim pojawia się ego. Znajdź schronienie w tym umyśle.

To jest sposób w jaki ich uczył. Ta czysta natura, którą odkrył Budda to nie było ego. Ego musi być poważane, ale jest ono czymś niekompletnym. Osobowość każdej jednostki jest równie ważna, ale różnią się one dla każdej osoby. To co jest różne czy też nie całkowite dla każdej osoby nie może być uważane za prawdę. Nie ego i nie indywidualna osobowość, ale coś sprzed ego, ta podstawa z której powstają te indywidualne cechy. To miejsce, gdzie wszyscy ludzie docierają, kiedy szukają wewnątrz. To miejsce, które w sposób nieunikniony urzeczywistni każda osoba. Urzeczywistnianie tej prawdziwej podstawy, napotykanie tego źródła naszego człowieczeństwa, jeśli nie robimy tego w naszym zazen, nie jest to prawdziwa praktyka zen.

Azjatycki filozof dr. Kitaro Nishida, którego nazywano również Sunshin Koji, praktykował zazen każdego dnia i napisał wiersz o głębokim umyśle, który był w stanie urzeczywistnić:

Nasz prawdziwy umysł ma głębokie miejsce
poza które nie docierają fale smutku i radości.

Głęboko poza ego, głęboko poza naszymi indywidualnymi cechami jest to głębokie miejsce, gdzie nawet ludzki smutek i radość nie docierają. Jest to wieczne miejsce, wieczny korzeń umysłu. Z tej czystej i jasnej natury rodzi się ludzka radość, smutek, szczęście, nieszczęście, pomieszanie, złudzenia i wszystkie inne wyrazy umysłu. Wszystkie wychodzą stamtąd. To źródło w psychologii nazywane jest podświadomym umysłem i jest ono poza całym świadomym umysłem. To miejsce na samym dnie, urzeczywistnić tą podstawę to jest to co miał na myśli Budda kiedy mówił o znalezieniu schronienia w dharmie.

W buddyźmie często mówi się, że ludzki pierwotny umysł, który posiadamy w momencie narodzin jest jak jasne lustro, czyste i nie zaśmieczone. Nie ma ono w sobie zupełnie niczego, jest bez kształtu, formy i koloru. Jeśli coś się przed nim pojawia lustro jedynie to odbija, ale samo nie tworzy niczego. Kiedy to zostało odbite odchodzi i jego obraz znika, ale samo lustro nie traci niczego. W tym lustrze nie ma narodzin ani śmierci. Bez względu na to jak brudna jest odbijana rzecz, lustro nie brudzi się. Nie staje się także piękne jeśli coś pięknego było przez nie odbite. Lustro nie staje się brudne, czyste czy piękne. Również jedynie dlatego, że coś jest

odbite nie oznacza, że coś w nim przybywa ani nigdy nic nie ubywa. Lustro jest bez zysku i straty.

Bez narodzin, bez śmierci, ani brudne ani czyste, bez zysku czy straty. To samo czytamy w Sutrze Serca:

Wszystkie dharmy są puste
Nie pojawiają się ani nie nikną
Nie są splamione ani czyste
Nie rosną ani nie maleją.

Zendzi Bankei wyjątkowy mistrz zen, który żył około trzystu lat temu, powiedział, że nawet takie długie wyjaśnienie nie jest konieczne. Jedyne wyrażenie „nienarodzone”, to wystarczy. Jeśli nic zbędnego nie jest tworzone w umyśle to wystarczy. Jedyne z tym wszystko będzie rozwiązane. Ludzka czysta, pierwotna natura jest tylko tym. Bez kształtu, formy czy koloru. Bez narodzin i śmierci. Ani czysta ani brudna. Bez zysku ani straty. Ani męska ani żeńska. Ani młoda ani stara. Ani inteligentna ani głupia. Ani bogata ani biedna. Nie ma słów, ani wyjaśnień, żadnych możliwych opisów, które by miały tu zastosowanie. Jedyne czysta, przypominająca lustro podstawa. To jest ludzka prawdziwa jakość i to jest rzeczywiste doświadczenie. Za pomocą naszego zazen, odcinamy wszystkie nen (nen= impuls umysłu), kopiemy całkowicie do źródła tych nen. Kopiemy, kopiemy, kopiemy, aż dochodzimy do miejsca, gdzie ludzki charakter został całkowicie oczyszczony. Kiedy osiągnięty jest punkt źródłowy to wtedy można dotknąć tego stanu umysłu.

Ten jasny ludzki charakter, który jest jak lustro może zaakceptować i przyjąć wszystko, ale nic odbitego nie może w nim utknąć. Odbija wszystko dokładnie takim jakie ono jest, ale samo pozostaje nie tknięte. Ten przypominający lustro umysł nie ma poczucia „to ja”, albo „to nie ja, to on”. Nie ma ono dualizmu, nie robi tego typu rozróżnień. W tej prawdziwej podstawie w rzeczywistości nie ma rozróżnienia pomiędzy mną a innymi, nie ma ono takiego oddzielenia. Akceptuje ono wszystko jako jedną zjednoczoną całość. To był pierwotnie jeden świat bez podziałów na „mój” świat i „jego” świat. Nie ma takich dwóch światów. Od początku jest jedynie jeden zjednoczony świat.

Zrozumieć to jako rzeczywisty fakt poprzez własne doświadczenie jest mądrością Buddy. Stąd powstaje funkcjonowanie i działanie ludzkiego umysłu, który w sposób naturalny odczuwa czyjś ból jako swój własny, czyjąś radość jako swoją. Z tej mądrości i doświadczenia w sposób naturalny powstaje ciepły, ogarniający wszystko umysł. To jest to co nazywane jest współczuciem Buddy.

Jeśli jesteśmy w stanie urzeczywistnić punkt źródłowy ludzkiego charakteru, cały świat naturalnie staje się jednym. Nie podzielonym lecz jedną, zjednoczoną całością. Wielki, rozległy i przestronny świat jednego. Działa tu mądrość i ludzka radość, cierpienie i smutek stają się naszą własną radością, cierpieniem i smutkiem. To nie czyjaś radość, ale także moja własna. Ciepły, wszechogarniający umysł naturalnie się tu pojawia. To jest to co miał na myśli Budda, kiedy powiedział:

Szukajcie światła w sobie.

Kiedy napotykamy ten prawdziwy umysł, dotykamy naszej pierwotnej natury, urzeczywistniamy także nieskończone twórcze możliwości w największych głębinach naszego umysłu. Czujemy potrzebę stworzenia czegoś, rodzi się pozytywnie działająca energia. W naszych działaniach, kiedy tworzymy rzeczy, czujemy radość po prostu bycia żywym. I kiedy skończymy naszą pracę i widzimy to co zrobiliśmy mamy z kolei inne poczucie radości. I kiedy ktoś podziwia to co zrobiliśmy znów inne poczucie radości. Sens życia jest odkryty w robieniu tego. Stawanie się tego rodzaju żywą, energiczną ludzka istotą jest odrodzeniem w tym co Budda miał na myśli wypowiadając następujące słowa:

Szukaj światła w sobie. Znajdź schronienie w sobie. Szukaj światła w dharmie, znajdź schronienie w dharmie.

To jest bardzo ważne nauczanie Buddy.

W dzisiejszych czasach tak wielu ludzi umiera na raka i AIDS. Konfrontują się oni i mają do czynienia ze śmiercią. Jest to uważane za jeden z głównych problemów społecznych. Z tego powodu mamy teraz tak wiele książek opisujących doświadczenia ludzi chorych na raka lub AIDS. W szczegółach opisują swoje doświadczenia z ostatnich dni przed śmiercią.

Czytając co ci autorzy mają do powiedzenia, odkrywamy wiele podobieństw w tym co napisali. Jedna z książek opisuje jak ludzie, którzy zbliżają się do śmierci zauważają, że ich życie stało się prostsze. Kiedy stają się oni bardzo świadomi faktu, że to życie jest ograniczone, zostaje jasno zrozumiane, że sukces społeczny, dobrobyt materialny i głośne przyjęcia są bez znaczenia. Po co się żyje? Co powinno zrobić się z czasem który pozostał? Te pytania stają się ważne?

Ci którzy wiedzą, że ich czas ogranicza się do określonej liczby dni, bez względu na to, jak nieprzyjemna jest pogoda są wdzięczni za nią ponieważ są żywi i mogą jej doświadczyć.

Dla tych których życie przeciągnęło się poza oczekiwany czas, sam fakt bycia żywym, jedynie to, jest cudowne, bez względu na to jakie niewygody czy kłopoty muszą znosić.

Inny autor pisze, że jeśli ludzie wiedzą o tym, że pozostała im określona liczba dni, tygodni, czy miesięcy życia, przeżywają oni każdy dzień w pełni i całkowicie robiąc to co ma dla nich największe znaczenie. Podejmując takie postanowienie na te ostatnie dni sprawiają, że każdy dzień jest cenny, nieskończenie satysfakcjonujący i produktywny. Bez względu na to jak poważnie są chorzy mogą słuchać muzyki, którą kochają. I są ludzie, którzy spędzają czas robiąc właśnie to. Inni wybierają ciche rozmowy z krewnymi i bliskimi przyjaciółmi. Niektórzy odnajdują spokój umysłu spędzając czas samotnie zastanawiając się co zrobili w trakcie swojego życia. Jeszcze inni do samego końca znajdują radość w byciu otoczonym przez przyjaciół rozmawiając i narzekając. Sposób życia każdej osoby aż do ostatnich chwil jest wyrażany i honorowany w tym punkcie zwrotnym.

Jeśli nawet co do niektórych porzucono wszelkie nadzieje, ku zadziwieniu lekarzy, niektóre z takich osób żyją jeszcze przez długi czas. Jeśli nawet nie jest to bardzo długi okres, tacy ludzie przeżywają swoje dni w sposób pełny. Kiedy widzą oni śmierć tuż przed sobą, ta obecna chwila jest prawdą.

W tej właśnie chwili, chęć, aby włożyć w nią wszystko co możemy jest taka sama dla każdej osoby w obliczu śmierci. To jest świat zazen. W zazen używając naszych zdrowych ciał musimy

doświadczyć tego ostatecznego miejsca, tego ostrza brzytwy. Robimy to kiedy nasze ciała są nadal zdrowe i mogą pracować, budząc się do prawdziwego ludzkiego sposobu życia i następnie dając wyraz temu przebudzeniu w społeczeństwie. To jest droga zen, bardzo ważna część nauki Buddy.

Rinzai Zendzi uczył nas w ten sposób. Jego słowa z Rinzai Roku są bardzo ważne:

 Nie dodawaj zbędnych myśli do pierwszego nen,
 nie twórz myśli na temat przyszłości.

Do tych myśli, które powstają w naturalny sposób nie dodawaj innych myśli z nimi związanych. Nie wnikaj w każdą myśl, nie obracaj jej w umyśle i nie pracuj nad każdą myślą, która się pojawia, nad poglądami na to czy tamto. To nie oznacza nie patrz, nie słuchaj, nie mów. Patrz swoimi oczyma, używaj je w pełni, ale odcinaj myśli natychmiast kiedy skończysz. Nawet jeśli jest to coś dobrego nie dodawaj nic. Bez względu na to jak złe to jest nie kontynuuj rozmyślań o tym. Odetnij to natychmiast. Używaj swojej wyobraźni, aby to robić. Nie martw się i nie obawiaj o to co jeszcze się nie pojawiło. Nasze życie nie dzieje się w skończonej przeszłości czy też w przyszłości, która nie nadeszła. Nasze życie dzieje się w tej właśnie chwili. W tej chwili używając wszystko co mamy, wkładając całość siebie, to jest żywe działanie zazen.

Ludzie tego świata w końcowych okresach swojego życia nie koniecznie mają doświadczenie zazen, ale wchodzą w ten sam stan umysłu co ci, którzy praktykują. To oznacza najważniejszy ludzki stan umysłu. Kiedy ludzie zdejmą wszelkie upiększenia i zwrócą się w kierunku tego co prawdziwie konieczne, to co w końcu pozostaje to najczystsze miejsce pierwotnej natury. A jest to w rzeczywistości ta chwila.

Osobą, która ponad dwa i pół tysiąca lat temu uczyła nas o tym życiu, tym ludzkim charakterze, tym doświadczeniu, tym działaniu był Budda Siakjamuni. Dziś szczególnie powinniśmy pamiętać, że otrzymaliśmy ludzkie ciało, tak trudne do otrzymania i napotkaliśmy naukę Buddy, tak trudną do spotkania. Jeśli teraz nie wyjaśnimy tej prawdy, to kiedy, kiedy mamy zamiar to zrobić?

Kiedy myślimy o narodzinach Buddy, myślimy o tym jak ważne jest, aby choć jedna osoba więcej mogła poznać nauki o ludzkim prawdziwym źródle, ścieżkę do urzeczywistnienia umysłu o którym nauczał. Wtedy ślubujemy pracować, aby urzeczywistnić naszą własną prawdziwą naturę i nigdy nie zatrzymywać się aż to nastąpi.

Prawdziwe znaczenie

Czerwiec 1990

Do niedawna transplantacja była uważana za bluźnierstwo wobec Boga i była tematem tabu. Dzisiaj zarówno dzięki chęci ratowania ludzkiego życia jak i szukaniu rozgłosu w świecie nauki jest ona tematem powszechnym i kontrowersyjnym.

Wielu ludzi zostało uratowanych. W wyniku postępu można zastąpić ułomne i zniszczone części ciała przez przeszczepione i sztuczne. Ludzie, którzy utracili dużo krwi korzystają z transfuzji. W tym świecie choroby są leczone jedna po drugiej. Rozwiązywane są nasze problemy ze zdrowiem, wielu ludzi otrzymuje pomoc.

Dziś przedmiotem handlu mogą być nerki, wątroba, nawet serce. Można powiedzieć, że jeżeli ten proces posunie się dalej, ciało może stać się nierozpoznawalne.

Naszedł czas, gdy życie może być produkowane i rozwijane w próbówce. Medycyna bardzo się posunęła naprzód w spełnianiu ludzkich nadziei i oczekiwań. Misją medycyny stało się przedłużanie ludzkiego życia, choćby o sekundę, jeśli to możliwe. Staramy się przedłużać ludzkie życie w jakikolwiek sposób. Rozwijając sposoby uważane przez nas za najlepsze z możliwych, powinniśmy się zatrzymać i zastanowić, czy rzeczywiście poruszamy się we właściwym kierunku. Powinniśmy mieć na względzie, tych którzy będą naszymi następcami, rozważając to w szerokim kontekście przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Musimy się zapytać o prawdziwe znaczenie tego co robimy. Zapytać czy to takie ważne? Jest to coś co trzeba przemyśleć gruntownie.

W wyspecjalizowanym świecie opieki medycznej, lekarze dokonują tego wszystkiego używając doskonałej techniki. Gdy opinia lekarza pokrywa się z pragnieniem pacjenta, jest to uważane za właściwy tok postępowania. Ten sposób myślenia jest przyjmowany bezkrytycznie. Ale musimy być bardzo uważni ze względu na to, że sytuacja jest niepewna, zarówno dla lekarza jak i pacjenta. Jest tak ponieważ zakres i kryteria opiniowania stają się bardzo wąskie. Tak jak tonącemu, który chwyta się brzytwy, medycyna stara się dać szybko umierającemu pacjentowi choć odrobinę nadziei.

Z drugiej strony świat medyczny ze swoją dokładnością techniczną, może rozpoznać problem i bez zbędnego hałasu zapewnić bezpośrednio i efektywne jego leczenie. Ludziom otaczającym pacjenta, którzy są mocno zaniepokojeni, może zawęzić to widzenie, podobnie jak widzenie całego społeczeństwa. Dzieje się tak w sposób naturalny.

Mając to w umyśle, jeśli spojrzymy na tą sprawę ze strony medycyny, to przypomina się przysięga Hipokratesa, że lekarze będą pracować oddając wszystko jedynie dla dobra pacjenta. Dlatego też rozwój etyki lekarskiej jest sprawą krytyczną. Ten właśnie rozwój musi zostać poddany zapytywaniu czy naprawdę dokonuje się on dla dobra pacjenta i czy ludzka godność jest brana pod uwagę czy też nie. To trzeba sprawdzić bardzo uważnie.

Dzisiejsza medycyna nie może być jedynie przedłużeniem studiów naukowych. Jeśli pochodzić będzie z punktu zrozumienia prawdziwego źródła człowieka to nie będzie się mylić. Jeśli środowisko medyczne potrafi rozpoznać cel ludzkiego życia w rozwoju charakteru, to będzie

ono miało coś do zaoferowania nawet tym pacjentom, którzy nie mają szans na wyleczenie. Słubować, aby całkowicie rozwinąć prawdziwy ludzki charakter – należy nie szczędzić wysiłków, aby tego dokonać, nawet w ostatniej chwili życia. Pacjenci ze swojej strony, także nie tracą z oczu tego co naprawdę w życiu ważne i będą do ostatniej chwili kontynuować starania by wygładzać i doskonalić siebie, nie szczędząc wysiłków.

Nawet, gdy nie jest się Buddą, problem życia i śmierci, cierpienia i choroby jest dla nas wszystkich nagłą kwestią. Prawdopodobnie nie było jeszcze nigdy takiego okresu historii w którym podnoszono by taki lament nad godnością ludzkiego życia. Jednocześnie musimy zapytać czy był taki okres w historii kiedy było tak niewiele szacunku dla ludzkiego życia. Cemu służy dokładnie to szanowane życie? Na przykład, gdybyśmy wydłużyli przeciętną długość życia ludzkiego do stu lat, bez głębokiego rozumienia prawdziwego znaczenia tego stuletniego życia, samo wydłużanie czasu trwania byłoby pozbawione sensu.

W Japonii, gdy osoba jest skazana na śmierć, egzekucja może się odbyć dwadzieścia dni po tym jak Minister Sprawiedliwości podpisze wyrok śmierci. Nie tylko w trakcie tych ostatnich dni, ale już od chwili umieszczenia w więzieniu, skazani poddawani są ciągłej edukacji, tak, aby mogli przebudzić swój prawdziwy charakter, swoją prawdziwą naturę. Pomiedzy tymi na których wykonano wyrok było kilku, którzy głęboko zrealizowali swoją prawdziwą i świetlistą naturę.

Mamy słowa pozostawione przez jednego z takich ludzi – Shima Akishito. Człowiek ten spędził dzieciństwo w Chinach i po wojnie wrócił do Japonii. Z powodu wielu trudności i zmiennych losów, jego matka zmarła na gruźlicę, sam chorował na gruźlicę, długi czas spędził w gipsie i na leczeniu, nie uczęszczał do szkoły i nie otrzymał edukacji takiej jak jego rówieśnicy. Z powodu niewłaściwej edukacji wyrósł na osobę egoistyczną, zainteresowaną jedynie własnymi pragnieniami. Był traktowany chłodno przez otoczenie. Jego osobowość stała się szorstka i dzika. Żył życiem podporządkowanym egoistycznym zachciankom, robiąc to na co tylko miał ochotę.

Został umieszczony w szkole specjalnej, żył błąkając się bez celu, postępując jedynie za swoimi egoistycznymi kaprysami. W końcu mając 25 lat, w roku 34 ery Showa, w pewną deszczową noc włamał się do wiejskiego domu i zobaczył leżącą na stole niewielką sumę dwóch tysięcy jenów. W trakcie walki z domownikami zabił gospodynię, matkę dwójki dzieci.

Od chwili, gdy został skazany na śmierć, uwięziony i w końcu stracony w wieku 33 lat, 2 listopada 42 roku okresu Showa, otrzymał bardzo dokładną edukację zarówno od ludzi go otaczających, nauczycieli jak i od duchownych. Dzięki temu treningowi z egocentryzmu i ograniczonego umysłu przeszedł, krok po kroku do otwarcia swojego serca i pracując na ścieżce pisania *tanka* (tradycyjnej japońskiej formy poetyckiej) wyraził ten nowo otwarty umysł.

Wyraził to słowami:

Skazany kryminalista w końcu pragnie głęboko zrobić coś dla społeczeństwa,
ale kto będzie chciał jego oczy?

Ta osoba, która nigdy nie myślała o nikim oprócz samego siebie, Shima Akishito, kiedy uświadomił sobie, że zostało mu bardzo niewiele czasu, poczuł, że pragnie coś zrobić dla społeczeństwa. Do tego czasu myślał jedynie o sobie samym. Kiedy stanął w obliczu śmierci, tej

samej wobec której staje każdy, zapragnął zrobić coś dla innych ludzi, nawet jeśli było by to coś najmniejszego. Ofiarował swoje oczy do banku oczu. Pomyślał: „Może wtedy coś co zrobiłem będzie użyteczne dla społeczeństwa”. Jednak wciąż był osobą, która popełniła zbrodnię. Kto będzie chciał jego oczy? Myśląc o tym napisał:

Wyrok najwyższej kary spowodował pragnienie dalszego życia
jak mrówka ścigana przez palec.

Kiedy wiemy, że nasze życie nie może być zachowane, nie chcemy stracić nawet najdrobniejszej przyjemności tych dni. Chcemy jak najbardziej je czuć i doświadczać.

Jak powiedział Shima Akishito:

Jeśli myślimy, że nasze życie nie może być zachowane
nawet najdrobniejsza radość każdego dnia staje się drogocenna.

Kiedy dzień egzekucji zostaje ustalony, rzeczywiście tak jak mrówka goniona przez palec, chce się żyć, dalej być żywym. To poczucie bycia żywym wyraził Shima Akishito. W umyśle osoby która dotąd myślała jedynie o sobie, zostało odkryte nowe szczere współczucie, zainteresowanie innymi i radość życiowej energii płynącej przez niego, żyjącej poprzez niego. Ten świat, którego nigdy wcześniej nie był w stanie posmakować, teraz otworzył na niego całkowicie swój umysł i przebudził do tej pełnej i całkowitej ludzkiej natury. Pomimo tego, straszliwa zbrodnia, która został popełniona nie może być wybaczona. Napisał:

Gdybym miał matkę nigdy bym nie popełnił tej zbrodni odebrania życia.
Gdybym tylko mógł ją teraz przeprosić.

Jeżeli jego własna matka żyłaby i gdyby był w stanie znać ją to nie popełniłby takiej brutalnej zbrodni. Zabił matkę, która była równie ważna i cenna. Wyraził swoje uczucia mówiąc: „Ta osoba, którą jestem była w stanie zamordować matkę dwojga dzieci. Wszystko co mogę teraz zrobić dla społeczeństwa to być znienawidzonym, jedynie taką małą rzecz, to wszystko co mogę zrobić, aby przeprosić społeczeństwo”. Później wyraził to uczucie w następującym wierszu:

Jedyny sposób, pozwolić być nienawidzonym przez społeczeństwo.
Niezdolny przeprosić tą matkę czuję jak ciężka jest moja wina.

Dokładniej w tamtej chwili, żałował, że ta kobieta, matka nie może tam być żywa, aby mógł ją przeprosić. Powiedział: „Bardzo przepraszam. To co zrobiłem było straszne. Jakże ciężkiej zbrodni jestem winien”. Głęboko pragnął przeprosić. Ale było to poza wszelką możliwością zrewidowania czy anulowania.

W ten sposób z całego serca żałował swojej zbrodni. Z tego poczucia bolesnej winy i skruchy jaką ona spowodowała, stąd pogłębiał się jego czysty i przejrzysty stan umysłu.

W końcu nadszedł jego koniec. W roku 42 ery Showa, 2 listopada w wieku 33 lat został stracony.

W wieczór przed egzekucją 1 listopada napisał ostatni wiersz:

Dotarłszy tak daleko, nigdy nie wiedząc, że posiadam ten jasny umysł,
pod naciskiem jutrzejszej porannej egzekucji pozostała jedynie ostatnia noc.

W wieczór tuż przed egzekucją z otchłani jego najgłębszego umysłu został przebudzony do swojego najjaśniejszego i wolnego umysłu. Ten czysty stan istnienia, prawdziwie jasny i przejrzysty stan możliwy dla wszystkich ludzi, urzeczywistnił po raz pierwszy.

Zwykle noce listopadowe są chłodne, ale on pomyślał: „Jakże jest ciepło!”. To była jego ostatnia noc. Następnego dnia został stracony, ale jakże spokojny był jego umysł. Powiedział: „Ten cichy, spokojny umysł! Nigdy nie wiedziałem, że posiadam taki stan wewnątrz mnie!”. Był prawdziwie w stanie przebudzić się do tego głębokiego stanu umysłu. Wtedy napisał listy z przeprosinami do męża i dzieci kobiety, którą zabił. Pozostawił słowa opisujące jego przemianę pod koniec tego zimnego, pozbawionego uczuć życia. Napisał także podziękowania dla ludzi, którzy zaopiekowali się nim.

W ten sposób 2 listopada o poranku, odszedł razem z rosą w miejscu stracenia.

Musimy szczerze się zapytać, czy konieczne było zabijać osobę o tak rozwiniętym charakterze. Tak jak miano nadzieję, wyrósł na osobę z charakterem o wysokiej jakości i potem opuścił świat. Ten trening dla skazanych kryminalistów był pod dużym wpływem buddyjskiego poglądu na to czym naprawdę jest człowiek. W Sutrze Lotosu jest napisane:

Najważniejszą przyczyną pojawiania się Buddów na tym świecie,
to otworzyć oko mądrości natury buddy we wszystkich istotach.
Pokazać wszystkim istotom,
że mają tę głęboką mądrość natury buddy i przebudzić je do niej.

Wielu Buddów pojawiło się na tym świecie w celu otwarcia oka każdego członka społeczeństwa na fakt, że od samego początku są obdarzeni doskonałą, prawdziwą naturą i aby pokazać im jak wygląda ta pierwotna prawdziwa natura. Następnie, aby przebudzić ich do tej czystej natury wewnątrz nich samych i z tym przebudzonym rozumieniem wyrażać to poprzez ich życie.

Sutra Lotosu mówi nam, że Buddowie pojawiają się na tym świecie jedynie w tym celu. Narodziliśmy się w tym świecie w celu bezpośredniego urzeczywistnienia naszego całkowitego i doskonałego prawdziwego charakteru. Przebudzić się do niego i wypełnić go. To jest buddyjska wizja życia. Ten całkowicie czysty charakter, co to jest? To jest właśnie ten świat, który Shima Akishito w końcu był w stanie zrozumieć i urzeczywistnić. Wyraził to w ten sposób:

Dotarłszy tak daleko, nigdy nie wiedząc, że posiadam ten jasny umysł,
pod naciskiem jutrzejszej porannej egzekucji pozostała jedynie ostatnia noc.

Ten umysł, który jest całkowicie jasny nie jest czymś co można zrozumieć poprzez intelektualne studiowanie. Shima Akishito nigdy nie otrzymał najmniejszej podstawowej intelektualnej edukacji. Chociaż był słabo wykształcony, musimy powiedzieć, że był kimś o najwyższym rozumieniu. Całkowicie przebudził się do swojej prawdziwej natury.

Shima Akishito był w stanie urzeczywistnić ten stan umysłu. Dla nas wszystkich, bez względu na to jak wiele studiujemy intelektualnie, jak dogłębnie rozmyślamy nad rzeczami, jest takie miejsce, którego nie można osiągnąć poprzez intelekt. Dzieje się tak ponieważ istnieje prawda wykraczająca poza rozumienie osiągnięte dzięki naukowym studiom. To jest to czego uczy buddyzm, postrzeganie istoty ludzkiej i urzeczywistnianie punktu źródłowego, który jest w każdym człowieku. Pytanie czym jest to najgłębsze ludzkie źródło nie może być rozwiązane intelektualnie czy też naukowo.

Wszystkie pokolenia patriarchów rozumiały ten fakt bardzo dobrze. Wszyscy z nich byli najbłyszczymi umysłami swoich czasów. Jednak pomimo tego, było coś czego nie mogli zrozumieć, miejsce do którego nie mogli całkiem dojść, konkluzje których nie mogli osiągnąć. Jest takie podstawowe miejsce w umyśle, którego nie można zrozumieć jedynie w oparciu o intelektualne studia. A więc jak to można zrobić? Opróżnić swoją głowę całkowicie. To i jedynie to będzie działać. Ten umysł sprzed informacji i wiedzy, stan umysłu w chwili, gdy przyszłszy na ten świat. Jediną rzeczą jaką możemy zrobić to urzeczywistnić bezpośrednio ten stan umysłu.

To jest ludzka, czysta naturalna mądrość z którą się urodziliśmy. Przebudzenie do niej jest tym czym jest zazen. Zazen nie jest niczym więcej niż procesem wejścia w to najgłębsze miejsce. Shima Akishito nigdy nie praktykował żadnego zazen, ale gdy ludzie stają twarzą w twarz ze śmiercią, to wchodzi w ten sam stan umysłu, kiedy praktykuje się zazen, spotykając bezpośrednio i wyraźnie swoją prawdziwą naturę.

Kiedy nasz umysł staje się jasny i spokojny możemy naturalnie zrozumieć to miejsce w umyśle innej osoby. Możemy zrozumieć, że jest tam ten sam cichy korzeń. Spokój nie jest czymś ograniczonym do jednostki lecz umysł każdej pojedynczej osoby posiada to samo ciche miejsce. Zdajemy sobie sprawę, że wszyscy mamy dokładnie tą samą klarowność i czystość umysłu. Urzeczywistnić ten korzeń, dotknąć go choć raz, skontaktować się z tym prawdziwym źródłem. To co działa z tego bezpośredniego spotkania jest prawdziwe, w jakikolwiek sposób się to wyraża.

Drogocenny przyjaciel

Styczeń 1991

Budda, ósmego grudnia, w wieku trzydziestu sześciu lat, po sześciu latach ascetycznego treningu, po raz pierwszy wyzwolił swój umysł. Napotkawszy najgłębszy ludzki umysł wykrzyknął:

Jakże cudowne! Jakże cudowne! Wszystkie żyjące rzeczy są od początku obdarzone tym samym jasno świecącym umysłem, który właśnie urzeczywistniłem! Co za niesamowite odkrycie! Ten świat, ten jasno świecący świat, z którego nie zdawałem sobie sprawy aż do tej chwili! Ten świeży, nowy świat – skały świecą, góry świecą, wszystkie rzeczy wszędzie świecą!

W ten sposób Budda wyraził swoje głębokie doświadczenie w tamtej chwili. Dalej kontynuował mówiąc:

Nie chodzi o to, że jestem kimś specjalnym jako ludzka istota. Wszystkie ludzkie istoty obdarzone są od początku dokładnie tą samą mądrością. W tej chwili, na podstawie tego doświadczenia, wiem jako fakt, że wszystkie istoty, bez wyjątku obdarzone są tą mądrością. Wszystkie żywe istoty, cała ludzkość, każda pojedyncza osoba, ma tą samą głęboką mądrość. Mądrość Buddy, cnota Buddy jest obecna w każdym. Nie chodzi o to, że jest cokolwiek szczególnego we mnie.

W ten sposób Budda wyraził swoje własne doświadczenie, to co nazywane jest „mądrością Buddy”. Było to także nazywane *nyorai*, gdzie *nyo* znaczy „tak jak jest”, a *rai* znaczy „przybywający”. To nie oznacza przybycia będąc pełnym zbędnego myślenia, ale oznacza przybycie umysłu przed zbędnym myśleniem. Tego najbardziej czystego umysłu, umysłu który nie został naznaczony dziedzictwem przeszłych pokoleń.

Stąd, z tego umysłu przybywa. Jak wyraził to Budda:

Wszystkie ludzkie istoty obdarzone są pierwotnie tą samą mądrością. . .
Nie chodzi o to, że ja jestem kimś szczególnym.

Ciekawe, jak wielu jest ludzi, którzy mogą widzieć w ten sposób, mogą widzieć ten świat i społeczeństwo w ten świeży, wspaniale świecący sposób.

Jeśli popatrzymy na współczesny świat, jest bardzo trudno odnaleźć ten wspaniale świecący świat. Budda powiedział:

Z powodu naszych złudzeń i przywiązań nie urzeczywistniamy tej cnoty i tego jasnego umysłu.

Podczas, gdy jesteśmy zaszczytzeni od urodzenia tym świeżo jaśniejącym umysłem, na nie-szczęście, nie zdajemy sobie z niego sprawy z powodu nadmiaru myśli i nawyku dualistycznego myślenia. Powinniśmy wszyscy ubolewać nad tym faktem.

Od chwili narodzin, jesteśmy splamieni naszym dziedzictwem. Od tego czasu kontynuujemy gromadzenie wszelkiego rodzaju informacji i następnie doklejamy wiele myśli i opinii na temat rzeczy. Tworzymy zbyt wiele problemów. Następnie patrząc na ten zaśmiecony umysł, pomyłkowo bierzemy go za to „czym jest prawda” lub nasze „ja” albo jako „to wszystko co jest”. Wierząc, że to jest nasz świat, popadamy w błąd, ukrywamy i zasłaniamy ten czysty umysł. Jak wyraził to Budda:

Z powodu robienia tego, ukrywamy nasz najbardziej czysty umysł, którego nawet nie znałem, aż do teraz. W końcu byłem w stanie napotkać ten jasny i czysty ludzki charakter. Każda pojedyncza osoba na świecie, bez wyjątku posiada tę samą pierwotną naturę. Fakt, że jej nie urzeczywistniają pokazuje, jak wiele zbędnych myśli obracają i jak głęboko i mocno utknęli w silnie zakorzenionych przywiązaniach.

To co jest nazywane ego, jedynie wydaje się, że istnieje, podczas gdy w rzeczywistości nie ma ono substancjonalnego, rzeczywistego istnienia. Ze zgromadzonych doświadczeń, informacji i dualizmu, które stwarzamy od chwili narodzin, tworzymy złudzenie istnienia ego. Wierzymy w jego istnienie, kiedy w rzeczywistości go nie ma. Z tego powodu sztywno bronimy swoich myśli, świata w którym żyjemy i naszego szczególnego sposobu robienia rzeczy, wierząc, że jedynie te rzeczy są ważne. W ten sposób łudzimy siebie samych i jest to podstawowa przyczyna stwardnienia naszych umysłów.

Nawet w naszych rodzinach upieramy się przy ważności i istnieniu ja. Chcemy, aby rzeczy miały się lepiej dla naszej rodziny, niż dla sąsiadów. Bardziej szanujemy nasz kraj niż jakikolwiek inny. Bardziej myślimy o naszej własnej rasie, niż o innej i czujemy, że musimy ją bronić. Czujemy, że nasza własna religia wie najlepiej, niż jakakolwiek inna. Religia służy uwolnieniu z tego złudnego umysłu ego. Religia, która naucza, że jedynie jej własny bóg może być czczony, a bogowie innych nie i nauki jej boga powinny być nauczane, a nauki innych religii nie, ogranicza religię do wąskiego sekciarstwa.

W celu wyzwolenia ludzi z przywiązania do tego co nie jest w rzeczywistości prawdą, stworzono absolutną istotę nazwaną bogiem. W zgodzie z wiarą w tego boga, próbujemy wyjaśnić nasze fałszywe poglądy. Jednak sama ta religia, staje się zbiorowym ego, które wierzy, że kto nie wyznaje tego samego boga jest wrogiem i kto nie zgadza się z jego bogiem pochodzi od diabła. Mówi się, że bóg jest miłością, ale kochać tylko tych co wierzą w tego samego boga, i twierdzić, że ci co nie wierzą nie otrzymają bożej miłości jest bardzo ograniczonym rodzajem miłości. Kiedy religia twierdzi w ten sposób, to tym także stwarza twardą sztywność. Budda powiedział:

Wszystkie trzy światy są moim domem, a wszystkie istoty w tym domu są moimi dziećmi.

Astronauci, którzy powrócili z kosmosu mówią tą samą rzecz. Mówią o niebieskiej świecącej ziemi, w głębokiej czarnej pustce, pośród nieskończonej liczby rozsianych gwiazd. Do tychczas wiemy o istnieniu tylko jednej ziemi. Ta jedna planeta ziemia. Dlaczego my wszyscy, którzy należymy do tego samego gatunku, którzy otrzymaliśmy życie od tej pojedynczej planety ziemi, nie możemy uznać siebie nawzajem? Dlaczego musimy traktować się nawzajem z tak wąskimi i pokręconymi umysłami? Dlaczego świat buddyjski, świat chrześcijański, świat muzułmański i różne rasy nie współżyją razem bez oddzielania się w wąskie, ograniczone grupy?

Jeśli spojrzymy na to z punktu głęboko oświeconego umysłu Buddy, to tak jakby patrzył on na ziemię z głębi wielkiego wszechświata. Widząc wszystkie rzeczy, które istnieją na ziemi, nie tylko ludzi, ale wszystkie rzeczy, wszelkie różnorodne zwierzęta i żyjące rzeczy, wszystko na ziemi do najdrobniejszych stworzeń, włączając skały, wodę i powietrze, wszystko to musi być widziane i zaakceptowane jako życie Buddy. W rzeczywistości tak się rzeczy mają.

Kiedy nasz umysł stanie się cichy, podobny ciszy wszechświata, kiedy nie słychać już żadnego dźwięku, widzimy w inny sposób. Z tej perspektywy patrzenie na ziemię przypomina patrzenie z wnętrza wszechświata, widzimy szerzej i zawieramy więcej. Widzimy z naszej większej cierpliwości i głębszej mądrości. Z tego punktu widzenia możemy podejmować decyzje oparte na o wiele bardziej szerokich poglądach.

Wszelkie problemy w tym świecie są moją odpowiedzialnością. Wojna w Iraku, wraz z państwami, które zaatakowały poprzez ONZ – to nie problem kogoś innego, ale mój własny. Rozumieć w ten sposób oznacza rozumienie Buddy. W jaki sposób rozwiążemy taki problem? To problem, który powstał z twardych i sztywnych umysłów. Wojna to problem wywołany twardymi głowami. Kiedy stajemy się twardzi, to sprawia, że nasz świat jest mały i ograniczony. To zawęża naszą ocenę.

Twierdzi się, że ten wszechświat ma od dziesięciu do dwudziestu miliardów lat, a ziemia ma cztery i pół miliarda lat. Nawet zakładając ten prawie nieskończony okres dla tego ogromnego wszechświata, my z naszymi ograniczonymi poglądami, aby zaspokoić swoją własną wygodę, nakładamy arbitralnie ograniczenie dni i ustalamy daty graniczne, jak na przykład 15 stycznia. Dlaczego ludzie, którzy powinni wysilać się, aby rozluźnić stwardniałe umysły, muszą ustalać datę? Dlaczego decyzję trzeba podjąć natychmiast, w tak ograniczonym czasie? Myślę, że jest to wielki problem. Jeżeli ludzie, którzy powinni przekroczyć sztywne myślenie, dodają go jeszcze więcej, problem nie ma rozwiązania.

Każdy na całym świecie zgodzi się, że działania i myślenie Iraku były błędne. Ale nawet jeśli tak było ONZ ustaliło datę 15 stycznia. Myślę, że wielu słysząc to było smutnych i rozczarowanych. ONZ było stworzone, aby utrzymywać pokój na świecie. Ludzie, którzy w nim działają powinni być tymi o najgłębszym i największym ślubowaniu, aby utrzymywać pokój.

W tym najważniejszym okresie, kiedy rzeczy potrzebowały ostrożnego rozwiązania, nałożyć ograniczenie czasowe i w razie nie dotrzymania terminu ukarać atakiem, było nieodpowiedzialnym działaniem. Nie tylko to, ale jeśli byśmy mieli prawdziwie surowe oko, które widzi co potrzebne jest dla pokoju, to zobaczylibyśmy że nawet ten jasny pogląd i głębokie zobowiązanie nie byłyby wystarczające. W naszych umysłach jest miejsce, w którym bardziej surowa krytyka powinna być dokonana.

Ludzie na całym świecie, każdego dnia, stają się coraz bardziej zaplątani w ten stwardniały umysł, wojna w zatoce perskiej, z jej plamą oleju rozlewającą się coraz dalej, z wystrzeliwanymi raketami, z zabijaniem ludzi jednego za drugim. To smutne, „oko za oko, ząb za ząb”. To droga asurów, którzy nie mogą uwierzyć w ludzi, nie mogą dłużej ufać ludziom. To jest to czym jest piekło, nie coś dokąd się wpada, lecz niemożność uwierzenia w nasz najbardziej podstawowy ludzki charakter, to jest piekło.

Jeśli nie jesteśmy w stanie widzieć tak daleko jak nasza jasna pierwotna natura, to jest to tym samym co spadnięcie do piekła. Myśleć tylko o własnych potrzebach i pracować nad rozwiązaniem swoich własnych problemów jest drogą głodnych duchów. Kiedy nasze umysły są niespokojne, przywiązujemy się do rozwiązywania naszych własnych małych trudności i nie widzimy zupełnie perspektywy innej osoby. To świat zwierząt. Nasze umysły stają się niespokojne i poirytowane, nie możemy usiedzieć w spokoju bez robienia czegoś agresywnego innej osobie. W jakiś sposób musimy zaatakować lub oddać komuś – to sposób istnienia zwierząt lub asurów.

Podczas tego życia cały czas wpadamy w światy głodnych duchów, zwierząt i asurów. Będąc aktywnym działaczem antywojennym i jednocześnie demolując budynki, sprawiając innym ludziom wiele kłopotów i sprawiając, że wielu z nich cierpi – to także droga asura, z której bardzo trudno jest się wydobyć. Musimy bardzo uważnie pomyśleć o tym. Nie chodzi o atakowanie czyichś działań, lecz raczej o zrewidowanie swojego własnego zachowania, zawsze powracając do życia w naszym najcichszym umyśle. Ludzie na świecie mają udział w tym samym ślubowaniu.

To co jest sprawą najwyższej wagi to uporządkowanie i zharmonizowanie naszych umysłów. Jeżeli nasz umysł i oddech są zakłócone i niespokojne, możemy nie dbać nawet o zanieczyszczenie naszego najdrogocenniejszego przyjaciela, ziemi. Nie czujemy w tym nic przerażającego. To rodzaj ludzi, którzy pojawiają się jeden za drugim. Doprawdy, to jest czas, kiedy ludzie na całym świecie muszą głęboko uspokoić swoje umysły i zapytać „Czym jest prawdziwy pokój?”. Prawdziwy pokój pochodzi z wnętrza umysłu. Z tego pokoju pochodzi cierpliwość, jasny przenikliwy osąd i rozwój szerokiego spojrzenia.

Przynieść wszystkim pokój, to nasze nieustanne najgłębsze ślubowanie. Codziennie śpiewamy dla tych, którzy zmarli podczas wojny, prosząc dla nich o łaskę po śmierci. Jak powiedział Budda:

Wszystkie trzy światy są moim domem i wszystkie istoty w tym domu są moimi dziećmi.

Świecki buddyzm

Maj 1992

Celem buddyzmu mahajany, nazywanego także świeckim buddyzmem, nie jest odejście w góry, aby skupić się jedynie na intensywnej medytacji. Jego celem jest wyrażanie umysłu medytacji w codziennym działaniu w społeczeństwie. To podstawa świeckiego buddyzmu. Dokładnie w ten sposób buddyzm japoński został rozpowszechniony.

Tradycyjnie mówi się, że buddyzm posuwa się na wschód. Teraz buddyzm przechodzi do Ameryki i Europy. W ten sposób ma miejsce przeszczepianie fal buddyjskiej kultury. Jednakże, kiedy spojrzymy wstecz na to, co już się wydarzyło, szczególnie jeśli chodzi o zen, to jedynie forma i rytuały zen zostały przekazane. Wydaje się, że w jakiś sposób, prawdziwe i głębokie rozumienie umysłu zostało porzucone.

Idea, że jedynie siedzenie w zazen i przestrzeganie formy jest buddyzmem, stała się powszechnie przyjętym poglądem. Buddyzm mahajany przyjmuje, że umysł jest ważniejszy od formy czy systemu. Bezpośrednie doświadczenie umysłu jest najważniejsze i na pierwszym miejscu. Z tego powodu, bez względu na to jak bardzo przestrzegamy formy, jeżeli głębokie przebudzenie umysłu nie jest doświadczane, to stanie się to pozbawione esencji. Osoba, która praktykuje czuje to jasno i porzuca praktykę z uczuciem rozczarowania. Kiedy praktykujemy zazen w ten sposób, czujemy pełną i naprężoną energię, ale kiedy opuszczamy poduszkę do siedzenia, nie czujemy zupełnie niczego. Pozostajemy z poczuciem, że nasze codzienne życie i zazen są całkowicie oddzielone. Siedząc w zazen myślimy, że czujemy coś, ale nasz problem dotyczący umysłu nie znajduje jasnego rozwiązania. Nasze codzienne życie niesie ze sobą wiele problemów i często, bardzo one na nas wpływają. Jesteśmy rzucani wkoło przez warunki w społeczeństwie. Zazen wydaje się oazą do której można uciec od zabieganego i skomplikowanego życia codziennego. Wielu ludzi widzi zazen w ten właśnie błędny sposób. Praca nad naszym nieporuszonym umysłem, przypomina wtedy jedynie obraz ciastka, zamiast prawdziwego jedzenia.

Buddyzm mahajany utrzymuje, że najważniejsze jest głębokie zrozumienie prawdziwego umysłu. Do przebudzenia tego umysłu, forma i rytuał nie są konieczne. Jeśli wyostrymy ten punkt do ekstremum, to nawet sama forma zazen nie jest najważniejsza. W tej chwili w naszym społeczeństwie, pośrodku zabieganego, trudnego codziennego dnia pracy, jeśli nie tworzymy zbędnych myśli i możemy wyraźnie zachować bystre oko, to możemy widzieć rzeczy przenikliwym i obiektywnym wzrokiem. Możemy pracować wtedy cały czas nad tym przezroczystym, jasnym umysłem. To jest najważniejsza sprawa w buddyzmie mahajany.

Jeśli ludzie byliby wystarczająco dojrzały, nie potrzebowali by praktykować zazen w ogóle. Nie byłoby ono konieczne dla nich. Mogliby funkcjonować w stu procentach pośrodku społeczeństwa i ich umysły nie byłyby zasmucane przez nic. Jednak początkujący, kiedy pojawia się nawet najmniejsza fala jest jak mała łódka na niespokojnym oceanie, podrzucana i zwiewana na wszystkie strony, nie tylko przez zewnętrzne, ale również przez wewnętrzne zaburzenia. Cały czas jesteśmy skurczeni i przewracani. Ponieważ ten niespokojny i zaburzony stan umysłu

jest uporczywy, stworzono zazen i podejmowane są wysiłki, aby zrobić coś z tym chwiejnym stanem.

Zazen nie jest ostateczną formą, ale czymś co robimy ponieważ musimy, proces przez który początkujący muszą przejść. Kiedy prawdziwy, jasny, przezroczysty stan umysłu jest urzeczywistniony, zazen nie jest konieczne i nawet czas zazen nie powinien być już dłużej dostępny. Jeśli wkładamy sto procent naszego czasu, całych siebie w pracę dla społeczeństwa, nie ma dalszej potrzeby pracować nad harmonizowaniem umysłu poprzez postawę zazen. To jest bardzo żywy i jasny wyraz osoby dojrzałej w praktyce.

Przyjmując, że zazen jest najważniejsze, z umysłem współczucia praktykujemy zazen ponieważ wiemy, że absolutnie jest to konieczne. To co jest tu najistotniejsze to to, że następnie idziemy do tych, którzy są zagubieni w społeczeństwie. Jeśli będziemy czepiać się zazen na zawsze, to będzie to prawdziwym problemem. Znamy swój stan umysłu lepiej niż ktokolwiek. Czy nasz umysł jest spokojny czy nie, czy pozostajemy spokojni bez względu na to w jakiej jesteśmy sytuacji, wiemy najlepiej my sami, nie ktoś inny. Jeśli jesteśmy w stanie wznieść nasz umysł do miejsca, gdzie pozostajemy nieporuszeni i widzimy jasno bez względu na to co się pojawia, to jest najcudowniejszy świat z możliwych. Jeśli nie będziemy uważni, możemy uzależnić się od lekarstwa, którego używamy do leczenia naszego umysłu.

Dodzio takie jak Sogendzi, oferuje miejsce dla urzeczywistniania prawdziwego umysłu, dla tych którzy żyją pośród tego zabieganego świata. Oferuje podstawową drogę. Jest miejscem pozwalającym ludziom urzeczywistnić ich prawdziwy umysł. Nie jest to sprawa przestrzegania określonej formy, lecz odnajdowania ciągle schronienia w umyśle, który jest urzeczywistniany. To co jest naprawdę ważne, to nie forma, lecz ta podstawa człowieka i przebudzenie, które z niej pochodzi.

Po opuszczeniu Dodzio takiego jak Sogendzi, poczucie prawdziwego umysłu u ludzi rozpływa się wraz z upływającym czasem. Ten umysł, który nie jest poruszony przez nic zewnętrznego, to rzeczywiste przebudzenie bez wątpliwości do pierwotnego czystego umysłu, ta świadomość, stają się coraz bledsze. Tylko forma i schemat jest pamiętany. Ponieważ świat urzeczywistnienia i esencja zostały rozmyte, jedynie forma i schematy pozostały zrozumiałe.

Jeżeli nie ślubujemy głęboko przebudzić umysł, w prawdziwy sposób nieść nasz umysł, to czym jest zazen? Czym jest Droga Buddy? Musimy zadawać sobie często to pytanie i widzieć nasze życie w jego świetle, dopasowując nasze życie do prawdziwego sposobu ścieżki Buddy. Nie wyrażanej w określonym kształcie i formie, ale dając żywy wyraz prawdziwemu umysłowi w naszym codziennym życiu.

Poza ego

Styczeń 1992

Przez cały zeszły rok, było wiele różnych trudności na całym świecie. Między innymi, wojna w zatoce perskiej oraz upadek Związku Radzieckiego, o czym wszyscy dobrze wiemy.

W czasie wojny w zatoce perskiej rozmawiałem przez telefon z pianistą Alexisem Wissenbergiem, który zadzwonił ze Szwajcarii. Powiedział on:

Ta wojna w zatoce, to wojna walczących ego. W obecnym wieku, w tym kulturalnie zaawansowanym okresie historii, teraz nawet na zakończenie obecnego stulecia, nasze ludzkie cierpienie pochodzi z faktu, że ludzie nie mogą puścić swoich ego.

To jest to, co od niego usłyszałem. Słuchałem tego, jako głosu reprezentującego wszystkich ludzi w dzisiejszym świecie.

Na zakończenie zeszłego roku, były astronauta Rusty Schweikart w drodze powrotnej z Moskwy zatrzymał się w Sogendzi. Opowiedział o tym, że kiedy opuszczał Moskwę, wyjrzał przez okno hotelowe i obserwował spadający śnieg. Śnieg, który padał był podwiewany do góry i wirował wkoło pomiędzy budynkami. Wirował w lewo i w prawo, nie mogąc opaść prosto w dół w naturalny sposób. Nie mógł się powstrzymać, aby nie pomyśleć, że sposób spadania tego śniegu doskonale wyraża wewnętrzną strukturę umysłów mieszkańców Moskwy i ludzi w całym Związku Radzieckim.

Koniec sześćdziesięciodziewięciu letniego reżimu partii komunistycznej było czymś, czego można było się spodziewać. Jak powiedział Konfucjusz:

Chleb jest ważniejszy od broni.

W ten właśnie sposób, bez względu na to jak silna jest armia, nie można pozbyć się potrzeby chleba. Nie można zadbać o ludzi w ten sposób.

Konfucjusz powiedział również:

Ważniejsza od chleba jest wiara czy też zaufanie.

Bez względu na to jak cudownej teorii czy systemu jesteśmy wyznawcą, jeśli ego stoi za tym systemem i ego jest w nim najważniejsze, ludzie stracą zaufanie.

W dawnych czasach, ludzie posiadali głęboką wiarę w boga. Dzisiaj, stracili oni tą jasno oświetlającą wiarę, a także poczucie wsparcia ludzkości przez boga. Ustanowiliśmy ego jako podstawę, stawiając na pierwszym miejscu nasze egoistyczne opinie na temat rzeczy. Ale bez względu na to, jak czyjaś egoistyczna idea jest cudowna, należy ona jedynie do jakiejś określonej chwili i sytuacji i nie jest czymś, co obejmuje wszystkich ludzi.

W naukach buddyzmu jest powiedziane:

Nasze małe opinie krążą w naszym małym umyśle. Nasza harmonijna energia, sama z siebie, rozciąga się poprzez wszystko.

Bez względu na to jak bardzo możemy usatysfakcjonować ego, satysfakcja w końcu zniknie, pozostawiając nas z poczuciem smutku i pustki. Szczególnie kiedy nasze egoistyczne opinie nie są zaakceptowane i nasze ego jest trzymane z dala, cała nasza energia do robienia czegoś słabnie i tracimy zainteresowanie. Wszyscy musimy na chwilę odpuścić sobie nasze opinie. Musimy urzeczywistnić i odkryć całkowicie tą wiarę, która łączy całą ludzkość – wyrażać ją, komunikować ją i zrobić z niej naszą podstawę.

Był taki poeta Ozaki Hosai, który napisał następujący wiersz:

Obcinając paznokcie
Mam dziesięć palców!

Powiedział, że kiedy obcinał paznokcie nie zauważył tego, ale kiedy po skończeniu spojrział na nie przez dłuższą chwilę, zauważył je jakby po raz pierwszy: „Co za cudowna rzecz! Dziesięć palców – ani mniej ani więcej! Jakże tajemnicze! Co za dziwne i cudowne rzeczy otrzymaliśmy! One również dobrze pracują! Te palce mogą zrobić każdą precyzyjną, czy trudną pracę! Są źródłem wielkiej radości i dają życie bogatej ludzkiej wyobraźni. Otrzymaliśmy prawdziwie zadziwiające narzędzia! Mogą trzymać pałeczki i miskę, możemy nimi jeść ryż. Mogą trzymać motykę i kopać nią ogród. Mogą pracować ze skomplikowanymi urządzeniami. Jakże tajemnicze są te narzędzia! Pomimo, że otrzymaliśmy takie cudowne narzędzia, ledwo je zauważamy”. Hosai był głęboko poruszony.

Ozaki Hosai był poetą w stylu wolnym, który ukończył najlepszy japoński uniwersytet w Tokio. Pracował on także jako szef wielkiego przedsiębiorstwa. Pośrodku szalonych ekonomicznych warunków, zastanawiał się desperacko „Czy jest jakaś prawdziwa radość dla ludzi?”. Ozaki Hosai był rozczarowany społeczeństwem i sposobem w jaki ignorowało ono całkowicie ludzkie serca i umysły. Był on rozczarowany grupami ekonomicznymi, które opanowały ludzkie umysły. Był rozczarowany wszelkimi możliwymi zajęciami. Ponieważ nie widział niczego co by dawało odrodzenie ludzkiemu duchowi lub wspierało ludzkie wielkie, jasne światło, wyrzucił cały swój dobytek i zaczął wędrować i podróżować. Opuścił swoją rodzinę, porzucił dom i wszystkie rzeczy, nie biorąc niczego. Nie miał niczego i był całkowicie sam.

Żył w malutkim domu, bez narzędzi, mebli, ani żadnych sprzętów domowych. Sąsiedzi chcieli mu coś ofiarować, ale on odmówił, ponieważ, aby to przyjąć potrzebowaliby miski, której nie miał. Ale wystawił swoje ręce i napisał:

Nie mam miski
Przyjmę to w dwie dłonie.

Dzisiaj wszystko stał się takie wygodne. Jeżeli pójdziesz do domu towarowego, będziesz w stanie znaleźć tam wyłożone, wszystko co chcesz. Kup to! Kup tamto! W ten sposób nasze oczy są przyciągane we wszystkie strony. Jeśli zapłacimy wystarczającą sumę pieniędzy możemy kupić nie tylko najbardziej sensacyjne towary, ale posmakować wszystkie niesamowite smaki i rodzaje potraw. Jeśli włączymy telewizor lub radio możemy otrzymać natychmiast

wszelkie rodzaje informacji z całego świata. Wystarczy, że wybierzemy numer telefonu i możemy rozmawiać z ludźmi na całym świecie. Szukamy wszelkiego rodzaju rzeczy na zewnątrz siebie.

Kupujemy wiele materialnych dóbr i urządzeń. Zbieramy to i tamto, tu i tam, myśląc, że zawsze potrzebujemy więcej rzeczy. Jeżeli nie mamy radości bycia żywym człowiekiem i jeżeli nie mamy prawdziwie żywej wyobraźni, to co mamy?

Jeżeli posiadamy aktywną wyobraźnię, nawet gdy nie mamy jednej rzeczy, możemy stworzyć wszystko. Jeśli stracimy wyobraźnię, skończymy z uczuciem straszliwej melancholii i pustki. Ten świat, którego szukamy, ten świat, który zna każdy, ale który jednakże musimy urzeczywistnić, możemy otrzymać wszystko ponieważ mamy cudowne dłonie. Jak powiedział Ozaki Hosai:

Nie mam miski
Przyjmę to w dwie dłonie.

Nie mamy naczyń, ale z wnętrza naszego umysłu, gdzie nic nie ma, możemy wyprodukować wszystko naszą wyobraźnią. Nawet, gdy nie mamy żadnej własności, możemy odnaleźć wielką satysfakcję we wnętrzu naszego umysłu.

Dalej Ozaki Hosai mówi:

Nawet kiedy kaszlę
Jestem całkiem sam!

Słyszając ten wiersz, ludzie pomyślą, że Ozaki Hosai po prostu żył tak jak wybrał – sam – i kiedy zachorował nie było nikogo, aby zadbał o niego. Myślą, że to jest to co dostaje się kiedy żyje się egoistycznie, jedynie według swoich życzeń. Widzicie, w końcu takie życie jest samotne! Prawdopodobnie ludzie zrozumieją to w ten sposób. Oczywiście, ponieważ żył sam, kiedy zachorował nie było nikogo, aby podtrzymać jego plecy. Oczywiście nie było nikogo, kto powiedziałby: „Napij się tej wody”. Nie było znajomego lekarza do którego mógł zadzwonić i który by przyszedł. Był prawdziwie sam i opuszczony. Ale pomimo tego:

Nawet kiedy kaszlę
Jestem całkiem sam!

„Uchuuuumm” – nawet jeśli nie ma nikogo tutaj, nawet jeśli nikt nie przyjdzie, aby pomóc, mogę kaszleć sam. To „Uchuuuumm” jest dźwiękiem „Nadal żyję! Jestem tu nadal żywy!”. Nawet jeśli wszelkie przyjemności zostaną zabrane, będąc chorym na AIDS lub raka, mając odebraną radość widzenia oczami, słyszenia uszami, odczuwania ciałem, będąc pozbawionym zmysłu węchu i smaku. Tracąc wszystkie zmysły jakimi obdarzona jest istota ludzka, w końcu ludzie wzdychają, wiedzą i mówią:

„Nie potrzebuję zupełnie niczego. To w porządku być bez niczego. Jedynie być żywym, tu i teraz, być żywym to wystarczy”.

„Nadal żywy! Nadal żywy, tutaj! To wystarczy!” To jest to co wszyscy ludzie czują na końcu życia. Oczywiście do momentu, kiedy osiągną taki stan umysłu przechodzą niewyobrażalny ból i cierpienie. Czuli opór i głęboki gniew. Ale nasze ludzkie miejsce rozwiązania, miejsce w którym wszyscy kończymy, jest tym właśnie ostrzem brzytwy energii życia.

Nawet kiedy kaszlę
Jestem całkiem sam!

To jest ten, który jest „sam” o którym pisze Ozaki Hosai, ten który wypełnia wszechświat, ten który czuje niebo i ziemię. To nie ten, który posiada wiele rzeczy, prowadzi luksusowe życie, spełnia požądania ego, wyraża egoistyczne opinie i jest usatysfakcjonowany. To jest ten, który nie mając nawet jednej rzeczy, pozbawiony wszelkich przyjemności, nie traci jasnego źródła światła życiowej energii. Urzeczywistnić to, to urzeczywistnić prawdziwy źródłowy punkt istot ludzkich.

Kiedy ludzie są nadal żywi, ich ego nigdy całkowicie nie zniknie. Nie jest możliwe żyć całkowicie oddzielonym od ego.

Jednak posiadając dotychczas pogląd, że ego było czymś absolutnym stwierdzamy, że to tylko coś, co pojawia się w każdej chwili i natychmiast znika. Jest to coś co powstaje z chwili na chwilę i nie ma prawdziwej substancji. Ono nie znika całkowicie, ale nie jest to pierwotna natura.

Jeśli mielibyśmy dać analogię tego, to byłoby to jak ogromne, rozległe niebo, jasne i przejrzyste. Nasza świadomość ego (w tej chwili i w następnej) to jak coś, co wysyła obłoki, szybujące po tym ogromnym niebieskim niebie. Dla nas ten umysł ego, który pojawia się w różnych momentach jest czymś co bierzemy za coś absolutnego i mającego substancję. Nikt z nas nie patrzy na to niebieskie niebo, widzi te chmury i myśli, że są one stałe i absolutne. Dzieje się tak, ponieważ znamy prawdziwą naturę niebieskiego nieba. Wiemy, że obłoki w pewnej chwili będą zdmuchnięte i znikną, że są one jedynie chwilową scenerią na niebie. Ponieważ jesteśmy świadomi tego wszystkiego, to kiedy niebieskie niebo jest zasłonięte chmurami nie dajemy się oszukać, że nie ma tam już dłużej niebieskiego nieba.

Nasza prawdziwa natura jest jak to. Nie możemy pozbyć się tego ego całkowicie będąc nadal żywym. Ale możemy rozpoznać, że jest ono czymś przejściowym i zmiennym z chwili na chwilę. Możemy stać się jednym ze scenerią, poruszając się wraz z nią, wiedząc, że nasza świadomość ego jest czymś zmieniającym się z chwili na chwilę.

Nasz umysł jest pierwotnie całkowicie jasny i nie zabrudzony. Ten jasny, przejrzysty umysł przyjmuje i akceptuje scenerię każdej chwili i wyraża ją w umyśle każdej z tych chwil. Budda uczył tego ze swojego bezpośredniego doświadczenia. Powiedział:

Jakże cudowne, jakże cudowne! Wszystkie istoty od początku posiadają tę jasną czystą naturę!

Budda był bardzo poruszony tym doświadczeniem wyjścia poza ego, dotykając bezpośrednio ludzkiego pierwotnego źródła.

Jest wielka różnica czy doświadczyliśmy tego prawdziwego umysłu czy też nie, posiadać ego i nie być do niego przywiązany, czy też być przywiązany i nie być w stanie ruszać się pod jego ciężarem. Jest tu wielka różnica. Jeśli zawsze słyszymy i widzimy spod pokładów ego to widzimy jedynie świat wykrzywiony pod jego ciężarem.

Jeśli napotkamy ten prawdziwie głęboki umysł poza ego i następnie damy mu wolny i pełen energii wyraz, możemy dać wielkie wolne życie naszym dniom, będąc uwolnionym od jakichkolwiek przywiązań ego. Używając w pełni naszej wyobraźni, otworzyć to ego na oścież i odkryć to co łączy cały rodzaj ludzki.

Harmonijny umysł sam z siebie rozciąga się poprzez wszystkie kierunki.

Pozwolić narodzić się temu rodzajowi świata, gdzie wszyscy ludzie prawdziwie łączą swoje ręce i energie, jest prawdziwym pokojem.

Jeśli nasze umysły są hałaśliwe i poirytowane, to nie będzie się to mogło wydarzyć. Szczególnie w tych czasach jest ważnym, aby uciszyć nasze umysły i z tymi cichymi umysłami widzieć jasno poprzez wszystkie rzeczy i wszystkich ludzi. Podjąć odpowiedzialność w rozumieniu i kroczeniu tą ścieżką, którą ludzie powinni kroczyć. Trzeba widzieć to jasno i działać energicznie w oparciu o to.

Droga zazen

Sussokan

Każdego roku, gdy zbliża się grudzień, mnisi wyczekują rozpoczęcia rohatsu osesshin. W każdym Dodzio ludzie intensyfikują energię treningu przygotowując się na to osesshin, trwające od pierwszego do ósmego grudnia. Rohatsu osesshin jest dopełnieniem rocznego treningu, czasem, kiedy każdy może sporządzić zestawienie roku praktyki.

Budda doznał oświecenia ósmego grudnia, kiedy spojrział na gwiazdę poranną, planetę Wenus. Jasność tej planety została spostrzeżona przez Buddę z głębi jednego tygodnia samadhi. Budda odebrał tę jasność tymi samymi oczami zazen, które umożliwiają nam również zrealizowanie doskonałego oświecenia.

Cały tydzień tego najgłębszego samadhi został przerwany przez blask tej porannej gwiazdy. Całotygodniowe doświadczenie świata całkowitej duchowej śmierci, wielkiej śmierci, stanu umysłu świata poza śmiercią. W ten świat wdarła się jasność gwiazdy porannej, zanurzając się w oczach Buddy i dając odrodzenie świadomości Buddy.

Zawołał:

To jest to! To jest to! To jest to! To ja! To ja świecę tak wspaniale!

Jak głęboko musiał być poruszony i jaką cudowność musiał odczuwać. Z tego punktu wychodzi cała Dharma Buddy. Z wewnątrz tego stanu Budda powiedział:

Jak cudownie, jak cudowne! Wszystkie istoty posiadają tę czystą naturę! Co za cudownie zadziwiająca rzecz została zrealizowana! Wszystkie dziesięć tysięcy rzeczy, wszystkie kwiaty, wszystkie drzewa, wszystkie skały, wszystkie rzeczy wszędzie świecą olśniewająco! Co za niesamowita rzecz! To ten sam krajobraz, ale jak jest olśniewająco rozświetlony? Co za świeżość we wszystkim!

Z tego doświadczenia głębokiej iluminacji umysłu Buddy narodziła się cała mądrość Buddy. Cały zen mieści się wewnątrz głębokiego doświadczenia umysłu Buddy w tym momencie.

Ludzie ślubują doznać dokładnie tego samego doświadczenia Buddy, gdy rozpoczynają rohatsu osesshin. W każdym Dodzio zen ludzie porządkują swoje życie by być w stanie doświadczyć dokładnie tego samego stanu umysłu, ósmego grudnia, tak jak Budda. To jest mocne postanowienie, z którym przychodzą na rohatsu osesshin.

Istnieje zapis nauk Hakuina Zendzi zatytułowany Rohatsu Jisshu. Jest to zbiór nauk danych każdego wieczora w tygodniu rohatsu osesshin. Hakuin Zendzi nauczał ze swojego własnego doświadczenia by dodać odwagi swoim uczniom i dać im energię do praktyki. Ten zbiór nauk jest pracą ucznia Hakuina, Torei Zendzi. Nie jest opublikowana w całości i używa jej się tylko w zendo dla mnichów z racji swej surowości i srogości. W tekście można znaleźć zapis jak wykonywać zazen, sposób wejścia w samadhi i sposób oddychania (*sussokan*). Wszystko to jest nauczane bardzo szczegółowo.

Chciałbym dać komentarz do nauk Hakuina Zendzi, używając tekstu Rohatsu Jisshu, dodając moje własne doświadczenie w nadziei, że będzie to pomocne w praktyce każdej osoby.

Rozpoczniemy od pierwszej nocy rohatsu osesshin. Hakuin Zendzi mówił do wielu uczniów siedzących przed nim w ten sposób:

Ci, którzy pragną wejść w głębokie samadhi, powinni najlepiej położyć na ziemi grubą poduszkę, usiąść w pełnym lotosie i mieć na sobie luźne rzeczy. Wyprostujcie kręgosłup i całą sylwetkę, ale w wygodny sposób. Rozpocznijcie od sussokan, najlepszego z możliwych sposobu wejścia w głębokie samadhi, skupiając wasze *ki* w *tanden* (podbrzuszu). Następnie, koncentrujcie się intensywnie na koanie do momentu, gdy całkowicie usuniecie korzenie samoświadomości jaźni. Jeśli wtedy zaczniecie kontynuować praktykę dzień za dniem, kensio zostanie z pewnością zrealizowane, tak jak trafiacie w ziemię kiedy w nią uderzacie. Włóżcie w to wszystko co posiadacie.

Głębokie samadhi, głębokie samadhi. Wszyscy mówimy o kensio, ale jeśli nie rozwiniemy naszego samadhi, nie będziemy pracować pomysłowo nad rozwojem naszego samadhi, to wszystko stanie się czymś odległym na niebie.

Szósty patriarcha i Rinzai Zendzi obaj uczyli, że tylko kensio ma największą wagę i że samadhi oraz wyzwolenie nie są uważane za problem. Mówili, że należy troszczyć się tylko o kensio i to wszystko, co jest konieczne; że oświecenie jest najważniejszą rzeczą i że jest to zasadniczy punkt zen.

Budda doświadczył głębokiego oświecenia. Kiedy zobaczył gwiazdę poranną doświadczył jasno swojej prawdziwej natury. Bez tego nie ma Zen lub Dharmy Buddy. Ale po prostu mówienie o kensio nie oznacza, że możemy je zrealizować.

To nie jest era takiej duchowej klarowności. To czas, kiedy powódź informacji zalewa każdą część społeczeństwa, a nasze codzienne życie jest skomplikowane i pełne zamieszania. Nasze umysły z wielką trudnością odczuwają rzeczy głęboko. Jeśli nasze umysły nie staną się prawdziwie przezroczyste i klarowne, wtedy kensio będzie niemożliwe. Jeśli nasze anteny będą całkowicie pokryte rdzą, nieważne jakie sygnały będą nadchodzić – nie będzie można ich odebrać. Jeśli nasze lustro nie jest czyste, nieważne jak wspaniały jest widok – nie może być odbity. Problemem jest stopień do jakiego nasze umysły są oczyszczone i nieprzywiązane. Tylko w tym momencie, w którym są one czyste i klarowne możemy odebrać te sygnały.

Nie oznacza to, że celem jest rozwinięcie naszego własnego cichego świata. Celem jest zrealizowanie swojej prawdziwej natury. Aby tego dokonać potrzebujemy rozwinać głębokie samadhi. Z tego powodu ludzie w treningu potrzebują nieustannej koncentracji nad zazen i utrzymania umysłu praktyki jako podstawy codziennego życia i całej aktywności.

Hakuin rozpoczął swoją mowę:

Dla tych, którzy chcą wejść w głębokie samadhi.

Szósty Patriarcha dał nam zwięzłą definicję samadhi, nauczając, że samadhi oznacza:

Oddzielenie siebie od wszystkich zewnętrznych bodźców i niezmacony stan wewnątrz.

Kiedy spoglądamy na zewnątrz widzimy drzewa, kwiaty, góry i ludzi, i nie możemy wymazać tego widoku. Nie można zmazać rzeczy, które pojawiają się przed nami. Nie możemy

„zamknąć” naszych uszu i czujemy wiele rzeczy: ciepło, zimno, radość, ból, zapachy. W ten sposób żyjemy całkowicie połączeni ze środowiskiem, które nas otacza. Nie możemy się od niego oddzielić.

Najważniejszą rzeczą jest nie być przywiązanym do tego otoczenia. Nie oznacza to by zamknąć nasze oczy, nie oznacza to, by zamknąć nasze uszy, nie oznacza to, byśmy przestali odczuwać zapachy, nie oznacza to, byśmy przestali odczuwać. Oznacza to, że nasze umysły muszą stać się naprężone i skoncentrowane poza tymi wszystkimi bodźcami. Oznacza to, by nie być rozproszonym, nie używać naszych umysłów bez sensu, nie rozluźniać naszej uwagi. Oznacza odnalezienie naszego centrum i za pomocą całej naszej koncentracji zebranie ześrodkowanej energii.

Nie być przywiązanym do zewnętrznych form, nie być niespokojnym wewnątrz, nie myśleć o tym i o tamtym, nie być wypełnionym nieistotnymi rzeczami, nie myśleć o korzyści i stracie lub czy jesteśmy szczęśliwi czy smutni. To można nazwać zenem. Zawsze myślimy o czymś w naszych umysłach. Jeśli pozostawiamy je pełnymi tych myśli to nigdy nie staną się czyste, ale nie możemy również rozkazać naszym umysłom by przestały myśleć. To oznacza, że powinniśmy utrzymywać stan w którym nasze umysły są naprężone i doskonale uważne.

Hakuin dał nam instrukcję do sussokan, który jest prawdziwie wspaniałym działaniem oczyszczania umysłu. Powiedział:

W żadnym wypadku nie bądźcie przywiązani do zewnętrznego świata, a w waszych umysłach nie myślcie o tym czy o tamtym. Umysł dokładnie skupiony tylko na tym co robimy, to jest to co nazywamy głębokim samadhi.

Tak jak Hakuin pouczał:

Ci, którzy chcą wejść w głębokie samadhi powinni najlepiej położyć grubą poduszkę, usiąść w pełnym lotosie i mieć luźne ubranie.

Gruba poduszka jest najlepsza dla tych, którzy chcą wejść w głębokie samadhi. Dla kogoś, kto zamierza siedzieć tylko przez 10 do 30 minut, gruba poduszka nie jest tak konieczna, ale tu w Sogendzi możemy siedzieć nawet przez 12 godzin i jeśli będziemy kontynuować to przez tydzień osesshin, mała poduszka nie wystarczy. Zatem najlepiej jest siedzieć na grubej poduszce.

Ułóż nogi w pełnym lotosie. W zazen można siedzieć w pełnym albo półlotosie. Jeśli jest w ogóle możliwy, preferowany jest pełny lotos. Podniesienie ostrożnie nóg i założenie ich głęboko jest najlepsze. Jest tak, ponieważ wtedy nogi nie zmieniają pozycji. W przypadku półlotosu łatwiej jest uszkodzić wasze nogi. Jeśli siedzicie przez długi czas wasze nogi mogą boleć i będziecie chcieli nimi poruszyć. Jeśli nimi poruszyacie centralna linia waszego ciała stanie się krzywa. Jeśli siedzicie krzywo przez dłuższy czas, straciecie waszą równowagę i w skrajnych przypadkach zdrętwieją wam nogi. W końcu stanie się niemożliwe nawet siedzenie w zazen. Dzieje się tak ponieważ ludzie nie zakładają nóg głęboko i ostrożnie do właściwej pozycji. Gdy założycie je głęboko, możecie na początku odczuwać ból. Zazen jest jedną z form jogi i nie

wolno wam działać niezgodnie z ustawieniem waszych mięśni. Aby tego nie robić należy założyć nogi głęboko. Obluzowanie nóg nie zadziała, muszą być założone tak daleko na udach jak to tylko możliwe. Wypnij podbrzusze (*tanden*) najdalej jak możesz i usiądź w tej pozycji.

Najlepiej jest siedzieć w luźnych rzeczach. Jeśli zaciskacie swoje ciało w jakiś sposób ciężko będzie wam oddychać. Ludzie którzy noszą paski lub wąskie spodnie powinni obluzować je tak jak to tylko możliwe. Wyprostujcie swój kręgosłup i wyciągnijcie w kierunku nieba. Linia między waszymi kolanami powinna stworzyć jeden bok równobocznego trójkąta. Umieście swoją miednicę na przeciwnym wierzchołku tego trójkąta i wyciągnijcie w górę z tego miejsca swój kręgosłup. Ustawcie kark i głowę na szczycie kręgosłupa. Podciągnijcie podbródek i skierujcie czubek głowy prosto do nieba, a ciężar waszej głowy zmniejszy się. Jeśli zrobicie to poprawi się wasza równowaga. Jeśli będziecie tak siedzieć wasze podbrzusze w naturalny sposób będzie wypchnięte naprzód, również dlatego ponieważ kręgosłup jest prosty.

Hakuin mówi dalej:

Wyprostujcie wasz kręgosłup i waszą sylwetkę, ale w wygodny sposób.

To najlepszy sposób by siedzieć. Ludzie którzy widzą was siedzących w zazen powinni w naturalny sposób mieć krzepiące i orzeźwiające odczucie. Jeśli będziecie się zbyt napinać będzie to wyglądało niewygodnie. Jeśli sposób w jaki siedzisz daje jakieś osobie patrzącej na ciebie nieprzyjemne i niewygodne odczucie, to nie jest to właściwa postawa. Ludzie patrzący na was powinni mieć orzeźwiające i wibrujące odczucia.

Hakuin instruował swych uczniów mówiąc:

Rozpocznijcie od *sussokan*, najlepszym z możliwych sposobów wejścia w głębokie *samadhi*, skupiając wasze *ki* w *tanden*.

Te słowa pochodzą z własnego doświadczenia Hakuina, a ponieważ *sussokan* Hakuina jest sposobem oddychania używającym *tanden*, to jest to ten sam sposób oddychania jaki nauczał Budda. Oczywiście Hakuin nie był pierwszym, który to odkrył! Od najdawniejszych czasów, aż do dzisiaj jest to praktykowane w Indiach. W praktyce Zen, nigdy nie kładziono zbyt dużego nacisku na *sussokan*. Jako coś oczywistego, nie był uważany za coś czego trzeba uczyć.

Z powodu ciężkiego treningu jaki przeszedł, Hakuin miał problemy ze swoim sympatycznym układem nerwowym. Jego *ki* podniosło się do ramion i był nie zrównoważony emocjonalnie. Odkrył, że wykonując *sussokan* był w stanie uspokoić swój umysł i w ten sposób zdał sobie sprawę, że *sussokan* może być praktykowany by rozwinąć *ki*. Nauczał *sussokan* każdego od początkujących do dojrzałych praktykujących. Ten *sussokan* musi być dobrze rozwinięty. Tak więc Hakuin instruował:

Rozpocznijcie od *sussokan*, najlepszego z możliwych sposobu wejścia w głębokie *samadhi*, skupiając wasze *ki* w *tanden*.

Hakuin sprawia, że brzmi to prosto, ale jest wiele typów *samadhi*. W jodze istnieje wiele sposobów wejścia w *samadhi*, ale spośród nich najlepszym sposobem jest *sussokan*. Hakuin uczy nas tego z własnego doświadczenia.

Każdy, kto przychodzi do Sogendzi jest uczony sussokan jako podstawy swojej praktyki, i dla tych którzy pracują z tym używając tego w codziennym życiu jest to naturalna rzecz. Można łatwo zapomnieć jak prawidłowo wykonywać sussokan tak więc jest najlepiej by nieustannie i gruntownie sobie to przypominać.

Sposób rozpoczęcia sussokan jest taki jak właśnie objaśniłem:

Najpierw sprawdźcie swoją sylwetkę w zazen. Następnie jeśli wasze ciało jest w prawidłowej pozycji, usuńcie całe napięcie i wyciągnijcie kręgosłup w stronę nieba. Usuńcie całe napięcie z mięśni karku i uwolnijcie również całe napięcie w waszych ramionach.

Kiedy wykonasz to będziesz jak szkielet wiszący w szkolnej pracowni, przyczepiony za głowę i zwisający luźno całym ciałem.

W tej zrelaksowanej pozycji:

Cicho wypuszczajcie powietrze, skupiając swą uwagę na wydychaniu z waszego tanden.

Wasz tanden jest miejscem cztery do siedmiu centymetrów poniżej pępka, które można poczuć jeśli się tam naciśnie. Tutaj jest główne centrum sympatycznego układu nerwowego. Można znaleźć tu również źródło ludzkiego ki. Jeśli gruntownie popracujecie z tym miejscem, wasze ki rozwinie się w pełni.

Jeśli nie jesteście ześrodkowani w waszym tanden, wasz poziom energii z łatwością spada, a wasze ki podnosi się wysoko do ramion. Może iść dalej do mięśni karku i może zacząć boleć was głowa. W końcu możecie stać się oszołomieni, podnieceni, zaczynać płakać bez powodu, i podirytowani, ciężko będzie się wam uspokoić. Jeśli stanie się tak, wasze całe ciało zacznie drżeć. Z powodu zakłóceń w sympatycznym układzie nerwowym możecie stać się neurotyczni. Sussokan jest najlepszym sposobem, by utrzymać wasze ki na dole.

Po uwolnieniu całego napięcia z ciała:

Skupcie się na podbrzuszu, tak jakbyście cały czas oddychali z tego miejsca, wciągając brzuch, cicho zróbcie wydech.

Wydechajcie tak długo jak to tylko możliwe, do samego końca oddechu i kiedy wasz brzuch stanie się całkiem płaski.

Kiedy dojdziecie do samego końca oddechu, wtedy naturalnie, bez myślenia, nastąpi wdech i wasz brzuch napełni się i pójdzie naprzód. Gdy wasz brzuch powiększa się, wdech następuje naturalnie. Nie ma potrzeby wciągać powietrza w czasie wdechu.

Bardzo wygodnie:

Skupcie się na całkowitym wydechu.

Gdy wasz brzuch idzie naprzód:

Wdychajcie odpowiednio.

To tak samo jak w zakraplaczu. Na wierzchołku pustej szklanej rurki jest gumowy zbiorniczek. Kiedy go naciśniesz, wychodzi z niego powietrze, a kiedy włożysz go do wody i puścisz zbiorniczek, wtedy woda zostanie wessana do niego. W ten sam sposób całkowite rozluźnienie waszego brzucha powoduje wydech, a powiększenie się waszego brzucha w czasie wdechu jest tym samym co puszczanie gumowego zbiorniczka zakraplacza: powietrze wchodzi naturalnie.

Kiedy zrobicie wydech, wasz brzuch w naturalny sposób sam się wypełni i w ten sposób wdychajcie. Nie wciągajcie powietrza. Kiedy zrobicie to, nie powinno być prawie wcale napięcia w ramionach i powietrze będzie wchodzić z łatwością. W krótkim czasie zostanie pobrana odpowiednia ilość powietrza.

Jeśli staniecie się zbyt napięci lub zbyt samoświadomi, to będzie to trudne. Jeśli jesteście napięci w przeponie wasz oddech zatrzyma się tam. Prawie każdy zatrzymuje swój oddech na przeponie i prawie każdy stara się przepchnąć go dalej z tego miejsca. Porzucenie tego wysiłku jest jednym z dużych problemów w początkowym uczeniu się sussokan.

Na początku zazen pomaga wykonywanie tego głębokiego oddychania licząc do dziesięciu. Aby pozbyć się samoświadomości, dojdźcie do końcowego momentu oddechu tak cicho jak to tylko możliwe, i robiąc to pracujcie cicho nad użyciem waszego tanden.

Gdy wydychacie:

Dodajcie liczenie od jednego do dziesięciu. Jedno liczenie na oddech.

Gdy wydychacie, liczcie: Raaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaz. . . Dwaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa. . .

Trzyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyy. . .

Liczcie aż do dziesięciu i wróćcie z powrotem do jednego. To jest sussokan.

W czasie liczenia oddechów skupiacie się nieustannie na nich. Jest ważne by podążać swoją uwagą za tymi oddechami. Poprzez ostrożne podążanie za tymi oddechami wasza koncentracja pogłębia się, a ponieważ skupiacie się tak całkowicie, nawet gdy patrzycie na zewnętrzny świat to nie jesteście już tak do niego przywiązani – ponieważ zważacie na oddech i liczenie, zewnętrzny świat nie przeszkadza. Nawet gdy są wokół odgłosy, jeśli wasza koncentracja jest głęboka, prawie ich nie zauważysz, tak samo zapachy, smaki i inne zewnętrzne bodźce. Tak samo z uczuciami, a szczególnie nieistotnymi myślami o tym czy o tamtym. Te myśli znikają w dużym stopniu.

Pamiętajcie:

Skupcie się całkowicie na oddechu i liczeniu.

I tak jak nauczał Szósty Patriarcha:

Oddzielić siebie od wszystkich zewnętrznych bodźców i niezmacony stan wewnątrz.

To oddzielenie dzieje się w połączeniu z sussokan. Stajecie oddzieleni od zewnętrznego świata i nieprzywiązani do jego dźwięków i widoków. Wtedy wasz umysł staje się wolny od przywiązania do nieistotnych rzeczy. Tutaj odnajdziecie prawdziwie wysoko rozwinięty, naprężony stan wewnątrz umysłu.

Daruma Daishi powiedział:

Nie zajęty zewnętrznymi rzeczami, nie posiadając żadnych problemów wewnątrz, jeśli kogoś umysł jest jak ściana, w tym samym momencie jest on w Tao (prawdzie).

Nie oznacza to by stać się napiętym w oddychaniu. Oznacza to dojście do końcowego punktu każdego oddechu i nie być pod wpływem zewnętrznych rzeczy. Wtedy nie można nawet znaleźć miejsca na jakąś zbędną rzecz, żadnych śladów ani przerw. To jest świat zazen, świat samadhi Buddy.

Hakuin nauczał:

Rozpocznijcie od sussokan, najlepszego z możliwych sposobu wejścia w głębokie samadhi, skupiając wasze ki w tanden.

Na początku sussokan wydaje się bardzo niepewny, ale jest ważne by nie przestawać i nie przerywać. Gdy raz rozpoczęliście wasz wysiłek, musicie pójść całą drogą do końca. Osesshin jest w tym celu najlepsze.

Jeśli robi się dwa lub trzy osesshin, to prawie każdy jest w stanie opanować sussokan. Każdy potrafi zrobić chociaż tyle.

To jak daleko można zajść w użyciu sussokan w naszym codziennym życiu jest sprawą indywidualnych wysiłków. Ale jeśli żyjecie w społeczeństwie, siedząc, a potem znów przerywając, to jest bardzo trudno opanować sussokan. Praktyka jest najlepsza, gdy jest oparta na regularnej podstawie.

Sussokan jest punktem praktyki, który powinien być opanowanym w krótkim czasie. Kiedy raz opanowaliście to i sprawiliście, że jest to wasze, nie zapomnicie tego. Kiedy raz to dojrzało i posmakowaliście smak jego głębokiego stanu to nie zapomnicie go.

Mimo że sussokan może wydawać się na początku niepewny i bez mocy, jeśli cierpliwie i twórczo pracujecie nad tym, to krok po kroku wasz oddech będzie szedł dokładnie z waszego brzucha. Po tym jak wypuścicie zupełnie oddech pozwólcie wyjść naprzód waszemu brzuchowi. Powtarzajcie ten proces wciąż i wciąż. Na początku zazen powtarzajcie to 10 razy. Po za tym nie wkładajcie żadnego napięcia lub samoświadomego wysiłku. Pozwólcie poruszać się temu w naturalny sposób.

Mimo że wasz oddech może wydawać się raczej płytki kiedy zaczynacie, faktycznie, jeśli spojrzycie na to w porównaniu z oddechem w zwykłym codziennym życiu, to jest on znacznie głębszy. Jeśli będziecie wykonywać to oddychanie wciąż i wciąż, gruntownie je rozwinięcie. Z tego wydawałoby się nierozwiniętego brzucha wyjdzie silne i energetyczne ki.

Jest łatwo być pełnym rozproszonego ki, które wznosi się do górnej części waszego ciała. Ale wraz z systematycznym sussokan można być łatwo zebrane w tanden i może być odczuwane jako silne i energetyczne ki. Nie możecie stworzyć tego silnego ki na siłę. Jeśli będziecie się

starali robić to na siłę, zatrzyma się to w przeponie, a wasz oddech stanie się krótszy i trudniejszy. Musicie postępować z cierpliwym wysiłkiem.

Na początku nie idzie to zbyt dobrze, ale krok po kroku, gdy przyzwyczajacie się do tego, nie tylko podczas zazen, ale również podczas pracy i innych aktywności, to będzie to trwać nawet gdy jecie jesteście w stanie utrzymać uwagę. Kiedy dojdziecie do tego punktu wasze ki staje się coraz pełniejsze. W końcu, kiedy wydychacie i wdychacie, podstawa waszego tanden daje wam nieustanne silne źródło ki ponieważ oddychacie z waszego brzucha.

Kiedy wasze ki stanie się prawdziwie dobrze rozwinięte i jest naprężone i pełne, wasz brzuch prawie w ogóle nie porusza się. Jest tak, ponieważ prawie osiągnęliście najwyższy stan waszej koncentracji. Szczególnie w tym punkcie nie wolno wam porzucić wysiłku i musicie utrzymać koncentrację, dodając nawet więcej energii. Jeśli zrobicie to wasz brzuch stanie się pełny i bardziej naprężony.

Tutaj Hakuin instruuje:

Rozpocznijcie od sussokan, najlepszego z możliwych sposobu wejścia w głębokie samadhi, skupiając wasze ki w tanden. Następnie, koncentrujcie się intensywnie na koanie aż do momentu gdy całkowicie usuniecie korzenie samoświadomości jaźni.

Wasze wewnętrzne miejsca, wasz głęboki umysł, stają się zupełnie wypełnione, a wasz brzuch również staje się pełen aktywnej energii. Kiedy jesteście w tym stanie umysłu możecie po raz pierwszy pracować nad koanem. Praca bez koanu jest również w porządku. Starożytni uczyli nas, że bez koanu można osiągnąć oświecenie.

Z głębi siebie skup się uważnie na miejscu skąd rodzi się oddech. Obserwuj uważnie ten punkt źródła.

Ten właśnie punkt z którego rodzi się oddech, obserwuj go. Wtedy z pytaniem „Co to jest? Co to jest? Co to jest?” postrzegaj całkowicie. To ki które ciągle rodzi się na nowo z nas samych nigdy się nie zużywa, nigdy się nie wyczerpuje. Idąc z tego ki, rodzą się jeden za drugim oddechy:

Trzymając pewnie to źródło, skupcie swoją uwagę i świadomość na pytaniu „Co to jest?”.

Na początku liczyliście od 1 do 10 ale w końcu, jeśli oddech staje się naprężony i pełny, liczenie nie ma znaczenia. Z tym pełnym strumieniem ki zadajecie sobie pytanie „Co to jest?”. Z tą koncentracją zagłębiacie się we wnętrzu. Kopiecie nieustannie w kierunku źródła oddechu. Utrzymując ten kierunek, odcinacie się, gdy sięgacie po to. Jeśli będziecie robić to z całym sercem, to stracie prawie kontakt z zewnętrznym światem. Wasz własny ześrodkowany umysł nie będzie miał nieistotnych myśli, tylko te oddechy które przychodzą jeden po drugim, do miejsca, gdzie nie ma nawet świadomości zadawania pytania „Co to jest?”. Jest tak jakbyście wpatrywali się w to, nie odrywając oczu.

Wasz stan umysłu zmienia się naprawdę w przestrzenny stan. Ten wypełniony stan umysłu jest jak głęboki, głęboki ocean, ale nie jest jak czarna dziura. W stanie klarownej jasności jesteście zawarci w całkowitej rozświetlonej wspaniałości. Nawet świadomość tego odchodzi prawie całkowicie i pozostaje tylko wypełnione naprężone uczucie.

Ten stan umysłu coraz bardziej pogłębia się i w końcu eksploduje, i również całkowicie odpada. To nazywa się odcięciem głębokich korzeni. O tym mówi Hakuin, gdy instruuje:

Następnie, koncentrujcie się na koanie do momentu gdy całkowicie usuniecie korzenie samoświadomości jaźni.

Odcięcie tych korzeni musi nastąpić najpierw. Tylko po tym możesz doświadczyć tego samego stanu umysłu jaki był w stanie zrealizować Budda i poznać w tym momencie po raz pierwszy miejsce z którego powstała odrodzona świadomość Buddy. Dokładnie ta chwila kiedy zobaczył gwiazdę poranną, dokładnie ten świat w który wskoczył, nie różni się w ogóle od odcięcia tych głębokich korzeni.

W ostatecznym punkcie nie jest śmierć, ale spełniona i przezroczysta klarowność, która jest prawdziwie wyraźna i życie, które jest czyste z wewnątrz. W odniesieniu do zewnętrznego świata jest to tak jakby się odrodzić. Ta odrodzona energia jest wielką siłą i rozchodzi się na zewnętrzny świat. To jest doświadczenie, które opisał Budda. To jest ten prawdziwy umysł, pierwotny umysł, który zrealizował i był zrodzony z wewnątrz.

Pierwotny umysł jest tym czystym absolutnym punktem, źródłem tego prawdziwego umysłu. To co jeszcze nie funkcjonowało budzi się dla zewnętrznego świata, i pojawia się w każdej pojedynczej rzeczy, jest pobudzane i pracuje odpowiednio. Punkt kiedy zaczyna to funkcjonować jest najważniejszy. Gdy ta funkcja nie pojawia się, wtedy znaczenie doświadczenia umiera i to zazen, wykonywane z taką troską, staje się bez znaczenia.

Kiedy ta całkiem nowa świeża świadomość odradza się z wewnątrz, kiedy jesteście przebudzeni do prawdziwego wewnętrznego życia, stajecie się tacy sami jak Budda. To nie dzieje się tylko w środku samadhi, ale jest samą istotą kensio. Wraz z tym przychodzi najważniejszy punkt Zen i Dharmy Buddy.

Jednak, tylko wtedy kiedy rozszerza się to na zewnętrzny świat, ten prawdziwy świat rozumienia staje się pełen znaczenia. W tym celu nie możemy się spieszyć. To jest kwestia jak dalece możemy rozwinąć naszą pełną i naprężoną energię. To jest suma wszystkiego. W momencie, gdy realizujemy to w kontekście krzątania i bodźców zewnętrznego świata, jeśli jesteśmy w pośpiechu, to jest to dowód że nie odrzuciliśmy jeszcze wszystkich zewnętrznych rzeczy. By dokonać tego w całości jest sprawą najwyższej wagi, pracować z tym punktem, nie ważne jak daleko trzeba iść, jest najwyższym punktem zazen.

Hakuin zakończył:

Jeśli wtedy będziecie kontynuować praktykę zazen dzień po dniu, kensio z pewnością zostanie zrealizowane, tak jak trafiacie w ziemię, kiedy w nią uderzacie. Włóżcie w to wszystko co posiadacie.

Powiedział to nie mając na myśli ile lat musimy podejmować wysiłek, ani ile miesięcy czy dni jest konieczne. Rozwija się to zgodnie z wysiłkiem i energią każdej osoby. Pogłębia się to zgodnie z siłą koncentracji każdej osoby. Nie można sporządzić obliczenia. Nie można powiedzieć, że ponieważ przepracowaliśmy tyle a tyle godzin otrzymamy te rezultaty.

Całkowite odrodzenie świadomości jest naszym celem. Zdążanie w stronę tego celu i użycie całej naszej energii w poszukiwaniu go musi być dokonane. Nawet gdy podejmiemy wysiłek, a nasz cel nie jest zrealizowany, to jest tak jak gdy uderzamy w ziemię naszą ręką. Bez wątpienia oświecenie może być zrealizowane. Możemy, z pewnością, zrealizować oświecenie. Hakuin uczy tego z własnego doświadczenia. Wszyscy, my wszyscy możemy zrealizować kensio. Każdy może zrealizować ten stan umysłu i każdy może odrodzić się z tego stanu umysłu. W ten sposób uczy nas Hakuin.