

VARGA IMRE
ZEN BENEDEK

VARGA IMRE
ZEN BENEDEK

Följegyzések egy világi kolostorból

KORTÁRS  KIADÓ

A könyv megjelenését a Nemzeti Kulturális
Alprogram támogatta

A szerző a könyv megírásának idején
a Nemzeti Kulturális Alprogram ösztöndíjában részesült.

A borító Máthé Lajos fotójának felhasználásával készült.

© Varga Imre, 2000

Kortárs Kiadó, Budapest, 2000

Felelős kiadó Mátyás Livia

Felelős szerkesztő Kiss Bori

A borítótér és a tipográfia Szürke Péter munkája

Szedte és tördelte a Windor Bt

Nyomta az Argumentum Kiadó Nyomdaüzeme

Felelős vezető Roznai Zoltán

ISBN 963 9297 09 7

AZ ÚTVESZTŐ KAPUJÁBAN: NAPSÜTÉS, ESŐ

Március 9. Hajnalban dermesztő hidegre ébredek a cellaszerű helyiségben. Érzem, hogy már nem alszom vissza a didergésem meg az útra készülődés izgalmai miatt. Mosdás kívül-belül. Gyakorolni fölballagok Marika üres szobájába, vélvén, hogy ott melegebb van. Magammal cipelek azért az emeletre egy gyapjútakarót is, megnyitom az ablakokat, legalább a tisztítólégzés meg a gerincgyakorlatok idején legyen friss levegőm. Mire a többiek fölébrednek, helyre rázódok egészen. A kocsikba rakodás előtt, javasolom, üljünk legalább fél órácskát, hogy edzettebben induljunk utunkra. (Ezt már Ausztriában írom, az autórádióból skót duda, dob gép, Bécs előtt járunk úgy harminc kilométer-nyire.)

Öt utas a kocsink terében. Balázs (aki vezet is), a kedves arcú hőerőművesünk – blokk-kezelőnk – biztosan tartja a kormányt. Mellette az ugyancsak hőerőműves János, kis pocakjával, hosszú, zsíros hajjal, szakállasan, foghíjasan; egy kicsit előre ugratva az időt, Würzburgban Raszputyinnak nevezik el. Zoli, az alacsony, asztmatikus légzésű, mereven, feszesen bóbiskoló karatetanítvány. Közvetlenül hozzám préselődve Pisti, aki most fejét hátraejtve alszik (ébred filmoperatőr). Bécs előtt tanakodás az autópályán. Hol is kell letérnünk? Mit mondott Szentendrén Áron? A körgyűrű magára vesz, szerencsésen megúsztuk a beszippantódást a város útvesztőjébe. Hegyek, dombok, szőlősorok – mindenképp rendezettebb, vonzóbb táj, mint amit tegnap Budapestre utazva láttam.

Buddhizmus az utastérben. A hangok. *Amikor a mester a fa alatt elnyomott egy másfél órás mantrát. Én a páli vonallal harmonizálok. A láma Cs., az egy örületesen komoly arc.* Ilyes végszavak a négy kerek fölött, suhanásban.

Válogatunk az üdvtanokban, mint kényes vendég az almáskosárban. Az ablakban pedig a melki apátság várkastélyszerű épület-tömbje, ódon zöld (patinás) kupolái.

A hangfalakból szép pogány áhítat (Dead can dance). Hallgatják az álmos, testük rázott ifjú magyarok, s odakint mozdulatlan kísé-
rőink a robogásban: a hegyek. (Bolyongás a hangok, csúcok, dom-
bok, lankák közt. *Into the labyrinth. A világ útvesztője és a szív para-
dicsoma.*)

St. Valentin fölött megállunk az autópálya pihenőjében. Miköz-
ben a legénység harap valamit, nézelődöm. Bekukkantok a kerítésen
túli majorság életébe, hátam mögött az autópályán bög, morajlik
a kocsisor, a fákon üres madáretető.

Németország. Passaunál átgurulunk a Duna-hídon, majd az első
benzinkútnál megtöltjük a kocsizótankját.

Bajor vidék, shenaj szőlő; indiai szomorkás derű a fenyves er-
dő, dombok közt. A lejtőkön fehéren házak, templomok. Wörth a.
d. Donau. Szentendrétől mellettünk a folyó. Bár az ellenkező irány-
ba tart, mint mi, mégis együtt haladunk.

Káprázatok a börtben: fényt megosztó sávok, sötét pászmák, fe-
kete meg fényes csíkok egymásra suhogása a homlokszontok közti
belső térben. Nekem ez is annyira valós, mint az emeletes paraszt-
házak odakint. A szavak és a csend egybeégnék. Ez az út is, a robogás,
a mozdulatlan tudatosságé, honnan és hová is mehetnének az egy
térben? A jelenben vagyunk, s hiába robogunk előre, el nem hagy-
hatjuk sosem.

János eddegél. Két ujjal ki-kicsippent a zacskóból pár szem sós
mogyorót, ráteszi gondosan épp fogára, összerágogatja. Tatáros vá-
gású szeme csupa derű.

Würzburg határában. Hatalmas, művelt földtáblák, dombot nem
hagynak üresen, rendezett sorokban szőlőkarók, oszlopok. Lám: föl-
bukkan a völgyben a város – templomok, ligetek, tömbházak s a dom-
bon a vár.

(A kis zsebfüzet kiszolgálta idejét. Elő a zöld fedelű irkával, ami-
ben az első mondat, hogy szerencsésen megérkeztünk.)

Balázs ügyesen *táplálódik be* a városba vivő sávra. Pár pillan-
at múlva már a Szent Benedek utcában ácsorgunk. Régebben

a kolostorépület alighanem a városon kívül állt, most tömbházak veszik körül, parkok, autópálya, sőt egy benzinkút is a kerítés közelében. Nyílnak a kertben a százszorszépek, kikericsok és téltemetők. Sárga és lila szirmok. Már duzzad érzéken a nárcisz bimbója is. Ebből a kiobbanni kész rendből *bunkofonon* odaszólunk Marikáéknak, bejelentve megérkezésünket. (Ők ugyanis pár nappal korábban indultak, Antalt kísérték el müncheni előadására.) A két hőerőműves nehézfiú nekiered kávét keresni, s mi Zolival aszketikus gyomrú útitársammal kíséretjük őket egy darabig, majd inkább leszakadunk tőlük. Visszaballagunk a kertbe, leülünk a pergola fapadjára, peremén kristályok, kövek, ásványok, középütt szélharang, nézelődünk, hallgatózunk, tapogatózunk. Itt várjuk meg, amíg beér a másik kocsi az öt korábbi útra indulóval.

Megmutatják a zendót (az ülés-termet), párnákat, kisszéket, zsámolyt, térdalátétet választunk, kinek mi a jegyese erre a hétre.

Az ebédlőben sok üres asztal, szék. Most ugyancsak tágasan vagyunk. Majd pár nap múlva várható egy csi kungot tanuló csoport. Citromfűteát kortyolgotok, a többiek vacsoráznak: reszelt zöldségsaláta, sajtkrém, vaj meg avokádóöntet. Átjár a rozskenyérke savanykás illata. A teát lassítva, megpróbálva iszogatom, ereje szétterüljön bennem. Antal, aki most jobbomon ül, vacsorázva, két falat között, sőt falattal a balra ülő gazdaságis nővel beszél. A hölgy derűsen, vajasan válaszolgat. Köztük meg én, a magam hallgatóg csészéjével és német analfabétasággal.

A szobának megörülök, tetszik, egyszemélyes. Kis előtér, majd maga a menedék: ágy, éjjeliszekrény, íróasztal a hozzá való székkal, *vendégfotó*, s az előtérből nyíló kis fürdőszoba, vécével, zuhanyozófülkével. A benti levegőt nagyon hűvösnek találom, didergek, kicsit több melegség kéne most, böjtidőmben.

Az épület másik felét pár bencés lakja (zsolozsmázás, ájtatos imák, bor és tűzdelt őzgerinc), s talán kispapképzője is van, lévén kolostor. A mi térélfünkét foglalja a lelki gyakorlatos, meditációs kolégium. Világiaknak is. Ízelítőnek napirendünk: 6 órakor ébresztőőőő Δ !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! 6.30-tól 8-ig zazen, 8.00–8.30-ig reggeli, 8.30 és 10 között házimunka, 10.30-tól 12-ig zazen, 12-kor ebéd. 13.00-kor tea, kávé. 14.30-tól 16.00-ig zazen, majd fél óra

meditatív séta a kertben. 16.30-tól 18.00-ig zazen. 18.00-kor vacsora. Hatásszünet. 19.30-tól 21.00-ig ismét zazen. 22-kor lefekvés.

Március 10. Fél hat. Kiáradok a megnyitott ablakon. A parkban madarak hangicsálnak, a bejárati kapu előtti utca túlfelén egy pékbolt kirakata ragyog. Antal kopog rám jogagyakorlás közben, nehogy elaludjam mindjárt az első ülést. Kedvesen, figyelmesen, féltő gonddal bánik a koplalóval. (Emberségétől a maradék jóga is könnyebb.) Tegnap vacsora után ugyancsak ő szövetkezett arra Marikával, hogy ebédre a szakácsnőktől szűrt zöldséglevet kérjenek nekem, ez mégiscsak rangosabb ital lenne, mint a reggelről megóvott teamaradék. A konyhá-
nak nincs most erre ideje. (Bár nekem a tea is kitűnő szomjoltó, s az ásványvíz nemkülönben.)

A reggeli gyógyfűtea citrommal, mézzel, ízék, zamatok bősége. A többieknek gyümölcs, müzli, joghurt.

A házimunka is épp nekem való. Kertemből kertbe kerülök. Itt történetesen a komposztföldet rostálgatom. Míg lapátolgotok, a falat odakintről az autóforgalom moraja mossa-csapkodja. Innen a madarak háriának, s egy kissé szerényebben a virágok.

A hulladék újrahasznosítása. Nézzük most a belső szemetet is: megítéléseimet, türelmetlenségemet, a(z időnként föltámadó) haragot.

A munka tart szóval, ennek tapasztalata, rajtam csak a naponta megújuló hajlandóság és kedv múlik.

Zazen. Lótuszülésben légzésfigyelés. Majd tanítás. Willigis Jäger atya a zenről. Nappali tudatunk akár a tó vizének fodrozódása a szélben. Mélyebbre merülve a tó vize is megcsillapul, nyugodtabb. Tudatunk mélyén a transzperszonális szintek. Gondolkodásunknak is le kell csillapodnia, hogy önmagunkba, mélyünkbe merülhesünk. Ha a légzésünket figyeljük, idővel lelassul, beteljesedik, sőt meg is állhat. A tudatosság marad, de gondolataink megritkulnak, majd meg is szűnhetnek. Ez persze nem az akaratlagosság műve. Nem akarnunk kell mindenáron, hanem a fölöslegest *elengedni*. (Ne ragaszkodjunk tehát az akaratunkhoz sem.) Nincs mit elérnünk, mert minden jelen van. (Sőt, fölösen is. A több pedig mindig kevesebb.) Elengedni a gondolatokat, érzéseket, a fölmerülő

képeket, és vissza-visszatérni légzésünkbe. Hogy figyelmünket kor-
dában tartsuk, s megerősödjön az összpontosítóképességünk, érzé-
keljük a kilégzést, olvadjunk bele, lazuljunk el, és számoljuk a be-
légzéseket. Egytől tízig. Majd újra és újra. A kilégzést nyújtuk meg,
hosszabb legyen, mint a levegővétel. A légzésben időzés megnyug-
tat, központosít.

Átjár, meghat annak egyszerűsége, közvetlensége, amit zenmes-
terünk (és bencés atyánk) mond. Tartalmilag ismerős minden, ám
ahogy mondja, megújítja, *most* talál rá éppen. Vele örülök a fölfede-
zésnek. Legyen mindegyik napunk ilyen találó! Pedig nem is ke-
restünk, csak üldögélünk helyünkön.

Munkánkban ne a teljesítmény, az *eredmény* legyen a célunk, ha-
nem a *jelenlét, a figyelem*. Mindig pont ezzel a lapáttal a legfon-
tosabb. A munkánkkal is gyakorolhatjuk az *örök jelenlétet*. A terem-
tést. (Most mindig épp az a szó. Hogy vele létesüljek én is. Az
a mondat, amiben.) Ezzel elengedhetők, elmúlnak fölöslegeink.

Ebédhez engedelmesen odatelepszem, de fölállok a vége előtt.
Most se tea, se ivóvíz az asztalon, csak az üres tányérok előttem, és
a nyálam igencsak gyűlik, míg a többiek jó étvágygal falatoznak. (Pe-
helyfasírozott, sajtmártás, kelsaláta, savanyú káposzta köret. Ennyi
a szakmai tanulság. Elvontan, ízek nélkül, testetlenül, persze.) Kis
teakonyhánkban csészényi malátakávé, s tartaléknak a hőpalackba
gyümölcstea.

Mivel nincs telt ház, slamposak az itt lakók is. Emeletünkön,
a fehérműraktár mellett az üres szobák ajtókeretében drapp szí-
nű szerzetesi karingek (ha azok), s hálóruhák lógnak. A teakony-
hánk mellett lakó nő ajtaja elé is felakasztottak egy ilyen drapp csu-
hát. Ha jól sejlik, most azt tudakolja tőlem, kicsoda lógatta ezt ott
föl. Nem tudok válaszolni (tárgyi ismereteim és a nyelvtudás hiá-
nyosságai miatt). A mosdómat mintha valaki bitorolta volna miköz-
ben eljártam. A kagylóban ürülékdarabok. (A koplalónak sok egy
napra ennyi komposzt.) Később sejdítem, hogy a felső, oldalsó
szomszédból is idebukdácsolhattak, ha rossz az elvezetés.

Vacsorám borsmentatea, s idefönt egy kis malátaital ráadásnak,
virágmézzel bőséges is. A többieknek paradicsomos-rizses vegyes
zöldség: borsóból, zellerből, póréból, sárgarépből.

A délutáni zazen alatt megérinti valaki a lapockámat, rásímít, igazítok, lejjebb a vállam, a mellem feszesebbre, vállam ellazítom, mikor megszólít: *Imre, mégy-e a mesterhez?* Fölismerem, az Antal hangja.

Régóta gyakorolok-e? Jógát bő tíz éve. Végeztem-e a zen légzéshez hasonlót? A rádza jóga légzéseit, igaz más kéztartással, számolás nélkül. Mit dolgozom? Elég-e az íráság a megélhetéshez? Erre aztán csavargatni kezdem a fejemet, akár a nyaktekercs. A kertészkedés. Kell a kétkezi munka, a szerves gazdálkodás, hogy a meditáció csendjét megjelenítsük tevékenységünkben. (S ettől lesz beszédes a mű.) Van-e kérdezni- vagy megjegyezni- valóm egyéb? Nincsen. A *rosi* megrázta rézcsengőjét, ez jelzi, hogy vége a beszélgetésnek (a kint ülőt viszont figyelmezteti, hogy készüljön beljebb). Fölállok, összetett tenyérrel meghajlok, majd kilépve megvárom, míg az utánam sorra kerülő betér, s becsukom mögöttem az ajtót. Kiballagok a kertbe és a halakat szemlélgetem a csöppnyi tóban. Ez a kis kerek víz, lám, megél pár gondolattal is, ellentétben velem, akinek fejében rajokban úszkálnak a képek, eszmék, szavak. Csendes példaképem ez a falatnyi tó; bárcsak ilyen lennék.

Beesteledik, autók morajlanak, egy tücsök hangolgat az ablakon túl, az erkélyen bátortalanul. Még egy kis zazen, vagyis másfél óra az éberség párnáján. (A pékség illata beköszönt, felkorbácsol.) A nap vége gyötrelembe szakad, hat-hét órányi lótuszülés, légzésfigyelés megviseli a magamfajta kezdőt. Panaszos légzések a szomszédok felől, ülés közbeni mocorgás, tántorgós fölkelés, bicegős séta (kinhin) két ülés között.

Március 11. Éjjel kettőkor megállt az órám. A ház ébredésének zajai löknek ki az ágyból. ☉ Tisztálkodás a fél hétkor kezdődő zazenig, igyekezni kell. Délelőtt másfél óra munka a kertben. A nyusedéket aprítgatom egy magas farönkön fejszémmel. A komposztba, természetesen.

Mu-koan.

Van-e a kutyának Buddha-természete? – kérdi a tanítvány a mestert.

Mú – hangzik a pontos válasz.

Nem lenne jó felelet az *igen*, mert kizárólagos, de a *nem* sem találóbb. Az egyikük kizárja a másikat. A Buddha-természet viszont tartalmazza az ellentéteket. Kioltódnak. A megtapasztalás, az élő válasz a megosztottságon túlról, az egységből fakad, ennek hangjelzése a *mú*. Légzésünket kísérő, elmélyítő mantraként mormolni, vagy némán, testünk közepéből kihallva ráhangolódni.

Az *elengedés*. A zenben az ismeretek, a szerzett tudás hajítófát sem ér; a megtapasztalás a fontos. A közvetlenség. Életünk, munkánk is *örök jelen*, másrészt viszont tűnékeny pillanatok sora. Van, akinek lánc: lebilincseli. Elengedni a múltat, emlékeinket, a felcsillanó jövőt is csak tudomásul venni, a jelenben maradvá. Minden terv és emlék kizaklat pillanatunkból.

Mai ebédem az Antal főzte zöldséglé (sárgarépa-zeller tea), kaptam a konyhásoktól egy tálka mézet az elkövetkezőkre (hogy maradjon erőm a kerthez), csakis az enyém, vigyem megőrzésre szobámba, nehogy a közös teakonyhában dézsmára jusson. (Ha ez parancs, örömmel engedelmeskedem. Ha kérés, megfélelek neki.)

Zen-séta a kertben. Leguggolok a sárga meg lila téltemetők közé, s meghatottság. Kiáradna, csapkodja, fessegeti belülről bordáimat; szúk a mellkas. Csorog a könnyem. Nézem az arcokat, társaimét, föl-fölvillan rajtuk valami ismeretlen fény. Szebbek, lelkesebbek, egyszerűbbek, mint idejövetelünk előtt. János – a dohányos – autótársam, kipirulva, *megtisztulva* veti hátát a kerti padnak. A zen-ülés sokunkat megvisel, csoportunk tagjai közül többen el-ellógnak egy félórás szakaszt legalább. Izomfáradtság, görcsök, hitehagyás, gyengeség, elszórakozás. Ez esik a másik serpenyőbe, így méretik le megtisztulásunk.

A vacsorám: párolt karfiolnak illata, sajtfélék meg barnakenyér szaga és egy csészényi megtettesült mentatea. Ítéleteimet újtukra engedem, visszakukkantanak, míg időznék teám zamatában, s a csésze melegétől földerülnék. (Mert nekem azért hűvös, németesen *távolságtartó* a vendéglátás. S mivel ez csak vélemény, a hiba ennyi. A tea fölmelegít.)

A délutáni szabadidőmben pucér felsőtesttel napozok a kerti padon, s közben a regényfélém egyik fejezetét írogatom.

Számolgom: még másfél órányi csendes ülés a végzésig, s Antal zöldségejára (pótvacsoraként) rájárogatok.

Esti gyakorlásunk most zajosabb, mint a reggeli vagy a délutáni. A mester csengettyűje a kisszobából (amikor a tanítványt elbocsátja a *dokuszánról*). Hátam mögött az éberséglécet vivő *verőember* csoszogása, csattanások a megmacskásodott hátakon. Összetett kézzel én is kérem az ütést, begörcsölt hátizmaim ettől szépen föllazulnak, könnyebbé válik az ülés. A gyakorlás után röpgyűlés az étteremben, a hazautunk előtti találkozórol, a búcsúlakomáról, -poharakról van szó.

Március 12. Éjfél-től hajnali háromig alszom, majd virrasztás a vendég-ágyban. Néhány könyvoldalnyt elolvasok. Alapos tisztálkodás, jóga, s már indul a *szessin* harmadik napja.

Gyógytea mézrel. Társaim reggelije bajor zsemle, kenyér, vaj, méz, s aludttejféle is.

Egy föl-fölberregő ördögteremténye – motoros lombrágó, kőmagozó vagy sziklanyúzó megakadt az utca torkában (a kerti fal túloldalán), közben a munkámat végzem, benne *lennék*, ha engedné ez a mondat, s ami ezt előidézi. Fogalmazok ugyanis, miközben fej-szémmel aprítom az ágmaradékot, a tüskés rózsavesszőket kartondobozba dobálom, s dobnám a mondatot is, helyett alakítgatom, vissza hát a munkámhoz, érzékelem a fejsze nyelét, a *fogást*, a csapásokat, izmaim feszülését-ellazulását, a bukszus zöldjének szagát, szóval adottságaimat, ám az *ördögfattyá* meg az *utca torka* nem eresztenek, ebbe ivódik minden indulatom, megbántottságom, ítéletem, amit a kinti borzalmas zaj fölkel, s mint a légy zúg, kereng agyamban ez a pár szó, rászáll minden *tapasztalatra, szavakra*, kénytelen vagyok velük megosztani munkaidőmet. A nyescedék telisded *ördögfattyá*, a *kőmagozó* diribdarabjaival. Az ideges bőgés nem csillapul, a levegő is *érides*, porszagú, bűdös; ennyi maradt a teremtés öröméből.

A kis kertésznő rám osztotta a munkát angolul meg bábélül (megmutogatva) kiadva teendőimet. Kitűnően megértjük egymást. Szokódunk. Egy kortynyi tea két szó között, fogalmazás közben, és orromban a por(!)szag. Még nyolc perc, s az üstgong háromszor

zendül meg délelőtti szemlélődésünk nyitányaként (s ülünk majd némán ebédig).

Ebédem ásványvíz (Staatl Fachingen). Társaimé: vegyes zöldség, tejszínes öntetes rétes.

Sikantazza (csak ülés, kiüresedés). A lét csendjének meghallása. A létezés szemlélése fogalmiság nélkül. Nagyobb térben észleljük önmagunkat, feloldódva egészen a jelenletben. Ami bennünk gondolat, kép, érzés megjelenik, engedjük el. Ne ragaszkodjunk gondolatainkhoz. A tudat, akár a tükör, mozdulatlan. Bár járnak-kelnek előtte (fogalmaink). Az üresség tapasztalata. Ámde ez nem hiány, hanem mindennek eredője, foglalata, forrása. [Csend(ünk)ben maradni.] Ezt a belső tartományt nem akaratumkkal érzük el, mert oda ez a képességünk nem hat, hanem elengedettséggel. Mindent hálával, derűvel tapasztalok, szemlélek. Mert ami adódik – általam, velem, bennem válhat teremtéssé. Minden hasznomra van. Ami ér(int), megtapasztalás!

A délutáni gyakorlás alatt testtartás-igazítás. A gerincemet kiegyenesítik, finoman, érzéssel, de mégis határozottan, vállcsúcsomat lenyomják, kicsit jobbra mozdítanak, keresztcsontom tájkát előrébb tolják, jobban esik az ülés máris, izomfájdalmaim is szűnőben. (Az erőnk nagyrészt arra pocsékolódik, hogy rossz tartásunkat fönn-tartsuk.) Veszik viszont mindjárt a hiúság fénye, önbecsülésem. Én eddig azt hittem, jól ülök, ha akad azért kiigazítanivaló rajtam, semmi kis dolgok. Azt hittem, jó a tartásom. De hát ez nem vélekedés, szerep vagy hit kérdése. A jó tartás benső természetünk megjelenése, maga a megvilágosodás. Tudatosság, közvetlenség, tapasztalat, s ez hiúságon, önbizalmon, kételyeken túli. (Antal mondja később: a kiigazítónk nő volt. Mihelyt helyére menve letelepedett, őt is *kiigazították*. A közös gyöngeség mindig megvigasztal.)

Alkonyatkor a téglákból kirakott kerti labirintust járom, a fordulókban rápillantok szobám ablakára. Ariadné lelkem fonálával, Ariadném mit csinálhat vajon és hol van? A Minotaurus? Kitalálok az útvesztőből, máris mandalává változik. Az elengedettség térképe.

Megromlott a testtudatunk. Nincs, ami bentről tartást adjon. Amit a testtartásunk tükröz, szétszórtságunk, zavarodottságunk. Benső természetemet elfedik, -eltorzítják görcseim, akaratosságom, figyelmetlenségem, önzésem, mohóságom. Ilyenkor a közeli szomszéd válik

céltáblává, szegény, mert történetesen piheg, szuszog, morogva fölbolydultak belei, zsigerei, s motyogok magamban önerősítésképp: megmondtam, a tojásos majonéz nem meditációs étel. Az ítéleteim is *kívülről* köszönnek vissza, nem felelek meg önképemnek. *Jobbnak* szeretnék mutatkozni. Az elszánás még inkább ráfeszít magamra. Ingerültség. Elengedem, de visszatér. Lélegzetemhez pártolok ismét, belemerülök, időzöm benne, ereszteném fölöslegeimet, ami a megtapasztalást takarja, de a gondolkodás, mélézás kudarcérzése mögött épphogy sejlik a tudatosság csendje. De lehet, hogy csak képzelődöm. Én nem vagyok még olyan tapasztalt gyakorló. S vajon miért akarok jobb lenni, mint amilyen vagyok? Kezdetnek ez pont jó, abban legyek tudatos, ami épp adódik, még ha nem is hízelgő rám nézve. Hadd lépjen meg a tapasztalat! Figyelmemmel egyengetem az útját. Lenni egészen. A gödrödből kikapaszzkodsz, és kiszáradva megint magad sötétsége. Ebben a vívódásban megfogalmazódik bennem a hoinapi két kérdés, ha a *rosi* elé jutok. Folytassam-e tovább jógyakorlataimat, mit tegyek, ha nincs, aki zazen tartásom helyességét ellenőrizze, hogyan kerülhető el a rossz berögzöttség kialakulása, hogyan javítsak azon, ami – érzésem szerint – még nem tökéletes?

Öregszel, kedves hősöm, de még mindig olyasmik foglalkoztatnak, amik serdülőként is: a tisztaság, elengedettségek, belső tűz, az igazi én. A keresés. Az vagy most is mozdulatlanul.

Március 13. Három óra tájt fölneszelek, kora hajnalban, mintha igazi kólostorlakó lennék. Testtartás-tudatosítás mindjárt. Hanyatt fekvésemben görcsöt, csomósodást érzek tarkómon, odanyúlok, és riadalommal fedeznek föl ujjaim egy véremtől jókorára dagadt kullancsot. Talán a tegnapi félmeztelen napfürdő közben hullott le rám a fáról vagy mászott föl lábamon a füből. Nagy nehezen megcsípem, és irtózva, kínlódva csavarom ki a bőrből. Utána tisztálkodás, majd gyakorlás a szőnyegre terített takarómon.

Hajlamos vagyok *nekifeszülni* a munkámnak, akár csak boldogult apám. Most tanulgatom, hogy ellazuljak, beleolvadjak munkámba, eggyé váljak azzal, amit éppen teszek. Feloldódva megszentelődni a dolgaiban. Észreveszem, hogy ráfeszítek, ellazítom magam, majd aprítgatom tovább lassan, könnyed, de határozott mozdulatokkal

a kórót, gyékényt, tavalyi virágszárat. Ítéleteimet is közéjük szecska-
zom. Hulljanak csak földre az aprólékkal, lazább maradok, s talán
odaadóbb is. Érzem, megtapasztalom határozottan *könnyebbségemet*.

Minden itt van, minden a körön belül, nem kell semmit megke-
resnem. Elengedni inkább a fölöslegeimet. A töprengés elveszít.
Ami közém, s a pillanat közé ereszkedik, az nem kell. (Ez is, lám,
mindjárt: válogatóságom.) A kevesebb több. A legtöbb a semmi
lenne. Ha *tétlenségből* végezném. De ez a *ha* is *elválaszt*.

A délbe nyúló meditáció után a városba szököm (a séta lesz most
az ebédem). Feltör belőlem nagy csobogással az öröm, ellepi bi-
zonytalankodásomat, a várost, fény hempergeti bennem a sötétség
roncsait, visz magával, rángat előre, taszigál, lökdös a zokogás,
a boldog sírás; szemérmem maradékával érzem, hogy egy szenvedő
idegen boldog hordozója vagyok. Jó a járókelők közt, körbeáram-
lom őket, de jó kitérnem innen, amikor a forgalmas utcából egy
csendesebbe fordulok. Érzem, élvezem, hogy úton vagyok, s hogy én
vagyok az út; megdöbbsent, ez mennyire egyszerű, magától értető-
dő, adódó, én mindenesetre bonyolultabban gondoltam el. Vissza-
jönni ide, vissza, teljes lélekből vágyok rá, mintha nem is itt lennék,
ahová annyira vágyom; nincs más, mint a lét, s ennek tisztuló megta-
pasztalása. Ez törheti át a meddő gondolatok jégpáncélját: élő és
megelevenítő öröm. Megállok, mert előttem már a folyó. Még nem,
nem megyek át a túlsó partra. Visszafelé inkább, szédülten bolyon-
gok, eligazítanak, boldogan találok rá a Szent Benedek-házra. Itt
lenni újra bármi áron, akár koplalva érte negyven napig. (De hát mi-
féle zavarodottság ez, amikor a visszatérés foglalkoztat, holott még
el se mentem. Gyászolom kis szobámat, benne lakhatok pedig.) Ha
a lét bennem tisztázódik, életem tovább egyszerűsödik, így mun-
kám, sorsom se válhat bonyolulttá. (S mivel ez megint jámbor óhaj,
az ész reménye, újragondolom. A csendben, nyilván, ennek ellenté-
te is benne rejlik.) A boldogság visszatér a légzés teremtő ritmusá-
val, a bensőmet érintő léptekkel, az egység biztonsága ez.

A tanítás három nyavalyánkról szól velősen. A *tudatlanságról*, ami
nem ismeretbéli hiányosság. Amikor nincs kapcsolatunk bensőnkkel,
igazi önmagunkkal, tehát nem tárgyi, értelmi jellegű. Az *erőszak*,
a düh az állatvilágban helyénvaló, szerepe van, bennünket, embereket

inkább visszavet, hátráltat fejlődésünkben. Az akaratos önérvényesítés (a mértéktelen önszeretet) könnyen pusztításba, tékozlásba csap át. S végül a *vágyat* említi a mester, gyakran az után kapunk, ami (még, már) nincsen, törődünk, hogy elfogadjanak bennünket. Az átélés helyett meddő sóvárgás.

A gyakorlás külső énünk megtörése, hogy érvényre, napvilágra juthasson szokásaink, szerepeink, gondolataink, önzésünk alól a mélyebb, valódi önmagunk.

Március 14. Odakint valaki mintha bottal püfölgetné a teraszra terített fóliát. Az eső az, váratlanul. Fél négy, ébred velem a város jobbik része. Időzőm még egy kicsit testi-lelki koporsómban, mielőtt nekilendülnék a napnak.

Most veszem csak észre, és rögtön meg is nyitom a fűtőtest szabályozóját. (Ezért volt hát a barátságtalan hideg. Elzárták a fűtést. Az üres szoba megvolt anélkül is.) Lassan fölmelegszünk. Otthonosság. Odakintről a madarak hangicsálnak.

A mesterből annyit *értünk*, amennyit külső énünkön belülről, önmagunkból is. Aki befelé nem lát, nem hall tisztán, világosan, hogyan találhatná meg mesterét? Nem élheti, nem követheti sem Jézust, sem Buddhát, legföljebb ha *érti* őket, épp oly felületesen (minthogy a fogalmak a valósághoz, léthez képest *felület*), ismereteiben kétségekkel, akárcsak önmagát.

Az ébresztő már a szobapadlóra terített gyakorlásomban ér, idecsilingel. A zendóban pedig a hála és öröm könnyei ezért a napért, az újrakezdés csodájáért. A lépteimmel imádkozom, a föld adja alám a *szavakat*, az *igét*, fej és szív csendjünkben megértik. Fohászos léptek: áldása a létezésnek, s amit szokásaim, akaratom, gondolataim eddig eltakartak.

Örülök, hogy most minden, minden a javamra szolgál. Ami nincs, az is. A hiány. Most nem betölteni szeretném (*kivágn*i a pillanathból), hanem megélni, megtapasztalni. Hogy tágul, növekszik. Többet elárul magáról, természetéről, mintha mindjárt koncot vetnék eléje. A koplaló éhségét a harmincadik napon már nem csillapíthatja *földi* kenyér. Hiszen ez megadatik a kóbor macskáknak, az ég madarainak is. Égi táplálék kell, betöltöttség, kegyelem.

A tanítás (*tésó*) a pillanat végtelenségéről, határtalanságáról. Nincs múlt, nincs jövő, csak az élő lélegzet. Az egyetlen. A jelenlét. Isten nem azért teremtette a világot, hogy korlátozza, hogy ő legyen a mindenség szimfóniájának szerzője, karmestere és hallgatója, közönsége is. A mi létünk ennek a végtelen zenének egy-egy hangja: tűnékeny és örök.

Dokuszán (négyszemközt a mesterrel meg a tolmács). Van-e mondanivalóm, kérdésem? Annyi minden, hogy inkább semmit sem szólok. Egymásba villan szemünk. A mester tekintetében minden: a remény és görcseim, hitványságaim és tisztaságvágyam, önzésem, alázatam, hálám és káromkodásaim. Angyalaim, ördögeim állják körül pupilláját. Nézzük egymást sokat mondó hallgatással. A mai beszéde: a tekintete. A zendóban, meditációs párnámra ülve hosszsan, forrón buzogó könnyeim. Édes sírás.

Délelőtti foglalkozásom: összesöpröm a lehullott faleveleket, avart, s egy nagy kupacba talicskázom. Marika (vezetőnk és tolmácsunk) közelemben a virágágyásokat tisztogatja. Odaballagok hozzá. „Azt hiszem, nem lesz akadálya, hogy hosszabb időre visszagyere. De Willigisszel még beszélnem kell.” A nyáron Szentendrén némettanfolyamot szeretne és jógát együtt. (A házaspár férfi tagja nyelvre, a feleség jógára oktatna.) Ez az én egem! Minden megvan. Elégedett vagyok, sorsomnak hálás. Minden kellett, ami volt eddig. Minél mélyebbről, annál magasabbra. Az őszinte ember mindenütt önmagával (is) találkozik. Magunknak kikerülhetetlenek vagyunk. De ezért büszkénck lenni, nyugösködni nem kell, *engedjék el* magunkat!

A város. Szép, arányos (és aranyos is). Várral, szőlösdombokkal övezve, van folyója, piactere. Némileg Pozsonyra is emlékeztet. No hiszen, bajor telepések emelték ott is a város első polgárházait. Reformboltok, kínai élelmiszerüzlet; képeslapok haza. Egy kicsit zaklatott, zsúfolt most, a szemlélődés és munka rendje után. Csatangolunk Zoli barátommal. Az első meditációs ülésről le is maradunk, mert elbambuljuk az időt, s végül még egymást is szem elől tévesztve külön-külön érünk haza. Míg társaink a *kjudo* (zen-fjászat) fortélyait tanulják, én a zendóban ülök párnámon. (Antal később *önösnek* nevezi azt, hogy nem tartottam a többiekkel.)

A zen a köznapok útja. De ha csak a köznapok felé fordulunk, elveszítjük a zent. Így persze önmagunkat is. A mindennapokból, a jelenből élünk (lelkesen), tevékenységünket járja át a légzésünk, figyelmünk, s akkor minden (míves) napunkból ünnep lehet. Meghalni, eltűnni mulandóságainkkal, hogy másnap újjászülethessünk. Magból nő a palánta, belőlünk, magunkból, tudatos életünkől az örökös lét. Ennyi maradt meg a mester rövid tanításából.

A felületes légzés nem mélyíti el a megértést. Amikor tüdők és tudatunk kiüríti tartalmát, a csendben, ürességben fakadhat termő hang. S mi el-elszórakozunk. Tervek, jövőnk, emlékeink, „tudásunk” a jelenlét helyett, ítéletek bitorolják el az átjártság terét, azonosság helyett távolságtartás, véleményünk a világról. Jó kétórányi ülés, és a hiúság hízik tőle, ez akár a perc, a pillanat se kevesebb: a légzés, jelenlét csendje mindent áthat. Leszakadni a szokások, elemzések, gondolatok, ismeretek, tanultság *alá*, az egységbe. Ez a mindenség táplálója, az összeszedettség, az ünnep. Szabbat.

Március 15. A hajnali jógyakorlatomhoz megnyitott ablakon a pékség illata szobámba árad. Madártrillák. Égi kenyér, földi illat, csodákban mozdulok. Hálaérzésem a napért. Az újrakezdésért. Az oldottság öröme. Ha gyarló is, valódi vagyok. Gyakorlás közben megmerevedő vállam, majd oldódása. A városban megint, áruház, bevásárlás, ajándékok otthonra. Bőszen hat rám a tömeg, súlyosbítja az autóforgalom bűze és a dermesztő hideg. Téli utcai ruhám nincsen. Ahogy kilépek a kertkapun, máris elveszíttem magamat. A jobbik rész, amit választottam, kiszakad belőlem. A forgalomból, tömegeből menekülnék *haza*, s kétségbeesésemben eltévedek. Végül mégis útra találok, ahol nincs motoros forgalom, jó szagú a tér, öröm itt időznöm, egy kicsit megcsillapodva, s nem azzal az örült morgással, ahogy még pár perce is megpróbáltam az idő pórázát elszakítani.

Visszatértem. Üldögélek egyedül a zendo frisskenyér-illatában (mert a nyitott ablakon át ideárad), összeszedetem szétszóródott tagjaimat.

Ikebana. A létezést kifejezni, képet adni róla két-három szál virággal. Számomra persze túl bonyolult ez az egyszerű rendszer.

Utána nem túl lelkesen átvonulok a pinceterembe istentiszteletre. A sarumat leoldva odakint hagyom a folyosón, a többiek is mezít-láb, harisnyában; meditációs párnára telepszem egy lány ujjai gyö-nyörően egyszerű melódiát szólaltatnak meg a tumpurán. Mintha az idegemet érintené, szelíden, becézően. Az énektől megtelek, fe-szít, ebből old ki lassan a sírás. A gondolat már könnyeimben csil-lan: lám, itt együtt kelet és nyugat, s mégis egyszerű, izzó minden, megszűntek az égtájak is. Jó itt, nagyon jó, de fáj is ez a jóság. Hal-lom az igét, mesterünk mondja, és nem értem. Szomjas vagyok, éhes. Most az ő szavait innám, nyelném, de csak a szív érzi, teli ma-gammal, érzem tehetetlenségemet, s ettől zokogásom. Egy apácát nézek, aki teljesen itt van. Főllállok a kelyhek felé tartók közé.

Az oldalról belépőkkel felduzzad az áldozni vágyók sora, lassan, vánszorogva haladunk, pedig vonz az üdvösség. Hagyom, csak légzésem vezessen, a figyelmem megszentelte lélegzet, lassan, *vezekelve* mozdulok előre, a légzésem, lassú lépteim is bűnbánóak. Marika kö-zelébe igyekszem, patakzik a könnyem, zsebkendőt kérek tőle, elő-von egy fehérét: „Tartsd meg csak!” A kelyheket egy fiú meg egy lány fogja az oltárt jelképező alacsony asztal előtt. Kiveszem az ostyát, nyelvemre teszem, ekkor pillantom meg a másik kehelyben a bort is. Mit tegyek most? Tanácstalanul toporgok, föltartva a sort, s há-tam mögül már jönnének utánam. Elsompolyogjak? Nyújtják felém megint az ostyáskelyhet, vegyek csak, borba illetem, számba teszem, s ettől mintha mindent elvesztenék magamból. Kiszakad belőlem, amit magamnak véltem. Most csak az alagsori imaterem, ez vagyok, jobboldalt a falon a kereszt, balra pedig faliszőnyegen a kerti labirin-tus mása. A mandala, az ismert. Üres. Nincs benne névvel illehető. Talán legutolsónak maradok a kiürült pinceteremben, nézem az asz-talt, az atya oltárát, ahol a *csoda* történt. Kibotorkálok a folyosóra, a sarummal bajlódom, mellettem egy lány, fölfelé tekintve csodálom az arcát, szépségébe, tisztaságába avatódom. Soha nem láttam még ilyen lelkes arcot. A fénye, tüze mintha nem is ebből a világból volna. Csupa értelem. Fölfelé indulok a lépcsőn, tudatosítva a járást, a ben-sőm fölkorbácsolódik, a légzésem viharossá lesz, s ebben az ítélet-időben vagyok, ez van bennem, sodor, csapkodja, feszegeti bentről bordáimat, elmerít, a szívem, szívemnek is szűk ez a tér, kitágulni,

megnyílni, kifutni, kifelé, az ég alá, víz, vonszol magával a zokogó vihar, sodor, *istenem, istenem!* – ezt süvölti sötéten a fájdalom, az elvesztettség, majd' szétvet a háborgás, feszíti, döngöli megabroncsozott mellem. Sötét örvény, forgat fehéren, vakít, az udvar gyeperé dönt széttárt karokkal, ráfeszülök a földre, *istenem, istenem,* a füvet markolászom, a talajba túrok, teremtőm testébe, ujjaim, mindenem rátalált, a füvecskét, az édes földet óvatosan, álmélkodva végigsimogatom, becézem egyenként a fűcsomó *lelkes* szárait, mindegyik az isten, minden kis levél, a peremük, erezetük, a kövek, a padot is markolászom, lapogatom, keménysége a teremtés bizonyossága, most testesül, valósul, megzajdítom a szélharangot, én vagyok a szellő, hadd halljam, hadd hallja, a kis kőkutacska medencéjébe nyúlok izgalommal, megmosom az arcom, lemosok róla mindent, ami elmúlt, megéledek, magamhoz ölelgetem a kertben ácsorgó lányokat zokogva, mámorosan, szeretem őket, ujjait, kezüket, karjukat végigcsókolgatom, a teremtés csodái ők is, örüljete, szépségesek, *was, was?*, örülünk, nevetnek, a hajuk csodáját simítom, ettől éled tenyerem, föl villanyoz, hogy megérinthetem a végtelen mámort, de hiszen most az vagyok, bármihez nyúlok, az a csoda nyilvánul meg, valaki magához szorít boldogan, megforgunk, az idő pereméig pergünk nevetve, tapogatom az ösvény kavicsait, ragyogva fedezem föl mindegyikben a *nincset*, őt, magamat, még, még ebből a varázsból, teljesedjen, ez mind, amit tegnap tapostam, ez is, az örvény egy lányt fejt ki sötét erejéből, magához szorít, feszesen, *érezem a mellét*, ettől lesz *neme*, röpke riadalom a csupa *igenben*, *szeretlek*, suttojga, *szeretlek*, *te az én emberem vagy*, a ház bejáratához visz a légzés, itt megint a lány átfog, rám feszül, megtapogatom az arcát, mert lüktetése zavarba ejt, a jószág teste ő, *essen, essen*, mondogatja *vagy Willigis atyával beszélnél?* Amit te kimondasz, belőlem fakad, sűgom, karon fog, bevezet a nagy fényes folyosóra, ez is öröm, majd betámogat az étterembe, túl izgaltott vagyok, fehér nadrágomban letérdelve kérek bocsánatot késésemért csoportunk asztalvégénél, várom a feloldozást, nevetnek, végigölelgetem boldogan asztaltársaimat, a magyarokat, s a köztünk ülő nagydarab (gyógyteás) németet is, látom, örül, érti, nevet, mindenkit megérintek, végigsimítok, a földre térdepelve megtöröm a kenyérszeletet, teremtőnk testét, láz izzik, tűz zokog bennem, bort

is kérek, táplálni a mámort, majd kapsz odafönt vacsora után, csillapít Marika tárgyilagosan, térdelek, kivárom, tudom, hogy lesz bor is, s valóban hozzák nemsokára, öntenek egy pohárral, nyújtják, hogy igyak belőle, beleérintem a kenyérke sarkát, és lassan, mélyülő örömmel magamhoz veszem. Most pedig, hála, föl a *rosi*hoz, inkább ne menj, int Marika, pihenjél, most túl zaklatott vagy, de leoldom sarmat, ha így méltóbb vagyok, s meztláb, hadd érezzem a földet, kezemben egy darabka kenyérral térdelek Willigis atya ajtaja előtt, látam térdre hulltomban a csengő gombját, fölötte az írást, talán azt, *kérem ne zavarjanak!* csendben várok, s egyszer megnyomja valaki fölöttem a gombot, fölcsendül odabent a dallam. Kezemben a kenyérszelettel, ragyogó arccal így köszönök: *mű!* s boldogan újságolom, megtaláltam az istent, Marika fordítja nyomban, hogyan történt, mondjam csak el, biztat az atya, sorolom a csodákat, miután behunyorom a szemem, hogy összegyűlhessen megint az a sok, ami történt, a káprázatok, hiszen ki tudja mit élek, minek az eszköze vagyok, milyen sötétben vakító örvény forgat, és honnan, hová, vagyok-e, s milyen néma áramlás sodorja velem a megtapasztalást, miféle bolondság most, akit, amit mindig fölöttem, az égben kerestem, a föld nyelvéen, leveleivel, a lányokkal szól ujjaimhoz, az arcok szépségéből is az ő derűje árad, rám bízta magát, lobogtam végig a kertben, megsimítom a mester ősz haját, amikor történetemben *odáig* érek, hogy a füvekben is az egyet érintettem, az örök keletkezést, *mint most a te hajadban*, az asztalt fogdosom, markolászom, még mindig a bizonyosság, az öröm, elönti eredendő kétségeimet, ezt élem, nem tudva, mi ez a mámor. Az ész hiába habog, keresgél, semmit se tudhat. De nem is kell magyarázat, így tudatlanul most ez a bölcsesség. A tévelygés, alkonyati bolyongás vagyok, az atyának hozott kenyér, várakozásaim biztonsága, bizonyossága. A mélység bennem, ennek rettene, ahonnan a szó megtestesül. Visszajövök novemberben, visszajövök, mondom, addig dolgozom a világon és magamon. Nézem a rosi arcát, s látom rajta, ez így túl kérkedő, *kétséges*, nem gondolva arra, mivé alázhatnak a köznapok, gyengeségeim lassú visszakéredzkedése megint kiszoríthatja belőlem ezt az elevenséget, újra magam terheivel leszek teli, nyilván belehalok, de hát most elszántam magam, németül is megtanulok, hogy a tanítás gondolatait megértsem, isten

meztéllásbolondja. Csoportunk összesereglik a folyosó fordulójában, riadt kíváncsisággal figyelik, mi történik. Itt várokoztak, míg odabent voltam. Péter, a filmrendező, aki csendes szeretettel ügyel rám, kísétál velem a kerítésen túlra, a városi parkba, kis tó, vadkacsák is talán, s föl-föl-fölbukó riadalom, hogy elveszítem, akire-amire rátaláltam, bár érzem ennek hiúságát: az egységből jöttem, oda térek vissza, s ez így volt, de nem tudtam róla sokáig, hiába mozogtam benne, elfoglaltam magam egészen, a *káprázatig*, s néztem az égbe, hátha ott megsejlik, aki bennem nincsen. Pedig a teremtőerő nem valuta, hogy megőrizhessem, kamatoztassam; naponta ki kell üríteni magam, elengedni fölöslegeimet, hogy legyen bennem tere; megújítani minden pillanatban szövetségünket munkámmal, léletemmel, a szemlélődéssel. Ez a legfontosabb dolgom a világon, amiben már nem lehet *kétség*. A többi úgyis adódik. (Bár könnyen visszagyűjtögethetem elhárnyt kacatjaimat, s elnehezülve didergek *józan* eszem condráiban, a hidegben.) A mámor nem válogat a szavak közt, elég neki a köztük levő üresség, ennek öröme, mélysége, értelme, fénye. Szavak voltak eddig is, szavaim s gondolatok, lám, áthúzott mindent ez a nap – elvágódással lett érvénytelen. Vagyis hogy érvényes. Minden új még a ma született körül. (Ha kívánhatom, legyen is ilyen megújulás, *tanulságos* ezután is.) Willigis mester almája, az áldás rajta, belőle nyerek erőt, megtapasztalást.

Csak megbírja ez a gyöngye lélek, bármit érintek is, általam érzed magad. A kezem: a te kezéd. A kő is bensőnkben növekszik. Ilyen után, dadogva, hadarva, részegen ünnepelek.

Erre derülök: az életünk, a sors végső soron egyszerű. *Csak* hitelesnek lenni, s ez a *csak* a minden. A keresztünk. Labirintus. Mandala.

Ajtómba tűzve egy papírlap. Arany rombusz. Az egyik lány ajánléka. Már maga az ábra is tudatja a rajzoló nemét. Üzenete így szól: Isten megáldjon! (*te újszülött, gondolom hozzá*). Áradó figyelem minden, mindenki iránt. Ölelgetem az embereket boldogan. Könnyebb így, mint mikor álarcom mögül megítéltem őket. Megtörtetem, hogy az egység helyreálljon.

Míndezért a teremtés figyelmemet kéri, türelmemet, s adjam tovább rögvést, amit kapok, mert csak a megosztott marad az enyém. Amit kuporgatok, megtartanék, elveszttem máris.

Gyerekes örömmel mondok hálát ezért a napért, életemért, hálát mindenért. Köszönet társaimnak közelségükért, de a távolságtartásért is. Ami fölmerül bennem érzés, felelős vagyok érte, de tárgyilagosan nézem. Keletkezett belül egy kis üres, meghitt tér. Játsszótér, szó-tér, ahol most a teremő igazgatná a kezem.

Az elszántság: ide visszatérni bármi áron.

Antal almalevet kenyeret hoz szobámba, csillapít, kérdezet, beszél. Marika teával jön, kedvességük levesz a lábamról, a köszönetet érzem irántuk, és sugározom is feléjük, mert az övék, vissza kell adnom.

Esti tusfürdő, törülközés, csupa meghatódás, minden mozdulat teremő; a csoda öröme, édessége.

Ha életünk alakítója, teremője úgy akarja, elzuhanásunkból példa, lázbeszédünkéből ima válik; almát hoz a beoltott magonc.

Az ész éhes marad. Pedig mindent bekebelezne. Ám ez a tudás, ami sejlik, most nem tudható, nem ésszerű; ami igen, máris érvénytelen, veszik. Tudásom káprázat csupán, a mennyiség zavara, tudatlanság.

Március 16. Mielőtt lámpát gyújtanék, már föl villan bennem a fényed. Örömkönnyek, hála, imádkozom is, amennyire ez a magamfajta megtérttől telik. (Most nyitva az ablak, és madaraid derűre, boldogságra segítenek.) Meghatódom a lámpa fényén, a takaró elsimítésén, az asztal formáján is. Ha lépek: a teremőbe fordulva, árasz el egészen! Meghalnék, hogy lelket kapjon a világ, önzésem halála: föltámadásunk. Most érzem harminc ürülő, gőgös nap után, hogy kiárasztasz. (Meg kell téged szólítanom, hiszen ez az üresség annyira emberi.) Angyalaid szolgálnak nekem: a vízé, levegőé, tűzé (mert lángol bennem ez is), a földé, ahová lábam teszem. Szolgáid vagyunk, teremő, hogy sorsunknak urává válhassunk.

Te vagy sírásom, nevetésem; hiszen ugyanannak a forrásnak kibuggyanásai. Ahogy a tengerek és édesvizek ugyanegy elemnek az áhítata, rettenete. Kinek életére vagy, hogy emésztő szomját veled oltsa, kinek halálára, hullámod lesz a sírja. (Másokat meg a föld angyalai ölelnek magukhoz – füvek, fák zöld dicsérete alatt.) A gyakorlat testem és légzésem fölajánlkozása szépségednek, növekvő

tereidnek, elevenségednek, örömödnek, csordultig betöltesz, boldog nevetésem, hajnali tündöklés, az élet mámora. Soha még szerelem eddig nem gyújtott bennem ekkora lángot. Belélegezve, a mélyből előáradsz, a kilégzésemmel visszaadódok neked, hogy boldogan várjam levegőd angyalát, hadd illesse megint az orrom.

Nincsenek hozzád méltó szavaim, ami van, rissz-rossz, másoké, teljesen csak a csendem áld. A leírtak tépett árnyékai annak, amit érzek, esetlen mormolás lesz, de te biztosan érted, *mindenünk*, nem vetsz meg érte, mert ettől is vagy, a szerelmes ember szavaitól. Ha azt mondom, *isten*, ugyan mi ez, mert nem az vagy, akinek gondoltalak, *hittelek*, az a képzet nem te vagy, s nem a gondolatok rólad. Te nem lehetsz hitek *tárgya*, mert te élsz (csakis te élsz), teremtéd magad velünk, bennünk, általunk, a szavak pedig, amiket olvastam hatalmadról, műveidről, nem az én szavaim. A beszéd most hozzád légzésem, figyelmem, tetteim, hogy mindig csordultig teljenek veled (nehogy csak *én* megint), mert csak a teremtés küldheti el álmélkodásunkra a boldog hajnalt. S most mégsem a csend. Írok, mert kiárasztasz. Rigóid hangjával, napfelkelte tarlótüzével, de azzal a morajjal is, amivel *szolgálólányodat*, a természetet zargatja az ember, *meg is fertézteti*, ahogy mondták volt régen, de te az életen kívül nem fényeskedsz, ám minden tagod él, ragyog, mert kiáradsz magadból élőbe-halottba, létünkbe, újra és újra teremtve és betöltve a semmit, ez a mi világunk, sötétségünkbe fényed esik, minden benned van, belőled, minden a te életed. Minden szent.

Új nap támad, megtölt mámorával. Kinyitva ablakom a szívem is tárul. A madarak hangjában egészen. Majd ahogy légzésem velük ünnepel, hiszen ma vasárnap. Miért akarjak kevesebbet, mint szárnyasaink a fákon? *Tégy engem, Teremtőm a te szereteted eszközévé!* Kuporgok itt Szent Ferenc kérésével az irkám előtt, s hanyatt kell feküdnöm, befogadnom az elevenséget az ég felé forduló testtel, egészen megnyílván, sírás és öröm, nincs más kiáradás a teremtésen kívül, ebben valósulunk. Gyakorlásom: fohász. Majd a munka, a reggeli takarítás öröme. Lebegek a tennivalókban. Odalent a zazen. Könnyű, üde vagyok, ami sötét, görcsök, feszültség, bennmaradt az éjszakában, boldogság ülnöm, a külső zajok, hangok elhalkulnak, visszafakulnak a tér pereméig; csöndesülök, ki-kiringya

főöslegeimből. Hálából-örömből patakzó könnyeim, a légzés gyönyörűsége, szabadsága.

Némi izgalom a dokuszán miatt. A fölvezető ember kihív a zenedából, térdelve várok az előtt gyapjúszőnyegén a mester csengőszavára, Marika mellettem álldogál izgatottan, bizonytalanul, ő úgy tudja, hogy majd reggeli után fogadnak.

Előtte, mégis.

Ami maradt belőlem, most biztosnak érzem (mert a világé és testvéreimé is), ez az elragadtatottság, átjártság, lelkes kapcsolódásom öröme, meghatottsága. Mámor. Amint tapogatom a világot, visszata-pogat engem. Hálám mesteremé is, derűsen-megrendülve lépek a kis szobába, meghajlok előtte, letelepszem, meg is kérdi mindjárt, nos, hogy aludtál? Feneketlen sötétbe hullva, öntudatlanul, régóta már ilyen mélyen, ilyen *egészen*, s a bennem földerengő fény, a mélyben *elmozduló* csend ébresztett. Lámpát gyújtok, ettől köröttem is világos lett. *Történt egyáltalán valami?* – kérdi a tegnapi és mai mámoromra utalva. Ránevetek, fölharsan kacagásom. Legyintgetek, hajlongok, csapkodom hahotázva a földet. *Á, semmi! A hegyek újra hegyek, a felhők megint felhők lettek.* Az ismert zen-koant idézem, amit a könyvbéli mester a megvilágosodásról faggatózónak mond. Jelenthet-e a szatori változást? Hiszen csak valódi természetünkhöz jutunk közelebb, illetve azzá válunk. A mester is nevet a hegyeim, meghajlok előtte tisztelettel, ő is előttem, leborulok.

Ami történt, a *rosin*ak semmi, túl van rég rajta, mint regényíró az ábécén. Mégis naponta belőle él. Hanem aki nem tapasztalta meg, amit én, annak is *semmi* csupán. Szavak. Minden megtapasztalás, az egységé, ürességé személyes földadat, tudásként átadhatatlan, közölhetetlen. Semmi. Üresség.

Nincs már hitem nekem, ellobbant tegnap, csak a belső föld bizonyossága, a lélek taváé, füvéké, lélegzetemé, az embereké, a te fiaidé, örökkévalóm.

(Jaj, zajdul föl a mámor mélyén, csak el ne hagyjon a nappal!)

Az történik, aminek meg kell lennie. Különös, nagyon új, tanul-gatom a kiáradó szeretetet. Ügyetlenkedem. Hogyan adjam mindig tovább? Amiért reggel is fohászkoztam. Nem bántok-e meg vele va-laki mást? (Ám ez későbbi kérdés lesz, naplóm sorait átmásolva

zöld irkából.) Magamhoz ölelem, szorongatom társaimat boldogan, önfeledten, s mintha éhes lennék, nem elég, még, még, még a bizonyosságból, ahogy gyerekként éltem ártatlanul. Jó most az útra készülődés, a csomagolás. Csomaggá váltam magam is. S elkeveredett lelkemben az útvelem. Érzem, hogy izgatott lettem. Egy pillanatra megcsapott a szórakozottság szele. A testem, gondolom, most hazaviszik, én már kiáradtam a teljes térbe. S ez a határozottabb tapasztalat. Hová is mehetnék, ha mindenütt vagyok? S mégis. Ez a kétágú ellentmondás, az ellentéteknek ez a boldog találkozása száll a személyautóba. Nem lesz könnyű újra lenni. Bár *most* az nagyon. Megborotváltam, ha már a mester tanácsolta, a fejemre is jutott pár csöpp mandulaolaj, akár a biblikus időkben a böjt után. Elindulhat a test. A köznapokba megint. Az elnehezedés(ek)be, gyöngeségei felé. A reggeli után apró darabokra tördelve szétosztogatok búcsúképpen egy karéj kenyeret, összeölelkezem vendéglátóimmal, a tegnapi lányokkal, még, még, két asztal leszedése közt is van ked(vesség)ük rám, búcsúzkodunk derűsen. Csoportos fényképezkedés. Ez is a barátokra találás és elvesztésük egy ideje. Szitáló esőben gördülünk ki a kapun, miután Péter hosszú nyűgösködésemet elunva lefényképezett a labirintus kijáratánál.

A bajor nagy erdők táján lobogó, szakadó esőbe futunk. Ami lett belőlem, az zuhog, verdesem az autó tetejét örömben, nem szólak rám, mert eső vagyok, paskolom a fákat, a völgy házait, mindennek belsejét is, a csendet.

(Másnap idehaza az orvosnő vizsgálata erősebbnek, tisztábbnak talált, mint böjtöm előtt voltam. Csak a tenyerem szívvonala fölött tűnődik hosszan. Valami történt közben a szívemmel, mert jelzi a vonal. Átölelem boldogan és megajándékozom egy befőttesüveg hordós káposztával.)

1997

ZEN BENEDEK

November 3. Toporgok a hideg hajnalban, kicsit elbizonytalanodva, én vagyok-e az, akinek ma indulnom kéne, vagy tévedésből másvalaki helyett kelek útra. Vagy épp senki helyett.

Este a fűtőtest szabályozócsapját megnyitva a forró víz zubog, morajlik a hetes szoba fűtőlapjaiban. Az Olümposzon lakom, így hívják a *fedélzetközti*, a ház hosszanti szárnyában, a harmadik és a negyedik emelet közti padlástér-beépítést. Három autóval jöttem ideig. A beszédes mikrobuszossal, a német-magyar nyelvű Sándorral a legtovább, őt a Telekocsi szolgálat ajánlotta. Sok kardamómimagot elrágcsáltunk útközben, s ettől erősödött szép lassan szövetségünk. Majd egy munkára visszautazó magyarokat szállító kisbusszal, végül egy idekint dolgozó magyar, fülbevalós, illatos építésvezető személykocsijában utaztam. Aki nagyon igyekezett, sietett valahová, máskülönben persze szívesen helybe vinne. Nem ismertem ki magam az esti városban, találomra mentünk, itt-ott kérdezgetve azért, a fontos ember viszont rettentően idő szűkében, így le is tett a célpont előtt jó fél kilométernyire, az egyetem közelében. Két diáklányt megállítottam a késő estében, a Szent Benedek utcát keresem, az egyikük térképet vesz elő, nézegeti, majd elmutogatja, merre menjek, amiből édeskeveset értek. Pislognak felém, hülye helyzet, és nevetgélnek. Kínjukban is persze. Egy idegen férfitől sok minden kitelik. Nehéz táskával, kofferral vánszorgok a park mellett, a ritkuló járókelőktől kérdezősködve. Már-már föladom, lefekszem ide a fák közé vagy egy bokor tövébe, majd reggel tovább vánszorgok. Ha egyáltalán megérem a másnapot itten.

Ma reggeli emlék lányom anyjának kedvessége; napos, derűs út volt. Itt németéknél a szíves fogadtatás. A szoba, körülnézek, egyszerű: ágy, szekrény, szék, asztal, vendégváró párnázott szék meg egy ósdi könyvespolc. Külön a közös mosdók és vécék. Az édes

mosolyú, segítőkész gazdasági vezetőnő, miután megmutatta a szobát, elbúcsúzik, mondván, a reggeli fél hetes meditáción újra találkozunk.

Kirakodom a táskákból és jóízűen elfogyasztom az M. csomagolta hamuban sült pogácsát és a jókora almát.

Már az ágyból ugrom ki, hogy ezt a pár soros emlékeztetőt leírjam. Nehogy mindjárt elsőre adósa maradjak a napnak.

November 4. Az utca sötét szakadékára nyíló tetőtéri ablak. Odakint nem látszom még. Egy kissé beljebb: zaklatott szoba. A fűtőtestben kerिंगő víz zúgása, mint a fülé. Fejfájós, ingerült idő. A kellemességeket mind kiszűröm. Az ágy puhasága sem jó most. Zúgás a hajó gyomrában. Hiába dugok fülembe papírsebkendőt. Szomjas, virrasztó kérdés vagyok: minek is jöttem én ide, ebbe az alattomos zúgásba-zajba? Reggelig szétráz egészen. Ki kell innen szöknöm. Ennél már csak tegnap este voltam szánalmasabb, amikor csapzottan, fáradtan habogtam az egyetemista lányok előtt. Nem tudtam szabatosan megfogalmazni, hogy melyik utcát keresem. Megikrásodtak számban az idegen szavak. Az arcomon is nyilván ez látszott. Majd újabb kérdezősködés, egy idősebb asszonytól, aztán egy fiútól, aki nem tudta, hol a keresett utca, és végül egy borosflaskót lóbáló legénytől; ő viszont kedvesen, mókázva útbaigazít. Teljes lényemmel figyelek mindenkit a találkozás első perceiben. A szobával is így vagyok. Mi az, amivel ellenemre van? Dühbe gurulok: s *egyáltalán* hol a csudában fogok én mosni? Ennyi fölösleggel, kishitúséggel, sértett hiúsággal képtelenség beilleszkedni. Szimatolok a tavaszi sütődeillat után, de csak a város morajlásából a porszag. Most persze máshol lakom, mint tavasszal, ott a berendezés is kopottabb, silányabb. Pár órányi alvás után káprázgatok, pillogok csak. Egy zöld kabátos nő előrehajolva hívja a kutyáját. Az öleb egy másik, távolodó képen. Mindkét részt sötétség forgatja alá. Ahol ekkor egy autóajtót becsapnak. Becsapottnak érzem magam. A folyosón, ajtóm előtt elsietnek.

Eszembe jut a tegnapi ácsorgás két kocsizás között egy Nürnberg melletti benzinkútnál. A kimosakodott, fontoskodó autósok elegánsan tolnak félre útjukból. Vagy sunyin, idegesen, épp csak rád pillantva szöknek, mint az a szőke fiús hajú lány. Mintha veszedelem

elől iszkolna, úgy eliramlik. Egy másik nő évdni kezd velem, mint egy vedlő selyemfiúval. Nyilván a kiejtésemről lett mámoros ő. *Tényleg oda? Ne mókázzon uram! Würzburg az nincsen. Eladták drága kincsén.* Ezt már én költöttem ki ilyen dalosra.

Kiderül, mennyi elvárással és mennyi fölösleges holmival jöttem. Mintha naponta karnevál lenne a kolostorban. Hallgatom a zúgó radiótort, üzenetét szeretném megérteni, de csak ingerültebb leszek.

A fogadás, bár késői időben érkeztem, kedves, szívélyes volt. A gazdaságis hölgy segített cipelni a kisebb csomagomat, mikor fölinult megmutatni a szobám. Én az első emeletnél fordultam volna le a lépcsőházból a tavaszi szobám felé. *Nem, nem ide. Az Olimpioszra megyünk.* Mintha közben azt mondaná a tekintete, minek ide ennyi holmi? (Ez persze az én nézetem a bőrönd súlya alatt.) Látja, mennyit szerencsétlenkedem, segítene, de nem engedem, majd azt javasolja, az egyik táskámat tegyem csak le, lejövök érte később. Rühellem poros utcai cipőmet is. Idebent mindenki papucsban, otthoni lábtyűben jár. Női lélekvezetőmet is kifáraszthatta a nap (meg az élet). A közös férfi fürdőszobában van egy mosdód, de a tükrös sor végig foglalt. Dohogsz magadban. Hol borotválkozom majd, és hogyan?

Nyilván bolond vagyok, és nem találok a helyem. Ezután már sosem. Minek annyit árvázni, keseregni hiába? Ha ilyen nyugtalan, önző, álmatlan, nyöszörgő lényé szerencsétlenedtem itt, ahol a tavasszal megérintettem az élő valóságot, jobb ha kivetem magam a nyitott ablakon az utca horhosába. Fölismerik-e testem a vegyesbolt piros reklámfényében, föléhajol majd valaki és rémülettel hallja, hogy úgy zúg bennem a halál, mint fűtőtestben a víz.

Csak hogy akkorra te már *hűtött test* leszel.

De nézhetjük az élet felől is, toldom meg jó két hónap múlva, az újszülött sírással jelzi, hogy megérkezett.

November 5. Ha lenyugszol, észreveszed a mosdódugót (öblögethetsz hát), majd a szárítóállványt, és hálás vagy, amikor a szobá(d)ba visszatérve melegen fogad.

Kezdődjék hát az önzés megtörése! A vécék, mosdók tisztításával indul, a tükröt kifényesíteni, a mosdókat tisztára súrolni, majd szárazra törölni. Utána a sárgának nevezett terem portalánítása,

majd a kolostori tanácssterem (?) párnázott székeiről kefélem, por-szívószórom le a csuhaszórót, miközben Krisztus szigorú szemmel nézeget rám a falról. Reggelinél a *háziak* asztalánál ülök büszkén a mester mellett. De még vissza a munkához! Az ágyneműraktárban rakosgatom sorba-rendbe a lepedőket, paplanhuzatokat, párnacihákat, a sárga meg piros törülközőket, kéztörölőket, lassan, figyelmesen, lélekjelenléttel, mert a munka folyamata ugyanolyan fontos, mint a végeredmény, az elvégzettek büszkesége, öröme. Mivel ebédig még van egy kis szabad időm, mert korábban végeztem, rögzítem szobámban azon patyolatszagúan az eseményeket, némi büntudattal, hogy a magam örömeire megrövidítem a közidőt. Bár ez így *álságos*, hiszen nem magamnak írom. Tehát: amit csentem a réven, visszaadom a vámon. Bár égő szemmel, mert keveset aludtam a radiátor zúgása miatt.

Az ebéd (ha már krónika, legyen kövér): párolt articsóka krumpilipürével, saláta, majd csemegének puding. Nagyon egymás közt vagyunk. Csak a hosszú idős vendégek meg a ház alkalmazottai. Közünk egy amerikai úr is, aki töri a németet, de nagyon igyekszik. Velem szemben egy szöbögő asszonyosság, ami étel a torkába belé, annyi beszéd szorul ki onnét.

A zúgó radiátor miatt más szobát keresnék. A folyosó túlfelén van épp egy parkra néző, de a radiátor ott is sípol. Maradok inkább helyemen, ha sorsom idevetett.

Megismerkedem Erwinnel. Hat éve él itt a házban. A könyv- és kegyeszerárudában és a *szétküldőben*, postázóban dolgozik.

Izgat nagyon a szobacsere. Még egyszer bekukkantok a szembe-ni szobasor üreseinek egyikébe. Belépek, s ahogy a padló megnyikordul talpam alatt, vissza is fordít. Bár sajnálom a jó kilátást az őszi parkra.

A szemben lakó kijött a folyosóra, segített bezárni az ajtót, amikor hosszasan csőrömpöltem a kulccsal, mert nem jól illeszkedett. Az ő ajtaján színes nyomat: kikötő napnyugtában vitorlášhajókkal, csónakokkal, és a lakó neve: Max.

Az olümposziak a földszintre járnak meditálni és az alantás(nak tartott) munkát is ott végzik, illetve ott is, ami a vécék tisztítása, a szemetesvödörök kiürítése, a padozat fölmosása.

A tisztátalantól ódzkodunk, elfordulnánk tőle, másra háritanánk, az alacsonyabb rangúra terheljük. A Benedek-házban a brahmani szintet és a sudrkrét is járni kell, nincsen kiválasztottság. Hacsak az nem, hogy itt élhatsz.

Ha lakóhelyünk tisztátlanságával szembesülünk, sőt ennek tisztítása lesz a munkánk, talán lélekben sem félünk majd attól, hogy ami bennünk tisztátalan, észre vegyük.

Délután a zendóban alig három-négy ember üldögél. Én nem bújok el a gyakorlás elől, hiszen ezért jöttem ide. Bár a háromórás ülést egyvégtében nem sokan bírják. Van, aki csak a vacsora előtt kukkant be fél órásckára.

Az átköltözést mégis csak megejtem. Elhagyva kesergő, öngyilkosságot tervelő árnyékomat a hetes szobában. S itt nézhetem ablakomból a japános kertet. Épp szemre esik a fedett kör alakú pihenő, mellette tavaszi boldog arcra borulásom, világot előntő mámorom helye. Jó lesz odalátni innen magasból. Bár ez most távolság is. Magamtól is, alighanem.

A testi vesződés ellenére örülök a gyakorlásnak. Bárcsak ne lenne vége, ilyesmiket gondolatok, amiből vissza a légzéshez, testtartáshoz, s közben, írom, idemorajlik nyitott ablakomon rockzene valahonnan, halkul, majd újra felmordul, csörömpöl. De lehet, hogy én hoztam magammal még boldogult úrfikoromból.

Minden kérdés elvlaszt, behatárol. A zen-kérdés, a koan talánya viszont épp a határtalan, osztatlan lét megtapasztalására indít. Válaszoddal az egész nyilvánuljon meg. (Ne csak a te részed.) Ebbe aztán a kérdező is beletagozódik.

Ma már mélyebb tudatszintre szerencséltettem. Az alagsori illemhelyek és a pincélépcsők tisztítása. Majd az oldalszárny vendégszobáinak felmosása, s közjátékként az Olümposz kiürült szobáit takarítgatom, és a templomból fölzengő orgonajátékra vonulok le az ebédlőbe.

Délután bélmorgásos ülés, robbannak odabent az ebédrepeszek, és nekicsapódnak hasfalamnak, fortyog a figyelmem sűrű fekete szurokban.

November 6. Álomra ébredek az éjszaka, de nem vagyok elég serény, elodázom a följegyzést, reggelre meg elfelejtem egészen.

Ma a tisztátalanság újabb rejtelsei. Az olümposzi illemhelyek takarítása a tisztem (a tükör fényesítése spiritusszal, az ülőkék megtisztítása, a kéztörölkő tisztára cserélése, a padozat felmosása, majd a férfimoldó kitakarítása). Utánuk a földszinti könnyítőhelyeket kapom gondozásba, aztán a Hildegárd termet porszívózgatom.

Az ebéd galambbegy- és tejfölös uborkasaláta, hagymás szósz meg tofus csicseriborsó-főzelék. Városi sétám közben a szabadabb arcokba szabad betekintennem. Váratlanul nagyot sóhajt a hátam mögött a hidegen cseperészetű esőben egy ingre vetkezett lány. Mikor hátrafordultam, szélesen rám mosolygott, de sodorta az utca tovább, engem utána a lábam, a szívem talpamban dobogott, bár szégyelltem, hogy nekem is épp arra a járhatnék, amerre neki, de nem volt okom miért letérni vagy átmenni a túloldalra. Meg aztán, jól (is) esett nyomában maradni. Az egyik templom előtt zöld gyíkjelmezen, piros farokkal, düledt szemű posztó álarcban egy fiú szórólapot osztogat, odamegy az én csinoska sóhajtóm is. Beforgatja az emberörvény, elsodródik; beváltok mindjárt az átjáróház-üzletsorba: rockénekes egy dobogón (a korosabb fajtából), büfé, gyorsfényképek, leszállított árú holmik.

Borítékba teszek a lányoméknak egy levelet, hozzá a park fáirol is kettőt, anyámnak képeslapot írok.

Nyugodt vagyok, a körmeim békésen nődögélnek, nem kell élüket vennem, hogy meg ne karmolják esetleg valakit.

A volt szocialista tartományból Katja, aki szépségét a ruhatárban egy pillanat alatt elveszti, kajlává válik, olykor az ebédlőasztalnál is, megtalálja bennem a helyét, bár minduntalan azzal tesz próbára, hogy oroszul társalogna. Nézem a szemben ülő fiút és lélekben magamat, hogy né!, mekkora adagokat befal, és közben mondja-mondja. (S ez vajon miért ingerel engem?)

A perem figyelmünkkel a központba kerül; megcsillan a kezdet gödrében a *Semmi*. A *kerül* nem azt jelenti, mintha bármi is elmozdulna közben, a figyelem tart, egyetlen pontba sűrűsödve, és ami vagy, túlra, a felszín alá merült.

A gyakorlás zsúfoltságomra, túltelítettségemre, húzód(oz)ásaimra, fájdalmainra derít fényt, nem történik még, hogy a hernyó rusnya

bőréből kibújva lepkeként fölszárnyaljon. Kétségben vagyok. *Két ség között a pad(ló) alá. A pad alól kilóg a lóláb. Padlóláb.*

A mester se tegnap, se ma. Másfelé jár. Még az ajándékot sem adtam át.

Vacsorára várakozva a német nép engedelmességén gondolkodom, ami együtt jár a misztikához való vonzalommal. A külső, behatárolt térből a bensőbe törne át. Még az istenét is feledi istenért. Nagy kísértés a rendezettségből a teremtés izzásába, fekete örvény forgó fényébe kerülni.

A szakácsokat érdemes lenne megismertetni az emésztés szempontjából párosítható alapanyagokkal, ételekkel, s az erjedésgátló fűszerek használatával is. Kevesebb lenne (ha volna) a sajtos gomba, a paradicsomszószos, uborkás tészta, a tejszínnel leöntött gyümölcssaláta, a szójatúrós borsófőzelék, s kerülné az asztalra utóízeseítéshez fahéj, paprika, gyömbér, édeskömény, ánizs. Ebédhez egy kis kenyér. Ügyelni rá a konyhásoknak, hogy az elkészített étel ne keltsen fölfúvódást. A többi meg a figyelmes evésen és alapos rágáson múlik.

Az esti meditáció után két belsős üldögél olümposzi teakonyhánk asztalánál, az egyikük cukordinnyét kanalazgat, közben bele-belehörpint pálinkáskupicájába, társának is kis pohárka keze ügyében. Az egyik itt lakó férfiről beszélgetnek, aki kábszerezik az isteni valóság felé áhítózza, ez bizony így nem szép. Ennyi hangzik el, amíg megiszogatom malátakávémát. Mivel nem szeretem senki kibeszélését, gyерünk a szobámba.

Az esti meg a reggeli meditációra bejárnak a városiak is. Délután viszont csak egy páran vagyunk mi, a hosszú idejű vendégek.

November 7. A takarítás lendülete áttöri a nyelvi korlátokat. Időnként még a (jelképes) szobák falait is. A személyi határ megsemmisül. A mai munkaelosztó Luise helyett egy sebes beszédű fiatalember. Kétszer is elmondatom vele, mi a teendőm, és mégsem értem. Így esik, hogy elfoglalom a nagy darab Jürgen hadállásait az alagsorban. Onnan kiakolbólitva följebb kaptatok egy színttel.

Az ebéd: spenóttal töltött lepény, saláta. Vacsorára a maradék nyers zöld és főzelék. A kettő együtt túl sok. Választani tessék!

Merő sajtás a gyakorlás. Megélem, milyen gyötrődőnek, húzó-dásosnak, fájdalmasnak lenni.

A városba kiruccanásaimat alighanem szüneteltetnem kell egy ideig. Fölkavar, a testet meglepi, érzelmeimet fölajzza, a képzelet harisnyakötő-gumiból készült parittyákkal lövöldöz meditációs termünkben az aranyozott gong közepébe. Ettől megkordul a gyomrom. Amitől viszont feltámad egy testkerub, s fölmászna torkomon át az agyba, hogy megnézzze közelebből nyugtalanságom forrását, de megdöbbenve veszi észre, az átjáró veszettül összeszűkül, úgy látszik, erre neki fölfelé nincsen. Zavarában szárnytollaival kaparássza torkomat. A gyomor és agy között ételnevek, csemegeábrándok, fűszeres illatok járnak föl s alá.

Ez a *képes* nyüzsgés, a jelentéktelenség zár magába. Így nem lát-szik, hogy én lennék a legboldogabb. Hol a föld válik hepehupássá, hol a magasság szédít. Botladozom.

Sokat eszem, ez az érzelmi kiszolgáltatottság jele. Az érzékeny-ségem viszont lassan visszakapja terét. Mindjárt megérezem, ha fi-gyelnek. Még a rám gondolást is.

Zúg immár a lelki nagyüzem szirénája. Tajcsi és kontempláció. Érkezik egy sereg ember.

Egy fürdőkáddal, tarka macskámmal, meg a hozzám bűvő lá-nyommal állok sorban. Mihelyt nyílik az ajtó, belépek. Nehéz így forgolódnom. Mindehhez még a meditációs párnát is egyensúlyo-zom fejemen.

Forró, égő lüktetésre, szaggató fájdalmakra, szűrősan izzó térd-üzületre hull az esti szertartás harangszava, majd a gongütés. Mintha a fejemre sóznának. A bölcs idézet már aléltan talál. Így várni a nap végét jelző üstgong hangját. A keresztbe tett lábbal ülést borzasz-tóan megszenveded, te szegény magyar.

Lassan baktatsz fölfelé az Olümposzra, ahol szállásod vagon.

November 8. Cserélik a tetőt a házon, új cserepei tudatosságból lesznek.

Érzelmek felhőszakadását megbírja, a reménytelenség hóföregetege sem jut át rajta. A padláslakó nyest egy ideig csendesebben kénytel-len megtérni vackára vagy zsákmányra indulni, s mivel a nesztelen-ség természete ellen való, ő ezt nem akarja, inkább elköltözik.

Szombatunk reggele már az új csoport(okk)al. Takarítás, pihe-nő, majd a kimosott törlerongyok összehajtogatása.

Az újjászületéssel nyelvünknek, mozdulatainknak, érzéseinknek is újjá kell teremődniük. Az új német szavak, emberség, összeszedettség, figyelem, öröm most ugyanannak a színnek árnyalatai. Tanulgom idegen nyelven is a hallgatást.

Törlerongyok hajtogatása a takarításvezetőt helyettesítő fiúval. Kölnben él, jogot végzett, és négy hete van itt. Néha egy-egy szó közöttünk. Mondom a kölni koboldok nevét németül, *micsoda?*, s miután megismétlem, hatalmas meglepetést keltek velem.

Az ebéd párolt sütőtök kockázva, gabonakása, cékla- meg káposztasaláta.

A háziak közül néha az újonnan jöttek asztalához is telepednek, így nincs merev elkülönülés.

A belső várost félkör alakban parkgyűrű övezi. A park és a Szent Benedek-ház között egy forgalmas autóút, kereszteződések. Abla-komból éjszaka rálátni a jelzőlámpák színváltkozására.

Járom a parkot, már barátságba is kerültem egy terebélyes fával. Az avar illata, fölöttem a tiszta ég, feltörnek bennem az öröm hullámai. Az utcán, a jó szagú, csinos nők közt, kétszer-háromszor is megcsap a szívszél, de nem dülök el. A járdán előttem a *Rezidencia* kerítése mellett néhány ázsiai csöppséget vezetget egy lány. Az egyik hosszú hajú apróság rám feledkezik nagy szemekkel, ez tölt be egy ideig sejtelmes erővel.

Szombat, színéváltozás-ünnep. Szabbat. Istentisztelet. Helyette inkább maradok az ülőpárnámon. Még tanulnom kell a szavakhoz, gyakorolom a csendet és az értést.

A meglévő ismeretekhez újakat halmozni, hogy jobban *tudjak*. De csak a tehetetlenségem növekszik. A valódibb tudás, mikor a fölöslegesen elengedjük, kiüresedünk, a folyton megújulónak (és ebben változatlan) szabad terévé válunk. Ha tudásunk *kész*, megvan, bezár. Egyoldalúság ez is, korlátozza életünket.

Angyalok itt a nők. Semmi begyeskedés, *ohne* lobogó sörény, sóváran csillogó fogak, titkokat sejtető szoknyahasíték (ez azért feltűnik időnként, írható hetekkel később, az igazság miatt), nincsen házi kísértés. Egy kortynyi keserédes kóstoló a végidők kupájából.

A délutáni gyakorlás alatt úgy érzem, vége a feszülésnek, a fájdalmas lüktetésnek. A test megértette végül feladatát: könnyedén, de tartással. Korai az öröm. A következő alkalommal rosszul ülök párnámra, így időzöm, elzsibbad a lábam, fölállni is csak ügyel-bajjal tudok.

Az öröm-szakács a vacsoráról csak a neveket jegyzi: zöldsaláta, kenyér olívaolajjal locsolva, szezámvajjal.

A késő esti gitárszólót a város nyöszörgése, az asztmás vezetékek fújtatása, súpása lepi el, s ebbe hasít bele egy mentőkocsi szirénája. Ez a hangoskép kísér nyoszolyámra.

November 9. A sok újonnan jött tanfolyamos közös munkaidőnk alatt lelepte a házat, kertet, pincét, konyhát. Egy óra alatt végzünk a tecndőkkel. Pihengetünk egy kicsit.

A lótuszülés fájdalmai megint. Tarthatnék már egy kis evésszünetet, hadd eméssze fel a testem tartalékait és lazuljanak ízületeim.

Szónál maradvá: az ebéd párolt zöldség, spagetti és madársaláta.

Sétám közben a felpúposodó árnyék alól kibújik egy erényöves kurva, és így csábít: Hagyd a szókincseket! Gyere szobára. *Megpipázzlak.* Ilyeneket vélek, miközben elpedáloz mellettem egy vörös hajú. Utána láng lesz minden. Gyógyszerem vagy, édes, unalom ellen, a számba veszlek. <Szádba vétettem.> A barátnője is, az ő nyelvén elolvast a gyönyörűség. (*Égkrém vagyok. Guru Nánuk.*) (S közben ezek azt hiszik, csak lófrálgatok.) A két lány meg néhány fiú továbbmegy előttem, mintha nem is történnénk közben sehogy.

Szegény kuruc sétája a gazdag városban. Jómódú esmeg unalmas népek ezek a bajorok, gondolom, és átszámítgatom hazaira a kirakatok választékát.

A piac sarkán teli sátorponyva óra, mindegyikük húsz márka. Ez egy darabig izgalomban tart, ott ödögök a sátor közelében, vissza is megyek, hátha tévedtem. A szemerkélő esőben indulok a házba, át a Rezidencia franciaparkján, a kúp alakúra nyírt tiszafák, kört és téglalapot formázó bukszusok, szökőkutak, faunok, nimfák, pánok kőalakjai közt.

Isten megsemmisíti magát, hogy a világ létrejöheszen. De ez az önküresítés állandó teremtés, az őszi levelek színe, a téli fagyok

előtti árvácskaágyások meg a csupasz fák is ennek erejéből vannak. Isten a csend, de minden hang róla beszél.

A szökőkút medencéjét levelek fedik. Nem látni a mélyben a teremő arcát.

Nyelvi nehézségek. Csak ezek is hasznomra váljanak, érleljék meg szűkösségükkel, napi gondjaikkal a bőséget, szabadságot.

November 10. A kedvességet, sok remek ízt nehogy magamban őrizgessem. Gyerekség volna így eltékozolnom. Figyelem mások iránt, az asztalnál először a szomszédaidnak kínáld a kenyeret, az ő csészéjükbe öntsél teát, csak aztán legyél te. A munkádban sem a látszat a fontos, hanem amit csinálsz. Az út, ha *egészen* figyelmes vagy, célállá válik.

A parkban egy mókus a borostyánlevelek és a lehullott avar közt keresgél, milyen szép vörösesbarna szőre és milyen fürgén szeli át előttem az ösvényt. A városból jövök haza, tünődve, miért nincs az emberek közt, aki ennyire kedvesen, elevenen, természetesen futna dolga után. Talán az egyik kislány a megálló felé. De püpként hátán az iskolatáska.

A sóska-borbolya vöröse mögött a parkban valaki kínai energia-gyűjtő gyakorlatokkal mulatja idejét. Kaszál a kezével, lassan megfordul, leguggol vontatottan, hajlong. A mókustól ő is leckét vehetne hajlékonyságból, fürgeségből, természetességből. A ritkulóan sárgás-zöldes fák fölött az ég báránnyelűs azúrkeksége. Az öröm lüktetve kirajzolja a levélformákat, ízzenként az ágakat, s lassan, ahogyan a fa nő, a törzset is körbearszolja. Ebből a nyugalomból, békés életből lehetne polgári elégedettség, jópofaságnak tartva a délelőtti folyosósúrolást meg az étkezés előtti áhítatot, de nem erre igyekszem, hiszen nem a kényelemért, a gyógyító nyugalomért vagyok itt. Nem ezért elsősorban.

A párolt kelbimbó íze megrendíti a böjtöstre tervezett ebéd szigorát, a magvas kenyér is ellenállhatatlan, meg a saláta is ízlik nagyon. Eltelek szépen. Alkalmom az önelégültségre, hogy olajos mosollyal, bólogatva álldigáljak az időm előtt, előrehajolva kissé, mintha a következő pillanatban már az örökkévalóság ölébe zuhannék.

Szegénységemben gyűjtenék minden utamba kerülő értéket, a városba sietve a frissen hallott, olvasott német szavakat, kifejezéseket

mondogatom újra, mint aki buggyanófélben van éppen. Az utcán ki-kiemelek a boltok, utazási irodák elébe tett szórólapokból, színes katalógusokból. Ügyelni rá, nehogy a szobámat ezekkel béleljem ki.

Egy utcai fülkéből lányoméknak meg anyámnak telefonálok. A lányoméék megvannak, köszönik szépen, áll még az adóhivatal is. Anyám az egyedüllétre panaszodik. *Halottak napján is, meg búcsúkor is magam vótam*, mondja a telefonba. Most, hogy ilyen tiszta a hangzás, a távolság köztünk csupán látszat, bár maga a látszat is csak látszat. A távolság megvan, de az áthidaló szavak is elhangzanak. Ellentmondások kereszteződése a világ. A telefonfülke nemkülönben.

A lépcsőházban fölfelé menet, a madonna ikonképe előtt, halom, hogy *odabent* bugyborékol rotyog. Tán csak nem a kicsi Jézus? Inkább a falban a víz- meg szennyvezeték.

November 11. A Vörös terem takarítása már-már mitológiai munka. A falak mellett sorjázó székeken, alattuk, a sarkokban, még az ablak alatti felnyitható fedelű ülőpadon is a párnatöltelék fehér pihéi csomókban, pamacsokban, gombolyagszerűen. Közben a szemem is érzi, az orromat is csiklandják, kaparják a takarítás szelében fölverődött pihék. Védőszemüveg kellett volna, és orrom-szám elé gumizni a védőmaszkot, ahogy a párnatömők. Az okosságnak is ideje van, s itt most nem az, sajnós. (Ne húzd föl a vállad, lazítsál! Még egy kicsit. Így, így.) Az alagsori Emo-szoba portalanítása is az én örömem. S ezt egy tamtamon hírül is adom a falaknak, miután kikapcsolom a porszívót. Az alagsorból feljövet, az irodaépület körüli aszfaltozott járdáról söpröm össze a faleveleket, s eltalicskázom a komposzt-előkészítőbe. Munkaidőm vége felé egy gyufásdobozba színeket gyűjtök, a vadszőlő, juhar meg az akáclevél épp kedvemre való, egy üvegecskébe pedig madárhangokat, bogársóhajtást a szűkösebb napokra.

Az öröm nem csitul meg bennem, minden mozdulatomra kiárad.

Aranyöi, aki tavasszal egy arany színű rombusszal lepett meg, most újra itt van, és a lépcsőházat söprögeti. Nevetve összelelkezzünk.

Morog szigetünk körül autóival, helikoptereivel, szirénáival, csörmpől vasával keserűen a tenger. Itt biztonságban vagyunk.

Ebéd utáni sétám célja, hogy a szójas egybesültet, a párolt zöldséget és a salátát lejárjam izmaimba. A kacsás tó mellett észreveszem Aranyölet, aki háta mögött összekulcsolt kézzel igyekszik. A tó fölött egymásra nézünk. Így villannak össze sóváran a partok. Azon töprengenek, hozzá szegődjek-e, megvárva, ahol utunk találkozik. De elveszi a kedvem riadtsága, mintha menekülne a találkozás elől. Egy parkban vagyunk végül is, nem zavarom meg magányát. Látom, hogy az egyik autótútnál megfordul, és iramodik vissza a házba.

Ugy tervezem, megnézem az ökoházakat, de utat vesztek, és inkább az ökolányokban gyönyörködöm. A park terebélyes fáiról hulló leveleket gyerekek kapkodják a levegőben, de a szél úgy megforgatja esés közben őket, hogy kanyargós útvonalon ellibbennek a sóvár kezek elől. Kamaszlányok ülnek a napsütést élvezve az egyik ligeti pad támláján, cipőjük, táskájuk az ülőléceken. Az egyik csinoska kedves-pimaszul rám köszön, megkérdi, hová megyek, ezzel máris a nap hőségévé válik társai szemében, ünnepeletti magát még akkor is, amikor a bokrok takarásába érek.

A szemerkélő esővel veszik a napos vidámság. Az utcáról bemenekülünk fedél alá, védett helyre. A városi forgalmon át vágok csapást hazafelé a házba.

A *közvetlenség* gyakorlására jó az ilyen kiruccanás is. Mennyire maradok tudatában mozgásomnak, létezésemnek, mennyire ezt élem, s mi az, ami erre ráakódik, elfedi, s milyen hosszán? Mennyire leszek csak tehetetlen színpada képzeletemnek, érzelmeim ellepettje, áldozata? Már a leghalványabb tapasztalatra irányuló figyelem is kitágítja benső terünket, biztonságot, örömet teremt.

A szomorúságot és a magányt érzem házbeli társaimból, ez tart vissza, hogy közeledjem feléjük. A nyelvi tehetetlenség csak utána jár ennek az elszigeteltségnek. Végül is közel vagyunk egymáshoz, közös fedél alatt, a figyelem, a közös munka, társunk segítése valószínűsőbb kapcsolat, mint ami illemből, *szavakból* adódik. Egyikünk sem csupán jólneveltségből nyújtja oda a kenyereskosarat szomszédjának. Egymás iránti figyelmünkkel valami rajtunk túlit illetünk. Könnyebbé válik napjaink terhe.

A parkban egy bizonytalan nemű lény sántikál előttem. Asszony-nak vélem, mert zoknijai fölött mezítelen a lábaszára. A fején ritkás

fehér pamacs a haj, ahol megmaradt, fölébe nyúlkal, mintha tépkedné vagy eljátszaná a hajszagatóst, netán valamit morzsolgatna fejére. Ezt minden egy-két sántító-csoszsanó lépés után megcselekszi. Ámulva megyek nyomában.

A lelkem női fele viháncoló, tüzes menyecskévé változik meditáció közben, mindenét feltárja nekem, csak őt figyeljem. Menj most, háritanám, ellibben, de visszatér megint, én hívom őt azzal, hogy gyönyörködöm benne. Az ülés utáni körjáráskor már hasogató fájdalmat érzek a medencefenéken és ágyékom mindkét oldalán. A képzelt gyönyörért valóságos fájdalom.

Alpári kis pótkoan. A rókatündér kikapta a gongos kezéből a harangütő fakalapácsot mielőtt bronzot ért volna. A meditálók hasztalan várják az ülés végét jelző kondulást. Van, aki sziklává változott, másoknak csak a csontváza marad az ülőpárna mellett. A terem helyén az érzékenyebbek még évszázadok múlva is észlelik a hát- és láb-fájások kisugárzásait. A rókatündér viszont az egyik kései magyarázó szerint alighanem csak egy üléstől meggyötört szerzet koholmánya.

November 12. Mitől a benső térnek, érzéseknek, akaratnak ez a szűkössége, mintha a reménytelenséget élném önmagam rabjaként? Rám csukódó vasszűz most az időm. Pedig van elegendő belőle, nem is az emlékezés vagy a képzelet tágitja határtalanná, inkább a tiszta tapasztalat. Az örök nem tartam, mennyiség, hanem a pillanat teljessége. Amíg vágyunk rá, nem kaphatjuk meg, mert épp a vágyunkkal válunk ki belőle. Sóvárgunk az után, ami folyton adódik.

A reggeli meditáció után az előtérben, miközben a sarummal veszködöm, odalép Aranyöl, megfogja a kezem. Mióta vagyok itt? Meddig maradok? Tudok-e németül? A kisujjam körmén mutatom azt a parányt, ami engem a nyelvből megillet. Majd találkozunk még, mondja mosolyogva. Az utak itt keresztezik egymást, hiszen valamennyien kereszt(ez)úton járunk.

Mára a Vörös termet takarítgatom meg a fürdőszobánkat. Most munkaszünet, délelőtti pihegés a továbbiak előtt.

Az átépítés csatazarában, feltépett burkolatú és sínjei vesztett Majna-hídon botorkálok át a túlsó partra az ökoházakhoz. Szépen elkerített hely, rácsos kapu a bejárat, odabent éppen a nádvágó

gépek bögnek és aratják a tóparti részt. Pár percig nézelődöm a megcímkezett fák és a növények közt, majd kezemben egy környezetvédő lappal most inkább az utca csendesebb zaját választom. Bohókás sziget ez itt a vár körüli szőlődombok tövében. Ilyen is lehet, így is élhetünk. Gyökérszűrés vízsűrítővel, esőhasznosítással, komposztálóvéccével, napelemes vízmelegítéssel. Megtekinthető a kapun kifüggesztett táblán feltüntetett időben a nagyközönség számára is. Engem inkább ejtett lázba az indiai nagyvárosokban szabadon kószáló állatok élete, a Gangesz melletti síkátorokban ődöngő zebuk csapata, mint itt a kötött mellényben megsétáltatott házi kutyák. Vagy ez a két házból álló jövősziget a százhuszezres városban.

A fák alatt bandukolva azon tűnődöm, hogy a közvetlenség, természetesség visszaszerzése a legfontosabb feladatunk. S elengedem tüstént a gondolatot, mint amikor egy kirakat tükrében megpillantva magam sem állok meg a forgalomban, hogy a bajuszom kipödörjem. Páváskodás volna. Ez a gondolatvillanás is válhat a hiúságom csalétkévé. Tükrözvén, ugye, világom okosságát, ahelyett, hogy a testem mozgását, légzésemet, a vágyak, gondolatok útját tudatosítanám, szemlélődnék. Ez nyithatna belső szabad teret bennem, kiürítve fölöslegeimet, mindent, ami a figyelmen kívül van. Nyelv, haza, külön élet most érvénytelen. Nincs hová menekülnöm. Ezek az idegenek váltak családtaggá; minden rezdülésünkre ráérez a másik. Ha fölmentek szobámba egy fél fűrt szőlőt, előlük viszem. De hát ez fölösleg volt, s ha te nem, majd más lesz a gazda. Később el is menti valaki emeleti konyhánkba a maradék gyümölcsöt, s az élelmesnek mindig jut belőle. Bár nem élünk itt szűkösen. Az asztalra tett tálból mindenki annyiszor szed, ahányszor akar. Ez az állandó teltség könnyen átváltozhat tohonyasággá, az igazi, eleven elégedettség helyett, amely viszont élni segít. Ha a test nem érez üres teret, időnként éhséget, csak a szokást, az evési időt gépiesen, a táplálkozásból könnyen válhat pótcselekvés. Teli gyomorral nem jó meditálni sem. A testnek is kell a pihenő. Erre az éjszaka és az étkezések közti idő nekem, úgy látszik, kevés. Böjttel, koplalással egy kis könnyebbséget. Tavasszal harmincnapos ételmegvonás után ért olyan tapasztalat éppen itt, amiért most visszajöttem. Bár a mostani egészen más helyzet, ebben kell megtalálnom utamat.

November 13. Pihenő a délelőtti munka közben. Negyedórányi lazítás. Általában jegyzeteléssel töltöm. A lenti templomból orgonaszó árad, s hozzá mellékszólamként a fűtőtest zúgása. Bach központira és orgonára. A hétfői baráti kör találkozájának előkészületei. Ki rakosgatja vissza helyükre az asztalokat, ki ütögeti a gongot, ki takarít, a csaplárosságot melyikünk vállalja? Tehát a ház barátai, a munkacsoportok tanácskozássra gyűlnek össze a tudomány és misztika témakörében. A konyha is rákészől, a szervezők gondoskodjanak a reggeli-déli-esti teritékről.

Az én feladatom megint a takarítás. Majd délután kiszótárazom a tanácskozás címeit, s a teendők értelmezéséhez is utána kell néznem egy-két szónak.

Vagyok a néma barát. Csendben eddegélek, míg a többiek fecse-résznek. A hallgatás ami természetemnek is megfelelőbb. (Bár kö-zönkint – anyanyelvemen – igancsak beszédes vagyok.)

A lengyel mindenesfiú hangja cseng a tányérok felett. Hat éve egy csoporttal érkezett, pár hét múlva visszatért megint, és azóta itt él. Szervezési ügyek gazdája, ő a mester jobbkeze, a hosszú idejű vendégekkel is ő foglalkozik, s ha éppen nincsen úton, velünk ül a zendóban. Most éppen a vallásokról folyik a szó. *A kereszténységnek vége, halott.* Ezt ő mondja, tényszerűen. A sós miszómár-tást jó vastagon a kenyérrre keni és a tamarival is alaposan meglo-csolja a zöldséget. Nagyokat harap, gyorsan eszik. Reggelire külön gyümölcsöstálat vagy paradicsomot kap. Kenyeres pajtás, ami itt ritkaság. A reggeli után félretesz néhány szeletkét, s az ebédhez is marad. Meg-megkínál belőle engemet is. Ebédnél itt ugyanis nem szokásos kenyeret asztalra tenni, csak a reggeli-esti kenhetők-nek. A választék viszont bőséges. Ma éppen töltött karórépa, pá-roilt búza, főtt zöldség meg nyers saláta. A válogathatnékem is csökkenőben. Igaz, tojást önmagában nem eszem, tésztaát is csak ritkán, de a sajtokból kóstolgotok. Ennél fontosabb, mivé válik bennem az étel. Örömmé vagy salakká. Mi az, ami segít, és micso-da a fölőslég. Ráhangolódni ebben a közösre, ne a finnyáság ér-ződjék belőlem. Kár, súgja felém Alexander, hogy nem értjük job-ban egymást, mert neki nagy vonzalma az irodalom is, nem csak a teológia.

Újjászületés idegen földön az első tétova szavakkal, mondatokkal. Hanem egy ötven felé járó újszülöttel mégsem ildomos gügyörészni, annyi türelmes anyája honnan is lenne a háznak. Ha bennem volna is hozzájuk búvandó hajlandóság.

Az előadások témái: a misztika és a természettudomány. Illetve a misztika, tudomány és a vallás. A süteményevés meg a délutáni lustálkodás kikölti szobám kísértéseit. Elcsábított egy lány és a barátja, pihenni sem hagynak.

November 14. Nyüzsg a ház, akár a kaptár. Az ebédlőnk egyik eltolható keresztfalát megnyitják, és ezzel a Hildegárd teremmel egyesülve hatalmas helyiség kerekedik. Asztalokat, székeket rendezünk körbe, ikebanás tálkák mindenütt, méz sorjázik kis csemegatálakban, s az egyik bejárati ajtó mellé a folyosóra nagy ruhafogast állítottak. Kiköltöztettek bennünket ülőpárnástul, névtáblástul zendónkból a kápolnába.

Az udvari épület hátsó helyiségeiben vagyon a munkám, a tisztítóhelyek megtisztítása. Mielőtt nekifognék, visszaidézem Simone Weil-től: *A tisztaság az a képesség, hogy szemléljük a szennyet.* Ennek gyakorlására itt remek alkalmak naponta. A megingás, az *ördögi kísértés* legjobb ellenszere a figyelmes, belefeledkezős munka. A ház után az udvart söprögetem. A természet nagy mókacsináló. Megvárja amíg az aszfalozott útról kupacba gyűjtöm és eltalicskázom az avart, aztán újra telihullajtja a kitakarított részt. Természetességre tanít. Alapos mester.

Miközben mi a kápolnában csendesen ülnénk, megérkezik a tudomány és kíváncsi közönsége, s ettől a lépcsőházat fölveri a kiáltás, nevetés, kerekas bőröndök gurulnak, régi barátok adomáznak. Jól behallatszik ide hozzánk.

Ahol a lelkeség jár, árnyékként kíséri az üzlet. Az egyik emeleten egy helybéli aranyműves asztalkája, fényképes árukatalógussal, névjegykártyák. A képeken misztikus jelű gyűrűk, karkötők, kösöntyűk, fityegők, nyakláncok és miegyebek. A Benedek Teremben egy svájci-osztrák nő állította ki képeit, hogy néhány hét múlva ő is velünk egye a hosszú idejűek kenyerét. Képei illusztrációk, iniciálék a Sindzsj-mejhez, szöveges kommentárok, kis versikék,

sárga rombuszok, virág-mandalák, háromszögek, spirálisok, a lelkeségi képvilágban nem számítanak újdonságnak.

Számítógépes ismerősünk a házi lap néhány példányát tette közszemlére egy hosszú asztalra kitevegetve.

A városból idetalált egy gerencsér, az egyik emelet javát az ő dísztalai, korsói, gyertyatartói foglalják. (Míg a szöveg átmásolásával esti meditációnk után bibelődöm hetek múlva, bejön a postázó egyik mókás alkalmazottja a könyvtárszobába egy üveg minőségi vörösborral. Hadd pótoljam kiontott véretem. Most a szöveget magára hagyom, míg odafent konyhánkban megkóstolom a savignon-t. S ha már így rögtönözve adódnak zárójelezett *kiszólások*, a konyhában derül ki, hogy a bor magyar pincében érlelődött. A flaska egri cabernetre öten vagyunk: a vendéglátónk és két női meg két férfi hosszú idejű vendég. Ennyi szinkronicitás. *A cserépkorsóba* mindjárt bor is tölthető.) (Miután kiürítem belőle szavaimat.)

Örömkre vacsoraidőre megérkezik a mester is. Willigis Sonnenhofról jön, ahol lehullott már a hó, szép idő van arrafelé. A ház szellemi vezetője nyitja meg a találkozót.

Vacsorára gyümölcs két szelet kenyérral.

Paul, a pap, Ausztriából. Érdekes, hogy most mennyire viszolygok minden jámborságtól, kenetességtől, vallásosságtól. Talán Paulra is ez az árnyék esik, lélekben igyekszem tőle is tisztos távolságra kerülni. Keskeny, *kígyó*-forma feje meg egyenesen kihívása ellenszenvemnek. Míg aztán egyik napról a másikra böjtösre, lemondásra változik az arca, talán csak azért, mert megnyiratkozott. Ezután közeledem lassan, óvatosan feléje, bár a sors is közbeszól, ahogy majd kiderül hamarost. Számomra a figyelem útja a járhatóbb, mint a hité vagy a rítusoké. Bűntudat nélkül szembesülni gyöngeségünkkel, úgy, hogy az öröm és erő forrása is felbugyogjon bennünk. Az igazán mély (iskolázott) figyelem úgy fordít társad felé, hogy benned is fölfénylenek az ösztönök, sóvárgásod vagy megítélésed eltűnik, és örülsz neki, hogy érdek nélkül létezel, és betölti teredet a társad egészen. *Na ja!*

Ma átadom-e az ajándékot a mesternek, ezen tűnődöm. Úgy döntök, csendesebb napra halasztom.

A svédasztalon zöldségfélék, párolva, pirítva, gyümölcs, kenyérré való krémek, növényi pástétomok, vaj. Szőlőt és körtét eszem.

Míg a többiek a beszámolót hallgatják a zendóban, az egyesületi ügyekről tárgyalnak, Paullal a kápolnában üldögélünk. A templomból az ének, odalentről a taps meg a nevetés. A zazen után még pár szem édes szőlő. A vacsora maradéka sokakat visszacsalt az étterembe, eddegélnek, ücsörögnek, csevegnek, vagy csak lefekvés előtt még megiddogálnak egy kis teát.

Olvasom a folyosón kifüggesztett műsorkínálatot, az egyik cím máris fölkelte érdeklődésemet. A táj, a líra meg a misztika kapcsolattáról szólna, s a ház egyik munkatársa tartja. (Akinek később annyit köszönhetek. Lehetővé tette, hogy számítógépén dolgozhassak, s ha valami baj adódott, segített mindjárt rajtam.)

Megint a vágy természete. Ahogy tüstént megkétszereződik, hogy jusson jobbomra meg balomra, alám és fölém is, vegyen körül a szépség minden oldaláról. De ha nem oldódom belé, mindhiába. Amibe figyelmem beleavat, egyik félhez sem tapad, kívülem és bennem is van, s átítatom én is egészen. Csoda az osztatlanság utáni vágy, hiszen minden mozdulatom – sőt, maga vágy is – ebből fakad. A kettő ennek az egynek kettéosztódása, a három meg háromfelé szakadása. Minél több, sokfélebb, annál könnyebben eltávolodhat az egységtől. S mégis mennyire csábító a sokféleség, a választás (lát-szólagos) bősége. Pedig ínség ez leggyakrabban, akár a túltáplált emberé is, mert épp a legszükségesebbekből kap keveset. Az élete, légzése, mozgása válik nehezzé.

A test kevesli az *egyet*, mintha minden oldalról hiányozna a fele. Csonkának éli meg magát. S a képzelet újabb gyötrelmeket szabadít rá. Elszakad az adottságtól, káprázatokban él. Hiába fekszik mellé tündérlány a fűbe, besározza a csoda arcát. Cselekvést gondolunk el, képek közt keresgélünk, pedig a lélek mélyén a képtelen megtapasztalás. Az anyagtalan megtapintása, érintése milyen forró, hogy éget.

Észreveszem, hogy a mester mások iránti barátságossága, kedvessége valami féltékenységfélét mozdít meg bennem. Minden tanítvány első szeretne lenni, a legkedvesebb. Mintha a kiválasztottság lenne az igazi rangsor. Ez is a vágy, mindenből a legjobbat, -szebbet szeretné. Csak neki, neki a másokét is! Elkívánni mindent.

Míg eszel, rá-rápillantsz az asztal közepi tálra, hogy maradt-e benne elég.

November 15. A nap egyik pillére a reggeli tisztálkodás utáni egyórás meditáció. (A másik pedig a lenyugvás előtti másfél óra csendes ülés.) Most a mester is ül velünk, akit a keresztnévén, Willigisnek szólítunk. Teli a zendő. A reggeli svédasztal is átlelkesül, sőt mi több, még munkám, a férfimосdók megtisztítása is.

A mai dolog, mivel sokan vagyunk rá, alig egyórányi. (Amikor a szövegszerkesztő képernyőjére kerül, megint hasonló a helyzet. A kezdő ikebanás csoport meg a szakrális táncosok elvonultak foglalkozásaikra, felmoshatom a földszinti folyosót, addig a szöveg pihenjen, míg majd az időben visszamegyek.) Az ülésteremben mesterünk köszönti az egybegyűlteket komolyan és humorral, majd a rövid összefoglalók, ajánló, étvágycsináló bemutatók következnek. Én inkább az arcokat nézem, az értéshez így húzódom közel.

Az egyik fő előadás a misztika és a tudomány összebékítésére törekszik, így aztán van benne jin-jang, elektromágnesesség, az elektronok kapcsolata és csodák, az érzékelés mint kvantumfolyamat. Az érzés, hit, egészség hármassága. (Eszembe villan Avillai Teréz gyakori fejfájása. Egy szentnek vajon miért?)

A misztika a nem-tudás tudása, tiszta tapasztalat. A lényege nem mérhető, *kutatható*. A meditálók *agyhulláinak* (hullámainak javítom mindjárt, a dőlt betűk visszaállítva, tehát) *-hullámainak* mérése nem az elmélyülés egészére vonatkozik. Az előadó a tényeket valóságnak véli, s ebből emészthetetlen katyvasz keletkezik. Nem lehet bűntelenül a modern fizikát és a hagyományos kínai gyógyászatot összeházasítani.

Az ebéd az előadásnál mindenesetre vonzóbb. Étvágygerjesztő a spenótos rétes, a kásafélék, párolt zöldség, saláták, öntetek, sütemények illata, színe és a zamata is.

Végül az ajándék is átadódik. Kiderül, hogy egyszerűbb, mint a rákészülés, mérlegelés. Egy kedves kézfogás, és már húzódok is az ajtó felé, ráhagyva Willigist a szövegszerkesztőre.

Ritkul a fák lombja. Egy-egy pillanatig az az érzésem, mintha így mélyebben látnék a teremtés titkaiba. Egyszerűsödnek a formák. Hanem: minden forma üresség. (Az üresség pedig: forma.) Ennek a látszatra dísztelenebb, csupaszabb parknak is megmaradnak a titkai, s ezek az én titkaim is. Nem titkolózom, belőlük élek.

Kimondhatatlanok. Sejtelveim, kiáradó örömeim. A meztelen ember titokzatosságát ruháival nem veti le. (Csak a pornóipar véli, hogy mindent föltár. De mi van a káprázaton túl, a látszat mögött? A gyönyör miből fakad? Miért vágyunk rá?)

Átadódásom, tudatosságom mennyire halvány visszfénye csak annak az izzásnak, ami egy árvácska lilájából árad. Felszívódni teljesen a látványba, beleveszni egy virágba egészen, boldog halál és föltámadás.

Bárcsak érinteni, ízlelni, látni tudnám azt az erőt, hatalmat, ami éltet. A nevét növények színéből, illatából, állatok mozgásából, tekintetéből, hangjából és az emberi csendből is kihallani.

Vajon mikor lesznek ilyen szép piros, farkuszonyukat kecsesen mozdító gondolataim, mint a díszhalak a kerti tóban, és mikor írok olyan mondatokat, mint az ágak, bokrok rajzolata, meglepő elágazásai, szervessége, s mikor lesz olyan a gondolatmenetem, mint az évgyűrűk a pihenő kőpadra tett fatörzslapon. (Voltaképp már most is ilyen, ha közvetlen vagyok. Ha engedem a természetességet.)

A bambusznád levélkéi, ahogy mutatják zölden, sárgán, barnára öszesodródva is az irányt. Írásjelek a semmi lapján.

Az előadások miatt nincs ülni egy párnányi hely. A kápolnában az élet és tudomány misztikájáról adnak elő, a zendóban a mágia meg a tudomány találkozásáról, a Benedek Teremben a föld és tér misztikájáról, a Sárga teremben a megvilágosodás útjairól van szó. A Vörös teremben pedig számítógépes barátunk beszél a természet, líra és misztika kapcsolatáról.

Mivel nem tájékozódtam idejében, későn neszelek. Már folynak a foglalkozások. Egy ülőszámmollyal fölbballagok szobámba zazent gyakorolni, hogy lecsillapodjanak bennem *a nem-tudás tudása* meg köztem rajzó szavak, érzések, gondolatok. De előtte még kóválygok egy ideig. Benyitok a kápolnába, és mindjárt vissza is húzódok, késő már bekapcsolódnom az előadásba.

Ma ennyi kifordulás a szokottból. Nehogy elfásuljak.

Fürdőszobánk tükreiben a sárga és mályvaszínű ég előtt a dombon álló várkastély. Ilyen találó képet eddig még nem láttam róla.

Az ajándék tokaji miseborrá és így Krisztus megváltó vérévé változik bennünk. De kár várni, remélni, hogy megint ajándékba

kapom a valóságot. Nem ismétlődik semmi. Főleg a tapasztalataink nem. Bármit is várni, újra remélni a valóságtól, és máris korlátozzuk a végtelent akaratunkkal. Az istentiszteleten hullámzó erőt és megtisztulást érzek, vibrál a levegő. Mélység és áhítat az arcokban, a gyönyörű énekekben is. Ki kell sietnem utána a tágas ég alá, hogy valami kifejezze azt a nagy teret, ami szűkösségemben támad. Hűvös, sötét ég, permetező eső, levelüket veszített fák, most ez vagyok én. Amikor leírom, már csak hiúságom visszakerődése.

Lemenjek-e a barátkozóestre? Inni nem vágyakozom mindenáron, a célszerű szórakoztatás viszont engem inkább elszomorít. Leballagok, körüljárom a termet, s már éppen mennék visszafelé, amikor Elsbeth, a gazdasági vezető titokzatos arccal int maga után. Kilépvé a folyosóra, odavezet az ott ácsorgó két fiúhoz meg a lányhoz, aki meglepetésemre magyarul köszön. Később kiderül, hogy Münchenben szociológiát tanul, a barátja, aki ma este énekesként fellép, Willigis tanítványa, meg a gitáros fiú is, őt meg magukkal csalták. Leülünk egy asztalhoz, inkább előre valahová, javasolja, hogy közelebb legyen barátjához. Beszélgetünk. A vallásokról, szektákról. A Hit Gyülekezete. Politikai összeköttetéseiknél fogva milyen meszsziire ér a kezük. Beszélgetőtársam találkozott a pesti éjszakában régebben egy fiúval. Az éjszakai ismerős miután kilépett a szektából, írt róluk egy könyvet, s azóta lehetetlenné vált az élete. Se állása, se nyugalma. Az irodalom. Faludy György, akinek emlékiratát Ági nemrégiben olvasta. A teremben összetalálkozom tavaszi ittlétem egyik ismerősével. Akkor túláradó örömmel addig szorongattam szegény fekete képű Rafael kezét, amíg be nem adta derekát, és csoportunk mellé állítva le nem fényképeztük őt is. Emlegeti is kedvesen, hogy a mi *lengyel* csoportunk (Hogy micsoda? *Magyarok* vagyunk.)... szóval a mi ittlétünk mennyire felvillanyozta őt. Mindjárt elillant addigi búskomorsága is. Iszol-e bort? Ő nem, mert nem szereti.

Ma is találtam példaképet. Jó nap volt. Milyen öröm, hogy valakinek beszélhettem magamról. Magyarul.

A műsort meg majd az éjszakámban hagyom álmaim között zsonglőrjével, bohócaival, borárverésével együtt.

November 16. Nyugtalan az éjjel, megérezem, hogy esős idő készül, s alighanem az a pár korty bor is hevít. Forgolódom, óránként fölbe-redek, megnézni, megvagyok-e még? Sajnos, minden nyugtalan, tü-zes, kemény tartozékkal együtt.

Reggeli röptakarítás. Ennyi emberre a munkából csak egy-egy morzsányi jut. S máris készülünk az előadásokra. A misztika, tudomá-ny és a vallás. Két előadóval. Vagyis hogy az egyik úr előad, a má-sik pedig utána a hallgatók kérdéseire válaszol. Az okfejtésekből ke-veset értek, inkább az arcokat, a tartást figyelem most is. *Minden szépség a teremtőerőt dicséri*, s most a terem az én fülemben, akár az arkangyalok kara, csak úgy zeng. A teremtő elégedett lehet magával, és velem is, hogy a sok női arc mögött fölsejlik mérhetetlensége.

A jónak az ellentéte nem a rossz, hanem a vágy, a kívánság. Ez a mai nap bölcsessége Simone Weiltől. Ami van, mind tapasztalat, *adottság*, jó. Ha ezt nem fogadjuk el, kivágunk belőle, a világot ta-gadjuk. A kívánságok, elégedetlenkedés helyett hálát, köszönetet ta-nulni. Életünk minden pillanatáért. Be is telek a szépséggel, s ezért már a munkacsoportok egyezkedését sem várom meg, fölbanduko-lok inkább a szobámba pihenni. A szépség jelen van, miért azért tö-rekedni, harcolni, hogy birtokoljuk? Ezzel máris a tulajdonos gond-jait-bajait vesszük vállunkra. Aki egyszerre rejtegetné kincsét mások elől, de dicsekedne is vele. Szabadítson meg a szépség engem is vá-gyaimtól, vonjon magába és töltsön el egészen! Ajándék. Igazi erőm ebben találgam. A vágy forrásából meríteni, ahonnan fakad, megélni, ami a káprázat mögött van.

Vasárnap lévén, fölárad a templomból az Olümposzra az orgo-naszó. A teremtő felé hömpölyög szobáinkon, testünkön át. Ben-nünket is megillet. Le is megyek a kápolnába egy kis csendes ülésre. Az ajtó előtt hagyott szandálról látom, valaki már van bent. Kettes-ben hallgatunk a fal felé fordulva, amíg jólesik így.

A csoportvezetők tanácskozásának végére földet érek. Épp ar-ról szavaznak, mi legyen a jövő évi találkozó témája. Két ötlet ma-rad a rostán a misztika mellett, a művészet és a mindennapok. Így kapja társul a misztika az alkotást. Zárszó. Közös ebéd. Majd a ház-belieknek, az olümposziaknak takarítás. A búcsúzkodás nyüz-szésében, izgatottságában, amikor mindenki itt hagyná fölöslegeit,

felmosórongyokkal, vödörrel serénykedem a női szakaszban, és folyton megzavarnak a szükségre igyekvők, végül is seprűt döntök az ajtóban keresztbe ártó lelkek meg hívatlan rendzavarók ellen, s így mégiscsak nyugodtabb a padlócsempe fölmosása. Rendrakás a zendóban, porszívózás. Közben elbúcsúzom a magyar lánytól, barátjától, autózna vissza Münchenbe, s ez ide jó háromszáz kilométer. Leírom neki az otthoni címemet, búcsúcsúképpen, ne maradjon elkötetlen a szál. Bár Ági szerénykedik, hogy nem túl szorgos levélíró, karácsonyra azért küldött egy képeslapot. (A krónikámban ez viszont később következne. Én viszont, mint életem *követője*, már mindent tudok. Azt is, hogy most itt maradok magamra néma barátoknak, bizonytalan beszédű csodabogárnak.)

Százhusz emberrel máris kevesebben. Micsoda csend, milyen tágasság! Meg vagyunk dicsérve. Csoportunk remekül vizsgázott, megérdemeljük, hogy a maradék borból felforralva ki-ki megigyon egy pohárral. Az esti meditáció után, lefekvés előtt ez meg is történik.

November 17. A munka eleven szótára. A seprűt németül is kézbe fogom, a felmosórongyot kicsavarom, a lapát, talicska is úgy kapnak nevet, hogy végzem velük a munkám. S hogy a szótár el ne apadjon, Katja megkér, hogy írásbeli teendői miatt vállalnám el délutánonként a gongszolgálatot, vagyis a meditáció felügyeletét és az ezzel járó feladatokat. Úgy hírlík, szerdától a konyhában munkálkodom majd Paul, az osztrák pap segítőjeként. Mosogatunk, törölgetünk. A takarítóosztagunk vezetője elbúcsúzik tőlem, mondván, szomorkodni fog, mert hiányzom majd a porszívók és a felmosóvödörök mellől.

A körpark olvasnivalói. Névtábla jelöli a fák egy részét. Most ezeket járom sorba, s írom jegyzetfüzetembe a német és latin neveket, s itthon, amire a szótárban rátalálok, a magyar megfelelőt is. Így ismerkedem meg a vérbükkal, olvashatom azt is, ami levelén lábam elé le hull, megtapogathatom a törzsét, nézegethetem, hogyan kapaszkodik rajta magasba a borostyán, álldogálhatok a páfrányfenyő alatt, sétálhatok a tiszafák között, és mindennap újra fölfedezhetem a hegyi juhart, vagyis a fürtös jávort. Annyiszor vágytam rá, hogy a fákat nevükön szólíthassam, itt most megtehetem. Ha úri kedvem úgy tartja, akár mindjárt három nyelven is.

A tegnapi esti borivás elborítja utóhatásaival az élet természetes mámorát, nyúlóssá válik, szűkös a belső tér. (Cirkalmasabbak a mondataim is, mint máskor.) Tartalékon élek. A bornemisszákat kövessem. A kedves amerikai társamat, Greget vagy a ház két művész-lelkét, akik józan ésszel csak ásványvizet kortyolgattak. A tizenegy alkohol nélküli esztendő nem szárított ki egészen. A belső örömeknek olyan bősége tárult, amiről azelőtt sejtelmem sem volt. A meditációhoz tiszta agy, tisztuló test kell. Minden szennyeződés megzavarhatja. Ahogy a közeli pékműhely szállító kocsjára festve mondja (némán) a kenyér:

Süss ide ez egyszer! Bennem nincsen vegyszer.

Teremfelügyelő lettem hát én is. Ez pedig a következő tennivalókat adja. Jó tíz perccel a meditáció kezdete előtt a helyszínen kell lennünk. Az előtérben a gyertyát és a spirális rajzolatú homoktálkába szúrt három füstölőrudacska egyikét meggyújtani. Bent a teremben az oltáron ugyancsak. A gyertya ott éjjel-nappal ég, a tudat világosságát jelképezve. Kiszellőztetni kereszthuzattal a termet, a redőnyöket behúzni, s ha valaki történetesen a párnáján üldögél, két rövid koccnással figyelmeztetni, hogy álljon fel. A matrac és az ülepárna előtt várnak a meditálók, míg a falapocskák csattanása nem jelzi, hogy leülhetnek. Kisvártatva háromszor megszólaltatom az üstgongot, s beállítom az órát huszonöt percre, ezután nincs mocorgás, mígnem az ülésidő leteltével, amire a látótérben lévő óra piros villogása figyelmeztet, újabb két gongütéssel jelzem a szakasz végét, erre a meditálók felállnak, ablaknyitás, a falapocskák összecsatlantására meghajolnak, és indulhat a körséta. Eközben elvégezhető a testi szükségletek; mellünk előtt összetett kézzel, meghajolva jelezzük kiállási szándékunkat, visszatérve ugyanígy kérünk volt helyünkre bebocsátatást. A falapocskák újabb csattanására a sétálók megiramodnak, míg párnájukhoz nem érnek, ablakcsukás, újabb csattanásra meghajlás, leülés, és az üstgong hangjára kezdődhet a következő meditációs szakasz. Délután egyvégtében három óra. Igaz, az első két ülés után van egy kis lazítás, félórányi séta (kinhin) a kertben. A reggeli és az esti teremfelügyelet egy kissé bonyolultabb (most ennek leírása is,

mert mellettem a mai teremfelügyelő zengeti a tévét, élvezve a csatornaváltásokat, krimi, Canetti-tévéfilm, reklám, foci, hol ez hol az, moslék színesben, fél tíz van este, sok a melléütés, ezt adom enni a számgép vírusainak, fene a gyomrukat), szóval vissza a meditációs terembe! (De talán inkább majd holnap, nyugalmasabb körülmények között, ma, '98 január tizenhetedikén a szöveg belelóg a *holnapba*. Amikor újra kezdek mindent. Olyan belefeledkezősen, hogy a délelőtti meditáció java idejét is gépnél töltöm, pedig kongnak odakint a harangok, vasárnapot jelezvén.) Tehát az esti és a reggeli szertartások. Reggel az ülés végén a kinti gongot háromszor megütik, felolvasunk a kék füzetből, közben egy-egy szakasz közt bejön a gongfelügyelő, meghajol és letelepedik párnájára, aztán megszólaltatja az üstharangot. Csoportos foglalkozásnál megvárjuk, amíg a konyhás a folyosói kolomppal reggelit jelez. Este harangjáték. Majd az előtér gongjának háromszori megzendítése után bölcs idézet, újabb három gongütés, majd az üsté, s végül a falapocskák csattanására meghajlással fejezzük be a meditációt. A kis kék füzetben, amiből reggelenként egy oldalnyit felolvasunk, a kontemplációs részben Angelus Silezius, Eckhart mester, Tauler, Keresztes János szerepelnek, a zen részben ismert kínai versek, szutrák fordításai, majd a szufi Kabír meg Rumi misztikus versei.

November 18. A figyelem és a légzés tevékenységemben összpontosul. A munkámból, a mozdulataimon át lélegzem. Így áttelkesül a padló-súrolás, és könnyebb visszatérni az emlékvillanások, tervek, mondatfarigcsálások sűrűjéből a jelenbe. Hogy a szavaim, gondolataim ne függönyözzék el előlem a megtapasztalást.

Mi a határ, hogy a tárgyakat, mint az emberi lelemény és teremtőerő megnyilvánulásait, megbecsüljük, rendben tartjuk, de azért ne kötődünk szolgáló módra hozzájuk? Azt hiszem, ez nagyon változó, mindig új, mint annyi minden. Remek lecke itt a házban, hogy közösen, egy fedél alatt végezzük munkánkat, egymást segítve, kiegészítve, a cél, a takarításé, a rendcsinálásé nem önmagáért, pusztán a környezetért létezik, ahogy a kispolgári rendteremtésben, ahol fólia védi a szőnyeget a poros cipőtől. Mi nem a belső zűrzavart leplezzük a külső renddel (s nem a lelki betáblázottságnak adunk külső formát),

hanem a meditációban kapott csendet, nyugalmat, egyensúlyt teremtjük meg környezetünkben. Igyekszünk legalábbis. Ennek jelei a füstölőtálka homokjába rajzolt spirális, a lépcsőház virágai, az ikebanás tállak, a képek, szobrok, sőt még a régi kolostori időkből megmaradt asztalok rendje is. Takarékoság és gazdagság egyszerre. A madonna és Avalokitesvara békés szomszédságban.

Miből a vágy, amelyik a világ női felére irányul? Az élet, a teremtés használ bennünket eszközül, beleszámítva az elpocsékolódó magokat is? Vagy az állatvilág csököttsége bennünk, amely a tudatosítással átélkesül, elveszti nemi jellegét. A figyelem eloldja a vágyakat, földerül, megnő a belső tér, s aztán egyszerre megint felhő takarja el a napot, s a képzelet máris alapot talál játékaikhoz. Ébernek lenni pillanatról pillanatra megújítandó feladat, ez a gyakorlás. Hiszen a testünk (tartásunk) és légzésünk, míg élünk, velünk van. Az éberség ne legyen azért görcsös, izmainkat megkeményítő akarás, hiszen a mélyből adódik. Tudatosság van minden sejtünkben, de a falevélnben, a napfényben, a víz ízében, a tűz forróságában, a harangok kondulásában is. Mikor már a légzés, a figyelem áthatotta cselekedetek visznek, megtalálhatjuk belül is a mestert.

Milyen erős az egyesülés vágya, szinte csak álarca a szépség, a ruhák, a nemek. Mindig az egyet akarjuk. Az Egyet. Vágyunk arra, aki tudatosságunk központjában mi vagyunk. Elálljuk a ki- és bejáratot ott, ahol nincs *honnán* és *hová*, mert helyben vagyunk. A csenddel megszűnik a gondolatok zavara, és szó sem esik már semmiféle átjáróról. Túl vagyunk rajta. Mi vagyunk. Nincsen.

Képre bízni, hogy megtalálja, amit a szó nem tud, kockázatos. Látjuk-e a fényt, aminek a színek, a formák tettei csupán? Vagy a képzeletünk? A vágy jó társa neki, sokáig forgatják, szimatolják, tapogatják egymást. A csápjuk én vagyok. Rusnya bogár. Bőjtire fogni képzeletünket csak lélekjelenléttel tanácsos. A figyelmesség gyakorlásához viszont ajánlatos tehermentesíteni a testet és idegrendszert. Légzőgyakorlatokkal, böjtrel, célszerű mozgással, mantrákkal. Látszatra mintha új gondokat kapnánk, de ez csupán a kellemetlen vendégek távozása, ajtócsapkodás, kiabálások kíséretében, s a helyükön hagyott maradékok, a takarítanivaló. S ha itt nem az okosságommal kérkedem csupán, mutassam is meg mindjárt, milyen gondo(lato)k nélkül.

November 19. Nos, a konyhai teendők. Elsőként a mángorológép kezelését próbálgatom a személyzeti öltözőben. Munkanapunk ugyanis a kimosott konyharuhák, szakácskötények, fejkendők, törülközők kivasalásával kezdődik. Ezeket összehajtogatva elosztani a megfelelő polcokra, rekeszekbe, szekrényekbe. Következik a mosogatás. A tolókoszikon felgyülemlett mosatlant a gép közelébe gurítva, a maradékot vödörbe kotorjuk a disznóknak, a papírt, műanyagot különrakosgatva, a zöld vödörbe a teástasyakokat, kávézaccot, ez a komposztba megy, tálcára tesszük az előmosogatott edényt és betoljuk a gép alá. Majd eltörölgetünk. A tiszta edényt a helyére visszük. Megjegyzendő, hogy miben különbözik a kolostor étkészlete a miénktől. Különválasztani őket, konyharuhával letakart fátalcára rakni, el az étellifthez, és felküldeni az emeleti ebédlőbe. A szakácsok mind nők, kiabálás, visítozás, halak filézve, nyilván a szerzeteseknek, mert mi (tudtommal) hústalanul élünk.

Tegnap estétől böjtön vagyok. A mai nap csak gyógyteát iszom, semmi szilárd táplálék. A reggeli ülés közben már élvezem, hogy ürül a belsóm, a lélek növekedéséhez így megfelelőbb a szintér. A hatalmas tepsik, tojánhéjhalomok, kiömlött tejszínhabok, főzelékmaradék megerősítik akaratomat.

A konyhában ér az a tapasztalat, hogy az ételek elkészítése milyen sok idő, munka. S hogy mennyi edény piszkolódik be a sütés-főzés előkészületei közben is. A konyhai foglalatosság gyakran csak önmagát élteti, mint más annyi minden is. A zöldség s főleg a gyümölcs javát nem kéne tűzzel elértékteleníteni, tejszínhabbal, cukorral emészthetetlenné változtatni. A nyers gyümölcs, zöldségek, az egyszerű kásák, egy kis méz megfelelnek.

Nekem játék, szereppróba itt a munka. Kell a belefeledkezés öröme, nélküle folyamatos kelletlenség, undor fancsalítaná el ábrázatomat a moslékosveder meg a mosatlanok fölött.

Csendben órákon át, és összetorlódik mennyi szó. A 129-es madáretetőnél, amelyik a *kacsurafa* egyik ágán lóg, eszembe jut budai író barátom. Talán mert ő is *számba vesz* mindent. Gondoltam, írok neki egy levelet, s benne a körpark fáit sorra bemutatom. Fogalmazgattam-alakítottam a mondatokat, úgy emlékszem, az egyik *nagyon jól* sikerült. Kár, hogy elfelejtődött. Belehullott két lépés között

a fűbe. Bár az is lehet, hogy a kacsákról, a tavukról jutott eszembe ő. Budai lakásukhoz nem esik túl messzire a Feneketlen-tó a magyar kacsákkal. Az itteni párja szerényebb, de otthonosabb. A tavacska közepén két náddal fedett nyírfa kunyhócska a hápogóknak, a tő mellett galambdúc.

Gyönyörű, gazdag nap a mai. Kincse a juharfán napsütésben aranszínnel ragyogó levél. Ahogy aláperegnek, érzem testemben is az útjukat, színük finom érintését, suhanásukat. A szépségnek, ahogy a gong szava, csak a hullámozása, hangja érint, de megsebez így is. Jó ez a fájdalom, öröm. Arcok. Kerékpározó egyetemista lányok, ahogy átvágnak egy magyar mondat közepén. (Bennem.)

Mennyi továbbadni való csecsebecse. Olyan nap a mai, amikor sok meglepetés ér, minden újul. Alig ismerek rá a ruhatárban a vállfán lógó kabátomra, mámorosabb, tisztább, világosabb barna, mint ahogy tegnap idehagytam. (Mit kevernek itt az ételbe, amitől ilyen boldogság terem? S mit a koplalásba? A napi ötórás meditáció részegsége? Józan mámor? A tamáskodók, nehézhitűek zárójele. Sőt a paranoiásoké!) Beleveszít a gyönyör egy falevél mozdulásába, hogy aztán visszaadjam a fának, amitől az öröm kitágul, a rész és egésze járnak egymásba nevetősen. Föl-fölállok jegyzetelés közben is, hogy lássam odakint az udvaron a jávor aranyát. Amikor teljesen betölt, akkor szünni meg. *Meghalok, mert nem halok meg.*

A kutyasétáltatók arca a parkban, mint előre-, visszalapozás. Hol itt, hol ott bukkannak fel történeteimben, mint ahogy a német szavak bennem. Gyakran míg a *függés*: két mondat között.

Ügyelni arra, hogy a böjtöm ne legyen hivalkodó, hogy ne feszélyezzem azokat, akik inkább az ételt választják. Reggelire-vacsorára mindig főznek teát, ezt kortyolgom, amíg a többiek valami halfélét, tengeri herkentyűt, sajtos kenyérkéket és mákos kalácsot eddegélnek. A böjt öröme bőséges kárpótlás azért, hogy most szégyentelenül kilógok a sorból. Ha finnyáskodni nem is, a magam ízlését, tartását ne veszítsem. Ne vegyek az ételből csak azért, mert az asztalon áll.

Mintha időnként megítéléseim is gyérülnének, ha mégis vannak, kilépek, kilélegzem őket. A makacsabbja, persze, visszajár. Megtalálja rendre a *különállót*.

A meditáció után Katjára, a pszichológuslányra csodálkozom rá, ahogy jön felém az öltöző lépcsőjén, megszépülve, kipirulva, gyönyörűségen. Édes *testvérem*.

Hét óra. Odakintről konganak a város harangjai (talán mind a negyven templomban egyszerre), és idebent a radiátor zúg-búg.

Rápillantottam vacsora alatt a jóízűen falatozó zen-oktató nőre. Amikor két ember egy úton jár, de nem ugyanabban az irányban.

November 20. A böjt második éjszakája ugyancsak nyugtalanul telik. Elszenderedem tíz-húsz percnyire, és föl-fölriadok. Félre mind, ti szép szavak, ragacsos, mocskos a gyomrom, nehéz a testem, tompa a fejem, hányingert érzek. Tapasztalatom, hogy koplalás közben a gyomor és az alsó emésztőréssz kiöblítése is tanácsos, hogy a belek faláról leváló maradványok, elhalt szövetek rendszeren kiürüljenek. Nem készültem a böjtre, azért a belső tisztítást az itteni szűkös lehetőségek szerint végzem. Ez a hányinger nyilván a tortaszelet, ez a csikarás az ömlesztett sajt, ez a sajgás valamelyik megítélésem. Ily módon botorkálok le a földszintre, megtöltöm gyógyteával hőtárolós palackomat, majd idefönt az egyik vécében kimosom a gyomrom. Utána lezuhanyozok. A fejem továbbra is tompa, érzem a belső lázat, a mérgek elégését, a mellkasban pedig feszültséget. Amikor ezt leírom, még csak hajnali fél öt.

A reggelim gyógynövénytea, a többieké tarhonya, joghurt, hal, vaj, meg az állandó asztali választék: szezámvaj és fűszeres-sós élesztőkrém.

A konyha levegője megvisel nagyon. A feltört, sült tojások szaga, a szerzeteseknek készülő húsa. Az edényeket törölgetve olyan nehézzé válik a levegő, hogy ablakot kell nyitnom. Ha egy hithű hindu történetesen a helyemben állna, rápillantva a szerzetesek egybesültjére talán megsejtené, hol kezdődött a nyugati kultúra hamissá válása. A húsevés meg a ne ölj! parancsolata együtt. A testet tehernek, szegénynek, mocskos pervátának tartották, de azért ínnyességből, butaságból fönn tartására állatot ölték. *Disznópecsenye a Krisztus-követőknek*. Miért, ha a test megvetendő, a rengeteg sör, bor, pálinka a kolostornak? A húсок? Az állatok elpusztítása is ölés. Néhány szemlélődő rend ezért is fogyaszt javarészt növényi

eredetű táplálékot, a sarutlan karmeliták például. Indiában a hústalan táplálkozás a tisztaság fokmérője.

Ingerültséget hozok fel magammal a konyhából a tízórai pihenőre, s ezt erősíti a templomból fölhangzó orgonaszó. Nem vagyok ilyenkor gyanútlan, tudom, hogy a körülményeim én vagyok, a válaszképp pedig szomorú hallgatásom lenne a legmegfelelőbb. Ehelyett kesergék-dohogok. Ellenszenves számomra az a vallás, amelyik mindig másokat áldoz(tat) föl, hogy érvényesítse erejét, terjeszkedhessen. Amíg az ártatlan lények elpusztításáról nem mondanak le (az egyház semmilyen ételt nem tart tisztátalannak, érvelnek, de a Teremtő igen, íróm, írja a biblia), hiába a képmutató sopánkodás a háborúk, csaták, vérengzések, történelmi katasztrófák miatt. Lám csak, hússzagra fölriad az önző én, és máris támad!

A konyhakötény mögött az üres gyomor szeretné, ha megérdemelt jussa lenne. Mit nem adnék pár szelet teljes kiőrlésű gabonából sütött barnakenyérért, aminek tésztájába nem kevertek bele napraforgót, tökmagot, lent vagy diót. Az időjárás most nekem valóan borús. Tépelődöm, ebéddel törjem-e meg a böjtöt.

A természet nem papol a szeretetről, igazságról, s akkora értelmetlen pusztítást, emberölést, mint a vallás (az eretnekegetésekkel, térítéssel, pogányok üldözésével) aligha végzett. Bár a földrengések, természeti katasztrófák áldozatai sírnak a sár alatt és a vizek mélyén. S egymásból, egymást fölfalva él minden. Alázat viszont, amikor a növény lehajlik a földhöz, az állat a növényhez, az ember figyelmességével, gondosságával minden élőlényhez. A húsiparra és a vágóhidakra viszont nem ez a lehajlás a jellemző. (S lám az orgonaszó még mindig páváskodik azzal a hamis, álságos szépséggel, ami ennek a műveltségnek sajátja.)

Nyugodtabb, hitelesebb életet kellene élnem, hogy a körülményeim megváltozzanak, gondolom tehetetlenül.

Kényességeim, csak erősítsetek!

Hanem az ebéd tojásos-szójás egybesültjével, majonézes salátájával nem böjttörésre való étel. Majd, talán, vacsorakor. Számlálgatom az éhkoppon töltött órákat, a számítani szándékozó ember szorgalmával. Az üres gyomor meg a konyhai munka együtt, úgy érzem, jobban megfacsgat, mint a mosdók, illemhelyek tisztítása.

A keserűség mély és hosszúnak érzett ideje után elfárad az ítélő ember, s milyen édes újra a megtapasztalás. Mozgok, lélegzem a teljes térben. A lélek körülölel.

Jegyzetfüzettel, tollal megyek a ligetbe, hogy a fáit anyakönyvezzem. Egy eligazító tábláról másolgom a német és latin neveket, amikor cseperészni kezd, majd sűrűbbre vált a jeges eső, kopog a papíromon, az írást elmossa, a maradék tizenvalahány fa latin nevét már nincs érkezésem fölírni, mentem az irhám. A zebra előtt egymásra nézünk egy nővel, mindketten szélesen mosolygunk. Először azt hittem, ő is házbéli, de nem, ballag tovább a járdán. Miközben a zöldre várt, a kezét összetéve mintha kissé meghajolt volna felém. Ám meg lehet, hogy ezt a zen-kapcsolatom miatt káprázom csak.

Az esti meditáció, míg paskolják érzéseim belül a földet, növényeket, terveimet, s megszépül, könnyebbé válik tőle minden. Eső után a feketék is gyönyörűen ragyognak. Ebben a könnyű sötétségben dobog a szívem, mellette vagy alatta talán úsznak lassan a felhők.

Köszönet az út minden métere után, még a köveknek is hála, amikben megbotlik a láb. Erre jó, ezen az úton. Velem valósul.

(Miatán lengyel barátom végiggyötör a tévéhíradóval, aztán csatornát váltogat egy ideig, a készülék a fejemen, jó nehéz, keményedik a nyakam és teli vagyok melléütésekkel.) A tévécsatorna mint ellenfelem.

November 21. Megtérve útjai egyikéről, velünk ismét a zendóban a mester. Az első meditációs ülés után *dokuszán*, vagyis négyszemközti beszélgetés. Ilyenkor hangzanak el a gyakorlásra, lelki dolgokra, személyes ügyekre vonatkozó kérdések. Itt esik szó a koanban való előrejutásról. A koan, mint ismeretes, ésszerűen megoldhatatlan feladvány. Iskolánk, a szanbo-kiodaj a *mú*-koannal adja föl az első, sokáig ismétlendő leckét. A kérdésre, van-e a kutyának Buddha-természete, Csao-csou válasza: *Mú*. Japánul a *Mú* üresség, az *U* viszont a világ. Tehát a világ az ürességnek része, együtthangzója. A *mú* koan testi-lelki hanggá, belső lüktetéssé válása vezetheti el a tanítványt az osztatlan lét közepébe, a csendbe. Ahol a formák ürességtermészete tapasztalattá válik. (S az üresség is *formát* kap.) Mi ez az üresség voltaképp? Nem hiány, hisz minden forma, lehetséges forrása (sőt

maga a teljes *forma*), de nem is zsúfolt. Minden üres, és nagyságuk, kicsinységük viszonylagos. Nagy-e az öregharang a Holdhoz képest? A Hold a Tejúthoz? Egy bogár Ausztráliához viszonyítva? Milyen az üresség? Van-e színe? Mérhető-e, hogy megtapasztaltuk valóban?

Willigis jelenléte számomra mindig bensőséges, megható, ellágyít egy kicsit, csökken a feszültség is bennem. Ugyanakkor jól megfigyelem, a mester hogy issza a teát, hogy veszi szájába az ételt, hiszen minden mozdulatából az *a* tudás szól.

A *mú* színét kereselem. A fák sárga és zöld leveleiben, a barnákban, az ég kékjében, az okkerben, vörösekben. Keresem, de csak örömet, sírást találok, ahogy egymásba vegyülve tör fel belőlem. A színek örülnek, színek sírnak általam. Föl is jegyzem mindjárt a postai pultnál, miután a levelem föladtam lányoméknak. Ujjaim közt, *mú*, világossárga golyóstoll, amelyet fekete műanyag rúgó(s zsinór) rögzít a pulthoz. Engem sem, bennünket sem lophat el emberi erő a földről, legföljebb elszakíthat tőle, de ez már botrány lenne. És meg van írva: *Jaj a botrányt okozónak*. A tömegvonzás, életünk rugója (zsinórja) ide rögzít, és használat után pedig visszaránt helyünkre.

Ápolom az érzést, a figyelmet a körpark útjait járva. *Tanulom a fákat*. A vérbükk még leveles koronája az égbe merül. A törzsén moha, vízcseresznye, fölfutó borostyán. Ez a japán kacsurafa, a holland hárs, itt a hiányzó ajtajú madáretető, a kék csengettyűfa, a köris, a mamutfenyő, a madárcseresznye és ez meg a tulipánfa. Mintha szanatórium kertjében sétálva kijárnám a gyógyulás, lábadozás erejét, formáit.

Az esti meditáció után még egy csészényi malátakávéra támad kedvem. Megfőzöm konyhánkban. Az egyik széken Paul plébi üldögél nővére telefonhívására várva. Kezében Enomiya-Lassalle könyve, a *Kereszténység és a zen*, s miközben szót váltunk, borszagot érzek. Míg beszél, nézem szigorú, keskeny fejét, össze-összeszoruló száját és mélyen homlokába nőtt haját. Amit látok, rám vall. Ilyen szigorúan, összeszorított szájjal barátkozom. De inkább ő. (Ugyan, ugyan, hiszen van elég elvámolnivalóm.) Tegnap a mellém érő férfi nikotinszágon megütközve, nem ismertem föl benne tavaszi asztaltársamat. Pedig egy hétig ültünk egymás mellett. Én koplaltam, ő jóízűen

falatozott. Ma kezét nyújtott a folyosón, rám mosolygott, de akkor még nem tudtam kicsoda ő, csak később, ülés közben villant föl a márciusi boldogságból az arca. Mosolygott és könnyezett ez a nagydarab fiú, amikor magyar és gyógyteás asztalunknál mint német testvért átöleltem. Most legalább egy barátságos mondatot szólhattam volna ügyetlen és puha kézfogására. Utána találkozáskor, már hiába mosolygok rá, szinte riadtan, megsértve húzódik vissza szigorúságába. Megenyhítem majd, ha találkozunk ismét.

Aranyöl is itt van megint, örületünk egymásnak.

November 22. Fehérszombat (nekem). Aki bírja, végigüli.

Fél órával korábban kelünk a szokásosnál, a reggeli zazen másfél óra. Tízig a zen-csoport segít (mind Willigis tanítványai) meg a beavatási terápia résztvevői a házimunkában. Nekünk, hosszú idejűsőknek nem kell keresnünk az elfoglaltságot: Vasalni- és mosogatnivaló van elég; tanulgatom a szekrények, polcok rendszerét.

Ködben a külső várkastély, a belső is, a folyosóablak keretéből nézel magadra.

Az ebédlőben ülünk, vacsoraasztal, de hol van mester? Istentisztelet után nyilván szentségtelen a majonézes saláta meg a déli lencsemaradék, vélekedem. Ámbár őt különben sem látni este az étkezőnkben. Ez máris követendő. Egyelőre a teát kortyolgom bűntudatosan, mivel a délutáni tejszínes, cukros müzli alaposan felfűjt. Állandó zsigeri morgás a bokák, térdék gyötrelmeihez. Mit tehetek, én vagyok a gazda, nekem kell elszámolnom vele. Innen a háziak asztalától most olyan távolinak, szánalmasnak vélem tavaszi önmagamat. Befut a vacsorázók közé egy alacsony férfi zokogva-ragyogva, fehér, de besározódott nadrágban, agyagos kézzel, a harmincnapos böjttől megviselten, borostásan, de csupa lelkesség, azt kiabálja, megtaláltam az istent, fordíts le nekik. A padlóra térdel, nevet, zokog, az itteniek fülének barbár hangzással valamit az ő furcsa nyelven kinyilatkoztat, megtöri a kenyérszeletet és társai közt szétosztogatja, a mise szentségét is összesározza ez az eszelős fickó, rábízta egy pillanatra a teremtet, és belepocskol, nevetve tántorog, ingadozik, nem találja a középutat, heherészve a lányok ölébe fekteti fejét, barátait csókolgatja, mindenkit magához ölelné, testvérek lettek

hirtelen, miután hetekig egymagában gyötrődött teán meg vízen, Uram-Teremtőm, hol itt az egyensúly, az ellentétek kibékülése, mámorosan ízlelgeti a forrást, belekortyol ahonnan sírása-nevetése fakad, és nézi az arcokat tüzesen, vajon fölsejlik-e bennük a teremtés. Ennyi gyengeséggel, hitványsággal megáldva-verve merre az út? Visszafelé megy majd, mert túl fényes itt minden? Ami rábízott, megint eltékozolja, mint annyiszor már? Korai még neki ez az állandó gyönyörűség. Keresse tovább, képzelődjön róla, kicserepesedett szájjal kiabálja, hogy mindjárt szomjan halok.

Mikor elsodródok magamtól (várnak a távoli hegyre), a test engedetlensége zaklat, figyelmemet veszítve nagy ajtócsapkodással érkeznek sorban a gondo(lato)k. Lator a tiszta tudat keresztjén. *Gondolator*.

Ránézel malátakávéd, tejszínhabos müzlid fölött, egy fehéritett hajú, talányos arcú nőre, belefeledkezel, és lám, a zendóban pont melléd teszi az ülőpárnáját. Világ szégyenére ott korog, morog, pöfög, duzzog, perceg mellette, ami most lettél.

Ismerős arcok tavaszról. Bizonyára márciusban is a tanítványok számára szervezték a szessint, amire eljöttetek. Kemény minden napja a fél hatos ébresztőtől esti kilenc óráig, amikor a gyakorlásnak vége. Nyolc óra zazen, tehát csendes ülés, egy órácska házimunka, s akad azért némi szabadidő is, ebéd meg vacsora után. Négyszemközti beszélgetések a mesterral, gondolom, ilyenkor az *Üres Felhő* is megtelik, hogy erre a szomjas földre áldást adjon. (Buta, mint a föld – hallottam többször. A termő földre ez talán sértés, de a kiszáradt, iszapos vagy köves talajra már találóbb.) Bár tegnap azt mondta Willigis a csengőre mutatva: üres ez is, üres vagyok én is, üres a szoba, az ég, minden üres. Én meg, aki az egység helyett idült kétségben élek, túl tételesnek tartom a folytonos ürességre hivatkozást. (Ahogy az állandó istenezést se szenvedhetem most. Szinte *töleték*-szóként használják sokan.) Nekem az üresség hitbéli dolog, tehát kételkedem is benne. A megvilágosodott, az egységben élő embernek valóban ez volna a természete? Ez a mi igazi valónk? Ki kell üresednünk, hogy megteremtődhessünk? A nehézkedés megszűntetése nem a könnyűséggel, locsi-fecsvével, szószórással, hanem az elengedéssel. Aminek véljük magunkat, s amit magunkénak vélünk

a semminek visszaadva. De hát mit engedjünk el? Ne a teáscsészét vagy a lekváros kenyeret, mert a ruhánk vagy szőnyegünk bánja. Feladatként ez illyesformán fogalmazható meg (magam számára): a figyelem, az éberség megteremtése érdekében mindent, ami tudatoságunkra ráakódik, beszennyezi, érzeteket, érzést, gondolatokat, emlékeket, terveinket, nyelvet és hazát, a tejszínhab utáni vágyat, akaratunkat, a teltség látszatzbiztonságát, vélekedést, szerepet, sértést, sőt még az elengedést is, ha utunkban áll, maradjunk a pusztá létezés, név és sors nélküli légzés, a teremtésnek az az örök pillanata, amikor a sárból gyúrt ember orrába a világ alkotója belélehell és megleveníti, átlelkesíti, életre kelti.

November 23. Piros vasárnap, hogy el ne felejtsem. A dokuszánon számot adni magamról. Ehhez megvolnék (?), csak a szó nincsen. Az idegen nyelv lelki dolgok megnevezésére kétszeres ellenállás (és kettős esély). A kimondhatatlant próbálgatom, nem mindegy-e miképpen? A szavak elfedik úgyis. Ami kész (mint számomra az idegen nyelv, és közeledhetem is hozzá lassan), hogyan fejezheti ki az állandó készülest, a teremtés képtelenségét, hogy benne csupán a változó változatlan? Ámbár kiegészés a késszel ez is, ezt leírva. Milyen messzi tőled, teremtés, minden szavam. Bár te ott-honként találsz bennem helyet meg időt, és hajlékom vagy tudhatatlan, oltalmazóm, bár jajgatok magamért, szabadságom, bár aranyozott bilincseim csörögnek, tudásom, figyelmem, bár felfuvalkodottságomban azt hiszem, én mindent tudok, pedig ezt az egyet, a teremtés közvetlenségét sem. Nevem, nevünk, a sötétségre vetve is fényhozó marad.

A könnyűség, amikor a test szolgál, s nem én a testnek, verset faszta.

Vasárnap, Sárga terem, a zendóval átellenben, s jó félméternyivel magasabban. A mai tanítás (tésó) az idegi folyamatok, komplexusok megértéséhez.

Előtte elmondjuk Daio Kokushi zenről szóló versét:

*A végső valóság égnél, földnél elébb való
Formája, sőt neve sincsen.*

*Nem látja szem, nem hallja fül.
Szellemnek vagy Buddhának nevezni sem az ő természé.
A név, akár ha művirág lenne csupán.
Nem szellem, nem Buddha ő,
tökéletes nyugalma sugárzik.
Csak a tiszta szem láthatja meg.
Ő a hangon és formán túli törvény.
Ő az út, s nem illetheti szó.
Buddha játékos szavait hallani nem-látók
gyűltek körébe. Azóta eget-földet ellep
a burjánzó tüskés bozót.
Nagytiszteletű és kedves barátaim, akik itt egybegyűltetek,
ha a dharma mennydörgő hangját
szeretnétek hallani,
a szavakat engedjétek el,
a tudat váljék üressé,
s ekkor megtapasztalhatjátok az egyetlen valót.*

Tisztázni anyánkhoz, szüleinkhez való viszonyt, s nem gondolatokat termelni róla. A tetteimnek milyen nyoma maradt bennem és hogyan emlékszem másokra én? S mit vet felszínre utána a tudattalan?

Visszaadni szűzen anyánkat a teremtésnek, hiszen ennek eszközeként szült világra minket.

Délután kis nyelvtanulás. Egy zen-szöveget gyötrök át németből magyarra. Gyarapítgatom szókincsemet. Bár olykor teher ez a szegény gazdagság, inkább lennék tanulékony, mint ellenálló, különvonnuló, összeszorított szájú. De ez nem csak elhatározás kérdése.

Különcök mindenütt, a zen meditáción miért ne. Egy fénylő koponyájú lény, tekintélyes orral, felhajtott gallérú mellényféleségben, olyan ülőszékre telepszik, ami leginkább egy párnázott szánkóra emlékeztet. (*Ergometrikus*, írom később a jelzöt.) Az étkezöben mikor megfordul mellettem, látom, fekete pulóverét mellek duzzasztják, vagyis nő.

A meditáció, a lélek mélységeibe ereszkedés sok feldolgoznivalót ad. Időnként szükséges a mester lélekvezetése is. Vannak, akik elvadulnak egészen, borostásan, a szembejövőt átszűrő tekintettel

ballagnak föl a lépcsőn, mások a semmire sem kötelező mosoly mögé rejtőznek, s akadnak, akiket a meditáció úgy megtisztít, hogy túláradó szeretetükben át-átölelnek mindenki ismerőst-ismeretlent, de nem tola­kodóan, habókosan, hanem ártatlanul, ahogy a boldog gyermek. Ámbár a legtöbbje csendben figyelmesen ül és jár-­kel, teszi a dolgát, bár a nyolc óra ülés meggyötri kissé. Belőlük derű meg figyelem árad. A munka visszavezet az anyaghoz, nem engedi a képmutatást, az álságos áhítatot. De a zazen sem. Ébernek, kiegyensúlyozottnak lenni; s ami ezt megszenteli, *vallásossá* teszi: a figyelem.

A csoport jelenléte a mi napunkat is feszesebbé, erőteljesebbé alakítja. Említődött, hogy a nap másfél óra csendes üléssel indul. (Majd munka. Lé­vén vasárnap, nekem, konyhásként, pihenőnap.) Fél tizenegy­ről ebédig újabb másfél óra üldögélés (megint három szakaszban), délután negyed háromtól este hatig zazen (háromnegyed órás kerti sétával, szemlélődéssel változatosabbá téve), aztán fél nyolctól kilencig ismét ülés. Ha jól számolom, ez hét és fél óra az ü­lőpárnán és félórányi a szabadban. A *szessin* mindegyik napja ilyen erős. Reggel s délután csattog is a *kjészaku*.

Az ilyen és ehhez hasonló hosszabb idejű gyakorlás alaposan megváltoztatja a medítált. Már a második-harmadik napon észre­vehető a tisztuló tekintetéből, nyugodtabb mozdulatokból, öntu­datosabb tartásból, a megszépült, kipirult arcokból. (Az is előfor­dul, hogy valaki szokatlan érzékenységében ingerülté, nyugtalan­ná válik.) A mestercen semmilyen változás nem látható, pontos, derűs, és többet van velünk, köztünk, mint általában, csak a hangja fátyolos egy kicsit a sok beszéd­től.

Telefon Budapestre egy utcai fülkéből. Úgy emésztődnek a kár­tya egységei, akár a boldog napok. Mire odanézel: vége.

November 24. Zöldnap. Egy szín szakadékába vetve magad csendet érni lebegve.

A belső párbeszéd elnyomja tárgyak hangját, a szakácsköténye­két, fejkötőkét, kanalakét, konyharuhákét, tányérokét, tál­cákét, lábasokét. Hagyd őket beszélni. Nem kell minden kérdésre megfe­lelned.

Szalmával fedve a bambusznád töve. Egy-egy szála csupaszon nyúlik a buga fölé, a végén egy kis zöld levéllel, alább a szél felől vagy csúcsuktól sárgulnak, ellepve a zöldet, majd barnán összecsavarodva leperegnek a földre. A kert is visszahúzódik magába. A zsályatövek szalmán kotlanak, séta közben végigsimítom őket, jó illatú marad utána a tenyér. Sétálunk a parkban két ülés között, akár a szagot érző árnyak. Van, aki hajszolt szolgálként siet, hogy múltját beérje. Más pedig meg-megáll egy levél, a naspolyák vagy az éppen maradt körömvirágszál előtt, szemlélgeti az árvácskák sárgáját, liláját, a fehéréket, a kis tó halait, öt piros úszkál a vízben, az egyiknek feketés a háta, van egy bojtos uszonyú is köztük. Név híján nekem most ennyi a nevük.

Sétál velem szemben Aranyöl, elálljam-e széttárt karokkal, mosolyogva az útját? Ha menni akar, menjen, nem korlátozhatom benne. Megállunk, nézzük, megsimogatjuk egymást. Kérdem a nevét. Gisela. S ő: a magyar csoport eljön-e a december eleji nagy meditációra, a rohatsura? Úgy tudom, nem. Én meddig maradok itt? A hónap végéig, ugye? Nem, februárig. Megismétli kérdően a hónap nevét, s az ő szájából ez egészen másképp hangzik. Jól vagyok-e? Jól, jól, nagyon. Nézzünk még egy ideig egymásra, és máris sodor bennünket tovább a dharma szele a földdel takart rózsatövek, a borostyános kút, a mandala alakú fűszeres ágyás mellett, el a bükkfáig, még rajta szép barnásan a levél. A kerti pavilon fadobogójáról lelépve megállok mellette. Először egy egyik közeli levelét veszem szemügyre, majd visszaadom a fának, s ezzel a tere mérhetetlenül kitágul.

Kikerüljük a szemben jövő idegent, kitérünk útjából, ő is tartózkodó, lehet, hogy el is fordul, mint irodalmi szerkesztőink a személyes hangú írásoktól, a közvetlenségnek nincs keletje, inkább a tudományosnak nevezett körülményeskedés meg a kitaláció, s ez a legtöbbször csupán a teremtés szeméttlerakata.

Ki lépett a lábamra, hogy ilyeneket írok? Én lépek a lábamra, vagyis a földre, gáncsoskodni közben nem tanácsos, nehogy elessek.

A zengyakorlással napi hat óra ülés nekem is jár. Nem is tudom, mit csinálhattam eddig meditáció helyett. Alighanem semmit, mert helyettesíthetetlen.

November 25. Ballag a gongos nő gangosan a folyosón, jobbra dőlő törzzsel, és a feje is arra billen. Ő az, aki a férfitéce előterébe jár te-leengedni ivópoharát (vízzel). Pizse hölgy, közönség előtt mosoly-gós, most nem köszön vissza, átnéz rajtad, megy libegősen. Mivel nem látja *senki*, gondolataival, érzelmeivel dőlhet a férfi oldala felé, az erő, a tettek *vállára* hajtva fejét.

Inkább a névtelen, egyszerű és rejtező dolgok, mintsem az ítélet-nek azonnal nyilvánvalók. Hajoljak én is jobbra, billentsem úgy a fe-jem, hogy megértsem.

Kiáltás a szakadék mélyéről, nem tudni öröme, eltévedése, a fölfe-dezésé, kétségbeesése-e? Olyan messzire vagyunk magunktól, hogy amire meghalljuk a hangot, elfelejtjük a kiáltást.

Visszatalálni belső természetünkhöz alkalmas ösvény, amelyik a természetben vezet. A természetesség, közvetlenség, elenge-dettséggel, figyelem ugyanannak a fának levelei, virága, termése. Buddha egy fügefá alatt meditálva érte el a megvilágosodást. Kö-vetői már inkább a kolostorfalakat választották. A városiasodás-sal, gépesítéssel, a vegyi anyagokkal a természetesség egyre inkább kiszorul életünkéből, az ízek, szagok, anyagaink java is mestersé-ges, a zajok, hangok nagy része is gépi. Ez vesz körül bennün-ket. Ezzel vagyunk tele. A tisztítást belülről, a lélek felől tanácsos indítanunk. Ha csak a körülmények változásától reméljük éle-tünk, sorsunk átalakulását, könnyen csalódhatunk. (A körülmé-nyek ugyanis csalókák.)

Kell-e, szükséges-e még a régi ember? A tudomány hamarosan átnyúl úgyis minden ilyen kérdés felett, és átalakítja a természetet. Magunk, sorsunk mindig időszerű, kikerülhetetlen. A lelkességtől, a titok szemléletétől eltávolodni az elsötétedés felé lehet csak. Ne-vezzék bár ezt a tudomány fényének. Megerősítésül azt az evangé-liumi mondatot választanám, hogy az élet a teremtés világossága. Ezt a sokféleségében is egységes kincset ne pusztítsuk, rongáljuk se magunk, se mások ártalmára.

A gondolatok is az életből, a természet(es)ből fakadjanak. A túl elvont alakzatok eltűnnek, akár a délibáb. Ha a történelem mostani menetében *előre* szaladnánk a természet felé, a változás nem okoz-na-e a jelenlegieknél nagyobb, súlyosabb gondokat, bonyodalmakat?

Hogyan közlekednénk? Mit kezdenénk a műanyagokkal? A kérdések szegényessége a lehetőségek végtelenében.

A meditáció és a lefekvés közt lábdobogások, az esti tisztálkodásra, fürdésre, utolsó korty teára igyekvők zaja, csattanások, kulcsok zörgése a zárban. Ha csak a folyosó végi konyhába mennek, akkor is bezárják. Félek, hogy ez az óvatosság ragályos. Zárkóztok itt az emberek, csendesesen csukódnak be az arcok, ha találkoztok a kertben. Az óvatosság sosem árt. Ha a városba mégy, hogy csörtetnek szemben a körpark útjain az idegenek, s ahogy közelednek, mintha átlátszóvá válnál, vagy elfordítják a fejüket is. Ilyenkor mindig összefacsarodik a szíved. A rigók, fák, cinkék jól megfigyelnek, nem tesznek úgy, *mintha*. Riadt, fél, bizalmatlan a városi ember, kétségbeesett, bár ezt gögösen, rátartin igyekszik palástolni. (Kárba ne vesszen szép hímes palástunk.)

November 26. Csak a tüskéid merednek ki a sárgaságból, ami az irigység, epésség (némi piszkoszöldes árnyalattal) meg a mai napod színe. A Sárga teremben üldögéltek, ahol csak az iménti lelki tartalmak és az inged színe sárga. (És a mennyezetten valamiféle krémszínű árnyalat.) Tüskés lényt kicsoda simogatna? A magányosság, elhagyatottság, torlaszok sötétítik el a napot, a jávorfalevél aránya, a bükkfa barnája, a fagyöngy fehér bogyói, a borostyán csak *szavaknak* látszanak. Gyarapítani tartalékaidat! Kimentesz a reggeli kosárból két kiflit, hogy majd tízóraira elfogyasztod. Édesség után sóvárogsz. Veszél egy csomag fűgét a boltban, ellakmározod. Ásványvizet viszel a szobádba, jól megmézezed a gabonakávét. Amit a közösből vackodra mentenél, értéke veszik. Koplalnod kéne, hogy elmozduljál a holtpontról, a *kilépés* így telítve lehetetlen, nem vállalod az ismeretlent, a kitettséget. (Most is, mint a *másikról*, úgy beszélsz magamról.) Pedig sokszor tapasztalhattad már: védekezésből pihenőbe ereszkedve elhagytak fölösleget, addigi gondjaid-bajaid. Javarészt legalábbis. Most félsz mindentől, ami új. Inkább a mesterhez sem mégy. Mit mondhatnál azzal a pár kész mondattal? Még magyarul sem tudnál semmit. Ami bajod van, a te feladatod, nem okoskodni kell róla, töprengetni, hogy vajon miért, hanem megtapasztalni, amilyen mélyen

lehetséges. De annyira teli most vággyal, sóvárgással, akarással, hogy nem is jut hely másnak.

Imbolyog előttem a Sárga teremben három nyanya, sóhajtozva, ásítózva, gyomorkorgással ülnek zsámolyukra, séta közben nyikorogó, ropogó ízületekkel, a német misztika nagyobb dicsőségére. Túl nagy árnyékot vetsz rájuk, sőt még a zendóra is. Mintha gyászolók kerülgetnék amott a halottat, ahogy bepillantasz. Hé, emberek! Buddha, a mester halott, álljatok meg, nincsen tovább! Fussunk ki mezítláb gyorsan a parkba!

A két délutáni ülés csoport között jó háromnegyed órányi séta a szabadban. Én itt a papíron bóklászom a kerti ösvények helyett, a bambusz, sóskaborbolya, zsályák, naspolyafák, nyírek, bükkök, kökény hiányában tüskéimet nézegetem ingerülten. Most hiába henteregnék bele egy halom karamellás süteménybe, édesebb akkor se lennék.

Végül is fönnakad borostámon egy-egy mosoly. Ráköszönök az udvaron szigorú arcú tavaszi asztaltársamra, és rám derül, a folyosón is kedves, felém nyíló arcok.

Sétálok a park hozzánk közel eső részén. A kacsák egymás mellett állnak az úsztató partján, a víz felé fordulva, némelyikük fülelget még, s a tóban egyetlen hím van csak, úszik közönsége előtt méltósággal.

Amikor elindulok az amerikai hosszú távú vendég egy nővel beszélget a bejárati ajtó mellett, s lám, mikor visszatérek, még mindig fogják egymást a szóval.

Rainer búcsúestje. Csevegünk egy pohárka forralt bor mellett. A búcsúzó jogászfiú, a nagydarab, pirulós Jürgen, a konyhás Herta, Katja, a pszichológuslány, Greg (az úvilági társ) és titkos megfigyelőként én.

November 27. A zen-tréningnek vége. A résztvevők kigördülhetnek koscsijukon a mindennapokba. A gyakorlás csak az éberségre való készség megerősítése, az igazi terep az élet, mondja búcsúzóul a mester.

A karácsonyi itt tartózkodók fölíratkozhatnak a listára. Nyilván csak a magamfajta hazátlanok maradnak szentestére.

A városban már készülnek az ünnepi vásárra, utcahosszat fenyőgallyakat függesztenek fel, égőket zsinórosan, az üzletek bejáratánál pedig virágcserepekbe, dézsákba fenyőgallyakat dugnak. A piac is csupa reménység, a szökőkutat fenyőágak takarják, zöld kapu várja a belépőt.

Alighanem fárasztó naponta negyven-ötven embert végighallgatni, s a gyakorlást, életet érintő tanácsokkal ellátni. Két emberre való feladat. Willigis éhsége is kétszerese a szokottnak, újra vesz az olasz zöldséges lepényből.

A kölni jogászfíú elutazott. Szobája ajtaja nyitva, a polcok üresek, csak az ajtó melletti üzenődobozra ragasztott piros bogyós zöld ágacska jelzi, hogy lelkes lény lakta. Szomorú ha egy ismerős arc, kedves ember eltűnik mellőlünk. Gyászolom, pedig nyilván virul, él.

A délutáni gongfelügyeletet ismét én látom el. Míg a csoport itt volt, hozzájuk alkalmazkodtunk. Mikor mindkét terem nyitva, a zendóból áthallatszik a üstgong hangja meg a falapok csattanása is a kisebb, sárgának nevezett helyiségbe.

Asztalomon német és magyar Újszövetség párhuzamos olvasmányak, a János evangéliumánál megjelölve.

Új arcok az asztaloknál. Alighanem megszaporoztak a hosszú idejű vendégek. Ez számomra csak mindig napok múlva derül ki, mert nem veszek részt a többiek pusmogásában.

A vágy elengedése (megint) nem könnyű. A képzelet ölelgeti, babusgatja, szebbé, közönségesebbé változtatja, míg föl nem feszít a látszatra egészen. A dühöt, erőszakosságot sem egyszerű visszahullajtani a sötétbe, az állati izmokba, csontokba, ahonnan ered. A legmegpróbálóbb mindenestre a látszat éned, tested átvilágítása, a gondolataid, érzelmeid forrásához eljutás. Minden gyakorlás. A légzéssel ellazulás, a figyelem iskolázása, az énünk középpontjába visszatalálni. A tisztaság, megelégedettség és a nem-ártás útján botladozva. Legalább akaratom maradjon meg rajta, ha időnként én le is tévedek róla.

November 28. Ide-oda költözgetünk, hogy a vendégeknek, a tanfolyamosoknak mindig a legjobb, legtágasabb hely jusson. A zendóból át-visszük párnánkat és megoldatlan koanunkat a Benedek Terembe,

s a névkártyát is, ami az alátétlap széléhez helyezve jelzi a hely gazdáját. Nekem elfelejtettek ilyen lapot adni, s mivel nem kértem, lettem Anonymus, a nagy égi király (és csekély érdemű önmagam) jegyzője.

Tíz óra tájt, két mosogatási félidő között egy kevéske szünet. Miközben ballagok fölfelé az Olümposzra, a nyitva hagyott ajtón át bekukkantok az olvasószobánkba. Könyvek, tévé, képmagnó. Elmélyült észmunkára itt nemigen van lehetőség, a kétkezi elfoglaltság és a csendes ülések miatt. Talán így majd nem tévedek annyi káprázatba, elvontságba, pillanataimban maradva, legalábbis ezt gyakorolva. A szorosra fogott idő, a házirend pályvát vet csapongásunkra. S ha valaki nem rúg ki naponta a hámból, megtapasztalja, hogy képzelete sem apad ki, legfőlőbb munkát kap. Az elvégzendők tere megnövekszik, az összeszedettség, a beleolvadás tevékenységünkbe a teremtés ízében részesít. A napi munka válik alkotássá, művei a tiszta, ragyogó tényérok, az elrendezett teáscsészék, evőeszközök, sziták, krémnyomók és szárazra törölt fakanalak.

Most a jegyzetelés alkalmá a vacsoraidő. Kísérőzeném a templom orgonája, a szomszéd szobában Jürgen ébresztőórája csipog, este hatkor megismétli a reggeli keltést, a radiátor zúgása és az autóforgalomé a kintet meg a bentet egyensúlyozgatja. A gombás, knédli, cikóriasalátás ebéd után, amelynek almás lepény a kísérője, jólesik egy kis zsigernyugtató.

Hej, Wagner Kriszta, felfúj a te főzted! A megfelelő ételtársítást ti vajon nem tanultátok a szakácsképzőben? De mennyi jó étel: teljes kiőrlésű kenyér (délben viszont sosincs az asztalon, ami – kiderült – össznémet szokás), portugál olívaolaj, tamari a salátákhoz, szezámvaj meg fűszeres élesztőkrém. Kezdetben azt hittem, itt már megszűnt a fehér kifli meg zsemle, de azóta kiderült, rossz nyomon járok. Igaz, a jó javából válogathatunk, a savanykás rozsosból, a tönkölykenyérből meg a magvasból, sőt van diós cipónk is. A barna péksütemények nagy része viszont festett, melasszal, egyebekkel sötétítik, mert most a barna pékáru lett a kelendőbb. A zen egyszerűségéhez (sőt a keresztény szemlélődő hagyományokhoz is) gabonafélék, kásák, több gyümölcs, zöldségféle kellene, nyersen vagy alig párolva, lepénykenyér, a túrós-tejfölös öntetekkel leöntött zöldséges-gyümölcsös tálak,

tojásos krokettek helyett. A cukrozás pedig már polgári ízlésficam. Milyen kevés az asztalon (vagyis hogy nincsen) az erjedésgátló fűszer (őrölt csemegepaprika, csilipor, fahéj, kömény, ánizs, gyömbér), pedig a felfűvódás a meditáció egyik testi akadály.

Vizsont ha nem lenne ilyes gond-baj az ételekkel, nehezebb lenne böjtöt kezdenem. Sőt, a mosogatógép körüli próbák is mérsékelik étvágyamat. A maradékok látványa, a lekváros, tojáscsorgásos tányérek, az odakozmált kásák, zöldségek, a mosogatószag nem igazán étvágygerjesztők. A munka javát a gép végzi, és benne semmi kényesség nincsen. Igazi ügyességvizsga az edények, eszközök helyét a polcok, szekrények, fiókok labirintusában megtalálni. Izgalmas nagyon. Nehogy a kés, a vágódeszka, meg a kenőecset elkeveredjen. A szakácsnők viszont szívesen segítenek, ha megfeneklik a tudományom.

Esti séta a parkban, majd a meditáció, átvezetésképpen az éjszaka.

Visszafelé dobog velem az idő, a nyelvem lassan elavul, hiába mondom, senki sem érti, s majd holnap már ómagyarul rovom fába a zen-meditáció tanulságait.

Hon- (és egyéb) vágy(ak). Anyaszült vagyok én is.

Az eső mosta fekete aszfalt csillog bennem a lámpafényben.

November 29. Úgy hírlík, a reggeli gongszolgálatra is beosztottak. Legalábbis váltótársam szerint. Ez a kerti kapu, az ajtók kinyitását, ébresztést, az ülés előtti, alatti szolgálatot, a reggeli olvasmány oldalszámának és a *Forduljunk egymással szembe!* kimondását is tartalmazza. A nyelvi próbáktól tartok a leginkább. Fölrémlik máris, hasztalan nyögdcselem az oldalszámot, senki sem érti. Felolvasás helyett zavart pusmogás. Meggyullad rajtam az ing szégyenemben, és ki kell futnom a teremből. Ezt rágsálgatom a reggelivel. Utána Katja megállít a lépcsőházban, örömhír, mentesítve vagyok a gongszolgálat alól.

Szabad nap a mai, ha Paul jól mondta, csak délután egy kis munka, a konyhai rendrakás, a padozat felmosása meg a mosogatógép kitisztítása. Fölbaktatok jógázni szobámba, és kisvártatva Elsbeth, a gazdasági vezető rám kopog. *Talán rosszul érzed magad, hogy nem*

vagy a konyhában? Kiderül, elődöm tévesen tudta, ma is dolgoznom kell, de a délutáni felmosás is marad. Vigyorgok hülyén, átöltözöm és leballagok a mosogatógép mellé. A tervem, hogy a délelőtti zen bevezetőre besurranjak, így füstbe ment. A lábasok, habverők, fazekek, evőeszközök, csészek lesznek a mestereim.

Két csoport is érkezett megint, az egyik zen-bevezetésre, a másik pedig szakrális táncra.

Az egybesült után a kolostorbéliek az Élet Urát dicsérik. Oda-kint a forgalom pedig a pokol fejedelmét, bűzével, zajával neki áldoznak.

Az amerikai Greg cseveg, szóval tart másokat, elmeséli a hivatalban tapasztalt dolgokat, bár akadozva, szava hangzik. Ha nem tudok valamit biztosan, én inkább hallgatok zavartan. Félszeggé tesz, ha nem értem a kérdéseket, azt hiszem, az én csököttségem, mint ahogy az is, miért nem beszélek folyékonyan két-három világnyelvet, s ettől a társalgás leül. A kínos helyzetek folytonos kerülgetése válik kínossá. Az leszek, aki semmit sem tud, illetve az a kevés, amit mégis tudni vélek, csak összezavarja a semmit. Nem érzek bölcs felülemelkedettséget, inkább sóvárgok a megértésre, az ismerős szavakra. Jobb lenne-e, ha képes lennék megfogalmazni, hogy halványlila gőzöm sincs arról, hol tárolják a harmadik emelet felmosóvízét? Jobb-e kimondani, kifejezni azt, amit nem tudunk? Ezt szeretném most elérni. A nem-tudható kimondása, tudása a legtöbb, amit a magamfajta megtanulhat.

Lélek(zés)jelenlét. Vissza a légzéshez, hogy a kételyek, elvárások elrendeződjenek! Ami fölösleges, kilélegezni, ami szükséges, beszívni. A megkülönböztetés bölcsessége után jelen lenni. Minden megvan a maga idejében. Most, amikor írok a szürke japán golyóstollal, léptek hangzanak, ajtócsukódások, kulcs kattan a zárban. Az ebédidő vége.

A munkával, szemlélődéssel betöltött napok adódnak, nem a mi gondunk. Ehhez az állandónak látszó rendhez újulni meg naponta a mélyből. Az álom méhéből a napvilágra születni. Tanulgatva újra és újra a világ és testünk nyelvét, hogy méltó válásszá váljunk. Mondja némán a juharfalevél, hogyan is tudnám utána, ami megismételhetetlen.

A mai istentisztelet számomra szürkébb és mégis színjászóbb, mint a mesteré. A pap középkorú, a tartózkodás, a távolságtartás az egyik alapvonása. Mesterkéltnek is érzem. Ettől a szertartástól a szívek erősségei nem rendülnek meg. Utánaolvasok Lukácsnál Krisztus mondására a végidőkről. *Vigyázzatok magatokra, hogy valamikor meg ne nehezdedjék a ti szívetek, tobzódásnak, részegségnek és az élet gondjainak miatt, és váratlanul rátok ne jöjjön a nap.*

Áldozásom megint egy szín alatt. Nem mártom borba az ostyát. Kínosan feszengek utána. A nem-ivás is lehet gépies.

November 30. Az ebéd utáni kávéhoz, teához felszolgált édesség: mákos kalács. S hozzá tejszínhab. Bennem karácsonyi hangulatot kelt, pedig még messze a fény születése. Egyelőre vastagodik, nehezedik a sötét.

A gongszolgálatom még holnap, s aztán vége. Mondhatom majd: jó volt, hogy már volt.

Édes néném, bátyáim odahaza. Erre most enyhe idők járnak (meg hangos helikopterek), de a fő szólam mégiscsak a harangok zúgása. A város sok temploma közül hétvégeken valamelyikben mindig zeng-bong a bronz. Meditációmat a Benedek Teremben a felettünk lévő kolostortemplomból idemorajló orgonaszó kíséri.

Átögyelgem a délutánt. Unatkozó és hevülő polgárok közt keresem utam, forralt bort kortyolgotók, kolbászért sorakozók mellett, s a piacon mindent beleng valami émelyítően édeskés (mesterséges) illat. Nézelődöm: papírfenyők, csengettyúk, szélharangok, gyertyák, fűszerek, sapkák és cserépedények közt. Nyitva találok, és bemelegyek a dómba. 1040-ben kezdték építeni, keleti szárnya 1237-ből való. A barokk a belső tereken változtatott, a mennyezetdíszek a 18. század elején kerültek helyükre. A második világháborúban szétbombázták, újr épült. Hatalmas terével mintha a teljes teremtest jelképező épület magasodna fölém, a lélek falai boltozódnak egybe odafönt. Tágasságában az oltár(ok) szerint tájékozodom. Leballengok a székesegyház alatti kriptaboltba. Az építető püspök síremléke, egyszerű kőszarkofág. Egy kackiás bajszú atyafi a 8. századi kölleletek előtt úgy meglök, hogy kis híján eldőlt bennem a nyugalom, érzem: megremeg, inog, mikor a férfi rápillant az apácagúnyába

öltöztetett csontvázra, jól nézze meg *tekigyelmed*, kinek a karjába rohasz, amikor másokat löksz félre utadból, de a (lelki) hang nem állítja meg, kisiet a kripták közül, hogy folytassa önérvényesítését odafent a napvilágon.

Itt a házban hangos szó is alig esik, figyelünk egymásra, ezért nehéz újra odakint a zárt arcok között, csupa *éberalvó*, nézésüknek iránya nincsen. Mintha nem lennél, vagy csak a taszításod. El-, le- és fölnéznek, csak rád nem, az arcodba nem. Indiában az elszigeteltségnek ekkora fokát még nem észlelni, s az idegen, aki itt otthonos, barátságos arcokat remél, keserűen járja az utcát. Lábadozik, s az első mosolytól újra megéled.

Ebben a forgatagban kell élni most hazátlanul a fityulás Halálné közelében. Lábadban a római oszlopcsonkok, gótikus, kődarabok, nehezen jársz, és amire fölfigyelsz, egy kereszt közepén derűs bajszos-szakállas arc, homlokba fésült rövid hajjal, inkább bölcs zen szerzetesnek látszik, mint a kereszt vagy a halál áldozatának. Képeslapon megveszem otthonra.

Szomszédom is van, mégpedig Edeltraud Bécsből. Egyszer elkerékpározott Budapestig, haj, de unalmas út volt. Igaz, már rég itt él Németországban, de tréfálkozva emlegeti monarchiás múltunkat nekem, mint *öreg barátjának* (ez viszont már hónapokkal később hangzik el, a felmosóvödrök felett). Tapogatózó kérdések: honnan jöttem, mivel foglalkozom. Jó pénz-e a munkám? Aztán később a család. Mennyi a gyerek, milyen korúak? Greg gyorsabb nálam, ő válaszol helyettem amerikai németséggel, hogy író volnék. Miféleképpen írok? Prózáat, verset, tanulmányt, *kertet*.

A gyomor megint. Ha üres, az a baj, ha teli, akkor meg az. Jólalkottan nincs elmélyülés. A légzés akadályozott, felszíneesebb, aluszékonyság, *édesség* utáni vágy, a képzelet ütögeti kemény füttykösével a szívedet. Amikor az értés megteremtődik, ez nem csupán értelmi művelet, nem gondolati, nem képzelt, nem vágy, hanem az egész testé, s mivel a testben a világ, a környezeté is. Akarni nem elég, készen kell lennünk rá, ha adódik. A jóllakottság viszont megrekedt állapot. Telítve vagy, képtelen az igazi befogadásra. Vagy valaki tebenned melléd fekszik és vele foglalkozik a tested, és már nem vagy jelen. Valahol, valakivel – ami nincsen. Kisóhajtani magadból. De

erre is alkalmatlan vagy, mert csak pihegsz most *önmegszóltott*, vergődő állapot, isten keresztje.

December 1. A mester visszatért egy pszikonferenciáról. Auralátás, távoli tárgyak elmozdítása, bioenergia. Érdekes, hogy a hagyományos meditációs rendszerek a csodálatos képességeket az útból leágazó mellékösvényeknek tartják, mivel a kötődés hozzájuk megállíthat, visszavethet a gyakorlásban. Korunkban pedig épp ezek a mellékutak népszerűek.

Mától egy hétig Sakjamuni megvilágosodásának ünnepe, a *rohatsu*, a nyolcadik nap. Buddhistáknál korábban jön a fény, mint a keresztényeknél, keleten korábban kel a nap is. A *rohatsu* napi hosszú meditációk hete, a japán kolostorokban hajnali kettőkor már ébresztik a szerzeteseket, s kisebb-nagyobb megszakításokkal éjjeli tizenegyig szemlélődnek. Az ételüket a zendóban fogyasztják, s a kétórányi alvás is ott történik. Csak szükségből hagyják el a termet. Nálunk talán nem lesz ekkora buzgalom, a japán kolostori élet itt megszelídített formájában van jelen. A zen hagyomány, főleg a szoto ág szigorúan veszi a helyes testtartást, ez ugyanis a helyes belső tartás testi alapja. Tehát a keresztezett lábbal ülést, az egyenes hátgerincet, a tekintet irányát, az ürességmudrát (*hokkaj dzsoin*), az alhasból való kilégzést. Itt sokan zsámolyon, meditációs széken üldögélnek, vagy téglaforma kemény ülőpárnán, mások, a gyakorlottabbak, szabályos fekete ülőpárnákon, amelyből itt két változat található, egy kisebb (alacsonyabb) és egy nagyobb. A lábak helyzete sokféle, más a kocsis ülésben, más a párnán, van aki térdel, van aki féllótuszban ül (*hanka fuzában*), maga Willigis is, a teljes lótusz, a *kekka fuza* elég ritka jelenség. Az ülés mód tehát a tudat, a test és a légzés harmóniájának alapja. *Több* mint világnézet. Minden alkalommal megújítandó. S mivel testi-lelki függésű, *élő*, tudatos, sohasem válhat gépiessé, szokottá. A zazen jelkép is: meditációban az elmentétek keresztelik egymást, máskülönben is, de nem tudunk róla, a jobb láb balra, a bal jobbra kerül, felettük a tisztuló-tiszta tudat, a kéztartás csészeforma, az ürességet *tartalmazza*, a finoman érintkező hüvelyujjak a köldök, középpontunk vonalában. Kiegyensúlyozott üléskor két testfelünk, a férfi és a női, a napos és holdas,

befogadó meg beható, a mozdulatlan és tevékeny egyensúlyban van. Ne gondolatban, *tartásunkban* tükrözzük az egyensúlyt. A gerinc a föld biztonságából az ég titkai, világossága felé emelkedik, feszülés nélkül, de tartással. A gyakorlás: tudatossá válni a testben, légzésben, s ennek a tudatosságnak tere bennünk van, de magába foglal, túlnő a tapasztalható, érzékelhető világon.

A konyhásnő megkér, hogy holnaptól segítsék a reggeli terítésnél az asztalokra kenyeret, vaját, mézet, teát rakni.

Rohatsu. Rohadt sok a munka a konyhában is, ebéd előtt nincs időm lemosakodni. Konyhaszagú nadrágomban, pulóveremben ültem az asztalnál. Buddhának ehhez lenne-e szava? Elmosogatná-e például a szalámszeletelőt?

A gyakorlás, amivel nemcsak magunkat, de a környezetünket, a kozmoszt is alakítjuk, áttelekesítjük, újjáteremtjük. A közös élet, majd kiválás, és megint a közösség. A mester jelenléte néma figyelemztetés, hogy mindegyikünknek külön útja van. Fontolgotom, tudnék-e közösséget szervezni magam köré, és megriadok gyarlóságaimtól, nehézségeimtől, görcsösségemtől. S már úgy látom, ez itt, a mosogatógép mellett, tányérok, csészék, kanalak, lábasok, fazekak, tortafofók, tepsik, szűrők, sziták, nehéz japán kések közt, remek iskola lesz.

Bokám szárnytollai vesznek, lábfejem zsbog, szagat. Sok ülésnek jajos vége, az ülés közbeni öröm ellensúlya. Megszerettem végül is ezt a fajta üldögélést, a régi kocsmái ejtőzésem után nem sóvárgok.

A föld vonzása, biztonsága, az ég határtalanja között adottságaink. A múlt és a jövő között: a jelen. Az eszmény létezésünk egyetlen pillanatából, a *mostból-itfből* testesül, folyton jelen lévő. Nem kell vágyódnia utána. Ha vágy támad, az is jó, váltsuk, tegyem hát, váltsam figyelemmé. Ez gyakori lehetőség. Az emlékek némán, sejtjeinké válva jelen vannak. A test a teljes idő tanúja. Mindent megélni, tapasztalni, ami van. Ne félj az éhezést választani a kenyér helyett. Ahogy egy lány elsustorog piros műanyag kabátban, a bormúzeum melletti park közepén körformán ültetett cserbokok mellett, s ahogy egy hideg padon ezt megírom, hogy *tovább* mehessen, ez is jó. A város is, meg ahogy a mester 72 évesen, mosolyogva,

fürgén megy föl a lépcsőn. A mi derűs felmenetelünk mestere csak a figyelem lehet. Ha már elmélyült a légzés, és lábunk se remeg, indulhatunk. Miután elhagyom a cserkört, a padom, ki az utcára, a zebra előtt újra látom a lányt, kezében falmivalót markol, eszik is, míg a túlfélen zöldre vár, de a kabátja, javíthatom, *vörös*, szürke zsebszegélyekkel; és szemüveges; ha visszamegy a parkon át (a ze-neiskolába?), már nem találja ott a jegyzetelőt.

Mindent közepéből, a mélyből. Így állni, ülni, heverészni.

A buddhista *nagyhét* számomra csak annyi változás, hogy korábban kelek, reggel két órát ülök a szokásos egy helyett, ha van szavam, beszélhetek a mesterrel, és a tanításra is bekukkanthatunk, ha Millike, a gép megengedi.

December 2. Ha a mestert követem, nekem is mesterré kell válnom. Az út a belső hang megerősítése. Éber vagy? – kérdem az elhagyatott faházban. *Igen, éber* – válaszolok is mindjárt. Nehogy elveszítsd magad. *Ügyelek rá, ne félj!* – hangzik a válasz. De képes vagyok-e a Tant (vagyis a zen meg a kereszténység közös mélyét) feltétlen követni? Hogy csak hangzódoboza legyek mindannak, ami fölött a Törvény húrjai pengnek. Az alkotást nem engedem. Magamhoz szorítom, mint kedves játékát a gyerek. Csak az időn túli jelentésű művek határoznak. Tudok-e ilyet? A többi játék, szórakozás.

A vasárnapi dómos jelenetből kimaradt valami fontos. A felejtés hiúság ösztönözte lendületéből, s látszólag nem tudatosan. A kép gyökere máshol az időben. Sétálgatok a körparkban, s egy kutya – vélhetően kóbor – ide-oda nyargalászik, a fák és a virággyások meg a szegélybokrok közt. Ballag szembe velem egy férfi merev nyakkal, előrenyomott fejjel és terpesztett járással. Mond valamit. Azt értem belőle, hogy a kutyát csak pórázon szabad sétáltatni, mert ez közterület. Nem válaszolok, bár nekem címezte, mégsem érint. Hátha nem is ez hangzott el, hanem hogy ne menjek a kutyához közel, mert biztosan veszett. Ő nem először látja erre csavarogni. Bennem a parancsolós változat marad meg, s ettől föltör bennem az indulat. A dóm kriptájában újra látom a férfit, merev fejtartásáról, kigombolt télikabátjáról, széles arcáról megismerem. Ahogy megpillantom, gyűlölet lobban föl ellene, megítélően nézem: áll a kőkripta mellett, látni, hogy nem

először, ideszokottan tekintget körbe, azt gondoltam, odamegyek mellé, oldalba bököm, kiöltöm rá a nyelvem, de a szándék nevelésének, gyermeknek rémlett, ezzel az esélyeimet rontom, s lám, pár pillanat múlva a kackiás bajszú nagyot lökött rajtam. Megtette, amire gondoltam. Visszahárult rám egy erőszakos gondolatom. Akkor csak a bajszos iránti ellenszenv töltött el. Néztem dühösen megsértőm után, hogy milyen *nyugodt*, mintha nem is lökött volna meg. Az eset a pincében, a *múltban, tudattalanomban* történt. Nem hagyom ott a hidegben. A mai küzdelem, hogy ezt bevallom. Megnyugszom utána.

Segíthetek Hertának, a konyhásnőnek. Ez volna korai ébredésem egyik jutalma. Délelőtt azon konyhagőzősen megyek a tanításra, és e félórányi kimaradástól fölszaporodik utána a munka. Visszatérve megundorodva veszek észre a vágódeszkák egyikén egy szalámicafatot, majd kiugrok a kasztomból miatta. A belső ember erre: nyugodj csak meg, merülj a légzésedbe, és középpontodból végezd a munkád! Tedd tisztává a tisztátalant, ha már a mosogatógép mellé rendelt a sors, illetve ennek földi helytartói. Igenis.

Levél az egyik folyóirat szerkesztőjétől. Kivesézi álomesszémet. A térde kalácsa tetszik, a hajának csak a töve, a köldöke szerinte kifogásolható, a háta terjengős, a hasa unalmas, a füle ellentmondásos, de a homloka csodaszép, a jobb melle izgató. Ami neki kedves, az másoknak volt zavaró, és fordítva. Most érzem csak, milyen messzire kerültem álmaidtól. Pedig még nem vagyok ébren, bár egyszer-kétszer mintha már eszméltem volna. Fölszámolnám, vagy legalábbis tudatosítanám képzeletem játékeit, káprázataimat, hogy szolgából társuk lehessenek.

A délutáni kerti séta alatt hullongál a hó. Sokan be is futottak előle. Nekem öröm, akár pörögtem is volna a pelyhek alatt, mintha én forognám ki ezeket a csendes, hűvös pihéket rá a körömvirágok sárgájára, a piros halas tó vizére meg a tisztafák zöldjére.

Pillanatról pillanatra a semmiből kiválunk, megtestesülünk, naponta teremtőnk testével táplálkozunk, orrunkba lélegzi az élet-erőt, a csendje bennünket szólít minden beszédnél hangosabban.

Katjának valaki telirakta szagos mandarinokkal az ajtó melletti üzenődobozát. Gyönyörű napos üzenet ezen a hóval belepődő esten.

A gyakorlás eredményéről: a hallgatás érleli időnket.

December 3. A Bóddhiszattva-képző szabadintézet vasalóembere és konyháslegénye (ugyanazon személy) megint tollával babirkál. Oda-kint viszont a hó épp hogy a jelek eltüntetésére hullongál fehéren a fönti ürességből ide a lenti semmibe. Hull-e valóban, vagy csak a tudatom pelyhedzik? A vasalás és a mosogatás közti idő pihenője zenekísérettel, ahogy megyek fölfelé a templomi orgona fűgái futnak nyomomban, megelőznek, s mire a szobámba érek, már odabent toroznak.

A szemlélődés gyümölcsei a cselekvésben. Hiszen a kettő, a munka és a csendes ülés nem választható el teljesen egymástól. A szemlélődésnek is van *akarati*, teremtő magva, munkánk viszont a pihenéstől, az ünnepektől lelkesül át. Erre itt ez az isteni hely, isteni lakókkal nagyon is megfelelő.

Csak ne cukroznák-tejszíneznék úgy meg a nektárt.

Az aranyos kis szakáclány, ahogy fagyaltoskanálszerű eszközével ráejtegeti a gabonafasírt gombócait a sütőlapra. De szép ez így együtt, elnézném nagyon sokáig. Az érzés melegétől a munka is bensőségebb lesz, neki, érte, az ő mosolyáért, kedvéért is mosogatok, s törülöm csillogóra a tányért.

Milyen a zen evés? Számomra, hogy jelen vagyok, nem szórakoztattam, figyelve a mohóság minden moccanására, s ha elcsüggednék valami miatt, vissza csak az ízekhez, rágáshoz, az étel zamatához, színéhez. Az étkezés a teremtőerő fényét adja nekünk, a megtestesült titkot. Ettől válhatnak világosabbá bennünk árnyékból érzelmeink, gondolataink.

Most az öröm ideje van. (Csak *el* ne kiabáljam.) Az okát, ameddig az értelem fénye elhat, nem találja. Inkább átadom magam neki. Az ülés kezdetén jelentkező húzódások, fájdalmak örömmel itatódnak át, lüktető test, a szoba, mértéktelenül élem a teret és időt. Az erőt, amelyik kivet a semmi gödréből elevenen.

A vacsora előtti meditációkor K. a szomszédomba telepedik. Szobakulcsunkat az alátét lap mellé szoktuk letenni. Ő a zazen után felkapja az enyémet, nyilván sajátjának véli, pedig a piros műanyag lapon rajta a (20), cellám száma. Mire a vacsora és a könyvtári nézeledés után az Olümposztra érek, egy aláírás nélküli cédula vár az ajtónyílásban: kulcsom az üzenődobozban van. Tanulgatjuk a jelenlétet

és ilyen szórakozottak vagyunk. Tudtam, hogy levittem a kulcsom a Sárga terembe, de azért megnézem a ruhatárban lógó kabátok zsebéét is, s olyan halvány a gyanú a szomszéd lányra, mindjárt el is hessintem. Így is jó, az elveszettnek hitt kulcsot helybe hozták. Milyen üzenetet kaptam vele? A szobámat immár kinyithatom, zárhatom, mondja ez a *leíratlan*, mert van mivel. A belső szobát is alighanem. Ezt a *nincs* mantrájával, a *múval* próbálhatom.

December 4. Hogyha térdeink nem támaszkodnak a talajra, gyakorlásunk is léggjáró marad. Nincs kellő alapja, biztonsága, lehetősége a meggyökerezésnek. Elbillenhet, -mozdulhat a test, és arra kell erőt kifejtenuünk, ami szabályos ülés közben adódik, vagyis a kiegyensúlyozottságra, biztonságra. Lábunk múltunknak, tudattalan késztetéseinknek is hordozója, fontos, hogy gyakorlással feszültségeit, görcseit megszüntessük. Erősödünk. Amikor a térdünk levegőbe bök ülés közben, nem ér szilárd talajt, támasz nélküli akaratumk is. A föld és ég összekötője, szellem és anyag közti átjáró vagyunk. Ha csak a levegőt támasztja térdünk, és nem érinti a földet, alázatunk is légies, öntetszelgő, mutatványszerű. Megtanulni a térdhajlítást, térdet hajtani a tökéletes előtt, ami nem tölünk független, hanem velünk jelenvaló, megélhető. Megtestesül, ha figyelmünk mélyét éri, meleg hullámokban szétterjed öröme, fájdalma, ünnepléessége és közönséges volta. Minden az, ami *volt*, és mégsem. A figyelemtől megnő, mélyebb lesz benső terünk (és kívül is tágasabb). Megtapasztalni a mélység és magasság minőségét. Ez nem a mérhető dolgok halmaza, *bősége*, hanem az egynek a *legjobb része*.

Szól az orgona, és odalent a konyhában sütik már a bencések hússos lepényét. Mi alighanem ugyanennek a zöldséges, sajtos, olajbogyós változatát kapjuk.

Üléstermi feljegyzéske. A sarokban egy férfi végigásítózza, nyöszörgi a meditációt, csak úgy zengünk belé. Mellettem Katja helyhészkedik, mocorog. Az előtérben odakint (a nyitott ajtón behallatszik) kettőt kondul a kisharang, majd megint és megint, ahogy a dokszánra be- és kilépnek, a *kjészaku* csattog, egy ütés a jobb lapocka mellé, egy a bal közelébe, s *egycsapásra* (vagy kettőre) megszűnik a hátmerevség, a test energiája rendeződik, talán még a

lábfej is enyhül. Ha a lécet ügyes kéz lendíti, fájdalom nem marad utána, legföljebb a föllazuló izmok bizsergése, oldódása, melegedése. Ellazultság. Az ütést köszönettel, hálával fogadjuk, arcunk elé emelt összetett tenyérrel jelezve, s aki adja, ő is meghajol tisztelettel előtted, előretartott alkarjaira fektetve a lécet. (Minden ütés arra csattan, hogy a megosztottság, a kettősségek látszólagosak. Fáradságunk, fájdalmaink is tanítanak.)

Marsha L., az amerikai hölgy. Széken ül, lába alatt, mögötte párna, a hátán heveder, amely a helyes testtartást szabályozza. A kényelmes élet egyik áldozata. Egyre többen vannak, akik nem tudnak egyszerűen, keresztezett lábbal a földre ülni, csendesen, belefeledkezve sétálni a természetben, egyenesen tartani gerincüket, a vállat ellazítani, hogy a bennünk áramló erőnek ne legyen akadálya. Kultúránk, civilizációnk, sőt életformánk művisége és meditáció ütközése. A gyakorló embernek napi élménye, tapasztalata, hacsak nem él kolostorban. A kényelem érdekében szervezett élet csupa kényelmetlenség, gépeinkkel elűztük a csendet, nyugalmat, nincs tiszta levegő, forrásvíz, az ember teste merev, a mesterséges fények rontják a látást, a kényelem kiszolgáltatottá tesz. A világ egyik fele túlsúlyos, táplálkozási betegségekből szenved, a föld másik fele viszont éhez, alultáplált, éhen hal.

A szép arcú, szőke, tolokocsis nő az előtérben. Kipirul gyönyörűn a várakozásban, hogy egyszer majd ő is beléphet. Legalábbis így gondolom.

Aki mellett ülsz, légzésének mélységéből, szaporaságából fölsejlik, hol tart az úton. Akinek légzése, szuszogása elhalkul, lelassul egészen, nem hallatszik, nyilván összeszedetten ül. Pihegve, lihegve, savanyújóskaként bajos meditálni. Mihelyt a légzésedbe oldódsz, elmélyül, betelik, a gyakorlás előrehaladtával meg is áll, vagy hihetetlenül megnő a két lélegzetvétel közti idő. Két-három percnyire is. A megálló léggzéssel egyetlen szó vagy a csend delel homlokod mögött.

A kerti tavacska piros halai mind a másik part felé úsznak, ahol a piros sálas lány álldogál a víz tükrébe nézve. Magánkedvességéből, a haja miatt, Fürtöskének neveztem el. Mikor a mester személyes beszélgetésekor rá került a sor, két ülés közti szünetben az előtérbe

menve láttam, nagyon izgul, és rátettem karjára a kezem. Viszonozta is mindjárt mosolyogva. Nem vagy egyedül, itt a szövetséges. S most a halak mind az ő partján. A kép aljáig nem hatol el a tekintet, mert mélyebb a tónál. A szépség és a magányosság egy üres tükör előtt, amelynek keretére tavirózsák levelei borulnak.

Mondanám, mint az éjszakában az árvácskák színét illető ujjak. Amihez érnek, lila-e vagy sárga? Eredmény már az is, ha csinálom.

December 5. Ami a közvetlenségével eláraszt, a mécses lobogó fénye, a füstölő édes illata, a levegő, az eső közvetlen szavai, a fény és az erő hullámozása a testben, a reggeli teafű szaga, a szezámvajás-mézes kenyér édessége, majd az eleven erő szétáramlása belőled mindenfelé, idődön *túlra* is, a lépések tapasztalata, ahogy a biztonságot végig érzi a talpam – csodában élek, és ez old fel a nehézkedésből, nehogy a föld porába, sarába belévezzek.

Vasalni indulván kis jegyzetfüzetemet becsúsztatom az ingem zsebébe, hátha akad két fehér kötény összehajtogatása, két meleg törülköző közt valami feljegyzésre méltó.

Munkánk tartalmassága attól függ, milyen kedvvel végezzük, mennyire oldódunk föl benne. A teljes átadódás már alkotás, a teremtés mintáját követi. Odaadás, beleolvadás tevékenységünk révén abba a semmibe, amiből pillanatról pillanatra kiválunk. Beszél a kézzel, orral, szemmel az, amit végzek. Hallgatni és meghallgatni másokat. A katlanfedők meséit. Az egyik szakácsnő ananászitalal lepott meg. A kedvességtől és az ital mézétől mámoros lettem.

Ma már a második nőt látom ágymelegítő gumitömlővel végigballagni folyosónkon. A jelek szerint hidegek itt a *fedélzetközben* a női szobák. Az én ágyam viszont izzóan forró. Keményre és szép barnára sülnek benne kiálló tagjaim, a velőm sercegye kiolvad.

A kozmikus szeretettel elárasztva, ábrándos mosoly. A levest kérem tőle halkán, méltóan székén tovább. Aztán eléd tolja a kiürített tálat, feléd fordított szedőkanálynnyel. Tudatosítod mit érzel, mit gondolsz róla, van-e benned indulat ellene, és visszatérsz az étel ízéhez, *szétárasztod*, a tartáshoz, és amivel mindezt érzékeled.

Az út a mi hazánk. Nincs saját fedél a fejünk felett, nincsenek szokásaink, legfőljebb hivatlan vendégként. Mindenütt jó: a legjobb

otthon, ha nem akarsz *jobbat*. Az utat céllá tenni. S végül váljunk céllá magunk. Elérni csupán – kevés.

Fölmérem akaratom részlegességét és átadom egészen.

A fának fa az istene. A miénk embernek fia. Lélekben és igazságban imádni őt. A magunk legjobb részéhez fordulni bizalommal. Az igazság legbelső valónkig hat át. Törekvésünk valódiságát, mélységét, áldozatoságát, állandó megújulásunk erejét inkább jelenti, mint a jogszerűséget. Az alázat beszéde, a teremtés csodája előtt leborultunk. Magunk és mások előtt is. Szabadon, nem szolgálai módon. A szabad ember alázata üdvösség. Lélekben imádjuk a teremtőt, s ennek testünk temploma a helye. A rítusok, szertartások, imák az igazságnak legföljebb csak árnyékai.

A mise mint árnyjáték. Minél lélektelenebb, annál sötétebb, elmosódottabb körvonalú alakok a paravánon. De minden szertartás, megszentelődés nélkül élni, baromi szint. Ha életünk legfontosabb fordulóit, eseményeit nem szenteljük meg, sivataggá válik az időnk.

Az étkezés előtti ráhangolódás. A csend, ima, hálaadás, asztali áldás megszentelheti ebédünket, vacsoránkat. S a figyelem evés közben, hogy ne váljunk szórakozottá, mohóvá vagy ne térítsenek el bennünket napi gondjaink-bajaink.

Aki a nagy létből nem részesül, írja Eckhart mester, bármint munkál is, abból semmi nem lesz. A törekvésünk, hogy munkánknak, tartásunknak, életünknek az osztatlan lét legyen az alapja, mércéje.

Amit azelőtt kerestél, most az keres téged, és amitől régebben menekültél, most az menekül tőled.

A középkori mester kulcsszavait följegyzem külön papírra. „A belső egyedülletet megtanulni” (közösségekben is), tanuljunk meg áttörni a dolgokon. Az isten nem gondolat, nem hit tárgya, hanem *lényegiség*, minden létezés forrása. Valóság, tudatosság, gyönyörűség, mondják a hinduk.

A teremtő isten kiüresíti magából a világot, hogy létezessünk. Az ő üressége és a zené. Mindkettő szavakon, érzékeken túli teljesség. A régi mester szerint: *egész lényegi létünk alapja semmivé válásunk.*

December 6. Tervek, emlékek, aggodalmak, vágy, akaratosság, megítélés elszigetelnek a közvetlen megtapasztalástól. Amikor ezt pontosítod,

alakítod fejben (megosztott figyelemmel), éppen munkához öltözöl át, megosztva magad is, mert nem áldozod föl fogalmaidat az igazságért. Annál azért többet *gondolsz* magadról. Gondolataid hiúsága.

Mosogatás közben benyit a konyhánkba a gazdasági vezető, oda jön hozzám, lágy, dallamos hangján megszólít. A délutáni ótőrai is-tentiszteletre bejelentkezett Magyarországról Marika és Antal. Aztán az arcomat fürkészi, vajon értem-e a *tizenhetet*. Egy kicsit meg is emelinti hozzá karórás kezét, hogy útba igazítson. Ezért a jó hírért nevetve, pajtásosan hozzábökök a karjához és megköszönöm az üze-netet. Máris könnyebben, dúdolgatva rakom tálcára a nehéz vasszűrőket, lábasokat. A szakácsnő, aki tegnap ananászkoktéállal lepett meg, ma egy marcipánmikulással kedveskedik. Mogyorószemekből kabátja gombjai, mazsola a szeme, a szája meg orra kókuszdarab-kákból. *Ismerik-e Magyarországon a Mikulást?* Hát persze. Ott is fe-hér emberek élnek.

Téli napsütés. Megállni a palota előtti téren és teljes lényeddel átadódni a fénynek.

Az egyik nagyáruház előtt piros Mikulás-sityakot csaptak fejük-be a dél-amerikai zenészek. Nagyon illik hozzá a piros poncsó. Mel-lettük pedig a dohogó, zakatoló áramfejlesztő.

Nagy nyüzsgés a piacon, igyekszem kifelé a tolongásból, ricsaj-ból, lökdösődésből csendesebb utcák iránt. A koplalás alatt a szem, az orr meg a fül töltekezik. Bekukkantok egy reformboltba, nézege-tem az illóolajakat, egyet-egyét latin nevük alapján fölismerek, s ek-kor az elárusító nő merő kedvességéből odajön hozzám, miben segít-het, mihez keresek olajat, esetleg ő ajánlana valamit, keverécek is vannak, s úgy eláraszt kérdéseivel, hogy zavartan hűmmögetek csak és kisvártatva otthagynom a boltot.

Jó a derűs idő, a fényes határozott formák, a lányok szépsége, rossz viszont a forgalom bűze, zaja, a kettő kiegyenlíti egymást, egyensúly van. (A teremtésben legalábbis. Bennem billeg a hinta.)

Az esti mise tiszta, egyszerű. Kisgyermekes mamák érkeznek ga-gyarázó, gőgicsélő karonülőkkel, a csöppségek bele-beleszólnak a szertartásba, mint ahogy a mester a teremtőnkébe, istenke előtt karonülnők vagyunk mindannyian, nem tudunk rá nyelvet, természet anyánk hiába tanított, érnünk kell még sokáig. Willigis Eckhartot

idézi: *Azok a napok, amelyek hat vagy hét napja múltak el és azok, amelyek hatezer évvel ezelőtt voltak, épp olyan közel vannak a mához, mint a tegnapi nap. Miért? Mert itt az idő egyetlen jelen pillanatba foglalódik bele. Itt nappal és éjjel egyek. Isten napja viszont ott van, ahol a lélek az öröklét napjában létezik egyetlen lényegi pillanatban, s itt szüli az Atya egyszülött fiát, s születik újra a lélek Istenben. Önmagunkban semmik vagyunk. Enélkül az egyetlen lényegi pillanat nélkül életünk rendje útvesztővé válik.*

A Kék terem zsúfolva van, két helyen is sort állhatunk áldozáshoz. Először az oltárt jelképező asztal felé fordulok, de végül is minden oltár, a folyosóra nyíló ajtó küszöbe is, és ez van közelebb, itt mártom borba az ostyát. Épp akkor lép befelé az egyik kisgyermekes anya, szájában még a teremő teste, hasára erősített kötőben pedig az elégedetten gőgicsélő Igécske.

A meditáció egyik áldása, hogy mindent áttelekít, amire figyelmünk árad. A figyelem, tudatosság erősítője a meditáció. Kioldja térdem fájdalmait, *tudom* a padlót, szagokat, a színeket és a gongok szavát.

A teremtés akarata nagy titok, hatalmas örvény. Nem elég rábízunk magunkat, hanem ezzé a titokká, tudatlan tudássá kell válnunk. Itt nincs ismeret, nincs, aki tudjon és nincsen miről. A kétely meg a hit egymást tartja – névtelenül.

Zazen közben vállamat érintik, majd megint, egy kicsit erősebben. Willigis. Int, hogy menjek utána. Előttem fordul be a kisszobába, ahol a személyes beszélgetések történnek. Marika a sarokba tolt széken már odabent ül, megöleljük egymást, *megérkezünk, bár késve ugyan, mert az autónk elfulladt az útközben.* Most kérdezzek mindenről, amit szükségesnek tartok. Van-e valamilyen kívánságom? Értem-e az előadásokat? Majd megkapom a szövegüket, hogy amit nem értek, tanulmányozhassam, kiszótárazhassam. (Ez sajnos elmaradt. Szóltam érte kétszer is a mesternek, hümmögött, hogy mindjárt a *tésó* után kellett volna kérnem. Nos, majd meglátjuk.) Ha nincs pénzem, nem kell fizetnem az ittlakásért semmit. Még azt a jelképes összeget sem, amit levélben közöltek velem. Erre önérzetesen tiltakozom. Legalább a jelkép megmaradjon. A *mű* színének módszerét kérdem. Willigis erre: mondjam el,

hogyan gyakoroltam. S aztán csak általánosnak érzett tanács, hogy önmagam középpontjából indítsam a kilégzést, s az élő erőt áramoltassam szét mindenfelé.

Utána az étteremben ülünk le két magyar vendégünkkel beszélgetni. Elsbeth sajtot, kenyeret hoz nekik, én teát töltök mindkettjüknek, mert addigra Antal is előkerül. Hogy bírom a gyötrődést? Az otthoniak mindegyre azt kérdezzetik, nem szöktem-e még meg. *Jó itt nagyon.* Az idegen nyelv megtanít a beszéd aszkézisére, inkább lemondok okosságom, jó tanácsaim kinyilvánításáról, mintsem hogy nyögdecseljek. Tanulhatom a figyelmet.

December 7. Az előtér füstölőillatában, gyertyafényében ejtőzünk a meditáció kezdetére várva. A székek mind foglaltak, a fal melletti deszkalóca is. Az egyik nő feje fölött a falon a kör alakú labirintus, akár egy mintákkal díszített glória, barnásan fénylik. Ilyen dicsfény ragyog majd az én fejem fölött is, mihelyt átlátok a világ útvesztőjén, sötétségén a szabad útra, világosságra.

Talpam járás közben a föld erejét, biztonságát tapasztalja, a fejtetőmre pedig az ég nyugalma árad. Áthatják egymást bennem. Erőm forrása a nyugalom, a nyugalmamban viszont érzem az erő elevenségét, növekedését.

Ha nem szó, nem gondolat, nem a *képzeltető*, kicsoda vagy? Mikor válok válásszá, ha *nincsen* idő?

Az asztalnál megállva, amíg a többiek is helyükre találnak, sorjába veszem az öt megfontolást.

Gondolok arra, ételünk honnét származik és milyen sok munka eredménye.

Megfontolom, mit cselekszem, amikor az ételt elfogyasztom.

Ami a legfontosabb: az éberség, hogy étkezés közben se szórakozottság, se falánkság, se csüggedés ne kerítsen hatalmába.

Az ételt hálával fogyasztani, hogy egészségemre váljék.

Akarni az ételt, hogy az igazsághoz vezető úton haladni tudjak és az igazságot megvalósítsam.

Az ebéd és vacsora után pedig:

Az ebédet (vacsorát) befejezve énem megújult. Szellemi erőm szétárad minden égtáj felé és átfogja az időt. Erős vagyok. A törvény

kereke forog, ne legyen rá több gondom. (Ne aggodalmaskodjak a holnap miatt.) Töltsön be minden lényt ez a csodálatos erő!

Vagy a rövidebb változatot: az ételtől megújult testem és erős vagyok. Most énemtől eloldódom, hogy minden lényt megszabadíthassak. Így haladok a világosság útján. (Ez azért csoportban és hangosan nagyobb öröm. S visszaáll az eredeti többes szám első személy is.)

Aprókép a Sárga teremből. Hasán púposodó övtáska, még a meditációra is ebben jön be, csak ülés előtt csatolja le. Szűk lila nadrágban, maga elé meredve, háta mögött összekulcsolt kézzel járja a kört. Ebből Freud nyilván egész esettörténetet hüvelyezne ki (hírlík róla: nagy hüvelyező volt), én inkább csak a lány zöld sálját, gémszerű lépteit, előrenyomott vállát figyelgetem tapintatosan. Szükségre menve látom, hogy az előtér portapultjánál, a térelválasztó gyékényszőnyeg mögött sétálgat egymagában, míg a többiek odabent.

Az övtáskára húzott pulóverében mintha terhes lenne.

Kedves Katjánk folyton helyhészkedik, fészkelődik, mocorog. Mutatom neki az egyik szünetben, hogy térdének földet kell érnie, különben nincs szilárd alapja az ülésének és elfárad a láb. Látom, érintkező hüvelykujjait is előreböki: indulás, hurrá, a cél! Elérem, el én. Pedig nem kell semmit elérni, jó helyen vagyunk. A kezeket úgy tartani, hogy az üresség edényét (csészéjét) jelképezzék. A térdünkre tenyérrrel fölfelé fordított jobb kezünkre fektetjük a balt, a két hüvelyk pedig a köldök vonalában lazán érintkezik, mintha finom papírlap lenne közöttük. A légzésünk ide (az alhasba) ér, itt kering légzésszünetben, és innen indul. A kezünk, testünk tartása jelzi belső állapotunkat. De fordítva is igaz. Az oltalmazó, kérő, védekező mudrák sokaságát ismerik Indiától Japánig, ezek mindegyike más *jelent* és más belső tartást idéz föl. Nem véletlen, hogy összekulcsolt kézzel imádkozunk. Próbáljuk meg ökölbe szorítva az áhítatot. Az előrebökő ujjak fölindítanak, célt mutatva előttünk, s ez jelzi, hogy el akarunk jutni valahová a gyakorlással, elérni a célt, a megvilágosodást. (Ami megvan, életünk alapja.)

Hanem az sem igen használ, amikor összeszedettség helyett valaki ilyesfélén kérődzik a párnán.

Mu a szellem, U a test.

Ugyan: a test és lélek egy.

Mu az egy és U a sok.

Dehogyan, U az egy és Mu a tengernyi forma.

Kliiiing, kliiiing kétszer a kiszög.

A szabadság nem anyagi vagy lelki kincsek kutatása, gyűjtése, fölhalmozása, hanem a megnyílás és az elengedés bölcsessége. Minden hasznunkra fordítható, nincs okunk az elégedetlenségre. A zavaró gondolatokat, érzelmeket, testünk feszültségét visszaengedni az ürességbe, ahonnan erednek.

A teremtés szolgálatának derűje. Mesterünk is ennek bőségéből részesül, és ezt árasztja miránk.

December 8. A szessin vége. A reggelizőasztaloknál ez eddigi csönd és halk edénycsendülések helyett zsbongás, nevetés, hangoskodás.

Az ebédből csak a saláta, a sajtos rakott krumplit most inkább nem. A délutáni tea-kávé ma közös a konyha és a kolostor személyzetével. Itt az ikebanás barát, a sántító szerzetes, aki minden reggel bejön a konyhába a friss újságért, a szakácsnők közül egypár (az egyiknek a gyermeke is), meg egy tikkes (harmadrend?) apáca, aki hússzagúan éppen mellém telepedik le. Se a tortára, se a süteményre nincs óhajtásom, elkortyolgatok egy csésze gyógyteát, közben egy nyugdíjas férfi, aki olvasni, enni jött közénk pár napra, faggatna, na, még egy csésze gabonakávé, és az első adódó alkalommal megszőkőm az unalomból. Nincs kivel, miről, hogyan beszélgetni, és nyűgösnek érzem az illemből társalgást. Inkább a csend. Beülök a kápolnába egy kicsit, majd a szobámban pihengetek.

A meditáció egyre inkább öröm, ha nem végzem egy ideig, hiányzik. Az a napi félóra többlet, ami *rohatsu* idején nekünk, a vendég-munkásoknak jutott, nem sok, de a szelleme az, ami mélyreható.

Elégedetlenségre csak az elégedetlenségem miatt lehetne okom. Mennyi fölösleges az egy szükséges helyett. (Nőből is mindjárt legalább kettő. Holott valójában egy se.) Tervek, fogadkozások, nekibuzdulások, belső képekbe feledkezés, elsodródás a felhőimmel, ahelyett, hogy én is felhő lennék, és *látánám* a napot, amit eltakarok.

December 9. A szobafestő-mázoló, akit itt látok már hetek óta csellengeni a házban, a tízórai teaivás közben odalép az étkezőben hozzám, tudok-e vajon németül, egy kicsit, és szlovákul, azt már inkább, mert az ő felesége is onnan való, jó ötszáz kilométernyire innen, és tőle megtanult egy-két szót. Nocsak!

Mosogatás közben ma is a húsevő kultúra és ennek vallási, szellemi háttere, a kereszténység végőráiról rögtönöztem fejben, míg a kezem a túrós lábasokat, mézes tálkákat tisztogatta és törölgette a kávécsészéket. Jelenlét, hajna!

A véleményemnél többet nyom a latban, hogy életem fönntartásához nem pusztítok állatokat, és nem is fogadom el az e célra létesített ölfalózat termékeit, s hogy a nem-ártást igyekszem életem törvényévé tenni. A közel állók a megmondhatóí, hogy ehhez még kevés a figyelmem.

Borús az ég, de bennem fölszakadtak a felhők, s látszik a mélyből hatalmasan fölgomolygó érzés, hogy nincsen semmi vesztenivalóm. A semmi nem veszhet el. A semmim a legbiztosabb. Mihelyt elesek a vállamra rakott teherrel, föl kell újra kelnem. Jó ez a tágasság, megindultság, édes fájdalom, átadódás a nincstelenség érzésének. Boldog ínség. Az idegen nyelv, idegenben, pár dadogó szóval, ennél alig valamivel több értéssel, kitett állapotban, ez a versírásra való szegénység. Minden jó vers a szóra találás erejével, ártatlanságával indul, mintha megnevezéseink pontosítanak a világot, s nem lenne különben is pontos. Amikor van az az érzés, *ez az a pillanat.* A többi csak *holdárnyék.*

Amikor a szavak: levegő a fuldoklónak. Betör a tüdőbe rettentően és gyönyörűen, élesen, simogatva, meglep, eltelít, a megmenekülés idő mélyi pillanata, holtpontról életpont. Szerencséd volt. Megismételhetetlen. Mindenről számot kell adni, de vajon szavakkal-e? Ha abban a felelősségben élek, hogy a téridő végtelene mozgat, ha a légzésemtől, tartásomtól nem választ el mindaz, amit tapasztalok, visszajuttatok talán a tudatosságnak, erőnek abból az ajándékából, ami fönntart, éltet és megvilágít. Ehhez nem kell biztosíték, siker, könyveket betöltő ismeretek. S főleg nem a fontoskodásom. Micsoda szerencse, hogy most okvetetlen gondolataim visszahullanak a tudattalan csendbe, nem fejtegetem mások előtt (legfőljebb csak képzeletben),

hogy mit tanácsos követni a makrobiotikából, s hogy miért ellentmondásos a városi kolostor, nem kérkedem böjtjeimmel, élettörténetemmel. (Bár a naplóm azért ellenem tanúskodik.) Tudom, élem, hogy felelős vagyok magamért, s ebben legnagyobb akadályom (és segítőm) önző énem.

Figyelmes tekintetek, kedves szomszédok mellett könnyebb, mintha kényszerű feladat lenne, akár csak időlegesen is. A szabadság forrása mélyen *személyes*, belülről fakadó, s minél mélyebbről, annál személytelenebb. (A bölcs hallgatása és a bolondé nem ugyanaz a csend.)

A haza úszik lassan lefelé a Majnán. Zsebkendőddel integetsz utána.

Este héttől ismerkedés az új hosszú idejűsökkel. Péter, a majd' kétméteres geomanta, a lengyel Kristóf, aki házmester, filológus, konyhai segédmunkaerő, műfordító, literátor, tévébolond és dohányos. Két lány, akiknek a nevét nem jegyeztem meg. Az egyikük ismétlőn van, ismeri a terepet. Jürgen, aki jogot tanult, kórházban dolgozott kisegítőként, belekóstolt az újságírásba, jelenleg éppen munkanélküli. Mindenki mond valamit magáról, arról, hogyan jutott el a zenhez. A javát alig értem, csak a föl-fölcsattanó nevetés jelzi, hogy itt valami tréfás hangzott el. A találkozás hosszú, vontatott lett, levegőnk és kedvünk is elfogyott tőle.

December 10. Az ízlés mint szervezőerő. Az ültetési rend az érkező csoportoknál aszerint alakul, ki mit kíván inni reggelire. Babkávét, fekete teát, malátakávét vagy gyógyteát. Külön asztalhoz kerül a koffeinkedvelő, külön az illatos növényi főzetet óhajtók. A kávé meg a tea nincs jó hatással a meditációra. Megzavarja a természetes idegműködést, s nem mindegy, hogy az adódó energiát visszük-e magunkba vagy a tartalékainkat éljük fel. Greg, aki elutasítja a kávét (inkább levesport tesz reggel a csészéjébe és leforrázza a hópalackból), odahaza jó negyed kilónyi tejszínes csokoládét megeddegél naponta. (Amit kidob az ajtón, visszajön az ablakon át.) Az alkohol és a dohányzás is *szokás*betegségek, a meditáció viszont hozzásegíthet a természetesebb, szabadabb, függőség nélküli élethez. (Bár ha ezért végezzük, az eredmény nem szavatolt.)

Eszközei, az életé is: a légzés, a test meg a tudatosság. A dohányzás tudatossági fok is.

Törölgeti, fényesítgeti az edényespolcokat a kedves. Kifényesedek én is belülről és keményen, huszárosan vagyok a térben. A vágy keménysége, ami mégis minden szilárdat elolvaszt, folyékonyvá alakít. Vágyom a vágyra, hogy ne hiányzó feletem, hanem az egészet keressem. Részben vagyok csak. Bárcsak lennék egészen e részben. De ez most így is nagyon szép.

Meleg decemberi nap. A kút körüli mélyedés kőasztalára rajzoltam szanszkrit OM elolvadt, s a tenyér- meg cipőnyom is, amit valaki melléje pecsételt, s a kőlap mélyedésében egy kis víztócsában zavaros, szürkés tükröződés az ég. A délutáni séta közben kilesek az utca túlfelén álló gyógyszertár hő- és időmérőjére. Éppen negyed öt és kilenc fok van. Még találni a kertben egy-egy sárga körömvirágszirmot, az árvácskák java is átvészelte a havazást, főleg a fenyők meg tiszafák alá tett virágosládákban.

Reménykedtem, hogy az eső a mai meditációt is elmélyíti, kitérít, de sohasem olyan, amilyennek várom. Mindig új, mindig más, kívánságaimat, vágyaimat megkerülve adódik. Elég a zendóban a rákészlés, ahogy állok az alátét szélére helyezett fekete párna előtt, belemozdulva az egyensúlyba, a légzést elmélyítve, összeszedődve, a feszültséget, merevséget kioldva, a falapok csattanására meghajlok, leülök, elhelyezkedek, minél tudatosabban, annál jobb, mihelyst tudatosítom szórakozottságomat, máris visszatérem, gyakorlok. Ha rosszul telepszem le, fájdalmak, húzódások gyötörnek meg, ha meditáció közben mocorgok, megzavarom magamat és a többieket is. Van úgy, hogy tűrök hőiesen, kifelé némán, nos, lássuk milyen a szenvedés, megélem, akkor viszont a fájdalom (s a hozzá kapcsolódó társítások) köti(k) le minden figyelmemet, s ettől nem tudok ellazulni. Bár a gyakorlással később a testi kényelmetlenségek eltűnnek, vagy legalábbis a háttérbe húzódnak, tudsz róluk, de nem ők a főszólam, hanem a légzés meg tartásod természete. Hogy én váljak koanná, forró hullámmá, dobogássá, az osztatlan lét hangjává. S a csend mondja tovább, mond ki bennünket.

Tehát nincs jártasság, büszkeség, szakmai gőg a gyakorlásban, illetve ha mégis, akkor az már nem zazen, hanem merő öntetszelgés.

Nem haladni kell, sietve elérni, hanem helyben lenni, maradni. Nincs, amit megszerezhetünk, mert minden jelen van. A gazdagság akkor lesz élmény, ha elengedünk fölöslegeinkből, nem kötődünk hozzájuk és ők sem tartanak már. Hold tükörképe a gyors folyású patak medrében, egyszerre változó és változatlan.

Van úgy, hogy a gyakorlásban előre akarunk jutni, folytatni valamit, mintha bármit is elértünk volna. Így a részhez, bizonytalan mércénkhez kötjük magunkat, megfeleledkezve a mindenségről, ami nem *tulajdon*. Jobb ha ülés közben nem érzünk büszkeséget, korábbi magunkhoz, másokhoz méricksélve, akik most vagyunk, s ha mégis jönnének ilyen gondolatok, menjenek csak tovább a végtelen térben, az ég kéksége előtt.

December 11. Van már segítségem, hála az égnek. Mellém állították Kristófot, a gyorsbeszédű lengyel urat, aki tizenkét éve Németországban honos. S állítólag egy tucat esztendőtt dolgozott konyhában is. Tanítgatom a labirintusunk rejtelmekre, ide a kiskést, oda a japán zöldségszeletelőt, emitt a műanyag kannák, ott a teáskiöntők. Ennek nagy része mutogatás. Nézd csak, ezt ide. Ezt amoda. Ezt meg egészen hátra!

Feszít a vágy, a vágy mélyéig merülni. Ellazítani a vállat, a légzsedet elmélyíteni, a gerincedet egyenesre, s így lebukni annak mélyébe, amire vágyakozol, vágyad tárgyává lenni egészen. Már nem kívánod, hogy *feleséged* kiegészítője legyen, hogy *felekezeti* társad, azt sem. Csend lesz, nincs *feleselés* benned. Teleség, telekezet lesz, részedhez jutva az egészből.

Amikor szavak, képek, könyvek, szokott utak nem könnyítik meg azt, ami nehéz, *valóságos* súlyokkal jársz. Az arcok zártak, a házak is előtted, gondolod a körpark sarkán ögyelegve, neked kell megnyílnod előttük. Ez a te küzdelmed, erre nem taníthat meg senki. Akik átnéznek rajtad, engedd továbbmenni őket. Ne tartsd meg arcukat magadban. Nem kell tüstént mindent szóval, mozdulattal kifejezned. Zavart látszatfeloldása a félszességnek, hogy valahány találkozás, meglapogatód valaki vállát. Ma a szeles, szeszélyes Hertának, s mivel éppen rosszkedve volt, rád is mordult. Külsőre-szemre tarthatasz egy kis (követési) távolságot, de belül maradj közel mindenkihez, aki itt él.

Inkább a megértés, mint különállásod hangsúlyozása. Bár úgy érzed, hogy egy résnyre nyitott ajtóból rád lesve behívnának, ideig-óráig megfeledezhetnél arról, ami elfoglalt eddig, hogy minden jó ami van, nem kell kivágnyi belőle. A vágy tükrözése a vágyban.

Képzleted hálósobává változtatja a téli utcát.

Egy autóbusz oldalára festve filmsillagok, ismert személyek és ismeretlenek arcképe, a nevük, s alatta felírás: Az AIDS-nek sok arca van. Mit keres köztük az a csecsemőé vajon? A szöveg fölötti ablakokban gondterhelt vagy nevetgélő, ejtőző utasok, egy piros kabátos csinoskát, mivel a nagykocsi várakozik a lámpa előtt, hosszan nézegetek.

A fák beszélhetetlen nyelve, a borostyáné, a kacsás tóé, köveké, szagoké, ez most az én anyanyelvi olvasókönyvem. Ha szavakat nem is, értést találok.

*Külön*legesen-e vagy *együtt*legesen. Kérdésként nem túl érdekes, átélve válik igazán kérdéssé. Ha *külön* a válasz, az *együtt* kérdéses. Ha viszont *együtt*, a *külön*séged lesz kérdés. Kitől válsz el. Végül (is) égi bíró választ (el).

Az éberség óráiból átszundikáltam egy kicsit. Úgy éreztem, elcsentem valamit a máséból, az ülés sem „folytatódott” a reggeli zazenhez képest, a decemberi erős meleg (12 °C van) sem mélyíti el jelenemet, nyugtalan vagyok, és erre gondolásom még nyugtalanabban tesz.

Az elszunyókált óracsát majd bepótolom, bár nem ellenőrzi senki, magamnak kell róla számot adnom. S arról is, megtartom-e vagy sem a heti koplalónapot; a párolt brokkoli meg a tejfőlés uborkasaláta együttese segíti a böjti hajlandóságot.

Az eső paskolja a háztetőt ablakom mellett, az erkély padozatát odakint és lent pedig a kertet. Kinézve éppen a Rottendorfi út, a Fridrich-Ebert körút meg a város felé futó Renweg keresztesződésére látok. A jelzőlámpák szapora őrsváltása: piros, sárga, zöld.

Milyen könnyű beleveszni a belső beszédbe, érzésekbe, képzeletbe; ahogyan egy mondatot megfogalmazol és pontosítod, s ekkor a gondolatokon túli tudatosság felé fordulsz, a fejedből a mindenséghez, a szótlan légzés, ülés tapasztalatához, átéléséhez, a tűz hasdából kicsap, elégeti a könnyű képeket, érezhető tisztító melegsége, mígnem egy gondolat felhőjéből lehulló eső kioltja; csípős füstje

marad. Meggyújtani újra, ne lankadj! Egészen addig, mígnem figyelmed önmagában tárgy nélkül marad. Tiszta tudatosság.

December 12. Világgá menni egy fűszálon! Egy falevél ringásában kiteljesedni, a piros hal farkuszonyának mozdulásával elbiccenteni az örökkévalót, ízlelni egy lassú lépés erejét, behalkulni gondolataid, szavaid közül egy színbe.

Három tanfolyam egymás mellett a házban: zen, bevezetés a kontemplációba és a spirituális út.

Nekünk kijár (-ül) a napi öt óra zazen a mindennapi munka (a vasárnap a konyhásnak szabad, a többieknek kétórás dologidő). A számítógép körül ólálkodom, jó lenne időnként hozzáülni (ez most már nem gond, írhatom *egyenesen a pécébe* bő másfél hónap múlva), tisztázni, megszerkeszteni ittlevősegeimet.

Greg ajándéka egy kisméretű német-magyar és magyar-német szótár. S ha már az ajándékozó személye szóba került, ide a mai kis eset. Alighanem elmozdulhatott az üstgong az alapzaton, mert a meditáció kezdetét jelző kondulás úgy hangzott, mintha repedt fazékra ütöttek volna. Az elhelyezkedés feszes áhítatában kitört belőlünk a nevetés, itt-ott kipukkanósan, gyöngyözően, majd kánonszerűen, egymás hatását erősítve, fokozva. Egy ideig még vissza-visszajárt a nevetési inger, hiába lélegeztem ki, feltört váratlanul, nem engedett. (Még napok múlva is elnevetem magam, ha visszagondolok a repedt kondulásra.) Talán a gyakorlásban fel nem oldott feszültségek, visszamaradt görcsök, feszülések, tehetetlenség, kudarc keres így kioltódást. A mély nevetés vagy sírás megtisztító hatású, utána világosabb lesz majd, átláthatóbbak, szellősebbek a térközök, könnyebb a kereszt.

Hartmut, a szövegszerkesztő gazdája éppen a konyhában eddegél, amikor rányitva német ékesszólással előadom, lenne egy kis leírni valóm, és nagyon örülnék, ha megengedné használnom a számítógépét. Meglepődött, hogy milyen jól mondom, na hajh, a szükség kitűnő mester. A barátunk pedig udvarias, kedves ember. Mindjárt le is ereszkedtünk a földszintre, megmutatta, hogyan kell üzembe állítani, néhány alapműveletet, biztatgatva, oda se, nincsen ebben semmi boszorkányos.

Efféle csecsebecsék csillognak a ponyván, s ki tudja, mi rejlik az árus szívében.

Folyton magunkkal találkozunk. Magunkat látjuk az ághegyen maradt naspolyában, a zavaros-szürkén felhős égben, a kis fazsindelyes pavilon köré szórt folyami kavicsokban, mások arcában, megítéléseinkben. Ami bennünk tisztázatlan, az nem tetszik másokban sem. Ha nem érzünk rá, hogy a talált gondok-bajok *pont* ránk vártak, lenyűgözhet a nehézkedés. Azzal a készenléttel, bizalommal nézni valakit, hogy a benne változót észrevegyük. Nyitva az új szépségekre, folytonos megújulás. Túl az ösztönökön, kész képeken, elfojtásokon, gépiességünkön kiteljesedik bennünk a szemben ülő arca, kedvesen, gyönyörűen, bölcsen, ahogy eddig csak a rózsa vagy a fehér árvácska nézett ránk a ráhullott hó alól.

Ha a gyakorlás büszkévé tesz elért eredményeinkre, a különlé-tünket erősíti, ez maga a pokol. Hogyha csak én vagyok boldog a városban, én sem lehetek boldog, mert az önzés káprázat. Boldogságom talmi, valótlan. *Testben és hamisságban* imádjuk magunkat. Ezért minden ülés befejezésekor hajoljunk meg. Jó ha homlokunk érinti a földet.

A tisztuló agy úgy érzékeli, amit képzelsz, mintha a külső térben meg is testesülne; a képzelet körülvesz, ez szobám, házam és hazám.

Hogyan szaporítsuk meg csekélyke kenyerünket? Meditáljunk, hogy munkánk, evésünk, életünk egyetemes, *nagyléttű* legyen. A szemlélődés az elfogadás, elégedettség útja is; bár nem a beletörődésé vagy öncélú lemondásé, hiú öngyötrésé. Velünk az örök pillanat valósul.

Az emeleti templom éppen a Benedek Terem fölött. Meditációnk közben mintha az égiek horkolnának. Basszusban a szeráfok, középső szólamban az arkangyalok és víg trillákban a rang nélküli szárnyasok. Az orgonajáték után a szerzetesek esti zsolozsmája. Mit gondolhatnak vajon, amikor esténként az udvar mélyéből a japán harang szútraritmusra kongását hallják?

December 13. A ma délelőtti tésót R. M. tartotta egy kezdő csoportnak, s mi dolgozó méhek is betelepedtünk. A hosszú szószedetből, hogy mi minden az üresség, az idegen szövegből egyszer kiröppen egy lepke,

fölfénylenek a csillagok, átrobog két ismeretlen szó közt a villamos, fölzúg a porszívó, s mindez szépen megfér isten tenyerén. Az oktató hangján, arcán látszik, hogy előad, magát adja elő, okosan, férfiasan. Bár talán csak az én árnyékom sötétlik rajta. Elgondolom, ha ő lenne a mesterem, nyilván naponta ellenállásra készítené jelenlétével, azzal, amit a tanításhoz a maga emberi hiúságából hozzáad, s így mindjárt el is szegényíti. Amit mond, szavai nagy része nekem maga az üresség, s úgy látszik, nem olyan termékeny, mint a zené, mert árnyak nyüzögnek elő belőle. Miért nem feledkezem bele baritonjába, újra és újra próbálva legyőzni görcsösségemet, nehézkedéseim? Szavai megakadnak háztizmaimban, a torkom eltömődik, s még a türelmesen, kedvesen paskoló decemberi eső sem képes kimosni őket.

A mesteré az apa szerepe, amíg csak szerepek kísérnek. (Addig, míg tanítványok vagyunk, fiúk maradunk, lányok, élünk bár nagyszülőkorban.) Apát is az ég (sorsunk, tetteink) felől nézve *választunk*, ahonnan idejöttünk, megtestesültünk. Hogyan választhat, aki még nincsen? Vagy csupán fény, tiszta tudat. *Milyen a fogantatásod előtti arcod?* Nyilvánvalóbb, hogy két ember esetleges találkozásának köszönhetjük az életünket. A véletlennek? Miért pont ők? Miért az apám meg az anyám? (Pedig egyáltalán nem illettek össze.) Mit örököltem tőlük, és mit a *teremtésből?*

A mester a lélek nemzője. Nem akar helyetted megtapasztalni semmit, tanítani is csak a törvényre. Ő hitelesíti.

A mai ebéd: orgonaszó és az esőcseppek kopogása, s amiből nem kértem, de kapok, az autóberregés, a város ideges zakatolása.

A munka segítséggel célszerűbb, ügyesebb, persze beszédesebb is, mint ha egyedül végzem. Bár a magányosnak sincs állandó biztósítéka az emlékek özöne ellen (ahogy pár perce abba feledkeztem, hogy Kovacsics nagymamám részeg férje elől a disznóólba menekül mezítláb, át a havon), a tervek (ahogy melléd fekszik az ágyba, aki a világ másik felébe elautózott érted, levetett hálóinge mintáit is látod, a szomszéd, kisebb szobában álmában felnyög a jövő), belső párbeszédek, csak úgy káprázom belé. A munka és a figyelem összekutatása, teljes jelenlét a csészék törölgetésében.

Minden szó, minden leírt mondat nekifeszülés, lazítani előtte. Nem annyira a könnyedség, inkább a természetesség, hajlékonyság miatt.

A mai mise protestáns hangulatú. Az oltár(asztal)on reformcipó, agyagkorsóban a bor; a lelkész nő nevét a beavatási terápia műsorfüzetében láttam. Tudom, hogy a hátsó épületben lakik. (Az áldoztatás után a háttérben úgy rakja össze a megmaradt kenyérdarabokat, héjat, hogy messziről egésznek látszódjék. Ezt már bűvészmutatvány-nak vélem.)

Valaki a bejárat melletti japán harangot kongatja (ütővel, mert nincsen nyelve), alighanem a jövő heti gongszolgálatost vezetik be az esti harangszertartás módszerébe.

A teremtőt, a világ értelmét keresve mindig egy szép lány arcán állapodik meg tekintetem. Az arc mindig új, változik, ahogy kívülről (és belül) elforgatja díszleteit az idő. Nincs semmi állandó, de szép feje helyén feltűnő koponyáról már elkapom a tekintetem, s nézem az újabbat, a letaposott, deres, fűzős hulla után a selyemhajú, szellő simította élet. Pornósztár az Úr, és kiöklendez magából ezzel a ragacsos, se édes, se erős sorssal, s ezért is hálát kéne adnom. Kegyetlenebb élet alighanem beledöngölne a földbe, édesebb pedig rózsaszín húsú, kényes kispolgárt hizlalna belőlem.

December 14. A szövegszerkesztő előtt kotlom át a délelőtti javát, s ebéd után is jó másfél órát, s egyszer csak, volt nincs, eltűnt az írásom a képernyőről. Öreg jószág már ez a gép, de ha szerencsém van, valami megmaradhatott a lemezen. (Zen.) Kételyek meg nyugtalan-ság, derű és elégedettség ideje most már a készülő művé. Ha nyoma a gépben nem is, valahol majdcsak. Megmarad. Nem biztos, hogy mindent olvashatóra kell írni.

A kolostori lelkek meg a fűtőtest hálaadó zúgása. Az esőfelhők közt a napfény talált egy kis rést, és most tündöklük a város. A szépiaszínű borulat mellett fehér fodrok és a halvány azúr háttér.

(Elcsenek egy gondolatot és elmajszolom itt a papír fölött. Ennyi nyoma maradt. Bennem meg a büntudat. Világügyelő apánktól ve-gyünk példát, mondja szívemben a haldokló sámán.)

Sült alma mézes manduladarabokkal. Többször is szedek belőle, sőt a konyhánkra is fölmentek egy tálcával.

Akaratomon kívül megelőzőm magam. Fél órával korábban le-bandukolok ülni a zazen kezdete előtt. Greg viszont elfelejtette

a két halk koccantást, amivel figyelmeztetik az ülőket, hogy álljanak fel és készüljenek a meditációra. Így maradtam végig két szakaszt egyvégtében, de nem rokkantam bele.

Hat évet eltölteni Japánban egy zen kolostorban napi hat óra meditációval, lenne-e hozzá merszem? Nem *élő* így a kérdés. Csinálom-e vagy sem?

Újabb csoportocska érkezett. Az arcokat nézem, a virágok hamvassága rajtuk. Az ismeretlen szépsége. A meghódítandó.

Délután a zendóban az oltár vörös liliomával egy fiú rápaskol szeretője meztelen mellére, majd az ölét érinti vele. Ez már a képzelet műve. Szétrebbent a pár, mielőtt benyitottam. Később vettem észre az oltári ikebana eldőlt virágszárait. Pirosak, kardvirágszerű szirmokkal, kiálló csőrös, vörös résszel. Magánnevük így *sarkantyús liliom lett. A vágy sarkantyús virága, avagy csókok a zendóban.*

Az is csak képzelet, hogy besündörög a terembe egy tigris, ráút az oltár fölött függő aranyozott gongra, erre százával repülnek szét pillangók a falak között, mindenféle színben, s a fenevad közben szőnyegpadlóvá átváltozik.

A kolostorban vesperás alatt az ördög lefetyeli a vért a kehelyből.

Az eső kihímezi halkan az éjszakát.

Megilletődöttség a vacsoraasztalnál, utána manós bolondozhatnék.

Aki keres, az talán. De *kereső* ember vagyok-e valóban? Vagy csak elfogadom kényszerűen mosolyogva a sors rámtukmálta ajándékot? Küzdök-e valamiért egész lényemmel? Mit teszek azért, hogy éber maradjak?

A gyakorlás, nos igen. Bár ez csak a kamatok visszafizetése ittlétemért. (Persze a saját számlám javára.) Lefelé hát a lépcsőn az esti szemlélődésre.

Nekirugaszkodásaim, hogy valami hasznosat, szépet, valódit kiementsek a gyakorlásból, hiábavalók. Ami igazán *van*, felszívódik életembe, megmutatkozik sorsomban, tartásomban, ahogy a mindennapokat élem. *Minden nap jó nap.*

Az egyik városbéli lány az esti meditációra. Belép, magához szorítva a ház egyetlen *piros* ülőpárnáját, mellém telepszik, pedig mindenütt mennyi üres hely. Ez már elég is, hogy szuszogásába,

jelenlétébe költöztem, alattam a piros párna, én szuszogok már. Csak az isten tudja elválasztani, aki én és aki ő, ha segedelmével megszólal az üstgong (Addig ide nem teszek pontot)

December 15. Millikét, a pléhlényt, mosogatógépünket özv. Szimens-nére cseréltem, aki tárgyi mivoltát tekintve kék színű porszívó. Vé-gigszimatozta az első, második és harmadik emelet folyosóit, én a nyomában mindig, mert együtt keresgélünk. Ő a szemetet, port, pihéket, jómagam meg (a) semmit.

Ahogy kinézek pihenőben ablakomon, látom a konyhás Michaelát egy másik lánnyal, tolják a komposzthalom felé a konyhai maradékot. Jó így *messziről* nézni.

A testi szennyek tisztítóhelyei lemosva, tisztára, ragyogóra töröl-ve. A lelki tisztátalanságok a mesterre tartoznak, róluk csak ő tudna beszélni, ha nem lenne titok.

Az időm, úgy érzem, jól betöltöm. Hat előtt ébredek, a reggeli tes-ti-lelki tisztálkodás, munka, ebéd. Délután pedig Ibéemmel enyel-gek, aki számítógép. Csak úgy falja mondandóimat. Amikor mohósá-gában mindent elfogyaszt előlem, hívom a gép gazdáját, jön is, segít, amíg meg nem unja. Ha nyargalni kezdenek a sorok, belefutnak a semmibe, s utána csak az üres oldal, vagy vonalvirágok, képernyő-kozmosz marad, keresem máris Hartmutot. A frász kerülget, mint mondani szokás, hogy a munkám odaveszik. S lám, el is tűnik előbb-utóbb. Felrohanok három emeletet, a segítőm éppen ebédjét költi, kelbimbó-krumpli, mondom-mutatom neki, hogy odalent baj van, mert pusztul az emberek vetése. Állna máris föl, nyugalom, csak fe-jezd be, addig elhersegtetek egy almát. A krumplit azért félretolja. *Megvár.* Lecsattognak a földszintre, s kiderül kisvártatva, nincsen kü-lönösebb baj, csupán pár üres oldal került két mondat közé, s én ebbe meredtem bele rémületemben. A néhány alapműveletnyi tudásom-mal ennyire jutok. Amikor egyszer csupa nagybetűt hullajt ki magá-ból igyekeztem nyomán a gép, megint segítségért rohanni. Haszná-lom a *dőlt* betűt, félkövéret elvből nem (na ja, az *elvek!*), sovány betű pedig nincsen.

A tárolólemez rám bízva, egy borítékban őrizgetem; ritka kin-csem!

Szeretem a délutáni meditációt. Ez van – számomra – legközelebb a középúthoz. A vacsora után jegyezgethettek, írogathatok ezt(-azt), az esti zazenig. S ha még marad utána kedvem, foglalkozhatom a némettel, olvashatok (az időben előrehaladva egyre kevesebbet. *Nem érzem az ízét*), néhány misztikus könyv, meg a biblia itt van velem. Ha már a postát is tervbe veszem, ügyeskedni kell, hogy mikor. Remélem, nem hangzik panaszosan. A munkám nem hajszolt, nyugodtan végzem, azzal a tartással, ahogy meditálni is tanácsos: oлдottan, lelkesen. A figyelemtől a felhúzott váll is ellazul, a lazulástól erősödhet a figyelem. Tágul életünk tere.

December 16. Metsző hideg van odakint, főleg annak, aki vékony gyakorlónadrágban sétálgat a ligetben, de a hófoltok meg a nyírfák fehéren izzanak a napsütésben.

Egy szempár süt rám az asztalok mellől, az ebéd utáni kávézós, ejtőzős időben. A nő, aki rámcsudálkozott, alighanem a párkapcsolatok és a lelkeség tanfolyamon vesz részt. Közülük többen bekíváncsiskodtak a tegnapi esti meditációra. (Lelkeség.) Az első szakaszt végig izegték-mozogták (testiség), az egyik nő pedig elővette a vázson alátét alól a kék meditációsfüzetet, azt olvasgatta, a társnője bökölte hátulról, tegyed már le, és álljál fő! Gyorsan, az első kört követően kiléptek a sorból, és jó messzire el, el! a zendótól.

Katja megint a szomszédos párnára telepedett. Úgy látszik, jó hatással vagyok rá. Kinhin alatt viszont iszonyú büdösek szellentett előttem, ahogy átszellemült arccal, félig hunyt szemmel lépdelt. Az arcát most persze nem láthattam, csak a hátsó szárnyat. Panaszos hangom oka, hogy nem ez az első eset. Ímé, ha a lélek nem ott jövend vala ki, ahol bément volt, hanem megzárulva egy szép lány segge likán. A diplomás fingnak is határtalan a bűze a füstölőhöz, angyalok hónaljszagához szokott orrnak. Gyakorolhatom a nyugalmat, közömbösséget most is. Friss diplomás szellentőnk zsengekorú még, hogyan is tudná, milyen visszás, ha valaki behunyt szemmel, üdvözült pillarebegéssel úgy megtömi a száját, majd fölfakad, rápillantok az arcára, látom, nem éber, nem az evésre összpontosít, az ájtatosság álarcában mélázgat csupán. Mellette ülven a légzésén is hallom, nem elég mély, pihegős, felületes. (Ettől még lehet

valaki tündöklően eszes és érzelmes, mint ő. Összefér a lelki *felszínességgel*.)

Ahogy ő kikelt a papok képmutatása ellen, most engem ingerel kifakadásig teli szája, lehunyta szeme. Amit csinál, az ő ügye, öröme és gondja, de én a magam torzképét, bizonytalanságát látom benne. Igyekeztem hát megbékélni vele az én érdekemben is.

Ma nem volt kalandom a szövegszerkesztővel. Hartmut kinyomtatta, amit eddig véghezvittem, de nyilván több gondja-baja van annál, hogy folyton a szám mozdulását lesse. A gazdasági vezető kinyította ugyan az irodát, de aztán meggondolta magát, haza kell mennie, az ajtó meg nem maradhat bezáratlan. A kulcsot viszont nem adta nekem. Keserű leszek, úgy látszik, nem *bíznak* eléggé bennem, vagy nem tartják fontosnak, hogy én itt írással foglalkozzam. Ezzel a keserű ízzel szöktem ki a parkba, megnézni, befagyott-e már a kacsák tava, s a városatyák zöld tilalmi táblája ellenére rálépett-e valaki a jégre. A kacsák rá bizony, mert analfabéták, s ebből a szempontból egy kicsit hasonlítanak rám. Bár nekik nincsen segítségükre egy német-gácsér szótár, hogy utána nézzenek ennek-annak, mint kétlábú tolatlan társuk teszi, aki lennék.

A hálával fogyasztott ebéd: (túl)párolt zöldség, főtt gabonatöret (pirospaprikásan, hagymásan), kelkáposzta-saláta, és csemegének valami cukros lében ázó tejes étel.

A délutáni pihenő a (néma) műzsáké.

A délelőtti munka alagsortól az Olümposzig, férfimósdó, függönyfűzés, elmegyek a postára is sietve. Nagyszerű keret a megvilágosodáshoz. A postai dolgozó modortalansága viszont, akárcsak odahaza.

Megint *zazenés* üldögélés a Benedek Teremben. Az orgonistát majd arany lólábbal tünteti ki a pápa, hogy belezavart a misztikus világszellem szétsugárzásába, és foglalt helye lesz a csak keresztények számára fönntartott paradicsomban.

Újabb csoportok szessinre, meditációra érkezve, s lelkeznek tovább a párkapcsolatosok.

December 17. Egyszerre három csoport: a lelkis társas kapcsolatok, kontempláció meg zen. Zengg tőlük a ház. A medítálóknak ötkor

van ébresztő, hatkor nekünk, szól a házcseggő, és aki ügyes, az reggel kétszer ébred.

Takarítás, és ami betölti. Az egyik amerikai zen mesternő angolul, fordítják németre, a természetesség, spontaneitás dicsérete papírról felolvasva, a fordítás úgyszintén. Elzűmmögtük japánul a négy fogadalmat, vagyis a *Szigu szeigant*.

Ilyesformán:

*Su-dzso mú-hen szei-gan-dó,
Bon-nó, mu-dzsin szei-gan-dan,
Hó-mon murjó szei-gan gaku.
Bucu-dó mudzso szei-gan dzso.*

Magyarul egy kicsit terjengősebb:

*Az élőlények száma végtelen,
fogadom, hogy mind megszabadítom*

*A félrevezető gondolatok és érzelmek
világa kimeríthetetlen
fogadom, hogy mind elkerülöm.*

*Az igaz tanok sora megszámlálhatatlan,
fogadom, hogy mind megtanulom.*

*A megvilágosodás útjai bejárhatatlanok,
fogadom, hogy mind bejárom.*

Séta a parkban, a megvilágosodás útján járva, s ha már így, meglátogatom a kacsákat. Alig tíz-egynéhány maradt a tóban, a többi elröpült vagy elszállították valahová. Annál több a galamb, szegény tőkés récék elől fölkapkodják a kiflivégeket. Zsebebek, farkaskutyák. Szövegszerkesztés ma sincs, a sok tanfolyam miatt, az iroda is beszélgetőszobává alakult. Egy kicsinykét dohogok is, megsértődve a kozmikus rendezésre, de a séta, a metsző szél, meg a sötétségben is világító nap elriasztja az árnyakat.

Hideg időben kukoricakása (ami hűtő étel), micsoda hozzá nem-értés! A tudálékos táplálkozásértő nem érti, miért naponta zöldsá-
ta, ami a nyári hőséget kitűnően kiegyensúlyozza, de ilyenkor meg-
dermeszt. Kásásra főzött zöldség, zöldséges egybesült. Hihető, hogy
a konyhafőnök ügyes szervező, de a gasztrozófiáról padlizsánlila fo-
galma sincsen. Ennyi sértődött megítélés a zazen(és) délután végén.
A fekete csuhás orgonista nem takarékoskodott a hangerővel.

Lám, az én alighogy kivált az egységből, máris kételyei támadnak
a konyha szakszerűségét meg a csendes ülés méltó környezetét ille-
tően.

A gyomrosság és fene nagy gőgösségem rang nélküli táplálko-
zástudóssá változtatott. Most ő kérkedik belőlem egybek híján.

Ha túl teli van, mindig a *főle* ömlik ki. A piszkos tajték, a fölhab-
zott szennyeződés, hordalék, apró uszadékok.

A kerti tavacska jegét egy nagy kővel feltörtem a part közelében,
hadd jussanak levegőhöz a halak. Ha marad a hideg, a lék is befagy,
ha viszont enyhül (úgy hallom, mintha eső paskolná ablakom alatt
a cserepeket), a jég is megolvad. Amit jótettnek vélek, merő haszon-
talanság.

Hullámzó napok. Van, amikor érzem a mélységet, de alig-alig
maradok odalent, máris felszínre vetődöm. Máskor meg a jeget ka-
parászom, hátha elolvad és vizet érek. Mitől függ a fönt, mitől a lent,
az ég a megmondhatója. A kozmikus hatásoktól, időjárástól, a test
ritmusától, azoktól a lelki ajándékoktól, amit a keletiek hirtelen meg-
világosodásként ünnepelnek, a keresztények pedig kegyelmi aján-
dékknak tartanak? Ettől-e vajon? A szemlélődésben nem elég a szor-
galom, kitartás, belső tűz, ha nincs kegyelem, gyakorlásunk hiábavaló.
Hiába kotlunk rajta, bezámulhat alattunk a párna. A keleti megvi-
lágosodási utak többet bízna az emberre, mint a zsidó-keresztény
hagyomány. Aszkézisük, szemlélődésük gyakorlatibb, *tapasztalatibb*,
mint nyugaton. Léteznek olyan meditációs utak keleten is, amelye-
ken istenségek vagy az őket megidéző, képviselő mantrák segítik
a gyakorlót. A zennek nincs istene, nincs benne hit, reménység.
(Mégsem istentelen, hit nélküli és nem reménytelen.) Arra tanít,
hogy az élet kérdéseire ne szóval, hanem teljes lényünkkel válaszol-
junk. Az útja figyelmünk iskolázása.

Amit a napköz visszatartott, megadja az este. Elfogadom magam így: alul lóság, felül jóság. Sajgó láb és repeső szív. Az öröm mélyéből hallok rá a szomszéd szuszogására, a füstölő illata, a harang csupa kedvesség, ahogy a faltól búcsúzásképp a közép felé fordulunk, elkapom szomszédom rácsodálkozását könnyes és boldog ábrázatomra. A homlokom köszönettel érinti a földet.

December 18. A tisztaság könnyűsége, öröme, elragadtatása. A böjté, koplalásé. A testi gyakorlatoké, a légzésé. A mantráé meg a meditációé. Ettől a mámortól felragyog minden szürkeség, s mégis természetes, életünkéből fakad. A mámor mércéje, hogy mennyire lesz tőle tisztább minden. Megtapasztalod, hogy ez a tisztaság, a szokások, a testi-lelki szennyek alatt benned rejtve, és persze másokban is ott van. Nem kell bizonygatnod magadat semmivel, éned elvesztésében létre találsz. Meg-meghallod a belső mester szavát, és mindenki a mestereddé válik. Valóságosan nem ismeresz, nem tudsz semmit, *most* fedi föl létét éppen előtted. Nem kell kimondani. Akkor már nem az. De elhallgatni se jó. A hallgatás viszont tisztít és az odaadó munka is. Most csupa melegség.

A zen a mindennapoké. A meditáció is. Testünk templomában nem kellene fölösleges rítusok. De amíg a zen mindennapivá válik, mennyi gyakorlás. Mennyit gyakoroljunk? Úgy gondolom, ne a teljesítmény hiúsága vezessen, de ne maradjon tessék-lássék üldögélés sem, napi udvariassági fél óra, tíz perc. Itt a házban napi öt órát meditálunk. A szessin résztvevői napi nyolc órát ülnek. Ez az időszak viszont nemigen nyúlik egy hétnél hosszabbra. Japánban, hírlík, keményebb a gyakorlás.

Napi nyolc órát dolgozó felnőttnek nyilván nem könnyű elkezdenni a zent. (Bár a szabadság adja az időt.) Gyakorlatlanok esetében nagy a testi-idegi ellenállás, hát még a körülményeké! Korunk nem tűri a figyelmes, lelkes munkát, az elvonulást, aszkézist, és persze nem a lassúságot, a gyorsaságnak mitikus hangzása van. A gépek emberiesítése helyett inkább az ember gépiesedik el. Idejét gépeire, ezek megvásárlására, karbantartására fordítja, a lelkiekre már semmi sem marad. Hacsak valami miatt nem szánja rá magát, vagy sorsa rá nem kényszeríti. Általános megoldás nincsen. Életünk azzal telik,

hogy keressük a választ. Amit (akit) nem kell keresni, mert mi vagyunk a legkétségtelesebb.

A *tapasz*, a lemondás tüzeiben olykor a *nem* jellegzetességei is elégnék. Sokaknak zavaró a lelki vezetőknél, papoknak, zen-mestereknek ez a *nemtelen*sége. A férfi ideálhoz képest nőies mesterek, férfiak erejével, szívósságával élő apácák. Az aszkézis, vagyis az embert lelkében, melegében megtartó belső tűz nélkül hová jutna az úton járó? Ellangyulna talán. A túlzott kényelem, túlrendezettség nem a középső út. Mély misztikusnak, szentnek lenni viszont aligha csak elhatározás kérdése (bár enélkül lehetetlen). Pusztán elhatározásból filmcsillagok, világhírességek sem lehetünk, hiába rongáljuk meg kalapáccsal Michelangelo egyik szobrát, az alkotónál ez nem tesz híresebbé. Bár mit ér a név híressége? Az én nevem vagy a szomszédomé, teljesen mindegy. (A szerzetesek neve viszont *feladat*.)

Amit tehetünk, úgyis túl van a néven, testi valónkon. Bár a cselekvés, megtapasztalás eszközünk, a test nélkül lehetetlen.

Kamaszos hevülettel folyton az emberiség nevében kérdezzetek. Elég, ha az életemből a kozmikus ritmus kihangzik.

December 19. A módosabbja alapítványok, adományok fejében zen-mestereket fogad, akik *leülnek helyettük* (szabályos lótszban, kéztartással) évi ötszáz vagy ezer órát, s erről megbízóiknak arany-szegélyű búcsúcédulát adnak. Az igazán tehetősek két-három *rosit* is szerződtetnek egy időben, hogy helyettük a böjtöt, gyakorlást elvégezzék, mivel nekik erre idejük nincsen. Búcsúcéduláikat, a szemlélődésben való *részességről* kiállított okleveleiket ott látni mindeütt irodáik falán.

Kényelem, szétszórtság, vakhit, az anyagiak féltése. Langyosság. Középkori búcsúcédulák. (A katolikusoknál, sőt a hinduknál is léteznek még.) Sorsunkat, utunkat nem bízhatjuk rá a papunkra, mesterünkre, pszichológusunkra. Boldogságunkhoz nem elég az ő tapasztalatuk, tudatosságuk. Ezt hinni gyerekesz. A jó mester visszaad magunknak, szembesít valóságunkkal, bár nem dorgálással, ejnye-bejnyével. Ha segítségre van szükséged, útbaigazít.

Tehát jó, ha kényelmes karosszékemből igyekszem üléspárnámra, sőt a földre telepedni, hogy ne csak a talpam tapasztalja a föld erejét,

múltamat, biztonságomat, hanem a *gerincem gyökere* is. S a fejem pedig az ég, a fény vonzásában.

Háziasított gépek. Lesz ligeti avarszívó, s ennek házi változata, erdei fűrészes és kis konyhai daraboló, mezei peccenyestűtő és mikro-hullámú tarka, vadkés meg házikánál, réti alkonytörő meg házi hajnalhasító. Vadtoll és Sárga író, ami most a kezemben.

Még izzik bennem az öröm, hadd kopogjam le most ide gyorsan. Tegnap este megérkezett Marika, szentendrei zen-csoportunk szervezője. Ma ebéd után leülve beszélgetni megajándékozott egy zacskó borsmentateával, egy MÚH csokoládéval. A *műh* errefelé (sőt még *Buddha pestise* vidékén is) a tehén bőgését jelenti: *Helyes a bőgés*. S egy leragasztott, nevemre szóló borítékban alapítványa ajándékként száz német márkát. (Telefonálási költségre.) S elmondja, hogy ideutazásomat ő önzésnek tartja. Nincs pénzem, megélhetésem, s erre eljövök három hónapra meditálni. Önzés az is, hogy nem kötöttem utazási meg betegbiztosítást. Ha történik itt valami velem, a vendéglátóimat terheli majd. A lányoméknak szüksége volt pénzre, a biztosítási összeget nekik hagytam. S nincsen miatta rossz lelkiismeretem. Az önzést illetően alighanem igazad van, de a példa *most* nem jó. (Vigyázok, persze, magamra, de végső soron nem a biztosításon múlik.) Most azért jobban nézel ki, mint a múltkor. Miért, akkor milyen voltam? Feszültebb, feszült, s nemcsak én, az Antal is úgy látta. Érdekes, én meg úgy éreztem, mondom, hogy ti hoztátok be ide a külvilág nyugtalanságát, villongásait. S féltettem is tőle belső nyugalmamat. Láttatok, mit mondhatok *még* azon kívül. Minden olyan reszelősen, *mutálva* hangzik. Örültem nektek akkor, most is az az igazi ajándék, hogy itt vagy, amit kaptam tőled, az már kényeztetés.

Uta szessinjének utolsó három napjára Marika pihenni jött, mert eddig az ügyei fogták. Átköltözés, nagy házuk eladása, ami kemény diónak bizonyul. Hogy lábon maradjon, pár nap ülés.

Most úgy érzem, az ég kedvezni akar nekem, s ehhez megtalálja a segítőt is. Az otthontalanságban a háromkirályok gótikus domboorművéről készült fénykép és a piros teászacskó hazát teremtenek.

Tavaszmom boldog jeleit nem tapinthatom. A farönk asztalt jég fedí, az udvar szikláit mintha olvadt üveggel öntötték volna le.

A kerti ösvény síkos hullámváz, a forrás beállt, befagyott a teremtés. Ami volt, ami voltam, hideg átlátszóság mögött. A kút melletti két kőlap asztalon is jégüveg. S ebben a pillanatban a kocsi-beállók felől a kerti ösvényen fiúk, lányok közelednek. Fölismerem botjaikról a pásztorokat, a háromkirályokat, s az a nyeles csillagot vivő lány minden bizonnyal angyal. Földi lényként nem is olyan *rettenetes*. Később az alagsor felől fölkerülő furulyaszó. Katja szaggatott, szuszogó kilégzésére hallok, először nevetésre vélem, de kitör belőle keservesen a zokogás. A kised, szüzesség, magányos furulya vagy a zazen miatt-e, titok marad.

A vacsorám: tea. A választás szabadsága a citromfűfőzetben. A gyakorlás lelkesedés, lemondás, bátorság nélkül hasztalan, időt pocsékoló üldögélés. Ha erre a körülmények kényszerítenek (szegénység, rabság, nyomorúság, betegség) veszettnek érezhetném magamat. Az úton járónak viszont szabadságában áll, hogy a belső tüzet erősítse, megrakja, elégesse vele a fölöslegeit, beérését, tisztulását segítse.

A mestert már napok óta nem látom az ebédlőben. Reggelenként végigüli velünk az első meditációs szakaszt, majd dokszánt tart reggeliig. A négyszemközti beszélgetéshez nekem nincsenek pontos szavaim. Nincs merszem. Maradok párnámon örömeimmel, kéte-lyeimmel. Majd ha úgy adódik, kérdezek is.

December 20. Az alagsorban, a ház tudattalanjában takarítom a kerámiaműhelyt. Általános észrevétel, hogy mindegyikünk lelki pincéjében van ilyen agyagműhely, ahol a polcokon vázák, köcsögök, gyertyatartók, tálak, bokályok sorakoznak, talán még emberformák, szobrocskák is, bár életre nem kelthetően. Alkotóképességünk létünk *alagsorában*, alapjaiban van. Kemencéjében égetjük ki a művészet, játék és vallás eszközeit, *szavait*. Súrolás, törölgetés közben többször eszembe villan budapesti alkotáskutató barátom, aki évekig keresgélte annak lehetőségét, hogy kreatív és oktató központot létesítsen. Mi hiányzott ahhoz, hogy megvalósuljon? A kérés meghalló fülek? Az anyagiak? Az igazi, a teljes önátadásig, áldozatig menő elszánás? Az a derűs keménység, ami az Üres Felhőknek sajátja? A mesterséghez a mester. Maradt a -ság,-ség. Bosszúság, vesződés. Nem

elegendő már az ismeret, amit (tanfolyamokon) némi ellenértékért szikkadt agyakba töltögetünk. Egyre inkább a megélt, megtapasztalt, elevenünkbe épülő tudásra van szükség, ez alighanem az odaadás, figyelem képzésével, kiművelésével kezdődik, annak az érzékenységnak iskolázásával, amelyik olyannyira sokadrendűvé vált korunkban, a természetünkhöz, természeteshez, a teljességhez való igazodásé. A figyelmünk kifelé meg befelé is hiteles, érvényes maradjon. Ehhez viszont valódi *példa*, mester kell. A többi adódik: segítők, épület, lelkésedés meg gondok-bajok is, hogy a munkán javíthatassunk. Ahogy egy növekedő fa elmellőzi, arrébb mozdítja az útjában álló sziklaköveket. *Lelkiség* nélkül az erők nem gyűlnek úgy össze, hogy egy világi kolostor alapításába fogjunk. Időnkénti találkozásokkal baráti társaságot, *munkakört* lehet alapítani, de együtt dolgozó, küzdő lelkes közösséget már nem. Ehhez kevés a *személyes* érdek.

Az idegent, akinek szavát nem értik, akinek mondjanak bármit, csak csóválja a fejét, talán bugyutának, félkegyelműnek tartják, *néma* embernek vagy egyszerűen *halottnak*, aki az ő nyelvük szavára sem ébred meg. Ahol sokféle népség él együtt, tekintélyvel elfogadtatják a fő nyelvet, ahogy a hindit Észak-Indiában vagy délen a tamilt, Észak-Amerikában az angolt, délen a spanyolt vagy portugált. Itt, ahol nem földi hazát foglalunk, művelünk elsősorban, nem bűn, ha valamit nem értünk egészen, vagy nem tudjuk világosan kifejezni, amit szeretnénk. Nem tudod, hol az agyagosterem? Megmutatják. Odavezetnek. A kevés társasági szó nem engem talál. (Persze számít az értés is. A legfontosabb dolgokat nem lehet *megmutatni*.) Mi itt a csend, a hallgatás nyelvét tanuljuk, mondjuk akadozva, gügyögve létünkkel. Vennénk, de adnánk is. A zsvaj, a szakadatlan szóözön, a lárma (a hírek, a reklám) zavaros-szürkén ellepi a csendet, amiben az ízek, mozdulatok és a szükséges szavak beérnek. Gépeink zaja, larmája mások életébe tipor, a természetes hangokat, sugallatokat elnyomja, belesürget a jövőbe, elbújtat a múltba. Ami a tapasztalatunknak, életünknek javára van, az éppen keletkező, születő, megtestesülő, megörökülő *itt*. A larmát harsogva túlkiabáljuk, mosópormárkáktól zajos a föld, a színes tévéreklámok alatt egy indiai pályaudvar padozatán hajléktalanok pihennek, az ő csendjük hangosabb a jólét áruit kínáló hamis lelkendezésénél.

December 21. Az idővel kezdetben gondom-bajom volt, kevésnek találtam a *csak* magamra fordítható órákat, de hát a munka és a meditáció végső soron engem (is) épít. A munkaidőt tanácsos végigdolgozni, de közben negyedórányi pihenő is jár, fölballagni a szobába, főzni egy teát. De van úgy, hogy másfél-két órával hamarabb végzünk. Ez is a mi időnk. Vasárnap is van munka, igaz, felezett idejű, alig kétórányi, és nagyon ünnepélyes, mert közben csengnek-bongnak a város harangjai. Ebéd előtt másfél óra zazen, aztán alkonyi ötig szabadidő. Mihelyt ide külső erő tör be, az időnk mindjárt összezavarodik. Rendcsinálás, az *illen-(meg ollan)* helyek kitakarítása. Csillognak a porcelánkagylók, a tükrök s az arcok. Megkérem munkaelosztónkat, hogy a porszívózást adja másnak, fordítani szeretnék. Néhány zen-szöveg magyartására szövetkeztünk Marikával. Őt viszont nem találom a szobájában, várakozok rá, de nem jön, végül üzenetet hagyok az ajtónyílásban. Kilötykölöm a fehéreneműimet (a többiek mosatnak minden hét végén, mindössze három márká, nekem takarékosabb, játékosabb, személyesebb így). Még mindig nem jelentkezik a fordítótárs. Mi történhetett? Hiszen tegnap említettem neki, hogy csak a délutánom szabad, az ebéd előtt meditálni szeretnék, de a munkaidő végéből, ha lehet, lecsippentek. Most itt vagyok kis szabadsággal, dohogva, ezt úgy fogom hasznomra, hogy beleírom a mára esedékes keretbe. A *külsősökkel* amúgy is nehéz az egyezkedés, ami itt egy mozdulat, az hazafelé egy egész telefonkártya.

Kiderül később: *félreértések*. Ezt én nem hallottam, nem úgy gondoltam. A szokásos elterelő hadművelet. Ebéd után végül nekiveselkedünk a munkának. Lefordítunk közösen két zen-verset (inkább csak a Marika, én magyarosítgatom), míg a fordító összezsomagol, ráhagy a számítógépre, hogy a szöveget tisztázva leírjam. Menet közben a gép betűtípust vált, *megkérdésem nélkül* átáll a tengelyes szedéstükörrre. A szöveg összekeveredik, mintha az ördög kártyázna a lefordított szakaszokkal. Amikorra mecénásom visszatér éppen csak elkészülök a leírással, viszont szét kellene válogatni a puskaport meg a mákot.

Ekkor történik, hogy a puskapor lángra lobbán és megégeti kezünket. Nincs olyan ügy, amiért a békességet elcserelni. Most mégis

ez történik. A hiúság, sértettség sohasem talál igazságot. A búcsúm is így lesz indulatos számonkérés a köszönet helyett. Most, leírva, nincs már háborgás bennem. Marile szobájából kihangzó furulyaszóra figyelek. A kérdések megmaradtak. Mit jelentenek az események közös munkánkra nézve? Minden úgy összezavarodik majd, mint a számítógépben a sorok? Igazságnak hitt önhittség és civakodás lesz a vége? Mihelyt elúszik, ami kettőnk közt félreértés, visszatér a béke? A csend lassan érleli, de zamatosra. Ha volt a fán virág. A fordításokat holnap faxon elküldjük Hannoverbe. Remélem, öröm lesz Mariának is. Bárcsak minden nehézség után adódna tisztázni való idő, csendes üldögélés. A sorsot rendezni, és minden a helyére kerül. Hagyni a dolgokat a maguk tágasságában. A meditáció nem a tervek kerete. Nem irányított képzelődés. Üresen képek, tervek, hit, indulatok nélkül. A mennydörgő csend.

December 22. Ebéd utáni gabonakávémat kortyolgatva egy asztalhoz kerültem a Hildegard-foglalkozásról itt ragadt szép arcú tanárlánnyal. A Szentről beszél, hogy látomásai voltak (közben az ő érzéki száját nézem), festett, írt, zenét szerzett, gyógyított, böjtkúrájának ma, kilenc évszázad múltán is vannak követői. Kristóf, a poliglott és mindenben tudós kérdezgetett főleg, én inkább a lány beszéde dallamát izlelgetem, szépségébe elmerülve. Egek királynője, ahogy ő kiejti a *visionen-t!* Fölforrósodom tőle. A szomszédomban lakik, aludni sem tudtam, mert tüze átsütött a válaszfalon, világos volt szobámban, mintha egy angyal telepedett volna a vendégszékre. Nyúlok a keze felé, de csak a hideg levegőt, üres tündöklést markolászom. Karácsonyom öröme már nem lesz, hazautazik éppen. Vagy hatvan kilométernyire él Würzburgtól. Idekocsizik kíváncsiságból, hogy megismerje a nagy német apácát, és zazen lesz belőle.

Ma valamelyik filozemita kerub telerakta üzenőládáinkat ajándékkal. A kis zöld posztósákokckára Dávid-csillag varrva, benne dió, mogyoró, gyümölcsíz apró üvegben és két piros papírba csomagolt szaloncukor.

Az ebéd dicsérete, finom a párolt brokkoli, a hagymás burgonya pirított kókuszpehellyel, savanyú káposzta, saláta, hozzá öntet. Az ebédhez nincsen kenyér, ami csak nekem, az idegennek furcsa. Még

gyorsan két karácsonyi lapot föladni ide a közeli városokba, remélem, idejében megkapják.

Az iroda kulcsát ma sem sikerült megszerezniem, segítőknek valahol dolga akadt. Már hiányzik az elmaradt számítógépes foglalkozás.

Miért hogy káprázatokban, képzeletben keresem az örömet? Hiszen tudom, csak erőmet fecsérelem így. A légzés, tartás mindig velem van, s a figyelem beleold az örömbe. A szélesebb úton mindig annyian járnak-tolonganak, ami nincsen kedvemre; ennél a keskenyebb is barátságosabb. Mi tesz alkalmassá a szeretetre? Az önző ember gyerekkorát élném, aki mindig csak kapni akar? Miért nem az adás boldogsága természetem? Így neveltek? A csalódások, keserű sors miatt? Szűkösségem miatt? Tapasztaltam, hogy keleten, ahol a kis ént inkább szégyenlik, mint mifelénk, az önmagát tüntetően (elő)térbe csattantó embert gyerekek, éretlennek tartják. Segíthet-e az aszkézis tüze, ha csak időnként lobban fel, s nem égeti el egészen lustaságomat, kényességeimet? Visszaolvadni az egészbe, részesülni belőle miért nem? Időnként túl távolinak vélem az istent. Meg is halt. Hogy minden pillanatom beleolvadás, egyesülés legyen, örökké szerelmesnek kellene lennem. Fömládozni mindent az üdvösségért, tudatosságért. Miért búvok mégis estéknként az ösztönök vackára, miért nem tudok szakítani rossz szokásaimmal? Hiszen semmi hasznuk nincsen, azon kívül, hogy nyilvánvaló gyengeségeimmel rám pirítanak.

Meglepetés a zendóban: egy jókora piros csomag ülőpárnám mellett, aranyozott díszszalaggal átkötve. Raphael Hambach, a fekete arkangyal ajándéka. Mécsesek, gyertyák, jegyzetfüzetek, toll, édesség, a nevem mellé egy ujjnyomásra zenélő Mikulás ragasztva.

Mivel a csomagot az ülőpárnám mellett találtam, úgy gondoltam, ami benne van, másoknak is szól. (Sőt: egészen följazott a csomag. A kísérőkártya szövegét nem egészen érte, először azt hittem, Willigis küldte Sonnenhofról, mivel most ő éppen ott van. Mit kezdjek ilyen szép ajándék koannal? Ha megtartom magamnak, elveszett máris. Azt már nem!) Vacsora után, míg a többiek odalent ejtöztek, fölfutottam az Olümposzra, és az üzenődobozokba szétosztottam a gyertyákat, mécseseket, szalmából font szíveket, csillagokat, Gregnek csokoládét, s a otthoniak karácsonyi meglepetéséből (amit a táskámba rejtettek, mielőtt útra keltem) a csokoládés szaloncukrot,

közös konyhánkba az almát, a jegyzetfüzetet, egy mécseset meg az üres kosarat megtartottam magamnak. A határidőnapló is, amibe jegyzetek, ugyancsak fogyóban, folytathatom az írást az ajándék lapokra. Ez most a kilégzés könnyebbsége, melege, öröme. Ahány mécses ég, annyi fényforrás. (Az ajándékozó mesterünkké válik, s amit ad, az is. Továbbadni tanít.)

December 23. Valami megint elsikkadhatott a közlésben. Számomra egyértelmű volt, hogy a lefordított zen-szövegeket meg a Mi Anyánk imát irodás barátom továbbítja Marikának. S lám, ma reggel megkérdi tőlem, elküldtem-e már a fordításokat. *De hiszen nálad vannak.* Hogy ne szaporodjanak a félreértések, átviszem hozzá a kinyomtatott oldalakat, meg a fax számát (bár emlékszem, azt mondta, erre nincsen szüksége, utánaéz az irodában). Félreértés, feledékenység? Ez bizony keservessé tenné a szöveg-szerkesztést, hol a kulcsért lesbe állni, hol meg a gépet rendreutasíttatni, könyörögni, ez nem az én természetem. Mire íráshoz jutok, már elapad a kedvem, elfogy a szabadidőm. Ki tudja, talán a szívességet sem illene így rendszeresíteni. Egy levélke, kis vers leírása megjárna, de egy egész könyv már túl bonyodalmas. Munkámmal magamhoz kötni egy amúgy is visszahúzódó, magányos ember napi fél óráját! Ráadásul, amit én gépbe öntök, számára teljesen érthetetlen. Ámbár ebben a töprengés egy jottányit sem juttat előre, kiderül megint élheteretlenségem, tehetségem hiánya a napi dolgok, magánéletem megszervezéséhez. Csöpp Chaplin, csetlek-botlok a világban, s megtérve fölakasztom sétatálcámat a ruhatárban, lerúgom elnyűtt cipőmet és beülök párnámra medítálni. Hanem most még csak a takarítás (folytatása).

Nincs. Nincs. Nincsen. Elvesztettem. Elhagyott. Csak a természeti meg az erkölcsi törvény sivársága, embertelensége maradt. Magok előtte, akár az állat.

Leülni sáremerként, megérezni, amikor szájával éppen orromba fújja lelket, megelevenít, átlelkesít. A teremtés folytonos csodája. Ahogy felujjong tüdőm, zsigereim, ahogy fényesebbé válok, ahogy a létezés velem. Mert az *üresség*, ami körülvesz, teli gondolatokkal, kétségekkel. A sivatag csúsztómászói, férgci, fenevadjai. Sivárság,

terméketlenség, elválasztottság, a szavak is mind ebbe burkolnak, el-
takarnak, a szükség határai belém vágnak. Már minden
veszendő. A gyengeség marad csupán. Vigaszom, hitem nincsen. In-
nen indulhatok.

De hiába lépek ki a sötétből, újra sötétbe jutok. A konyhásnő egy
epés rendreutasítása megsért, sőt még a tárgyak is, a folyosói szek-
rény fém kulcslyukdísze megvágja mutatóujjamat. Vézett utána so-
káig. A postán attól tartottam, hogy amíg sorban állok, a papírpénzt
is összevérzem, s így nyújtom át az alkalmazottnak a telefonkártya el-
lenértékét. Mikor telve vagy magaddal, ügyeiddel, siránkozással, fáj-
dalommal, akkor a legsivárabb. Egyedül mindenfelől. Aki megsértő-
dik, másokat is megsért. S aki megsérül, az sebet oszt vajon?

Délutánra a szövegszerkesztő. Tisztázom az itt írt verseimet, majd
a készülő regényem naplószerű betétjeit írogatom. *Bürös* barátom se-
gített a szöveg elrendezésében, majd ki is nyomtatta örömmre.

A meditáció mélyülésével az akadályok is súlyosabbak, áthatol-
hatatlanná válnak. Az istenhez közeledve az ördöghöz is közelebb
kerülsz. Érzékenységünk, ha csak magunkat mentené a veszedel-
mekből, prédául vetve, hagyva a gyöngébbet, tapasztalatlant, azt aki
megbánt, a megélést, megértést, csak az önérzetünk maradjon, le-
szűkíti, korlátozza terünket. Amikor mások érzékenységét sajá-
tunknak éljük meg, ettől nyílik a tágasság, mélység felé.

December 24. Karácsonyi előzetes. Délelőtt még dolgozunk, takarít-
tok, felsúroljuk az étkezőt, a bejárati ajtó környékét felsöpröm.
S aztán a számítógéppel buzgólkodom. Regényembe tördelek
apró képeket. Önéletrajzi darabok, bár több-kevesebb áttétellel
mindig az életünket rajzoljuk-írjuk. Minden hőse, szava az íróról
vall. Telefonok. Anyámnak, aki egyedül költötte el otthon az
ilyenkor szokásos savanyú bablevest meg mákosgubát. Lányo-
méknak. A berlini ismerősnek, aki ideutamon Nürnbergig hozott.
Györe Balázséknak, a levél helyett, élőben szeretném, de csak az
üzenetrögzítőt találok.

Délután háromtól vacsoráig – félóránkénti kis sétával tagolva –
az üléspárnán; gyermek- és kamaszkorom lassan visszatalál a csend-
be. A konyhás Herta gyertyákat gyújt, jól megvárakoztat bennünket

az ajtóban. Majd átölelget mindenkit és kacarászva, röhgicsélve boldog ünnepeket kíván. Megfogyatkoztunk. Csak a belsősök maradtak, a hosszú idejű vendégek közül meg a külföldiek. Az amerikai társunk, az osztrák, a svájci, a lengyel s egy német patikusnő, akit én Jánoska Johannának nevezek el. Párolt zöldséges tál. A húsos pitét és a pudingot, ünnepi szabadosságnak tartva, félretolom. S közben anyám savanyú levesére gondolok.

A teli has és tompa fej állapota. Kitömve, boldogtalan.

A szép Rózsa, ahogy egyenjogú nőhöz méltóan kezét nyújtva boldog ünnepeket kíván. Meglapogatom a felkarját kedvesen, s valahogy félszegnek, tartózkodónak rémlik ez így. Más szokások ha találkoznak. Majd megszépül odabent a képzelet mélyén, s ahogy megérint az is, kifakad belőlem szíven ütő kéken az álom, és előnti a Szent Benedek házat.

A lecsillapodott forgalom miatt idehangzik a város minden hangja: csengnek-bongnak-kongnak-zúgnak-zengnek.

A zendóban egymagam kongatok csak. Utólag derül ki, hogy Kristófot, lengyel gongfelügyelőnket elnyomta a délutáni buzgóság.

Apró képek, amelyeknek összetartója a kedvesség. A soktehetségű lengyel gongosunk elemes nyírógépét berregteti közös fürdőszobánkban. Éppen takarítok, amikor a zuhanyozófülkében zümmög vele. Végzek a munkával, ő is az önnyrással, zuhanyozással, s lenyírja az én hajam is szerzetesformán. Az üzenődobozomban délután Hartmut ajándéka: gyertya meg csokoládé, este Hertáé, édesség, kis Taizé-naptár. A zendóból, míg váraozom a falapok csattanására, kilátok a nyitott ajtón az előtérbe, nők lépnek be balra a párnás és térdeplőzsámolyos szekrények felé, majd föl a lépcsőn a majdnem szembeni Sárga terembe. A fölmenetből csak a falra vetülő mozgó árnyakat látom megnyúlva, a többi takarásban. *Az árnyék fénybemenetele.* A szakrális táncos (női) csoport utolsó estje. A zazen után az előtérbe kilépve, a konyhai kocsi teáskannái felől forralt bor szaga csap meg. Rózsánk átpártolt hozzájuk, inkább a tánc, mint a csendes ülés, látom őt halványlila nadrágjában mielőtt árnyá válna (*balra el*), s aztán már csak az ismerős hajforma a falon. Viszont újra megtestestült, mert összetalálkozunk a folyosón, mond valamit édesen, mintha lépesmézret rázna sietve, kérdezem, hogy mondod, megismétli, de

ekkor sem értem, állunk egymással szemben zavartan, aztán ki-ki a szobájába. Elő a nagy fekete határidőnaplót. (Értelme nincs tűz a belső szakadék mélyén. Lelki gyorsfénykép. Kissé túlexponálva.) A szomszéd ajtó nyílik a táncos lábú *visio* lecsattog a mélybe.

Konyhánkban forralt borra gyűlik össze a nemzetközi csapat. Edeltraud osztrák-német, Elisa-Maria osztrák-svájci, Greg amerikai, Kristóf, a lengyel-német meg én. Egy-két korty bor után karácsonyi énekeket, népdalokat dúdolunk, kíséretképp gitárpengetés, mogyorórágcsálás. Kimegyek a férfimosdóba, s amikor jövök visszafelé, félig nyitott hasítékkal, mert a fitymalemosás után megakadt a cipzár vagy a tudományom, meglátom a folyosón Rózsát, teljes nyitottsággal integetek neki, odamegyek hozzá, boldog ünnepeket, rám mosolyog, gyere velem a konyhába, csalogatom, minek, csak, de inkább elmegy, ki tudja, mit akar velem ez a lobogó vérű, félnótás magyar. Pár perc múlva aztán mégis benyit hozzánk. Tizenegyig vidítjuk egymást. Még Greg is megiszik egy pohárka alja forralt bort, pedig *újjászületése* után megfogadta, hogy többé soha. Szobámba aztán fölhallatszik a templomi ének. *Krisztus Jézus született, örvendezzünk*, dúdolja bennem a gyermek.

Így ér véget az, ami el sem kezdődött. Csak a vágy izzik, lángol, a betlehemi jászolban, a kisdud helyén is ez a földi tűz ég. Pirulva nézi Mária. Ágyban fekvé hallgatom az éjféli misét, mint egy lumpoló nagyúr.

A szomszéd szobában a tanárány forgolódik az ágyában, áthalatszik a deszkák nyirkogása.

December 25. A reggeli szellőztetés közben kinézve látom, mécses ég a kertben, a halastó melletti szikla tövében. Az ébredezők pislákoló tudata. A reggeli tisztálkodás után borotvámval igazitanék hajamon, lehúzva a kiálló hajszalakat. Ez olyan jól sikerült, hogy a tükörbe nézve látom: hosszanti csíkok képződtek fejemen, a fejbőröm világít, mintha betegség hagyta volna rajtam a nyomát.

A reggelink mazsolás kaláccsal gazdagabb az átlagosnál. A templom orgonája zúg odalentről ünnepi hangerővel, ajtók nyílnak, csukódnak, kirajzik mind, aki itt van. A táncos-imás csoport tanfolyama ma délelőtt befejeződik.

A számítógéppel. Majd bent a nagy zendóban egymagam. Meditállok. Kijövet látom, Jürgen gubbaszt zakósan-ingben az előtér egyik székén. Váratlanul tűnt el néhány hete, el se köszöntünk egymástól. Alighanem munkát talált. Most az ünnepi ebédre jött vissza. De még korán van. Kimegyek sétálni a körligetbe. Szép napos, ragyogó idő. Orosz turisták őgyelegnek a kerti utakon.

Összeszorul a mellem, szűkös a tér, és megint kiváltam a világból. Szabad szomorúnak lenni, de ettől nem vidámodok meg, szomorú szabadság. A csinos tanítólányt a kerten átvágva látom kocsija mellett. Jürgen beszélget vele. Talán nem vett észre, mert búcsút sem intett.

Fegyencfrizúrával, magányosan, orgonaszóban. Feloldható-e a magány? Vagy csak a szemlélődés, az egybeolvadás semmisíti meg határainkat, ad vissza a teljességnek? Ha lenne, az isten is magányos. Nem tudom, amit tudok. A válasz én lennék, de mire?

Ebéd a kolostorban. (Hagyomány szerinti.) Én a sült pulykához feltalalt köreteket fogyasztom, párolt káposztát, zsemlegombócot, egy-két korty bort. Megélem, milyen zavaró, ha csak testünk mámoros, és nincs kapcsolata a valósággal, nem tudatos. A virágos kert közepén üvöltöző örült hangja.

Virág, igen. Nézem: a házmester fiú keze fején karmolások. Alighanem a Rózsa tövisei.

Magány, elhagyatottság. Ha életében nem is, halálában mindenki magányos. Ezt jelentené Jézus sóhaja a keresztfán? A halálban érvénytelen a hit meg a remény.

Kertünkben az árvácskák fölemelt fejjel nézik a fény születésének csodáját. Fehér, lila, sárga szépségek.

Délután lazítanék, de túl nyugtalan vagyok. Kiruccanak a városba, kínai kerékpárosok, orosz utazók.

Hetekig állt a márkás lila kerékpár a buszmegálló vasoszlopához lakatolva. Elégedetten nyugtáztam, hogy ez itt már emberségesebb része a világnak, nem lopják el, nem engedik ki tömlőjéből a levegőt. Néhány nappal ezelőtt aztán arra csodálkozom, hogy elvitték a maradék kerék párját meg a nyeret. Ott maradt az aszfalra rogyanva szegény megcsonkított vasparipa. Ki tehette vajon? Mintha erre *érkező* válasz volna, két kínai gurult velem szemben a járdával osztozó sávban. Ez itt már a külváros. Bevándorlók. Ilyesmit mondtam

magamban. Ellophatta ezt valaki részeg, duhajkodásból is. Ehhez kulcsok kellettek, azokat meg a kocsmajárók nem hordanak magukkal. Válasz nincsen, csak a gyanúm.

A találón fogalmazott mondatok hozzásegítenek-e ahhoz, hogy *pontosítsuk* életünket, vagy pont ellenkezően: elfedik azt, ami valóság.

Hát az Ige, *aki* kezdetben vala?

A vágy mélye felé. Egyre sötétebb. A félelem, szűkösség, az ismeretlen visszariaszt. Hiába erőlködöm, a tudóm sem bírja a meder legmélyéig.

Amit tudok *róla*, minden kívüle van.

Vacsorázunk éppen odafent a kolostorban, amikor betoppan Willigis. – *Ásványvizet, almalevet?* – *Nem, sört.* Önt magának a bajor barnából, kenyeret majszol hozzá, paradicsomot eszeget és kivesz egy sonkaszeletet is. A második pohárral már nem issza meg, viszi a tálaló felé kiönteni. A folyton lesben álló tanulság most: evésben, ivásban mindenki saját mestere legyen. A bizonykodó ember mindig jobban tudja, mire van a társának szüksége, és mi van ártalmára.

Az esti meditációra hiába várjuk Kristófot, a barna sörök meg a sonkaszeletek eltömték a kedvét. Én telepedek párnájára, falapok csattanása, üstgong, időmérés. A nagyharangot már Greg szólaltatja meg, s a ceremónia végére leér az udvarba hozzánk kedveszegetten a szolgálatmegtagadó is. Végigmutogatja az esti zárás rendjét: konyha, udvari épület, bejárati kapu. A forrás melletti villany, udvari lámpa fölkapcsolása.

Csínján a borral, félre az édességekkel! Elsötétítenek, nehézzé válok tőlük. Dugattyúként kotyog szegény sóvár szívem.

December 26. Lám csak, ma az első alkalom, hogy nincs kedvem a hatórás kezdéshez. A fölkelést halasztgatva azzal nyugtatgatom magam, hogy majd a szobában ülök fél órácskát, de reggeliig menően félálomban forgolódom. Tompa fej, pont ilyenkor kéne a gyakorlás, hogy föltisztuljon. Akarat is alig kell hozzá, és átfordulhatsz a holtpontra. De most csak ezek a ragacsos mondataim.

Hajnaltól fölkapcsolom a lámpát, az égő mindjárt kipurcant. Mit jelent vajon ez a *tényen* túl?

A zendó mennyezetéről csöpögő víz. Épp az oltár közelében. (Hát ez mit jelent?) Takarítás. Az írásaim is fényesítgetem. Az áldott türelmű Hartmut segített rendezni az elbarmolt szöveget. Valamit megnyomhattam a gépen, mert a sorok egymásba szaladtak, betűformák váltakoztak összevissza, sortöredékek lógtak lebombázott híd roncsaiként a levegőben.

A kolostori ebéd megint hús, a külön tálon hozott köretből a párolt spárgát választom, italból az almalevet, időtöltésből a szövegszerkesztést. Mikor már fáradnék, betelepedek a zendóba, közel a piros műanyag vödörhöz, amibe időnként belepottyan a mennyezetről egy-egy csöpp. Szép napos az idő, valaki még szivárványt is látott reggel az égen.

Vannak tehát (megfejtendő) jelek.

A párnámról éppen a számítógéphez igyekszem vissza, amikor a házmesterlegény eltérít utamból. Megkér, segítek neki földadni a mennyezetlapot, de előtte még fölteszi a vödört az álmennyezet fölé, közelebb a szivárgáshoz. Hozzam be a Sárga teremből a porszívót. Nézd csak, hiszen ez *vízszívó*, a törmelékhez nem jó használni. Legyint. Tartsam az aranyozott gongot. S mielőtt még hivatalosan is kinevezne a segédjévé, visszaszököm a komputerhez. Azazhogy csak szöknék, mert az irodát közben bezárták. Ezért aztán föl a szobámba, s leírom a naplómba ami itt olvasható.

A délutáni ülés szerencsére eltüntette kábaságomat. Lazítani csak addig, míg el nem ernyedünk. A munka nélküli napok bizonytalanok, puhább tőlük a húsom. A karácsonyi pihenésben ellustulva ma már zsörtölődve sűrölöm az illemhelyet meg a földszinti folyosót. Hogyan lesz ebből megvilágosodás? Eddig még egy nap szabadot sem kértem, holott a hosszú idejűsőknek minden két hét után kijár a szabadnap. Ezt örölgetem magamban. (Amikor átirom, épp a holnapi szabadnap felé nézegetek. Ez is rendeződött végül.)

A kolostor ebédlőjében nem érzem jól magam. Szédület, puhaság, képmutatás, ilyesmik sejlének; ezek a kereszténységet a sírja felé viszik. (Zsoltárosan persze, ahogy dukál.) Hősiesség, belső tűz nélkül, kényelmesen szinte lehetetlen elmélyült, hiteles lelki életet élni. A lemondás parancsolatként, kényszerűen semmit sem ér, tapasztalatból, meggyőződésből kellene fakadnia, nem csupán hitből.

Húsok, sör, bor, asztali nyalánkságok, a főhelyen egy nevetgélő hölgyike, itt így követik Krisztust. Mutassam meg, én hogyan szeretném. Rendi, vallási kötelék, hatalmaskodás nélkül, de hitelesen. (Ez meg az én hibám, ítélkező szavaim.)

Séta a ligetben napnyugtájban. Kutyasétáltatók, anyukák csemetéikkel.

Fontos tapasztalat, hogy amióta itt vagyok, a szemlélődés hatására, talán az idő szűkössége miatt is, megcsillapodott olvasási szenvedélyem. Egy igazán mély rövid mondattal elvagyok két-három napig is. Nem a szavak, hanem forrásuk érdekel, az erő, elevenség, fény, amittől teremtő igévé változnak.

A kolostori teher megviselte Kristófunkat, a sör, bor, hús, sodort cigaretta nem csinált neki kedvet a gongszolgálathoz. Megint rám és Grege maradt, ő a harangot és az előtéri gongot, én meg a benti ütőt meg a falapokat zengettük, csattogtattuk.

Épp a kapuzáráshoz készültünk, amikor belépett Willigis a házba derűsen, hetykén és szabadon.

December 27. Egy két hete Budapesten postára adott levél még mindig úton van. Ilyenkor a (szokásos) tépelődés. A címzés nem volt pontos? Vagy elkeveredett az ünnepi küldemények tengerében? Itt tet-ték idegen helyre? Át kell újra nézнем a vendégek postafiókjait. Nézhetem, nevemre szóló borítékot nem találok.

A munkát viszont nem kell keresni. Minden reggeli után eligazítás. Mára az udvari épületben: a folyosó porszívózása, a zuhanyozó, fürdőszoba megtisztítása, az illemhelyeké, innen az Olümposzra, a folyosó portalanítása, a férfimosdó kitakarítása.

Ebéd utáni sétámon elcsodálkozhatom, hogy a körpark távában megint nyüzsögnek a vadkacsák, tókésrécék, a parton pedig a galambok. Egy elképesztően cingár (kopaszodó) férfi eteti őket, bele-beleharap a kenyérbe, amit így leválaszt, odaveti a szárnyasoknak. Vékonypénzűségét szűk nadrágja is hangsúlyozza, majd' térdéig érő fekete csizmában van, arra ráhajtvá vastag piros kötött harisnyája, Bocskai-kabátja kigombolva a télnék. A párja fehérített hajú hölgy, illata messzire kísér. Megállok a kacsurafa alatt, s ellenőrzöm, jól emlékszem-e a törzsére akasztott madáretető

számára. 129. Eszembe jut megint budai barátom. *Hogy vagy, Balázs?*

Meg kéne azt a levelet írnom neki.

A terv füstbe ment, mert a beszélgetőszoba zárva, a kulcsot és gazdáját nem találom. Estére meg már elpárolog a kedvem.

Az év végi kontemplációra kilencven résztvevőt várnak. A nagy étkezésben szinte minden asztalon teríték.

Délután megint én voltam a gongszolgálatos, mivel konyhás barátunkat kifárasztotta a mosogatás. Este misén. Willigis jelenléte szinte pezsgő törzsi rítussá változtatja. Zsigeri háborgásom (ételpárosítás!) ellenére beleoldódom ebbe az erőbe, érzem ahogy átjár, kitágít.

Aztán a teli ebédlő vacsoraidőben. Péterrel, a kétméteres föld-sugárzóssal épp egymás mellett, az én százhatvankettőtől hozzá mérve a felének sem látszik, hallom is a kuncogást hátunk mögül. Nevetésre ingerel, ha az ellentétek kerülnek egymás mellé. A kövér meg sovány, Stan és Pan, Don Quijote meg Sancho Panza.

Reggeli fél hatos ébresztővel indul a kontempláció. Az indító ülés tehát fél órával hosszabb a szokottnál (bevezetésképpen a Jehosua mantrát mormolgatjuk tíz-tizenöt percig). A délelőtti gyakorlásban csak vasárnap veszünk részt, köznapokon munkaidő. Egy-egy előadásra azért betelepődünk. Az esti időbeosztás maradt, csak a név változott. Kontemplálunk zazen helyett. Befejezésül az esti záráskor a Salom mantrát zümmögjük.

Visszatért karácsonyi látogatásából Alexander. Azt mondja, Krakó környékén, ahol a családja is él, mínusz huszonkét fok volt, lám, itt meg tavasziasan enyhe idő. A kertben délután észrevettem egy lila virágú kankalint, az árvácskák és a díszhalak is tovább virítanak.

Aggodalmaskodom: ebben a nagy zajlásban engedik-e egyáltalán, hogy az irodában üldögéljek? S a heti koplalónap megint esedékes. Holnap vagy holnapután megejtem. (Miért ez a tologatás? Most, azonnal!)

Hallgatni és figyelni. Csend és tudatosság.

A becsapódó ajtók, a recsegő padló, a lépcsőkön klaffogó papucskok, a zárban megcsikorduló kulcsok, a nyikorgó ágyak viszont nem tudnak hallgatni. Én hallgatom őket. (Odakint most éppen egy autó dudál.)

December 28. Délelőtt kapohtisztogatás. A ház saját készítésű üllőpárnákat (is) árul, és küld postán a megrendelőknek. Kétféle (fekete meg fehér) színben és két méretben. Tömésükhöz gyapotot használnak. Ezt tisztogatjuk néhányan az alagsor hideg, huzatos folyosójára kiszorulva, védőmaszkban, hogy a pamutfa-pihék orrunkba-szánkba, tüdönkbe ne kerüljenek. A téglalap alakú fehér géz a szájon: némaságunk megpecsételése. Délután lazítás a szobámban. Fél háromtól este hatig (a félórányi kerti szemlélődés meg a rövid köztisé-ták kivételével) az üllőpárnán.

A misén a törzsi ritus megint. Megéled, átlelkesül a levegő, lüktet, izzik a testem. Willigis a(z) apokrif) Tamás-evangéliumból olvasa fel azt a részt, amikor megkérdezik Jézust, hol van a mennyek országa. Itt van, benne vagyunk, de *nem éljük*.

Ahogy fölemeljük kitért tenyerünket a fény születését örvendő énekre, majd megint és megint, a kezem érzi a fény hullámzását, öröm, ahogy lejjebb hozom a földre. (*Tényleg hozod, apu? – kérdené a lányom.*)

Van-e különbség a szemlélődők meg a zen-tanfolyamon részt vevők között? Akadnak, akik mindkét utat követik, a misztikus tapasztalat nem kizárólagos, inkább egyesítő, elveken, szavakon túli egységben összefogó, elmélyülő. Amíg célja nem válunk, lehetnek különbségek: a zen gyakorlás kezdetén az OM mantra, a szemlélődés után az esti Salom, de nem érdemes rajtuk rágódní, töprengeni, mert beleveszek kétségeimbe.

A megvilágosodásélmény istentapasztalat-e? Vagy a legvégső valóság megélése, amit mi emberiesítünk? Akkor vajon a zen miért nevezi ürességnek, kioltódásnak? Lehetséges-e istenhit nélkül meditálni, vagy ez csupán (esendő) gyakorlás? Vagy pedig a test, lélegzés tudatosításával a test, lélek is megszentelődik? A gyakorlás, *teljes* válasszunk nélkül mindegyik kérdés elvont. Nem érzem fölhatalmazva magam, hogy bármelyikre szóval válaszoljak. Önmagammal, a rendszeres szemlélődéssel inkább, amihez egyre nagyobb kedvet, lelkesültséget érzek.

Közel kerülni, közepébe az Egységnek, egynek, ehhez nekem a közösség sokfélesége, figyelme, tükre, segítsége is kell, nem elég a magányosság, remeteélet.

Mi az az egység, aminek közelében, sőt: közepében szeretnénk időzni? Szavakkal épp a legfontosabbak közölhetetlenek, de életünkkel, munkánkkal számot adhatunk róla. A hallgatásban előbb feltárulkozik, mint a cifra beszédben.

A vissza-visszatérőkön látható, mennyire táplálékká, szomjúságot oltóvá válik a meditáció, ahogy sivatagi bolyongás után a vizeskorsóhoz, úgy nyúlnak ülőpárnájuk felé.

December 29. Szemlélődünk. Kilencven ember, meg a gyöngeségeink.

Két terembe sem férünk. A szűkösség lélekbe vágó. Csipog egy öregasszony szívszabályozója vagy elmélyülésmérője, egy lány szemben velem alul-felül bugyborékol, egy nő, aki acetonszagúan, mereven előrebökött fejjel lépdel. Az istennek sem teljes a kör. A délutáni séta előtt egy kis mozgásgyakorlat az alagsori Kék teremben. Zsinórt kötözünk derekunkra, körbeállunk, a két szomszédom ujját beleakasztja, én is az ő kötőjükbe, ringatózunk lassan körbe a gertyaláng körül. A szomszéd nő öve kioldódik, nekem a gyomrom morog, bizonytalankodom. Mintha kifáradt volna az év is. Fáradtan topog velünk. Vagy az én holtpontom vetül ki az égre. (A *lelkizés* a lelki élet megrontója. Magunknál tovább nem enged. Érdektelen, hogy örülök vagy éppen szomorú vagyok, ha nem merülök bele az érzésbe, nem élem meg tudatosan. Akkor meg minden szavam arról beszél, ami nem *kimondottan*, az is.)

Most inkább a tények, bár ez sem a *való*. Hogy hosszú szünet után újra a városba merészkedem, képeslapokat veszek, ünnepek közti üdvözlétként. Fölfedezek három sárga kankalint a kertben, és elnézem kis sziklafülkéjében a halastó partján a mécses. Egész éjjel világít. Rálátni ablakomból. Ez már vajon *valódi* fény? Ott a zöld bambuszbokrok is, de színük most elveszik a köztünk lévő sötétben.

Összehívják a hosszú idejűsöket. Az év utolsó napján nyújtott munkaidő, cserébe az *egész* vasárnapunk szabad.

A vágyban élem meg igazán korlátaimat, a szomjat, de a reményt is, hogy ami után kívánczodom, kiegészít, visszaad az egésznek. Az erős vágy eláraszt, hullámai sodornak, nem érek a mélybe a nyugodtabb rétegekhez. Szabadsághiány a tenger közepén.

Elég egy személyesebb, kedvesebb mosoly az esti folyosón, máris megingok. Ezt persze nem látni mindjárt, mert a mosott fehérneműt viszem. Mintha a mosoly tenne valakivé. Pedig ami vagyok igazából, a rang nélküli, ismeretlen ember. Aki mosolyog, a maga kedvét is tölti. *Majdnem* öncélú. Most én lépek a *majdnem* helyébe.

Az ember mint belső-külső körülmények találkozása. Mi ez ebben a szövevényben, amit *énnek* nevezhetünk? Ami igazán *én*, az más is. De ha belegondolok, nincs két egyforma ember. Mindegyikünk *kiemelt*, különleges sorsú. Mi az, ami fontos bennünk? Az nem kirekesztőleges, hanem társainkhoz kötő, belőle vagyunk, ezt éljük. A fogantatás előtti arcunk. A rész(1)egesség kiforgat ebből a márból: nem találunk haza, járjuk körbe a várost.

December 30. Aki már *haladó* az úton, mondják, még a kapoktisztítást is örömmel végzi. Jókedvűen gumizza szája-orra elé a védőmaszkot, teszi föl szemüvegét, továbbá derűsen nézi a szállongó pihéket, nem mérgelődik, ha a munka végeztével védőköténye alatt is merő fehér pihe, pamacs. Látszik, mennyire kezdő vagyok még az úton. Kuporgok a fapadon, a szemem se kinyitni, se becsukni nem tudom a pihéktől, ég *rettenetesen*, a szemüvegem sem *védő*, ezért a maszk elterelte kilégzés bepárásítja. A geomanta Péterrel buzgólkodunk, ő a terem egyik, én meg a másik végében, mantrázgatunk jó hangosan, bohókásan, amikor benyit a lélektanász Katja, azt rebegve a küszöbön áhítatosan, hogy *milyen szép*, mert visszhangzik mormogásunktól az egész (pirosnak nevezett) terem meg a pincefolyosó is, erre kitör belőlünk a nevetés, egy pihés óriás meg egy *manóbb*. Várjuk segítőinket, a mesebeli koboldokat, kiderül, hogy a magyar törpék inkább ártnak, a németek viszont eleresztik fülük mellett segítségkérésemet, mert talán nem is értik.

Napsütés, hét fok meleg. Séta a városban. A piac sarkán a kolbászrushoz kigyózó sorok, a téren egy férfi zenél. Kezében bendzsó, hátán dob, a nyakában szájharmonika. Nagy közönsége van.

Hosszan, módszeresen sétálok, utána itthon egy csésze gabonakávé.

A rítus nem valóság, csak előkészítője, kerete a megtapasztalásnak. A szent tánc, mise, mantrák, a csendes ülést körítő szertartás is rítus.

A délutáni foglalkozáson a kerti nézelődés előtt fél óracska rituális tánc dél-amerikai zenére a gyertyaláng körül. Azok mellé kerültem éppen, akiket jól megtéltem magamban: a büfiző Mártonka (aki lány) meg a szakállas, nagy lábú zenész közé, aki az ülések közti kinhin alatt mindig a maga lépteit *keresztelte*. Tehát ők fogták (szerecsére nem a ceruzámat, hanem) a kezem. Az égő gyertya körül összefogozunk, arcunk a fénybe tekint, ballal előre lépünk, a következő ütemre oldalt, majd hátra, ugyanezt a jobb lábbal is, így minden égtáj jelződik (teljes a tér), az előttünk meg a mögöttünk lévő kétszeresen is. Majd balra mozdulunk, így a kör lassan fordul. Bár kezdetben el-elvétődik a bal meg a jobb, a nadrágom szára is lecsúszik talpam alá, rálépek, ettől megingok. Martina érzékenysége, hogy megingásomat azonnal észrevette, szorított egy kicsit a kézfogásán, nehogy kidőljek a sorból.

Az Osho-módszeren pallérozódott Katja lassan, átszellemülten kezdi a kerti járkálást. Majd váratlanul piros kabátjában, mint az eleven, izzó lövedék kipattan és cikázik sebesen a kert útjain. Ha tudatosan gyorsan mozgunk félórányit, vélte Osho, utána leülünk, légzésünket, testünket tudatosítva, a meditáció is hatásosabb, mélyebb lehet, mint ha csak mozgás nélkül szemlélődnénk. Az ő módszere a nyugati, tettekben, mozgásban élő és a keleti (középpontja körül lassan mozduló) ember elválasztottságát szerette volna megszüntetni. Gyakorlataiban a rítus meg a valóság megtapasztalása keveredik. A gyors mozgás és a tudatosság nemigen férnek össze, véli az eszem, bár a gyorsaságot középpontunkból, tétlenségből is indíthatjuk.

Szülessen meg bennünk a fény, és adjuk is tovább! A misén Willigis János evangéliumából idéz. *Én vagyok a világ világossága: aki engem követ, nem járhat sötétségben, hanem övé lesz az életnek világossága.* Majd a szöveg elejéről is: *Kezdetben volt az Ige, és az Ige Istennél volt, és az Isten volt az Ige. Őbenne volt az élet és az élet volt az emberek világossága. Az igazi világosság eljött volt már a világba, amely megvilágosít minden embert. A világban volt és a világ általa lett, de a világ nem ismerte meg.*

Utána eltűnődöm a magyar nyelv szépségén. A világosságban megfér a világ. De a világ már kevés a világosságnak, ez a fény *benne van, körül is veszi.*

Mise után kivonulunk az udvarra. Nagy égő gyertya a kettős kör közepén, erről néhány kisebb gyertyát, majd ezekkel cserépmécseseinket gyújtják meg, és az udvarra kivitt *hangraforgó* hangjára mozgunk körbe a délután tanult tánclépésekkel. Aztán széthordjuk fényeinket a házba, udvarra, kertbe. Mécsesemet a folyosói madonnakép alatt hagyom egy ideig, majd szobámba viszem. Beatrice, a tánc oktatója magát a sötét csatornarács elé tette, nehogy valaki megbotoljon.

A mester gyertyájáról négy segítője széthordja a fényt, a lángot elosztja. Fénnyel töltekezünk.

Gyertyáinktól, mécseseinktől akkora világosság támad az udvarban, hogy rá a csillagok is csak halványan rebegnek odafönről.

Az erő, magába old, s a mellém telepedő fűrtös lányt is benne érzem, jó hogy van, gyönyörű a hangja, a pillantása, de ez most ebben az erőben ég. Fényünk is mennyiféle! Lélegzik, él. Valaki kezében egy hegedű lángol és görögül dicsérik az Istent:

*Agiosz, o Theosz, agiosz isirosz,
Agiosz athanatos. Eleison imasz.*

December 31. Itt voltak, *elviseltétek egymást szeretettel*, hangosan búcsúzkodnak. Elszomorodom, az ő távozásuk miatt, az év fordulóján meghalok egy kicsit, és föltámadok egy kicsit. Az is szomorú, hogy miért nem *egészen*.

Hol is búcsúztathatnám méltóbban az óévet, mint a városi főtetetőben. Itt láthatom a kegyeletsszolgálat korszerű módját. Böck vagy Franz Hammelbacher vállalkozik rá, hogy havi átalányért gondozza a sírt, hetente friss virágokkal díszítik, kialakítják a virágágyások formáját, a koszorúkat ők készítik, gyertyát, mécses gyújtanak, talán jó pénzért még egy röpimát is elmondanak a halott lelkiüdvéért. Az ősök életet, hagyományt segítő tiszteletéből szolgáltatás lett. Ne mondhassa senki Weis-Mülleréről, hogy nem törődnek a múlttal. Ezek a személytelen formák (hiába a cég *márkajelző* táblácskája a sír földjébe szúrva) a hagyományos közösségekben nyilván kietlennek, sivárnak, lélektelennek hatottak volna, most itt íme! Korunk barbársága.

Ebéd után, amikor ejtőznék egy kicsit, háromszor is megpróbál benyitni szobámba egy félkínai lány. Végül kikulcsolom az ajtóm, belép, elnézést kér, visszamegy takarítani a szomszéd szobába. Többször láttam itt meditációkon. Általában hozzám közel telepedett le. Ha újjászületésemhez választhatnék bőrt magamnak, csakis ázsiai: hindut, kínait vagy japánt. (Majd megtanulnám a nyelvüket is.) Nekem a benáreszi fölvirágozott halottasmenetek, a Gangesz-parti máglyák (bár ott is *szolgálatként* végzik a hamvasztást) látványa sokkal emberségesebb, mint itt a kripták, urnafalak sora. Vagy a sírrendezők egyenízlése. A halott neve, a születési, elhalálozási idő, a foglalkozása: fogorvos. *Volt. Volt a név is, s minden, ami időhöz kötődik. A múmárvány ének.*

A német rendszeret, a kitakarított tisztásokat csak a ligeti sörozgetők (meg a szükségüket végző kutyák) bolygatják meg egy kicsit. Az egyik szökőkút medencéjében rengeteg sörösüveg, a közelében is szanaszét, látom, hogy három férfi a pihenőpadra rakott söröskartonokat körbeállja, nagy hangon kárálnak, ahogy a közeliükbe érek, még hangosabban, mintha csak nekem szólna.

Zengnek, bongnak a harangok. A harangozás nemes mesteriség; kongásuk vigaszt nyújt, erőt, békét jelent, a némán elsuhanó időnek hangjával *testet* ad. A dóm alatt megtekintem a háborúban szétbombázott épület fényképét. Szinte csak a két torony, a harangok fészke, maradt épségben, a falakból alig valami.

Öregszem-e? Nehezen viselek minden változást. Már a lehetőség is bizonytalanná tesz, zavarba hoz, kétségbe ejt. Inkább támasztom sajtó vállal a rám dülő fát, mintsem hogy kiugorjak alóla. Fáraszt, untat a társaság, a fecserészás, a kedélyes poharazgatás még inkább. Talán még nem váltam emberkerülővé, viszont a társaságosi felszínességét nehezen viselem.

Még egy utolsó fénycsóva a városnyi nagy amfiteátrumra, felsűt a nap, a kerti virágok fölujjonganak, velük virul az idő.

Rövid zazen után hosszú, elnyúló beszélgetés. Mi, *nagyidősök* egymás közt. Ki hogyan éli meg a napirendet. Megfelel-e az alvásidő? Átplántálható-e otthoni talajba a napirend? – ennyit sikerül a gyorsan továbbmozgó szavakból elcsípnem. Később már csak a hangok *szí-
nét*, a beszéd dallamát érzékelem.

Vacsoránkat az asztalon állítjuk össze. A választék: zöldségek, sajtok, gomba, most sonkaszeletek is, főtt krumpli, olívbogyó, kenyér. A tányéromon zöldség és kenyér, egy kis olajjal, cayeni borssal.

Az esti meditáció után a város fölötti szőlőhegy kápolnájához autózunk. Nem tudom, mi vár ott rám, maradnék itthon. De ünneprontó sem akarok lenni, föl hát Edeltraud kocsjával. Mécseseket, gyertyákat teszek a lépcsőkre, mint ahogy napnyugtakor Indiában szokás. A kápolnában Willigis rövid miséje, körülálljuk, és kerek pászkával meg borral áldozunk. A szertartás után még belefér a mai napba egy kis lassú körtánc a kápolna mellé vitt gyertyák, mécsesek körül. Majd az újévre koccintunk. Nézzük a városból felröppenő petárdákat. Valaki a mellettünk lévő szőlőben próbálkozik hasztalan, rakétái a közelbe buknak le hangos sistergéssel. Majd' kitör a nyavalya, hogy egyet majd pezsgőspoharunkba röpít.

Hazatérve folyosóvégi kis konyhánkban üljük körül az asztalt. Kristóf gitározik, német, lengyel, orosz, angol dalok.

Hajnali fél háromkor szobámba szökék.

1998. január 1. Jó reggelt, esztendő! Zenés ébredés, a kápolnából felzúgó orgonaszóra, hálaadó énekekre. Fürdőszoba, jógagyakorlás. Lebalagok a zendóba, ülök egy órácskát. Boldogság önt el, hogy újra rátalálok az élet alapjának mámorára, ez mennyivel mélyebb, édes Istenem, mint amit egy-két pohárka pezsgő adhat. A fejem tompasága enyhül, a testi nehézkesség szűnőben, *átjárhatóbb* vagyok.

Micsoda svédasztal tíz óra után! Már a gyümölcsökből is mennyi-féle: szőlő, alma, körte, sárgadinnye, kivi, ananász, mandarin, narancs, hidegtálak, lencse, párolt zöldség, kaviár, halfélék, saláta, öntetek, kenhetőségek, kenyerek, lepények.

Greg ficsúrosan kabátja hajtókájára tűzött piros virággal jelenik meg az ebédlőnkben. Örülünk a bőségnak, most tetszik ki igazán vonzalmunk, ízlésünk. Az étkezés időpontja sem szokásos. Ha akarjuk, még reggeli, de korai ebéd is lehet. Ki gyümölccsel, ki kávéval kezdi, van, aki a szőlőt lencséhez csipegeti, vagy a dinnyét étkezés után, csemegeként fogyasztja.

A napközi ödöngésből *kizaklat*, amikor kiautózunk a tegnapi esti helyszínre a kápolnához, hazamentjük a maradék mécses, gyertyát,

letisztogatjuk a kőpadozatról meg a korlátról a viaszcsorgást. A két lengyel, Péter meg én, négyesben szorgoskodunk. Innen visszatérve a szövetségstervezővel kísérletezem, de nem vagyok elég figyelmes, türelmes, a gép se követi utasításaimat, ezért csüggedten fölballagok a szobámba, itt meg Katja rendcsinálása, porszívózása zavar meg. Lemegyek újra a *pécéhez*, ez a nekirugaszkodásom sikerebb: dolgozom egy keveset az esti meditációig. A nap végére mintha megtalálnám magamat újra.

Január 2. Ébredés hat előtt. Köznapra megint. A szokásos reggeli ülés a városiakkal. A szomszédaim is helyükön, itt a kínai lány, aki a kápolnánál fémposharából forralt borral kínált, a másik oldalról egy rettentő komoly, nyúlánk nő, régi ülőszomszédok vagyunk. Ő is fent volt a szőlőhegyen. Willigis is közöttünk ül. Az első szakasz után a szokásos személyes beszélgetésre invitál bennünket.

Ittlétem első időszakának bölcsekedő távolából elmozdulva most inkább a munkám *közvetlensége*, személyessége vált fontossá. (Utunk a tapasztalatból emelkedik a gondolati-szellemi régiókba. Az út viszont fordítva is járható. Kezdetben mindent szavak, gondolatok, fogalmak kereteznek, takarnak, majd tisztul a világ lassan, válik teljes megtapasztalássá, átéléssé.)

Irodalmi ügyekbe *ilyen távolról* nem *ártom* magam, igyekszem megőrizni *ártatlanságomat*, bár talán ez a lator bűnbánat utáni (vélt) érintetlensége. Nem védekezem, nem támadok. A bírálóat elől visszahúzódok. Okosságáért szenvedjen mindenki a maga módján. A bírálóm is meg én is. Bár a magam teremtményét szedték ízekre, igaz a fejemből pattant ki (bár nem teljes fegyverzetben), nem az ágyékomból fogant. A vélemény, *ízlésünk* másságának hangsúlyozása gyöngeség, merő fontoskodás. Ami válaszként eszembe jut, fejemben alakítgatom, amíg súlyánál fogva le nem *csöppen*. Kiderül, csöpp volt.

A vágy, aminek csak a felszíne, testisége, tünetei sejlének. Visszadódni az egésznek. Vajon hová vágyakozhatom *egészen*, ha nem a teljes figyelem, világosság közepébe? Ahhoz mennyi zavarosságot kell elhagynom, a vágyat is talán. A valóság itt van, és mégsem, mégsem, mégsem élem. Nem vagyok itt egészen.

Szilvia, a kertészlány, miután boldog új esztendőt kívántunk egymásnak, az étkező előtt a maga zavart-kedves módján mutatja, amit a kezében tart, különleges indiai fából metszett két kerek lapot, amelyek nedvesen összetapadnak, vízbe vetve egészen sárgás színt eresztenek. Be is hív mindjárt az ikebanaszobába, megnyitja a csapot, a két fát egymáshoz dörzsöli, valóban megsárgítják a vizet. Egy régi Würzburgot ábrázoló képes naptárt is hoz, nézegessem, ha tetszik, vigyem csak. Neki két példánya is van. Pont ekkor bukkan fel a közelben a svájci lelkész nő, hívom, ide süss, Napóleon a Rezidencia udvarán valamelyik német főherceggel. Tetszik neki, így aztán övé lesz a képes naptár.

Az ebéd utáni séta célja, hogy a rendes kerékvágásba visszazökkenést megkönnyítsem.

Nyugtalan éjszaka, három óra alvás után fölébredek, később megint, a reggeli fölkelés viszont nehezemre esik. Bár nem hagyatkozom egészen az érvelő észre, mert akkor a reggeliig menően szundikálnék.

Szemerkélő eső, kilenc fok meleg – az éjszakai hevülésem egyik oka. Miért pont esős időben vagyok érzékenyebb, érzékibb? Még a meditációt is el-elborítják az érzelmi hullámok, a képzelet páros jövőmet leskeli mohón, zihálva. A meleg belső forróságot is támaszt. Az eső pedig női elem. Ilyenkor a külső természet is egyesülésre vágyik?

A vágy az miénk marad, emberi érték. Amíg: minden pillanatként nem lesz egyesülés. Örömeink mélyére csak a tiszta tudat láthat; a sötétségben ha villám csattan.

A testnek nem bölcsesség kell, hanem egy másik test, étel, gondoskodás. De mi az, amivel vágyam több a madarak, őzek, halak, kutyák, teknőcök, lepkék, elefántok ösztönénél? Az egyesülés, ahogy a tantra tanítja, kozmikus esemény, figyelemmel, rítussá változtatva a megvilágosodás útja lehet.

Míg azon mélázgatok, mit felejtettem el abból, ami fejemben a vacsora után szavakat talált, sőt a meditációba is be-behangzott, rám kopogtat Greg két csomag japán *miszóval* (szójakrém). Ajándékba kapta, úgymond, egy barátjától, de ő nem szereti annyira, hogy mindjárt kettő is legyen, úgy gondolta, továbbadja. Láta ugyanis,

hogy az ebédlőben szójakrémekre rájártak páran, ezért jócskán meg is csappant. Pár napja följánlotta volt, hogy a reform-boltban vesz egyet nekem, ha már arra jár. Kifizetném a két csomag árát, zavar támad, ő nem úgy gondolta, *ajándék*. (Elég ráóhajtanom valamire, amikor ideje van, teljesül. Ez itt a csodák háza, ez későbbiekben megint-megint bizonyossá válik.) Amit viszont nem kapok meg, nyilván hiányával lesz inkább javamra.

Száz ember meditációja közös fedél alatt. Hatalmas erő szabadul fel. Mind aki végzi, *mérhetetlen* tartalék energiát kap.

Január 3. Jó így korán kelni, ha a napkezdetre már letisztulhatok. Zengetjük az OM-ot, üldögélünk. Gyakoroljuk a figyelmet. Kívülről a kisharang kettőt kondul, új tanítvány lép be a mester ajtaján. Pár perc múlva megint. A nap mellől serkenni, melléje dőlni, ha elfárad az időnk. A száz ember ellepi a házat, föléljük gyorsan a munkát is. Ami marad, elvégezzük mi, a hosszú idejűsök. Nekem mára a lépcsőház, pincefolyosó, vécék, az étkező padozatának fényezése egy gép musztáanggal. És máris itt az ebéd előtti orgonaszó! (Most pedig csak fél figyelemmel a képernyőn, mert mellettem a másik ernyő is igencsak képzik. Egy vallások közti párbeszédéről készült képszalagot futtatnak a társak. Később pedig a születésnap előkészületek: poharak, csészék, perec, rágnivalók az esti koccintgatáshoz. Másnap, ahogy ezt *visszaképzem*, még mindig érződik a fűszeres forralt bor szaga, pedig kiszellőztettem alaposan, sőt füstölőt is gyújtottam ördögűzés céljából. Hanem most már vissza az időben, hogy előrejussak!)

A gondolkodás és a figyelem olykor kiszorítják egymást. Figyelek, egyszer csak arra neszelek, hogy *elmerültem* gondolataimban. Mindig *valamiről*. *Kívülről*. A figyelem viszont beleolvadni, egyesülni segít.

A mise után krétaosztás. Fölírhatjuk vele ajtófélfánkra: 19+C+M+B+98. Krisztus lakik e házban. Vagyis a megtestesült teremtmény, szeretet, béke, jószág.

Vetközz le egészen meztelenre, csak a puszta léted maradjon! Vessd le érzékeidet: a látást, hallást, szaglást, ízlelést, tapintást, majd engedd el a gondolkodást! Ez persze csak hosszú gyakorlás után

sikerülhet. Esetleg. Amikor már nem akarsz, nem kívánsz valamit, nem sóvárogsz semmi után. Ettől igazán megkönnyebbülsz, derűs leszel, mint aki minden fölöslegét levetette, és boldogan siktva a hullámozó tengerbe gázol.

Ha ez így megy, még miszókerekeskedő válik belőlem. Vacsora közben Alexander mutatja a szójakrémjét, válaszként taglejttem, hogy van nekem is odafent, ő erre (mutatja), hogy szívesen adja, mert van még a tartalékban. Lám nem törtük meg az ebéd közbeni hallgatást sem.

A mai zárószertartás után elhagynak a szavak. Elsodródik az erdő, ahol a fák közt szőrszálak nőttek, a bokrok légzésemben forogtak, és lányarcúvá változott a tisztás.

A láthatár mögött combok, meztelen karok, megkezdődött a felátadás.

A kínai lány körmei véremtől pirosak, meztelen hátam közepére varrt cipzárral babrál, lehúzná, hogy megsimogassa jobb vesémet. Hallotta ugyanis, milyen szépen fölturbékolt, amikor utolsót csillant a páfrányok közt az idő.

A szavak odakint. Nyargalnak veszettül nyihogva, nyerítve a háztető körül, röhögnek, csikorognak a levegőben, az öreg esőcsatornát meg az erkély korlátját rugdalják, farkukkal rá-rácsapnak a cserepekre, és tovább.

Vissza a valóságba!

Január 4. Munkaszünet, vasárnap. A nap java üléspárnánkon telik. Dolgozunk. Magunkon. A napirend: reggel fél hattól két óra zazen, reggeli után pihenő, negyed tíztől ebédig menőn (félórás tanítással megszakítva) csendes ülés. Negyed háromtól hatig ugyancsak. (Közben háromnegyed óra kerti séta.) Fél nyolctól kilencig újra ülünk. A szessin részvevőinek naponta ez az időbeosztása, ehhez még hozzáadódik a délelőtti munkaóra (takarítás, kapoktisztítás, zöldségpucolás, mosogatás).

Zenés ejtőzés templomi orgonára. Harangkongás, szemerkélő eső, a szél zörgeti türelmetlenül a meglazult zsindelet, ahogy kinyitom az ablakot, hogy megnézzem, hol zörög, ráámulok: szívárványkioszorúzza az eget, és zengnek a harangok.

Micsoda a valóság és hogyan tapasztalható meg? Ez a mai *tésó* (tanítás) témája. A hit és a hozzárendelt rituálék nem elégségesek a valóság megtapasztalásához, mert *kívül vannak*. A tudományos kutatás meg szakosítja, *földarabolja* az egyetlen valóságot, részleges megfigyeléseivel eltávolodik tőle. A valóságtapasztalat igaz módja a misztikus átélés; a pusztá lét, a tudat szavak, hit és módszer nélküli megtapasztalása, közvetlenség, *látás*. Az ezoterikus út eszköze, az összeszedettség megszünteti a részekre tagoltságot, elszigeteltségünket, a belső és külső közti határt, az egység(közelé)be juttat. Ez a megtapasztalás kép nélküli, tehát túl van az ábrázolhatóságon és fogalmiságon, legfőljebb képtelen, ellentmondásos, az ésszerűséget bántó történetekkel mutathatunk *feléje*. (Hagyományos hasonlata ennek a Holdra mutató ujj.) A mester Csao-csou kőhidas koanját mondja el.

A tésóra betoppan Katja is, aki közben itt hagyott bennünket. Mikor meglátom, úgy megörülök neki, hogy csupa parázs leszek. Két matracal elébb telepszik le, trikóban, soványan, nézem, ni csak, a bal válla mennyivel lejjebb a jobbnál. Az anyjával lehetnek összetűzései vagy nőisége rakott fölös terheket rá? Fölvillannak okosságaim, de inkább újra egy pillantás a bordó trikós gyöngé vállra, amely a keresztet hordja hitetlenül.

Közvetlenül előttem egy lány ül, kicsit jobbra dülösen. Magam pedig, ahogy a testmegigazításnál kiderül, balra dőlős vagyok. Káprázik a testem. Ha most mellette ülnék a jobbján, fejünk éppen összécérnc.

Az égi szépség helyett földi visszfényei. Barbarák, Annettek, Violák, Giselák. Mintha minden nekem tetsző lány testem-lelkem szolgálata, gyönyörűségére, feloldására lenne a világon. A *vagyokból* kilóg a *lóság*. Gyok csak, gyogatok.

A légzés. Valódibb, mint a vágykép, az ábránd. A rész helyett az egészből ad. *Nem* helyett az *igent*. Az első lépés a legfontosabb (az elégedettségből), aztán meg a többi.

A vallás: magunkra találás. Visszafordulás önmagunkhoz. Honnan? Magunktól.

A délutáni kerti szemlélődés közben fölpislákol egy picike gyönyörű láng a kozmosz tüzéből. Nézem a pavilon melletti díszfüveket,

a zölden formált erőt, az élet világosságát érzem ebben a kis bokorban, sejlík, mindenütt ez világít, sejtjeinket és a mindenséget is befényli. Az én istenem földi létező, gyökerekkel kapaszkodik a talajba. Szívárványomnak is gyökerei vannak. Egymásnak örül vele ég és föld. Ezzel a zöld díszfüvel a boldog teremtés közli velem magát.

Január 5. A napsütést megtisztelem ebéd utáni sétámmal. A kis (kacsaúsza) tóban a zöld fejűek alámerülnek, hogy lemossák magukról a fölös szavakat, a nevüket letisztogatják, szárnyacsapkodva, maradnak így hápogva a gyönyörűségben. Mintha a kedvemért csinálnák. A lélek forrásába buknak, hogy felhozzák a világ teremtésének pillanatát, újra lemerülnek, és teremtődik hápogva az öröm. Egy mókus darabig mellettem szökdécsel óvatosan az utat szegélyező bokrok között, majd hopp, föl egy terebélyes fára, hé koma, oda én nem tudok utánad, átugrik egy másik fára, majd újabbra megint. Idelent kutyák futkároznak. Elnézegetek hosszan egy fatörzsön csuszonzázó virgonc madarat. Tisztogatja a fakérget, eddegél, időnként megáll, rám villan, rikkantva szökell, fordul, perdül, mindegy neki fejjel föl vagy le. Megfürdetem szememet a napban. Bujkáló vágyaim nyilvánvalók, napvilágra kerültek, az ég hajlatán fénylenek.

Mókusok, kacsák, kutyák háttal a halálnak élnek (ha jól emlékszem, Rilke írt ilyesfélét), ettől olyan boldog, *örökös* minden mozdulatuk, hangjuk, még az óvatosságuk is. Az odút nem zárják nyitják, nem lakatolják le a maradék tobozt, a rigók békésen osztályozzák egymás mellett az avar leveleit, bogarat, magot keresve. Nincs köztük háborúság, viszály.

Tanulni tőlük, az állatoktól. Mit mondhatok egy rám mosolygó arcnak? Visszamosolygok. Bármi kérdés, kimondás már „túl sok volna, túl világos”. Kortyolgatok ebből a sötét tűzű italból, tanulom az ízt, hogy mennyivel nagyobb teret villant a tapasztalás köré, mint ez a sok szó, körülírás. (A naplóm is mostan.) A lét mélye szavak nélkül is megszólítható.

Testem, tested. Nincs más megváltója, mint az odaadás, beleolvadás, kitöltés, de nem a másokban, mert eltűnt most ő is. Tantrikus címerállat: kétfejű üres madár.

A vonzalom, tetszés gyökere ki tudja, meddig ér. Miért éppen a szőkék, miért bolygatott meg úgy annak a kínai nőnek az arca? A vonzás a miénk, a választás oka már egyetemesebb, rajtunk kívüli. Vagyis nagyon bent a mélyben: a láthatatlan perem.

Ibolya, aranyhajú széplány, hol a te párnád? Elmentél, mert untad itt nagyon? Ugyis csak a férfiak szívét vadítottad el a csendtől, ahogy világítasz véznán, szépségesen, izgatón. Ártatlan romlottságod, amiről egy-egy pillantás, az arcod, mozdulataid meséltek, sokféle mendemonda forrása lehetne. Ha én író volnék, kiötlénék rólad egy történetet, megörökítenélek, ahogy ülőpárnájukról egyenként elcsábítgatod a nőket, férfiakat a mester orraelől.

A terhes nő. Itt volt az évszáró meditáción is. Akkor szürke kötött ruhában. Most púpos hasára tett kézzel jár a sorban, bokáig érő kék kötöttben. Tegnap sálat tekert hasára, s ahol a legkerekebb, ott köt rá masnit. Megmeditáltatja a magzatkáját. Itt van újra a háta mögött összekulcsolt kézzel ballagó gázlómadár lilában, a széttartott könyökkel sétáló férfi pont utána lépdel (zöldben), tarka társaság vagyunk. Ez a *könyökenagy úr* ül Ibolyánkkal szemben, ahogy belépek tegnap a Sárga terembe, látom: a meditációra várva ülőpárnájuk előtt szemeznek egymással; mosolyogva, fintorokat vágva, mórrikálva; csupa kedélyesség.

Január 6. Bizony, Imre, az élet gyakorlás, mondta Willigis élém tolvaj az ajándék csokoládéját. Reggel vége a szessinnek, föl lehet sóhajtani. A gongos, az asszisztens és Willigis tányérján a konyhásnő figyelmessége, fáradozásuk bére, egy-egy csokoládészelet. Az ajándékot mindjárt továbbítom a szomszéd Péternek, ő is továbbadja. Elindul reggel útjára egy *édes érzés* (ezüstpapírba csomagoltan).

Mályvaszín felhőket úsztat az égen a szél, az Olümposz folyosóján nevetgélés, terepere.

A gyakorlás olykor a tudattalan olyan rétegeit bolygatja meg, hogy a tanítvány a mélyből fölkavaródó zűrzavarral, ennek félelmével megy mesteréhez. Ne csak az ülőpárnánkon gyakoroljuk a zent. A munka, kapcsolataink, életünk váljon (hangzott a reggeli édesség mellé) gyakorlássá.

Körülvettek engem a vizek lelkemig, mély ár kerített be engem, hínár szövőődött fejemre. A hegyek alapjáig süllyedtem alá, bezáródtak a föld závárjai felettem örökre! Mindazonáltal kiemelted életemet a múlásból, oh, Uram, Istenem.

Így a zsoldáros. Vele én is.

Komor színpad, ahol a képzeletem halálra szánom. Dehogya is a képzelet! Csak a képzelődésről van szó, mert megcsapolja erőimet, hamis világba ránt, káprázatokot von körém. Talán nem kell a versírást azért abbahagyni, mert a valóság megélésére törekszem. A zsoldárok mind erről (vagy ennek hiányáról) szólnak, a haikuk, a misztikus versek ugyancsak. A ritmikus létmagyarázatok és szűtrák sokaságát most csak említve, mert ezek már inkább az ész, mintsem a szív dolgai.

Órákig a szövegszerkesztő előtt. Amit dolgoztam, kétszer is elnyelte a gép. Sziszüphosz IBM-mel. Ezt görgetem föl az Olümposzra, amikor már azt hiszem, csúcson vagyok, visszazúdul, alábsodor. A sorsom erősítget vele. Éberem és álmomban is bököd, mert nem alszik. Én viszont (nemsokára) igen.

Január 7. A böjtöt húzom-halasztanám még. Ha valamit nem akarok egészen, inkább ne erőltessem. De hiszen akarnám én. Langyoskodom, holott égnem kéne. Didereg bennem az isten. Ő a tűznek ura. (Én még magamnak sem, sajnos.)

A szövegszerkesztő fogyasztja derekasan az időm, amit nem óvok meg a leírtakból, mert elfelejtem, eltűnik valahová a gépből, újra megfogalmazom jegyzeteimből, és megint láthatatlanná válik. Mintha az életemet bolygatná így meg az ittlét. Ha nincs figyelem, a napunk eltűnik a kozmikus *pécében* (ahová az Isten is gyalog jár). Hány történet, hány élet íródik így a semmibe. Néhány üres sörösüveg, verseskötet kallódik még a halott után egy ideig, aztán már az is útban van. Kidobják.

Tizenkét fok meleg. Gyönyörű napnyugta, a narancssárga és a tintakék lassan egymásba úszik. Kozmikus színdarabkák.

Este beszélgetés a mesterrel. Akinek van hozzá szava, kimutatja, milyen okos. Én csak magamnak büszkélkedem. Új vendégünk egy bosnyák apáca, aki hét évig élt Egyiptomban.

Az egyik északról jött német nő, akivel később egymás mellé kerülünk, nevünk és párnánk miatt is, vállalkozik a testtartás-kiigazításra. A beszélgetés után mindjárt le is telepedik és megkéri a svájci hosszú időst, igazítson testtartásán. A tartást, gondolom, megéjjük, belülről megmutatkozóan, vagy csak a szabályait tudjuk, *róla* tudunk, nem *belőle*. A tudás meg ismeret közti különbség.

A Benedek Termet porszívózva, figyelmem mozdulataimban, légzésemben, lazítok, könnyűre fogom a munkát, de azért nem léhásra, elúsznak fölös feszültségeim, jelenlétem tisztul, ahogy hajlongok, lassú táncszerű mozdulatokká alakul tevékenységem, a gondolatok menjenek csak, *agyó*, most csak ez van, a porszívózás rítusa. Hozzá a gép halk, *emberséges* zümmögése.

Az étkező pultján csészealátétén két szelet kenyérke, mellettük cédula: *Brigitté*. Épp a teavás végén vagyok, amikor az éhes nő belép. Magukra hagyom őket hármásban.

Január 8. Az utat mindenki a maga módján járja, hogyan is lenne mindenkire ugyanúgy érvényes a szabály? Vagyis hogy a teremtés szerete teljes szívből, értelemből, lélekből és embertársaink szeretete mint önmagunké. Ebben benne van már a nem ártás (a ne ölj!), nem lopás, az igazszavúság, az életerő nem tékozlása, az önismeret, nem-kuporgatás, értékeink szétszótása, tisztaság, elégedettség.

Ha duzzad a tennivaló, naplóm apad. A szabaddá váló munkaidővéget csendes ülésre, majd a számítógépre szánom.

Délután testhelyzet-kiigazítás. (Amikor egy elefánt ormányát kiegyenesítik. Mindjárt visszagörbül.) Vissza az *ámító gépelyhez*.

A nyelvi értés korlátai óvatossá tesznek. Most történetesen valaki rákérdez sebesen a ruhatárban valami *házi ügyre*. Nem fordíthatok hátat neki mindjárt. Bevallom derekasan: nem értem, amit mond. Megismétli. Még ekkor sem. Kínos. Amikor a takarításszervező elfelejti, mi volt a munkám, és arra kérdez, amit nem kellett elvégeznem, csak rebegek-habogok zavaromban. Tisztázni anyanyelvünkön, sőt magunknak sem könnyű. Minél nagyobb a félreértés, annál nehezebb. Önmagunk meg a nyelv értése, hajlékony formálása segíthet a zavar megszüntetésében. Egy *rendes mondat* rendet terem magunk körül.

A csend, az egymásra figyelés is sokat segíthet az árnyaltabb ér-
tésben. Míg nem a porzsákat kell kicserélned a szívógépben, ami itt-
léted alatt az első eset, ezt megmagyarázni. Viszed magaddal a tisztá-
zásra porszívódat.

És a szemétsztályozás szabályai! Hová a tiszta papírt, hová
a papírtörülközőt, a szárazelemet, műanyagot, elszáradt virágot,
gyógyszermaradékat? Kész tudomány.

*Január 9. Új csoport érkezése. Tanfolyamuk témája: az elmúlás művé-
szete. Hiába mélézünk mellé, muladozunk mi is. Csakhogy! Az éj-
szaka közepén kezdődik az új nap. Meditáció, önismeret, testgyakor-
latok, rítusok, festés, agyagozás, tánc meg előadások. A betegségek,
a fájdalom értelme.*

A belső beszéd időnként ki-kicsap. A nyelvi kifejezések, az ide-
gen mondatok „előfogalmazása”, helyzetgyakorlatok fejben. Lépc-
sőházi bölcselkedés: mit kellett *volna* akkor tennem? Képzeltben
máshogy játszom le. Ez *történik*, és elnyomja a munka tapasztalatát
is. Kezemben a súrolókefe, közben gondolataimba veszek. (Térde-
lek, az eszem viszont máshol jár.)

A házmesterünk eltűnt búcsú nélkül. A fürdőszobában a mos-
dók alatt egy pár strandpapucs meg egy szappan maradt utána. Ked-
ves, barátkozó fiú volt. A lányokkal is, akik vele (talán) nem annyira,
mert összekarmolták, lám, a kezét! Még a fogsóját is megpróbáltat-
ta velem egyszer, egy ebéd utáni szájöblítéskor. Mondogatta, va-
lahányszor csak találkoztunk, hogy Buddhára hasonlítok. Buzgón
bólogattam, hogyne, neki is pont ilyen *szemüvege* volt. Hanem Kris-
tófunk kedvessége, figyelme a munkájába már nem fért. A meghibá-
sodott folyosói villanykapcsolóra egy kartonlapot ragasztott, ráírva,
hogy elromlott, használni TILOS! A szivárgó vízvezeték alá csak egy
vödört tett, helyére visszarakta segítségével az álmennyezetet,
a férfimósdóban viszont két kagyló hónapok óta nem használható,
nem folytatom, mert megítélésnek hangzik, pedig csak a jelenséget
szeretném rögzíteni. Egy ilyen házban fontos, hogy jól működjön
minden. Ne csak a lelki vezetés. A vezetékek vezessenek. Az aj-
tók csukódjanak, ne nyikorogjanak. A mi legényünk sebtében reg-
gelizik, aztán gondterhelten rágja az asztal fölött vadul körmét,

körömágyát. A mozdulat önkéntelen, de rendkívül erős. Mit jelképezhet? Miből fakadhat?

Apróképek. A lépcsőházi fekete madonna képe alatt már csaknem teljesen elfogyott a gyertya, gondoltam, újra cserélem. Benyitok a kápolnába, hogy az ottani szekrényből kivegyek egyet, látom: Dolorosa nővér fekete apácaruhájában a sarki örökmécs felé fekszik hasmánt. Akár egy pogány szertartás beavatottja. Óvatosan csukom magam után az ajtót.

A kerti séta alatt. Egyik lány kezében a fehér porceláncsésze, a tasakos tea cérnáján kifityeg a márkajelző cédulácska (ősi japán hagyományként). Viszi a fák alá meginni.

Az udvaron összetalálkozom szilveszterünk tündérével, Rózsával. Kezét nyújtja komolyan, majd arcon csókoljuk egymást. A folyosón látom ismét, mosolyogva kacsingat rám, azzal az ordenáre kedvességgel, amivel itt többször is szerencséltettem nők részéről. Az este, amikor a szövegszerkesztővel bajlódom, a nyitott ajtón át észreveszem, odakint toporog a bejelentőpultnál. Egy kedves lény, akinek haján már elsötétedett az ünnep fénye. (S mi lehetett vajon a szája fölött az a szürkés csík? Fogpormaradék, ebédnyom, gyógykrém? *Nem tudom, kedves Mefisztó.*)

Január 10. Szombat. Szabadnap. Munkával ünnepelem. Mivel a délelőttöm se kötődik most a felmosóvödrökhöz, betelepdem a *szám-gép* elé. Írok egy kicsit a regényfejezethez, majd a naplómát kezdem ernyősíteni. Szembesülök így máris (nem is olyan) régi kesergő, sóvárgó magammal. De azért még nem temetem a vágyakozó költőt. A fogalmazás beleeszi magát a gyakorlásba is. A napló első részében egy *alpinista* mondatot alakítgatok elviselhetőbbé, de azért mesterkéltten illembéli se légyen. Mint a piaci légy. El-elhessintem, visszashálldos folyton. Hát ezért nem jó olvasni a meditáció idején, megterheli az agyi *emésztést*, és írni sem igen tanácsos, legfőljobban a napi följegyzéseket, a krónikát még. Hogy a kimondandó ne vesszen egészen kárba.

Egy ideig a beszélgetőszobában a meditálni is be-bejárogató szürke ruhás apáca motozgat a hátam mögött, a névlapokat rendezgeti ábécérendben. A gépem egyszer-másszor megbokrosodik,

ekkor átmegek az udvari épület irodájába, hívom büntudatosan a gazdát, helyrehozza a hibát, míg aztán újabbat nem csinálók.

Délután a folyosón Katja jön velem szemben hátizsákosan. A családbéli kedves, megörülök neki nagyon. Mivel a holnap hazautazó Péternek éppen dolga akad, megkér, helyettesítsem az üstgong mellett. Bejössz? – kérdezem Katját, mert már *nagyon* kezdésidő. Boldogan, meghatottan lép a zendóba. Hazaért újra. (Késett is a kezdés miatt egy-két percet, míg a tékozló lány odakint levetette cipőjét-kabátját. Pedig a zenben: *pontosan és szépen.*)

A meditáció után megint a számítógép. Most már nem bízom rá gyanútlanul magam. A gép gazdája leírta nekem (magyarul) egy papírra: TÁROLNI! TÁROLNI! TÁROLNI!!! IGEN. Megóvom (*elementem, szakszerűsítem később*) a szöveget, okulva a korábbiakból.

A kert tavasziasan illatozik. Tizenkét fok van, napos idő. Egy bokor (talán som?) már sárgán virágozik.

Anyám levele. A szülőfalummal szomszédos községben ünneplés (a csehországi kényszermunkára zavart magyarok estje). Alighanem politikai sereglés is. Erre hívnak engem. Az egyik versemet elmondják. Milyen távol most tőlem vers, ünneplés, szülőföld. A sereglés idején talán még mindig itt leszek Würzburgban.

Jó mélyre leásott bennem egy nyugtalan vakondok, hogy megszagolgassa a gyomrom, szívem, ott mocoog puhán, feketén szegény, és szuszog. Ki tudja, mikor jön ki újra?

Az egyik új hosszú idejű nő neve, rokon hangzás, *Imme*. Persze egymás szomszédságában ülünk. Jin és jang. Éjszaka és nappal. Asszony és gyermek.

Január 11. Ahogy megérkeznek a vendégek, ahogy eltávoznak végül. Az első és az utolsó étkezésnél szabad a beszéd, különben csendben eszünk (némi tányércsörömpölés, evőeszközzörgés, csészék koccánása). Az utolsó reggelinél, amikor már kivonják a dugót, mindenki mondja, ömlik belőle a szó, nem figyel a szomszédjára, a szemben ülőre, aki kenyeret, mézet vagy forró vizet szeretne. Van, aki ezt a zsihongást unja (te vagy, én vagyok), föláll, meghajol összetett kézzel, hálát ad az ételért, elköszön némán, kilép az étkező hangzavarából. Ilyen vidám kilépni, elmúlni, barátaim. Aztán fölmenni, ha nem

is a mennybe, az Olümposzra, hogy a munkádhoz, új életedhez ruhát, testet cserélj.

Mi a teendő az eltávozott lelkek után? Kitakarítjuk a földszinti toaletteket, a lehúzott ágyneműt begyömöszöljük a mosodászsákokba, hogy lemérhetőek legyenek, ha eljön értük a patyolatoskocsi.

Az ételszag fölkering a földszinti konyhából az istenek folyosójára. Ez táplálja bennünk a halhatatlan fényt. Olykor a templomi orgona fúgáiba vegyülten. Így kettős hatással. Hát még ha megszólalnak a város harangjai is hozzá. Ilyen apróságokból az ünnepi pillanatok.

Segítöm felcipeli a számítógépet az irodából olvasószobánkba-társalgónkba, ahol a tévé, képmagnó is van, hogy ne kelljen folyton a kulcsért lesben állnom. Az olvasószobát viszont nem zárják. Ez jó (meg rossz is, mert megszöktethetik a jó öreg Ibikénket). Kinyomtatjuk a megmaradt oldalakat, így aztán mindjárt láthatóbbak a gépelési hibák. Ezt már idefönt írom, közben hátam mögött, oldalamnál Dolorosa nővér matat a könyvek között. Dolgozom egy kicsit, majd odalent az étkezőben a gyümölcstortából jól belakmározok.

Ezt ki kell járnom. Közben telefon a családtörődéknek (a liget sarkáról). Napsütés, a parkban nagymamákat, dédiket támogatójártató fiatalok, a játszótér is zsisong, az ünnepi ebéd utáni kirajzás. Visszatérek, az udvarba érve hallom, hogy az alagsorban rockzene szól, a beavatási terápia résztvevői erre ugrabugrálnak a Kék teremben. Idefönt Kristóf hangoskodik a színes tévével: reklám, vadnyugat, labdarúgás, a gondolataimat se hallom tőlük. Dobbantok innen, kedves lengyel barátom. Majd este – a vacsora helyett – munkálkodom.

A csend, mint hallhattam, nem mindegyikünk számára egyértelműen becses ajándék. Van, aki az udvari mahorka után inkább Média véres gyomrába nézdel, ahol olcsó sapkát, sicipőt, páratlan mosópormárkát is láthat a háború halottai meg az éhező etiópok közt. Odafent halk zene szól, tovább, de hová, hogy a mentőkocsik zúgásából, a szirénák közül visszaérhessek a csendhez.

Amióta az olvasóban dolgozom, mint jókútra (tudás)szomjat ol-tani járnak ide az emberek. Max, a bajor góbé, aki most képmagnóval, tévével pepecsel, a lengyel filológus és házmaster, aki bölcs

idézetet keres az esti záráshoz, Edeltraud, a nyugdíjas tanárnő meg Afrika-utazó, majd egy idegen, aki a kispapokat keresi köztünk.

Január 12. Csendes, dolgos napom volt. Takarítás özv. Szimensnével, majd az alagsori meg a földszinti könnyítőhelyeken rendcsinálás. Mintha a párnára most már jó helyen ülnék, az óvatos feltételeesség azért nem árt. A zen gyakorlása nem haladványos, nincs *előrejutás*. Ha növekedésről, mélyülésről írok, ezek nem mennyiségek. Nehogy valaki méregetésbe fogjon meditációja értékét, mélységét illetően. Bár lelke rajta.

Délelőtt csodálatos összeszedettség, délután meg pokoli pornó, a légzésedbe a képzelet női hangon belesikoltoz.

Megfertőz a *sámgép*. Estére elfognak belőlem is a szavak. A mai nap *java* kimondatlan legyen.

A jóság, tisztaság akarása. Mihelyt csupán a mi akaratunk, elvesztjük. Marad utána az elért túlfeszítettség, görcsei, baklövésai, képmutatása.

Január 13. Két falás kenyér közt azt kérdezik, nős vagy-e, van-e családod? (Honnan tudjam én *most*, amikor eszem? – gondolhattam volna nyeglén.) Látogatom-e rendszeresen gyerekeimet? Erre nem válaszolok azonnal, a kenyér ízét figyelem éppen, ez most jobb, a zavart a bajor kópé oszlatja el azzal, hogy ez reggeli közben megkeseríti az ételt.

Úgy érzem néha, mintha fáradt volnék, nem a munka örömeinek hívása mozdít ki tunyaságomból, hanem a köteleesség. Végzem, amit feladatul kaptam, takarítok, súrolok, törülközőket cserélek.

Délután a társalgóban az egyik műhelyes nőt találok, akit sokáig férfinak véltem. Nagy műveltségbeli hátrányát igyekezett fölszámolni, az ölében könyv, a tévé bekapcsolva, vele a hátsó házból egy kölyökmacska, mindjárt élém csusszan, föl-fölrándul, kapdos, játszana, a nő rászól, Csinoska, hagyod. Mókás jelenség ez a cicus, az orra mellett fekete folt, mint egy szabálytalanul festett bajusz. A műhelyes lány (mert kortalan jelenség, *öröklány*), fölvette bakancsát, kabátját, majd a macskát is ölébe kapta, hogy ne zavarjanak a munkámban, de azért az ajtóban megkérdezte, meddig maradok itt. Fél órát vagy netán egészet? – kérdi és javasolja, mert visszajönne még.

Az órákat figyelem, de a napokban már bizonytalan vagyok. A naptár szerint ma kedd van, bár úgy gondoltam, hogy csütörtök (mert az Isten jobb keze felől esik?).

Csak mi, a hat-hét vendég-munkások ülünk az ebédlőben. A konyháról másnap-harmadnap is a maradékot kapjuk, legfőljebb főznek hozzá tésztát vagy a zöldséget összezúzzák levesalagnak. Ezért a hinduknál szigorú megrovásban részesülnének. Lévéen ott a másnapos étel tisztátalan.

A meditáció úgy érvényes, ahogyan van. Amit leírok róla, az már nem létezik. A délutáni tapasztalat estére elmúlik a nappal. Nem tanulhatok meg semmit, hogy *biztonságot*, sőt: *jártasságot* (hehe!) szerezzek az ülésben. Mihelyt megtanulom, *tudom*, máris érvénytelen. Az életnek nincs tudása. A sok gyakorlással töltött időnek annyi a haszna, hogy gyakorlok. *Tiszta* haszon. A tartáson lehet javítani, igazgatni, de a biztos, ha ez belső egyensúlyból, arányosságból, eleven tudásból fakad. A test a lélek tükre. De ha a tükröt törölgetjük csupán, benne a maszatos arc nem lesz tisztább.

Január 14. Ütvefúróra zenghet a templomi zsoltár. Max, ahol kisebb meghibásodás, kép- vagy virágváza-felfüggesztéshez falfúrás, égőcsere, mindenütt ott van. Ma a ház különféle helyein találkozunk: reggel a földszinti illemhely előtt, aztán a Hildegárd teremben, ahol segít egymásra rakni az asztalokat, majd a második emeleten, ahol a fürdőszobákat törölöm fel, a harmadik emeleten port szívatgatok, mikor elmellőz (Szimensnét is), utána a pincelejárát lépcsőit söprögetem, cikázok ide-oda. Ám a legfőbb gondom mégis az, hogy a szövegszerkesztő úgy megtisztelti mondandómat: csupa nagybetűvel írta. Ennek törlése már meghaladja a tudományomat. Ebédig be is telik az időm, megmosdom, ruhát váltok, majd ezt le is írom.

Január 15. Csütörtök. Süteményes nap. Talán csak nem ezért sürgeti képzeletem a naptárt? Megint pincétől padlásig villogok munkámmal. Délelőtt tizenegykor már ámítom a gépet. Ő engem viszontag. Délutánra a huszadik oldal táján megunhat, egyszerre fuccsan a mű. A gépen átfut, amit beletápláltam. Hol a tizenkét oldalig megjavított szöveg? Nincs Hartmut se, hogy segítsen. Pont az esti meditációnk

előtt. Most hogyan tegyem le a zendőküszöbnél, a papucsom mellé gondjaimat? Vajon most megvan-e a leírt szöveg vagy sem? Ezt örömlöm. Eszem hiúsága, tehetetlensége. Gondolhatok bármit, a tények megmaradnak. A légzés meg a tartás figyelése, erre készüljek rá.

Délelőtt megint van társam, hiszen azért társalgó, ahol dolgozni igyekszem. A képmagnóban egy csikung kazetta, az üvegernyő előtt pedig Beatrice utánozza a látott és szöveggel kísért mozdulatokat. Az én szövegem viszont engem kísér, amíg fordulok egyet. Jó tíz perc múltán vissza a géphez. Huszonkét oldal veszik, amikor a sortávolságot vélem visszaállítani. A vacsora után keresgélünk az egyik számítógéppel. Sajnos, nem találunk.

Az otromba allegóriám talán már pedződött egyszer. A tudatoság nélküli életben a kikapcsolás után minden tartalom veszik, csak a figyelem megóvta maradhat. Legalább egynapi szünet a géptől. Talán a sorsom is ezt akarja, hagyjam most a munkát, túl közeli minden ahhoz, hogy véglegesítsem. Csendet, békességet magamnak holnapra, és a másolandóktól vissza a lejegyzéshez.

Az ebéd utáni sétámon a kacsászatató felett észreveszem a fiús lányt, aki esténként be-bejár meditálni a házba. A múltkor az udvaron álldigállt, föl-föltekingetve az olümposzi ablakokra, mintha Zeusz adott volna neki találkát. De lóvá tette. Vagy inkább kancává, mert nagy mestere ennek. Most a lány átnéz a vízen, integet, aztán tovább bámulja a tavat kacsáival. Én meg az innenső parton a galambokat nézem. Visszafelé jövet egy másik ösvényről látom, hogy ez a komoly lány le is ült egy padra, elkötelezte magát a szárnyasoknak.

Az esti meditáció előtt újra találkozunk. Ráköszönök, ő csak nadrágom hasítéka felé méllázik, s egy darabig tétován állong. Nem lehet túl gyakorlott, mert az ülés után mindig nehezen áll föl párnájáról, alig van köztünk egy menetnél tovább. *(Ma február hetedikén újra látom, rám kacsint közönségesen. A zen szessin résztvevője ő is. Reggel fél hattól este kilencig gyakorlás. Hogyan bírja szegény?)*

Ha nem rakjuk le a küszöb előtt megváltó gondolatainkat, töprengenivalónkat, ülés közben sem hagynak magunkra. Elképezed, ahogyan kéred a segítséget, mondatokat formálgatsz, helyzeteket színlelsz, hátha a szöveg megvan, csak átvándorolt a gép láthatatlan sarkába, sőt csoda is történhet, miért ne, ha nagyon akarod, *ott lesz*. Látod

a belső kavargást, de magába ránt. Vannak elmerítős dolgok: a nők, az evés, a fogalmazás, a siker; istentelen vagy, tél üti életed fáját.

Utolsó próba a szövegszerkesztővel. Kiderül, hogy oda az frás, többnap munkám hiáavaló volt. Illetve mégsem.

Holnap újra kezdem.

Január 16. Gyásznapi az elhullott szavakért. Ehhez illően fekete is. Reggel, bár fölébredtek, nem megyek le a meditációra. Egyedül vagyok párnámon, nyugtalanul, nem olyan jó, mint egy eleven *körben*. A munka reggeli nélkül is megvan, kezdő ikebanásokat várunk ragyogó, szagos illemhelyekkel és tisztára súrolt folyosóval.

A böjttel fölemelkedni az agyagból, ahol most kötésig gázolok, sőt fejbúbomig, mert föld lennék egészen. Amiről lemondok, visszaadja könnyebben a teremtés. Várok a paradicsom kapujában. Be-bepislogok oda, ahol lehetnék a valóságban élve, nem pedig lehetőségeimben, emlékeimben.

Sokfelé teszek-veszek, takarítok, újra a gépelés vonzása.

Hiába a szavak a böjtről, ebédre *megéhezek*.

Este újra a napló ernyőzik képemre (*jelesen*), egy pohárka magyar cabernettel megtálosítva.

Azt mondja a ház mókamestere, aki vendéglátóm is volt ma este, hogy vannak olyan számítógépvírusok, amelyek nagy családi lakomák alkalmával húsz-huszonkét oldalnyi szöveget is elfogyasztanak. A diétázók csak verset esznek, a rangosabbja meg esszét. Ettől okosodnak.

Ahogy becsukom a zendő ablakát, meglátom Rózsát odakint. Nem figyel rám az udvarról, pedig közel van, hallania kellett a csukódás zaját, sőt én is a látóköre peremén voltam. Miközben párnámra telepszem, ijedten gondolok arra, hogy most ez a csinos boszorkány foga közé kap majd, és el sem ereszt. Szerencsére átsétált rajtam, vissza-visszanézve elhagyja légzésemet, a megnyílt oldalamon kilép.

A büntudat, hogy reggel egy órát átheverészttem a gyakorlás helyett. Bár ez egy fabatkát sem ér, ha nincs megbánás, talán tisztulás, változás sem igen.

Rettenetes dolga lehet annak a szerzetesnek vagy apácának, aki a böjttől, virrasztást vagy a hallgatást fölösleges öngyötrésnek véli, az elhízott, cukorbeteg és asztmás papnak; ha a lemondás nem belső

ügye, nem lélekből adódik, kínlódás csak, parancsolat, betartandó vagy kikerülni való előírás.

Az álmaimat is vírusok fogyasztják. Fölébredve nem emlékszem egyikre sem.

Koplasz helyett tiszta ágyneműt húzok. Új test helyett legalább a lepedő legyen tiszta.

Milyen lénynek festene meg Bosch egy falánk, idős apácát? Aki mosolyogva, kedvesen, de iramosan fogyasztja a kenyeret és a kenyerveket is?

Január 17. Szófukaran: medit., takarít, szövegszerk. Íródnak az új oldalak az elveszettek helyébe. A kézirat (*amiből*) szerencsére megmaradt. A megóvás, mint célszó. Nehogy megint pocskéba menjen.

Amikor átadom Elsbethnek a havi törlesztést (*Ezt pedig add át Szent Benedeknek!*), mosolyogva, hálásan köszöngeti, pedig nekem lenne alapos okom a háálkódásra a jelképes összegért.

Szorgoskodnak a virágrendezők. Teli műveikkel a ház. A folyosón is kéretik fokozott figyelemmel közlekedni, nehogy valamelyik eleven növényi csendéltre rátoppanjunk. A lépcsőház minden fordulójában, sőt a márványperemen is hat-hét cseréphajó sárga megpiros tulipánárbcokkal, barkavitorlásan. Fúj csak, szentlélek, fúj-jál, hadd ússzanak a Tiszta Föld felé!

Hosszan elnézem a kertben a rigókat. Módszeresen átrakosgatják, gyors, rántós mozdulatokkal a lehullott leveleket, amit alatta találnak, ez a munkadíjuk, el is fogyasztják. A napsütés öröme. Megfürdetem szememet a fényben. Érzem, hogy nem fér már belém, a fénynek pedig üresség kell, égbojnyi szabad tér.

Mágikus jelekkel díszített kendőt terít a matracra alá, az ebédlőben párnát tesz székére, mielőtt a vacsorából venne, megingázza, jó-e neki, ha közös konyhánkban valaki vendéget fogad, zsörtölődik miatta, evés közben állandó beszélhetnékje van. Magányos ember egy közösségben.

Úgy eltávolodtam tőle, hogy amit nézek, nem tudom, ő-e vagy én. Ilyen messziről minden kifogásolható. Közelíts, lassan, óvatosan, nehogy elriaszd őt, vagy csak lélekből, ne is *lássa*. Magadhoz jutsz el, míg a gyöngé *tárgyilagosságból* értés, részvétel lesz.

Annyi trágárság zaklatja képzeletemet áhítat alatt, mormolja félálomban az apáca, hogy többrészes pornófilm készülhetne belőle.

Az út menti fűben négy szál hóvirág. Edeltraud kilép éppen a házból, ott guggolok mellettük, arra intem őt is. A virágok bimbaja még nem nyílt ki, még bennük a fehér csilingelés. Majd este ráhallgatok a padlástérből, mozdulnak-e már.

Az esti munkám a tévészés miatt veszik, így aztán a fogadópult papírcéduláira írt sorokat másolgotam át naplómbe.

Telefon Budapestre. *Hogy vagy?* – kérdi a lányom anyja. Olyan boldog vagyok, mondom, hogy még az árnyékom is fénylik utánam.

Január 18. Kevés házimunka, a lehúzott ágyneműt tömöm zsákokba, majd a gép billentyűit ütögetem. Ebéd utáni séta. Izmaimban izzó áramlás, röpködve kerülgetem a fákat.

Az esti meditáció alatt tudok már ülni, de ezt holnap meg kell újítanom, úgy, hogy *ne nagyon akarjam*.

Minden időm a gépbe forog, az öröm is, ha nem akaszt meg tévészés, képmagnózás, amikor sok a melléütés, csupa javítanivaló.

Megóvni a kész szöveget. Szólok a gép gazdájának, nyomtassa ki. Biztos, ami biztos.

Jó átmenni a törülközőkkel megrakott fémládákat cipelve az esti udvaron.

Január 19. Reggel ablakot nyitva az autómorajlásan innen hallom, hogy eső csorog, zuhog, kopog, zengeti mellettem a bádogcsatornát, paskolgatja a tetőt. Vízzene. Mint egy kora reggeli szertartás ritmusa. A tusoló alatt a meleg, majd a hideg víz mossa testemet; *eleven* érzés.

Kivilágosodva fehérek a fák ágai, a távoli dombok, a háztetők, az eső elcsorgott, hó lepte be nyomát.

Hová lett a reggeli hó? Eső kopog a bejárat fölötti üvegtetőn délből, megint, szél csilingel a kerti haranggal.

Öröm ülni a párnán. Mikor letelepedek, mély, áramló boldogságot érzek, hálás vagyok, mert megint, mert újra.

A szövegszerkesztő gondosan számolgatja a leütéseimet. Eszerint az eddig átmásolt oldalaké vagy nyolcvanezer. Micsoda öröm!

Gyöngeségiem mindenütt. Ebben a boldog, kiáradó és érzékeny állapotban is beléjük botlom.

Az *számítógépezés*, mint szenvedélybetegség. Elhatározom, hogy este nem dolgozom vele a *sikantazza* után, akkor mégis, jó másfél óráig kotlok előtte, igen, a lengyel ezermester is bent van, kinyomtatjuk az elkészült oldalakat, öregesen, lassan a géppel, de elkészülünk. A koplaláshoz is az akarathányom. Azt gondolom, ma elhagyom a vacsorát, és nini, estére már alig várom, hogy asztalhoz ülhessek. Láthatóan nem úgy történe, ahogy szeretném, de ha elég csendben vagyok, mindig a fontosabbak. (Akaratom ellenére is.) Tudatosság, üdvösség, valóság. Nem túl komor-e ehhez a zen sötét ruhája: a fekete meg az éjszínkék? Inkább virágos, világos öltözet, ez vonzott engem mindig. Hanem a valóság úgyis meztelen, mindegy, milyen ruha alatt.

Január 20. Nézegetem a vendégekönyvet. Az egyik fiú, aki hét és fél hónapig volt a ház lakója, ezt írta bele:

<i>kétségbeesés</i>	<i>hallgatás</i>
<i>remény</i>	<i>ülés</i>
<i>öröm</i>	<i>munka</i>
<i>derű</i>	<i>hallgatás</i>
<i>sírás</i>	<i>ülés</i>
<i>düh</i>	<i>munka</i>
<i>agresszió</i>	<i>hallgatás</i>
<i>fájdalmak</i>	<i>oldottság</i>
<i>szomorúság</i>	<i>hallgatás</i>
<i>jókedv</i>	<i>ülés</i>
<i>keserűség</i>	<i>hallgatás</i>
<i>biztonság</i>	<i>munka</i>

s végül a búcsú.

Világosan látni, ami bennünk szándék, terv és a körülményeket, ez máris cselekvés.

Mai röpmám: levelek, barkák, ti kedvesek, bokrok, cinkék, rigók, szélharang csilingelése, piros halak a tóban, gyógyítsatok ki magamból!

Párnámon a kimondhatnék vagyok. De eltömődtek bennem a fény járatai. Matatok, tapogatok a kimondandók közt sötétben. Egy sem, aminek lüktetése. Nincsen, amelyik megérint. Az ujjak sóvárgása torkomig hatol. (Mondhatatlan.) Átnyúlni rajtuk mindjárt a csendig.

A munka napom természetévé vált.

A lépcsőház takarítása a belső lépcsőimre is tisztító hatású, a tusolók tisztasága visszaad természetemnek. A *számgép* már csak játék, a szabadidőm fölszeletelése.

A hazamenetel tervezgetése. Telefon lányom anyjának Budapestre.

Január 21. Takarítás közben fejben válaszlevelet fogalmazok egy lapszerkesztőnek irodalmi ügyben, hangsúlyozva, hogy itt irodalommal nem foglalkozom. Ha mégis, előveszem Berzsenyit: *Élj az idővel!* Időmet most a szövegszerkesztő is éli. Élteti szépen. Idehagyva a pihenőben írt sorokat, átmásolom a lemezre írottakat a gépbe.

Úszik velem szemben az egyik piros. Én nem úszom, nem vagyok bent. Mellettem zöld bambuszlevélkék, cinkék, egy rigó inni ideröppen. *Hasonlítanak.* Minden csak hasonlít. Amit mondhatnék, az is.

A gyakorlatok mindennapjai után a köznapokat gyakorlattá változtatni. Vajon melyik nehezebb? Tudatosnak lenni mindabban, ami adódik. A kellemetlen, ellenszenvesen fogadott dolgokban is, meg abban, ami terveink szerint valósul.

A mai fájdalma, a fájó részek átadnak az egésznek. Amikor viszont azon gondolkodom, meddig még, mikor ér véget, máris kibírhatalatlan. Benne maradvá figyelmekkel a sajtásban, húzódásban, a szenvedés hidege hirtelen fellobban és forrón kitágul.

A kerítésen át a szomszéd udvara felé nézegetve: az kellene nekem, mert szebb az enyémnél. Butaságom, hogy mindig gondolatok után kapkodom, ez a kiürült, meggyötört ágyba vágó isten nyomorultja okosnak akar látszani, mert neki az a szép. Ki előtt, miért? Aki előtt érdemes lenne, olyan nincsen. (Fölvillan lányom arca. Apu, hagyj már a szavakat, ne mindig csak *gondolj!*)

Január 22. Vajon minek a hasonlata ez a sötét, nyirkos, nehezen kivilágosodó reggel?

Ahogy elolvasod ezt az egyetlen mondatot, máris vége a napnak. Estére fényüket veszítik, beláthatatlanokká válnak élményeid. Ami volt, az most van.

Az elúzótszég. A nevetéshátterű kabaréé. Még az olvasóból, mielőtt még Kristófit kiokítanád arról, hogy a tévzés meg a szemlélődés nem egy anyától valók. Téged pedig zavar minden hülye ricsaj. Csatornát váltogat. Bárcsak életmódot is így lehetne, ilyen könnyedén. Pakk, máris megjavultam. Még a mérgeket sem engedjük könnyen, mérgeződünk, dühöngünk a kivörösödésig. Az egyik nőről a másikra sem könnyű átváltani, vagy ott a család, vagy a komplexusok, amiknek fele neked ítéltetett, esténként folyton becsöngetnek, visszanéznek, rád röhögnek, itt aztán hiába nyomkodod a csatornát, egy kelés kifakadt arcodon.

A meglesett képzelet. Mi történik *a fej révén*, amíg járok az utcán? Ha mindazt a zavarosságot, ocsmányságot leírhatnám, ami sejlik – hiteles lenne-e másnak? Csűröm-csavarom a mondatot, hogy tartalma megmaradjon, de kifejezésben azért ragyogjon gyöngeségeim fölött. Leírom, és lám, az olvasóra gondolok. Ki olvas engem? Bárkinek kezébe kerülhet az írásoim. Ahogy szennyes alsóneműnket sem lengetjük végig a sétatéren, a lelki szennyest is mosni kéne inkább, minthogy azonmód szutykosan közszemlére kitenni. Az elkendőzésnek, *főléfogalmazásnak* viszont nem vagyok híve. Napi ötórás csendes ülés és selyemfiús vágyak. Ilyenkor mondja rekedten a minden pocsolyában meghentergő, nem mindegy, *melyikbe* dögünk bele?

A vágy természetes, a képzelet nagy érték, a kettő micsoda szörnyeket nemz. Rugdalják, karmolják vesémet, májamat, végigsebeznek belülről naponta.

Minden utólagos javítgatás, szépítgetés hiúság. De amíg nem minden mondatom találó, *keresgélnem* kell. Hol csak egy szó, hol meg oldalak, történetek sejlenek közben.

Elengedetten, lazítva, *belenyugodva* írni. Gyakorlás ez is. (Ha az.) A töprengő, vakarózó, magát rágó író; amiből az írás belső úttá válik. Az ihlet tudatossága, elhallgatásai. Ehhez a tudatosuló ülés,

ahogy a toll jár, megállásaim, ami körbevesz és kitölt, ahogy elhagyom egy mondat közepén (nem magamat), és visszatalálom. Minden mondat jó mondat. Még a rossz is. (Ettől értelmetlen arcot vág-nak a jelzők.)

Január 23. A városba menet ha *érezem magam*, az máris jó.

Visszafelé egy zöld kabátos nő cipőkopogva megelőz és kipp-kopp, *morzézik* előttem. Nézem a lábát, jó alakú, aztán a kamasz nyálzik, gyerek vihog, nyöszörög bennem, a bölcs öreget félrelökik, menj innét, tata, uram isten, hányan vagyok én magányos?

Kelet-nyugati dibdáb. Kiballagok a pályaudvarra a jegy árát meg a vonatindulást megérdeklődni. Viszek magammal tollat meg papírt is, hogy az adatokat följegyezzen. Mondom a hölgynek, amire kíváncsi vagyok, a számítógépbe beleüti, a nyomtató mellette máris kipörgeti tarka krétapapíron. Megköszönöm, mert annyira azért nem vagyok barbár, hogy szó nélkül, csak úgy.

A telekocsisoknál. Most még nincs jegyezve február tizedikére Pestre kocsí. Majd hatodika körül néztek be újra. (Mikor ezt a park hideg padján jegyezgetem, hogy ne vigyem magammal a házba, egy szarka billeg távolabb a tiszafák mellett. Amikor eltűnik, közelebb megyek, máris más nézőpontból látom V. E. Becker patinás mellszobra előtt, a kör alakú virágágyás színpadán. Ami most (tavaszig legalábbis) csupán fölászott barna föld.

Ma nem gépelek, úgy gondoltam, de a sors akarata a főbb. A kezdő zenések csoportja elvégezte a teendőik javát, így tíz tájban már szabad a pálya. Javítgatom a naplóm kéziratát.

Délután párnám mellé telepedik egy helyes asszonyka. Zsige-reink páros éneke a zendóban. Hol az én harántbelem percen, hol az ő szigmája röffen, tiszta *jonhunkból* felelgetünk egymásnak az idők alatt. Zsurlók, páfrányok, a mocsarak közt vagyunk. Csupa köd még. Végigüli mellettem a délutánt. Ilyen hosszan tartó közös nyomorúság fölér a vérszerződéssel. Mi most már soha rossz-szat egymásról! A másik oldalon viszont egy megkeseredett nagysága mocorog, bélduónkra ez a testbeszéde szegénynek. Közös asztalnál eszünk, látom a vacsorához egy félmaroknyi gyógylabdacot bevesz. Talán ő is a gyógyulók egyike. A meg nem világosodott

ember merő nyavalya, rosszkór. (Ezt hiteles forrásból tudom.) Ekkor ilyen szomszédokat kifogni, mint mi!

Megtaláljuk mindannyian a magunkét. Ha nem, akkor viszont ő minket.

Este a kápolnában üldögélés, a hosszú idejűsök megbeszélése, ezt nagyon nem szeretem. Nemcsak azért, mert egy részét nem értem, hanem mert rongyrazásnak, a hiúság kirakodóvásárának vélem. Hosszúra nyúlik, mert mindenki mondja (én hallgatok csupán. Miután leírom, már kérdés.).

Január 24. Havazik. Kimegyek meghallgatni a hópelyhek zizegését a levegőben meg a földre érkezésük nesztét.

Pár óra múlva már az olvadás zenéje, csöpörésző csatornák. Az utakon tócsák.

Megint a kezdő zenberek lelkesedése. Délelőtt tíztől már magamat olvasgatom. Meg-megzavarva, igaz, a tévé hangoskodásával. El is hagyom lógó szárnyakkal a csatateret.

Be-beviszem mondataimat a zendóba. Megforgatni az alhasban legalább, ha már vannak, amíg el nem ég mind. Megesik, hogy belélegzek egyet-egyét a párnámon ülve a *gazdátlanokból*. Szavakat cserélgetek, keresem a szebb, pontosabb formát. Olykor németül is. Megszólítom a szomszéd asszonyt, kérdezek tőle valamit. Ugyanazt egy másik változatban. Majd megint másfélét. (Közben *látszatra* csendben vagyok.) Figyelem a légzést, a testtartást, a vállfeszülésen lazítok, megint egy szó zümmögése. Szakmai ártalom. Az *emberszakmáé*. Gondolkodásunkért, beszédünkért a váltság. A gyakorlásban nincsen *szakma* meg ártalom sem, ha nem heveskedem. *Belőle* kihajthat vers, lehet tusrajz, kertrendezés, íjászat, teaszertartás: a valóságra ráérzés különféle útjai.

Vissza-visszatérek hozzád, kedves *pécém*. (S máris azt tervezem, hogy a szentendrei zen-találkozók holtidejét jól hasznosíthatom a gép megismerésére. Az egyik számítógépes ismerősöm talán hajlandó is lesz. Cserébe majd jógaleckét adok.) Csupa rajzás vagyok. A készülő könyvem milyen legyen? (Éppen ilyen.) Megpályázzak-e egy külföldi ösztöndíjat? Hogyan? Ki segít a kérvényt

lefordítani? Mi lesz addig a kertemmel? Hogyan tölthetnék el hosszabb időt egy meditáló közösségben vagy kolostorban?

Ülök a Kék teremben, előttem Annette virágmintás szűk szoknyácskában az ülőlap mellé térdelve és oldalasan rátelepedve, sima bronzos hajjal, mellette egy kopaszodó férfi. Amikor Willigis az ol-tárasztalhoz ül, odasuttogja, hogy kit láthat elől. Lemondok, le én a szerelemről, biztosabb a szellemi valóság. A szépsége neki is, mozdulatai, ahogy kedvesen ellazítja a vállát, lapockáját, jelentősebbek annál, mint az érdekem véli. A vágy viszont nem akaratból fakad. Váratlanul lesből üt ránk (övon alul).

A teremtő és Annette között, a megközelíthetlenség édes fájdalmai.

Január 25. Csak amit továbbadsz, az marad meg belőled, amit kuporgatsz, őrizgetsz magadnak, a halálnak, férgeknek tartogatod. Tanulni, hogy javaidat mindjárt át is add azoknak, akiknek nagyobb szükségük van rájuk. Amíg mérlegelsz, tétovázol, rest vagy a jóra, elmúlik az ajándékozás ideje, amikor ezzel örömet szerelhetsz. Míg a szomjazó rád várakozik, a te torkod is kiszárad. Az éhes előtt becsapott ajtód mögött megkeseredik a méz is a szádban.

Minden helyzetben ráfeszítek egy kicsit. (Ahogy Annette kilazítja.) Elvesztem a jelenlétet, belső beszédbe bonyolodom, emlékezem, tervezgetek, máris tele nyugtalansággal, izgalommal. Miért nem szólítottam meg őt, amikor tegnapelőtt rám mosolygott? Tud-e majd az autós magyarul, aki Budapestig elvisz, vagy csupa nyöszörgés, félreértés lesz hazautam? Közben kezemben a porszívó, ebben kéne jelen lennem. Megfogalmazom ezt is. Javítgatom, pontosítok. (Nem a valóságon.) Mindentől elzárnak a szavak, de nem ők tehetnek róla.

Az ebéd utáni sétám idején egy férfi meg két fiacskája eteti a kacskákat. Föltűnik a másik parton, ahol én is álldogálok, egy jókora kutya, mögötte elmaradva egy asszony. A farkas szuka odaront a partra, a szárnyasok huss!, a kutya morrint utánuk a tó közepébe. Aztán farkát csóválva, lengetve csendesesen nézegeti a vízen úszkáló kenyérdarabokat. *Aszta*, kiált oda neki a partról a nő, *idejössz rögtön!* Milyen helyt az ellenség eltávozik, visszajönnek úszva, berregve, repülve a szárnyasok kenyérszeletkéikhez.

Ezután egy asszony meg lánya a túlparton. Eszembe jut Jézus utolsó megkísértése. A család. Konyhaasztal, reggel, fojtott mondatok, a gyerek iskolába készül, az asszony hivatalba megy. Át-átnézek a szomorúfüz alól. A nő visszasandít, ballagok tovább.

Nézzük egymást egy lánnyal a szobájában, bútorok rendje, perzsaszőnyeg, s a figyelme egy *repedésén* hirtelen elillanok. Teli a város magányos nőkkel, özvegyeimmel. Álldogálnak vékonyan, bánatosan, bronzszínű hajjal örökkévalón a szobákban.

A lelkész nő, aki tegnap piros *svájci*ban söprögette az udvart meg az egyik *fiús* műhelyeslány álldogálnak szemben egymás derekát fogva a folyosón. Csendes lázban, izzó szemmel merülnek párjuk arcába, és suttogva, boldogan néha a szó. Akkor ez most szeretet vagy szerelem? (Ez a kép villan föl *most*, amikor a körpark egyik útján látom őket a város felé sietni.) Sokáig izzik egyikük fején a svájci piros.

Mennyi kocogó vasárnap ebéd után. Egy férfi a fagypontra körüli levegő ellenére is rövidnadrágban, csupasz lábszárral fut velem szemben. (Egy kicsit szégyellem is magam begombolt kabátomban, kopott prémes cipőmben.) Mindjárt kisüt utána a nap, hacsak rövid időre is.

A negyvennyolcnál tartok a másolásban, amikor a gépet újra bekapcsolva eltűnik a mű. Nyomogatom a gombokat, jaj, hiába. Később a lengyel fiú utánanéző, az apró betűsre átmásolt 28 oldal maradt meg. Az egyik *ablak* viszont nem nyílik. Pedig rengeteg leütést mutat az adatrögzítő. Ez azonban még mindig kevés az eltűnt 135 000 rengetegéhez képest.

Bolyongok nyugtalanul a házban. Vissza a tett helyszínére, ám ott a tibetiekről készült filmet nézik. Elmegyek, majd újra vissza. *Legyek a közelében!* A konyhásnő sóspálcikát rágya hergel, mit kotlok én itt napok hosszat, amikor minden épeszű odakint járkal. Talán csak nem a házról. Őt is megírom? Meg miféléket? A sorsról, az életünkről, mondja valaki. Bólintok. Azt írom, *ja*. (Az ír engem. Már ez is tíz *leütés*. Kész burleszk.)

A kontempláció az önző én halála. Sokan kíváncsiak rá, hogy múlik ki az önző én. Utána (az ijedtségre) jólesik egy kis borocska. A zen-gyakorlóknak gyógytea jár.

Január 26. A würzburgi zsinaton, amelynek célja a keleti és nyugati szemlélődő módszerek összeházasítása, egy alacsony, bajuszos férfi felmosóvödörrel, ronggyal várja, míg a nagy tudományú urak és apácák elhaladnak előtte, mert folytatná munkáját, a pinceterem melletti illemhely padozatának föltörlését. Mit tudhat ő ennek a nevezetes találkozásnak értékéről? Aki a lépcsőn felkaptatva odalent csak a sörös, boros asztalt látja, a szétszivárgó dohányfüst bűzét érzi, megnézi, ahogy egy fehér nyírott szakállú férfi társának magyarázva a *lényeket*, ibolyaillatúan elhalad mellette. A napsütés meg a gyümölcsreggeli jó, a méltatlankodás meg dohogás viszont nem, amíg túl nem jutsz a jón és rosszon. A figyelemhez. A parancsolatból, erkölcsből a belső tartásba. (A közvetlenség.) Addig a jó meg a rossz egyensúlya. Fölötte a takarító kételye lebeg, hogy az ilyen seregléseknek van-e valami haszna, akár a sáskák, pusztaság, teli hamutartók, üres italospalackok maradnak utánuk. Meg mi, akik a tudománynak csak a füstjét érezzük.

Pécékém megint eszi a szöveget, és nem akarja kitátani a száját, hogy májába nézzek. Kiderül, hogy a tréfa komoly, az egyik kazetta ugyanis vírusfertőzött. Megbetegszenek a programok, szövegek tűnnek el, az egyszerű mondatok bővítetté válnak emberi beavatkozás nélkül, főleg ezekben a régi, kezdetlegesebb szerkezetekben. (Külön vírusellenes program egy kazettán. Keressük a betolakodót.) A negyven veszett oldal kedvem szegi. Érdemes-e bajlódnom ilyesmivel? Vagy a sors így beint. Tedd félre, fiú! Elromlik a téli nadrágom villámzára, veszik a munka, gúnyolódnak velem valahonnan. Kétségbe esem. Az értelmetlenség is értelmetlen.

Mínusz három fok, ragyogó napsütéssel. A kacsák mind egy szálig eltűntek a tóból, a part fölötti padon egy fekete bundás nő üldögel, talán olvasgat vagy ír valamit, az út melletti padon egy kölyök sütkérezik. Közben az nyikordul, roppan ki csontjaimból, miért veszik így az anyag? Ha veszik is, miért fáj nekem?

Két napra visszatért Paul, az osztrák pap. Szemlélődnek. Épp a fitymám mosogatom a mosdó fölött, amikor benyit a közös fürdőszobánkba. Meghökkenek, ettől ő is, de az ijedség után megörülünk egymásnak. Kérdezi, konyhás vagyok-e még? Már rég nem. Tudod-e, hogy hívják azt a viháncolós, lobogó hajú szakácsnőt?

Melyiket? Tudod, azt a... Nem tudom. Kicsoda van lent helyetted? A Kristóf. Emlékszel még rá? Hogyne.

Edeltraud nyakában apró kristályingája láncon. Ha valami gyanús küllemű étel, megingázza, egye-e vagy sem. Ingázz meg engem is! Mondd, hogy mit szeretnél! Hogy írjam-e tovább a könyvet? Igen, lengi a tenyered fölött a kristály. De az ördög vagy a vírus mindig meglakmározza a javát. Ez már magángond.

Hogyan viselem a csapásokat? Állva ugyan, de ráfeszülök, nem a teljes térre, hanem a szűkösségre, önmagamra, a korhadó testemre, és ezt nehezen viselem el.

A látszólagos unalomban mennyi izgalmas lehetőség: idegen nyelvet tanulni, mester vezetésével meditálni, részt venni egy lelkeségi ház mindennapjaiban, örülni a kedvesség védelmét meg a kitettség hidegében dideregni ugyanakkor, érzem, hogy ezek az ellentétek fogékonnyabbá tesznek. Igaz, nem a remény, hanem a tapasztalás éltet, míg el nem önt a köd fehéren. (Akkor sem én, sem gyengeségeim nem lát-szanak. Ez a *rosszjó*.) Most úgy nézek hitványságaimra, mint a csenevész kölyökre, inkább szánalom irántuk, mint szégyen vagy harag.

Miért, miért nem tudom, ha tudom?

Egy felhő bejön a szobámba. Ágyam fölé engedjem vagy belebúj-jak inkább? Tekintetem nyomán kimegy az égre egyik társa mellé. Sóvárogva nézek *utána*.

Január 27. Felgörgetem mondataimat az Olümposzra és kapu öre számí(pótlás: tó)gép alakjában elfogyasztja őket. Újra leereszkedek hát értük a mélybe. Jól összezavart mítoszoknak lököm a vállam. Sebes(ség). A zuhanásé megint. A lépcsők láthatóan *könülírják*. Amikor Sziszüphosz reggel ráalszik az ébresztő után még egy órát, mert a kudarcok úgy letörték, hogy nem akar újra fölfelé. Törni. Zúzni se már.

Márt azt hittem, rendben vagyok a világgal, amikor erősen taszító-nak érzem a kontempláción részt vevő emberek egy részét. Elfoglal-ják a helyedet, arrébb rakják a névkártyád és párnád, a szemlélődés után első mozdulata a hajigazítás (egy bögyös macának), félrelöknek, valaki kikapja szinte kezedből a zöltségestálat. Leteszem a követ, le én, nehogy visszahulljon rám. Egy nyamvadt pécés vírussal sem bírok, nemhogy ilyen erős hibákkal.

A hideg szobákban porszívózza föl villan, milyen hideg lesz otthon a ház. (Most is hideg.) Egész télen fűtetlen, gazdátlan. A cserépkályhám vajon megismer-e? (Öreges gondok.)

A ligeti kacsatóban befagyott a víz. Ettől máris hatályossá váltak a jégre lépést tiltó táblák.

Mintha egy dízelmozdony dobrokolna ablakom alatt vagy helikopter, hogy visszavigyen a paradicsomba, aztán meg aszfalttörőnek vélem, hogy magányom burkát összezúzza, mire tollat fogok, megírní, *mi ez*, beleveszik a jelzőlámpák zöldje mellett előrecsörtető autók zajába.

Ezt a jó napot elég távolinak érzem. Minek a sok szó a világról, magamról, ha én sem lelem örömem bennük? Nincs nyugalom, hiába cserkészek rejteke iránt. (Már lőnek is az utcán. Most még csak figyelmeztetőleg.) Az éberség, világosság is szökik tőlem. Okoskodom *utánuk*. Aludni valahol mélyen, öntudatlan a csendben, melegben, ahol valaki magához ölel. (Inkább magamban, mert biztos megbántanám *boldogságomban* a kedvest, a világ szebbik, természetesebb, kedvesebb felét.) Hagyjanak békét! A békét hagyják itt, és menjenek mind el a zajongók! (Erre a tűzoltóautók szirénázva robnognak a kertváros felé a rottendorfi úton, csak nem az én belső tűzemre neszeltek; ez a fekete füstölgés itt én lennék a város felé.)

Ezt a rendet, ami testemé, nem én találtam ki, a házét sem, amiben most élek.

Mihelyt kilépek innen, elmerülök a sárban.

Január 28. Reggel a JEHOSUA mantrát megelőzően a villanyborotvák berregése fürdőszobánkban. Szántják az agyamat, és bevetik szűrős üvegszilánkkal. Ráhangolódások. Az éjszaka lehangolta testé, az álom kísértetei közt lengő lelkedé. A forgalom zaját odakint hagyod.

A szobám előtt lejt a folyosó egy kissé. Az igyekvő ember ettől jól nekimozdul, mire az ajtóm elé ér, már egészen dübörgősen halad.

Ma sem csupán létem „mezítelen tudatára” törekedve ültem párnámon, így aztán el-eltévedtem mondataimban, alig találtam vissza helyemre. Pedig már a „keresztény zenek” nevezett hatszáz éves *Titkos tanácsok könyve* is arra inti a szemlélődőt: „a megtapasztalásra törekedj, ne a megismerésre!”

A *pécé* megtapasztaltatta velem a keserúséget, most hát igyekszem megismerni különösegeit. (Kezemen Willigis ajándék óráján azt forogja ki a piros percmutató, hogy igyekezzek. Talán. Vagy hogy ez nem idő kérdése.) Ma négy *fiókba* rekeszteltük az elkészült szöveget, tárolva-zárolva ily mód, hogy a java legalább biztonságban maradjon. Újra átolvasom, mielőtt a barátom kinyomtatná.

Napközben fölvilan bennem, hogy most már nem akarok bármi áron itt maradni vagy visszajönni egy hónapra a nyáron. Sejlenek itt az emberi sorsok, örömeik, magányosságuk, a hely igazi *szentsége*, jó velük, mellettük, vissza is térek, mihelyt úgy adódik. De nem kéne mégis más közösséget keresnem? A mimóza most azt érzi, hogy a folytonos tanfolyamokkal túl nyüzsgős. (Amikor meg nincsenek, mint ma is, a *kívülieket* átmásolva az elutazásom előtti napon, hiányoznak.)

Vacsora után is a géppel. Egy mondat közepén rám kopognak (délután lecserezték a régi kilincset egy csak belülről nyithatósra, kívülre kulcs kell, az ittlevőségeknek nehogy lába kelljen), szóval nyitom az ajtót, Kristóf jön egy szakállas, szemüveges ismeretlennel. Jó estét!, mondja magyarul. Kiderül, hozott nekem egy kis költőpénzt visszautamra. Először a könyvtárszobában beszélgetünk, majd az ebédlőben megkínálom egy csésze herbateával.

Kikísérem, búcsúzás előtt még megállunk a kijárat ajtón belül, olyan hangosan beszélve, hogy a gongos svájci nő szigorúan csendre utasít. Menjünk az étkezőbe vagy az udvarra beszélgetni! A kontempláció miatt hallgatás van, nemcsak az ebédlőben, a házban is, ezért a mi csendtörésünk a hangot fölerősítő boltívek alatt haragos szavakat villant.

Saruban és vékony fehér pamutzoknimban kimenne látogatómmal, érzem a hó hidegét, fehéren szitáló gyönyörűség forró agyamura. Este már csak a pár sietős sor, most kétszeresen is tükrözöm az időt (másolatban és kéziratban is), sok ennyi naponta belőlem.

SALOM, békesség, jó volt az este zengetni a keresztény szemlélődőkkel.

Január 29. Valaki megint elmegy közülünk. Nézek utána őrhelyemről, a takarítófülkék elől. Templomi orgona szól, de nem az elmenőkért, hanem az itt maradóknak. Csinálni sátrat itt Buddhának, Krisztusnak,

Lao Cének, a mesterünknek meg a hosszú idejű vendégek javának, fenébe a taposómalmot, a pénzkeresést, amikor olyan jó itt, innen pillantani a nyüzsgésre alá.

Eddig bizony mostohán bántam a lelki gyerekekkel, ami alighanem tükörképe annak a tétovaságnak, ridegségnek, ami gyerekeim és köztem van. Az elvált férfiban a belső gyermek ettől izgulós, félszeg, kishitű, jövőtlen, sértődékeny, nyugós, okoskodó, koravén, és veszélyhelyzetekben ő uralkodik a felnőttön sírásával, nyöszörgésével, kiszolgáltatottságával.

Épp kezemen a gumikesztyű, mert a mosdókat takarítom, amikor a folyosón elbúcsúzik. Húzogatom lefelé a szűk védőkesztyűt, ő azonban legyint rá, *hagyd csak!*, hozzám lép, és ez a tartózkodó ember magához ölel.

Január 30. Fél hatkor fölver a házicsengő. A távozó kontemplálók után elfelejtették kikapcsolni. Gondoltam, az *ébredésig* még van fél óram, ráalszom, amikor újra fölébredek, már elkéstem. Odalent megkezdődött a reggeli szemlélődés. Csak az utolsó szakaszát érem el.

Ma a kolostori *bejárónőnek*, Olgának születésnapja van. Fölballagunk egy nagy virágcsokorral. Willigis a főrendező, ő mondja hová álljunk, mit énekeljünk, becsöngetünk, amikor vasalószobájából kilép az ősz hajú ünnepelt, rázendítünk.

Tiszta, menyegzős fehérben, zúzmarás ágakkal jönnek lassan ablakunk alá a fák, kimozdulva a ködből. Amikor ebéd után sétálni megyek, a nap elolvasztotta a fehérség javát, csak az ágvégeken maradt mutatóba, föl-fölbámulok rájuk. Csodálatos csipkerajzolatok az ég kéksége előtt. Olyan öröm ez, hogy hangosan fölnevetek.

A kacsákat számolgotom megint a tó forráshoz közeli szakaszán (ez inkább csatorna), ahol melegebb a víz, sodrása van, és nem fagy be olyan korán, mint a tavacska. Tizenöt-tizenhat. Megint leltem töprengenivalót. Hol lehet a többi hápogó? Ezek miért vannak itt? Visszarepültek? Hozták őket?

Nagy árleszállítás. Még engem is becsal egyik-másik áruházbba, mustrálgatom a féláron kínált pulóvereket, ingeket, a cipőket nézegetem. A zsebem viszont üres.

Holnap szabadnap. Délelőtt is az írásnál maradhatok, a napló elejét átmásolgatva, gyomlálgatva a burjánt.

Kis jegyzetfüzetemet sétára menve zsebembe csúsztatom, gyakran adódik följegyezni való, a napló belőlük is telik.

Kristóf a hasnyálmirigytét fájlalja. Bioenergiával enyhítetek rajta. Megörül a sikeres kezelésnek. Este a hátam mögött állva várja, hogy a mondat végére jussak, és *megsugarazzam*.

A délelőtti takarítás irama. A ruhatárban söprögetek, odabentől kilököm hirtelen a tömör faajtót. Willigis épp akkor ér oda, neki is csapódik. Meglepetten szökken arrébb, én is meghökkenek. Szerencsére sérülés nem történik. Újabb *talány*. Más *szinten* ez vajon mit *jelenthet?*

(A naplót befejezve majd írnom kéne egy derűs dalocskát a HSB vírusról, amelyik szavaimmal táplálkozik. Veszett nagy étvágya van. A megíratlan műveimet is mind az ő számlájára *írom*.)

A kezem vonása, aminek rajzolatára, *mintáira* tekintve egy hozzáértő máris képet kap jellememről, alkatomról, pillanatnyi állapotomról, múltamról, ez a gépbe táplálva mind eltűnik, szomorú célszerűség az oldalak szaporodása. Nem ismerek magamra. (Nyilván a számítógépvírust is ez ingerli, ezért oly falánk.)

Élőbb szövegszerkesztést, elevebb szavakat. (Csak gyakorolgass!)

Január 31. A befagyott kerti tó partközeliében rövid vívtórforma vízmelegítő merül alá, körötte elolvad a jég. Mind az öt piros hal odaúszik, szagolgatja, böködi, kóstolgatja, körbelengi.

A kerti séta elején egy kicsit még a zendóban maradok, a nyitott ajtón kitekintve látom, Alexander viszi a nagy indiai tampurát az alagsor felé. Szombat. Este öt órakor mise, gyertyaszentelés. A tapura hangol rá a csendre.

A kivilágított vár egyik toronydísze fölött a fogyó hold keskeny céje, szinte érinti a földi csillagot, olyan mélyen úszik.

A naplóból már ötven oldalt kipécéztem, csak a nyomtatásig meg is maradjon. (Lekopogom.)

A telefonálás, az anyanyelv, a kimondás mámore. Lányom anyjával beszélök, őt akarom hallani, a híreket, üzeneteket, mindazt, *amire* rákészsültem, elfelejtem megkérdezni. Majd talán legközelebb.

A mise egy-egy része is meditatív esemény, az előkészítő mantrákkal, a Salommal vagy az Elohimmal. Két félvér kisgyerek is toporog, ugrál a terem falaihoz közel a lejtős imazsámolyokon. Az egyikük félsárga, a másikuk félnéger. Szépek. Az áldozás vége felé az ostyás- meg a boroskelyhet odaviszik a bejárati ajtó mellett tolókosiban ülő bájos arcú szőke lányhoz.

Bonyodalmak a telefon körül. Találok a postarekeszemből egy cédulát, úgy fordítom le magamnak, hogy Marika keresett, hívjam fel otthon. Nekem az ő otthona itt van németföldön, bár úgy tudom, most Szentendrén tartózkodik éppen. Hívásomra csak az üzenetrögzítő felel. Gondolom, *hátha itthon* van, csak dolga akadt. Telefonálok megint. Mindösszesen négyszer. Ötödszörre egy nő igazít el németül, hogy csak holnap estére ér haza. A lányom anyjával beszélve aztán kiderül, ő telefonált Marikának Szentendrére, mert nem sikerült itt engem felhívnia. Az üzenet ezek szerint úgy szólt, hogy M. azt üzent: hívjam föl az otthoniakat. Ennyi jóakarattal közt hogy összezavarodtam. *A nem-értés.*

Szobámba jövet a küszöbön egy vastag fehér gyertyát találtam. Kinek az ajándéka? Kinek köszönjem? A miséről hozott cserépmécses meg a karácsonyi gyertyák, mécsesek maradéka meggyújtva elég világosságot adhat ahhoz, hogy utat ne tévesszek.

Február 1. A zen út kezdete, hogy mindennap korán fölkelsz, és medittálsz, mondja Marika, amikor délután a vasútállomásra kísérem. Nos, akkor én még a kezdésen is innen vagyok. Ma reggel az első zazen helyett szobámban szenderegtem.

A délelőtti ülés után, ebédre tartva éppen, az egyik vendég kezembe nyom egy papírlapot, mondván, Willigis küldi. Az áll rajta, hogy Marika déli egy óraker ide, és szeretne velem beszélni. Az ebédnél a mester is megkérdi, tudok-e az üzenetről. Igen, mondom, az olvasónkban leszek a számítógép előtt. Ott talál rám a szentendrei zen-csoportunk szervezője. Jól elbújtál előlem, mondja mosolyogva, amikor ajtót nyitok. De hiszen üzenetet hagytam Willigisnél. Vele most nem beszéltem. Hiába csöngettem, nem nyitott ajtót. Újra próbálkozunk a csengővel, odabentről semmi válasz. Nyilván lepihent egy kicsit. Megkeressük Alexandert, a mester jobbkezét. Negyed

háromkor előadása lesz, mondja ő, biztosan otthon a mester. A csengőgomb mellé tűzve néhány sort hagyunk. Itt voltunk, kerestük, és visszajövünk. Két óra tájban megint próbálkozunk, addig az étkezőben kóstolgatja Marika a mai tortát. A házi telefonnal nincs sikerünk. Nem veszik föl. Én úgy szégyellem magam, vonakodik látogatóm, rá-törni valakire a déli pihenő idején. Hiszen megbeszéltétek telefonon. De mégis. Megzavarni valaki pihenőjét. Leég az arcomról a bőr. Majd én. Megnyomom a csengőt, odabent mozgás, Marika mondja, hogy kik vagyunk, nyílik az ajtó, és Willigis mosolyogva tessékel bennünket befelé, leültet, s ezzel elébe vág további mentegetőzéseinknek.

Hogy telt a három hónap? Azt kaptam-e a házban, amit reméltem, vártam? Amit vártam, abból semmi sem lett. Viszont, amiről sejtelmem sem volt, ajándékképpen ölembe pottyant. Ez volt számomra az igazán meglepő, fölkaparó.

Van-e a mű színének megtalálásához gyakorlat vagy ennek fölfedezése az én föladatomban? Ezt nekem kell megtalálnom, ő nem tudja, mondja nevetve, és nézi az arcomat kedves, érdeklődő, mégis átható tekintettel.

Az alhasban érzékelt kellemes melegségérzetről beszélek. Tűnődő bólogatás a válasz. Időközben nagyon megszerettem a meditációt, és a közösségi életet hatékonyabbnak, lelkesebbnek, több örömet adónak érzem, mint korábbi életem félig magányát. Erős a késztetés bennem, hogy a meditációs közösségben itt maradjak. A figyelem erősítésére, hitelesítésére ezt megfelelő környezetnek érzem. Maradhatsz nyugodtan, ha akarsz. A pénzre ne legyen gondod. A kert, mondja Marika helyettem, a kéziratok, a kiadókkal, lapokkal való kapcsolat. Igen, igen. Ha úgy érzed, gyere vissza hozzánk. *(Azóta tapasztalom, hogy úthon ugyanaz az idő kevesebbet jelent. Hogy a gyakorlás nem pusztán egy módszer továbbéltetése. Kedvetlen a zazen egyedül. Hol a párnám találom túl puhának, hol meg a levegőt áporodottnak, a megtapasztalt erőt túl sötétnek. A napi jegyzetelés is abbamaradt. Hallgatom mások panaszait, a rémhíreket, unalmas fejtegetéseket. A kertem is szomorú, öreg, mintha nem is örülne igazán, hogy visszatértem. A tényektől nem látszik az öröm, a papírok, nyugták, számlák mögött a jó szerencsém. Vissza csak Willigis szobájába, amikor minderről legföljebb sejtelmem ha volt.)*

Igen, az előadások szövegét ígértem. Átad néhány összefűzött papírlapot, a címeket már csak otthon olvasom el: *Egy másféle való-ságkép, Az új emberkép*, a harmadiké pedig az *Én a misztikában*.

Marika négy szemközt szeretne még maradni Willigisszel. Megbeszéljük, hogy az olvasóteremben megvárom őt. Jön is nemsokára. Az ülőpárnák készítéséhez kartonmintára lenne szüksége. Állítólag a szabászatban található egy ilyen, ezt kéne átmásoltatni csupán. Kereszük a varróműhelyt, végül a harmadik emeleten meg is találjuk. A fűtés kikapcsolva, hideg van. Meg-megdidergek. Máris kapom a feladatokat. Keressem meg Erwint, kérjem meg rá, hogy másoltassa át a kartonmintát. Mindjárt az villan eszembe, hogyan fogom én ezt németül továbbmondani. Ennyi most elég is az elkeseredéshez. Végül szerencsém lesz, mert találunk egy darab összetekert barna csomagolópapírt. Ennek felét levágjuk, átmásolható már is a nagy-meg a kispárna mintája. (Otthon átvihető megint kartonpapírra.) Segítek tartani a papírt, hogy ne csúszkáljon, a hideg viszont a szervezés alóli mentesülésem ára. Leballagunk a kápolnába, hogy mielőtt Marika kimenne a vonathoz, meditálunk egy fél órácskát. Odabent Dolorosa nővér az örökmécs felé arca borulva. A karóra csipogva jelzi, hogy letelt az ülésre szánt időnk. A ruhatárban aztán kiderül, nincsen meg a tekercsbe csavart és átkötözött rajz. Főlnyargalok a harmadik emeletre, nyitom az ajtót, keresgélek, és nem találok rajzunkat. Pedig alighanem ott maradt, véli látogatóm, kaptam már is a magasba, én meg a nyomában. De hiszen itt van! Valóban, mindjárt az ajtóval szemben, a betakart kartondobozok tetején láthatóan. Miért nem vettem észre az előbb? Pedig akkor is ugyanígy álltam.

Kikísérném vendégemet a pályaudvarra. Ehhez viszont nadrágot kellene cserélnem, mert ami rajtam van, a hideg utcára túlságosan vékony. Hol a szobakulcsom? Hová tettem a kulcsom? Bent felejtettem a kápolnában, mondja Marika, láttam, amikor a matracod mellé leraktad. Benyitok óvatosan, a nővér még mindig hasmánt fekszik; és a kulcsom valóban ott van a párnám mellett.

A vasútállomásra ballagva eszembe jut egy zen-történet.

A tanítvány tíz évet tölt el mestere mellett, mielőtt ő maga is tanítana. Ennek elteltével fölkeresi a mesterét, Nan-int, aki köszöntése

után mindjárt azt kérdi tőle: Milyen idő van kint? Esik, válaszolja a tanítvány. Mielőtt hozzám beléptél volna, hová tetted az esernyődet meg a sárcipőt az előszobában? Melyik van a másik bal oldalán? A tanítvány bizonytalan. Nem tudja. Nem erre készült. Ő mester szeretne lenni, akkor ilyen potomságokra válaszoljon. (Ezért nem lesz mester belőle. Mert a köznapokban kell mesterré válnunk. Ez csak úgy lehetséges, ha természetes, ha az éberség nem feladat, nem jár erőfeszítéssel. Ha közvetlen, természetünké válik. Ennyit ésszel. A többit majd akkor, ha nem felejttem ott valahol a szobakulcsom.)

Tanulságos napom a mai. Volt-e?

Az esti meditáció után még a *pécével* dolgozgatok. Egy bécsi angoltanár tart szóval. Versekét ír, Pozsonyban dolgozott német lektorként az egyetemen. Arról faggat, kik a kedvenc szerzőim, milyen könyveket jelentettem meg eddig, fordítottak-e tőlem németre. Az egyik svájci folyóiratban jelent meg pár versem fordítása. Melyik kiadó? Tudja az ördög. Látom, nem hisz nekem. Csak másnap rikkantok oda neki a folyosón: Orte Verlag.

Kétséges egység. Langyos terjeszkedés. Kiköpött (az) isten.

Február 2. A budai autós ismerős nem üzent a hét végén. Vagy ha mégis, valahol elkallódhatott. Telefonálok, s mindig ugyanaz a gépi hang. Németül, angolul. A hívott fél nincsen telefonközelségben, de ne veszítsem el a kedvem, próbálkozzam később. Este végre az üzenet-rögzítő határozott női hangja. Ettől olyan zavarba jövök, hogy csak dadogva mondom el, ki vagyok és mit akarok voltaképpen.

Ötvenoldalnyi nyomtatott szöveg vár rám szobám küszöbén reggeli után. Akár a kitett gyerek. Az írás nem hibátlan, a tördelése sem, üres fél oldalak, ahogy a gépben megóvás miatt „földarabol-tuk”. A barátom elfelejtette a részeket egységesíteni.

A két-három hetente esedékes kápolnai beszélgetés megint. Ezt unalmasnak, értelmetlennek, személyeskedőnek találom még mindig, ezért ma föllázdattam. Nem megyek én. Inkább beülök a városiak közé meditálni.

Mit éget el vajon a gyakorlás tüze? Mi ez a láz? Megtudom-e valamikor?

Nyugtalan vagyok a hazatérés miatt. Készülök rá, de tartok is tőle. Folytatni ugyanúgy, ugyanazt, amit odahagytam, nem szeretném. Az új pedig *elképzelhetetlen*. Ami benne élő, valódi, mindig meglepetés. Fontolgatom, maradt-e a mélyben aggodalom a holnapom miatt? Talán csak átúszó felhőként a gondok fátyla, könnyű árnyak. Soha ilyen biztosnak nem éreztem az időmet. (*Idehaza, lám, elcsorog ujjaim között, pedig ugyanannyim van belőle, mint a Házban.*) Ebben a biztonságban az is benne, ami elkövetkezik. Ide bármikor visszajöhetek míg vagyok. Otthon a meditáció is biztos menedék lesz. (*Ha végzik, ha végzem. Ehhez nemcsak idő kell, az ülőpárna is kevés. Ez már az otthon hangja.*) Ha úgy már nem élhetek, ahogyan eddig, mégis hogyan? Mi a sok nem mellett az igen? Hogy isten országa itt van, de nem tudunk róla. Hogy nem benne, belőle és általa élünk. Már ez is túl sok. *Az élet az igazi nyelv*. Talán csak zavaró kíváncsiság, és érdektelen, hogy a köznapok, a gyakorlati dolgok iránt lesz-e vonzalmam vagy sem.

Bár napok óta csak magamat írom és olvasom, adódik így is elég meglepetés. Ahogyan egyszer a munka *megéled*. Aztán megint. Már a napló formál engem, követeli az időmet. De jó lenne látni nagyon az *egészet*. Az egész is töredék lesz. Teljesen az.

Elsbeth odasiet hozzám a fölmosóvödör mellé, azon gumikesztyűsen átölel. Szabadságra megy ugyanis, és most búcsúzik tőlem. Köszön mindent, visszavár, visszavárnak.

Visszatért Rómából Barcelonát és Svájcot érintve Greg. Összeölelkezünk. Észreveszem, milyen ingerülten nézi asztalunknál szegény Dolorosa nővért, akit ő még nem ismerhet. Neki idegen az ismerős arcok között. A mellettem ülő apáca számomra is türelempróba. Széttartott könyökével időnként meg-megbök, átkapdos a tányérom fölött mohón, pedig tudhatná, pár pillanat múlva úgyszemoly, ha valamit akar. A falánksága meg az áhítat, ahogyan leborul a fény felé. Ebből is keletkezhet kis földi egyensúly. Bosnyák mennyország. Apácáknak kedvezményes helyárad.

A tizenöt éves lányom a telefonban: Andrejjel karácsonykor szakítottam. De már jól vagyok. Csak a barátod volt, nem? *Jártunk* együtt. Szerelem volt. Most már a hűgával barátkozok. Tök jó fej. A szerelemnek nincsen vége mondanám, de eszembe jut, ebben

jobb a hallgatásom. (Magamnak: aminek vége szakad, az nem szerelem volt, hanem valami más.)

Február 3. Keresztül-kasul a mai napon. Este van, most már szabad. Vacsora vége felé, amikor a többiek még ejtőznek vagy ráadásképpen még egy szelet kenyeret megeddegélnek, fölállok, összetett kézzel meghajlok az asztal fölött, ez teljesen szabályos, ha valakinek dolga van, nem kell megvárnia a vacsora végét jelző falapok összecsatintását, a közös befejezést, ekkor a mellettem ülő Edeltraud elég hangosan megkérdi: írni méggy, ugye? Igen, mondom neki. Bennünket ír meg, nevetgél a konyhás Herta. Balkezességem, el-eltűnő oldalaim miatt kiderül, mivel fogyasztom szabad óráimat. A társalgóba is be-bejárnak könyvért, tévézni, képmagnózní, látják, hogy bámulom soraimat a képernyőn.

Délben leviszem magammal a kis jegyzetfüzetemet, hogy az ebéd utáni séta közben kezem ügyében legyen. Míg a csemegét esszük, a noteszt a házi csapat asztalának végére teszem. Herta kézbe veszi, valaki itt felejtette, bele is lapoz, odaugrom, ez az enyém, kérem, az egyik zen oktató is felfigyel arra a hevességre, ahogy a kis jegyzetfüzetre rámozdulok. Hallom, könyvet írsz. A magyaroknak, ugye? Hadd tudják meg, mi itt hogyan élünk. Hanem látom, ez elég apró könyv lesz. Azt akarom mondani, hogy majd megnő a számítógépben, de nem találok hozzá szavakat. Így abban maradunk, hogy zsebkönyvnek egészen jó méret.

Időutazás. Amit a számítógépbe ütögetek, december, sejjik mint-ha ma reggel történt volna. Más esemény viszont borzasztóan régi-nek látszik. Mitől van az eseményeknek más-más időértéke?

Ahogy közeledik a búcsú, összesűrűsödik köröttem a világ. Nehézebben lépek, taszít magától, ami felé tartok.

Születésnapom délelőttjére szabadot kaptam. Foglalkozhatok írásaimmal.

Délutáni munkámat nem akarván itt hagyni, gondolkodom, lemenjek-e a zendóba vagy sem. Esetleg csak a vacsora előtti másfél órára. (Addig a szavak. Betűk.) Leballagok mégis, lám, nincsen gongos, de gong sincsen. Közel a kezdésidő, de jelzőóra sincsen. Alexanderrel keresünk egy üstgongot, a talált stopper viszont rossz,

nem világít. Szerencsére van egy jobb időmérő is. Így leszek a teremfelügyelő, ezért aztán ott kell maradnom végig a meditáció és a szemlélődés érdekében. A meglepetések egyike ez is. Amikor elindulok, még nem tudhatom, mivel találkozom utam közben.

Holnap reggel az irodában telefonüzenet vár. Lehet, hogy ettől válik véglegessé hazautazásom ideje, módja.

Uta (Ryu-un An) szessinje nyolcvan résztvevővel. Mi, a hosszú idejű vendégek a bejárati ajtóval szemben nyíló Benedek terembe szorultunk, fölöttünk a bűgő templomi orgonával. Délután a kerti sétára menők nyitják-csukják a bejárati ajtót, nagy a forgalom. A légzésembe oldom figyelmem, halkul bennem is a tér.

Február 4. Tíz óra múlt, amikor szobámba lépek a társalgóban töltött esti munka után. Fáradt vagyok egy kicsit. Ma alighanem elhalasztom a jegyzetelést. Mielőtt belépnék, az ajtó mellett egy papírlap közepén nagy gyertya áll, körötte koszorúformán zöld levelek. Az üzenődobozomban csomag. Kibontom: jegyzetfüzet, édességek, képeslapok. A holnapi születésnap előzeteseként.

Ha már így magamra találtam, folytatom tovább. A körpark tavát jég borítja. A kacsák kis nyírfa házikóit is elszállították a szigetekről. Csak a galambok maradtak. A borostyános kút melletti kőasztal hávára rajzoltam ☸. Ha ilyen hideg marad az idő, ezt hagyom itt emlékébe.

A napló letisztázásával, átírásával kétharmadrészt elkészültem. Kristóf megsegít, ha bonyolultabb helyzetbe ártom magam. Ellenszolgáltatásként bioenergiával ápolgatom hasnyálmirigyfájdalmait, ma pedig fogínygyulladással toppant be a társalgóba, hogy segítenék rajta. A meditációkra nem jár, ebédnél, vacsoránál sem találkozni vele. Visszahúzódtott fájdalmaiba, elbújt a szobájában.

A szemlélődés gyógyító és könnyítő, megváltó erő. *Curatio* és *salvatio*, mondja a mester. Van akiben lappangó betegségek szabadulnak fel, különösképp akkor, ha valaki két meditáció között cigarettázik, kávézik vagy sört iszogat. De ez már előítélet.

A gyakorlás ééréséről, tüzeről dicsekedve hallgatok inkább. Megdöbentő, hogy a látszólagos mozdulatlanságban milyen belső tűz keletkezik. Forrósága szétterjed medencémben, égek, boldogan égek.

Ma egy kis papirost nyomott Alexander kezembe, hogy holnap ebéd után látogatóm érkezik. Majd kiderül, kicsoda és miért keres. Addig töprenghetek, elképzelhetem az elképzelhetetlent.

Eladták a Jó Pásztor házát. Új bérlői: Farkas és társa.

Február 5. Az asztal végén egy fémtálkában színes gyertyák lobognak, két cserép illatos kankalin, sárga szalvéta alátét a két ünnepeletnek, Edeltraudnak és nekem. Éljen az Osztrák–Magyar Takarító Monarchia!

Az ebéd utáni *látogató* beugratás volt. Valahogy biztosítani kellett, nehogy megszökjek az ünneplés elől. Az étkezés után átvonulunk a kis tálalóba. A földízített asztalon tea, kávé, torták, almássütemény. (Honnan tudták vajon, hogy ez a kedvencem?) Belepirulok, amikor fölcsap a köszöntőének. Nyakamba akasztják a szívvel dolgozó zen főtakarítók rendjét, amit én címzetes illemhelynökként fordítok magyarra. Alexander egy nagy zöld kartonlapot szorongat kezében. Elmondja, tudják, hogy készülök haza, íme, egy ajándék jegy, használjam egészséggel. Hogy a visszafelé úttal se legyen gondom, a vonatablakokat jelképező papírnégyzetecskék mögé bankókat tűztek. A vonatra ráírva az indulási hely meg a célállomás: Buddhapest, Távolskeleti pu.

Csupa tréfa ez a nap. Már kezdem úgy érezni, a megszületésem is tréfa volt csupán. A délelőtti tanításon állítólag arról volt szó, hogy a zazen menetjegy a Buddhává váláshoz. Nekem a zazenes társaim ajándékozták a jegyet, hogy Budára érjek. (Ezt pedig csak mókázásképp lehet a tudatosság útjának tekinteni.)

Délután egyórányi időre Marilét helyettesítem a gongnál, aki gyógytornára jár.

Este a társalgóban gyűlünk össze forraít borra, rágnivalókra. Dolorosa nővér fiatalosan, derűsen végigpoharazza, -nevetgéli velünk az estét, Kristóf gitározik, Greg mesél, Marile időnként az orrát fújja.

Tizenegy tájt Edeltrauddal összeölelkezünk. Szép nap volt. Nehéz fejjel és boldogan búvok ágyba.

Súlyos sötét az éjjel. Gyötrődöm félalattam, mikor lesz vége, ugyanakkor halasztgatnám, nyújtanám sokáig. A mélye édes és forró.

Február 6. Uta tanításán meghallgatom Huaj-haj rókatündéres koanját.

A mindennapi reggeli prédikációkon, amelyeket Paj-csang tiszteletes tartott, egy öregember csatlakozott a gyülekezethez, és a többiekkel együtt hallgatta a tanítást. Amikor a szerzetesek elhagyták a csarnokot, ő is távozott velük. Egyik napon azonban hátramaradt. Ekkor Paj-csang megszólította:

– Ki vagy te, aki itt állsz előttem?

Az aggastyán válaszolt:

– Én nem földi ember vagyok. Valaha, amikor még Kasjapa Buddha kormányozta a világot, kolostori előljáró voltam, itt éltem ezen a hegyen. Egyszer az egyik tanítvány azt kérdezte, hogy vajon a nagy vezeklő is alá van-e vetve a karma okláncolatának, s én tagadólag válaszoltam. Ezért ötszáz, rókatündér képében való újjászületés lett a büntetésem. Most arra kérlek, segíts hozzá engem a kielégítő válaszhoz, hogy megszabadulhassak végre a rókaélettől. Mondd meg hát nekem: vajon a nagy vezeklő is alá van-e vetve a karma okláncolatának?

A mester így válaszolt:

Számára sem ismeretlen a karma.

Alig ejtette ki ezeket a szavakat, az aggastyán máris eljutott a megvilágosodáshoz. Leborult a mester előtt, és így szólt:

Most megszabadultam a rókaélettől. Holttestem itt fekszik a hegy túloldalán. Arra kérem a Mestert, hogy szerzeteshez illő módon tettezze el testemet.

Paj-csang utasította a csarnok szerzeteseinek előljáróját, hogy vegye a fakalapácsot, teremtsen csöndet. Ekkor bejelentette a szerzeteseknek: ebéd után részt vesznek egy elhunyt szerzetes temetésén. A gyülekezet nagyon elcsodálkozott, mindenki jó egészségnek örvend, még beteg sincs a Nirvána-csarnokban. Mit jelent sen ez?!

Ebéd után Paj-csang a gyülekezetet elvezette a hegy túlsó oldalára, ahol egy szikla aljában rábőkött egy róka tetemére, amelyet aztán a szertartások szerint elégettek.

Este azután Paj-csang föllépett a csarnok emelvényére, és elmondta a gyülekezetnek a történetet. Ekkor Huang-po emelkedett szólásra, és megkérdezte:

Az aggastyán valamikor régen elkövette azt a hibát, hogy rosszul felelt egy kérdésre, ezért róka képében való ötszázszoros újjászületéssel bünhődött. Mi történt volna vele akkor, ha annak idején helyesen válaszol?

A mester megszólította:

Gyere csak ide hozzám, megmondom neked!

Huang-po odalépett az emelvényhez, és a mester szájához tartotta fülét. Paj-csang összeütötte a tenyerét, és nevetve mondta:

– Úgy tartják, csak a barbároknek vörös a szakálla. Hát most itt látok magam előtt egy vörös szakállú barbárt!

Kommentár

Hogyan lehetséges az, hogy az aggastyán vélekedése, az ti., hogy a nagy vezeklő nincs alávetve a karma okláncolatának, róka képében való bünhődésre vezet? Ha nem vak a karma ügyében az öreg szerzetes, hogyhogy megszabadulhat? Ha ezt, legalább fél szemmel, meg tudod érteni, az egyszerűen az egészben képes vagy meglátni, akkor érted meg, hogy a múlt idők Paj-csangja miképp tudott ötszázszor róka képében újjászületni.

Karma alatt, karmát tudva

Mindkét arcnak egy halál.

Karmát tudva, karma alatt

Tízszáz évűt vár.

A tudás, fölismerés megvált terheinktől. Nem szóval kell válaszolnunk az élet kihívásaira. Az okosság, ismeretek nem elégségesek a felismeréshez.

Taxi gurul a pályaudvar kocsibeállója felé. A kanyar előtt vezetője megnyitja az ajtót, kiköp az aszfaltra, és lassan továbbgördül. A kocsi változik, a modor a régi.

Távolodsz és közeledsz mozdulatlan. Távolodsz gondolataidtól, érzelmeidről, hogy beláthatók legyenek, de benned láthatók.

Közeledsz ahhoz, ami (aki) a társadban is a *vagyonok*. Egyre kevesebb vagy, ez az igazi bőség. Elvesztél mindenben: megtalálható vagy.

Kiröppenésem közelítve, érzem, hogyan szűkül a kegyetlen idő. Lábamra fonódik, torkomra tekeredik, keménységét, szorítását hónom alatt, mellkasomban is kesergem. A társalgóban, ahol dolgozni szeretnék, gyakran megzavarnak. Munkámból kizaklatva a szükség sötétté is válik. Rálátok, ura vagyok, aztán elmerít egészen.

Nemrégén Beatrice nyitott be egy csi kung kazettával. Elmozogta, ami a képernyőn is látható volt. Az ablakból láttuk, hogy éppen nyugszik le a nap. Beatrice integetett utána, mintha távozó fényes vendég volna, én meg néztem a felhők színeinek váltakozását; a búcsú tüze bennem is elharapózott.

Este a bécsi versíró-tanár kukkantott be, csak ha nem zavar akkor, de igazán csak ha engem ez nem zavar meg, egy picikét nézné a tévét. Hírek. Politikusok. Hamarosan engem nézeget inkább. Beszélgetni próbál. Nehezen válaszolok. Az egyik oka az idegen nyelv, bár Carl szerint jó a kiejtésem, a másik, fontosabb ok viszont az, hogy olyanokat kérdez, amire magyarul sem igen válaszolgatnék. Hogy milyen lesz a *könyv*, amivel most gyötörnénk egymást, ha kíváncsi látogatóm hagyna. Esszé vagy inkább napló? Az irodalmi ügyek, amitől végképp elnémulok.

Nyüggé válik olykor a napló, mint egy olyan szerető, aki akkor is beszélni akar, amikor szerinted a hallgatás tartalmasabb lenne. Szóval kiderül, sok hallgatnivalóm van folyton. Hallgatni velük, bennük inkább, mintsem róluk. (Vajon mikor lesz a sok hallgatásomból egy?) A gyakorlásról sem tudok érvényeset. A vágymairól sem. (A szolga mit tudhat uráról?) Az ügyetlenkedéseimről sem igen. El kéne hagyni őket. Egy kanyarban ledobálni a szekérről, hadd örüljön, aki megtalálja. Az én fuharos képzelgésem.

Levél Marikától. Azt írja, elkallódott valahol a száz DM átvételét igazoló papiros. Küld ráadásul még száz márkát és újabb nyugtát aláírásra, sőt válaszborítékot is. Ellágyulok ennyi kedvességtől. Íziben, ebben a lágy állapotban fogalmazok néhány köszönő sort.

A zendóban mellettem egy sörszagú, vállig hajú legény szuszog. Egy ülés után elunja nyilván, el is álmosodhat, mert elmegy. Helyére egy nyugtalan, izgó-mozgó és nagyokat ásító lány telepedik.

Imme, aki pár napja elbúcsúzott tőlem, vállamra ejtett fejfelül, testét kissé eltartva tőlem ringatózott kedvesen, szoknyás

német tenger, forró vizű, most képeslapot küldött, jin a jangnak, Imme az Imrének, az éjjél a délidőnek. Rá-rágondolok párnámon üldögélve is. Hiányzik. Halott vagyok nélküle, féléletű, vagy talán még annyi sem.

Február 7. Gondok, gondolatok belepik az arcot repedezett, szikes talajként; száraz, deres fűcsomók és néhány fehér kavics.

Ha másra talán nem is, arra mindenképpen jó a napló, hogy egy-egy pillanatom *érintettségét* szóba fogjam. Másoknak esetleg *elvont* vagyok.

Ahogy a tűz és a figyelem forrósága. (Nem képes beszéd.)

Nagy a jövés-menés. Bennem a szavak, gondolatok, odakint a zen-gyakorlók, majd estefelé a városból az istentiszteletre jövők.

(A Benedek Terembe minden behallatszik. Ahogy az alagsorból felkopog valaki cipője.) Most a mise helyett meditálok. Őrhelyem az üstgong mellett.

Katja meglátogatott bennünket. Összeölelkezünk. Test és vér szolgálja azt, ami nála erősebb.

Meditáció után boldogan sietek ki az utcára, egy fölkéből megtelefonálok hazamenetelem pontos idejét. A lányom valami táncos dolgot akar és egy fekete orrú plüssmackót. Mire hazaérek talán már nem is macika kell majd, hanem pipereszappan.

Jelek az utamon, olvasson belőlük, ki hogyan tud.

A figyelem észreveszi, hogy éled bennem a megítélés. Ez a szemben ülő helyzetének átélésére, részvétre indít. Aki érzi, hogy vele vannak, szeretik, figyelnek rá, igyekszik ezt (*utólagosan* szinte) kiérdemelni.

Kérdezem a *bürös* barátomat, mit szeretne Magyarországról, ha legközelebb újra jövök. Paprikát, gulyást (és egy tüzes Piroskát, gondolom hozzá), talán gyümölcsöt még. Kívánságainkban gyermekké válunk mindannyian.

Az áruházi eladólányok, pénztárosnők úgy kifestve, maszkírozva, mintha álarc volna rajtuk. Ha vásárolsz valamit, érezd karneválban magad! Otthon lemosva arcukról a festéket, dobozkába téve a műszempillát, műkörmöket és levette ruhájukat, vajon mi marad belőlük?

Gyötrelem és gyönyörűség. Repesve, *tarkán* az újabb viadalra.

Ajándék volt, csoda, arca hullás és erősség, amikor a látható dolgokból, belőlem érzéseimet, gondolataimat elárasztotta. Belém-merültem. Azóta keresem, hogy honnan is? Talán ő lélegzik az orromba (de ezt sem én mondom), talán ő a semmiségem, ami kitölt, aki nincsen és mégis, mégis valóságosabb, mint aki most leírja.

Földhöz vágom ellenfeletem. Fejét a padlóhoz csapom, ujjaimmal érzem: arccsontja, állkapcsa darabokban. Hiszen ott megy a kerítés, a négyzetes udvar melletti földúton, nővé változott, (sz)ép arccal, utánakiáltok, gyere vissza, amíg meg nem gyógyulsz, de ballag tovább sugárzóan, ártatlanul a menettel.

Február 8. Az éjszaka testében aranyz színben csontjaim ragyognak.

Csao-csout megkérdi az egyik tanítványa:

Szintén zenes?

Mú – válaszol rá a mester.

Vasárnap délelőtti meditáció *otthon*, a zendóban, ahová Marile átvitte ülőpárnámat, szürke vállkendőmet és névcédulámat, nyilván törlesztésként, amiért délutánonként a gong mellett helyettesíttem.

Marile. Az arca mint a gyereké, de testét meggyötörte, átgűrta a betegség. Rövid hajával, fiús határozottságával beválna férfinak is. Ma ő söprőgeti az alagsorba vezető lépcsőket és a folyosót, hallom a füttyögését, amíg a Kék termet porszívózom.

Amikor közelebb ér, azt rikkantom kifelé: madár vagy, ugye, Marile? Zúg a gép, nem érti. Kikapcsolom özv. Szimensznét és mondom újra. Ekkor már a füttyös testvér a küszöbön áll. Csak a torkom madár, csak az. A többi kutya. Tudod-e, milyen szomorú leszek? Nincsen olyan magas fa a parkban. De hát miért? Mert elmégy. Itt hagysz bennünket. Visszajövök még. Én is a svájci csoportommal. Júniusban. Gyere te is akkor, találkozunk. Átölel, meg-simogatja az arcom. Áldás legyen rajtad, bárhová mégy is.

Köszönöm, Marile! Füttyülj csak tovább!

A vasárnapi munka csak másfél órácska. Ebéd előtt a zendóban ülök. Mintha kulcsosomó csörrenne, nyílik az ajtó, megérintik a

vállam. Willigis. Int, hogy menjek utána. Fölveszem a szemüvegem, és követem őt. Az előtérben azt mondja angolul (csak később tudatosítom, hogy nem németül szólít, amikor már kilépek az előtérből): Vedd föl a cipődet, és gyere velem! Megyek utána a második emeleti szobájába. Foglalj helyet, mondja még mindig angolul. Németül köszönöm meg, erre ő is nyelvet vált. A belső szobából, ahová az elhúzott függöny mellett belátok a fehér ülőpárnájára, egy sötétkék télikabátot hoz elő a mester. Próbáld meg, a te méreted-e. Egy kicsit nagy, gondolom, majd mester koromra belenövök. Egy gyapjúpulóvert is előhoz, garbót, trikót, átmeneti kabátot. Van-e táskád? Van a szobámban egy nagy bőrrönd. Az ajándékokat belepakolja egy válltáskába. Így könnyebb lesz. Mit csinálsz majd otthon? Dolgozgatok a kertben. A kézirataim megjelentetésében reménykedem. Talán írok is majd. Van-e sok kéziratod? Őt könyvre való. Javarészt kiadóknak. Regényem, fordításom otthon a fiókban. Versek is? Igen. Az újabbakból kitelne egy vékonyabb könyv. Itt naplót írtam. Meg néhány verset. Van-e meditáló csoport a közelben, hogy naponta gyakorolhass? Csak a Marikáé, havonta egy-két napra összejárunk. Ez nagyon kevés. Amikor kedved tartja, visszajöhetsz. A pénzzel meg ne törődj! Mit hoznak Magyarországról? Nézd rám elcsodálkozva, hallgat. Elbúcsúzom. Összeölelkezünk.

Van már ruha, csak tudatos ember kell hozzá.

Nem megyek be már a zazen közepén, majd csak a következő szakaszra. Leírom fölvezettetésemet, megajándékozásomat a fogadópuhltnál egy darabka papírra. Belép Dolorosa nővér a folyosóról, odajön hozzám, látom, jól megy az írás, a napló, jegyzetelés nekem is, de a levelezés már nehezebben, meditáció közben rakosgatom egymás mellé a mondatokat. A fejemre mutatok, hogy ott bent. A nővér nevetve bólogat: igen, igen.

Egész délután a naplót szövögetem az *ájbiemmel*. A tervezett séta helyett is.

Február 9. Te mindennap fölöprödsz a lépcsőházat? Föl én, Marile. Egy kis időre még a füttyörészés is abbamarad. Te kellenél nekem férjnek. Átölel és arcon csókol. Érzem hogy dobog hozzám szorulva forrón.

Még mindig az alagsori padozatot súrolgatom, amikor megjelenik Alexander. Imre, ajándékot hozok. Ajándékot? Igen, Willigis küldi. Átnyújt egy vízhatlan svájci karórát.

Mit jelentsen ez az ajándék? Ez a ráadás a tegnapi? A hálaérzés alig engedi a gondolatokat *értelmes* távolságra kerülni. A szótörmelékben egy-egy ideillő: pontosság, az érzelmek mélyén (vízben is), ha úszol az örömben akkor is. *Élj az idővel!*

(No hiszen! Ma is az első meditációt átaludtam az ágyban. Nyugtalan éjszakám után nehezemre esett a fölkelés.) Súlyossá válik ennyi ajándék után az öröm. Bírom-e vállal, bírom-e lábbal? Hogyan használok majd másoknak én is?

Mennyi nyilvánvaló szöszemét a belső sötétség felszínén. Én gondolom-e mindezt, vagy az agy és test tehetetlenségéből vannak? Az időm elegendő (mondhatná az ajándék óra, ha lenne hozzám szava), ha pontos vagyok és elég világos.

Amikor az udvaron cipelem a szemeteszsákokat a konténer felé, Alexander odakiált. Greg beteg. Kórházban van. Az intenzív osztályon. Mi történt? A szíve miatt szállították be. Elkomorodom miatt, hogy szegénynek épp itt, boldogsága szigetén.

Miről beszélgetnek az elektronok egymással az úrön át? – kérdi a tudós a lányát. Biztosan arról, hogy van-e isten, hangzik a válasz.

Az élet csapásait sokszor a humor könnyíti elviselhetővé. Ebéd idején is szóba kerül Greg. Kiderül, a veleszületett szívritmuszavar erősödött most fel, nyilván az utazás izgalmai, a lelki kétségek miatt is. Willigis elmond egy viccet. Messzebb ülök, nem értem, csak Hitler és Göring nevét, s hogy a szívről van szó. Arról a neveléségen érzékeny kis érző izomról.

Míntha ma Willigis folyton búcsúzna. Az ebédnél útra készül, elköszön Edeltraudtól. Délután utcai kabátban belép a zendóba és Alexander ajtó melletti matracára vet egy kis csomagot. Esetleg épp a kulcsos tárcát. Este viszont velünk meditál. Talán az én búcsúzkodásom vetül rá mindenre. A lépések búcsúléptek, a kulcscsörrenés is a búcsúé. *Elmegye meghalni.*

Körséta közben fölképzik bennem, hogy gyávaság hazamennem. Itt hagyni ezt a helyet, ahol most *örökélek*. Az idő halad, mit mérlegelek? Gyakorlásra ennél jobb, emberségesebb helyet aligha találok. Az

okoskodás, fontolgatás – mintha svájci bicskával füstöt faragnék. Gondolkodom, érvelek, hogy ki ne tetsszen gyöngeségem. Majd ott-hon kiderül, mire volt jó, mire lesz jó ez a három hónap.

Most kellene tudnom. **Most** kell, vagy soha.

Üldögélünk az előtér nyugalmában a délutáni meditáció utolsó szakaszára várva négyecskén. A vacsora előtt még egy korty a mindenségből. Én felhúrom a lábam magam alá, utána Kristóf is, Marile megneveti, Erwin pedig meglazítja széles derékszíját. Mutatni próbálok, hogy ez az, szabadítsa ki börtönéből a légzést. (A derékszj. Minden erőteljesebb légzésnél meg-megnyikordult a múltkori esti meditáción. Ingerelt.) Mutatom a: *most már lélegezhetsz, csend lesz-t.* Erwin nem érti, azt taglejtvi vissza, hogy pocakosodik a sok evéstől. Ezért a mozdulatáért mindjárt megszerettem.

Hazamenjek-e? Hiszen ez most gyerekség. A jobbik részem itt marad a kitakarított folyosón, az ablakok fényében, az érlelődő kompozthalomban. Csak a szavaimat menthetem magammal. Lesz-e bárka? Majd visszajövök még. Szigorúbb, lángolóbb életre akkor. Koplalok, korán kelek. Semmi sütemény, kényeskedés. Napi nyelvtanulás.

Az élet viszont nem a tervek, ígérek szerint alakul. Amit elgondolok, rejtett önnugtatas. Nem vagyok az igazság, elhagyom az utat, szökik tőlem az élet.

Február 10. A reggeli utánig szabályos nap. Még az is, hogy Kristóf segít átmásolni a szövegszerkesztőben tárolt naplómát lemezre.

Ezen a fél levelezőlapnyi műanyag lapon (benne) egy teljes könyv anyaga tárolható. A kinyomtatott oldalakkal ezt is hazaviszem majd. *(Most tönnyei barátom számítógépén kísérelem meg átmásolni a naplóm. A képernyő meg a gép és az egér belepi asztalomat. Egy kis hely azért még a notesznek is marad, amiből dolgozgatok.)*

De már a reggeli asztalnál is a búcsúzás hangulata. Herta nevetgélve, szigorúan megvárakoztat az étkező előtt. Amikor kijön, hogy most már jöhetsz, kezében egy fehéres-kékes dobozka, benne fehér szappanból angyalfejecske. Hálám jeléül, de nehogy ám megedd! Ha tudnám, azt válaszolnám, hogy nem vagyok én vörös szakállú barbár. Így viszont csak magamhoz szorítom az ajándékozót.

Négy táská és egy reklámszatyor a csomag. Kitakarítok. Két táskát lecipelem a bejárati ajtó mellé, beülök még egy búcsúmeditációra a kápolnába. Kisvártatva benyit Elisa-Maria, a svájci festető-írogató, szemlélődést oktató lelkésznő, hallom légzéséről, hogy ő az. Ahogy szokásos, a falnak fordulva ülök, érzékelem, közeledik, lassan ráteszi tenyerét a vállamra, a másik keze keresztcsontomon, figyelem mozdulatlanul, mi az *üzenet*. Hallom szuszogását, érzem kipárolgását, figyelem, hogy részvét támad bennem, egy kis nyugtalanság is, mibe fordul ez a szűkszavú testpárbeszéd. Megsimogatja lassan az arcom, kezét kezembe fogom, így maradunk egy kicsit. *Itt* maradsz bennem, mondja, nem lesz köztünk tér. Megrázom a fejem, dehogyan lesz, dehogyan. Nyakon csókolom, még egyszer megszorítja a kezem, magamra hagy.

Nagyon mozgalmas ez az ülés, mintha Elisa-Maria is az ölemben maradna, amiért nem szeretted engem, nem haragszom rád, mondja, képzelem. Tudtam, hogy megnyílt a tested, beléptem. Elkísérlek, ha úgy akarod.

Visszaviszem a kölcsön vett meditációs párnát a szobámból, a német bibliát és a szűtrás könyvet. Lehozom a maradék táskáimat. Közben lelkiismeret-furdalást is érzek, hogy nem takarítottam ki magam után alaposabban. A könyvespolcot le kellett volna mosnom, letörölgetni a kopott ruhásszekrény tetejét. Spiritusszal kifényesíteni kis ablakomat. *Nem vagyok jó halott. Sok elvégzendőt hagyok magam után.*

A munkámat sem ott végzem, ahol kellene. Hanem mindent fejben.

A házi csapat a bejárati ajtó előtti üvegfedél alatt már vár. Nem ugyan a ház porszívóinak búcsúszimfóniájával, ahogy valamelyikük mókásan megígérte. Szomorkás, de tréfára kész, kedves arcok. Látom, mindegyikük kezében egy-egy fehér törülörongy, hogy istenhozádot intsenek majd. Mindenkit átölelek, féltékenyen figyelnek, nehogy valamelyiküknek több jusson belőlem. Blandiana vékony teste alig ereszt. Legszívesebben kézen fognám, vinném őt is magammal. (Magyarországra, bármelyik hivatal tündére lehetne, de csinos taj-csi-oktató is. Vinném Marilét is, szervezzen otthon, a magyaroknak is életmódközösséget, mert a hazaiak nem képesek rá. De a többieket is mind elvinném magammal, hogy elférjünk, a kolostort is.

Meg a kertet, a várost. Milyen mohó lettem, uram-teremtőm! Bár csak hagyni tudnék itt valami jót is magamból. Kiderül megint, csak az ítéleteimben vagyok gazdag.)

Integetnek utánunk, amikor Alexander szolgálati kocsijával ki-gördül lassan velem az udvarból. (Az iroda előtt még Johannt is látom, kissé görnyedt tartásával, mintha oldalt billentve fejét, *bemosolyogna* hozzánk.) Aki számít, mindenki itt volt, mondja a vezető, én arra gondolok, hogy otthon vajon vár-e valaki rám. Nincs módomban ezen tépelődni, mert Alexander az otthoniak felől kérdezzet.

A pályaudvaron még van egy kis időm. Arra pont elég, hogy fölfedezzem: zsebre vágtam szórakozottan a szobám kulcsát, ahelyett, hogy az iroda melletti ládába dobtam volna, ahogy ez ilyenkor szokás. Alexander visszaviszi a kofferkulit a helyére, hozza a bedobott márkást is vissza. Búcsúzik máris, igyekszik vissza a házba.

A várakozás közben élvezem az utazó ember helyzetét. Ez az! Életem végéig úton lenni. Örülni, hogy rám süt a nap, hogy az út *élem hoz* minden értékeset. Csak akkor húzódok félre kissé csomagjaimtól, amikor egy házaspár a közelben megáll, s a férfi egy karton sört hoz, isznak, füstölnek mind a ketten. Mindegy melyik táján vagyok a világnak, a mérgek bűze mindenhol kiver. Tudom, ez gyengeségem. Nem fogadok el egy tapasztalatot. (Benne van ebben alighanem a volt dohányos büntudata is. Ezt vállalom.)

Hiába menekülnék. Utolérnek. Ez a magyar tervezésű vasúti kocsik például. Az egyik fele dohányzó, a másik viszont nemdohányzó, a két rész, mint az egybenyitott szobák, így átgomolyog a füst. A német is fogyó népesség, akárcsak a magyar. A maradék is pusztítja magát, elfüstöli azok levegőjét is, akik ebből nem kérnének. A súlyosan átgomolygó füst benne foglaltatik a helyjegy árában. (A vonat neve Liszt Ferenc, a füsté Rák Symphonia.) Ablakot nem lehet nyitni (úgy tervezték a magyar agyafiak), a szellőző viszont még az étkezéskor is ideáramoltatja a szagokat, ahogy odahajlok a klímarács fölé, a főtt karfiol szaga csap meg.

Az első megálló Nürnberg. A felszállók újságot, szalámis zsemlet vesznek elő, egyszerre táplálnák az agyat és a gyomrot.

A szomszéd szakaszokból át-átszivárgó magyar beszéd. Ebből is tudni, hová tartunk.

Megvisel nagyon a magyarok szimfóniájának szaga, időnként ki-kimenekülök az előtérbe levegőért. Úgy látszik, ilyen visszatérésre van szükségem. A sorsom szerint ez a legesélyesebb. Mire, mire?

A szembeni ülésre fölrakott láb. Az egónak nagy térre van szüksége, hogy jól érezze magát.

Visszaképződik a búcsú. Még egy kis otthonosság. Mind ott voltak. (Talán csak Erwin nem. Ő el sem búcsúzott tőlem.) Integtek utánam. Ki szomorúan, ki nevetve. Edeltraud, Luise, Marile, Dolorosa nővér, Max, Alexander, Gertrud, Blandina, Herta, Krisztof, talán Hartmut, az új hosszú idejű vendég is. Szegény Greg kórházban. Hála az égnek, túl van a veszélyen.

Passau. Határállomás. A Würzburg óta söröző, füstölő házaspár itt leszáll. A bakancsos lány is a másik oldalról. Az újságot, ami a szembeni ülésre terítve a fűzős túracipő alátétje volt, a földre dobta maga után.

Miért hagytam én el a békét, kedvességet? Miért a virágokat, a gongok, harangok csengését, a füstölők illatát, a figyelmet, testvéreimet? Hová visz, mibe rohan velem ez a vonat? Nincs olyan szerencse, nyomorúság, amiért a Benedek-házat elfelejteném.

Odakint a tájban egy méreggyár cserepei zöldre festve.

A meditáció is küzdelem és öröm, bizalom és szégyen, hit meg a hitványság fájdalma, szűkössége, a sötét és fény fölött az egyensúly-állapot. Minden út onnan ered. A sínek is ott találkoznak, amelyekeken most vonatunk robot hazafelé. *Haza lesz-e vajon, ahová érünk?*

Az olvasás nem nagyon ízlik. Nem elég közvetlen, nem elég természetes. Túl sok áttétel az értés meg közöttem. Amit a sorok jelenenek *nem valóság*. Pedig a könyv a valóság megtapasztalásáról szól. Keresztes János: A lélek sötét éjszakája. Szemlélgetem inkább odakint a világoskék eget meg a fátyolfelhőket. (Elhatározom, otthon keresek egy felhőkről szóló kézikönyvet. Egy esszé is mocorogni kezd bennem a felhőkről és a megismerésről. Ha én *ilyen* szép kéket majd írni *tudnék!*)

A teremtés szolgálata megszépíti az embert. A hegyek, erdők, felhős ég csodája is ez.

Tükröződés. Égre vetülve vonulnak, suhannak nesztelenül a dombok és fenyők.

Ahogy távolodom, úgy szakadozik az idő. A gondolatok is: egy-egy segélykiáltás. Hová? Kinek?

Legbensőnkben kortalanok vagyunk, egy kicsit kifelé fiatalok, majd fiatalosak, csak a test öregszik, amiből vagyunk és ami körülvesz, az örökkévaló.

Alcímnek ez kellene talán: Följegyzések egy világi kolostorból.

A lenyugvó nap vörösen mögöttem, előttünk az ég hajlatán balra fehéren, fátyolosan a (csaknem) kerek Hold a mályvaszín és piros felhők felett.

A közvetlenség nem célirányosság; eleven, természetes, türelmes szemlélete annak, ami tisztulva közelít. S hogy micsoda? Mindig *éppen az*.

Kilépve a szobából, mintha egy álom helyszínét hagytam volna el, az ablakból a kilátás, a kert fáit, ösvényeit, a borostyános kút, a szélhangok hangja is mintha álom lett volna csupán. Én is csak álom.

Mi a valóság?

1997–1998

FÖVENYHULLÁMBÁS

November 7. Suttog az asztal túl feléről. Fülemlre mutatok, hogy nem halom, nem értem. Nem szegjük meg étkezőkben a beszédtilalmat. Fölírja egy papírszalvétára: bár holnap elutazik, visszatér hamarost. Talán már decemberben. (Azóta többször is visszajött-elutazott. Úgy láttam, valamit örül magában, de talán azt várta, érdeklődjek csak, hogy késztetést érezzen elmondani.) Regényesen: a férfi, aki most nézi azt asszonyt, érzi, hogy közöttük a nyelvhatár, *nemhatár* és asztal-lap híd. Az öröm, mire a túlsó partra ér, megfakul, szomorúvá válik. A bánatos hullámok viszont olykor vidáman, csacsogva loccsanak vissza.

Akkora a csend, hogy a tollvonás sem látszik a papíron.

Hadd bugyborékoljanak most föl az emlékek a mélyből! Az autós, akivel utaztam idáig, aki átszámolja napi árfolyamra a világot. A kocsija ugyancsak kiszolgált, kopott. Már használtan vette. Annyi minden hiányzik belőle, ami a korszerűbb típusokban bezzeg megvan. Őt autós-utas szolgálat közvetítette. Lányom anyja, aki korán reggel segít csomagjaimat kicipelni a megadott címre, csodálkozva, elképedve mutat rá a leszerelt hátsó kerekű német rendszámú kocsira. *Ez az a fehér Mercedes, ezzel kéne utaznod.* No de kerék nélkül? Persze a tulajdonosa vette le, nehogy meglovasítsák az autóját. Felcsöngetek, leszólnak, menjek csak föl az ötödikre, várjam meg, amíg a vezető bepakol. Égett fehérjeszag, rántott hús serceg a konyhában. Ökölcsapás a vegetárius belépő gyomrára. A vezető a megállapodott összeget kevesli, önkényesen rászámol. A legszívesebben otthagynám, mondhatta volna a telefonba, amikor felhívtam, nyilván meggondolom, hogy vele utazzam-e vagy halasszak még egy-két napot, hátha akad egy másik üres kocs. Végül is kiforgatom

zsebeimet, s odaadom minden maradék forintomat, sőt még gyere-
kem anyjára is rászorulok. Kölcsönad. A férfi odalent a berakodás-
nál táskáim számát sokallja, bár van helye elég, most csak én vagyok
az egyedüli utasa, de hát ez a szabály. *Fogadjunk, hogy még utazási
biztosítást sem kötött, pedig ez is benne van a pakliban.* Keseregye
emlékezik, hogy egyik utasa kinyitotta menet közben az ajtót, és az
le is tépődött a sarkából. Igaz, a kárt megfizette a biztosító, de
mennyi utánajárásába került.

Útközben gyakran fölidézem a Szent Ferenc-i fohászt: *Uram,
tégy engem a te békéd eszközévé!*

Két ember, beszélgetnek magyarul, mégsem értik egymást. Egé-
szen máshogy jár az eszünk, a kezünk. Hiszen a nyelvünk ráadás,
ajándék csupán a közös értékekre, értésre, ami miközöttünk most
nincsen. Én például nem tudom átszámolni környezetemet pénzér-
tékre. Nem ismerem a szerelmek, barátságok, emberi segítség napi
árfolyamát. Ő nem tudja, nem érti miért jó naponta órákig üldögel-
ni, várni a csendre, ahogy a béka a szúnyogra les.

Feketerigóként. Sárga csőrömmel lendületesen átrakosgatom
a lehullott faleveleket. Egy kerékpározó lány feketén lobogó köpe-
nye vagyok a körpark útján. Sárga tearózsaként – utolsó napjaimat
élem, letarolnak nemsokára a késő őszi fagyok. Fecsegő szökő-
kút. Fűzőld. Minél többféle, anélkül, hogy beleártanám szavaimat,
annál boldogabb. Ez itt most a papíron elég félnótásan hangzik.
Személyiségbe, névbe és szerepekbe öltözött rab ember keserűsé-
ge. Minden történetét ismeri az unalomig. Nincsen tere, lépésen-
ként önmagába botlik, ezért aztán másokat okol vagy az ég felé ráz-
za föl öklét.

Fölfénylik bennem az emlékekből az arca. Így valóságosabb, iz-
zóbb, boldogítóbb, mint amikor az asztalszomszédjaként rá-rátekint-
hettem.

A dóm előtti téren utcazenészek: klarinét, bendzsó, trombita, dob,
cintányér, örökzöld dallamokat játszanak. Egy anya gyermekeit kézen
fogva, táncikálva libeg át a téren, egy csavargóféle a zenészek mellett

beroggyant térddel himbálja a dalok ritmusára felsőtestét, kezével ki-kicsap, telleget, mellette hever fehér vászonszatyorja a macskaköveken. Az utcazenét megtorpant, megállt járókelők karéja veszi körül, a zene az öreg Majna-híd felé hömpölyögve körbefényli a kőszenteket: Burkardot, Brúnót (a pispek urat), Kolonátot, Totnant, továbbá Kis Pipint meg Nagy Károlyt.

Most helyemen vagyok. Öröm, boldog lüktetés. Amiből kiválok, ugyanabba kerülök vissza. Nem idegenszik meg ez a világ, bár folyton megújul. Bensőség vesz körül.

Kíváncsi ember, minden érdekli, darabokra hullik a figyelme.

Elvesztődik a minta, érvénytelen lesz, akinek látszani *szeretnék*, az időm ettől valóságosabb.

November 8. Képzelmes Heike melle féhéren becézi a padlót söprögető férfi arcát. Ez csak benne látszik, idekint minden *törvényes*.

A lány szóróflakonból permetezgeti a dézsás növények leveleit, szeme a férfira villan, aki mellette épp a márványlépcsőket takarítja.

– Kérsz te is? – ráemeli játékosan-fenyegetően a szórópalackot.
– Adok szívesen, hogy frissebb legyél.

A nő szigorú teste, feszes arca megennyhül, kioldódik mindkettjükben a gordiuszi csomó. Belső beszéd követi – látni arcukon –, ez elhalkul, és csillámosan hullámszik, lüktet bennük a csend. A nő ebből mozdul ki pár pillanat múlva a permetező palackkal, a másikuk pedig a tolóseprűjével.

Poimén atya ma ezt hagyta olümposzi üzenőládikámban: Van olyan ember, aki látszólag hallgat, de szíve elítél másokat. Az ilyen isten teremtménye valójában megszakítás nélkül beszél.

Elképzelte, hogy összeismerkednek az utcán. Szembejön vele a nő, már két-három háztömbnyiről észreveszi, *érzi*, találkoznak egy erős villanásban. Vítte magával azt a történetet, amelyik így

kezdődne, vagyis inkább a történet vezette őt útjain, ebben bolyongott, nem a városban, a lányok arcán, testén is átsuhanva, sodorva magával egy-egy szokatlan érzést, érthetetlenül is kedves szót, lépdelt az öreg híd kőszobrai, a jövő-menő emberek közt, de ekkor már rendszeresen találkoztak, a lánynak volt egy szép lakása, oda járogatott el, közben baktatott fölfelé egyedül, képeivel a Mária-hegyre, alig szoknyás anyuka ment előtte széttartós járassal és kamasz lánya, aki folyton a fényképezőgépét kattogtatta, egy magyar pár beszédére torpant meg kissé a képzelet, a történet ki-kihagyott, amíg őket hallgatta, közben az erődítmény védőfalai mögül a városka templomait számolgatta, de megint a képzelet, egy szép arcú belebukott a szemén át, hordozta magával, megállt vele a várlépcsőkön, miközben az idő elsodorta már a *valóságost*, visszatért a régihez megint, a kedves, szakmájára unt örömlányhoz, csakis hozzá, érte utazott vissza ebbe a városkába, vendéglátója tréfából pénzt kért az ottlakásért, száz márkát, de a férfi kabátzsebébe csempészett borítékban ennek legalább harmincszorosát adta vissza, a vonatban fedezte fel zavartan, amitől a múltban is minden megváltozott, de oda nem térhet vissza, mert elvesztette végleg.

Gyönyörű ős, a fák egyikén-másikán még tarkáll a lomb, beléjük veszik ez a kiélhetetlen kaland. Minden szépsége, közönségessége, trágársága, kedvessége a faleveleké.

Mire visszatért a kolostor kertjébe, üres volt már – persze – a pad, ahol nőismerősével néhány órája még a csobogóban fürdőző feketerigót nézték hallgatagon. Ezen a csupasz ülőlapon kelle-ne most rögzíteni, ami sétája alatt képzeletében történt, ebben a dermesztő hidegben, de inkább fölment a szobájába, ott írta ki magából, ami már *maradandó* ügyis, lépteivel beleróta a városba; s amíg ezek az utcák lesznek, folytatta volna lendületesen a szokott szavakkal, de az *addignál* tovább nem jutott; viszont mégiscsak úszik valami az uszályhajókkal fölfelé a Majnán.

Birtokolni akár csak pár pillanatig, két hétig, néhány hónapig, tíz-húsz évig, aztán isten neki, fakereszt!, el is vesztheti már.

Érzékelem légzésemet, megélem lépteimet, de a képzelet erősebb, mindent magába old. Egy kedves nő testén, nyelve alatt vergődöm gyönyörűségemben nyöszörögve, rózsaszín ablakfüggönye eltakarja a teremtő arcát. Ebbe a képzeletbeli teltségbe, édességbe különben sem fér már semmilyen eszmény. Szégyellem magam, csalóka boldogságommal kiszolgáltatta a halálnak.

A képzelet visítva húz át a téren, átszeli az időt, ebből a külső szemlélő egy bandukoló, tűnődve meg-megálló, ártatlan embert látna, zsebre dugott kezűt, merevedését ezzel és járásával palástolva.

November 9. NE RAKJ A HÍDON HÁZAT! Ezt leltem vala üzenőládikómban.

Ágból a gally, a mozdulat eleven csenedéből fakadjon. Ne tőprengés, szóbeli elhatározás vagy parancs indítsa el.

Amit tudsz róla, engedd! A nem értésben egyszerre megdöbbenően világos.

Elringatnak jóérzéseid. Az üdvösségre berendezkedve. (Ezt aztán nem, mondják határozottan a savanyújóska szerkesztők.) Majd váratlanul néhány bélmordulás, haragos zsigeri rándulás, s leomlik fölüled menedéked. Térdfájdalmaid pedig az éden nyomorékjává aláznak. Bűneid, tudatlanságod elől nem menekülhetsz.

Lelki szegénységünk. Amikor nem szavakkal, hanem eszközeinkkel: csendemmel, testem jeleivel beszélek. Laza tartásból, magunkból induló mozdulatok. Elmélyítő figyelem légzésben, testben. Mit jelent, hogy így lélegzem, hogy *ilyen* a testtartásom? Nem gondolkodni rajta, megérteni. Kötelékeink eloldva, mégsem léhán, mert benne vagyunk, betöltjük, tudatosítjuk. Ha elsodródunk, megint vissza magunkhoz. Válgják természetünké. Ez a lecke, messze még az élettől.

Jövevénynek maradni tehát ittléted utolsó percéig, rezeg benned a visszhang. Percről percre, naponta megújítani eredendő hallgatósodat. Az idegenségben így testvérekre találhatsz.

Ebből ki nem léphetünk. Bárhová térnél, a teremtésben maradsz.

Mihelyt belefeledkezel, már nem kellemetlen a munka. Végzésének öröme az igazi elismerés, fizetséged.

Olvasom a falevelek üzenetét: nincsen érdekemben, hogy szebb legyen, érdekesebb, mint önmagában. Ez megteremtheti köztünk a tiszta értést.

Szavak, érzelmek, gondolatok jelentéktelensége; vastag, szürke függöny a csillagokra nyíló ablak előtt. A csend öröme-fájdalma, mintha harsogva venne körül, néma üvöltéssel a legmélyébe szakadnál.

Megtapasztalás? Már mondanom is hiúság. Átszűrődik, rostálódik rajtad a világ. Téged tapasztal a bensőd meg mindaz, ami körülvesz.

November 10. Flurina, Uschi, Hildegard, Maria, Nina és Andrea, tallózatok a hosszú idejű vendégek névsorában. Elnőiesedik a meditáció is, mint annyi más egyéb ebben a férfiaság, földi Siva-tagok köré szerveződő világban. A kedves uraságokat nehéz előcsalogatni a sörrözőkből meg pénzcsináló elfoglaltságukból. Azért persze akad néhány magamfajta idecsábult.

A szikla körül kavicskörök, fövényhullámok. Nézem oldottan, lazán, mígnem a hullám megindul mozdulatlan.

Utánam oszon, épp a lapos köveken lépegetek az udvart elhagyóban a kertbe, nem veszem észre, hátulról befogja gyöngén szememet, látom a szemüvegem lencséje előtt vékony ujjait, az arcom érzi a tenyerét, fekete kabátjának szövete is *kiderül*, megfogja a kezem, feléje fordulok, hiszen csak az előző pillanatban búcsúztunk el egymástól, alig tíz hónapja, ő az, a svájci lelkész, aki *akkor* a kápolnában – szemlélődésem közben megsimogatott utolsó napomon. Fogjuk egymás kezét, rokonlelkek, művészfélék, kérdezzet, mikor jöttem, meddig maradok. Nyelvi hibáimat gondosan

kijavítgatja. Vacsorára már egymás mellett eddegéljük a túróval töltött sült körtét.

A lehullott falevél, bár csekélyke, elfedi akaratomat, célképze-
teimet, formájával, színével testem hamujából újratерemt.

Lecsúsznak rólam az indulatok terhei, megoldódnak kötelé-
keim, szabaddá válok, élő terévé minden otthontalannak.

A légzés a menedékem. A távoli kisharang kongásáig terjed
a hazám.

A csendességről leszakadó szavak, gondolatok gyakorlásom for-
gátsai, darabkái, törmeléke, hulladéka. Ami *így* kialakul, soha nem
szólal meg; *még ennyi sem* mondható róla.

Mihelyt a képzelet csalátke megvillan az agyban, belemerülni
a légzésbe, a jelenlét bizonyosságába.

Tartózkodó figyelem. Evés idején elzárkóznak gondolataikba,
a rágásba, ízekbe, az étel szedésébe, figyelésébe, a töltekezésbe,
amikor megfeledkeznek maguktól, a szórakozottságból egy-egy ki-
csavart, eltorzult mozdulat, szájremegés, magának motyogás az asz-
tal fölött a levegőben.

Hétfő van? Vagy inkább már kedd? A szemlélődésbe is be-belo-
pakodik, kétségbeesetten keresem helyemet az örökkévalóságban –
perclényként –, nyilván testtartásomon is meglátszik ez a belső bi-
zonytalanság. A szünetben szomszédomtól kérdezem meg végül.
Tétovázik ő is, utánaszámol, majd rávágja késedelmesen: Bizony
már kedd.

November 11. A nyelvtanulás hordalékai. Telisedd idegen szótörme-
lékkel a fejem, a torkom. Képzelt helyzetekben megszólalok.
Megzavar a csekély vélt értésem, fölkarvarja nyugalمامat. *Kime-
hetsz a városba bevásárolni, itt a kertkapu kulcsa, arra rövidebb, út-
közben akár meg is tízóraizhatsz valahol.* Akkor ez most vajon az

engedékenyen megnyújtott uzsonnaszünet vagy délig tartóan szabad vagyok? Netán megint a szokásos góbéság, aminek nem értem a velejét, mert elsikkad valahol egy finom szófordulatban. Őrlődve ballagok föl Olümposzunkra. Ha csak mutogatnánk egymásnak, egyértelműbb volna. A csend nyelvét kellene kitalálnunk. Viszont a beszéd most szükségszerű. Szavak nélkül az új munkaerőket lehetetlen megismertetni a feladataikkal, és a tenivalókba beavatni.

Említődik Nina édessége. *Nehogy ám megfeledekezzél róla!* Most nekünk hármunknak kell valamit vásárolnunk ajándékba, vagy éppen mi vagyunk a megajándékozottak? Mert a kettő közt különbség vagyon.

Ilyen semmiségeket örölget az agy. Az édesség titka egy ideig megmarad. (Majd napok múlva derül ki, hogy egy szeletke töltött csokoládé vár engem a vasalóasztalka mellett. Remek. Tüstént továbbajándékozom.) Hanem ez a városbeli séta meg a bevásárlás nem olyan ajánlat, amit csekély értésem szerint elképzelttem, mert éppen hogy feladat. Most ez lesz a munkám. Elsétálni a jó félórányi járásra lévő kulcsmásolóhoz, két darabot készíttetni a kertkapu zárját nyitóból, amihez át is adják az eredetit, majd visszabandukolni csendesen. A Gyula korzót teljesen feltörték, kerítések, munkagépek, aszfaltfúrók, markolók. A kulcsmásolót megtalálom. Hogy számlát vajon kérek-e? Á, nem, vágom rá gyorsan, aztán mire velejében megértődik, mi volt a kérdés, már körülményes a küszöbről visszafordulva helyesbítenem. Szerencsére nem támad belőle nagyobb baj. Idebent a házban leszámolom megbízóm asztalára a visszajáró aprópénzt. Számlát nem hoztál? Nem. Így aztán ráírja a költséget egy papírdarabkára, hogy írásos nyoma maradjon.

Az agy nem érzi jól magát a *nem-tudóban*, a nem értésben, titokban, ami viszont az élet természetes közege, valósága. Az okos ember bugyutának vélszik. A hiúságnak mindez meglehetősen fájdalmas. Rászoktam a megfogalmazásokra, értelmezésre, a dolgok átrendezésére, mindent eddigi tapasztalataimhoz mérek, nehogy elveszítsem magam. Mihelyt bármi elbizonytalanodik, máris okoskodom. Emberi gyöngeség. Hanem minden fogalom-rekesz kétséges,

agyam önvédelme az osztályozhatatlan, gondolatokon túli eleven-
ség áramlásában.

A vacsoráról feljövet küszöbömön Hartmut ajándékai: egy kéz-
zel festett kartonlap, gyertya, csokoládé, sütemény, ez utóbbiakat
majd alkalmasint elosztogatom. A lányok szeretik az édességet.

Bizonytalanság, ingadozás van bennem, de ingerültség, bosszan-
kodás, hál' isten, nincsen. A feszültségből megmaradt azért, ez iramo-
sabb munkavégzésben, nyugtalanságban, időnkénti szórakozottsá-
gomban megmutatkozik. Tanulgatom beváltani a mintát: minden
perc, minden nap jó a megtapasztalásra, sorsunk méltó betöltésére,
eszközeink is megadattak hozzá.

Lejegyzem a kertben *talált* haikut, ne vigyem be magammal
a meditációs párnámra.

A közvetlenség folytonossága. Amikor eltávolodom tőle, meg-
erősödik a vonzása, és vissza megint. A gondolatok, tervek, emlékek
elengedésével *akadálytalanság*. Mikor a séta, a járás tölti be a min-
densége(me)t, hogy a *menés* teremődjön velem; beleoldódva, belső
beszédemet elhalkítva izmaimig, örülni szótalanul a lépések valóság-
ának. Ezek valóban *kilépik*.

Újra látjuk egymást több hónap után. Fölizzik köztünk az idő, el-
égeti a távolságot, elég minden, ami személyes és esetleges. Közös
erőtérben vagyunk.

November 12. Meg-megújulóan az egymásba forgó, elvesző napok gond-
ja. Szerdát vagy csütörtököt mondok? Az örökkévalóságban ez alig
számít. Fontosabb talán most a lépteim, mozdulataim, tartásom ta-
pasztalata (ez a számítógépbe töltés közben is jó hívó szó, ellazítok,
igazítok testtartásomon), a képzeletet nyakon csípve, ázott állatként
szorongatva megyek utamon. Lebegnek utánam egy kép cafatai,
ahogy egy (fosz)lány éppen elvonja ujját bőrömtől. Dehogyan utánam,
bennem lebegnek ezek a cafatkák, fonálkák, tépelt vágycak, ribancok.

Flurina haja patazkik a keskeny folyosón, egész éjszaka hallani morajlását, kishúgom, a falakból is ez árad a szoba közepe felé, ez a szökés hullámzás, belőlem is kisuhog, éjszakai sötétségemből, álmok helyett ez lobog bennem, a sziklakert felé sodor az áradat, forog velünk, mi mégis mozdulatlanok vagyunk, árnyékszerű testminták keringenek létezésünk körül szédülten, pirosas, pisze orrok nőnek ki a falból, így zúdulunk miccenéstelen, súlyosan és mégis könnyedén.

Mi most a fontosabb? Az-e, hogy a faleveleket söprögetve igyekezzek feloldódni tevékenységemben (már az *igyekevs* is túlzás, csak csinálni), vagy hogy előbb képzeletem magánjátékait megállítsam? Megint egy ügyes álkérdés. Ha benne vagyok a munkában testesül-lelkestül, a képzelet máris csihad. Nem marad kérdeznivaló.

A házimacska pofáján torz fekete bajuszmintát rajzol ki a szőrzet. Az állat fölfut a fára. Egy kicsit süsü, mondja-mutatja zavartan nevetgélve a kertészlány.

A nem-tudom bizonyossága. Nehogy belevevsek a gondolatok kalandjaiba, elfogadni hálásan lelkem szegénységét. Öröm, ha az egy szükséges tölt el, a többi (zavaró fölösleg) most nincsen. Nem-tudással is megérthető, bármily apróságon át, most például az írás, rábízni magamat, ne sokat okoskodni, körülményeskedni. Izgalmas megtudni, mi lesz belőle.

November 13. Szorgalmas munkát, lelkeset, de nem mélézni, kérődzni negédesen azon, milyen dolgos vagyok. A lelkesség legyen munkám természete. A tudatosság. Jelenlétem. Szavaim csak közelítik, megtalálni *nekem* kell.

Az elfutó időből megmaradtak, né, kirakom portékáimat! (Ezek persze korántsem csak az enyéim.) A japánkert sziklakövei, fővenykörei, a cserfa leveleinek sárgásbarnája, szürke ég előtt megmozduló elevenség, a fazsindelyes, bambuszszlopos pavilon alatti nyugalom, ahogy lépteimet visszahallom fadobogójáról, mint a hangzótestről. Kivillan a teremtésből egy kis fényes szellőcske, beleremegek.

Lakoma. Ez azért említődik, mert fölborul a szokásos asztalrend, ma svéd rendszer van, középre rakott tálakból mindenki szedhet magának, óhaja szerint gyümölcsöt, salátát, sajtot, kenyeret, sült tököt, kenhetősegeket, kiflit, zsemlyét.

Éberség útja a kerti ösvény, zúzott kővel felszórva, falevelekkel telihullajtva, mellette sarkantyúkák, körömvirágok burjánzanak, bambusznád, levendulák, páfrányok, zsályabokrok és a kis tó, a borostyános kút, a látványok is beletartoznak az útba. Ha tudatos vagy, nem görcsösen, akarnoksággal, ragaszkodóan, ha lépteiddel belejáródsz a kertbe, belemégy egészen, megszentelted a sétád. De hát én olyan szétszórt, annyira szentségtelen, nem is mondom tovább, álszerénységnek, kérkedésnek hatna. Aláhúzza – lobbanó ecsetvona – egy feketeirigő röpülése.

A képzelet azzal vesz körül, mintegy kívül helyezve teremtményeit a házon, amitől különben viszolyognál. Csúcskász valakiben forrón, nyálkáitól ragacsosan, virágot nyit, fehérén Ádám botja.

Még ezt a vállfeszülést kilélegzed, átmelegíted a helyét, továbbengedni a szomszéd szobából áthallatszó beszédfoszlányokat, akkor a csend belülről megilleti bordáidat, ettől néma döbbenet, boldog földrengés, születéspont.

Ahogy a fiú túlradó örömmel, bohókásan fölkapaszkodik a kő-kert melletti fenyőre, arabos sáljával bekötött fejjel, a magasból boldogan vigyorog bele a késő őszebe, majd lekúszik ügyesen, meghajol, kezét a szíve előtt összetéve a pihenőpadja felé, aztán lassan továbbmegy.

Mire vágyakozom? Más emberrel együtt lenni, egymás szagát, örömeit, gondjait közösen, esendőségeinken derülve, a másikért, de mégis szabadon. Ez amiért élek, ez lenne halálom is.

Péntek, tizenharmadika. Utánanézek zsebnaptáramban, valóban-e, ám mihelyt leírom, el is veszti rögtön fontosságát. Jobb helye

volna, vélem, a többi nap között érintetlenül. (De jó itt is, Fanyalgó Uram!)

Igazán mély nap. A légzésem olykor a sarkamig lefut.

Odalent vizek, a gong kondulásai csillámlanak, forog ezüstösen az örvény, borzolódik a tavacska vize, az ér faleveleket sodor magával, a szökőkút cseppjei fehéren, szétperegve hullnak a kőmedence vizébe, egy barlang sötétjéből kiharsanó patak, csatornák, vízmosások, pocsolyák, mocsarak, morotvák. Közepükből, *jelentésükből* érkezik a kongás.

Kőbálvány a kert közepén és mégis mindentől távol, benne a térben és voltaképp magányosan. Szabadon.

A legfehérebb mindjárt bepiszkolódik. A gögösség mindent öszszemocskol maga körül. Önmagát állítja mércének, pedig a méretetlen, határtalan az igazi mérték.

Mit tanácsolnék ilyen okosan magamnak? Semmit, semmit. (Hogy másoknak is jusson.)

Van-e értelme jegyzetelgetésemnek? Ha már íródik, igen. Olvassák vagy sem, akkor is. Egyszer úgyis pontot érek, aztán majd néma csend.

Mitől *igazi* ez az íróasztal? Ha várakozóan üres vagy éppen a rajta elhelyezett tárgyaktól? Ez csak a morfondírozgatásom idején érvényes, hogy rendet rakjak-e vagy sem – így is, úgy is *rám vall*.

A bizonytalan ködös reggelből, akár egy lengőajtón benyitni az új napba, színek kavargásába, tágasságba, tudatosságba, tündöklésbe.

Hasztalan gyötröd magad. Nem kell értened, *ízeled!*
Mégsem hasztalan. A gondolatokat is meg kell emészteni.

November 14. Ahonnan a víz előtör, a föld mélyéből, sziklasötétből, az ösztönök közül fölfakadva.

Amikorra elér, elérted te is.

A sima felületet fölborzolja a szellő, aztán megint a tavacska mélyéig látható nyugalom. Ez a víz belső természete, meg a hullámozás, örvénylés is, hogy igaz maradjon.

Csöpp kis jelek, olvasnivalók, esővé, hosszú, magányos zsongásá összeállnak.

Örömmel, amit írok, derűsen, hadd adódjam át ismeretlenül annak, aki majd elolvas. Bizalom az eljövendők iránt.

Az ezüsthólia első ránézésre széles utat sejtet, ám fal szeli keresztbe, máris lezárul. Majd útkereszteződéssé, elágazássá válik. Letérhetünk róla jobbra vagy balra. Végül angyalszerű lény lesz; maga a megérkezés, a hazatalálás öröme. Ezt látom szomszédom alkotásából, ha igaz vagyok, ő is benne van a képben.

Arany-, ezüst- meg vörösréz lapocskák. A rézből, Vénusz fémjéből rombuszkát ragasztok, hosszában fölszakítva, hogy beláthatóbb legyen. Vissza is riadok rögtön ettől az egyértelműségtől, csupa nő munkálkodik a körben, egyedül én vagyok háromágú. Elleplező fóliafoszlányokat ragasztgatok az ábra köré, ha nem is álcázom egészen, többértelművé alakítom. Ez már az én szemérmem.

Egyikük lapján csodálatos rézkígyó hullámozik, tekereg. Lám, vannak bátrabb mondanivalók is az enyémnél.

Tömi magába a süteményt, szemével a környezetét falja mohón, ne hidd, hogy te ízlettél tekinteténk reggel, legföljebb ha kapribogyócska voltál harmadik szendvicsén.

November 15. Fejben összerakom a mondatot, valahogy így: a színésznő elosztja magát mosolyával, szavaival a teremben lévő hallgatói közt, és azon melegében kiderül az ábrázolás részlegessége, sőt hamissága, *színpadiassága*, mert nem erről van szó; amikor befejezi előadását, mindene megmaradt a nőnek, és zengenek a harangok, amire betű

lesz, vasárnap fél tizenegy, most egészen más érzések, mint a terem-
ben ülve, *közvetlenül*, egy szép arc mosolyának visszfénye, belső forró-
ság testem mélyéről fölradóban, a fehér nyírfaágakon is túl, ahová te-
kintetem vezet, mögülük a kert mondatából felröppen egy madár.

Még közvetlenebbül! (Zárójeles közbeszólások nélkül.)

Kimosódnak a nap anyagából az eleven részek, marad a puszta
alapzat, a rostok, sejtelmes váza valaminek, ami élő formájában volt.

Tévé előtt, borospohárral, süteményt rágya ütemesen, a lelki
utakról szóló film kockáira egy-egy pillantást vetve csak, cseverész-
ve, várva, hogy eljutunk mesterünk arcáig, de addigra kifutunk az
időből, kezdődik a meditáció.

Vajha ilyen fecsegősen és ily közmód vinne az utunk, a valódi, az
igazi, nem a képletes.

Úton vagyunk, igaz, szédülten, ki-kihagyva, lépést tévesztve oly-
kor. Mi mondható arról, ami túl van a szavakon? Módszerek és
rituálék fölkeltek a ragaszkodást, könnyen hozzájuk nővünk. Elhit-
tekké válunk. Vélt tudásunk feszít. Rendszer – bármelyik – foglyává
válni nem állhatatosság. A szabadság nem felekezeti forma, nem
irányzat, talán nem is egy névvel nevezhető láthatatlan fensőbbiség
a letéteményese. A ragaszkodó ember maga jelentéktelenségétől
nem tud elszakadni. Vélt tudásába zárva képtelen megnyílni a léte-
zésnek, elszigetelődik.

Lézésünkben megsemmisülnek a határok. Az odakint *bent* van.

A mámor sötétsége, földszerűsége, súlya, ebbe rejtve a fény, in-
nen kikaparni, kibontani.

A bűntudat olykor fölkelte bennem is a prédikátort. Pedig a sok
beszéd, az egy-két pohárka borok, ez a szabadosság újra a szolgaság,
a jelentéktelenség, nehézkesség földjére sodorhat. Ez *nem* az a siva-
tag, amelyen át kellene kelnem. A szavak tetszeni csábítanak; hall-
gatni kell. Hallod-e valóban az ablakod alatti fényes rézpárkányra
csapódó esőcseppek beszédét?

November 16. Néha elég csak emlékeztetőül egy-egy szót fölírnom magamnak. *Szolgálat.* Míg őrzi a jegyzetlap, bennem alámerülhet oda, ahol már *mintha* sincsen. Amikor eléem kerül megint a szó, máris társul hozzá, ami itt élmény és tapasztalat. (Kicsit hadarós ez így. Mire leírom, már nem *egészen* úgy van. Lassabban kellene vagy egészen gyorsan.) Ha oldott, derűs a munkavégzés, nincs hátra arc a gondok-bajok előtt, feladattá minősülnek. A tevékenység értéke emberi tartalmában, a *szolgálatban* rejlik, ami nem a hivatalok időmúlata, pocskékolása, nem pénz utáni hajsza, hanem egymást segítő cselekvés, alkotás.

(Jó két hét múltán átmásolva túl eszményien, kizárólagosan, fennköltén hangzik.)

A kolostor idős bejárónője derűsen, zokszó nélkül végzi a dolgát, mosóasszonyként hajnali kettőkor fölkel, a gazdasági vezetők másképp (akár este tízkor is bíbelve valami feladaton, ha úgy adódik), másképp góbés karbantartónk, aki *mintha* a mókát hordozná szét a házban miközben munkáját végzi. Mihelyt előszedem a példákat, máris kihátrálok belőlük, hogy számba vehessem őket, pedig az értelem éppen a *közös* munkában van. (*Kivonódva* mindjárt azt szöszölgük a kapokkal, hogy miért éppen én? Tele a szemünk, a torkunk is viszket a pihéktől, pedig száunk előtt a védőmaszk. A francba!) A munka akkor jó, akkor öröm, ha beleoldódunk, így a közösségben nincsenek már rangok, különbségek, másokat sértő személyes érdekek, ettől hiteles és mélyen emberi.

Uschi, kedves húgocskám föl vállalta nyelvi előrebátorításomat. Együtt dolgoztatunk, s a maga kedves, időnként mellé-mellékapó módján bevezet a takarítási eszközök játékos számbavételébe. Cso-dálom, ahogy szomorkás, riadt lényéből elővillan mosolya. Ezt csak nő tudja ilyen anyásan, lányosan, otthonosságot teremtve máris szavai körül.

Lábyúim mondják fel először a szolgálatot. A saru pántja, mikor asztalcipelés közben megcsúszom a lépcsőn, elszakad. Délután a szemerkélő esőben sétálva jobb talpammal nyirkosat, hideget érzek, itthon megvizsgálva látom, hogy félcipőm talpa keresztben

megrepedt (a párjái is, de az még nem ázik át). Mi lesz a folytatása vajon? Vajon sorsomat kímélendő az utcára is ritkábban menjek?

Szemlélődés a japán pavilon fedele alatt. A csendes eső mosdatta sziklakő mozdulatlan elevensége, meg a tudatomé, ahogy csendjéből képek, gondolatok, mondattörmelékek buknak föl, ebből térek vissza a nézés, a sziklakő jelenlétéhez, a tudatossághoz, elengedve magam; ami személyes a valóságra porként ráakódott, hadd mossa le az eső. Majd a szilfa sárgás-barnás-vöröses levelei a fövenyhullámokon túl, a gallyak ingása kelt vonzalmat bennem, hogy ilyen könnyedén, természetesen és mégis tartással, hadd ringassanak az ágak, integessen a falevél. Ekkor a kerítésen túl, a Luitpold gyógyszerár mellett tömbház belső sarkán, egészen az udvar mélyén valami feketeség, igen, valóban gyászlobogó. Megfejtések lepik el rögtön a képet, szakmai ártalomként szapora képtársítások (az idő egy fekete hulláma megtestesül az öröklétből), keresem az illő, pontos szavakat ahhoz, ami odakint. Ugyan már, az jelenti, ami, a lobogó néma, meg-meglebben ugyan a tér hátlapján, messzire tőlem, közben az autóforgalom is a figyelem egy csöppnyi hasadékán betámad. Nem értelmezek, körberajzolom a porba hullott tárgyak körvonalait. Minden világos, egyszerű, *nyilvánvaló*, fölösleges magyaráznom. (Már ez a hártás is bonyolítja. Míg a szavak az értelmet, mondanivalót, megfelelőést, hasznot keresik, közben *amiről*, nyoma veszik.)

A csendes ülés mozdulatlanságában minden mozdulat (hangjuk, illatuk) megszólít, belőle fakad, innen jelenik meg. Nagy élmény érzékelni a tétlenség aktivitását, beszédes csöndjét.

November 17. A novemberi hópihekavargás mögött a lutheránus Szent János-templom kettős toronyösztrökeje, távolban a város fölé amfiteátrum nézőtereként magasodó dombok (ahogy egy múlt századi német író látta, *odafentről*), balra a pedig a 11. században alapozott román stílusú templom meg a vele egykorú Új Székesegyház (a Neumünster) bazilika, közbül fák, háztetők, az ágak között pedig egy útkeresztvező története zajlik piros-sárga-zöld váltakozásban.

A lépcsőházi mosolyokból, mint szakadt babából a kóc, kisejlenek a sors próbái, a mosolygó titkai, külön léte, idegensége. Ilyenek *találkozásaink*. Romokon megvillanó napsugár. Mindennek vége. Minden újrakezdhető. Nincsen (kész a) világ, mi teremtjük, teremtődik általunk (is) a semmiből, nézésünkkel, ráhallgatással. Képeink, szavaink visszahullanak az ürességbe, a végtelen lehetőségek fénylő sötétjébe.

A holnapi csönd előjátékként fejünk fölül a templomi orgonamuzsika. Beárad, ahol szemlélődünk, a Benedek terembe, olümposzi szobácskáinkba is, mintha a világ eresztékeiből kioldódva sugárzódna széjjel. Odakint a hősés csendes korálja, majd a napsütés világos csendje, aztán újra a hó.

Fekete, mohos és csillogó uszadékfa a képzeletben, akár egy súlyos káromkodás.

Láthatom-e, ami nincsen? Nézheti-e, aki *nemvan*?

„Isten, aki tiszta üresség, formaként teremtődik”. Üresítsd ki magad, hogy valóságosabb, tisztább legyél! Az Ige csendjéből szavak káprázata.

Az erőteljesebb, hosszabb gyakorlás, a *szessin* áldása a bentlakókra. A szokásos napi öt óra ülésidőnkhez még másfél órányi járul, részt veszünk a délelőtti tanításon. Egy órával korábban kezdődik a nap. Száz ember a házban.

November 18. Ádám hol vagy? kérdi a Teremtő. Itt vagyok, Uram, jelen vagyok, válaszolja a megszólított, pedig dehogyis van! Tudja a nevét, mindenre magyarázatot, megvan a véleménye a világról, másokról, ám mi legnyilvánvalóbb, a tiszta jelenlét, nos, épp ebből áll kifelé keze-lába-gondolkodása. Ha gyakorol, egy idő után büszkeség tölti el, mert már percekig képes légzésére összpontosítani (igaz, nem mindenkor), így aztán hamarosan kiborul a jó szerencse szekereből. A gyakorlásban nincsen tanultság, előrejutás, vagy ha igen, ez az állandó újrakezdés kiművelése, visszanyerése, tudatunk valódi természetének megélése, kitalálás az agy labirintusjárataiból. Aki ragaszkodik bármily elértséghez, hozzája köti magát, pedig természete

a határtalanság, mérhetetlenség és mélység. Van-e, lehet-e annak neve, amiből minden név ered? Már ez a kérdés is fölzaklatja (a kérdezőt), bár sejti, a válasz nem szóbeli.

Nehéz a választott úton, mert keskeny, mert teli buktatókkal, váratlan lejtőkkel, kanyargós, pedig ez a *legközvetlenebb*.

A válogatós ember nem szerethet igazán, mélyen.

Miféle haszna lehet a meditációnak? Talán az, hogy életünk átlelkesül, mélyebbé, tágasabbá válik, hogy felelősséget érzünk a létezésért, életünkért, véli a zöldfülű szerzet. Viszont ha ezekért a célokért gyakorolunk, leszűkítjük, átítatjuk önzéssel a *csak ülés* tisztaságát megbontjuk eredendő egyensúlyát, értelme a külsődleges célokkal eltorzulhat, elveszhet. Mégis kell, hogy hasznot lássak ráfordított időmért. Megkapom-e? Aki ezt kérdezi, mondható neki, nem haszonért gyakorolunk, nem szerzeményeinkért élünk, a munkánk célja sem a nyereség. A cél, hogy csináljuk. Mi a haszna a lehulló falevélnék? Egy fehér kavicsnak? A déli harangszónak? Földi ittlétünknek? (Haszonelvűségben élve a legfontosabb dolgokat tékozzoljuk el. Azokat, amik jószerivel megfizethetetlenek.) A tudásnak, hogy minden belőlünk sarjad, mi az értéke? Annak a fölismerésnek, hogy igazi énünknek nincsen neve és határa? Amíg mindez csak ismeret – újabb teher a többi tetejére. Ha meg életünk alapjává, mozgatójává lesz, *már semmi*.

Zord remetegondolataim egy szép lány szoknyasuhogására kushadnak máris, és morogva húzódnak hátra a sarokba.

Lecsúsznak vállamról a gyermekkori tájak, izmaimból a rég volt telek jege kiolvad, teli zsákjaim ürülgetnek, kiki-rakosgatok belőlük. Átjár a fényes szél derűje. De a begöröcsölt izom jelenti több felől is, hogy maradt elég fölösleges bennem.

Kárhózat mindegyik szó, mert nem *abból* hangzik. A gondolatok pora másoktól kapott köpenyként lobog utánam.

Sziklaszál a japánkertben. Mozdulatlan, mégis naponta más. Körötte a fövenygyűrűk hullámozása, remegése moccanás nélkül.

November 19. Aki belátja, hogy az önmagának hitt teste csupán lelkes eszköz, s a teremtés mércéje sem ő, mert a világ vele, általa is keletkezik-veszik, felszabadul. Időzik a nem teremtettségben, bár látszólag mintha az ő ideje is elperegne.

Hullámzó tenger (bennem). A parti fövény miccenés nélkül újrírja a víz jeleit.

A teremtő szabadsága, hogy kiüresítette magát. Nincsen világ, csak az ő üressége. A miénk. Nincs különbség. Föltéve, ha szavainkat, terheinket sikerül kegyelmesen leraknunk, istent mint fogalmat, képet elvetnünk. Az egység fénylő sötétje. Teremtőm ujjai tapogatják hűlt helyemet; fölötte boldog madár csapong.

A legnagyobb rang és öröm annak megtapasztalása, véli a tolvaj szarka, ami valóban vagyok, nehézkedés, fölöslegnek nélkül.

Idegen szavak keringnek, örvénylenek, suhannak a kert fái között hangtalanul, *fehéren*, mintha szállingózna a hó.

Az ész meghaladó tudást rejti, befedi, görcsösen magába zárja, *túlbeszéli* az énünk. A bedugaszolt palack szelleme minden bűverejét elvesztve rabságba került.

Ahogy tudatosul a légzés, és marad is ez a tudatosság, úgy válik egyre tisztábbá, mélyebbé meg tágasabbá. Boldog egyensúlyban a kint és bent. Ami kívül, azt belélegzem, ami bensőm, az lesz menedékem. Tudatosulván, testem elveszti koloncáit, határait, merevségét, a hangomat is másokból, a fák közül, a névtelen, forma előtti világ csendjéből hallom vissza.

Szélharang kondulásai, dallamfutamai a kertben.

Ami csak beszél istenről, ellene szól. Minden szó elsodorhat, elválaszthat attól, akit jelez. A teremtő aligha szereti a fekete szerzetek varjúkárogását, a hajbókolást, képmutatást, szertartásosdit. (Bár

láthatóan türelmesebb nálam.) A csendes, meghitt, családias *együtt-léthez* nem szükséges közvetítő, sem hatalmi hálózat pápával, ellenpápával, főpapokkal, püspökökkel, esperesekkel, sekrestyésekkel. Bár maradjanak csak, ahol vannak, lehetőleg ne álljanak fogataik a zarándokok útjába.

Nem mindegy, kicsoda idézi Jézus mondásait. A hiteles embernek viszont a hallgatása is beszédes.

Kertünk szépsége, igazsága, a teremtés rendjének tökélye. Tüsenkedés, haszonvárás nélkül teszi (látszólag tétlenül) a dolgát.

Nem akarok semmit. Még a nem akarást sem. Jó napom van.

A gyakorlás könnyűség és teher, kötöttség meg szabadság, kifezőbb, ha az ellentétek keresztjén mosolyogva elnémulok.

Közvetlen kapcsolatban lenni önmagunkkal, tudatossá válni létezésünk alapjaiban, testtartásunkban, légzésünkben, összeszedődni ügyeinkből, képzeletünk tárgyaiból, terveinkből, reményeinkből, hitünkben is, hogy visszaizesülhessünk a kozmikus testbe. Kapkodunk még egy ideig a nevünk, arcunk után, de hiszen nem kell. Meghittség, hogy itt nincsenek mások, bár ez ellen megmozdul az észérv. Érinteni sem kell, és már tapasztalat, érződik az íze, látszódsz, hallható vagy.

November 20. A misztika bölcsessége az egyensúly.

A zazen az a pont, mondta egyik korunkbeli mester, ahol az isteni meg az emberi találkozik.

Ülésünkben is ezt megvalósítani, egyensúlyba hozni jobb és bal oldalunkat, férfi és női lélelfelünket, érzést meg gondolkodást, részvétet és bölcsességet, vágyakat és ellenszenveket, bensőnket és környezetünket. Meddő vélemények, elhatárolódás helyett az ellentétek találkozási pontjaként megtapasztalni. Hiszen nincsen különbség a bőr alatt és körötte. Tartásunknak egyszerre feszességet és elengedettséget, formát és kiüresedettséget is ez a tudatos egyensúlyállapot adhat.

Gyakorlásunk eredményvárás nélkülivé válása, elengedettsége, *céltalansága* a célbaérés. Az itt és most megélése teljes mélységéig a valódi elmozdulás.

Keresünk valamit, közben *folyton* mást találunk.

Valahonnan a szavak, feszülések, érzelmek alatti sötétből fölszakad a sírás. Az illetudás érvénytelen, meglepő hevessege visszaháríthatatlan, védtelenül ér. A szünetben, majd vacsora után a vigasztaló tekintetek, kedveskedés, figyelem és a tapintatos közeledés, nehogy megsértsük a védtelent mi is; a segítő részvét. A könnyek után már könnyebb. Még felhőzik egy ideig felettünk a sírás, de átfényli az együttérzés. Kiderül, társaid is figyelnek rád, nem csupán illemből, hanem mert részt vállalsz életükben. Minél tudatosabban, annál mélyebbről, gondosabban.

Átölel, magához szorít, testvérhúg a bátyját, kedves vagy, hogy figyelsz rám. Amikor észreveszi, hogy a magam aszalta meggyből is tettem reggelizőtányéjára, ami úgy ízlett neki pár napja kóstolót kapva belőle, nos, újra magához szorít. Érzem a mellét, altestem ösztönösen hátrébb mozdítom, de ez csupán halványka árnyék rajtunk, hiszen testvérek vagyunk. Tegnap kötve hittem volna el magamról, hogy ilyesmit érzek ma(jd). Most ráámulok megint valamire negyvenkilencedik évem küszöbén, valami világosabbá, *tudássá* válik, ez zavarba ejti az észet.

Lefutok négyemeletnyit, hogy az ebédlőnkben felejtett szemüvegtokot a beléje tett verses papírdarabkával felhozzam. Lefelé eszembe jut Uschi, mert ő az, aki sírt, aki általam megvigasztaltott, úgy érzem, szűk a mellem, a bordámat feszíti valami odabenterről. Mi oldja fel ezt a szűkösséget? Ha sírok érte én is? Vagy ha vágyam növesztgetve hívságosan a tiszta részvétet megzavarnám? Jó lecke megint, hogy ne a hasznom akarjam kimenteni mindenkől, hanem továbbadjak fölöslegeimből (hiszen van belőlük). Az úton maradásom képe: jobbról tűz, balról jégfal, közöttük, velük, bennük lenni kiegyensúlyozott.

Megint az ellentmondások *egyértelműsége*.

A megvál(oztat)ó csend.

Leírom, mintha tudhatnék róla bármit is. Reszketek, didergek bizonyosság nélkül a hideg éjszakában. Ennyi a tapasztalat képe. Erről adhatok számot. Kellek-e így bárkinek is?

Tisztázó hallgatás. (*Hosszú szünet.*)

A hallgatás megtanít elviselni magamat olyannak, amelyen vagyok valójában. Zűrzavar, örvénylő sötét, ennyi lehet a nevem, ha van.

November 21. Közvetlen kapcsolat magammal. A pillanat sötétjébe zuhanva.

A részvét, nos, az sem olyan önzetlen azért. Kisajátítaná, tulajdonodá tenné szegényt, aki iránt részvétet, vonzalmat érzel. Meglep az a heves féltékenység, amikor a nő másokkal is megosztja félnék kedvességét.

Délutáni tea, kávé. Ül szemben veled, féloldalasan, csészéjébe vagy inkább önmagába mészálva. Ebből még az illem se mozdítja ki, hogy szembe fordítsa veled. Nézegeted, azért nem tolakodóan, mögötte a természet, a süteményt eszegető, teát, kávé hőröplő hátterét.

Egymás mellett a folyosón. Évődő udvariassággal nyitja előtted a lengőajtót. Ránézel, intesz, hogy menjen csak, ő kivár, tessékélő mozdulat, összenevettek, átölelitek egymást, magadhoz szorítod, figyelve, közben mi történik benned, magához von ő is, érzed, hogy ölelése éber, gyöngéd, érzed, hogy teste lüktetését a ruhákon keresztül, majd boldogan rebbentek át a nyitott üvegajtón a folyosó másik felébe.

Elindul sétálni, te is arrafelé, így adódik, de nem követed őt árnyékként, a parkba érve másik ösvényt választasz, lassan haladsz. Egyszer csak látod, hogy jó húsz-harminc méternyire ő már visszafelé tart egy másik úton. Megemeled feléje a sapkád és meghajolsz katonásan.

Egy a törvény, mennyi apró részlete van. Hány kapuja, bejárata az igazságnak. De ne ezt számolgatni, betölteni a pillanatot, ami ebben a tépelődésben vagyok.

Fontosabb szavaimnál, hogy a test és lélek újra érzékennyé válik, megéli terét, mélységét, a csodákat. Ritmusban maradni. Így az utána következő szűkösség, zavaros felszín is jó tapasztalat.

November 22. Talán még gyermekkorából maradt, hogy málának, ügyetlenek tartja magát. Amikor a keszeg kertészlány rászól, a hullott leveleket ne söpörje rá az útszéli borostyánra, mert a szél majd megint visszacsapja az útra, elvörösödve sompolyog arrébb. A lány méltatlankodva mondja valaki közel állónak: Hát nem igazam van?! Lám, újra fölfedezték, kimondták, hogy fölösleges, amit tesz, ezzel megint ötödik kerékké vált. Ha ezt az élehetlenségtudatot a nyelvi korlátok is erősítik, kedve szegődik. Bizonytalankodásában szüksége van a megerősítésekre, dicséretre, fölfedezésre, serkentésre, biztatásra, olykor a nógatásra is.

A csendes, hallgatós napok alatt mérges közegként ellepi mohósága, idegen, undorító massa, hogy szerezz még, birtokolj, gyűjtsél, kérj, kívánj, követelj, akarj – hadd látszódjunk messzibbre! Tudja, a gyűjtögetés fölösleges, büntudata támad, milyen silány anyag, ez újabb teher a vállon, görcs a trapézizmában.

Vállalni, hogy nincsen más otthona, csak a gyakorlás, testvérei ezek az emberek, akik a beszédét sem értik, gyönyöre, élete társa ez a tündöklő novemberi délután, rendje pedig, amit a csillagok fölötté fénylenek, a dallama, íme, a templomi harangok kongása.

A kérdés nem először merül föl, de most megújulva, friss erővel, meglepően; elég érett-e rá vállalni eredendő kitettséget, minden nehézkesség, vonakodás nélkül, koffereit lerakva, fölös ruhadarabjait elosztogatva? Csak az egyetlen fontos megmaradjon! Megtanulni, hogy ehhez se ragaszkodjon, mert elveszti mindjárt. A nevelése eddig másfelé fordította, meg a hiúsága, hogy írjon, könyveket adjon ki, lakása legyen, kertje, most mindez lassan, de érezhetően jelképes értékévé válik, egyikük sem több annál, mint amit a teremtőerőből hordoz.

Emlékek, halványuló arcok, barátoké, ismerősöké, mintha még családja is lett volna, mi mindennek, miféle hatalmaknak volt már eszköze eddig! Mindig valami zavaros túlbonyolított közegbe tévedt,

ebben, tántorgott, evickélt a kifulladásig. Lám most körötte a fényes, tiszta, metszően éles levegő, csak le kéne vetköznie, ami fölösleges, kibújnia múltjából, otthagyni, ahogyan holttestet a sírban.

Hogy nem cselekszik ilyen szertelenül, most gyávaságnak érzi. Hanem van-e fontosabb annál, hogy a teremtés előtti ürességben, meghittségben, szépségben, édességben megmaradjon? Természetesen, ragaszkodás nélkül.

Mi kényszeríti most döntésre? Csak az, ami a csendből is időről időre, hogy kövesse szokott útjait vagy pedig vállalja a kitettséget, újjászületést.

Kérdéseire mindenkori döntéseivel válaszol. Ahogyan ír (fogja a tollát) (vagy most a számítógép előtt: *vállat lazíts!*). Ahogy a szavait leírja. (El-elmaradó jelek a kéziratban, itt pótolva.) Vagy pedig ahogyan jelét adja egy-egy hevesebb mozdulattal feszítettségének, nyugtalanságának, az is ha megvillan benne egy kedves arc, jó lenne most valóságosan is látni, szólni hozzá, beszélgetni vele.

Várakozásomnak most a radiátorzúgás és a konyhai vízbugyborékolás a kerete. Holnaputánra új csoportot várunk, szemlélődünk megint együtt öt napig.

Hogy nem vonz a regény továbbírása, nincs ebben semmi új. Nehézkednek látszik most, hogy kitalált történetbe, hősök bőrébe, képekbe áramoltassam azt az erőt, amit naponta megtestesíthet a takarítás, amennyit belőle szertesugárzok, hiúság minden ideig-óráig visszhangosított cselekvés, visszacsengés, amit történetesen az írás is jelent számomra. Ha már csend, legyen azonnal. (Hanem most sé-tára fel, vár a külső várkastély a Mária-hegyen!)

Az öreg Majna-hídnál lenézek a zsilip alatt bugyborékoló zúgóra, forrva, harsogva tör fel a víz, így szakad fel bennem is az öröm, a szomorúság, így tajtézkzik, lobog harsogva némán, hömpölyög, kiárad.

Utánanézni otthon a szótárban, hogy hangzik a *boldog* németül. Bár ha igazi mély öröm, amit érzek, másokat is megérint, megforgat, nem kell külön kimondanom, ez már kérdéses volna. Ez az áramló víz sem hirdeti magáról, nem bömböl fel a hídra, hogy: hé, jóemberek, nézzétek csak, milyen csodásan áradok én!

A dóm előtti téren rám zúdul a magasból a harangzengés. Kon-
ganak hatalmasan, zengenek a harangok, a zsigereimmal hallhatom
bondulásait, morajló futamaikat és sírás meg öröm páros szárny-
verdesésével tapogok a földön a szétszórt konfettik közt és nézem
a misére késve siető, futó embereket.

Mekkora nagy tér, és mégis falait dörögve rohamozza a zengés.

Magánöröm. A mester két könyve az egyik kirakatban. Nézege-
tem őket az üvegen át, visszafelé sétálva újra megállok, jó lenne már
olvasni belőlük.

Be szép ez a város, jó itt lenni. Amikor fönt a várudvarban egy
anya a gyermekkocsit toló kislányát magyarul inti, hogy lassabban
ám, mert elesel, gondoltam odamegyek hozzá, köszönök, váltunk
egy-két szót, de aztán túl sokat tépelődöm rajta, elszalasztva az al-
kalmat. Az anyanyelv talán az utolsó tulajdon, amiről lemondanék.
Igaz, beszéd az életünk, a létezés is, bár ebben a csendben szükség
van a találó szavakra. Továbbmondani, hogy ne váljanak motyogás-
sá. Hanem kell-e valakinek? Mit segít az én örömem másokon, ha
kimondom? (Amíg *kérdezem*, nem mondhatom.) Megszólok, le-
omlik az, ami csendben megéppült. (De az én csendem, a mi csen-
dünk volt-e vajon?)

Lányommal beszéllek telefonon. Ő is a naplóját írja. Van egy új ba-
rátja, akivel az interneten ismerkedett meg. Van hát lejegyznivaló.

Minden csillagom világít, mégis bizonytalanul botorkálok az úton.

November 23. Majd ha elmegy tőlünk az a lány, a (novemberi) hóban
addig követem lába nyomát, míg történetemhez nem vezet. Találko-
zásunk valamit megsejtetett eddigi életem folytatásának képtelen-
ségéről. Hogyan újjászületni? Semmi testi vonzalom, nincs képzel-
gés róla, mégis nagyon heves szívűtáji *rágondolások*; két sors közelít
egymáshoz, majd mennek tovább útjaikon.

Kérdez valamit, válaszolok, látom elpirosodik, zavarban van,
nem érti, ezek szerint a kiejtésem sem egészen hibátlan, pedig

nagyon egyszerű dolgokról van szó, a munkáról, szakmáról. Beszélgetőtársam tanárnő, egy nagy iskolában oktat felsősöket. Négy éve meditál. Két esztendeje Willigis tanítványa. Úgy látom, maholnap ő is ötvenéves. A kíváncsiság meglazítja a kötelékeket. Járt Hévízen, Budapesten. Két-három magyar kifejezést megtanult. Tetszett neki a város, csak a levegőjét találta borzalmasnak. De hát nem csak ez marad itt utána, ezek az adatocskák, rumos pralinék papírtálcáscskái.

Csodálatos csendes ülés, időznék még benne, de a végét jelző gongszóra kifeslek a gyakorlatból. A következő szakasz már megint kínlódás, morgó, háborgó bensővel – aggyal, gyomorral –, csak a harmadik ülés végére találom meg újra magam, örömben, tágasságban.

Egyik hosszú idejűs társam, Matyi, huszonhat éves. Teológiát, matematikát és filozófiát tanít, vagy hat éve meditál. Önt a maga poharába és iszik. Mi öreg hadimének, akik már túljutottunk a csak kapni idején, örülünk, ha előbb a szomszédunk pohara, csészéje telik, csak utána töltünk a magunkéba.

A szél fú, ahová akar, és annak zúgását hallod, de nem tudod honnan jó és hová megy, így van mindenki, aki Lélektől született.

A pillanat a jelen mélysége, szótlán döbbenete, ami átélhető. Ebből fénylik, ami volt s az eljövendő.

Elveszteni szűkebb énünket, központi helyzetéből eszközzé változtatni, visszanyerve valódi természetünket.

Nincs mit visszanyernünk, mert nem veszítettünk el semmit.

Kényesen ügyel különállására. Amikor viszont észreveszi, a közönségben félreállt, sajnálhatja magát. Sopánkodik, mert egyedül van. Untatják a fecsegések, szócséplések, időmúlato locsogás, de mihelyt némán gubbaszt egy társaság peremén, erős vágya támad közéjük keveredni, nevetése beleolvadjon az övékébe, együtt forgatni, viháncolva a hiábavalóság kerekét. Remetének társas lény, társaságban viszont majd' mindig fészkelődő vendég marad. Szakadt trikójában,

kopott zoknijában megfogalmazza, le is írja rögtön, hogy *a végszót mindenki magányosan mondja ki.*

Azok is, aki mások boldogságára, jókedvére féltékenyek.

November 24. Szűkösségéből mit adhat, mit oszthat el? Elhagyatottságában úgy érzi, hogy csak ezt a belső háborgást. Mindegyik kitörési kísérlete korlátairól visszapattant. Befelé törni tehát. Ne hasonlítson arra, aki a kora reggel ikon alatt meggyújtott gyertyát takarékos-ságból eloltja. Aki látszatra biztos magában, gögösen beburkolózik véleményeibe, egyéniségébe, de állj csak meg mellette egy időre, meghallod, hogyan háborog benne a világ.

A hála munkád kerete. Hála azért, mert részt veszel a teremtés művében. Majd miután elvégzed, a jó munka öröme. Belülről melegít, álló napon át érzed ezt az áramló forróságot, lázat. A gyakori tüze égetgeti benned egőd kacatjait. Most mintha könnyebb is lennél. Jobban megérted az ég madarait.

A magányos sétáló nem álmodozik. Ha ábrándjai lepik meg, igyekszik továbbengedni őket, hogy csak *maga a sétálás.* Lépéseinek mélysége, tere növekszik, a személyes igyekezet visszakapcsolódik személytelenebb éltetőjébe, ki-kilábolva képeink, szavaink közül az út menti deres füvek, az üres út és izmaink csendjébe.

Addig nézni a virágot, míg *neve* szirmait veszti, a termése új szót tölt be csendben, illatosan, amikor megérik, ideje lesz, leszakad a mondat fájáról gyümölcsként a földre. Tapinthatóan, láthatóan, ízlelhetően, szagosan.

Ideig-óráig ízlelgetjük mi is egymás nevét, elfogadva, ami a másiktól tetszik, érzékelve, ami taszít, elhaladunk egymás mellett a névtelenségbe, bár látszatra ellenkező irányokba tartva, ez lesz a közös terünk. A teremtés ölében boldogan, névtelenül.

Táguló fövenykörök a sziklák körül. Vissza-visszajárok meghallgatni, hogyan hullámszik a csend. Él a szerves anyag. Az emberi értés, gondosság élteti, az, hogy naponta újragereblyézik a kavicsos

homokot, újrahunzzák a köröket, hullámokat. Ezt az élő áramlást őrzí a fővény. Eső paskol rájuk, falevél lehull, fehérén a hó.

Tenyérjósulás az ebéd utáni teltségben. Mutatom görbe középű ujjaimat a bajor góbénak. Rossz karma, mondja, legalább öt év a meditációs párnán, míg kiegyenesednek.

A csendben hangosabbak gyengéségei: a folytonos belső beszéd, minősítések, testében a görcsök, feszülések, a begubózottság tartása, a mohóság ahogy az ételre néz, hogy mindenből kivenné személyes részét. Vajon más szemében is ilyen a képem?

Lám, betartja a gyakorlás szabályait, előírásosan lép, ha zazen közben tüsszent, meghajlik utána, de a kenyereskosarat nem nyújtja oda társának, mert elfoglalja önmaga *töltekezése*. A várakozó ezért fölkel, odalép a kosárhoz, kiveszi a kenyérszeletkáját. Vacsora után aztán följegyzí magának.

November 25. Egy-egy kényszeres mondat, aforizma köröz a papír fölött, megvárom, míg kiszáll nyitott ablakomon.

Vajon miért állnak az *ürességben* gyakorlatbíróbb, türelmesebb, hitelesebb emberek, mint a *hívők* között? Mielőtt kimondja a teremű nevét, ásít egy irtózatosat.

Mérlegelek, átkos szűkkeblűségem, végül győz a szív szava, odaadom a búcsúzóának a természetes anyagokból készült, kézzel formázott szappant. Meglepődik, megkér, várjam meg a teakonyhánkban, jön vissza mindjárt. Oldalgok utána egy darabig. *Nos, gyere hát! Nincs túl nagy rend nálam, pakolok éppen.* Megkeresi a nekem írt kartont, amire egy csokoládészívet ragasztott. Elolvassom a ráírtakat.

Csudajó ember vagy. Tekinteted és vigasztalásod magukért beszélnek. Átkarolásaid hiányozni fognak. Meg persze az aszalt meggyed is.

Minden hosszú idejű kapott egy kártyát, és nyilván kedveskedő szavakat, szívet vagy fűgét is. Nekem egy üveg olasz vörösbör még

búcsúajándéku, ráadásnak. Kedves, gyönyörű gyerek nagymama-kora küszöbén.

Más is úgy véli, hogy a csend beszédes. Alighogy megszólalsz, mindjárt kétségek.

Szemlélődés a kertben. Korunk gyermekeként megtapogatja, kopogtatja a kis japán pavilon bambuszoszlopait, megvizsgálta, hogyan rögzítették, gyors felmérő pillantás a sziklakertre, majd a faszindelyekre egy *anyagias* tekintet, és elégedetten hümmögve siet tovább. Nehogy már egy álltó helyen lődörögje el a kerti meditáció háromnegyed óráját! Behavazott fövénygyűrűk a szikla körül, az a gyönyörűség, amibe mások belefeledkeznek, neki nagyrészt haszontalanság. Az idő gyorsan jár, még itt a kolostorkertben is, igyekezni, nehogy megelőzzön.

Míg délelőtt a lépcsőházban takarítok, a kolostorfőnök többször elnyargal piros orral vizesvödrom mellett. Mindenütt ott van, talán mégis sehol. A megtestesült fontoskodás, szórakozottság. Ne adjon nekem az ég ilyen orrondi életet ezután sem. Csak csendben súrolgatva a lépcsőházat, az ítélet borújából megint a munka napsütése. Öröm, hogy szépül munkánktól a ház.

Ülünk az előtér füstölőillatában, épp a kerti gondolatmorzskákat söprögetem rá egy jegyzetlapra, egy haikut is, mások csak gubbasztanak, tűnődve, mélázva, elcsendesedve, készülődve a benti ülésre.

Az ágon maradt naspolyák barnája, teltsége. Az ösvényre hullottakat átrakosgatom a fűbe, a madaraknak téli csemege.

Akkor hát röppenjenek fel a szavak is ennek a napnak egébe, ahol már nem láthatók, a magasba egészen, a felhők fölé!

Kicsúszni lassan a test, érzések és gondolatok húsából, megízlelni a *nyitott üresség* szabadságát.

November 26. Nem kérdi okát, a szolga cselekszik. Búcsúzaskor szomorú, lóg az orra, megérkezéskor, vendégek sáskajárásakor ugyancsak.

Elballag a csapszékbe, felhőrpint egy kupa borocskát bánatára. Vagy ha a szolgál krónikásféle ábrándos lélek, küldi maga helyett a hősoket. Leitatja őket, meghurcoltatja, szédülten kerengeti a korcsma körül, meghempergeti a falusi sárban, szívbemarkolóan ábrázolja, amikor egyikük feltápáskodik, fölbambul a sötétségbe, majd elindul hűdött szívvel valahová.

Nem vigasztalódni sem napközbeni alvással, sem édességgel, sem tüsténkedéssel, meditálni is azért, hogy ami adódik, egyszerűbb, magától értetődőbb, világosabb legyen.

Úgy látszik, szükséges, hogy létezzék közelemben egy nő, asszony, lány, akinek a szemében – amikor már azt hiszem, elvesztem egészen – megpillanthatom magamat. Nyugtázom, hogy meghittséget, bizalmasságot keresek, mert szükségem van rá, anyát, nővért, húgocskát, ha játékossá is oldva a keresést, családi jelenetként eljátszva, ami nem az, de ne váljon ebből követelőzés, tolakodás, mások kisajátítása, lefoglalása. Minden szerzésvágy, birtoklási kényszer belső megingásról, bizonytalanságról is árulkodhat. Ne legyen céloom a külsődlegeségekben megerősítés, önmagam körülállványozása. (*Magingásról*, így az elírás, találóan.) A kérdés, ami egyre inkább válasszá kell hogy váljék: a nyereségvágyat, gyűjtögető rögeszmét hogyan átváltoztatni adakozássá, áldozattá, segítőkézséggé?

Ne véleményemmel kezdődjék a meglátás, hanem a *rokonság* nyugtázásával, örömeivel.

Kankutya barátom, eszembe jutottál, az udvarodból ki sem szökhetsz, a szukáknak legföljebb a szagát érzed, és szenveded tüzelő tested háborgását.

Ígéreteink, fogadkozásaink, magyarázataink – mennyi út arrafele, hogy közben gyöngeségeinkkel találkozunk. Az almatortának jobb íze van, mint fogadalmainknak valami kesernyés, félrenézéses társas-körben.

Elengedettségek, a közös munka és a hely csodája, ettől találkozáink is megszépülnek.

Szobaúr.

Elment, most megújíthatod nehéz magányosságodat, az egyesülés vágyát. Minden vágyik bennem, belőlem, hogy visszaolvadjon a szépségbe, lépteim – hozzá vezessenek –, a kertben látott kedves arcok, a sziklatönkök rajzolata, a naspolyatermések formája meg az alápergő falevelek is ezt jelentik. Vágyam tüzét szítja minden, talán még álmaim is. Égek, gyönyör és gyöt-relem.

A fővenyhullámok mélyedéseiben elolvadt a hó. Eseményteleb-
nebb a kőkert.

A labirintus közepébe égő gyertyát tartva besétál egy lány, de a járatokban már egy férfi, a nyomában egy lila sálas nő kering. Ők ketten láthatóan összetartoznak. A lány álldogál sokáig, melle előtt a gyertya, majd elindul lassan a kijárat felé, baljával ernyőzve a szél ellen a lángot.

Őt keresem mindenben. De hát kicsodát voltaképpen? A terem-tő arcát? Magamat? Akkor miért a lányok körül settenkedve?

Leülök vele szemben. Elgondolom csupán a kérdést. Hogy hív-nak? Elisabeth Hartman, hangzik fel bennem halkán, kedvesen a válasz. Beszélgetünk kimondott szavak nélkül. A képzelet még to-vábbblóditja az eseményt, néma társalgásunk révén megegyezünk, hogy fölmegyek közeli lakására. Tudunk-e távolról is így beszélget-ni, hallótávolságon túlról, amikor nem láthatjuk egymást? Nem de-rülhet ki, mert a légzésbe oldom végül ábrándképeimet, kilélegzem a villamost, ahol történt, a szobáját, meg ahogy forró tenyerét ka-romra teszi.

Napi hét óra ülésidő, lévén némi szabadosság a takarításban. Ráadásul kulcsszolgálatos vagyok. Én zárom este a bejárati ajtót, a kaput, reggel újra nyitom. Ez korábbi felkelést, későbbi lefekvést jelent. Szabad perceimért verseng a német szótár, a regényke (bár ő a legvisszahúzódobb), a naplóm, olvasmányaim.

Szokásaink alatt, szerepeink mélyén, szavainkon és gondolatainkon is túl az igazság. Vélt igazunkról le kell mondanunk, hogy a közelébe jussunk.

A zavart viselkedésű, nevetgélő asszony. Nevünk hasonlít egymásra. Talán a sorsunk is. Elég ha csendben maradok mellette, s kiderül története. A férje elhagyta, s most három lányával, élete gondjaival neki kell egyedül megbirkóznia.

A beszédtilalomban egy-egy suttogó szó. (Nem bírja a csendet.) *Aludni, aludni, aludni már. Mintha az ítélet tükre előtt ül-nénk*, mondja nevetgélve, ahogy képmásunkat látja az üvegajtó lapján. Talán nem is ezt. Csak én értem így. Tavaly egy ideig együtt dolgoztunk-laktunk a házban. Még az én hallgatásom-hümmögésem sem vadította el tőlem egészen, bár ő inkább most beszélgetőtársakat keresne, hogy (ha rejtve is) kimondja, ami nyomasztja.

November 27. Ebéd utáni sétából visszatérve küszöbömön egy papírszatyorban ajándék: indiai tea, nagy szemű kristálycukor, narancs, citranci, alma, paradicsom. Még csak jelzés sem, kitől származik. Kinek köszönjem? Nekem szánták-e egyáltalán?

Ebéd utáni malátakávémat kortyolgom, mikor a boltból visszatérő Imme teli szatyrárt az asztalra teszi, kivesz egy papaját, elém csúsztatja. Ismered? Hogyne, Indiából még. Tejszínes csokoládéval is kínál, de azt már nem fogadom el. Rojtos kendővel takart vállát meglapogatva hálálkodom. Gyümölcsöző napunk van.

Mit kezdjek képzeletemmel, hogy ne vonsojjon magával, ne körötte gyűrűzzön az életem, ne ábrándképek közt gubbasztva tisztogassam szám elé kötött védőmaszkkal a kapokot. Vissza légzés érzékeléséhez, amikor biztos valóság a külső is, belső is, ahogy a lézésben a *két természet* összeolvad.

Kinyílni, hogy elevenek maradjunk.

A korai hó fölött három szál fagy tépázta rózsa inog. Meditációs párnám előtt állva éppen rájuk látok.

Elofvadt a hó, padlásszobámból jó kinézni a kertbe. A levél lepte rönkasztalokra, a majdnem kopasz nyúlánk nyírfákra, a barna lombú tölgyre, a sárgás-zöldes juharrá, a zöld fenyőkre és a fatörzsekre futó borostyánra.

Akár egy kedves találkozást, várom a délutáni kerti szemlélődés idejét. Igyekszem a japánkertbe, ez a céloom, nézem a sziklaköveket, amelyeket ki tudja, honnan szállítottak ide, köröttük a kavicsos homokba gereblyézett körök, a látvány magába old és kivet, lenyel és kilök. Utána a kerti labirintust járjuk, mindenki máshogy téved el, így aztán kiutat is másképpen talál. Csak legyen segítő fonál valamilyen, a légzés, a lépések tudatossága vagy csak a kijutás hite, reménye. Az útvesztő közepén (ahol minden megfordul, bár ezt talán a tevélygő még nem érzékeli) egy kövecskeoltáron aprócska, fagy tépázta százszorszép. A lány, aki előttem ér oda, leguggol és hosszan ajnározza tekintetével.

Szemlélődés a fák közt. Mintha szabadnapos örültek lepnék el a terepet. Van, aki csak áll a befagyott tavacska partján mosolyogva, más a rozmaringágacsokkat becézi, van, aki számba veszi a tárgyakat maga körül, néhányan pedig minderre fittyet hányva öles léptekkel haladnak el a látványok mellett.

November 28. Tanítás alatt a mester jobbján foglal helyet, szemüvegben, hunyt pillákkal, üdvözülten mosolyogva. A mosolyában látni az erőfeszítést, az akaromságot, talán némi büszkeséget is, hogy mindeme bölcselemek mellette, szíve közelében hangzanak el. Kedves lány, jó helyet foglalt magának a színpadon, pont az élet kútját jelző díszlet árnyékában.

Az alagsori teremben kapoktisztogatás. Körben a szekrények elé állított székeken kifordított szürke, piros, kék, zöld és fehér köpönyek, rajtam a szájavédő maszk, régi motoros szemüveg, és szőszölöm, kék műanyag zsákba tömve a megtisztogatott részt. Pihéi szerteszálldosnak, teli velük a szemem, az orromat csiklandják. Próba, hogy munkám szemlélődővé váljék, fakó kötényem most a gyakorlóruhám. Be-bepárásodó, fehér pihés szemüvegem mögött vagyok-e még?

Úgy képzelem, álomban álldogálok a tavacska partján, a lékben fűzfavessző-köteg, a túlpart kis kőlap oltárán piros burában gyertya ég a bambusz nádak tövében. Késő délutáni egünkön a telő hold hártája, jobbra a kolostor épülettömbje, madarak, cinkék, rigók pittyegése, a téglafal mögött autóforgalom. Mélyebbről, titkosabb szintről tör fel a kép, mintha álomban látnám, valóságos, mégis egészen szabad, *jelentésszerű*, sejteti a lehetőségeket, hogy ez a nézet csak az egyik irány, akár körbe is járhatom a képet, akkor se látok belőle mindent; egyszerre kellene látnom az *összes* nézőpontból. Most ennek a lehetősége is sejlik.

Advent. Kirajzani a pusztaságba, az éjszakába, fényt gyújtani, ha már csillag nincsen az égen. Hősi próba. A kísértőt nem kell csalogatni, úgysis megjelenik.

Kísértés a kedvetlenség is, ahogyan olykor a gyakorlatom végzem, értelmetlennek találva, hiszen lehetne e nélkül is élnem. Órákat tölteni a párnán, próbálkozva a csenddel, a magam feledésével, ez most olyan reménytelen.

Nagy kísértés szavakkal is hálóba fogni, amink van. A harangszót, cinkepittyegést, vagy a macska puha lépteit az avarban.

Listája készült annak, milyen hibáinkra derülhet fény hallgatásunk közben. Nos: falánkságunkra, kéjvágyunkra, a szerzősége, a haragra, kedvetlenségre, gögre, dicsőségvágyra, búvalbéleltségre.

Ide még a 139. zsoltár egy sorát: *A fecsegő ember nem talál irányt a földön.*

Érzékelem a kép változékonyságát, ebben azt is, ami maradandó. A ritmust. A kört.

Ha folyton arra ügyelek, mit érzek, mit gondolok, ebbe záródom, a valóság meg köztem folyton akadály terem.

Ne kapaszkodj magadba sem! Engedd el magad!

Semmihez nem ragaszkodni! Még ehhez az elhatározáshoz sem. Ez persze nem léhaság, hanem *szabadságkeresés*. Társalgásban, munkában, írásban is. A szavakat is, néha hangzóbb, kötetlenebb, hasztalan keresed, nincsen.

November 29. Szophia, bölcsesség istennője, ne vess meg az én gyöngeségeimért, sötétben tévelygéseimért, inkább add meg, amit csak a teremtés női része adhat, fogadj magadba, burkolj be életeddel, szépségeddel, a világgal, nézésemben tekinteted legyen! Fogjái meg, ölelj át, ha megakntorodom, erősíts, ha megakadnak torkomban a szavak!

Belső beszédrajzásomtól nem látom a kirakatok csillogását, a folyó zúgása is képekbe vesző moraj, bár a híd szoboralakjainak nevét följegyeztem.

Csendre vágyásom is fölzajdítja nyugalmamat, erről folyik most a belső beszéd, meg dicsőségvágyról, elégedettségről.

Verődik ég és föld között zavaros életem ebben a mértéktelen fényességben.

A hallgatás legmélyén, ahová sem teremtett lény hangja, sem kép nem hatolhat, vajon mi lehet, kedves Eckhart mester?

Egyre teltebbnek, tömöttebbnek, zsúfoltabbnak érzem magam, ne is ábrándozzak kiüresedésről! (Vágyammal is fölöslegeimet szaporítanám.) Átlátni ezt a zsúfoltságot, hátha tágasabb lesz a tér.

Akár a napórán, árnyékom körbe jár, mutatja időmet, helyemet a térben. Ez is telik, hiába, öregszem.

Magányos séta a vedlett fák alatt, közben bennem a védő falak közt meleg, békés családi élet. Elkényeztetett, boldog társa vagyok neki. Hogy is hívják azt a tanárnőt, akivel tegnap és ma is újratalálkoztam? Hiszen tavaly is itt töltötte a karácsony és a szilveszter közti napokat. Amikor viszont ott a meleg papucs, alig várom, hogy megint utcai cipőt húzzak. Heves szakításaim legalább annyira rám vullanak, mint epekedéseim, sóvárgásom. Bár évek óta nincs kivel szakítanom, nincsenek szoros kapcsolataim, talán nem is akarok valójában ilyen nyűgöt. A kalandozástól viszolygok, bár örül efféléket a képzeletem. A nők megérik rajtam a remeteszagot, bár barátkozunk, magukhoz szorítanak, kedvesek, de mindebben kellő távolság.

Az írás helyett most inkább a párnámra ülök. Elengedni a hiúságot, hogy bármit is tisztázhatok. Ami lehetséges: hagyom leülepedni, tisztázódni magától.

November 30. Kapokot tisztogatunk. Egy férfi és egy nő beszélgetnek mellettem. Amennyire értem, az emelkedő telefonálási árakról, majd könyvekről, olvasmányokról van szó. Szavaik belepnek, akár a pamutfapihéi, mégsem mondható, hogy pusztán kellemetlenség. *Szoktatom szívemet* e nyelvhez. Ha értésem még mélyebb volna, szófordulatokba, mondatformálásba, nyelvi finomságokba találó, nyilván más élményem is adódna, mint így, kamatoznának jellemtanulmányaim. Most jobbára magamat figyelem, belelazítok a munkába (ez azt is jelenti, hogy közönlően rá-ráfeszítek öntudatlan), ha nem is egészen feszületlenül, a szokottnál oldottabban végzem teendőimet.

A testtartásommal meghittebb viszonyba kerülve, kiderül, mennyi fölös erőfeszítés, görcsösség, milyen makacs bezáródás, védekezés a tartásomban. Ugrásra kész ajzottság az ebédlőtányérnál, a védekezés, menekülésvágy, *bizalmatlanság*, hitetlenség keménysége izmaimban. Csak mosolyogni kevés, mert a feszült test fölött könnyen vigyorrá torzul. Rábízni magamat a belső természet erejére, a külső szépségére, tágasságára, ahogy a két tér bennem, általam találkozik. Átvágni a kétséget. Ez a mélységérzés, kiterjedtségélmény oldója a feszültségnek. De hát ez nem az *én* akaratom. Ahol *csak az én* akar, mindjárt szűkösség, felszínesség, zavar támad; elválasztódás.

Az értés elmélyítése, nem csupán a csendben, a beszédben is, ehhez rendszeres napi tanulás, foglalkozás az idegen nyelvvél.

A folytonos ajtócsapkodás, a gépies mozdulatokra, a zajos magányra, a különéletekre figyelmeztet. Ha én érzem, hogy a szomszéd is nyugalmat akar, mindjárt csendesebben, ügyelve csukom be az ajtót.

A vacsorához három üveg bort bontott tréfamesterünk, mondván, hogy születésnapja van. A ház életéből szóló történeteinek java

elmerült, ezt azért sajnálom. Egy kis epikus anyag nem ártott volna a csupasz lélekmozdulatok közé.

Talán a néhány korty vörösbor bátorítására egy mondatot leírtam a regényemből. A kocsmai jelenet indításának szánom. Meglátjuk, holnap nem törlődik-e majd.

Nekikezdtém itteni jegyzeteim átmásolásának, amilyen húzódozva, fél kedvvel fogtam hozzá, később, belemelegedvén, már vidáman, élvezettel csináltam, a délutáni meditációig újjáélesztve számítógépes tudományom ezen a kissé elavult, nehézkesen mozduló komputeren. Mire egyik mondatomból visszatérek az olvasónkból (két emelettel följebb) a szobámba, odabent számot adok az eltelt perceimről, kilépve látom, az üzenőládám telerakva érett banánnal, zamatos körtével. Most megint kinek köszönjem? Bár sejtem, hogy Hartmut keze van a dologban.

Borral bennem, bár alig egy pohárnyi, nem jó ülni, túl zaklatott a test és az agy, a felszín hullámverése.

Játék a macskával. Karmai (meg karmám) jele jobb kézfejemem.

December 1. Építészmérnök. Az életközépi fordulat idején búcsút vesz szakmájától. Meghasonlik addigi életével. Most harminckilenc évesen pszichológiát tanul, jógaleckék és taj-csi-gyakorlás után a meditációs ház lakója. A kínai gyakorlatokat most is végzi naponta a reggeli zazen előtt, a szembeni falon figyelve árnyéka mozgulását, hajladozásait. A műhelyben dolgozik, munkaelosztó, a barátnője is szemlélődik, föl-föltűnve a házban, most éppen lakáskeresésben, hogy a két felnőtt és egy gyerek közös fedél alá kerülhessen.

Elhatározásomat, hogy lehetőleg nem tálalom fel napjaim eseményeit, most már nem vélem túl szerencsésnek. A külső történések, a napirend csak akkor említődik, ha az *egészre* utal, a *belsősök* viszont megszorodtak. Jó lenne csak az igazán mélyből feltörő gondolatokat lejegyezni, de *hol* az a mélység; ahhoz túl kiáradt vagyok, idézgetős, visszhangozva egy-egy bölcsességet, megérintő gondolatot. A megélt dolgokat jó lenne érlelődni hagyni, hogy ne

titkaink rovására bizonykodjak. Hanem mi marad, mondjuk egy hét múlva, a mai napomból, ebből a pillanatból? A rögtönzés, a *máris jegyzem* így kap némiképp értelmet. A pillanat talál rá, ha elég teljes.

Ami közvetlen tapasztalat, szótlán megfigyelni vagy beszélni róla. Aki nem beszél, az nem biztos, hogy hallgat, ez a *kukaság* nem oldott, teli feszességgel, jószerivel szalmacséplés, gondok és emlékek visszakérődzése. Értékesebb, amikor csak meghallgatunk, *ráhallunk* a testtartásunkra, légzésünkre, belső beszédünkre, fülelünk, figyelünk, ami a tudatban, körötte, vele történik.

Az egyszerű nem biztos, hogy könnyű. Csak ülni helyes tartással, légzéssel. Van, ami bonyolítja. Elvesztettük az egyszerűséghez, természetességhez való vonzalmunkat, beszédünkkel, cselekedeteinkkel mindent összekuszálunk, bonyolítunk magunkban és környezetünkben. (Jól kereső szakma is lett belőle. Állami és magánbonyolítók közt élünk. Az életünket ellepő bürokrácia is törvényesített bonyolítás, a természetesség, az emberi élet akadályozása.) Az egyensúlyban rátalálni magunkra, a köznapjainkban, munkánkban erre az egyensúlyra. Ez lenne a gyakorlás iskolája.

Ha a könnyűséget minden mozdulatom megújíthatja, a közvetlenség, egység a valódi természetem, akkor miféle erő, sötét hatalom fedi be, takarja most, mert nehézkes, különálló és szétszórt vagyok. Az emlékezés rá kevés. Az akarása viszont túl sok. Az olyas válasz, hogy ez azért van így, mert túl keveset meditálok vagy nem élek elég tudatosan, morális ítélet, felismerésnek elég soványka. A tudatlanság, a kapcsolatszegénység önmagunkkal is tudatossági szint, önzésünk mindenkori igényei szerint. Hogyan válik sorsunk rendeltetéssé? A tetteink meddig vallanak ránk, mikortól inkább a teremtdörőre, egységre, teljességre vagy az *ürességre*? Kell-e, szükséges-e a meditációhoz hit? Nélküle vajon a csendes ülés nem pusztá módszer csupán? Vagy jól ülni már túl van a hiten és hitetlenségen?

Mitől az éjszaka? Honnan a csillagok? Ezt megélni, -tapasztalni a választ! A tudomány sokféle feltételezése nekem kevés. Az ismeret nem az!

Ízlelgetni csak a szavakat, a való ízeit kirágni-szopogatni belőlük, akár a lépből a mézet.

December 2. Ahogy a pamutfa pihéit munkaidő alatt zsákjainkba, úgy szöszöljük időnket ülőpárnánkon. El-elnézem, ki hogyan végzi itt az alagsori teremben. Egy szemüveges lány arca elé emelve, aprólékos gonddal válogatja ki a kapokból a kemény növényi szárazakat, törmeléket, magokat, más marokszám, iramosan tépkedi, aztán megáll, hosszan pihenget, egy időse nő a zsákot rázogatja, a pihék levegőbe csapnak, a szomszédja máris sértődötten villan rá, majd egy székkal arrébb húzódik, van akinek arcára kiül a megalázottság, diplomával, nyelvvizsgálóval, számítógépes tanfolyammal milyen lesüllyedtettség itt rabszolga módra vacakolni a kapokkal. A krónikás többnyire fülel, fogalmaz, ezt is figyel, visszaadja ujjainak a tapintás élményét, a szemkörnyék viszketését, az orrát csiklandó port, pihéket, alakítgatja mögöttük vagy előttük a mondatot, amiben a kapoktisztítás és a szemlélődés összevetetnek, de hát nincsen kész mondat, amikor leírja, többször átváltozik, közben lapockatájékon feszülést érez, ellazítja, igazít tartásán, megint a szemüveges szöszölő lány felé pislant, szájjvédő álarca fölött szép szeme párja, kedve telik benne, hogy a szépség ilyen aprólékosan, belefeledkezően végzi, mutatóujja kemény magra tapint, kibontja, földre veti, szöszöl tovább, nézelődik, fogalmaz, a zsák fölött jár a keze, a fejében, hogy mit ment ki innen. Megírni az időse hölgyet, aki a munkaidő lejárta után visszasiet, kétségbeesve keresi sálját a széken, a krónikás mutatja meg neki, hogy odarakta az ajtó mellé az előtérbe. A visszatérő keresésében a maga feledékenységre, kétségbeesésére ismer, ebből a megbocsátó mosoly. (Mások gyengéit naplóírónk igyekszik magára vonatkoztatni, s ez mindig jó alap az öntanulmányozásra.)

Reggelre csak kis mézes tea, fölmelegít. Miért érdekes ez? Kell-e másnak is erről tudni? Szó nélkül is kozmikus.

Idősebb emberek meditációja. Fölnevelik gyermekeiket, házra, autóra gyűjtenek, csak aztán kerítnek sort önmagukra.

A koplaló viszont már évek óta csak magáról. Most megint a kérdés, a teljesítménykényszer kísértése. A pihenőszoba ajtajából látja fél emelettel lejjebb a könyvtárba belépő mestert. Képzeteiben benyit az írogatóhoz, megkérdi, miért nem megy ebédre. Fölképzik még több efféle gyerekesség. Nehéz csendben, hivalkodás, eredményvadás nélkül végigcsinálni dolgainkat. Hiába tapasztaljuk számtalanszor, hogy ügyködésünk, szavaink nélkül is szép a világ, nem álljuk meg, hogy bele ne rontsunk.

A körparki kacsák hápogva totyognak ki a tóból a partra, várva, hogy száraz kenyérdarabokat vetek nekik, sokáig keringenek még előttem zajongva, egymást úzve-lökdösve.

December 3. Elengedem esendő szavaimat egy ághajlat előtt. Nincs róla hasonlat.

Szóböjt.

Írni, ha már elfogy a csend.

Bár beszédünk – a belső legalábbis – nem pusztán akarat kérdése.

Az ingerültségemet nem hagyhatom szó nélkül, mert nagyon beszédes. Szagérzékenység. A böjtölő ételszagban jár-kél. Ez felmordítja. Aztán megérzi a földszintről fölkerengő füstölő illatát, s ettől megenyhül. A délelőtti kerti szemlélődés idején fölbosszant, hogy egy nő almát hersegtetve veszi számba a látnivalókat. A teremben velem szemben-oldalasan egy asszony, alig méternyire – aki hánytorg, bőfög, megviselt arca maga a megtestesült vád.

Lám, amikor végre találkoznak, napokig szembeállnak egymással fekete és fehér párnáik előtt, igazából akkor távolodnak el. Az elválasztó közelség. Vagy *egy testben*, vagy emlényi távolságra. A férfi észreveszi, hogy követelőzik – magában –, mintha ehhez joga volna. Azért kijárna neki legalább egy kedves pillantás, mosoly a nőtől, aki mindig olyan lelkesen üdvözölte, amikor találkoztak. Miután elvárásai lehullnak róla, marad egy ismeretlen-ismerős lény zsigerközelben, érezve szagát, lüktető erőköret,

feszüléseit, elborulását. Mellette vánszorog társa a sivatagban, belátja, hogy gyerekes elvárásainak, képzelődéseinek nincs értelme. A valóság most ez a pusztaság, örömeivel, fényeivel, megkísértéseivel. De már ez is kép.

Képtelen vagyok a helyzet képtelenségét sejtetni ilyes keretek nélkül. A meditáció keresztútja, önelvesztéseken, halálokon át valahová, sehová sem. (Azt írtam majdnem, hogy a feltámadásba vagy újjászületésbe, ez a célképzetesség viszont nem volna találó.)

Ingerültségemben bolondságokat gondolok, tetteim sem elég megéltek, világosak, de ez nem az én választásom. Látszatra legalábbis. Talán a koplalás miatt van, a test és idegrendszer válasza a megvonásra. A koplalás tüneteit ismerem, bár itt most nehezített körülmények közt. A társaim falatoznak, nincs módom, eszközöm a belsőbbek atmoszfájára. A hősködés meg a kishitűség versengését figyelem bennem, ha megadatik a kellő távolság. Úgy gondolom, majdcsak kioltja kettejük egymást, marad a tisztuló belső jelzésekre hagyatkozás, a körülpillantások, hogy ne váljak böjtöm miatt házi különccé.

December 4. Kopárság, pusztaság, mélybe merítő világ-kép.

Egymagam a pamutfa pihével teli zsákok közt. Sírás és nevetés összevegyített vizét kortyolgom. Amikor elengedem a belső beszédet, találónak vélt képeimet, csak a munka, az üres én áldásaival.

A böjtölő ember gyengesége. Szeretné, ha észrevenné valaki a megvonást, vigasztalna kedvesen, bátorítgatná. Mihelyt tetten érem az óhajt, megmosolygom, ahogy a kérkedő kölyköt szokás. Többet ér a szabad, mély lélegzet, mint ezek a vágyak.

A megítélések csendben is kinyílnak, ez bizonytalanságba, tévelygésbe sodor, a véleménytulajdonos önteltségébe. Begombolni inkább tudatosan az ingem, ráfülelni, mi történik bennem, amikor a földszinti étkezőből megérkeznek társaim szobáikba.

Tegnapi erős ingerültség elleniránya, hogy meglep a lépcsőházban a bensőmből valami áramló, meleg erő, boldog létezés-tudat.

Két ülés közti szünetben kinyitják az ablakokat, meditatív körséta. Bejön egy szerzetesruhás ember, zavartság, nevetgélés, először azt hiszem miatta, de kiderül, a *kinhin* alatt a macska ugrott be az ablakon. Egy férfi az ölében viszi ki.

Amikor csak ülök. A megtapasztalás mélységérzete. Először a sírás-nevetés felhőit fújja el felőlem, majd minden ide hullik, ebben a csendben és viharban vagyok.

A megítéléseim eltávolítanak, -szigetelnek attól, akire gondolok éppen. Gyötrő, csontig ható rosszérzés miatta, és hevessé váló légzés.

A Sárga terembe vezető lépcső szélén gyertyákat gyújtottak, megvilágosodásom és ennek ünneplése képzik fel, kedves téma, így aztán nehéz visszajutni a légzésjelenlébbe.

Csöppnyi kis hó. A rönkasztalra hullott fehérségre kört rajzolok, a tönkülőkére pedig egy ☸ jelet.

Hová rohantok emberek, hová?

Lebeg a kérdés egy fa ágán az alkonyatban. Minden a boldogság üzenete, a böjt folytatása és az esti tea zamata is.

Nem vacsorázik, de szalvétájára kiment a nagy szemű szőlőből, felviszi teakonyhájukba. Tányérba teszi, legyen a böjttörésre gyümölcs. Rettenetes az evő ember. A böjtlő ugyancsak.

„Az én eledelem az, hogy annak akaratiját cselekedjem, aki elküldött engem és az ő dolgait elvégezzem.”

Kicsoda küld el erre a földre bennünket? Aki Jézust is küldte? Vagy vége már mindörökre annak a meghitt kornak, amidőn a világ teremtőjét atyánknak nevezhattük? Nemzőnk csupán a *teremtés* esz-köze. Ám él-e még a családi otthont égen-földön teremő atyánk? Vagy csak a *semmi*, amiből az Ige megszületik? Ha az egó semmije, ám legyen. Bár fájdalmas ez is az önző emberek.

Elszoktunk attól, hogy csendben maradjunk. Jelenlétünket gépeinkkel rontjuk el. Csőrömpölnek a kések, villák, tányérok. Harsogni, morajlani, üvöltöni, nyüzszíteni. A puszta csendje már nem. Túl félelmetes.

Kevesebb a hitem, nyilván a megtapasztalásom is felszínesebb mint mesteremé. Ezért rémülten nézem a kerti szemlélődés örvén rohangáló, nyargalászó, tornázó embereket. Árnyékom sötétlik-e rajtuk?

December 5.

*Az igaz út nem olyan nehéz,
csak ne válassz és ne vonzódj.
Ha nem gyűlölsz és szeretsz,
fényesség vár, felhő se lesz.*

Ez a versrészlet a Harmadik Pátriárka, Szeng-can tankölteményéből való.

Mi lenne hát a nem választás és a szenvtelenség?

Csao-csou, mikor nekiszegették a kérdést, így válaszolt: Égen s földön egyedül én vagyok igaz.

Nem választani? Lemondani szenvveinkről, ha *rokon*, ha *ellen*? Aligha csak akarati kérdés. Abban a hitben éltünk afféle fiókegyszintencialistaként, hogy a szabadság épp a választás lehetőségéből fakad. Igen vagy nem, tetszik vagy ellenszenves, vonz vagy taszít, jó vagy rossz, szent vagy gonosz, kellemes vagy fájdalmas – valamennyi értékeitünket választás előzi meg. De mihelyt valamit választok, a kétséget választom. Helyes-e, hogy a választottért a többiről, a másikról lemondtam? Célszerű-e jobbra fordulnom vagy inkább balra menjek? Ha az igent választjuk, lemondunk a nemről. Ha Katát, válnunk kell Juliskától. Ha meg Juliska marad, akkor már Elvirát nem szabad. Hátha az a jobb, amit nem választunk. Hogyan ne válasszunk, hogy a szabadságunk megmaradjon? Elfogadni sorsunkat, napjainkat, perceinket. Igen, de ezt beletörődve is lehet. Belátni: a nehéz helyzet, a súlyos feladat is jobb, mint az ábránd. Részt venni a teremtésben csak kétségek nélkül lehetséges. Ha kételkedünk a világ egységében, épségében, Lucifer sorsa ér, letaszítatunk a magasságból. Ilyen lenne Csao-csou igaz embere? Azt a szerzetest, aki úgy véli Csao-csou is választ, a mestere falusi fajankónak nevezi, és rádörrent. „Hát hol van ebben a választás, hé?”

Ki tudjuk-e mondani feltétel nélkül, nem érezve kiválasztottságunkat, hogy *legyen meg a te akaratod?*

Vagy épp hogy az ellentétek keresztjezési pontján folyton csak a kellemeset, nekünk tetszőt választanánk, ettől aztán megnehezül az utunk.

Kimondani, hogy ne válassz és ne szeress csak akkor hiteles, ha mi is ebből élünk. Mikor minden tapasztalatunk jóra való, mondja, aki folyton választ és szeret (meg gyűlöl). A hamis idézet már választás, vonzalmak, szenvedés útja. Kultúránk, a nyugati térféle nagyrészt ilyen, mefisztói alapozású, csak a teljességtől megilletett életek és művek kivételek.

Pamuttpelyhek hulladoznak, de *hó* reme, róma. El is olvadnak földet érve rögtön.

A hóba jeleket rajzoló kéz. A szanszkrit \ és tenyerem lenyomata a kőlapra hullott hópihéken. A teremtő hangzás beleolvadva az időbe. Az én jeleim is majd. Ez biztos. Olyan öröm lep el tőle, amelynél nem becselebb semmilyen kitüntetés. Élnek bennem a falevelek, lehullok velük, a hólepte körök is a szikla körül; újrarajzolnak napjaim.

Micsoda titok a nem-tudás öröme. Nem kapkodva szavak után, időzve csendben a sírás és öröm magjában.

Magamhoz ölelem, szorítom boldogan a befagyott tavat néző pöttöm lányt, majd a konyhásnőt, nevetve harsányan. Amennyit engedtem magamból a kerti séta alatt, most annyival könnyebb.

Nem a bölcsesség, az együgyűség kapujában vagyok, ez a jó szerencsém ajándéka.

A gyakorlás *értelmét*, tartalmát, szépségét maga a gyakorlás tárja fel. Ha benne vagy, nem kellenek már a csodák. A zazen nem bármikor előhívható belső élmények módszere. Mihelyt akarom, ragaszkodom hozzá, már el is illan. Az elérés vágyától eltávolodik. Tanulgatom persze a testem, légzésem helyét az egységben, tudom (tudattalan) mire való a böjt, jó hatásait, mi változik meg bennem az esős idő hatására, de maga az ülés, a megtapasztalás sohasem a tudottak, ismertek nyugtázása.

Újrakezdések.

A nő arca megenyhül, rám mosolyog szőnyege elől, odakint a fényes decemberi nap, nem kell magyarázat. Napfényben minden világosabb.

Az esti misén az asztal-oltártól oldalvást, hogy nyugtalan karonülőjét lecsillapítsa, egy fiatalasszony felhúzza pulóverét, odatartja melléhez a csöppség száját. Fölötte a falon kereszt.

Az ostya négy nap óta az első falat. A konyhásunk, épp az alagsorban takarítottam, rámmorrintott, miért nem járok mostanában ebédre. A szám elé teszem a kezem, mutatom, hogy csendben vagyok, szándékom szerint jelezném azt is ekképp, hogy ez maradjon az én titkom. De azért nem vagy beteg? Fejrázásom jelzi: á, dehogysis!

Megítéléseim, szenveim, szégyenem, hogy folyton beljük botlom, nem adom át magam az egységnek, ráfeszítetek, lapockám táján görcs, hordozom tehetetlenül gyöngeségeim láthatatlan keresztjét.

Elengedni a szavakat, hogy megértsem. A görcsöt, feszülést is.

Amíg a fogadópultnál próbálgatom az elengedést jókrónikásmódra, a golyóstoll besül, meg kell várnom a ceruzát, mert másvalaki is jegyzetelget épp, majd a falapok koccanása jelzi, hogy máris az ülőpárnám elé kell állnom.

Különös ezzel az önkéntes ételmegvonással. Leballagok vacsora után étkezőnkbe, éppen az elmosogatott tányérok, evőeszközöket hozzák vissza, rakosgatják el a szekrénypolcokra, ebből a sürgésből fölmentek egy pohár borsmentafozetest szobámba. Az egyik állandós megkínál szőlővel, ösztönös válaszom a nem kell, szomszédom küszöbe elé teszi, innen viszont kiemelek egy fürtöt eltevésre, erős büntudattal. Most arra gondolok némi éllel, epésséggel, vajon mi mindent gyűjtenék be szobámba, ha bőjtöm több hétig tartana. Újságokat, képes könyvkatalógusokat, utazási irodák reklámfüzeiteit, könyveket, gyümölcsöt nyilván.

Ezen az elengedős napon is a gyűjtőgetésről. Van még elegendő belőlem. Nem is fogadkozom ezután, hogy igyekszem kimaradni a naplóból, kiderül, turpisság az egész.

A nap befejezéseként üzenőládamba gyűrve egy würzburgi komposzt feliratú piros ellenzős sapka, ha fölöslegeim komposzthalmát őrizni támadna kedvem, legyen fejevalóm.

December 6. Szavak, dallamok rajzanak bennem míg a zuhany alatt állva paskol a meleg víz. A reggeli teám mellé megkapom a tegnapi vacsoráról maradt Mikulás-csomagot. Továbbá az éjszaka egy apró csokoládé-apó került üzenődobozom sarkára.

Nem tudom álom volt-e vagy csak a féléberség képei kápráztak. Ölelkezem egy csodaszép lánnyal, mint kígyó a fészken, pihen az ölén ernyedt férfitagom, nem érzek gerjedelmet sem, csak csendes szeretetet. A konyhásnő átsiet a szobán, a lányon fekve fölnezek, paplan takar, tekintetünk találkozik a tovasiető asszonyéval. Szeretném eltűnik alólam, miután megkérdezi, nem ismerem-e a tantrát, erre hosszú okoskodásom a válasz. (Talán mégsem álmodtam, képzelet inkább.) Keresem mindenütt a házban. Egy kölyök baktat lefelé a pincelépcsőn, én már fölfelé tartok, azt kérdi, nincsen-e szapanom vagy bármilyen más ajándék. Nincs, nincsen. Mindjárt az utánam jövőt faggatja, úgy látszik, mindenkitől kunyerál. Ki is mondja is gunyorosan egy nő. Ez a gyerek is én vagyok.

Mi a célja böjtölésemnek? Mit akarok elérni vele? Úgy legyen, hogy (a) semmit. Nem kérkedni és sunyin körbetekintgetve elismerő vagy szánakozó arcomat várni, de nem is rejtegetni szégyellnivaló titokként. Legyen a böjt, ez az értéke. De a megvonás alatt többet foglalkoztat az étel, mint máskülönben. Meditáció idején azon nyüglődöm, megtöröm a böjtöt, csábít az étel, ez látszik most a jó befejezésnek, később látom, Willigis is ballag a csoporttal az étkező felé, de még tartom magam. Számolgom az időt, napokat, órákat (túl a századikon), ha eddig nem fogtam volna gyanút, most magamra pirítok, a nem evést teljesítményként mérem, bár tudom, neveltség, hiszen nem pávatojásból kel ki a hős.

Otthonom a pusztá a szállongó kapokpihékkel, bármerre mehetek, mindig középpontban vagyok.

(Lenyelve az éhnyál.)

A sors kedves ajándéka, hogy itt lehetek.

A misztika erkölce nem a jó cselekedetek gyűjtése. Nem a műveink. Semmit sem érnek. A naplopás, latorkodás sem persze.

„Nem a nyelvünk beszél, ha szólunk.”

Hanem a testünk, tartásunk, lélegzésünk.

Akkor már a krónika is.

Szóval nem erénygyűjtés. Bár, ami van, ne tékozzoljuk el oktalanul. Erkölcsünk az egység átéléséből fakadjon. Amikor nincs távolság, hogy különbözzünk. Nem menekülök a rossztól, a pokolba menők közt is elsőnek lenni, mert szükséges ott a segítség.

Tükörbe nézve a másik arca.

A szellemi tartás két pillére a belátás (bölcesség) és a részvétel (együttérzés). Ha a részvétem belátás nélküli, könnyen magamutogatássá, önsajnáltatássá torzulhat, a belátásom csak úgy eleven, ha társaimat magamként szeretem, becsülöm. Csak akarni a jót kevés, nem akarni viszont túl sok.

A felismerésem abban is, ahogyan megiszom a pohár vizet.

Nincs más kiút, mint a helyes tartás. Ellentmondásaim, keresztezett lábak, szilárd alap ahhoz, hogy egyet érezzen a szív, és megszűnjön a gondolati kétség. Túljutni az éssen.

Egyetlen villanásban *együtt* minden részlet, a kert, hópehelykavargás, az is aki látja. (Nem baj, ha nem hangzik elég okosan.)

A bálázott kapok zsákokba tömése maga a rossz házasság, össze nem illő párokkal. Rosszul tartja a zsák száját, amikor begyömöszölném az összepréselt és rúddá gyorsan összezsavart fehér pihéket, aztán meg elengedi fél kezével a fóliát, ki is rogygan nyomban a belevaló alól. Ketten nyomkodjuk már, mégsem megy. (Egyébként nő a segítőm.) A valóság talán az éjszakai képzajlást közelíti. Rajtunk a pamutpihék, mint a paplan fehérsége.

Miért ingerel, bosszant ez az alacsony férfi, borosta és szakáll közti szőrzettel, aki a tegnapi kerti szemlélődés idején annyira lendületesen csörtetett tova az ösvényen, hogy kétszer is félre kellett perdülnöm, különben elsodort volna. Ezért neheztielek rá? Vagy mert felmérős, megbecsülő fajta, haszonelvű ember. Úgy érzem, feszültségével maga körül megdermeszti a levegőt. Képtelen lazítani. (Ez már az én ingem is.) Az étkezésben uzsonnaidő alatt csörrenve dobja le az asztalra csészéjét, zajosan tolja asztalhoz a székét. Behunyom a szemem, hogy képmását fénybe vonjam, de nem sikerül. Csak a kérdés rebeg közöttünk, a *mi ez?*

Feszült, szétszórt, belső beszédes teremtmény vagyok, esetleges életű, pedig jobban szeretek kiegyensúlyozott, oldott lenni. Most miért nem a *szeretem* dolgozok? Persze ez az én akaratom (a megtapasztalás helyett). Pedig érzem a mélységet, a vonzást is, hogy a felszín alá merüljek, kitörjek szűkösségemből, a feszültség marad mégis a főntartóm. A feszülésből válik a lazítás, a kapcsolás nyilvánvaló, de a vigasz marad. A cserfaágacsok, bambuszszálak tanítása: nem kell nagy erő kifejtés a szép, a helyes tartáshoz, mert adódik, *van*. Ez így nagyon eleven, beljünk is feledkezem.

Még a látványban is a tanulást keresem, az átélés után is, *szűkösségemben* mindent magamra vonatkoztatok. Káprázok; szikrázó feszültség.

A csendes nézés üdve, bambuszlevélke. Ha ideje lesz, ágán megsárgul, összepöndörödik és lehull a földre.

Görcseimet aligha a szavak oldják ki most.

December 7. A dolgozó és szemlélődő méh megszüntetvén elkülönülését öt nap után elkölti az első falatokat, ezzel feladatokat kap mindjárt.

A közvetlen tapasztalat. Ahol a közvetlenség nem modor, visszatalálás inkább önmagunk, életünk alapjaihoz. Nagy kihívás a zárkózott ember számára. Mert a közvetlenség megnyílás, kinyílás is. Átélése a kétségeken, gondolatokon túl annak az egységnek, ami a létezésé, teremtésé.

A meditáció elmélyíti felelősségérzetünket. Nélküle nincsen szabadság. Felelősség testünkért, ami nem az igazi énünk, hanem a cselekvés és a megtapasztalás eszköze, az érzelmekért, értékítéletünk segítőiért, e fölé emel a szemlélődés, a gondolatainkért, amelyek függönyként köztünk és a valóság közt. Lassan eloszlik a káprázat, a képzet, hogy énünk lényeges, központi dolog. A közvetlenség fölöslegessé teszi a hitet, mert a megtapasztalás, átélés teljes (amíg nem, addig marad a hite), eltolja a kész rítusokat is jószerivel, mert tetteink szentelődnek meg, alakulhat a tudatosság útján *szertartássá*.

Amit idementtettem, jobban, elevenebben mozgott közvetlenségében. Mikor az udvarunkra belépve a felelősség természetességéről gondolkodva megértettem, hogy ez maga az élet, ennek világossága,

pont ekkor bukkant elő a felhők mögül a téli nap, és fénybe borította a kert fáit meg az épületeket. Ragyogott minden.

Délelőttöm szétszórtsága, elveszettsége délutánra magamra találással, könnyűséggé, örömmé változott, érzem magam: boldog tudás. Mély vonzalom, hogy ebben az életformában maradjak.

(Zárójelbe rekesztve, ahová valónak vélem. Ilyenkor vacsora után megbolydult diákszállóvá alakul lakószintünk, az Olümposz. Ajtófölrántások, -becsapások, kulcsnyikordulások a zárban, én – aki most kivált az egységből – ráadásul majdnem szemben lakom az ilyentájt különösképp forgalmas teakonyhákkal. Kinyitja, majd bentről tányérokkal csörömpöl valaki, ezt visszhangozza a folyosónk. Ettől úgy látszik, én is diákká vedlettem, akinek a parkbéli szárnyaló gondolatokból csupán a leckefelmondás maradt.)

December 8. Vajha az életem mintájává válna, amit itt átélek. A zajló örvénylő idő, hányattatásaim, majd a napos part, erre a jeges ítélet, kiszáradtatva, nicsak!, almaszüret, de mindenben mindenképp a csendes, üdvös izzás, a létezés boldogsága.

A kora hajnal mélyéből megmaradt képek: író barátommal beszélgetünk a légzés meg az új érzékenység kapcsolatáról. Miután elolvasta, izgalmasnak véelve új írásomat, kitapogatja farkcsontnál, hogy légzésem addig lefut, de nehogy ám seggembe nyúljl – ugratom őt. Mező mellett, szőlődombok alatt sétálunk a földúton, amit mondok az életemről, körülményeimről, csupa kópéság, derű, magamat is kifigurázva, de ez nem a tréfacsinálók léhasága, a barátom mosolyogva bólogat, hogy most *igazán* szerény vagyok, pedig én inkább csak természetem játékos készítéseit követem, tavaszi kedvem van, ezt árasztom ki magamból, nincs mire szerénynek lennem, ami a nevem, a hóval elolvadt, napsütött felhő vagyok, az erdő zsongása, Boldogasszony kék köpenyének suhogása.

A reformkor rejtett lelkiségéről írtam valamit. A rátalálás örömeivel készülgetek valahová.

Mindenek után, még egyszer visszatérve, az utolsó *élettalálkozónk*. Fiatalon, de már bölcsen. Derűsen, hálásan, boldogan

viselem, és barátaim ugyancsak, a sors meg a többiek packázásait, otrombaságát. Délutáni sétánk útja, célja az *örökélet*. A kis csárda, ahová bekukkantunk, ez is öröktől való. Legfőljebb ötszáz éve még bokornak nevezték, sziklakőnek évezrede. Semmi izgalom a világnagy sétánk miatt, ez így igazi, így természetes. Ettől testvéri, fesztelen, oldott és mégis figyelmes, mély az együttlétünk. Egy szobában most velem mindazok, akik életem (úti)társai – segítői vagy megkeserítői – voltak. Én hiányzom csupán testi mivoltomban. Kérkedésem, panaszom, sóvárgásom a dicsőség után még itt van, de a belátással, hogy ehhez már testemben nem kellek, legfőljebb így, elhagyott szobaként, szegényes, használt bútorzattal, ők tesznek levénné, akik itt (bennem) összegyűltek.

Hogy a nyelv és amit jelez nem ugyanaz, a szó nem valóság, köztük olykor zavaró, máskor végzetes különbség, ezt jó lesz itt idegenben alaposan emlékezetembe vésnem, hogy hazatérésem után se ragadjon el majd az értés vélt könnyűsége, mámore. A kimondásé sem. Megnevezni – kevés a teremtdéshez.

Életem kulcsát, mit megtalálni véltem, idő – míg könnyedén forgatom a zárban. De mások ajtaját talán akkor sem nyitja majd. Csínján a jó tanácsokkal, mindenre jó receptekkel! Csendben meghallgatni, már ez is eligazító lehet. Közhely, viszont a tömegesség újra előhívja, érvényessé teszi: segíteni magunkon, de nem mások ellenében.

Valahányszor szembejön velem napközben a lány, átölel, van, amikor hevesen magához szorít, máskor babusgat vagy csak a hátamat lapogatja gyöngéd barátsággal, néha csak jelentésszerűen karomra teszi a kezét.

Egy szemüveges néger diák és szemben a csinos, kedves arcú, *barna hajú* kínai lány beszélget a Rezidencia barokk falai mellett. Szép vagy, dorombolja a fekete fiú, megsimogatva a lány arcát, mint egy *európai* nő. Jót nevetnek rajta.

Ragyogó napsütés, olvadó hó, jegyzetelgetek kis füzetkémben a francia kertben, csobog a szökőkút, üresek a függőkertekhez vezető lépcsők, közben el-elmegy mellettem olykor valaki.

Van egy kicsiny tér valahol, képzeletem üveghegyén is túl, ahol másféle német lányok is élnek, mint a kolostor folyosóin megismer-tek. Csak sejtelve érint, ettől rögtön pokol és mennyország.

Vendéglátóim minden terhet levesznek vállamról, még a keresztet is ők hordják, darabjait egymást közt elosztva.

Lehet, hogy főlöszleges három egymás utáni erőteljes gyakorlásszakasz után bármit is mondanom, de a tartásomról talán. Balra dőlőtömből, rogyantságomból (ahogy a krumpliszák), most egyensúlyos, arányosabb ülés. (Csak egy testkiigazító meg ne lássa!) Bennem: a képzeletindító epekedés helyett maga a vágy meztelenül. (Míg kedve szottyánván, föl nem öltözik megint.)

A gyakorlás egybeoldja kétségeimet, egyensúlyhelyzet, de fölcsattan máris a kérdés. *Ki* ennek az értelme? Ha csupán az, hogy az *énke* erre dől vagy amarra, valójában nem is fontos. A válasz aligha lesz szóbeli, miután meglelem, míg lehetséges, ki nem nyitom a számat. Hogyan felelj meg rá úgy, hogy ne gondolkodjál rajta? Belátni, megélni, ez így – ha némán is – beszédes lesz majd.

December 9. Élő szótár ez a ház, minden eszköz mellé, fölé kiírva a neve, szobában, ajtón, ablakon, csészén, a törülközőhalom mellett, lépcsőn, kisvödrön, nagy kannán a papír, hogyan használjuk rendeltetészerűen.

A mester törökmézén osztozkodva fájdalmakról, gyógyfürdők-ről csevegnek, mozijegyet rendelni, orgonakonzertre menni, hála az égnek, nem csábít semmi beleszólnom, hallgatom őket, elkülönülten, légzésemhez, a malátakávé ízéhez vissza-visszatérve. Ejtőzünk.

Ezért az egy lányért azért még elkárhoznék. Megfogalmazva értem meg: nem lehet visszautam. A poklot megjárnam érte (is), de onnan tovább, ki a földi tűz és a szenvedés fogságából, az életet romboló jellemtorzulásokból.

A teltség: önteltség; csupa felület. Ahelyett, hogy adna magából, megüresedne, még, még, töltekezni akar. A mesebeli béka hiúsága, minél nagyobbra fújja föl magát, annál kétségbeesettebben hiszi, hogy ökor lehet belőle. Míg végül aztán szét nem pukkan. A teltség nem képes transzcendentálni, vallása az önhittség, a büszkeség. (A másokban több a hiba. Bezzeg én!) Érzelmi világa, hogy vágyait kiszolgálják, használja az embereket, ettől egyre harciasabb, képmutatóbb. Nem képes az elmélyülésre, csak a felszín káprázatait éli. Tapasztalatok, valódi megismerés helyett ködképek. Feszeng. Maga a szórakozottság. Nem látja be, kicsoda ő, mert teltsége már a belső látásnak sem enged teret. Megváltása, ha helyzetét tudomásul veszi, beismeri. Reménye, hogy a felszín és mélység összetartoznak, egyszer talán ő is megélheti, amiről gyermekkorában és az élete közepe táján már sejtelve volt. De inkább szeretné, ha a világ csupa felület lenne, a lélek ehetetlen, kézfoghatatlan, testetlen, szexus nélküli. Ennyi csillogás, apróság, csecsebecse, szépség, s akkor ő a beláthatatlan egyért tüzeljen? A teltségnek nincs elég türelme, ideje a tükörben szemre venni önmagát, inkább töltekezik tovább, olvas, eszik, újabb szeretőt keres. Hibáit másokban látja, ismeri fel, a világ tökéletlen, a művészet haszontalan, hacsak nem énekel, ír, fest pénzéért, *szakmából*. A meditáció unalmas, merő haszontalanság, képzelődni, háton fekvé is lehet. Ez aztán a gyógyító zen-delykátész.

December 10. Vágyainkba mint börtöncellákba zárva. A képzelet csak rabságunk helyét szépíti meg időlegest, aztán a csúnya valóság megint. Ha rabságba kerülésünk nem is volt önítélet, a szabadulás útja rajtunk is múlhat. Átúszni a tavon, a túlsó parton megérinteni, ami innen oly hiábavalóan távolinak látszott.

Remények, vágy, epekedések, indulatok tánca: hópíhekavargás.

Az igazi vallás mindig lázadás, a szokásos, elfogadott, megunt keretek áttörése, maga az áradó, mértéktelen létezés, ennek tapasztalata, szavakon túli (innyi) döbbenet. A szervezett egyházak unalmasak, zavarosak, képmutatók, felszínesek. A teljes megélése ebben a töredékességben jajgató világnak mindörökké botrányos, esztelen.

Bolyongásaim, vándorlásaim után még mindig az agyamban kuporgok. Cipőmet elnyűttem, ruhám condra, fáradt, poros vagyok, szürke massa a világ. Oda értem megint, ahonnan elindultam volt. Add föl, biztatom magam, az előtted kéklő katángért, azért a bodros felhőért odafent, a kiszáradt fűért, folyókanyarulatért, zuhogó vízért!

Megvárom, míg a szavak köde eloszlik, és ez az ághajlat marad csupán. Végre otthonom van, hazaértem.

A csend nyelve közöttünk, a tekintetek, mozdulatok, valami nehezen megfogalmazható kapcsolat, összeköttetés. Mihelyt a mellett ülőben meginog valami, megérezem rögtön. Ahogy vége a hallgatásnak, feltör a fecsegés, zavaros, törmelékeket, szemetet sodró áradat.

Mint nehezen emésztődő étel, ha fortyog, kavarog a belekben, az agyban alig emészthető gondolatok, ugyanúgy fölzavarják a nyugalmat. Így először meglepő, ha az egyensúly mélyebb, hosszabban tartó a szokásosnál. Megdöbrent, megrettent, hogy minden megáll. Ugyanakkor hatalmas öröm. Rábízva magunkat erre a kiegyenlített akaratra, erőre, elveszettségérzés, elmerülés, önsötét, de újjászületés, fényesség is. Mozdulatlan cselekvés.

Szőke hajfűrt koszorúzza a ma esti üldögélés emlékét. Kedves arca, piros ruhája még itt kísért a falfehérben, bútorbarnákban, az este *jelentése* mögött. Újabb csábítás a pokoljárásra, kilábalásra a kínok, próbák közül a paradicsom szőke napsugarába.

December 11. Nem pokol, csak dohos, omladozó falú alagsor, patkányok, bogarak, kacatok, ürülékkupacok, szétkorhadt, penészes múlt.

Semmiségem és mérhetetlenségem ámulatában hallgatok.

Nehéz itt aszkétának lenni, mihelyt lángot vet testem, már rognak is szirénázva a tűzoltóautók.

Ide is nyúlni meg oda is, egyszerre többfélét csinálni, ebben a kapkodásban elveszik a tevékenység értelme és az időnk.

Már maga a rákészülés is. Leülve a füzet elé a rossz testtartáson változtatni, ellazítani a vállat, betölteni, kiüríteni fesztelenül a formám. A konyhából ideszűrődő beszéd, a kulcsörgések tudatosítása után marad a neszekkel izgalomban tartott nyugalom, egy-egy feszültebb izom akaratossága. A vágy, hogy ne csak figyelgetni, hanem belemerülni egészen.

Ahogy kívül elhalkul, leüledik, bent egyre nyüzsgőbb, kavargóbb, sokfélebb. Valamire olykor rábambulsz. Szél jár a belső vizek fölött, borzolódnak. Hűséges maradni, vissza-visszapártolni légzéshez, mantrához, a testtartáshoz, ez most a kiváltódás.

A mozdulatlanág nem tétlenség, várakozás, a megtapasztalás állapot, amikor a teremtés történik velünk.

Huzatos, hideg házban, a csontvelőig érő fájdalommal lüktetnek a fog(alm)aim. Nyomorúságom játszani biztat.

Ha nem vágod rá mindjárt a választ, illetve rögtön beismered, hogy nem tudod, ettől egyszerre magától értetődsz.

December 12. Az esti édesköménytea íze után hálásan mondom megint: ajándék volt ez a nap is; a többihez még egy. Nemcsak az idő, foghatóbb ajándékok is. A küszöbömön Hartmut tálja: banán, mandarin, alma, körte és mangó. Zavarba ejtő kedvesség, azért a néhány apróságért, amit otthonról örömeire neki hoztam.

Az ajándékot sem mindig becsülöm meg a maga értékében, mint ahogy ezt a napot sem. Az esti gyakorlás idején érzem, hogy légzésem lelkes, figyelmes. Felületesebb nap után a mélység sejtelve. Bár nem az én érdemem, részese vagyok csupán.

Nem látom át még az időm, nem elég egyszerű, túlbonyolítom.

Vajúdik velem a teremtés, nehezen szül újjá ilyen korosan már.

December 13. Sajgó felszín, kaparászom, mi lehet alatta.

Felhőket úsztat ablakomon át a szél. Miért is fedjük el, amink megvan?

Magas, fehér törzsű nyírfák inognak az alkonyati kertben csupasz ágaikkal. Zavaros mályvaszín felhőivel eliramlik a nap.

Az ötven emberből, akit bevezetnek a zen gyakorlásába egyetlen lány marad itt, mert szeretné elmélyíteni tudását, itt fogta a mi kis, hosszú idejű közösségünk *családiassága*.

December 14. Értem én, persze, a töprengő énem szűkössége, mindent magára vonatkoztatása mennyi nyavalyával jár. De ez még nem átélés. Az ész vágyképekben időzik, képtelen a hosszabb összpontosításra, mint létének, életünknek *természetes* talaját igyekszik az önzést igazolni. Az ismeretet saját vagyontájaként villogtatva, kérkedve nem tudásával is. Mi kell még a belátásig? Ahhoz, hogy amit értek, amivel egyetértek, véremmé, tetteimmé váljon. Talán a szemlélődés értelme a *belátás* kiművelése, elmélyítése. Minden tekintet a jelenségek mélyéig, életem, sorsom alapjáiig érő megtapasztalás.

Mi változtathat meg egy életet? Mi történik bennünk életünk útjának felén? Vajon halálunkig tartó esély-e a lét egyensúlyának megélése. Vagy többszöri próba után az utolsó esély, ennek ideje is elvételük tőlünk. Mert elvetjük állandó okoskodásunkkal, halogatásainkkal.

Mi lett volna, ha Sakjamuni öregen, megcsalódva indul keresni a megszabadulást? Ha Krisztus leszáll a keresztről, családot alapít? Mindketten harminc és negyven közt kezdték el tanítani a valóság megtapasztalását, Buddha megvilágosodása, Jézus kereszthalála és *föltámadása* az az ősképp, amelyik énünk meghal(ad)ásának mintája lehet. A véletlenek milyen sorozata kell ahhoz, hogy valaki a környezete, szokásai ellenére elszánja magát: megtisztítja életrendjét. Nem értelmiségi kalandként, hanem hitelességbe vágóan. Mi ennek a végső hatása? A kezdetek inkább ismerősek: egy-egy jógalecke, asztrológiai, természetgyógyászati tanfolyam, relaxáció. Vagy csak annyira a nyoma, hogy valami valahogy megváltozik életünkben, érezzük a változtató erőt, de ismereteink érvénytelenek ahhoz, hogy a változás természetébe belelássunk. Önhittségünkben úgy véljük, már mi lettünk az út, az igazság, az élet, és kiderül, hogy hamisság ez is, csak egyik maradék vágyunk, ábrándunk, káprázatunk, mulandó álmunk a régiek közül.

Az istenünk, akárcsak mi vagyunk: hol szenvedő, haláltusáját vivő, hol meg mosolygó, derűs.

A képzelet magamtól, a közvetlen tapasztalattól, természetemtől elválaszt, beleveszek káprázataimba, játékszerűk leszek. Ábrándjaim közepette hol a valóságom? A képzelet mit pótol, miből fakad?

Futottál? – kérdi a lányom a telefonból. Miért? Mert olyan rosszul, szuszogva lélegzel, pedig neked erre vigyáznod kell. Jó tanács, még ha nyolcszáz kilométerről is.

Odairamlík a férfihoz egy macska a kertben, dorombolva a lábához dörgölőzik. Kedveskedik, púposít, farkát mozgatja, amikor megsimogatják vadul a becéző ujjakba harap.

December 15. A hála csendje.

Üres sorok. Ez is, így is áldás. Csendes a kedvem.

December 16. A leírások fele: történik *nélkülem* is a világ, sőt úgy igazán. De azért jó helyen vagyok itt az önhatáron. A kilincsemen csokoládémikulás fityeg, talán az az utolsó napos széplány hagyta itt, aki tegnap magához szorított zavartan.

Megdöbbsenz túljutva a képeken, hogy a legbelső szoba üres.

Megadatott a mai hai(ku).

Új(abb) számítógép a földszinten, az öreg gép lemezmeghatója ugyanis kipurcant. Ezzel itt most iramosabb a munka.

December 17. Megülök, figyelem gondolataim, szavaim áramlását. A felhők vonulását, formáit érzékletesen leírni nehézkes művelet, ebből a kép- és fogalomáramlásból sem halászok ki semmit. Vonulás egész nap, időnként egy pillanatra a kék.

A boldogság meg kudarc egyensúlyt teremtenek, ez most a gyakorlás.

Elhatároztam, ülök egy órácskát az irkám fölött téma nélkül, ami adódik lejegyzem, válogatok. Keletkezik sokféle, de nem kívánja a papírt. A belső képeken minden árnyékéval látszik, mintha elgondolás közben megmozdult volna.

Küzdelem a képzelettel, ahelyett, hogy magára hagynám.

December 18. Azt a német lányt annyira megkedveltem, hogy magyar emlékeim támadnak róla. Amit mondott, olyan meghitt, közeli, mintha anyanyelvemen hangzott volna el.

Egy-egy fonál a létezés szövetéből. Mondatok, nem ágyazva történetekbe, szabályos naplóba, versbe.

Kökénygally a vázában ügyesen elhelyezve: határtalan mondat az emberről.

Hosszú idejűs vagy? Igen. De szép! – mondja rád villantva tündöklően fehér fogsorát. Ez a szavajárása. *Csodaszépezik* egész nap.

Lelkiekben gazdag, vagyis boldogtalan, megviselt ember.

Sötét jégvártyás tó, az iszap fölött egy piros meg egy fehér hal mozdul, uszonyuk meg-megkavarintja az időt.

A tapasztalatok lejegyzés nélkül is érvényesek.

A képzelet legtöbbször szűkösségünkről árulkodik. A megtapasztalásban, átélésben több a meglepetés, varázslat.

Naplót írni hallgatásidőben? Még ilyet! Miről szóljon, ha *kimondhatatlan*?

Szép vagy úgyis, ha nem érinthetlek.

December 19. Az eszményi gyakorlás képzete: minden ülés alatt legalább egy *miért* kihull belőlem. Nem kérdezgetem már, hogy mi az értelme a reggeli korai ébredésnek, a napi ötórányi szemlélődésnek, a küzdelmeknek a könnyebbségért. Elmaradottnak-e az utalások, a közvetítő szavak, képek, a *mintek*, akarások?

Hogy vagy? Vagyok.

Nézem a lapos sziklakő mélyedésében felgyűlt esővizet. Tükrözi a felhőket, faágakat, borzogatja a szél. Hogyan írjam meg tizenhét szótagban (mert ennyi a haiku éppen), hogy pontos legyen, mély,

eleven és nyitott? A látvány meg köztem szavak rajzanak. Egyik sem tükröződik a kis sziklatavacskaiban. Én sem. Ez szerénységre int, de a szavak nem engednek, fogom a szavakat; a rezgő víztükör közben változik. Egyszerűségéhez túl bonyolultan kezdtem. Mindjárt szóval. Az ő csendjéből indulni!

December 20. (Számítógép nélkül *reménytelen* volt az írás. Most meg a gépbe töltés veszi el az időm.)

Nemcsak a kifogásokat, a kérdéseket sem kell keresni. Adódnak. Látszólag ártalmatlanul indul(t)ok női lélekfeleddel, akivel olyan nehezen értesz szót, mert neki *természete* a beszéd, szótagokat fésül ki hajából reggel, ruhájára is ezek tapadnak, az indulás: cukrászdai üldögélés, almalevet iszol, társad csuporból tejskávét, a tervezett sütemény elmarad. A kérdés később a vízzúgásból támad mikor az öreg hídra értek, és máris válaszosan. Ilyen mélyről morajlanak benned is a, nem tudod mik, míg üldögéltek, közben a vasárnapi pórázvéget fogók pedig egy koan megtestesülését vezetgetik a korzón. (Van-e a kutyának, ami Buddhának? Mu, hangzik a válasz.) Mintha máris egybetalálkozott volna a világ két fele, a kérdés meg a válasz, egyre több kutya lesz a hídon.

Odafönt a vár füves árkában egy férfi farúddal farkaskutyát idomít. Az állat engedelmesen baktat mellette, megállt, amikor a gazdája, ha az fordul, követi ő is, az eldobott doronggal szabályosan visszaballag. Az őrségváltás, mint kutyakomédia. A sétatársnőmből dől a mondanivaló, hogy akkor majd ő is otthon így a kutyát, egy-két-három hónapig, ez lesz a gyakorlás (neki is), ketten keresik házőrzőjével a Buddha-természetet. Csak a kutyát iskolázza, a kutya meg őt. Fényes nap, keleti (japán) turisták kattogtatják fényképezőgépeiket, ha már zen, legyen hozzá egy kis nipponi hatás. Megkerülvén az erődítményt (s ki a kutyagumikat), folyton Avilai Teréz belső várkastélya jut eszedbe, aztán női feled is felsóhajt, szívesen ellakna idefönt. A rácsok mögött egy ablakban lámpa ég. Lefelé menet megint csak kutyák. A karácsonyi *művészi* vásár bejáratánál is, ahol falovak, fakutyák, viaszgyertyák, forralt bor, verklizene és akvarellek jelentik a művészetet.

Miről szól a válasz? Mindig a világról, ha terólad is. Ha kutyákkal találkozol, mézeskalácsból való betlehem csillagokat lóbálva

papírtáskában, így segítve női feleden, akkor is. Mitől válik olyan rejtélyessé ez a teljesen világos (napsütéses, végig kigombolva a kabátod) séta? Megismerési út (föl a várkastélyba), adva hozzá az éltető ellentétek, meg az a sejtelem is, ami a tekintetet, érzést a jelenségek mélyére vezeti. Ahogy *Buckard* kezében a penge, úgy villan ki a szóból aranyfényben a kard. A kétségeket viszont nem vágja el. A kérdés kívül marad, a válasz meg benned. Vagy talán inkább fordítva.

Amíg utalások, sejtelmek vannak, míg kérdésekre vélek választ találni, addig semmi sem *olyan* (amilyen valóban). A vízzuhatag a *morajló csendet* jelenti, a lélek mélyéből feltörő erőt, érzelmeket, indulatokat, ahogy a semmi benned megtestesül, a kutyák pedig az érző lények megvilágosodástermészetének kérdését, válaszát idézik. Ha nincs már kérdés, mire a válasz?

Nem csoda, hogy vasárnap ennyi a kutya, ilyenkor elővezetik őket a falak közül, az sem, hogy megillet a séta többes jelentése, érthetlensége. Női feled is a lehető legegyszerűbben mondta el neked, amit akart, mégis alig értetted. Jelzések, útmutatók, el ne tévedj. (S majd éppen ezeket nézve tévedsz el.)

A várban zsinatoló, fekete arcú, rosszul öltözött magyarok beszéde érthető volt, ők viszont, viselkedésük, amit mondtak, *idegen*. Az idegenségben magadra ismersz.

Mi a valóság kifejeződése, nyelve? A közvetlenség? Természetesség? Üdvösség? Tudatosság? Csend? Nem kérdés. Eld át, tapasztald meg!

December 21. Ahogy az idegen beszédet hallgatja szegényes értéssel, egy-egy szót, fordulatot felismerve, de csupán sejtve értelmét. Részreiből ezt-azt, az *egészet* viszont nem érti. Ilyen a valóságérzékelése is. Ritkán, elvéve egy-egy pillanata egészen világos, belőle minden biztos, a legtöbbször viszont sejtelme sincs, *mit jelent*, ami történik körötte, benne. Lesz-e olyan világos, hogy fölöslegessé válik kimondani?

A valóság nem lecke, aligha megtanulható, a közvetlenség a megélés, a *nem érthetem* a tudása.

Nem vagyok olyan biztos magamban, hogy a nem-tudásnak ezt a bevallását valóban tudásnak is véljem. Nehéz időzni a várakozásban.

Szeretnék mindjárt megérkezni. Még el sem indulok, máris azon káprázok, hogyan jövök vissza. A jelenlétből a bizonyosság, hit magamban.

De hát ők arról beszélnek-e, amit egy-egy érthető szó alapján sejtessz? Kiderül-e valaha is?

S ha a történetből csak egyetlen mondat világos, hogy isteni gyermek született. Itt a karácsony.

A bolond csak nevet, legyintget az ablak alatt, míg mi odabent meditálunk. Ettől (is) lesz értelme a gyakorlásnak.

December 22. Az agy labirintusában. Éjszaka felriadok: lángolok, égek. Ijesztő, hogy ennek társa, látója nincsen, akinek adhatnék tüzeimből, megmelegíthetném, ha didereg, fázik. Mit bánom kicsoda lesz, ribanc vagy apáca. Képtelen vagyok légzésembe merülni, parazsamon forgolódom. Reggel nincs kedvem fölkelni, majd a meditáció második szakaszára, ezt is átszendergem, végül is szobámban üldögélek negyed órácskát fekete párnámon.

Milyen csöndben vagy, mondja étkezőnkben a szomszédos székről a kis svájci lány. Dehogyan csöndben, neszel föl a mókamester, nem látod, hogy *gondolkodik*? Tényleg, hogyan gondolkodsz? Milyen nyelven? Magyarul. Azt már nem fűzöm hozzá, hogy azok a fordulatok, szókapcsolatok, amiket *németül* forgatok magamban, nem jelentenek gondolkodást. De ami történik most bennem, bár nem csönd, nem is gondolkodás a szó valódi értelmében, hanem *természetes* gondolatkavargás. Nem érzem magam, ettől úgy látszik, *nem jó* ez a napom. Pedig csak a változások. Valaki megint elment, fordul az időjárás, hőszállingózás, a számítógépet, amivel dolgoztam, visszaviszik az irodába, olyan ügyek, amik legfőjebb érinthetnének. Most viszont a leszálló ágat erősítik. Tékozlódik az erő, figyelem, mintha kevés is lenne belőle. Amikor attól veszik el, akinek nincsen. Megkapja, ugye, akinek már van.

Mi most a szójárás, mester? Izé, hordoz mindenfélét a lélek, az irány is változgat szeszélyesen, s ettől hol sötét hideg, hol könnyű meleg.

December 23. Az alagsori helyiségben terítettek meg, mintha garázsban lennének. H. Gyuriéknál. Az asztal külső felére ülök, megcsap a tálból a hús szaga, átváltok a belső oldalra, díványra telepszem, megvillan az asztal fölött egy jó tenyéryni gépsonka, tányéromra vetve árnyékot, a szomszédom, vendéglátóm egyetemista fiának porcelánjára csattan. Ettől eszembe jut minden sérelmem, ami Gyuriék részéről ért. Nem válaszolt ajtajukba tűzött üzeneteimre, nem telefonált, noha megígérte, hogy szerveznek számomra iskolájukban egy szabad irodalomórát, ez is elfelejtődött, a mostani ebéd is mintha inkább csak próba lenne.

Bírálgató nap. Barátom meg az öcsém tévedéseit, melléfogásait, jellemgyengéseit forgatja agyam. Nem vagyok már olyan gyanútlan, hogy ebből is csak az én igazamat mentsem. Feladatok, hogy kapcsolataimban megtaláljam az ellentmondásokat. Akiről rosszat gondolok, mondok, szerethetem-e igazán? Vagy csak az önszeretetemet akarom ilyen áron ebből is kimenteni. A másik arc kérdez: hogyan állok az anyagiassággal? Van-e, lehet-e tartalma, értelme az anyagi lemérhetőkön túl életemnek? Az önzetlenség nem maradt-e pusztá ábránd? A mohóság mennyire veszélyezteti egyensúlyomat? Nem túl erős-e bennem a szerzésvágy? Adás helyett is nem kapni-e? Visszavenni az árnyékomat, hogy a véleményekből, ítéleteimből feladat váljon. Nem az a fontos, milyennek látok valakit, hanem ahogyan egy-egy helyzetet megélelem. A döntés előtti tépelődéseim, majd az, hogyan határozok végül.

(A golyóstollból kifogyó festék vajon nem azt jelenti-e, hogy mind ezekről nem kurjantgatnom kell, nem kikiáltoznom, hanem némán szembesülnöm velük? Egy-egy helyzetben tárgyilagosan látni magamat, nem felmentést keresve. Ha nekem van mentségem, nyilván másoknak is.)

Hamisság lenne azt mondanom, hogy ezzel bárki vétkei magamra veszem. Talán csak annyi: nem azonosítok senkit a gondolataival, cselekedeteivel, különösen nem a hozzám közel állókat: barátomat vagy öcsémet. A megítélés hajítófát sem ér. Magam kiemelése a világból,

az se. Ha bárkit megértek, nem szükséges rá hasonlítanom, úgy élnem, viselkednem ahogyan ő. A torok, mell és arc nyitottsága.

Míg idebent a naplóm fölött gubbasztok, ajtóm melletti üzenődobozba levél kerül:

Elsbethnek van egy használt kis számítógépe, de nem hibátlan, a lemezmeghajtója rossz, és akadozik olykor a billentyűzet is. Javaslom, kábellel csatlakoztassunk hozzá egy másik klaviatúrát (bár ez így kissé körülményes).

Elsbeth szeretné ezt a komputert neked ajándékozni, ha elfogadod:

Hartmut.

Hogy micsoda? Hordozható számítógépet? Mi ilyenkor a teendő?

A meditáció után ki is próbáljuk, a billentyűzet most jól működik. Ha akarom, vigyem fel máris a szobámba, ismerkedjek vele. Azért csak várjunk vele, gondolom én, míg az álom hihetővé válik.

December 24. A nap végére az útvesztő kanyarulatai is elsötétednek, alig beláthatók, az idő mélyén félhomályból sejlenek az események.

Ádám-Éva, ajándékozzatunk. A szomszéd lánynak egy svájci maláta-kávéját. Behív a szobájába, mert ő is tartogat számomra valamit. Huszonhat éves, de alakra kislányos, sokhajú baba. Látom, a párnáján játékmackója fekszik, ez a hálótársa.

Az ünnep résén betörnek a keresztény szokások, a vegetárius asztalon hal, tojássaláta, teával hígított forralt bor. A gazdaságis megorrintja kényességemet, mivel nincs, aki elmosogasson, rögtön besorol a csapatba, így kerülök egy időre újra mosogatógép mellé. A tányérokat, edényeket némi undorral fogom, elszoktam az efféle próbáktól.

Feljövet küszöbömön egy számítógéphez való *egér*, Hartmut ajándéka. Vadonatúj, formatervezett darab, zavarba ejt az ajándékoknak ez a bősége. Hogyan mondjam meg ennek a derék legénynek, hogy sértődés azért ne legyen belőle, túlzásnak érzem már a kényeztetést.

Igyekszem elmélyíteni a légzést, köldök alá lenyomva, a levegő kiengedésekor a gát izmait összehúzni. Forróság, testi-lelki jóérzés. Tudom, persze, hogy a módszerek esendők, mélyebbről az igazi tartás. Vele egyszerre elveszettségérzés is, mintha elnyelt volna a mérhetetlen erő, emésztődöm a hónapok közt, menteném magam forróságából, jegéből. Pedig ennyi öröm esztendőre is elég volna, ha jól gazdálkodnék vele, ha elosztanám, ha megnyílnék mindennek. Amikor már csak magát adja a szó, akkor tüstént elhallgatni.

Ami marad, a behangzó templomi ének, harangzúgás, a juharszi-
ruppal édesített forralt bor, meg a füstölők illata, míg ránk nem tör az álomosság.

December 25. Kerítésalaplazon állok, a hiányzó lécek helyén. A barátomnak az a véleménye, hogy most kellene meghalnom. Maradjak fönt a kőtalaplazon, olvadjak bele a kerítésbe. Amit kimondok, nincsen mögöttese, fedezete. Nem jól ejtem az idegen szavakat, a mostani létformám pedig nevetség. Közben odaér anyám, hogy megfőzze az ebédet. Deszkaépítmény, kerti lak mellett várakozom. Innen indulok a városba, mintha a pozsonyi Mihály kapu utca felső részén volnék, ahol utcai zenészek éneklík író barátom dalait, hetente új folytatással. Rejtőzve élek, idegen néven közlöm írásaimat, de az olvasók meg a szakma is felismer. Talán barátom is tudja, hogy a kerítésléc foghíját nem én pótolom, hanem két széles fenyőlap.

Ahol a hajnali lejegyzés olvashatatlan, a nappal szavai, értelme. Így lesz a nappali fényből álom.

A belső tűz öröme megújítja csodálkozásomat: ezek a kedves lángok, melyeken elég pillanatonként a *halott test*, s a hamuból valaki kikel.

A meglepetések haszna. Ülünk a Benedek Teremben a fal felé fordulva, mikor valaki benyit, *a gongot, üsd meg a gongot, Imre gyere!* Flurina, a gongosunk kivár, én felállok, elindulok, ekkor szólal meg az üstgong, menet közben hajlok meg. Willigis megérkezett, ő top-pant be váratlanul, kocsijából kell a párnákat, alátétlapokat kiségitenünk, úticsomagjait szobája ajtaja elé felvinnünk.

Jóézés lenne-e vajon elhallgatni mindent, nemcsak ítéleteimet, elegyes véleményeimet a világról, hanem még azt a *hírelni valót* is, ami velem történt? Megint érvénytelen kérdés. A leírtak fényében értelmetlen is.

December 26. Amire gondolok, az már nem az igazi. Sejlik odakint-ről, hogy morajló autókkal, teherkocsikkal közelednek a köznapok megint, és iszkol előttük tova a csendes éj.

Számítógépes barátom újabb ajándéka: egy fekete sokzsebes bőrtáska. Úgymond jó lesz a számítógépnek éppen. (Amikor fejcsóvalva megköszönöm, kiderül, ő is ajándékba kapta Willigistől, mivel nem használja, úgy gondolta továbbajándékozta nekem.)

A számítógép, amin dolgozom (Hewlett-Packard Vectra), meghibásodott, csak vészprogrammal működtethető. Az oldalakat mind lemezre mentem, ha netán mégis megbolondulna a gép, ne vesszen kezem munkája sem.

Egy korty barnasör a kolostori ebédlőben. Tizenkét év óta most először. Aligha szokom vissza a poharazgatásokra. Drága ár lenne érte a meditáció.

Istentisztelet. Megszületünk a világ teremtőjéből.

Tisztának lenni, naponta megújítva kívül és belül. A teremtés csodájának ártatlanságát, tisztaságát megérteni.

Felmutatja meggyalázott kezét. (Kicsoda? kérdi később elolvasva, hogy másokat megelőzzön.)

December 27. Addig fészkelődöm, készülődöm, míg véget ér az év. A végére minden jóra fordul? Ej, azért mégsem. Bár érdemes a jót végére hagyni. Hogy a kezdete is jó legyen.

Bevégeztem-e a munkám? Mára igen. A végek viszonylagossága. *Mindennek vége*, mondjuk, s épp ekkor kezdődik valami új. A végszó utáni szavak. Végezni a dolgunkat nem jelenti, hogy befejezem, hanem a *benne létre* utal. Végezni magunkkal, önzésünkkel, ennek

egészen alkotó módjai is vannak. A teremtő vége a teremtés kezdete. A végben ott az ég, a tűz és a tágas térség.

Hallgatjuk a csend (keresztény) hangjait. Az éjszaka szavát. A sötétség beszédét. Kontemplálunk. Mint ismétlődő álomban: újra a tavalyi arcok, csak kissé gyűröttebben, megviseltebben. Mintha időnként egy-egy tunikás, tógás alak is feltűnne közöttünk, a negyedik századból, bár ez csak bennem képződik meg.

Ez a keresztény hang, aminek most a csendje, károgja már kétezer éve, hogy vége a világnak. (Ami igaz is. És kezdődik, teremődik újra pillanatonként.) Ennek a hangnak szőlői gyűjtögetnek azóta szorgalmasan, nekiveselkedve követőket, pénzt, látszaterenyeket. Századunkban hangos lett a véget jövendölés, szaporodnak a világvégészek: jehovások, adventisták, még hány kétségbeesett, megkeseredett csoportosulás. Azt hiszik, ők üdvözülnek csak kiválasztottként, a többiek viszont mind kárhozatra jutnak. Hol itt az isteni egységtudat, a világ szeretete? Ahol a hithez nem társul szeretet, megjelenik a fanatizmus. Ebből alakul ki mindig ugyanaz a rendszer: parancskiosztókkal, végrehajtókkal és elszenvédőkkel. Ehhez már az istennek annyi köze van csak, mint más egyéb emberi hülyeséghez: teremtményei dolga. Hogy is lehetnék én addig boldog, míg másvalaki szenved, elkárhozik? Mások rovására üdvözülni? Ez az önzés vallása volna.

Miért fontos (valakiknek), hogy a *csend is biblikus* legyen?

Mihelyt megérkeznek, kárálnak, vihognak, kopognak cipőjükkel. Ezek a keresztény tyúkok, gondolom indulatosan; no ezt azért nem, háritok is rögtön most pedig bevallom.

Az ember alapvetően képmutató, kétlaki lény volna? Vajon ez életi-e a kereszténységet a maga tömegességében, hatalmi hálózatával? Vagy mint minden ítélet, ez is csak elmemű, hideg szív dobbanása? Miért viszolyogtat a kolostor boros barátainak világa? Mert ami rájuk bízott elkötyavetyélik. (Dünnögi a moralista.) Ez így nem is egészen igaz.

Talán nagyobb alázattal, barlanglakó remeteként, aszkézisben a puszta kiáltó szava lehetnék, inkább, mint ingerült észrevételeimmel.

A SALOM mantrával zárjuk a napot. Legyen béke! Az első kedves mosolyra leteszem a fegyvert.

December 28. Üvegcséréppel megtisztogatni a kérget, háncsot egy szép formájú ágról, hogy fehérebb legyen. Lassan, milliméterenként haladva. Ez aztán a vérbeli meditatív munka, mondta kedvesen a bencés barát, aki a műhelybe bevezetett. Hanem lassan, módszeresen csináld! Ezeket a fehérre pucolt gallyakat, ágakat használják az *ikebanat*álakhoz dísznek, háttérnek, középpontnak. Az üvegcséréppel tisztogatás remek türelemfejlesztés. Rányomulok, gyorsítok hányszor. A magam akaratát, feszességét kényszerítem a munkára. Lassítok, ízlelem magát a folyamatot, belélegzem a fa illatát, érzékelem mozdulataimat, lazítok. A gerincemet, vállamat is elengedve. Így egyesülés a munka. Nem könnyű egy ilyesféle ág természetét követve megmunkálni. Kiderül, milyen feszességből erednek mozdulataim. Nyilván a gondolkodással is így vagyok, minél merevebben, annál elítélőbb. Viaskodom a történelemmel, egyházzal, mindez csak árnyéka a belső harcnak, egyensúlyvesztésnek.

Ha nem azért szenvedtem, hogy mások szenvedését megértve segítsek rajtuk, megpróbáltatásaimnak nem sok értelme volt.

Okoskodom: Milyen ostobán sáfarkodunk talentumainkkal. A kerti séta idején ül egy nő a pavilon fedele alatt és dohányzik. Tágra meredt szeme: maga a kétségbeesés. Hogyan segítsek rajta? Dohányos koromban magamon sem tudtam.

Csupasz, fekete ágrajzolatok az alkonyi ég vibráló (kép) ernyőjén.

Egymaga játssza színész, aki vár és akire várnak. Hol az egyik, hol a másik van a színpadon. Mindkettő hiteles.

Willigis: Sokféle igaz út van, de a tudatos jelenlét kimunkálása mindegyik irányzatban fontos. Az istenismeret önismeret is. A valóság megismerésébe a megismerő is beletartozik. Sőt: vele kezdődik minden .

Harmadszor találkozunk, harmadjára kérdezi meg, meddig maradok a házban. Megmondom. Tudom róla, hogy súlyos beteg, így aztán ízetlennek találok arról kérdezgetni, hogyan érzi magát. Nyelvemen a kérdés, de inkább hallgatok. Ő a beszédet választja, december vége, és milyen meleg van. A fal mellett egy-két aranyeső már virágzik. Séta közben az egyik vízcsap közelében én is láttam egy kis sárga kankalint kinyilni.

Az egók kitüremkedései. Hol egy pár fekete harisnyás női láb vetődik ki a többiek közé az alátétlapról, hol a hátadhoz nyomulnak, hol meg a sor torlódik, mert egy kövér, lófarkas nő hátratett kézzel, peckesen sétálgat, nem ügyel rá, ki van előtte vagy mögötte. Ezért toporog aztán kínlódva a körben legalább harminc ember. Ezt csak így lehet elviselni, elhatárolódva, nehogy olyan legyek, mint ő – bo-csássá meg az ég ingerültségemet.

December 29. Nem várni eredményt, nemcsak a gyakorlástól, a munkánkat is így végezni. Kedvvel, lelkesen, de nem haszonra nézve. Ha célért gyakorlunk, fizetségért dolgozunk, máris ellepnek a tervek, ábrándok, jövőképek, szerepek, mintha azzá válhatnánk, akinek hisszük magunkat. (Bizonykodunk, hogy a civakodásban mi ártatlanok vagyunk, megfélemlézve róla, hogy nemcsak a vásár, a veszekeedés is kettőn áll.) A munka teljesítményvárás nélkül is eredményes.

A siker érzését, persze, melengetem magamban. Amikor az üveglappal megmunkált ágdarabot nézegeti az ikebanás barát, elismerően hümmögve rám mosolyog, mestere, nagy mestere vagy te ennek; mindjárt szerénykedem. A délutáni testkiigazításon helybenhagyólag simogatja meg karjaidat, gerincedet egy fehér ruhás nő. Nem hiszed azért, hogy ennyire helyes lenne a tartásod, mégis jólesően nyugtázod.

Tehát van az eszmény és vagyok én. Kettőnk között különbség, ami megnehezíti, hogy eszményivé váljon a munkám. A túlzott gögösség, önbizalom se jó, ingerülten, ármányt sejtve, kétségbeesve fogadni a válságokat, megpróbáltatásokat. A krízis átvészeléséhez erő kell, belátás, ami pedig a pökhendiségben eltékozlódik.

A tartás. Ha a kiigazító nyugtázza vagy ha nagyon rájavít, legyen mindegy. Maradjunk egyensúlyban. (Kimondani könnyű.)

December 30. Konyhásunk nehezen viseli a csendet. Végignyéri a alagsor folyosóját, segítőivel hangosan tárgyal, nem csak a szükségeseokről; ma rám csapott vacsora után, várjak egy keveset. Bevezet az ebédlőbe, mutatja a cserepes növényt, hogy nem jó mellette eljárni. (Az asztal végén ülök arra szoktuk megrövidíteni utunkat, hogy a torlódást elkerüljük.) Azt hiszem, szívességet akar, ki szeretné vitetni, de nem, csak a jelenetért csinálja. Belém köt, pedig ma nem is arra hagytam el a termet. Három ebédnél segítettem neki a tálalásban, úgy látszik, ez a törlesztés. Ha mindjárt megértem, mit akar, a szám elé teszem a kezem és otthagynom, mint Szent Pál az oláhokat. Nyilván mást alázott volna meg helyettem. Most már késő, boldszámba vettek.

Leírom mindjárt azon kavargásosan, megzavartan.

De nem írhattam ki magamból. Az esti szemlélődés idején is a sértettség. Hogy válaszoljak? Álljak bosszút? Adjam vissza a karácsonyi ajándékát? Éretlenség volna. Ajándékot visszavenni, -adni gyerekesség. Megsajnálom, amiért ilyen nehéz természet. Ennyi introvertált ember közt egy kifelé forduló lény. Odadobom egómat ennek a napnak, vélem. Most a jelenlétem fontosabb, mint kesergésem. De az akaratom veszik. Más ügyek sajdulnak fel. A szentendrei zencsoport; több mint két hónapja elküldtem nekik kolostori naplómát, azóta semmi jel, se zok-, se dicsszó. Beszélhetnek nekem ezután udvariasságról, társasági formákról. Ez részükről most több mint barátságatlanság. Az ajándék könyvekről sincs vélemény. Gyűrődöm, elégedetlenkedem. Az érzés, indulat megkeresi tárgyát.

A sportolás öröm feliratú krémszínű gyakorlóruhájában a kis tó partján állja végig a szemlélődést. (Miatán lejegyzem, villan föl az emlék, ő az az üdvözült mosolyú, aki a mesterünk jobbán ült, ebbéli szerepében naplómában is megjelenik.) Ma korábban értem oda nála, a közelből jelzi, fázós az időnk. Belemerengünk hármásban a közös tudattalanba (rajtam kívül még két nő), látjuk a felszínén jégbőrző vizet, az elszáradt, szél mederbe döntötte nádat, a mélyben lassan elúszó piros és fehér halakat, a tavirózsák mérgezőld levelét, a parti kis kőlap fülkét, a bambuszszálakat. A látvány olyan, amilyen mi vagyunk. Áldás ha gondolatok, érzés nélkül, tisztán nézhetünk.

Később a japánkert szikláinak mögül a levele hullott sövényen át látom, a sportmezes lány járja a labirintust. Megáll az útvesztő közepén, némán várakozva a bikára.

Kissé hórukklegénynek tartanak itt engem. Nem takarítják ki maguk után a kapok pihéit szöszölők a termet, engem kér meg a csomagküldős, hogy végezzem el. Két nagy szivacs lap érkezett, föl kellene vinnünk a padlásra. Az egyik végét én fogom. Délben segíteni a tálalásban. Ez a morcos ember. Zárójelbe küldi az örülőt (aki kapott egy kulcsot, ráadásul bejárása van a beszélgetőszoba számítógépéhez, a sok kedvezmény, ajándék megtetézéséért).

Ilyen ez a nap, amelyiknek a reggeli keretléce hiányzik, nem akaróván fölkelnem a napot indító szemlélődésre. Védtelenségemre máris ráérez a környezet, bennem a Panaszos Péter, kétfelől egyszerre támadnak. Így gyűrűzik az időm a beléje csobbant eset körül.

(Apró betűim. Vajon mit mondana önbizalmamról az írásfejtő?)

Tolsztojt idézem füzetem elejéről, ideillik. A világ ellentmondásainak forrása az önzés. Kerekedjünk hát az ellentmondások fölé, szemlélődéssel, munkánkkal, életünkkel. „Csak az a halhatatlan, ami nem én vagyok.”

Még egy idézet ágyba kísérvőnek: Jobb semmit, mint semmiséget csinálni.

December 31. Kinézve kertünkéből: szemben a patika saroképülete. Füstüveg ajtajában a sárgán világító benzinártáblák tükörképe, a fekete betűk, számok persze fordítva.

Üldögél a macska egy lapos sziklakövön, ágdarabot nyújtok feléje, azzal játszik, ekkor odakint petárda robban, az állat hátsó lábára ülvé fölmagasodik, teste megnyúlik, maga a figyelem, szépség.

Megírtad már a naplód mai adagját? – kérdi a gazdaságisunk barátja. Meg, hogyne. Ez csak tréfa. Már este van, amikor pár morzsát, forgácsot idementek, hogy mégse legyen az évi utolsó üres lap.

A kis tó partján sziklalap fülkéjében gyertya ég. Fénye tükröződik a vízben. (Most ablakomból a sötét kertben árva pilács.)

Petárdák durrannak, harangkongás. Mi csendben töltjük az eset, üldögélünk, mise, az év fordulóját átszemlélődjük.

Kintről robbanások, tűzijáték pattogása. A gyertyástalat körüljárjuk.

Itt, a társaságban ér a felismerés, hogy milyen magányos, ügyefogyott, modortalan öregember vagyok én. Csak a vágyaim maradtak fiatalok.

1999. január 1. Az átmásolt oldalak után az első – mai – bejegyzés, hogy a gép újra szabályosan működik. (Ez nem metafora.)

Szabadnap. Svédasztal. Délelőtt fél tizenegykor az első étkezés.

A város utcáin mindenütt petárdapatronok, sörös- meg borosüvegek cserepeivel, a parkban még pléhhordócskát is láttam, s egy lánc vesztett kerékpár falnak támasztva a kastélykert bejáratánál.

Piros, sárga, narancs meg zöld léggömböket dobál a híd alatti zúgó aljában a folyó, el- és visszasodrónak, labdázik velük a zuhatag. Innen, a tajtékozó árból, úgy látszik, nincsen kiút.

Az ünnepnap csendje. Tavaly fönt a szőlősdombi kis kápolnában köszöntöttük az új esztendőt. Az évkör, némi zenes szakadással, bezárult.

Mennyi apróság, ami fölkar, izgalomban tart. A könyvkiadó még mindig nem utalta át a tavaly októberben megjelent könyvemért a tiszteletdíjat. Tavaly megjelent három könyvem, és mindmáig egyikért sem kaptam egy huncut vasat sem. Milyen idézeteket válogassak ki gongszolgálatomra? Megértik-e majd az én németségemet? Legyen köztük magyar bölcsmondás is? Így akár halandzsázhatnak is.

Kérdések. Több mint az esti idézet. Ezekből egyik éppen Eckhart mesteré. A *miérek* nélkül élni. A nyugtalan, kíváncsi, kétségek közt vergődő, türelmetlen ember sokat kérdez. Éljük bizonytalanul gyermekéveinket korosan, fáradtan.

Január 2. A sárga léggömb mára eltűnt, a többi viszont még mindig táncol, ugrabugrál a zuhatag fehér habjain.

Választhatok bármilyen utat, a szembesülést magammal nem kerülhetem ki.

A belső beszédőtől nem hallom, mit mond a csend.

Járom a tartományi palota függőkertjeit, bekukkantok az ablakokon a télikertbe a narancsfákra, melegkedvelő növényekre, a jég meg hó elől bementett barokkos puttókra, szobrocskákra, torzókra. Szürke meg zöld. A két *észet*: term- és műv-.

Akár egy végtelenített film a jövő-menő csoportokkal. A néző feszeng, milyen szerepben is látta legutóbb azt a szigorú arcú szőkét?

Csak ülni akaratosság, beavatkozás nélkül, de azért szabályosan, tartással, megtapasztalva, hogy tétlenségünk a határtalan, egyetemes mozgás, munkálkodás része. Ez maga az élet, mintha nélkül. Érezzük-e sorsunkban az egyetemes, végtelen akarat erejét, hálával, alázattal fogadjuk-e vagy szabódunk, rúgódozunk ellene, így aztán a mi ellenszegülésünkéből keletkeznek fájdalmaink, a büszkeségérzés vagy a tehetetlenség keserve. A csendes ülés nem akarattalanság, lemondás, hanem tartás, az ellentétek közt kiegyenlítődség, egyensúly tanújának lenni, megtestesülni benne. A cselekvés nem az ellenszegülésé, hanem az azonosulásé, beolvadásé.

Tolókokocsis nő a zendóban. A szemlélődés után a máltai szeretetszolgálat kisbusza áll meg az udvaron, gördülőlévéllel felvontatják székestül a kocsi belsejébe, épp ekkor lépek ki az udvarra, látom az utastér fényében szép arcát és egyiptomi módra nyírt szőke haját.

A nem cselekvésben a cselekvés magva, a teremtettség.

Vihog a kertben a lány. Bolondok kockás ruhában, csörgősapkában a lángoló tó körül. Hal szálldos felettük, pirosan izzó pikkelyekkel. A bambuszlevélkéék zöld szemérmét becézi a zsongás; a

bolondok tánca az életet ünnepli. A sötét időbe ajtók nyílnak hangtalanul, egy lépéssel álmodba toppansz, ablakán át elnézed hosszasan, hogy egy vállkendős asszony szamócával telt háncksosárral jár-kei dúdolva a mályvaszín ég alatt. Még több barnát, szólsz a kandalló előtt heverő kandúrnak, máris mélyebben, sötétebben, teltebben dorombol.

Január 3. Kérdéseim közül ködképek rémlik a közvetlen megtapasztalás. Miért? Mire mindez? Élni csak úgy, mint a legtöbben, menve foghatóbb, láthatóbb célok után. Mégis bent maradok a körben, járok a többiek előtt, után, között. Nézőponttól függően. A sok kérdeznivaló viszont eltölt, a miért miértet fial, a válasznak már nem marad méltó helye.

Alig van becsülete a teremtés ajándékainak, a tudatosságnak, az egyensúlyt teremtő, erőt adó légzésnek, az ép fogaknak, eltékozoljuk, pocskéba kerül, amink megadatott. Addig őrizgetjük hívságosan életünket, míg hovatóvább közpréda lesz. A tömött fog vagy a híd az élő, lelkes anyagnak már csak tárgyi utánezata.

Ha most *itt* ez az út, hol vagyok én? Mit keresek, ha minden jelen van?

Esőben a japán pavilon faszindelye alatt. Izgalommal nézem a lapos kő víztócsájára pergő esőcseppeket. Belép egy csinos lány, a hátam mögött hanyatt vágja magát, széttárja karjait, jobb tenyerébe csöpög az égi áldás. Most két csoda között, az esőé, amit látok, a lányé, akit inkább csak érzek. Fölvillan közben egy kis vers is; elengedem az érzéseimmel.

A valóságtapasztalathoz a hit kevés, a módszer pedig nem üdvözít. Mit tegyünk, hogy a gyakorlás ne váljon szokássá, gépies időtöltéssé? A köznapok adják egymás után a feladatokat, de ha csupán a köznapokat látjuk, eltévedhetünk. Mi legyen az életünk kerete? Közösség, természet, alkotómunka? A létünk tudatossággal, mélységgel vallássá tehető, hitelesen, nehogy képmutatóvá, álszenteskedővé váljunk. Közvetlenség, természetesség, egységben élés; a mester példája. Mások tekintetében meglátni magunkat.

Hagyd az önellenőrzést!

Pár pillanat míg a képzeletben elhaladunk jó másfélszáz kilométert és három napot eltöltök a német-magyar lánnyal. Magával ragadott innen, mert megbabonázta lényem a lelkét; a légzésem, akár a tenger dagálya, elmossa a folytatást.

Kedves, érzékeny lélek, de miért nyitja-csukja olyan zajosan a szobaajtót?

Ágakat hántolni, fehérre csiszolni üvegcsereppel, ez lenne a nekem való foglalkozás. Életem végéig elbíbelnék üvegdarabkáimmal, faágaimmal.

Hanem most lefeküdni, s holnap háromnegyed ötkor ébredni arra, hogy tudatos vagyok. Ami erre ráakódik, test, érzés, gondolat – ráadás csupán. Hagyni a napot, történjen velem. Közben ébernek lenni és természetesnek.

Január 4. Üldögélve átugrani egy napot. Átlendülni minden fölött, ami benne volt. A tó, a sziklakövek, a balra billent világ elmarad, oldalt a rózsaszín hold. Az üvegtető alatti jelenet is, amikor egy lány testgyakorlásba kezd, visszanézve szétterpesztett lába közt, nem tudom, mit láthatott arcomon, mert ölére elégedetten tekintgetve mindjárt beballag a házba.

Mennyi szó hallgatva is a mai napon. Mennyi vajon?
Természetem a munkában, légzésben, üldögélésben.

Eloldom a csónakot, de nem értek az evezéshez, hullámok dobálnak. Egyensúlyozni, hogy föl ne boruljak.

Január 5. Reggel negyed hatkor, mielőtt megnyitnám a bejárati kaput, megillet a sült kenyér szaga. A főépületet és a hátsó szárnyat összekötő boltív előtt néhány méternyire érezhető a leg-erősebben. A közeli pékség köszöntése. Öröm ígéretével indul a nap.

Délután, amikor lejegyzem, írni nem is, járni csak megrendülten a kertet, megtorpanva a japánkert kőtömbjei előtt, a lapos szikla mélyedésében az esővíz, benne a remegő faágak, köztük egy kicsiny ég. A tó közelében egy számomra ismeretlen növény virágain egy-két méhecske zöngicsél.

Ennyi szó már elég, hogy kiűztessek az egyből.

Fél öt délután. (Odabent) folytatódik a csendes ülés.

Ha most az emlékeim közül kéne hasonlót keresnem, az öröm igaz, elevensége bálná. (Amikor a sötétből éppen ragyogva kivirágzik.)

Küzdelem, hogy írjak-e, s ha igen: miről?

Mint munka közben a rossz beidegződések kilazítása, eltörlése, nem görcsösen, de határozottan tartani az ágat, s az üvegcsereppel, teljes jelenemből tisztogatni. Kívülről nem látszik talán rajtam ez a folytonos visszaigazodás (bár az arcom időnként csak-csak megnyhül), a munkavégzés, fészkelődéssel, mocorgással – folyamatos.

Nem az a fontos, hogy kiről-miről, hanem *hogyan*, milyen szelvényben írsz (vagy hallgatsz.)

Kapuzárás után leballagok még egy korty teára az étkezőnkbe. A madonnaarcú bécsi lány tűnődve kanalazgatja a délről maradt citrancs belét. Láthatóan a közeli búcsún révedezik. Körbenézegetve számba veszi a helyszín tárgyait, a régi szerzetesi asztalokat, virágokat, a fűszerestálcákat. Ujjával mutatja is szemétől indulva a képzelt könnycsepp útját, jelzi hogy megsiratja. (A szobája ajtajára ragasztott bohóc jut eszembe, aki annyira nevet, hogy sírásnak látszik, vagy olyan keserves arcot vág, hogy az már nevetséges.) Otthon üres lapok várják, hogy megfogalmazza rájuk szakdolgozatát és egy klinikai pszichológusi munkahely is. Egyikhez sem igen fűlik a foga. Néma szócserénk után föl a szobámba, ő pedig szorgalmi feladatként üldögél még egy kicsit a zendóban.

Január 6. Az esti bölcsmondáshoz keresgetve lapozgatok idézetgyűjteményeket, régi japán verseket, németre fordított haikukat is. Az ilyen idézetek fölött átsiklik az ítélő tekintet: *Boldogságom a kötelesség. Vigaszom a munka. Élvezetem a szépség.* Inkább a régi mesterek; nyersebbek, bátrabbak, természetesebbek is. *Egyetlen jó szóban három télre*

elegendő meleg, vélik a mongolok. A hallgatásban, ha helyénvaló, nemkülönben.

Már csak a narancsszín léggömböt dobálja a zuhogó alatti hullámzás, a régi malomtól pedig besodródik a folyóba egy sárga luftballon, sodorja lefelé az ár.

Január 7. Miből fakadnak a barátságok, hogyan kötődnek az ismeretségek, miből a szerelem? Jó lett volna még régiesebben megfogalmazni, hadd érződjék, hogy minden kapcsolatban adottság, sorsszerűség, elrendeltség is sejlik.

Ez a madonnaarcú lány, aki majd elutazóban, olyan kedvesen, figyelmesen rendezte meg búcsúestjét, miért éppen a ház karbantartójának és mókamesterének vonzásába került (egy ideig azt hittem, szorosabban összetartoznak), miért annak az ősz hajú nőnek közlébe, aki augusztus óta a ház lakója, akivel szilveszter éjszakáján az éjféli mise után olyan veszett csiribiribe kezdett. Észérvek akadnak: anyát vagy szeretőt (vagy pótlót helyettük) keresünk magunknak, ha egy mód van rá, de a mélye, hogy kapcsolat kötődik, ennek titka feloldatlanul, megmagyarázhatatlanul szép.

Az első kép róla: az én arcom visszatükröződése. Csak aztán tisztul meg, hagynunk kell.

Két hónap alatt nem hallottam annyit beszélni, mint az elutazása előtti utolsó másfél napon. Nevetgél, szívélyes. Figyelmessége, kedvessége közben nem sekélyesedik.

Ha ilyen barátnőm akadt volna huszonevésen, hol lennék most vajon?

Gondolataim, érzéseim a távozót kerülgetik. Jó érzés, hogy ilyen ügyesen, egyszerűen és szépen rendezte meg búcsúestjét. Mindegyikünknek egy méhviasz gyertya, kis indiai füstölőcsomag, egy kézzel írt idézetszalag. A karbantartó üzenődobozában levélke, csokoládé, küszöbe előtt a kölcsönkazetták, a tegnapi búcsúestről megmaradt üveg bor. Bár büntudatom nincs azért, mert az én modorom barbárabb, nyersebb, darabosabb az övénél, de a példaserűség tagadhatatlan. Szeretnénk mindnyájan a jobbhoz közelíteni. A szebbhez, igazabbhoz, javítom, kétségbeesetten érezve, hogy milyen viszonylagosan. A természetesebbhez, hitelesebbhez? Ez viszont már így

eléggé szólamos lett. (Közben behozza a számítógépes barátom a lányom telefonlevelét, rögtön elolvasom. Hosszú séta után az anya munkahelyéről küldte faxon.) Nehéz visszatalálni a búcsúzó arcához, bár itt a kézzel írt naplóm. Ebből folytatva hát: megtanulni, hogy a szerénység, csendesség hatásosabb, mint a magamfajta viselkedése, aki folyton főszerepben villogna a színpadon, ha netán félretolják, megsértődik hatalmasan. Ez nem modorbeli kérdés, hanem érettségünk mércéje. Amikor a tolókocsis nő begördült meditációs-termünkbe, ez a bécsi Mária volt közöttünk az első, aki kilépett párnája elől, hogy helyet alakítson a befordulóknak. Mennyi ruhával, fölösleggel érkeztem ide is. Hiúságom mércéje a sok gönc. Az ő csomagja mindössze két közepes utazótáska. Emberi szépsége az, ami mesteremmé teszi. Sok minden még persze. Nem hivalkodó adakozása is, ami neki láthatóan fontosabb a kapott ajándéknál. Megítéléseim köde fölszállt, maradt a tiszta madonnaarc, a félig hunyt nagy szemek, s a szép csengésű, ritka hang.

Január 8. Elmélyültebben, figyelmesebben, oldottabban farigcsálni, csiszolgatni az ágat, hadd csiszolódjak közben magam is. Ez lenne a mai jelszóm, sorsa, mint többi elszánásaimé; nem sokat ér.

Az ágak igen, láthatóan, én viszont: nem tudom.

Csapnivaló oltárőr lennék alighanem. Lóhalálában loholok le az Olümposzról az utolsó pillanatban, pedig a meditáció kezdete előtt jó tíz perccel már helyemen kellett volna lennem. (Torokfájás, alighanem vírusos fertőzés, talán a huzat is, meg aztán a sok tejes, nyers étel. Nyilván idegi, lelki okai is vannak, ezek a fontosabbak. A torokcsakra a transzcendencia kapuja, a kapcsolatok központja, a kint és bent közti egyensúly[vesztés] mutatója, a szótértés, kimondás helye. A rövid, zaklatott éjszakák, a korai ébredések is megcsappantották erőtartalékaimat. Ideje volna a tisztítóböjtnek is.) Szóval a mulasztásaim, amik aztán felzaklatnak, hiszen becsületeembe váganak. Az oltármécs kialudt, ezt is csak később vettem észre. A szórakozottság elő-előszivárog az idő résein. Ekkor érezhetőbb. Van meditáció (elszórakozás, képzelődés), evés (levegőnyelés, mohóság), sőt munka közben is (ráfeszülések, sebek, lehorzsolódások jelzik a figyelemzavart).

Gongszolgálat alatt is az *én vagyok* érzése a legerősebb. Hogyan mondom el a napot záró bölcsmondást? Zazen közben többször elismételgetem magamban. A záróceremónia folyamatát ugyanígy, pedig csak ülnöm kellene. Hagyni, történjen velem, általam az idő, ebben tudatosan, éberem megmaradni. Gondolom, ezek nem csupán magán gondok-bajok. Mennyi idő még, hogy mindez feladattá váljon?

Amit keresel, az nincsen. Ami van, kimondhatatlan – szól a ma esti bölcsesség.

A szórakozottság! Félig zárt csapokból csöpög a víz, a ruhatárban felejtett dolgok sora: esernyők, papucsock, kesztyűk, sálak, a szobában hagyott ébresztőórák, az étkezöben evés közben az edénycsörömpölés, zajok, s hogy nem veszem észre a szomszédomat, amikor teát akar, a kilincs után nyúló kéz, miközben a szem másfelé figyel, a jelmezszerű arckifejezés, kulcselvestések (vajon hová lett az én irodakulcsom? Eleven példaként én is ide tartozom, jegyzem meg egy hét múlva. Este már az öröm hangja: a keresett tárgy a nadrágom zsebében rekedt, a zsebkendőmben elkeveredve). A lelkeségi ház átmenő forgalma, lám, egészen életszerű.

Január 9. Üresíts ki magad, hogy beteljesedhess. (Németből magyartom ezt a Szent Ágoston-i gondolatot.)

Bár mint a bűvészpohár. Amennyit kiöntünk belőle, annyival több marad. *Belegondolni* elég ijesztő.

Gondolataim kínja, nyomorúsága. Hogy elvonnak a levegővétel, a megtapasztalás eleveenségétől (erre gondolok), érezve a tehetetlenséget, a csapdát. Képtelenség akarni a nem gondolkodást. Amit hártunk, jelen van. Érzem, hogy belepnek a fogalmak, a szavak. Késérű ezt bevallani, de elhallgatni sem üdvös.

Úszok-e már, vagy még mindig csak készülődöm, fészkelődöm, óvatoskodok, vajon nem túl hideg-e a víz? De hát nincsen túlsó part, folyó sem, mérlegelésem *tárgyitalan*.

Sohasem *csak* gondolkodom. Fekve, ülve, járva, ebéd közben, a munkámból. Mindig foglalkozom közben mással is, vagyok valahogyan. Ettől választanak, vonnak el gondolataim. A gondolatok közvetlenségétől viszont a tevés, a cél.

Minden mozdulatom abból a sötét, ismeretlen, kemény göcxből. A mozgás, munka is magamba zár.

Eltűnik lassan, kicsúszik alólam a szobapadló, itt maradok ágyamon heverészve a múltban.

Életem eddigi legfontosabb sejtelmei, felismerései itt értek alighanem. Ez nem gondolatokat, fogalmi tudást jelent, inkább sugallatosságot, sejtelmet a lét és az igazság alapjaiból. Biztonság és bizonytalanság. Mihelyt számot adsz a jóról, rosszról, már nem az.

Hogy új érzékenység volna? Korunk embere ingerlékenységet, nyugtalanságát, zaklatottságát véli érzékenységnek, testszerűen, a régi korok érzékenységénél általában felszínebben, torzabban, betegebben. Az igazi fogékonyság ártatlan, eleven, egészséges. Így hát nem tűzöm ingemre ezt a cédulát sem.

Mivel, miféle fordulattal kérkedhetnék én itt, ha lenne rá szavam? Nem tértem meg gyülekezethez, közösséghez, egyházhoz, viszont hitehagyottá sem váltam. Természetesebb, nyogodtabb, lelke-sebb keret a korábinál, közvetlenebb, mélyebb élet, megrendítő az öröm és rettenet egyetlen *színben*.

Nem tudom, micsoda jobb, ezt leírni-e vagy meghagyni a maga csendes működésében. Leírva bizonyosabb a bizonytalansága.

Érzékenység, közvetlenség, természetesség. Milyen *haszna* is lehet ennek, ha nem ócskul modorra, mesterséggé, hitté vagy élet-szemléletté? Annál egyszerűbb, esendőbb és hatalmasabb. Nem az enyém, de részesülök belőle. Annyit kapok, amennyit magamból adni tudok.

(Két meditációs szakasz közt a kerti sétát jegyzeteimmel lépem meg. Az ellentmondások tétova zárándokaként.)

Nem esek ettől kétségbe, írnom kell, mert ha nem, a sétát ellepi alighanem a belső beszéd, fogalmazás, ez most így kedves, nekem

való áldozatnak látszik. Örülök, hogy megfogalmazhattam: bármi villanás belőle csendes, mondhatatlan.

Ma két esemény is elcsábította párnáikról a szemlélődőket. Az esti istentisztelet, majd vacsora után a bábszínház. A szomorú királykisasszony nevetésével térhetünk nyugovóra. Egy szál nő játszotta bábjaival, beleélve, sugárzón. Az aranykacsát fekete szoknyája ölhasítékából vonta elő, mintha szülné. Mitikus volt: egyszerre közönséges és szentséges.

Játszani, nevetni is tudnak, ez nem most derül ki először ebben a házban. Jó, hogy itt valóban barátok közt vagyok. Torokgyulladásomra illóolaj, gyógyasztillák, és ráadásul egy japán légzéskönnyítő elixír.

Január 10. Valaha más néven sikeres író voltam, most akkori tehetségem morzsájából élek, jó ez is. A sikerességben eltékozlódtam az életem, a mellőzésben visszakaptam. Boldog ismeretlen didereg az idegen nyelvű tiszafák közt a parkban.

Amiért törekszem, amire időmet vesztegetem, amin becsületem kicsorbul, testem vásik, merő káprázat.

Most, hogy ezt kisóhajtom, a középpontig lélegezni, érinteni a tüzes magmát, innen szerteáramlani.

Ha már ilyen komoly a valóságkeresés, itt a helye a tegnapi mesének.

Élt valahol hajdanában egy király, volt neki egy szép, fiatal lánya. Hanem halljunk csak csodát, a szépséges királykisasszony naphosszat bánkódott, szomorkodott, hasztalan várta felséges királyatyja, hogy legalább egyszer elmosolyodjon. Kidoboltatta hát, hogy aki megnevevetti, jókedvre deríti a lányát, ahhoz adja feleségül, vele hozományul a fele királyságát. Ami megnevevetti, az égig érő fa lombjában található, a próbát tevő szerencsefinak fel kell érte másznia.

A közeli erdőben éldegélt egy szegény favágó népes családjával. Három fia, mihelyt a királyi kihirdetést meghallotta, elhatározta, szerencsét próbál.

Először a legidősebb fiú ment ki a fához, leült a tövében, elővette elemózsiját, amikor ráköszöntött egy vénséges vén apó, enni, inni

kért a legénytől. A legidősebb fiú ráfordult, nincs fölöslege, amit bármiféle jöttmenttel megosztana. Ám később hiába rugaszkodott neki, nem sikerült a tetejetlen fára sem feljutnia. A favágó középső fia is hasonlóképpen járt. A legkisebb fiú viszont jó szívvel megosztotta hamuban sült pogácsáját és forrásvizét az apóval, aki cserébe megígérte, hogy teljesíti három kívánságát.

A legkisebb fiú feljutott a fára, mert ez volt az első kívánsága, s ott fészékében talált egy aranylibát. Haza is vitte örömmel. Hanem ez a liba olyan csodálatos jószág volt, ha idegen kéz érintette, menten hozzáragadt. Így járt a favágó mindhárom lánya, egy polgár, majd egy pap is. Ahogy e furcsa menet élén a legkisebb fiú a királyi palota elé ért, a királykisasszony éppen a palota erkélyén álldogált. Mihelyt megpillantotta az aranyliba után kanyargó kiabáló, civakodó menetet, fölnevetett, és hahotázva hívta királyi öfelségét, nézné meg ő is ezt a furcsa embersort.

A legkisebb fiú kérte jutalmát a királytól. Helyette újabb feladatot kapott:

Van énnékem az éléstáromban egész hétre való kenyere, a pincém tele borral, ha mindezt holnapra virradóra elfogyasztod – mondja a király –, neked adom a lányom.

Töpreng a legényke, mit is tegyen, ekkor eszébe jut az öregember, akinek ételt, italt adott. Kap is segítséget egy feneketlen bendőjű szellem képében, aki a királyi sütőde kenyereit az utolsó morzsáig feléli, a borospince hordóit mind kiissza.

Lakodalom helyett újabb feladatot kap Hans, a legkisebb fiú. Olyan hajót kell készítenie, amelyik vízen, földön és levegőben is jár. Az öregapó segítségével elkészül a hajó, és mivel a királyi éléstár és pince üres, menyegző helyett világ látni indul az ifjú pár. Csodálatos bárkájukban nászutaznak hegyen, völgyön, vízen, üveghegyen át. Hajókáznak ma is, ha meg nem haltak.

Egy szegény szemlélődő pedig így ékeskedik vala a mesebeli aranyliba tollaival.

Január 11. Érezhetjük úgy, hogy mély megtapasztalásban részesültünk, de az evésünk továbbra is kapkodó, gépies marad, a mohóságunk sem múlik el, szórakozottak, nyugtalanok maradunk. Lelki élmények

érnek, megtérünk, aztán cigarettázgatva, kávéét hörpölvé kinyilatkoztatjuk, hogy a tudatosan megtisztított életrendet kell mindenkinek követnie. Megtérünk egy tanhoz, akik nem azt a jelképrendszert követik, amit mi, elfordulunk tőlük. Önhittségünkben azt gondoljuk, ránk bízta a teremtés, hogy a tan tisztaságát akár erőszak, hamiskodás árán is megóvjuk. Inkább csak természetesnek, közvetlennek, hitelesnek lenni, a személyes mércét fölcserélni egyetemesebbre. (Ez csak akarattal aligha.)

Az elítélés is eltávolít a valóságtól. Rabőröm ez is.

Megtapasztalásunk mélysége köznapjainkból méretek le. Életmódunkban, viselkedésünkben tükröződik-e a megtérés vagy sem. Magunkat feledve térünk-e meg a teremtéshez, vagy csak eszméinkhez, gondolatainkhoz? Mit tehetünk, hogy újjászületésünk után ne csak egy-két napocskát éljünk, visszadaráljon magába egészen a köznapiság? Gyakorlásunk az állandó megújulás esélye. Ám még ekkor se biztos, hogy az elért mintát folytatjuk. Napjaink, éveink kisebb-nagyobb válságokkal telnek, a lelki út nem csupán a benső kincsekkel jól gazdálkodó ember gyarapodása. Persze szeszélyesség sem.

De mit tudhatok én erről? Talán csak annyit, hogy egy átélési, megtapasztalási szint után már képtelenség, árulás, elzúllás úgy tölteni időnket, mint annak előtte.

„A néma, aki álmát nem mondhatja el senkinek.”

Látszik-e rajta, amikor ezt leírja, amikor az ágafát tisztogatja üvegcsereppel, segíthet-e a megoszthatatlan álom?

Ha Buddha visszalép, nem tanítja, amit fölismert, ha Krisztus szót fogad a kísértőnek. A fák suttogták volna a tant, a sivatagi szél hozta volna az emberek közé.

De nemcsak a néma álma mondhatatlan. Mindegyikünké. Hiszen az egység történetének egy darabja, szavak nem férhetnek hozzá, mert kétségesek.

Január 12. Tegnap háromsorosom prózává kiterítve. Hullongó hóban kongatom este kint a japán harangot. (Ami így egészében nem tényleges. Bár volt havazás, harangkongatás meg én is, akiben ezek

találkoztak.) Reggeli üdögélésünket a hókotró kisgép berregése kíséri, az ablakok mögött folyik a hó eltakarítása. Délelőttünk jelvényei: hólapát, seprű, talicska, homok.

A behavazott fenyőfákra rásüt a nap és nagy cafatokban csúszik le róluk a hó.

Maradék munkaidőmben két borszagú barát közt serénykedem a kolostor könyvtárában. Módom adódott eltűnődni azon, hogy őrzőiknek, gazdáiknak mennyi haszontalan limlom, porfogó kacat mindez. Egy korszak vége, írásos emlékekben; kötetek rítusokról, istentiszteletről, a bölcsesség kincsestára sorozat fóliánsai. A polcokról lepakolunk, rá egy tologatható fémpolcocskára, ki a folyosóra, majd egy idő múlva megint vissza. Ne mondja a világ, hogy nincs változás.

Minden üres, csak a szeplőtelen fogantatást leíró gépben vár egy történet némán.

Az alhasba belelegzés kiszorítja a fölösleget a testiekből, az anyagiakat legalábbis.

Az utolsó bejegyzés óta eltelik némi idő, amikor bennem hárman találkoznak. Az egyikük, Shivananda szerint a teremtés, keletkezés hangja az Om. Csou-cseng ellentmond. Az üresség a Mu-val szólal meg. Ernő atya úgy véli, a teremtés hangja az Amen. Némi tanakodás után kiderül, hogy amit a három szerzet őshangnak vélt, az csupán különféle hagyományok *megszólalása*. Ebben egyetértettek mindhárman, és csendes testvéri hallgatásban időztek jó ideig.

Hiteles megszólalásainkban közös a csendünk, ebben ismerjük fel önmagunk korlátait és a teremtés mértéktelenségét.

A mantra akkor válik hússá és vérré bennünk, ha mi egészen beleeolvadunk, mantrává változunk. Ha minden tevékenységünknek, ízeknek, színeknek, hangoknak is forrásává válik.

Csípejét előrenyomva dobog sarkán az oltár felé. Itt ül az örökláng bal oldalán elszántan (én pedig jobb felől), olyan akaratosan, ami nyilvánvaló kudarc. Képtelen beleoldódni a gyakorlatba, elengedni magát, ő nem részesülni akar a mérhetetlenből, hanem meg akarja

hódítani, minden maradék nőiességét erre áldozva. Akár a többi vesz-
tésre hajló, nem egyesülni akar, hanem győzni.

Január 13. Hat éve itt él a házban. Ma együtt dolgozunk, az ő segítője,
beosztottja vagyok. A konyhai öltöző zuhanyozófülkéjének elrom-
lott műanyag sínjét cseréljük ki. Közben hallom, fülelek a légzésére.
Túl felületesnek, gyorsnak érzékelem. Újabb érv, hogy az enyémet
elmélyítsem, mert hajlamos vagyok a sekély légzésre (meg az ítéle-
tekre és a rossz tartásra is).

Amikor minden megáll telten, ahogy felhízik a vízcsepp, a hideg-
ben jéggyöggé dermed. Semmi sem moccan. Megfagyottság in-
kább, nem nyugalom. A *reményke* sugdos, majd csak elolvad. De
nincsen *majd*; a most adatott meg a tapasztalatnak.

A kertben *valóban* olvad, a fazsindelyről csöpörészik a víz, a ká-
sás fehérség alól fölsejlik a kavics és homok, a havas körök elsöté-
tednek-feketednek.

Az időm megint; nem tudom milyen napunk van.

Naponta írni, folyton a megírhatatlanságról.

Az idők rendjéből legalább egy órát betűkre szánni mindennap,
rendszeresen. Nekem, aki folyton *kerülgetem* az írást, túl szertartá-
sosnak, fogadalmasnak látszik. Maradjanak inkább szertelenek, su-
gallatosak ezek az oldalak, az elengedettség kísérletei. Könnyűek,
de talán nem felületesek, sokfélék, bár remélhetően nem zagyvák.
Nem határozok el semmit. Önáltatás volna azt hinnem, a sorsomról
én döntök. A gyeplőt viszont tartani figyelmesen, biztos kézzel, ne-
hogyan a kocsi árokba fusson.

Január 14. Megesik olykor – rémületemre –, hogy történeteimnek, ese-
teimnek csak a határtalan fényes tere marad. Bosszankodom, majd
lassan földerülök, megújulósan az ábrázolás *teljes lehetősége* adott.
Az én felelősségem, hallgatok-e vagy sem.

Ma kétszer is föl villan az üresség. Épp a bécsi lány búcsúzását má-
soltam gépbe, amikor belépett a beszélgetőszobába bürös barátom,

hozva lányom telefonlevelét. Odaírtam (zárójelben a búcsúest közé-
pébe), és elnyelte a gép. Megírtam ismét, újra csak a fényes képernyő.

Holnapról visszaugorva: csak *hám* alá szorult a mondandóm,
nem kell újra átmásolnom; ott hevert bebatyuzva a labirintus egyik
kanyarulata után a fal tövében. Ügyetlen bűvészinasként meg-meg-
nyomok egy gombot, máris zúdulnak rám a következményei.

A megírás akadályaitól telik a napló.

Egyszer majd bejön értem is a zendóba, megérinti vállamat, ki-
vezet, gondolataim, emlékeim, terveim közül a végtelen éjszakába.

Addig viszont egy-egy ráncot hőseim arcára, elsimítani egy ked-
ves homlok redőit, derús tekintetet a képernyőt szomorúan bámuló
helyébe, hadd ez nézzen olvasómra, s érezze ő is, hogy írásom
egyensúlyba hozás; ebben időzünk.

Kértem egy fehér ülőpárnahuzatot, megtömtem kapokkal, ami-
kor fizetésre került volna a sor, Elsbeth csak jelképes összeget foga-
dott el, megáldva munkámat és a zafut is.

Nem volt eddigi életemben olyan hely(zet), ahol annyit segítet-
tek, kedveztek volna, mint itt a házban. Mindezért mit tudok adni?
Igyekszem mindenkől a legjobbat, de a lelkes munka is az én hasz-
nom, gyarapodásom, a figyelem nekem áldás. Adós maradok hát,
míg a kiegyenlítésnek módját nem találom.

Január 15. Másodszorra már könnyebb a kulcsmásoltatás is. Számlát
kérek. Adódik viszont egy kis hiba. A piros számozott bilétából há-
romszögletű nincsen, csak kerek, ez viszont megzavarja itteni pe-
dász kulcsrendszerünket.

Jó egy kissé megnyújtani kiküldetésemet, visszatérve ugyanis
a konyhán segíték a mosogatásnál.

A délutáni zazen alatt, háborogván a párnán, az utolsó menet
idején fölmenekülök a szobámba.

Tallóztatok a kerti bejegyzések közt.

Szikla lenni öröm. Belseje kívül, bőröm alatt.

Az autómoraj ellentpontja itt a kertfalakon belül egy cinke gyönyörű cipityelése, a hóvirágokba zárt fehér derű.

Ami sötét, zavart, bennem van. Menekülhetek bárhová, nyugtalanságom mindenütt bűnöst talál.

Hallgatni inkább? Most nincsen miről. Annyiféle, -fajta, hogy kergetik egymást. Látszatra szóval gubbasztás.

Ez is csak hasonlat. Leginkább istenre szeretnénk hasonlítani, legfőképp rá nem hasonlítottunk. (Hiszen ahhoz üressé kellene válnunk egészen. *Szeretnénk* nélkül.)

Amiben máskor egyébként derűs, nyugodt vagyok, most nem jól viselem azt sem. Odahagyom az asztali üldögélést is. A folyosói dúdolás, ami különben ír a hideg tagokra, most zavaró közjáték a szobában veszteglőnek. A nyugtalan ember azon mérgelődik, miért is nem képes megnyugodni. Már holtfáradt, de még mindig a mókuserékben fut körbe-körbe. Mikor éri el a megálljt?!

A hitetlenség hitünk ára. Gyötrő a lelki szárazság, sivatag, az oázisra találás öröme annál nagyobb, minél vigasztalanabb volt a pusztságban. A nap hevét, tikkadtságot szenvedő ezt legfőképp észreveszi, forrást kell találnia, hogy az ő boldogságává is váljon (vele a sivatag is). Körülírom, másra nincs erőm; az egyéni szenvedés esendőbb annál, hogy másokat felderítsen, *megváltson*. Ez is túl ismert, mégsem tudjuk: elveszettségünk mélyén találni rá önmagunkra.

Ütöm verővel az udvari harangot, cz az én hangom. Átható, érces, békességet jelentő.

Az egyensúly öröme ez is. Bimm-bamm.

Január 16. Mihelyt gondolkodni kezdek róla, kiválok belőle, eltávolodom, kívüli leszek. Magamról gondolkodom. Pedig magamból kéne.

Amikor csak látszik, már nincs *csak*, nem keresek hozzá szavakat, mert szólanul igaz. (Írom.)

Micsoda távlat pár négyzetméteren: kőszálak, esővízben tükröződő ágak alatt, között, fölött az ég.

Nézem (a rügyeket, felhőket) nevük előttről, teremődünk éppen, kifeszünk zárójeleinkből.

A konyhásnő vacsora előtt az ajtó mellett állva: miért ütöm meg *rögtön* az üstgongot (az ő vacsorajelzése után azonnal)? *A tanfolyam miatt, tudod.* Mindegy mibe, kibe öklöz, csak puha legyen, csak ne kelljen hallgatnia saját (belső háborgását). Ehhez meglehetősen kötöz(köd)ni való bolond vagyok, nem nyelvelek, nem vágok vissza.

Csao-csou megint, a nagyok közt legelső, a Majna hullámain táncoló léggömbök miatt. Egy szerzetes azt kérdi tőle:

Vajon az újszülöttnek már mind a hat érzéke megvan?

– Olyan, mintha egy labdát dobnál sebesen zajló vízbe – felelte a mester.

– Mit jelent ez?

– Gondolkodás és gondolkodás éjjel-nappal, megállás nélkül.

Csak nézni a labdát, hallgatni a zúgó morajlását. Nem szaporítani a gondolatokat, még a mesterekét sem. (Lám mégis!)

Az okosság már azt is híreli, hogy napos időben jó sétálni a kertben. A többi: néma ajándék.

„Csak ha mindent feladtatok, találtok meg mindent.” – írja Dógen mester.

Akár a vásári szöveggép. Beledobsz egy márkást és máris bölcsmondást hallat. *Elromlok* inkább. A napzáró ceremóniára tétovázom egy zen-idézet meg a néma meghajlás közt, majd végül háromszor koccintom össze a teremfelügyelős falapokat. Utána senki nem nevet, senki nem sír. Bár az egyik nő megölel, mosolyog, nagyon elevenébe talált a jelzés.

Amíg készültem erre a *jeles* megnyilvánulásra, mennyi belső beszéd! Azt hiszem hallgatásunk, csendünk nemcsak belső mélységünk, hanem érettségünk, bölcsességünk, részvétünk fokmérője is. Ami érték, a hallgatásunkban kiteljesedhet.

Január 17. A lépcsőházban találkozom egyik tavalyi hosszú idejűs társnőmmel, a pszichológussal. Csak úgy árad belőle a gyakorlatiasság, a tettvágy. Még a kérdéseit is ilyenek vélem. Mit csinálsz itt *megint*? Üldögélek. Nincsen munkád? Ahelyett, hogy ügyesen visszadobtam volna a rongyot: ez az én munkám, és nem is kevés, mentegetősfélén válaszolok. Itt is megtalálom a teendőimet. Két

hónapra jöttél, ugye? Nem, háromra. Száz napra. Elköszöntem, mert várt odalent az üstgong, s a gyakorlati számon kérendőkre magyarul is csak nyöszörögve válaszolnék. Ő meg lobog tovább föl-felé a lépcsőn, tekintélyes aktatartójával kezében.

Ma újra találkoztunk. Kiderült néhány napig meg(sz)áll itt a házban. Nyilván szüksége van egy kis magához térésre.

Ebéd után fölballagtam a hagymakupolás kegytemplomhoz. Körötte, fölötte erdők. Fölfelé vezetőben Krisztus keresztútjának állomásai, águk csonkolta platánok. Fönt a templom melletti Mária-kápolnában fogadalmi táblák, offerek: lábak, kezek, nyelvek, fejek, bábuk, nyilván a gyógyítandó testrészt jelképezik. A kápolnácskában erős kölniillat, mécsesek lobognak karéjosan, több szinten az oltárt körbevevő polcokon, néhány ember gubbaszt, beszélget, mormol a padban. (Később kiderül, hogy mindez a fekete madonna köré szerveződik, akinek szobrocskáján alighanem átnéztem.) A folyosón két tárló, az egyik a betlehemi születést ábrázolja, kis festett szobrocskákkal, a másikban a kápolna ábrázolása, feléje vonuló zarándokok, papok, barátok, polgárok. Ha pénzt dobnak a tárló melletti perselybe, az ablak mögötti tájak fénybe borulnak. A folyosófalon egymáshoz zsúfolódó naiv festmények. Az egyik egy szerencsétlen atyafit ábrázol, akin átgördül a székér. Első rátekintésre a kép legalább kétszáz esztendősnak rémlik, megnézve alaposan, észrevezem, alig harminc éve festette az ügyes kezű tanulatlan falusi piktor.

Oroszos hangulat, lám, a domb aljában egy orosz termékeket árusító bolt, sok matroszka babával, belülről egymásnak támasztott képek, festmények sejlének.

Telefon Budapestre a búcsúpalackok ügyében. Talán hiedelmes könyvem tiszteletdíja is megérkezik majd.

Január 18. Reggel, bár fölélbredek, nem kelek föl, és az első zazent elmulasztom. Az észnek megint van egy kicsiny látszatgyőzelme, érvényesítette különállását. Érzem a bedarálódás, bejáródás veszélyét. Nem az itteni rendbe, hanem ennek megkerülésébe. Talán ha hosszabb időt töltenék itt, naponta hadakoznom kéne azért, hogy a napirend ne váljék gépiessé, ne ímmel-ámmal végezzem a gyakorlatokat. Vagy

inkább stréber lennék, mihelyt némi szabadidő, máris dobognék nadrághogtatva az oltár melletti párnám iránt.

Figyelem magam, mikor váltok, zökkenek gépiesbe, ám nem kérkedhetem azzal, hogy a figyelmem töretlen és erős.

A gondolatokból a kérdés. Miért is? Itt vagyok, ennyi. Habzik, zúg, föl-fölcsapódik tarajosan, fehér csipkéekkel, hullámzik, csobog, a kőgát-ról vastagon fényes kenőolajként csúszik le a víz, ebből a sárgás tömegből az örvények, zuborgás, moraj az öreg Majna-híd alatt. Ülök egy ligeti padon, és míg ezt írom, a móló és köztem egy néger nő elhalad.

Akár a légy, visszaröppen a kérdés. Bírnám-e türelemmel a kolostori szigort, még egy kis magánpróbával meg is nehezítenítve, vagy inkább kitörnék előbb-utóbb? Vagy egyszerűen belevesznék. Jobb a zajlásba, habzásba szórtlanul, mert ez most minden kérdésnél, gondolatnál fontosabb. Ez a válasz.

Január 19. Szabadidőmben a számítógép előtt ültem, a sok közelpéptől káprázik a szem. Nem vagyok-e túl hívságosan, érzéken a színen? De igen. Hiába rejtegetném, kerülgetném, szépítgetés lenne. Ebben vagyok most, ebből kell kilépnem, akár szakadt félcipőmből.

Kontempláló csoport érkezik, este már velük vacsorázunk. Mi áthelyezve a Benedek Terembe, a templomi hálaadó énekek és az orgonagyakorlás alá.

A lépcsőházban megint találkozom a pszichológuslánnyal, most én kérdezgetek. Dolgozik, hogyne, van munkája, de a volt keleti térfélen időben is többet kell eltölteniök. Ez napi három óra többlet (a nyugati német munkahelyekéhez képest). Majd csak teljesíti egyszer ő is a *rábízott* feladatot, azzá lesz, aki valójában, nem pedig aki lenni szeretne, akkor ülőpárnáján is kevesebbet moco-rog majd. (Szomszédai nagyobb megelégedésére, imígy az egyik szomszéd.)

Még legalább huszonöt nap a hazatérésig, de képeim, terveim közepette máris megcsap a búcsú szomorúsága.

Az idő, gondolja a szomorú férfi, mennyiségként aligha számít. Egy pillanat végtelenítheti ittlétemet.

Háttérbe húzódni, s így szem előtt maradni. Az úton talált búcsúcédulák egyike.

Ha így haladok, ilyen öles léptekkel, kihullik belőlem majd hamis énem, már csak mássalhangzókkal fogok írni. Mr csk msslhangzkkal fgk rn.

Aao í. (Valahogy így.)

Január 20. A tudatos pillanat. (Nem értelmi, gondolati tudatosság, persze.) Teret, egyensúlyt, mélységet, világosságot ad mindennek, ami közben történik, van. Tétlenségében járni, enni, ülni. Mihelyt számot adok róla, már nem lehetek belül. Kiléptem. Kiűzettem. Emlékem sem lehet, mert az nem az, ami vagyok, nincsen se múltja, se jövője, belőle semmi sem következik, ami okszerűség. Legfőljebb én, te. Határaink.

Közvetlenül, szavak, bölcséleti rendszerek, módszerek nélkül megtapasztalni a valóságot. A keresztény hagyomány isten sejtelméről, a zen az üresség átéléséről beszél. A tantra, ami szerint minden szent(té tehető) számos rítusból, utalásból, gyakorlatból áll. Mitikus háttere van. Mi az, ami nem ilyen vagy olyan hagyomány szerinti közvetlenség? A nyugati gondolkodás kegyelmi állapotnak nevezi, belátásnak, a zen azonnali megvilágosodásnak. Nem kell hogy hit, rítusok, keresés előzze meg. Bár nem tudhatom, sejtem, hogy a végső valóság nem értelmi, de nem is ész ellen való.

A nem-tudás rendszereiben is mennyi visszahőköltető magabiztosság, nagymellényűség. Vagy csak az én félszűségem torzítja ilyené? Föl-föltámadó rendszerellenességem keres magának fogódzót? (Azért persze anarchista sem vagyok, mert ez is világnézet, jelszavakkal, jelvényekkel, célképzetekkel.) A jövő a jelenünkhöz képest (nem mondható tovább, mert nyegle lennék. Ennyi mégis, hogy nem óvatosságból.)

Minél több szó, annál sötétebb.

A tüskét tüskével piszkálni ki a húsból.

Hagyni, hadd derüljön ki. Öröm, amikor megtapasztalom, a szemlélőben az elengedettséggel könnyebben egyensúlyt teremtem, mint a küzdelem, a harc.

Észreveszem, tehát nekem (is) szól. Ül mellettem, vacsora után vagyunk, nyugtalanul tárogatja, harmonikáztatja a két térdét. Meg kell várnunk a lassúbb evőket vagy a nagyobb bendőjűeket, ő ahelyett, hogy az ülést, várakozást, légzését vagy nyugtalanságát tudatosítaná, a jóllakottság érzését szertesugározná, valamit örölgelve magában szórakozott, felajzott. (Mellette a megítélő szomszédot is abban a bordában szótték. Beleavatkozik mások ügyébe kéretlenül, maradna bár bőrén belül, és ismerne önmagára.)

Kiderül, a naplóm mindegyik hőse, szereplője én vagyok.

Rágódom a krajcáros tiszteletdíjakon, a lassú, nyúglódó lapcsinálókön, nincs olyan rejtett helye a háznak, ahol nem találnának fel. Még a pihenőpárnámról is majd' leszorít egy-egy szerkesztő (imágó). Hagyni kell, majd csak rám un.

Lemondani a megszerzett tudásról, az ítéleteket elengedni, ez is válhat a tisztázódás útjává. Figyelni ami külső(nek látszik) és ami belső(nek látszik).

Nem is kellek már én, hogy otthoni ügyeim rendeződjenek, sok minden történik *magától*, kézirataimért a pénzt kifacsarják azok, akiknek szüksége van rá.

Közölnek, hallom, a böjti naplóból, de azért nem túl sokat, nehogy túllépjék az udvariassági keretet. (Augusztus óta náluk az írássom. Megvárják velem, úgymond a nagyböjti időt. Nehogy az olvasó esetleg időszerűtlennek találja.)

Nem a könyvekből olvasni.

A hóban addig követni egy madár nyomát, míg végül magad is könnyűvé válva föl nem röppensz.

A szegénység, szűkösség, ínség öröme. Ennyi szó épp elég, megértenek, én is értek másokat. Ez az alap egy félvilágos, félsötét élethez elegendő is. Ennél többel, már kényelmi fölösleg: cifrázás, árnyalatok, pontosítás, turkálás a nyelvi limlomokban, okoskodás, történetek, műviség, irodalom. Az egyszerű, kopár beszéd szépsége. Ha valaki így nem ért, az már anyanyelvemen sem, amit mondok legfőljebb fogalmukkal van tudatában, emberi tartalmukkal viszont nem.

Körmenet. A gyertyák helyett () lobognak. Kerülgetjük a csendet, a kimondhatatlant.

Január 21. Csak csinján azzal az értéssel! Azt ajándékoznám el, amim nincsen. Ma például hosszú fűrófejekért (der Bohrer) küldtek a műhelybe, még kis helyszínrajzot is kaptam hozzá, azt hittem rendet kell raknom a polcokon, különválogatnom a kis, közepes meg a nagy *micsodákat*, a műhelyben körülnézve, meg a rajzra pislogva döböntem rá, hogy a helyszín sem segít, vissza útra küldőmhöz, mondom neki, nem értem, mit kell végeznem, nos akkor átjön velem ő is, mutatja a fali polcon, ezek a hosszú fűrók, ezek kelleneek most nekünk, átlikasztjuk az irodafalat. Úgy is lön.

Az értés elegendő voltáról ezért egy kissé visszafogottabban.

Max, a karbantartók legmókásabbja munka közben derűsen megjegyezte, hogy finom süteményt kapunk ebédünkhöz. (Ezt pedig az étkezöben szokás elfogyasztani, kávé, tea kíséretében, jó félóránnyival a főétkezés után.) Az ebédttől rögtön egy kis munka, föl kell vinnünk a jógazsönyegeket a pincéből a meditációstermek előterébe, közben az alagsor folyosóján szembetalálkozom munkatársammal és főnökömmel, tányérján két süteménnyel iszkol tova édesszájú testvérem.

Nem ellenőrizni, kontrollálni, mert ettől begöröcsöl a test, gondolkodás, elveszik a bizalom, meghittség, bensőségesség, és támadhat a moralizálás. Az ellenőrzés bizalomhiány. A lelkes élet viszont bensőséges, mélyről fakadó, nem válogat a helyzetek közt, számára minden jó(ra fordítható), a teremtés megtestesülése.

Ha folyton arra figyelnék, mennyi kijavítani-, megváltoztatnivalóm van, folyton magammal viaskodnék, egy lépést sem jutnék előre a súlyosbodó büntudattól.

(Halványuló írás. Váltott tollakkal a szótlanóságig!)

Pocsékolós, önző, falánk – figyelmeztet, milyen mértéket veszteni, egyensúlytalannak lenni. Mikor mellette vagyok, igyekszem példás maradni. Nem könnyű.

Elengedni, hogy megmaradjon.

Hogy *nekem* ne legyen valamiről gondolatom? Legyek lelki kódís?

Fölmérem a japán pavilont, ha egyszer majd búcsújáró hely lesz a ház, ennek kis famásolatát árulni kegytárgyként. Majd az óramra nézek és *el.* (Nem én vagyok, nem, csak játszásiból egy nő helyett.)

Ha én is iszogatnám a babkávét, kétszeres süteményadagokat ennék, még nehezebb lenne az ülés. Hanem mitől könnyebb? Ez nem kérdés, hanem feladat. Mitől könnyebb? Mitől olyan, amilyenek lennie kell?

Ettől mindig könnyebb.

Nyitom-csukom a számat, én tátogok és *más* beszél.

Január 22. A fiam fekszik mellettem az ágyban. De hát miért nem írtál? Egy levelemre sem kaptam választ. Kivárok, megérzem, amit mondhatna, most szinte helyette, de lágyan, hogy ne hangozzék durván, sérítően: *tahóság*ból. Hozzám búvik forrón, könnyes szemmel, bemászik felhúzott térdem alá, le is veszem róla, hogy ne érezze a súlyát.

A zenéből díszsás, a sásból napsugár válik és ebből újra zene.

Nekem sem kell kisebb-nagyobb figyelmetlenségért a szomszéd-ba mennem. Látom, hogy a mellettem ülő céklasalátát szeretne. Fogom a tálát, emelném, nyújtanám megszokottan, amikor érzem, hogy nem mozdul. A velem szemben ülő Max tartja, kissé tréfásan, mert szeretne ő is szedni belőle. Egy mozdulatban: udvariassági szándék és szórakozottság. A küzdősportban ez már műhibának számítana, rajtaveszhetnék.

A másik esetem mára. Vásárolok a városban jó kilónyi almát. Zacskóba is rakom az olcsóbbikból válogatva. A kövér pénztárosnő hadarva, tájszólásban mormol valamit, nézek rá, megismétli, nem értem, mondom, aha, nem érti; úgy vélem, többet számol, a drágábbik alma áráért. A számlát sem adja át. Hazafelé az almászacskót

lóbálva számolgotok, érvelek magamban, igazságot osztok némán, ez az őrlődés is felér egy vereséggel.

Míg én itt a messze távolban jegyzetelgetek, nem is sejtem, hogy odahaza egy új műfaj, a kolostori avantgárd megteremtőjeként tartanak számon.

De nem ezért kaptam ajándékot ma este. Hartmut barátom gyümölcstálja (alma, banán, kivi, narancs) várt a küszöbömön, miután vacsoráról felballagtam szobámba.

Álldogál étkezés után a *főasztal* végén, sötét szemüvegtokját a melléhez szorítva, áramlik kifelé a teremből az éhségüket elvert kontemplálók csapata, ahogy közeledem a várakozó felé, érzem, hogy ez valóságos közeledés, belül is történik, odaérve átöleljük egymást Beatricével, a mester egyik tanfolyami segítőjével.

(Hogyan jelez a testtartás és vele az is, amit kifejez? Mitől leszünk meghallói mások néma testbeszédének?)

Kis tálkával forgolódik, jön-megy a vacsora után, még némi salátát kiment a maradékból, pedig ott volt előtte, szedhetett elegendőt, de ez csak az övé lesz, megeszi egyedül, külön fent a szobájában.

Csöppnyi lány, huszonnyolc éves, harmincnégy kiló.

Visszatért a nőismerősöm, akivel egyik vasárnapi sétámon a kutyák megvilágosodástermészetéről beszélgettünk. Akkor elhatároztam, hogy majd otthon idomítgatja a házörzöt.

Van-e már a kutyádnak Buddha-természete?

Nem érti. Hogy micsodának micsoda? Megismétlem.

Már nincs meg a kutyánk. Továbbadtam, azok jobban gondját viselik majd, mint én. Napok múlva árnyalódik. Egy kutyapanzióba. Mutatom, hogy még csokornyakkendője is van. Igen, fizetni kell érte, cserébe viszont ellátják, tanítják.

Átölel nevetve.

Január 23. Álomban meghal anyám. Görcsbe rándult arccal fekszik a párnán. Mindig elővillanni kész mosolya is eltűnt. Apám viszont

él, fiatalabb, mint utolsó éveiben. A nagy szemű babokról, amit anyám ültetett mindenfelé a faluban, téglarakások mellé, diófák alá, nekem kell leszaggatnom a hüvelyeket és összeszedegennem a kipergett szemeket.

Egy érzés burkából, hüvelyéből kihullva hányszor születek a világra?

A mai nap tájolási pontjai: ágfargicsálás, meditáció meg számítógép.

Szétzedett az idő izre-porcikára, most darabonként rakosgatom össze magam. Nem elég figyelmesen, ezért aztán naponta újrakezdem. Hol a karom, hol a fél arcom, hol meg a térdem kalácsa kallódik el, ma megint a lapockám és combcsontom, számomra értelmetlen rendet követve, egészben sohasem vagyok. Mintha úgy születtem volna, azóta is fölsejlett egynéhányszor, bár talán csak káprázat volt.

Nézzétek, egy hiéna nyargal oldalbordámmal a würzburgi körparkon át!

Túljutni ezen az akadályon, ami most vagyok csak tudatosan, elmélyülten lehet.

Egyensúly, nyugalom, türelem – mihez kapjak előbb?

Fiatalabb lányom anyja, aki nem volt feleségem, talán özvegyemként megtalálja helyét. Most végzi az előkészítő tanfolyamot. Nem vagyok otthon, így őhöz küldetem a leveleket, tiszteletdíjakat. Az írásaimat viszont nem ismeri. Lehet-e enélkül egy életmű gazdája lenni? Engem már nem izgat.

Csinálok, amit különben is, bebúvok ágyamba, lévén kései az idő.

Január 24. Délutáni kiröppenésünk Swarcach monostorába. (A mi házunknak is ők a gazdái.) A templomban a középkori német misztikus, Hildegard von Bingen misztériumjátékát, az *Ordo virtutum* címűt adják elő. A cselekmény: a lélek vágyódása, törekvése teremtője felé, az

útbeli akadályok, amit az Eördeögh meg a lelki gyöngeségek állítanak. Az útján szerencséjére segítöi is vannak, az erények, lelkierök, példának okáért az alázat, szeretet, hit, részvét, ártatlanság, tisztesség, könyörület, türelem, szüzesség. A misztériumot latinul éneklük, egy-egy jelenet előtt a beszélö németül összefoglalja, ami a színen következik. Minden út a teremtöhöz vezet, persze ennek a játéknak is ez a vége. A lélek megvíván a kísértövel, istene birodalmába jut.

Én ezt a küzdelmet máshogy ismerem. Az erények hangja nem hallható, inkább ellentétek, hiányuk beszél rölük érzésekkel, sejtelmekkel. Ha mégis hangzás, nem ének, hanem nyüzszítés, káromkodás, gyöttelelem, a kínok mardosása és aztán – esetleg – a boldog öröm dadogása vagy derübe döbbsent hallgatás.

Szépek voltak a gregorián hangzású korálok, az *oltár, a keresztrefeszített fölé vetülök kerek ablak árnyéka, s ahogy áldozott le – odakint – a nap fogyott balról, majd halványodott is, félkörre, és D-vé változott, mielőtt kihunyott volna, még hályogosan, halványan megjelent kerek formája a falon. Ez az élök, lelkes mandala fordított úton járt vala, mint a szöveggönyve mögött sopánkodök lélek; teljesből, kerekből fogyott el (hogy bennem megéledjen), az anima viszont istenben kerekedett ki (beléolvadva). Ha még sokat mérlegelem, azt bizonygatom majd, hogy végtére is ugyanaz az irány.*

A játsszó személyek szerepkönyvükbe, a nézők java másorfüzetbe meredve. A templom, ami ennek a különbségnek burka, román kori csoda (vélem én, *pedig a harmincas évek végén épült, e századi, írom utöbb, immár okosabban*), felújítása ellenére is örzí hatalmaságát, egyszerűségét, méltó dicséretül teremtöeröknek.

Január 25. Ha a helyzetek nem védenek meg, én sem magam. Talán nem is erröl a világról való vagyok. Fogom az ajtó kilincset, amin át ki/be léphetek. Elfogadom-e vagy sem, küzdök ellene vagy szenvedek miatta, teljesen mindegy. Nem ezen múlnak a dolgok.

Mi az önérvényesítés alapfoka, amihez még ragaszkodni kell? Nem tudhatom. A sorsom nem észbeli tünemény.

Okoskodom mégis. Pedig nincs általános helyzet. Ez kiderül, *mihelyt* eljönnek alkalmaink.

Minden kérdésem fölöslegeimből fakad.

Vannak-e fölös dolgaim?

Igen.

Kellenek-e vagy sem?

Sem.

Megvannak mégis?

Sajna!

Ahogy már előadódott többször (szóban), nem szóbeli a válasz. Kinevet a szarka. Ehhez tiszta tudat kell.

A kérdések segíthetnek apasztani a homályt, de a fény nem rajtuk múlik, hanem (egyetlen) válaszomon.

Talált kép. Ül az ágyon kedvese mellett, aki könnyű hálóingében hozzábúvik, ő meg szerelmes levelet fogalmaz a lánynak, egy-egy hatásos, *találó* fordulatot törve fejt.

Juhsajt olajbogyóval, egy palack bort is kerít hozzá valaki. (Ami itt az étkezõben tilos.) Közben évődnek egymással. Rám néz a mókamester: ez viszont nem a nyilvánosságnak való. A krónikás visszabambul, mint akit bokán rúgtak. Én-e? Nem látod, hogy eszem?

Január 26. Sokszobás városi házban. Telefonálnék öcsémeknek, miközben vendéglátóimmal civakodom. A férfit leteremttem, kizárom a házból. Visszajön a másik ajtón. Vajon hol alszom én? Az anya pólyás gyerekével fölkel, átadja az ágycát nekem, ő majd a felnőtt fia mellé fekszik. A szomszéd szobában még üresek az ágyak. Lefekszem. Éjszaka kimegyek az udvarra vizelni, a nagy platánfák mind-egyikét megkerülgetem, egyik sem jó, az utcára nyitok. Valaki hazatér, befordul az utcaajtón. Visszamennék én is, de közben a ház megváltozik. Mosoda, mángorlóműhely, ahová benyitok, vasalt ingek, keménygallérok közt visszafelé, az udvarra mennék, egy pékségen át ki is érek. Máris a réten. Üldözöm elöl egy modern, üreges szoborba bújok. Körülvesznek. Egyikük benyúl, megtapogat. Előmerészkedem, épp egy filmforgatás kellõs közepén. Megkaparintom az egyik géppisztolyt, ezzel egéruat nyerek. Bekerítenek. A négy éles után már csak vaktöltény marad a tárban. Zsákmányolok egy másik fegyvert, föl a folyó töltésére. Ha sapkámat a gát tetejére kitömve fölállítom, csónakkal, elevezhetek. Mire a lentiek fölnesszelnek, már messze jutok.

A család visszajár. Hol a méltatlanságok, a vélt vagy tényleges gondok-bajok, az örökség körüli ügyeskedések, az apai földek igazságtalan elosztása. Mi ilyenkor a teendő? Ráhagyni a csalóra? Írogatni nekik továbbra is a karácsonyi meg húsvéti lapokat, mintha mi sem történt volna? Netán megírni, hogy igenis történt. Semmi sem jó.

Káposztaillat fölkereng a böjtös orr alá.

Levelet szeretnék feladni, s a bélyegkiadó gépbe aprópénz kéne. Kérdem a konyhásunkat, fel tudja-e váltani az ötösömet? (Ő gondolzza ugyanis étkezõnkben az ásványvízért összegyűlt aprót. De most a pénz nincs a szokott helyén.) Kiemeli a szekrényből a tálcát, és felvisít: *Szükszűt!* Érted? *Szükszűt!* A kétszeres *títok* kiáltásra mindenki fölemeli a fejét, felénk fordul süteményestájkájáról.

A parkban sétálva döbbenek rá, hiszen *ez pont az én esetem* a naplómmal. (Közhírré teszem, amiről legföljebb suttogni szabadna. Ha akad egy bizalmasom.)

Magányosságérzés. Most vajon elkülönülésem miatt-e (egyedül dolgozom egy pinceteremben faágamon, ebédre nem megyek) vagy máskülönben is. Esőre áll. (Érzékenység. Ingerlékenység.) Megtapsztalni, és visszaadni a természetnek.

Telefon haza(felé). A lányom anyja: *Az álom valósága* címmel kaptál levonatot a győrieiktől. Mi legyen vele? Olvassák meg csak a szerkesztő urak, ha nagyon fontos, hogy én is lássam, csak akkor küldje át ide.

Nem érdekel az irodalom, az én kéziratom sorsa sem igen. Ám nem erre, hanem a nyomában támadt riadalomra döbbenek rá. Mi lesz ebből, szentséges ég?!

A volt zsidó negyeden át. Az egyik kapu felett az írás: *Unser tägliches Brot gib uns heute.* (Vagyis: Mindennapi kenyérünket add meg nekünk ma.) Támadnak a társítások. Ha föl hagyok az írással, kenyérkereset helyett csak a könyörgésem marad. Derűsebben is: ma éhkoppon lévén, a szöveg rám érvénytelen.

Az örömlány, amikor észreveszi, hogy már nem öröm. (S nem lány.)

Két éve egy napon megéltem a teljes szabadság óráit. (Igaz, árnyékok is táncoltak – ritkásan – a fényben.) Ha most nem vagyok szabad, akkor ott mi történt?

A testem nem képzelődhetett.

Január 27. Nemcsak új nyelvet, vele új kifejezésmódot is tanulhatok, és nem fogalmi értelemben.

Mit fejezzek ki? Fölmondom a leckét: valódi természetemet, ami a sok ráarakódástól, fölöslegtől, nézettől, értéstől, aggodalomtól most alig sejlik. Időnként rágyanítok azért.

Mennyire mások a volt keleti (szocialistának nevezett) tömb emberei! Messziről fölismerszenek. Egyik társam úttörővezető volt, párttag is talán. (Most se sokat tétovázik, bevágódik bárki elé a sorba.) Ő már említődött az életközépi fordulat kapcsán, építészből pszichológussá szeretné átképezni magát. Keresménye: időnként taxizik, zazen után rá-rágyújt, de azért nagyon jámboran áll a párnája előtt.

A másik építészünk is *keleti*, olyannyira, hogy Romániában született, szász, a nagyapja még kitűnően beszélt magyarul. Erdély meg az ottani zavarodottság. Ami elsősorban emberi, vélem, majd csak ebből következően politikai, gazdasági. A rendszerváltozás afféle ruhacsere volt, a belevaló a régi maradt. Aki ügyesebb, akár tíz jóféle öltözetet is megkaparintott magának, az élehetlenebbje meg letett, kopott göncökben jár-ke.

Benyitok közös fürdőszobánkba. Fogmosás után szász kenyerestársam a tükörbe vicsorít.

A délutáni ülés telt is, üres is. Bejön Willigis, közel ül hozzám, szinte a hátam mögött. Ómiatta-e, nem tudom, egészen tiszta pillanatok, értelenül, elragadtatott és tudatos vagyok.

Ismerem jól ezt a szóbugárt is, ami böjt idején ellep, kiönt az átélés pillanataiból, de újra és újra meggyötör váratlanságával.

Január 28. Mára házimunka alól fölmentve. Szabadnap. Gépbe írom, szerkesztem, javítgatom a naplómát. Rabnap. A böjttörés

gyalázata. Ebéd után eszek a gyümölcstortából. Igaz, a zselét lekapartam a barackokról, de a tejszínt és a süteménytészta bekezeltem.

Mennyi javítgatnivaló magamon. Csak-csak marad utána is hiba. (Tömérdek.)

Tompa fej, kedvetlenség.

Elegem van magamból.

Január 29. Részesülünk csupán az igazságból. (Elvitatva társainkét.) Nem vagyunk maga az igazság. Akkor talán belátnánk, hogy az elmentmondásos részek jól megférnek az egészben. (Bár ezzel nem tagadhatom a hazugság, az igazságtalanság létezését.)

Ez már az esti – kissé langyos – mélyvíz. Előkeresem a napi (viszonylagos) közvetlenségből a közre nyithatókat.

A mohos és nagy szökőkútszíkla mellé hajló faágon jégcsapokká fagyott a rápermetező víz. Inganak jéggyümölcseikkel a lengedező szélben.

Sétálok a körparkban. Egy hatalmas tölgy megállít. Tenyerem törzsére tapasztom. Az ő lombjával élni, tapasztalni, *tudatosulni*.

A fejben fogalmazás, a sétáló tervecskéi, ábrándjai, az agy szópezségése elleni érvként az fűben a közhely: sohasem volt úgy, hogy valahogyan ne lett volna. Ha nem ragadunk hozzá, ha elengedjük, akkor a legjobban *van*. Tágasan, szabadon. Amíg tudatosabb, vagyis nem gondolatokba, érzésekbe, szavakba vesző a séta, ötleteimet, emlékeimet, terveimet meg-megforgatja a káosz. Javukra válóan.

A jeges sziklák, rügyek, hóvirágbimbók közepén az izzó, fényes gömb. A szépiaszín felhők szélein is az ő aranya olvad. A figyelem meg-megrebbenve körüljárja-tapogatja. Szétsugárzik, terjed boldogan.

A lényegtelen kérdések elmúlnak. A fontosak utunk jelzőkövei. Hátunkat nekik vetve megpihenhetünk.

Elolvashatjuk bár a könyvek garmadát a meditációról, előadásokat hallgathatunk a szemlélődésről, ismereteket szerezhethetünk

a keleti és a nyugati módszerekről, de ha magunk nem gyakoroljuk, pusztá szellemi kaland marad, a róla szólók önmagukban hajítófát sem érnek.

A misztikust nem stílusáról, szavairól, ülőpárnájáról, hanem az ébedlőasztalnál, piacon, utcán, utazás közben ismerni fel valójában.

Január 30. Kitérés a valóságból a körparkon át, szavaim avarjában taposva.

A város, mint *emlék*. Az utca túlsó felén egy legény, hol jobbra, hol balra rándítja lendületesen fejét. Egy ideig párhuzamosan haladunk, én egy kissé lemaradva a nyomában. Mindvégig rángatózik. Egy ligeti pad mellé érve fölcúsztatja jobb lábát az ülőlécekre és hozzájuk feni cipője talpát.

(Amikorra megírnám, már ki is fut a képből. Egy jelzőlámpánál átvágtat az úttesten, szalad tovább, s az épületek árnyékában eltűnik szemem elől.) Akárcsak otthon. Ez most nem meghitten ismerős. Az otthonosság nem a szépből, kellemesből fakad. Az *önkiben* is, ahol nemrég a török mazsolát vettem, ez sejlik fel. Sőt a hazainál még rosszabb. A tizenvalahány évvel ezelőtti újvidéki vendégeskedésem. Itt most egyetlen pénztár fogad a háromból, torlódik a vásárlók sora, nekem löknek oldalról egy bevásárlókocsit. (Kisvártatva kinyit a másik pénztár, apad az ingerültség, a szombati bevásárlók tömege, az ütközős néni, kocsija fogantyúja mögül kér elnézést, némi kedveskedő magyarázattal, amikor rápillantok. A déli keretnél ez mindenféleképp emberségesebb.)

De hol az a hely, ahol az emberek (már, még) nem *így* élnek?

Az első lelkesebb, mélyebb, belefeledkezősebb hetek után, most eltávolodásom, ritmuszavaram. Elhúzóadás. Ha már magam vagyok, úgymond, hadd legyek egészen. A reggeli ráalvás (szabadságos lévén), túlévések, édesség. Telődés a hellyel. Eltömődnek az átjárók.

Nyilván lesz még ennek bójtje.

Né, ez a fiatalember milyen megrendülten áll egy virág előtt! Ha a szembeni boltban az utolsó kiló kenyérért versengenék, vajon

megváltozna-e? (Ami érdekesebb, a kérdező mit csinálna? Ha szükséges, majd kiderül.)

Nem fogalmazom meg. (Ezt viszont igen.) A tagadásom is kiválás, róla(m) szól, nem belőle(m). Befagyott víztócsa a sziklán. Tükröződés. A továbbadást, *hogyan*, most elhárítom, hadd lássam.

Azt sem tisztázom most szóban, hogy ez az érzés milyen, mert a tartalma sem egészen *érthető*. Próbálkozom a rendtevéssel, de semminek sem találok a helyét. Vannak (szabad) helyek, de egyik sem az.

Tegnap a szobatükör peremén egy raktármoly.

(A kár, a kudarc mindenütt elér.)

Álmodhatnék is valami hasonlót.

Január 31. Ahogy gyermekkoromban a kerítéseken, az idő egy kis részén átbúvok a képzeletbe. Köröttem az utcák, hogy történhesen, aminek talán csak hordaléka marad meg bennem.

Az öreg híd macskakövein sokszorosított lap *Krisztus a forradalmár* címmel. Alatta a közelítés: belső forradalom. Nem veszem fel a gyűrt süteményzacskók, széttaposott kutyaürülék mellől, így nem derül ki, miről is van szó igazából. A hivatalos Evangéliumi Közlöny melléklete-e vagy egy szekta kiadványa.

A képzeletet, álmot letisztogatva figyelmedről maradnak a pusztá események, a sors és mozdulatlanság. Minden *olyan amilyen*.

A csendről csak addig beszélhetsz, írhatsz, míg magad is el nem érted. Aztán belőle, tőle.

Kitörési kísérletek a vesztegár alól. Nem befelé, mert ekkor még több gyakorlás kéne, hanem napzáróként sörös- és borospoharakkal, sósrudacskákkal, csevegve, tereferélve.

Konyhásunk szervezi, bár nem kötelező a részvétel, rácsábulok én is. Nincs könnyűség, világosság utána, az est sötétjéből átfolyik a következő napra is.

Kézről kézre adódik egy könyvecske, *Az igazi bajor nem sokat beszél*. A mi székely vicceinkhez hasonló történetek, villanások, jelenetek. A dán könyvtárosnő, a Finnországba menekült chilei úr meg én értési nehézségek miatt nem veszünk részt az általános hahotában. Angolra fordítva nyöszörgéssé válik, elveszik zamata, a nyelvi humor, a szűkszavúság bája.

Február 1. A maim is még szabad. Mivel a beszélgetőszobában a számítógépre más is kacsingat, alig egy órácskát dolgozgatok. A regényírásból így persze nem lesz semmi. A hetekkel ezelőtti mondat várja, hogy hozzávarrjam a folytatást. Fejben már elkészült a váza, de papíron kéne látni, hogy valóban megvan-e. Koholt patikai megrendelés, hallás után lejegyzett japán szövegek már ehhez készültek.

Délelőtti séta a környéken az éjszaka hullott sekély hóban. Az idegen szédülten, a láthatók sötétjében keres valami otthonos részletet, de amit talál jellegtelenül, általánosan *hazai*. Az is lehetne.

Számomra képes beszéd már az is, hogy isten kiüresítette magát, beleáramolva a teremt(őd)ésbe. Tudatosság, öröm, valóság, szentség, igazság, ami még szóval illethető. Hosszú gyakorlás és kegyelmi pillanatok ajándéka. Ezeknek mélyén már titok. A többféle szó ugyanarra vonatkozik.

A jövő miatti aggodalom megkeseríti a reggeli kanálka mézet.

„Otthonom vendégház, szülőházam idegen barbár világ” – mondja egy hatodrészt bölcs régi kínai, Lung Su, helyettem is.

Lic-Cében olvasom ezt is: Ha egy dolog célba ér, ellentétébe is visszatér.

Még egy korty a sárga tengerből: Ha a többiek az elérhetetlent akarják megszerezni, gyakorold azt, amit ők nem követnek.

Február 2. – Még az udvarra szórt homokot a hátsó épület boltíve alól fölsőprögetheted.

Mutatja is a hevenyészett tervrajzon, merrefelé gondolja.

Már megvan.

Megcsináltad? Akkor meg föl a szobába! Harmincnyolcadik fejezet: *Esetem az ajtóval.*

Avagy a nehéz szülés – fűzöm hozzá gondolatban.

Ma az oldalszárny egyik ajtókilincset javítottuk, csak kínos kezservesen sikerült kikalapálnunk a csapszeget. Egyéb elfoglaltságok: a zendő átrendezése (új csoportok érkeznek), a párologtatótájak megtisztítása, takarítás.

Az udvari söprögetésnél javítok testtartásomon, lazítok, utána ugyanazt a forró, áramló erőt érzem, mint gyakorlás közben. Máris fogalmazom (németül) képzeletben a mester előtt ülve.

Lépésemből éled a következő. A kérdés, hogy mi lesz velem, velünk, s bármilyen aggodalom fölösleges.

Nem mi választunk, káprázat csupán, szabadságunk délibábja; velünk, általunk történik a választás.

Nézeget kíváncsian, éhesen. Az udvarra lépek levegőzni, hozám szegődik, rám tör mondandóival. Hadar lelkesen, nem értem, micsodát. Talán az ülés mód. Sok gyakorlás-e, hogy a teljes lótuszt megtanuljuk? Vagy azt, hogy csodálatos: elérem homlokkal lábfejemet. Alacsony, keszeg nő. Este mohón öntöget magának a söröspohárba. Nem taszít, de ha közelebb mozdul felém egy lépéssel, ugyanannyit hátrálok. Távolságunk megmarad szépen.

Február 3. Veszteglés.

Az ész trónol (illetm helyén.) Minek keljen fel, aki még aludhat? Igaz is. Miért is adnánk bármit abból, amink van. Hátha még szükség lesz rá egyszer.

Kirúgni a hámból.

Berúgni.

Az már esztelenség volna.

Még a pár pohárka ital is megül a lélek gödrében. Nincs utána öröm és világosság. A ráalvás nem pihentet. A mesterséges mámor mélye zavaros, kellemetlen, ijesztő.

Napjaim értelme nem az értelem, a töprengés. Halott, kopár világ lenne. Persze az esztelenség se csábít.

Hogy a tűz lobogósabb legyen, gyakorolnom kéne. A gyakorlás tűz nélkül időnyűvés csupán.

Holtpont.

Hol van bennem ez a füves halom? A szememben? Az agyamban? A gyomortájékon a meleg hullámozás, amit érzek? A végtagok lazulása? Hol vagyok én ebben a dombocskában? Elborítjuk egymást. Nyugszom elevenen a füves halom alatt. Kérdőjeleim zöld fűszálakká a földre ledőlnek.

Milyen messzi a távol? Milyen messzi a holdtól a fénye?

Bong. Bong. Bong.

Február 4. Fontos dolgaink a fogalmak számára hozzáférhetetlenek, ami viszont kimondható, a tapasztalat körülírása, bekerítése csupán.

Csevegek, írogatok, hogy leplezzem döbbenetemet.

Az ebédlőasztalnál Alexander mutatja, hogy telefonon kerestek. Az étkező ajtájában megvár. Egy nő küldi neked ezt a pénzt visszaútra. Elővesz egy százmárkást. Nő? Kicsoda? Rávigyorgok. – Nem az én pénzem – mondja magyarázkodva. – Rám bízták, hogy adjam neked. – Alighanem valaki megint jótékonykodik a házban. Miután elmúlik a meglepetésem, keresném az átadót, hogy kifaggassam. Azt mondják, egy időre elutazott.

Telefonálok M.-nak munkahelyére. Lányom ugyanekkor a másik vonalon keresi az anyját. (Kiderül rögtön, a kapott pénzt nem ő indította el.) A két kagylót összetéve váltunk Lucával egy-két szót a budai német könyvesbolt asztalán, ahol valójában most egyikünk sincs jelen. Dehogysenem!

Mintha ismerném már őket. Ezt a hervadásnak indult nőt, aki mellém telepedik, s itt emésztődik, bőfög, bugyborékol párnáján, ülés közben lábat vált. Odapillantok alátétlapja elé a névjegykártyára. (Mivel ő még nincs a helyén.) A szemben álló belga nő, aki szemfüles mindenre, ami körülötte történik, elér-ti, évődve rám mosolyog, visszahúzódok légzésembé, megjön

a nyugtalan szomszéd is, kocannak a falapok, leülünk; korog, forog.

Ni, ez a szomorú ősz szakállas úr, akinek szeme folyton a padlót tapogatja. Közönként úgy meggörnyed, hogy saját nagyapjává válik. Vele mindössze egyszer váltok szót (pedig cellaszomszédom), mondja, mit tud az Imre Nagi nevű miniszterről, majd hogy Dél-Amerikában is vannak Vargák, Vargasok (ő ugyanis chilei menekültként Finnországban él). Mondom neki németül, a nevem mit jelent, megbólintja.

Az a vékony asszony, aki olyan mohón nézegetett ittléte első napjaiban. Jobbra dülösen áll. Érzékeli, hogy hiába közelít, a távolság nem csökken köztünk, mégis vár a maga keszeg, száraz módján.

Mennyi minden megtörténhetett velem már egyszer. Mint ha a telő idő már csak azt nyugtázná, ami érvényes maradt, és kihullna, ami viszont nem az; életemhez már nem lehet semmit hozzáadni.

Talán a fölöslegektől megszabadulni. Testsúlyom. A kilók. Korom. Az évek. A szavak. Gondolatok. Vágyak. Ez még a képzelet számára is ingoványos terület. A mester, aki a képemet viseli, csak női segédekkel hajlandó megjelenni a jövőben, dicséretére legyen mondva, szemérmesebb, mint amilyen ábrándjaimban általában vagyok.

Üdvözíteném magam a jövőmben, ennek akadálya viszont épp az ábránd, a ki-kihagyó éberség. Visszatérve érzékelem a szünetet, majd megint lelépek az útról. Állhatatlan, megbízhatatlan vagyok, nem mesternek való.

Történhet-e valami igazán fontos velem? Talán hogy ábrándjaim, álmaim eloszlása után rádöbbenek, kicsoda vagyok is én testem, nevem kalodájában.

Áruhás királyfik valamennyien, trónjuk feledt szerencsétlenek. Aggódnak az utódlás miatt, ahelyett, hogy kincseikkel, birodalmukkal törődnének, csetepatékba, családi perpatvarokba keverednek, a lázongó csőcselék közé vegyülve elvesztik arcaikat.

Az esti kondulásból: Nincsen kiút, csak út.

Február 5. Születésnaphoz méltóan igyekszem ünnepelni. (Az első meditációs szakaszt ennek megfelelően áthaszontalankodom ágyamban.) Délelőtt a mosogatógép duruzsolja fülembe a munka dalát.

El-elszórakozom. (Mint egyébkor is.)

Carl, a bécsi írósvölvény nem *mintha*. Tavaly is találkoztunk. A faggatókedve azóta sem apadt. Most éppen búcsúzik, erre odakint jeges eső, vad szél, hogyan is induljon innen el? A tervezett városjárást elszalasztom.

Lányoméék telefonlevele. Születésnapj jókívánságok, hogy megtegyen a lap, hét macskájuk neve is az üdvözlők között. A jókívánság németül is szerepel, jaj, nehogy fellobbantsa a farsangi kedvet. Bár telt házunk van, így kiszorulnak a léha gondolatok.

Almát veszek a török csemegésnél, mert ott olcsóbban megkapom, mint másutt. A kínai boltban fűszereket is vásárolok, hazafelé gondolva már.

Képzetelem megajándékoz egy hercegnővel, kékvérű, ám heves szeretőm felépített nekem pár hét alatt egy természeti erőforrásból élő házat a régi vályoglakocska helyébe. Benne meditációs fülke, számítógép, boltíves szobák, esővíz-hasznosítás, napelemek, növények, akváriumszoba, egy morcos üzekedő medve lakja, aki fehér szakállas bölcsnek álcázza magát.

Az ajtón a számszár 1385, meg az ujjlenyomat-érzékelő.

Mint a kerti kő víztócsáján megremegő faágaké, ideje belső képeimnek anyyi. (Bár a ház vissza-visszajár, mindig újabb csoda, újabb kedves részlet derül ki róla.)

Friss kép, újabb vágyak. A szerelem levetkőzik és két nő lesz mindjárt belőle.

Míg írom, valami koppan a küszöbömön. Kilépek, hatalmas borospalack, mellette boríték. Max húzódik a félhomályos folyosón szobája felé. Gondoltam, mondja, búcsúpalacknak megfelel. Ez az én születésnapj ajándékom. A borítékban képeslap: árok hídon átbállagó jaktehének, s szomszédom felírása mielőbbi megvilágosodást kíván.

Rám férne bizony.

A délutáni foszlányok között az esti kép.

Manó álldogál maroktelefonnal egy bokor mögött a kertben. Hangosan továbbmondja, amit sziklanézés közben mélézok, de retentő pöszén és kásásan beszél, így nevetségessé válik minden kószá gondolatom. A manó meg le-leveszi közben piros sapkáját, mintha ábrándjaimat ellenőrizné. Az meg hajmeresztő, amit a szórakozott emberekről tünedezek.

A manóba is! Megmutattam a gongszolgálatosunknak a lányom és anyja üzenetét. Elolvassa a német jókívánságot. Hányadik?, kér-di. Mutatom a lapon a negyvenkilencest. Hétszer hét, mondja ő. Igen, a hét macska önmagával szorozva. A kerti séta után a konyhá-sunk nyújtja kezét. Nos, gondolom, a titok kipattant. Hát akkor boldog születésnapot! Nevetve, hahotázva magához ölel. Belépés az ülésterembe, párnám előtt égő mécses, vázában egy szál vörös rózsá, gongosunk, Flurina ajándéka. A virágot és a mécsesét visszaviszem a terem bejáratához, bár ő azt szeretné, hogy maradna szemlélődés közben is előttem. Innen már egyenes út a vacsoraasztalig. A tányé-rom előtt három mécses, a tartóba állított piros gyertyát nekem kell meggyújtanom.

A képzelet csodái elsodródnak, átadva helyüket a valóságosabb csodáknak.

Ha jól értem Issai németre fordított háromsorosát, a szender-gésből fölriadt ásító, nyújtózó kandúrról van szó, aki kioson bagzani az éjszakába.

Február 6. Tegnap este, a meditáció után, amikor az ajándék rózsát felhozom közös teakonyhánkba, a gazdaságisunk, Elsbeth boldog születésnapot kíván, bocsánatkéréssel, hogy éppen ekkorra osztott be konyhaszolgálatra. Jól van ez így, mondom. Majd holnap este ünnepelünk. Reggel visszamondom, inkább majd a jövő hét-végén a búcsúestemen közösen.

A jeles nap továbbregzése: egy füstölőrudacska kék ponttal je-lölt papírlapba téve az üzenőládában. Majd egy ebédlői fénykép a szembeszomszédától, amelyiken Immével üldögélünk süteményes-tányérkáink fölött.

Reggel a meditációs teremben három tavalyi arc: Kristófé, a lenygel házmesteré és irodalomtudósé, a kölni jogászfíúé és azé a fiús nőé, aki tavaly az asztalosműhelyben dolgozott.

Hópehelyrajok meg napsütés. Varjú repül a fehéren kavargó pihek örvényében. A körparkban nyílnak a hóvirágok, kertünkben a téltemetőik is. Szerénykedő feketerigók és egy avarból csemegéző mókus. Cinkefutamok mögött autómoraj.

Bizonytalan énhatárok. Neked ütközik a vacsoraasztalhoz menőben, pedig van elég hely, megáll melletted a szék mögött, ránézel, ő úgy látszik, nem érzékelté az ütközést, bámul szórakozottan maga elé. Kapkod az asztal túlsó végén álló zöldségestál felé, pedig rá kerül végül a sor. Amikor viszont ő szed a tálból, nem adja tovább, hanem csattanva löki maga elébe, tányérközelbe. A kisteremben, ahová a tanfolyamos csoportok miatt kiszorultunk, ő áll az ablak közelében, a szünetben mégsem indul nyitni, ahogy ez szokás, megvárja, amíg a mellette álló alacsony nősomszédja kínlódva elvégzi helyette. Közben türelmetlenül ingatja a lábát. Ülés után kínos-keservesen áll föl, talán majd akkor lesz neki könnyebb, ha észreveszi, másokkal együtt él a házban, nélkülük, ellenükben nem mozdul előbbre.

Február 7. Teszek-veszek, haszontalanabbul, mint rigó barátaim.

A tanfolyamosok kiröppenvén, újra nyithatom a számítógépes szoba ajtaját. Kezem írását gépbe adagolom.

Az esti zazen után Elsbeth maga után int és átnyújt egy vázába tett hatvirágos, nyílfőfélben lévő liliomot.

Lefekvés előtti utolsó kortyra az étkezőbe. Ott ül mókamesterünk egy tortaszelet fölött a csomagküldősünkkel, bedöcög egy terhes nő, a szülésről beszélgetnek. Max följánlja segítségét, mint *hobbinőgyógyász*. A szülés fontos esemény, nehogy kimaradjon a naplóból. Ezzel az ugratással föl az Olümposzra.

Szobámban a liliom illata, odakint a frissen hullott hó fehérsége.

Február 8. Délután a három barátból álló kolostorunk vezetője elkocsikáztat bennünket a schwarzachi monostorba. Ő mint a vendégház vezetője (volt, tizenöt esztendeig) jól ismeri a terepet. Végigjárjuk

a templomot, amit már a Hildegard-misztérium idején is volt látni szerencsém. Kiderül, hogy a négytornyú istenháza nem túl régi, azon kevesek közé tartozik, amelyek a náci időkben épültek. Ennek építését 1938-ban fejezték be. Méretei (méterekben): hosszúsága 88, szélessége 31, magassága 26. A kettős tornyok egyik párja 52, a másik pár 38 méter magas.

Műhelyek, pékség, istállók, kertészet, könyvkiadó, gimnázium, napközi otthon, missziós lerakat, afrikai, perui, koreai tárgyak, hangszerek, ruhák, díszek, szobrocskák, cele-culák, encsenbencsek.

A kolostort száznegyven szerzetes lakja, hatvanan missziós szolgálatot teljesítenek. (Mesterünk, Willigis is így került ki annak idején Japánba.)

Sok beszéd a meditáció csöndje helyett. Ez a kiröppenés ára. Ez miért így, miért nem másképp, miért nem vállalja fel teljes erővel az egyház a misztikus hagyományok továbbadását, miért inkább a morális, szociális kérdések izgatják? Kávés és süteményszalagok mellé való témák.

(A kolostori istálló üszői, bár számozott műanyag lapocskák ékeltenkedtek a fülükben, szépek, kedvesek voltak.)

Február 9. Búcsúestünk négy főszereplős lesz, azokkal az emberekkel közösen, akik enyhén szólva a legtávolabbi körömben állnak. Először úgy gondoltuk, hogy a mozgalmi múltú G.-vel ünnepe-lünk együtt vasárnap, de ő átpártolt a népesebb csapatba. Hogy ne maradjak egyedül egészen, hozzájuk csapódom. A perlini úrhoz (ugyanis egészen pének ejti a városnév bé-jét. Ahogy a kezdő táncosok a kályhától, ő mindent Berlintonól kezd), tehát U.-hoz, a belga nő-höz és az építész-mozgalmár-lélektanász-taxisofőr szembeszomszédomhoz. Találkozunk péntek este.

Huzatos átjáróban sodródnak a szavak. Nem kapkodom utánuk.

Február 10. Elégedetlenség másokkal, magammal.

Kell-e a gyakorlás? Nem az igennel válaszolni, mert ez hiábavaló, a szavak nem hitelesítenek, csak ha van aranyfedezetük. Gyakorolni, mert így akarom, csak időlegesen lehet. Tehát nem az *igent* ki-mondani, s mégis *ez hangozzék ki* létezésemből.

A kétely, bizonytalanság, mérlegelés mindent megnehezít. A munkavégzés nemcsak nehézkes, de lélektelen is. A jelenlét, ha már szóba hoztam, nem könnyű, ám ha már benne vagyunk, nem is nehéz.

Nem a vakhit, hanem a megtapasztalás mélysége, bizonyossága, valósága, öröme.

Talán ha liliomok között kamaszodom, máig is szűz maradtam volna.

Nem én keresem a képeket, a képek találnak rám. Örüljek nekik, ha már fényeskednek, akár a kedves látogatóknak szokás, de ne tartóztassam őket, ha az ajtó felé tartanak épp.

A virág virít, illatozik egy ideig; aztán az emlék.

Mint légiriadó idején fedezékben, helyet veszek légzésemben, ha kétely, bizonytalanság tör rám. Megvárni, míg elvonulnak. A fi-gyelem szirénahangja. A tudatos légzés visszaad a világnak, a terem-tésnek, abból lélegzem, *ennek* erejéből.

Február 11. Az emberi falánkság mindenütt ugyanazokkal a tünetekkel mutatkozik meg, felismerhető a testbeszéde. Ebéd után egy nő áll az egyik folyosói ablak előtt, háttal a jövő-menőknek, iramosan dobálja szájába a mandaringerezdeket, maga elé meredve. Az evése lát-hatóan valamilyen vermet van hivatva betemetni. Egy sorstársa a kerti séta idején bekapja a tenyerében szorongatott süteményda-rabkát, mivel épp akkor fordulok vele szembe, zavartan letérül egy mellékösvényre.

Piros csizmában, füstölgő cigarettáját szorongatva járkál a roz-maring és kakukkfűtövek közt.

Miután leírom a ráevőkről, gyomrosakról az emlékeztetőt, be-váltok étkezőnkbe a kinti séta után egy korty meleg italra. Látom, maradt még a déli almás süteményből néhány darabka. Tányérra te-szek egyet, tejszínhabot rá, és becsúsztatom az asztal polcára. Aztán a gond, mi legyen vele, mikor egyem meg, fölvigyem-e a szobámba, vagy hűtőszekrénybe tegyem.

Az arcképek sora így lesz bevallottan személyes. Oda kerülök magam is a lepkegyűjteménybe.

Megbeszéljük a holnapi búcsúestet. Ki a sört, ki a bort, ki a ke-
nyeret. Hívogatom sorjában ismerőseimet.

Mondom a mesternek a forróságérzést a gyomortájékon, hogy
milyen kövér rajokban röpködnek fejemben a szavak, gondolatok
ülés közben. Ez egészen szokott dolog, természetes, mondja. Csak
visszatérni a légzéshez vagy a testtartás-tudatosításhoz.

A napközbeni kutyaugatások, vakkantások jelzik, hogy a koannal
még kutyául vagyok, nem épült be életembe.

A maga lényét sugározza ő is. Ha önteni akarsz a csészéjébe teát,
kiveszi kezedből a kannát, ha nyújtod a körettestátat, elnézően rád
mosolyog, rámolgatja mások asztalfiókját, egy éretlen paradicsomot
tesz-vesz napokig egyik helyről a másikra, hőpalackkal nyargalászik
napközben, mindegy mi veszik a világban, csak az ő salátástálja
megmaradjon.

Egész télen saláta. Mivel szinte naponta kapunk, ő alig fogyaszt
mást. Nem csoda, hogy jéghideg a keze, folyik az orra, szortyog, akár
a rossz pipa.

Miután újra magához szorít, megbánom a véleményemet na-
gyon. Azért maradjon csak itt, ha már rólam van szó.

Február 12. Mielőtt meghívtam volna Elisabethet, ő félrevonta a búcsúzó
négyeket reggeli után, felajánlotta a ház ajándékát. A könyvesbolt-
boltban 25-30 márka értékig választhatunk magunknak könyvet.

A zengyakorlók közül beosztottak egy tüsténkedő házaspárt is
a műhelybe, ahol eddig remeteként farigcsáltam az ágakat, most
ötödmagammal osztozom levegőn-helyen. A férfi zajosan rendet
rak, a faragókéseket polisztirolba szurkálja, a fatálca nem megfele-
lő, felaggat, berak, kivesz, arrébb csúsztat, felkattintja munkaasztal-
lánál a lámpát, egy lépkeret drótvázát kifeszíti (másnap, amikor ezt
írom, a felesége hangszerhúrként pengeti a drótot, ez nagyon tetsz-
het neki, mert mindegyik keretnél újracsinálja, nevetgél, a férje dob
helyett kalapáccsal kíséri), szóval ég a lámpa, s aki fölkapcsolta el-
sodródik tőle, sertepertél zajosan, székeket tologál arrébb, egy pol-
cos szekrényt is (ez utóbbi jó nagy zajt csap), kimegy, bejön, fújtat,
szuszog. A feleség mézesüvegekkel csörömpöl, az egyik polcról

a másikra átrakogat. Közben úgy puszognak, suttognak, hogy hallható az egész műhelyben. Ne mondhasa senki, hogy elfoglaltságuknak nincsen hangja.

A másik két munkás csendben tisztogatja, farigcsálja a szőlőgyökereket.

A tanfolyamosoknak lévén csak másfél órányi a munkaideje, elmenetelük után élvezhetem az áldásos csendet.

Max benyit a műhelybe. Nézelődik. Észreveszi, hogy a méhviaszlapokat meglepték a molyok. Kinyitogatja a szekrényeket, megmutogatja a telelő lépeket. Ezek között is van molyrágta már. Meg kell füstölni őket. Ez a szurok. Rám pislant, értem-e. Ami az ördögéknek is van odalent. Hümmög. Akkor hát elutazol? Vissza mikor? Augusztusban? Nem tudom. Viszel innen a mézből? Van nekem otthon. Így férfiasan, szemérmesen búcsúzik, a szavak közti csönd mégis szívélyes, barátságos.

Testileg közel kerülve ehhez a lányhoz, hogy a gyatra emberi egyensúly megmaradjon, lélekben eltávolodtok. A férfi megírja kifogásait a nőről, a szenv sötét oldalára billenve utána szégyenkezik, a lány pedig egy szórakozott *na, mi van?*-nal kitér az ölelés elől, zavartan, mintha meglepték volna. A férfi enyhe sértődöttséggel lép ki teakonyhájukból, a lány utánaszól, ő nem megy vissza, bentről sem lépnek nyomába. Mi történt? Megérezték, hogy a vonzalom után most az egymást bírálgatás ideje van? A szenvek csak a közös szenvedésben, keserűségben találkoznak. A mélyben, elrejtve sejlík a lefojtott erő. Ettől lehet bizonytalanabb, távolibb, ridegebb ezután, de átlendülhet a holtpontra békésebbé, derűsebbé válva.

Hány kérdés hangzik el napközben parancsként. Csak nehogy a kérdezőtve parancsolók közé keveredjek én is.

A tudat óceánja hullámozik fölöttünk, bennünk, velünk, annak jelei, lenyomatai itt a kavics hullámok a japán pavilon körül.

– Kinek a tudata? – kérdi az istenhívő.

– Nincs *ki* és nincsen *mi* – szól a tudálékos.

– Akkor mi van?

-Az, ismétlem, nincsen. Együtt a mi és ki (a Miki), vagyis: a semmi meg a semti.

Február 13. A búcsúesten Elsbeth ajándékai, elkésve, úgymond, születésnapomra. Egy üveg hidegen sajtolt olívaolaj, francia minőségi vörösbor, miszó, szezámvaj.

A mai tanítás koanja újabb életfeladatom.

Egy 12. századi kínai zen-mester, Vu-cu Fajan így szólt:

Sakjamúni meg Maitréja, úgy mondják, csak egy másiknak a szolgái. Mondjátok meg nekem, ki az a másik?!

Hogyan kérdezzek, hogy ráismerjek?

A nevét, a rangját a másiknak persze könnyű kimondani: Vimalakirti, a könyörületesség bódhiszattvája.

A verses kommentár tanácsa:

Másnak iját meg ne feszítsd!

Másnak lován ne lovagolj!

Más hibájáról ne beszélj!

Más dolgait meg ne szóljad!

Erre ügyes farizeuscscellel a mai műhelybeli dohogásaimat átírom tegnapra.

Ennyi a tréfa, de érzem, élem, hogy az elfogadás helyetti ítéleteim megannyi akadály utamon. (Ennek egyik tanúja ez a napló.)

Ki az a másik? Ha ő van, ebből a különbség látszik, az énmentés igyekezete, korlátaim. Ha mindenben az *egy*t szolgálom, élem, csak akkor kerülök ki az okoskodásból, válik az ismeret elevenné.

Hányszor tapostattam, jaj, kertünk havát másnak lovával!

Igazi énem háritásai, ítéleteim, kibúvás a próbák, szembenézés elől – hemzsegnek a naplómban. Mentségem, ha van (akkor persze másnak is), hogy nem előre megfontoltan kerültem ilyen helyzetbe, jószerivel áldozat lettem.

Ha csak a nevét mondom a *másiknak*, megtagadom a valóságot. Ha nem veszem észre a másikat, magamat sem. Ha gyöngéimmel nem szembesülök, nem erősödhetek. A szó nem válik javamra, a hallgatásom nem mondja ki a nevét.

Minek nevezzük?
Kinek mondjam, ha sem én, sem a szomszédom?
Kinek szolgáljak, ha (nem csupán) a magam ura szeretnék ma-
radni?

A sétálók felett egy akácfa oldalágán a magasban gerle búbol-
ja a párját a pilinkéző hóban. A japán pavilon fedele alól megható
látvány.

A kíváncsiság. Ahogy a züllött arcú nő megjelenik a kerítés(em)
mellett. Valamit szorongat a kezében. Mit vajon? Izgatottságom ki-
vet a térből, ahogy kőlapot helyéből a nekifeszített vasék.

A részvét nem mérlegel, nem fontolgat. Ránézel a zokogó lányra
az istentiszteleten, a te könnyeid peregnek, forrón, valóságosan. (Te
is sirtál itt egyszer.) Mintha érintenék emlékeid ezt a remegő sötét-
séget, amiből kifakad, hogy így a legvilágosabb.

Ki az a másik?

A válasz mindig *az*, aki kérdez.

Magadra ismersz benne, vagy épp hogy arcában feledkezel meg
magadról.

Bármilyen büszkén is hangzik az *én*, a mélyén félelem és korlá-
toltság. A *vagyok* tiszta és határtalan.

Izomfeszülések. Persze mindig más íját vonom fel.

Február 14. Utazótáskák meg a számítógép között veszik el az időm.

Kicsiny sérelmeim. Döngicsélés a szívem körül.

Úticsomagjaim súlya. Micsoda teher az egóm!

A számítógéppel bajlódom a beszélgetőteremben, amikor a ked-
ves Blandína (aki most a fogadópultnál írja be az érkezőket, adja ki
a szobakulcsokat) kintről beszél Hartmutnak:

– Nem tudod, ki lakik a négyesben?

A kérdezett mondja, hogy ő melyikben, én akkor neszelek föl.

– Mert ma utaznia kéne.

- Én vagyok a lakó. De holnap utazom csak.
 - Elsbeth mintha a mai napot mondta volna.
- Zavart nevetgélés.

Szomszédom, Flurina fényképeket ad ajándékba, az ő felvételeit rólam, rólunk. A kertjéből összeállított gyógyfűkeveréket böjtöm idejére.

Időmet az *utolsó nap* kerete sem tartja egyben. Túl feszeselek, terhelték az órák. Súly van bennük is. Ingerültség, bosszankodás a számítógép miatt. Hartmut segíteni szeretne. Átmásolja a nagy gépről kábeles összeköttetéssel ottlevőségeimet. Vele együtt a teljes program is átkerül a gépembe. Amikor meg törli, a nagy gépben is törlődik a Windows. Újra kell telepíteni. Bő óra. Tapogok a szobámban. Ma napközben szabad, nincs meditáció, ettől is olyan higanyszerűek az ügyeim. Bármire is nyúlok, kis gömböcskékben szerteszalad.

Február 15. Nyugtalan éjszaka. Négy órakor már fölriadok, bár a fél hatos ébresztőig visszazundítok még.

Pakolás közben az egyik hosszú idejű társam kopog rám törlőronggyal, bútorfényezővel.

– Hű, de sietős! De ha már itt vagy, segítsél becsukni a bőröndömet.

Gunter, búcsúestünk egyik résztvevője kiautóztat csomagjaimmal a vasútállomásra.

Már a síneken vagyunk. Odakint havas lankák, sötét erdők. Hópamacsos fenyők. Lovak, csikók egy fehér udvarban. Ipartelepek.

Nézegetem úti csomagjaimat, és zaklat a kérdés, mikor lesz az, hogy majd kevesebb poggyással térek haza, mint ideutazván. Csekélyke ajándékaim megszorodva kerültek vissza hozzám; az öröm után rögtön a *súlyukat* is érzem.

A helyjegyem menetiránynak szemben szól. Sejtelmek, hogy én is a céllal szembe tartok.

Kicsi, kerek erdőben egy szétbontott épület faváza, akár az álom.

A vasúti kocsiban egy kutya nyöszörög.

A dohányzószakaszból – mivel közös a terünk – átgomolyog a cigarettafüst.

Szélkerekek a napnyugta vörösében. Útlevelvizsgálat.

A határ hazai oldalán egy csöpp akácospól irdatlan tömegű varjú röppen szét, akár ha hatalmas korompernyék szétcsapódnak.

Sötét éjszaka van.

1998–1999

A ZŰGŰŐ LÁBAI

Ezeket a szavakat túlról. Kintazom belőle. Oda, ahol majd szó és csend nélkül. Egy faág mozdulásában most éppen. Beszédes bizonyosság. Vele hangzom. Zöld parcellák, még sárga repcevirágok, tarlórépasorok. A gyakorló utazó, bár nem gyakorik útjai. Levedlett kígyóbőr az elhagyott ország, a késő őszi erdők, dombok, színes táblák, magyarázatok, szokások. Mindez a testemet borította. Ebből bújok ki most. Bár a bőrömről van szó, fájdalmat nem érzek. Levedlem majd ezt a fülkét is, a vonatból is kiperdülök, a látványokból, itt hagyom ezt a román lányt, aki a túlsó ülésoron, szemben velem a termes kocsiiban olyan élénken éli meg belső történeteit, mondandóit, hogy látni az arcán. Mintha vele lennék én is képzeletében. Megcsípi valamelyik hajszálát, húzgálja elrévedezve, a mozdulat *mellé* tűnődik, összehúzza ajkát, megharapja, mosolyog, bólogat, egészen körülveszi önmagát. Amíg figyelem, engem ugyancsak. Nehéz csomagok, terhek, a hozottakkal könnyebb leszek visszafelé. Bár ez így eszményi, remélem nem halmoznak el ajándékkal búcsúzásakor. De ez nem az én fegyverem, teszem most félre!

A hívás jelei egy ember nélküli térből. (Telefon a teakonyhánkban, berreg, vartyog, a folyosón végigbrekeg, nem veszi fel a kagylót senki, nekem kellene, mint a legközelebbinek, de mit mondhatnék valaki idegennek a nyelvét sem értve?)

A postán. Egy férfi nem bírja türelemmel, félretolja látható dühösséggel az idegen csomagjait. A postásnő kiadja a bélyegeket, vesződjön vele a külhoni férfi, mert most ez a munkája, a meditációs ház küldönce ő, közben csapkodja mellé erővel a nagydarab, vörös képű német csomagjait a pultra. Félrehúzódik, nézi az ingerült embert, és azt gondolja nyomatékosan: ez a *fasiszta*. Ezt a szót küldi utána némán, míg a férfi tolokocsijával kicsattog az ajtón. Még látja

az utcán is ahogy a járdáról egy kapualjba betér. Visszavenné a kimondatlan minősítést, de nem lehet. Nincs honnan. Öröli hát még egy darabig a helyzetet háta mögött a kültelki borzalmas postával.

A gyengeségek megszabják feladataimat, mert közben a naplóíró személyt váltott(am), tennivalóimat. Kelepce ez a magammal hozott könyv. Szerzője csodákról, mágiáról ír, az élet és a sorsalakítás művészetéről, képzavaros, közhelyekkel teli, darabos, *halott* nyelven. A nyelvet sem érti, éli egészen mélyéig, amelyen fogalmaz. Az ezotéria, a hiteles misztika nyelve pontos, egyszerű, közvetlen. Még el-
lentmondásai is egyértelműek. Sejtetik a leírhatatlant.

A hajó mögé fordulsz. Gubbasztó macskahát, hasából kihajló vi-
rágos ág, késő őszi, a csillogó fekete kőállat hódarát dorombol. Félelem, hogy elveszíti esetlegességeit, megszokta már, ami az övé, fél, hogy a szabadságba egészen beleolvadva, eltűnnek korlátai, ez kirebbenti, a jelenlétből és az öröm csendes izzásából is. Míg ezt írja nemcsak a helyzet, a betűi is tisztábbak, világosabbak. (Egy szóval se tétovázz, lelkem, előrébb, mert összezavarodik ez is.)

Kialvó káprázatok, szétszalázódó vágyképek közül, vágytalanul, de lelkesen, odaadón, növekvő fény.

A magamfajta *szótartó*, ha nem törődik kedvenceivel, az árvák először keserves arccal járulnak hozzá, segítségét várva, *hiszen itt idegenben mi vagyunk a hazád*, dehogy, dehogy, a csend, majd, amikor nem figyel rájuk, végigszipogják, nyafogják a napot, úgyannyira, hogy a tegnaptól mindmáig áthallatszik. Főleg az elhanyagolt kedvencek, a Jóság, Igazság, Egység meg testvérkéik jeleskednek bőgésükkel, a többi a háttérben várakozik bizonytalanul szepegeve. Csak végezni a munkám. Nem figyelni rájuk. Csak csinálni. A *csak* helye zsúfolt: tervek, gondolatok, akarat, képzelet telíti. A teljes lét nem velem értetődik.

Ebben az írásínséges időmben (*mert így döntöttem*), beszéljen a szavak helyett inkább a test, tartásával, ahogy tevékenykedik, vagy ül, majdnem mozdulatlan. Ne dadogjanak napjaim, mert elborítanak az érzelmek, ábrándok, gondolataim, emlékeim, s alóluk csak

akadozva beszélek. De a szabadság nem ebből a korlátozó bőségből, hanem a szükséges egyből, nem az elhatározásból, inkább az átadódásból, bár minden jó kezdetnek; a megtapasztalás nem finnyás, számára minden helyzet megfelelő, ha elég mély, a kettősségek gyökerénél, a vonzáson, taszításon túl a valóságig. Ami minősítés, az már az én fölőlegem.

Kimondták a dobok, a ritmusuk, majd az esti rága, nincs már több mondandóm, de mégis milyen izgatottan kerestem elkallódott tollam, hogy ezt a nyugtázó mondatot papírra vessem. A mai napnak végül is ez a leírás lett az olvasható hibája. A többi velem testesül. Jó éjt!

Hiányoznak-e a le nem írt oldalak? Ami fontos, megmarad úgyis valahogy. Töredékül. Egy lábszárcsontszilánk, vagy csigolyadarab formájában. Vagy a füvekben az *emberibb* zöld árnyalata. Jól választok-e csendtől csendig? Ezt én tudhatom csupán. Ott hagyom-e éppen abba, ahol abbahagy? Ha nem vagyok elég figyelmes, *mintha* ismétlődnének helyzetek, tavalyról, azelőttről, ismerős érzelmek, képek; de mihelyt az ismertnek véltbe oldódom, kiderül, hogy már nem *az*. Megújult velem egészen. Hull a hó és elolvad. A szavak is, a mondatok, miután megfogalmazom őket némán, elolvadnak a belső melegben. Kis otthonos tócsákat kerülget figyelmem.

A fejemben nincs csend. Az izmaimban sem. Gondjaim, tervek, töprengés, mérlegelés. Túltelített aggyal és zsigerekkel. Testi súlyok, belül felület, alig súly.

Szuszogás a telefonban. Itt az utcai fülkében máris megképződik az a nehézkesség, ami több száz kilométerre van tőlem, amit most nem értek, sőt ellenfélnyi távolságra tolnám el magamtól, de mégsem, mert nem annyira személyes, idegenszerű inkább, mintha közöm sem lenne hozzá, ez pedig valójában nem igaz, más világ az mindenesetre, ahonnan a nő szuszogása hallatszik, valaki álmából szól át hozzád, ez a nehézkés álom az élete, vonszolódás, hagyd őt pihenni tovább, és ne bántódj meg. Forgolódik benned még aztán kicsinyég, nyöszörögve, szuszogva, aztán visszahamvad a maga szürke révületébe.

El kellett utaznod onnan, hogy helyben maradj.

Ajándékba kapott édességet, dugdosgatom a szavaimat, aheylett, hogy az első járókelőnek odaajándékoznám. Vagy legalább egy közeli társnak. A leírás, vélem, az egyik módja annak, hogy máris továbbadjam, s talán akkor marad meg valóban, nem magamnak takargatva. A kényszerű, korlátozó hallgatás rosszabb a locsogásnál.

A nem-tudás mindennapi bátorságáig eljutni. Hogy minden lépésem, mozdulatom a semmiből fakadjon, velem szülessen és enyésszen el. Közvetlennek, természetesnek lenni; megkóstoltam már ennek szépségét. (De lehet-e múlt időben nyugtázni azt, ami időtlen megtapasztalás?) Átéléséhez nem elég az elhatározás. Mindig a fogalomtól, *tudomból* próbálkozom, az énem védi magát. Az ürességből kezdeni, ehhez a bátorság. Jellemkérdés. Létemé. Az ismereteim, szavaim biztonsága kétséges, játszom bár olykor velük, engedem szépségüket, természetüket, érezve ennek káprázatát, állhatatlanságát, inkább múlt tapasztalat, mint a jelené, inkább mások véleménye, nem átélés. A gondolkodás távolság a világtól, a valóságtól, bár ez a távolság lát-szólagos, de mégis erősítheti külön létem tudatát. Az okosság az önzés ékessége, a bölcs ember nem a szavai, gondolatai révén az, aki.

Figyelem, hogy vágyam, éhségem támad a közvetlen megélésre, így egyre érezhetőbbek fölöslegeim. Gyűlnek még egyre tehetetlenségem, szokásaim, gyöngéim folytán. Ebből a sokféleségből kiválva – egyszerűség.

Nyírfágak fehér hajlatai egy édes szőlőszem ízében. A fán maradt levélkék sárgája, az ágvégek kecsessége, finomsága, amikor az íz már szétáradt, belém merült. A nyíreken túl fenyők, mögöttük falak, háztetők, a háttérben pedig a város fölötti dombok és fák. Ez látható egy német Olümposz egyik ablakkeretéből.

Mikor aztán a harmadik emelet magasságából a lejtős bádogtetőn egyensúlyozva, míg társamat tartom a derekára csatolt kötélén, közben ő az ereszcatornát tisztogatja, innen újra rácsodálkozom a nyírfák szépségére, e veszélyközelből minden fontosabb, *mélyebb*,

egészebb. A veszély fogékonnyá tehet a szépségre, az élet kedveségeire.

Aztán a gyökerek szintjére; az ikebana pinceterem egérszagában. A keskeny ablak felső sávjában a targallyak között a csodaszép alkonyi ég.

Ahogy beírom a gépbe, átmásolva irkából az első sorokat, elfog a továbbalakítás szenvedélye. Nem mérlegelem, kell-e az írás, és hogy használ-e személdés szüneteiben a jegyzetelgetés. Életre hívó ez a pillanat, a teremtés íze: a lombikban elmosolyodik a még törzse sincs emberke.

Boldog cella köröttem. Mint minden öröm, továbbadandó.

Visszatérek a tavalyi helyekre, de ezek már mind mostaniak. Minden emlék rozsdaréteg a valóságon. Gyönyörű képtelenség a mozdulatlanul hullámzó főveny. Ahogy az időtlen ritmusként, behatárolhatóként megmutatkozik. Minden csak jelzése valami mélyebbnek, valóbbnak, csendközelibbnek, de figyelmünkkel feltáru-lónak, ily mód szó nélkül is beszédesnek.

Hallom a folyosóról, hogy beszél valakivel, *neki* az ajtómnak, de válaszok nincsenek. Kilépek, kiderül, mi a rejtély nyitja. Ül a odakint a fal tövében a fehér hajú asszony, a teakonyhából kimentett telefonba beszél, mert odabent most mások ejtőznek, a válaszokat csak ő hallja. Főlnéz, rámosolygok és visszahúzódok szobámba.

A fa szépsége az igazsága. A moralista mindjárt a savasesőkre, erdőirtásokra gondol. A rablógazdálkodásra, ami kétségtelen visszaesés a természeti népek életéhez viszonyítva, bántó a tanulság, hogy mennyi könyörtelenség, önvesztések, létkorlátozás van pusztán a hasznosság rendje szerint alakuló életben. Az elemibbek elvesztése a kényelemért, (vélt) haszonért.

Egy arca tekintesz a park sétaútján szembejövőkéből, kész ítéleted, véleményed rávetül, ellepi máris; ebből a tehetetlenségből

lépek a megtapasztalásba, a lábemelés érzésébe, a lendítésébe, légzésembe, ez máris közvetlen, fényes, valóságos – tiszta öröm.

Gyönyörű napsütéses, derűs idő. Megpróbálom megosztani valakivel a messzi távolban. De a telefont nem veszi fel. Nehogy rám maradjon a szépség, leírom.

Számítógép? Mi a csudának nyüstölöd így napjaidat, szabadidődöt? Ülni a párnán, elvégezni a házimunkát figyelemmel, teljes jelenléttel, ez elég. Igazad van, mondom neki. S magamnak aztán: de mégiscsak a sírkövemre legalább egy jó mondat maradjon, amit én adtam tovább a világnak. A többi pedig gyakorlás, ajándék az – esetleges – olvasónak.

Üldögél a fiatal istennő, vagyis inkább csak istenlányka barna szőrmekabátkában a buszmegálló bódéjában és cigarettázik. Eső pereg percekig a parkra, míg suhog a zápor, oldalról a decemberi nap betűz, csupa istenek jönnek ebben a téli fényben, az egyik most a szája szélét harapdálja, a másik fülsértően csoszog, a harmadik kopasz, de isteni a francia kert füve és az alacsony, egyenesre vágott bukszusszegély.

Pöttöm, dundi Zeuszka, csörgőként emeli feje fölé a játék villámaikat, hogy dühében egyik rámenős pucér istenlánykára sújtszon, aki megzavarta. Hurkás lábincájával toppant, és megrendül alatta a föld. Megjedd erejétől, majd fölnevet és toppant megint. Élvezi nagyon.

Vallásokhoz, istenekhez, történeteikhez, mítoszaikhoz, rituáléikhoz mi közöm? Elszigetelnek a valóságtól. Istenek, mesék, hit és remény nélkül és mégsem hitetlen. Azt mondani, hogy szegényen és egyedül, már igaztalanság; kérdéses volna.

Messziről jött ismerős, hónapok óta a meditációs teremben látom először. Úgy érzem, kerüli a tekintetemet, annyira nem lehet fáradt vagy szórakozott, hogy nem vesz észre. Amikor az előtérben mögéje kerültem, gyöngéden a karjára tettem kezemet, ekkor hátrafordult, rámosolyogtam, visszanevetett, megérintett aztán ő is. Ebéd utáni

sétára készülve a ruhatárban utcai kabát és cipő felvétele közben végre megszólal, mert most szabály betartani a csendet: „Mondd, hányas szobában is laksz?” Megmondom, tisztázom is mindjárt, mert félreértett, aztán így szól: „Majd bekopogok hozzád valamikor, de most olyan fáradt vagyok.” Magamra hagy, míg ormótlan túracipőm fűzőjével vesződöm. Később kiderül, másokat is kérdeztett szobaszámmom felől, alighanem elfelejtette, amit tőlem hallott.

Mennyi ítéletet, véleményt, érzelmet engedek tovább, míg a tény így személyesen-általánosan megmarad.

Látni, ízlelni az igazságot, megérinteni a valót, hallani a szférák zenéjét, mennyei illatot érezni, olyan élményeket jelentenek, amelyek túl vannak az érzéki valóságon, a szótlán, fogalomtalan tudatosság magjában, ahol már nincsen érzékelő megismerés: ürességnek és formának nincs különbsége, a csend beszédes és a sötétség fénylik.

A belső beszédből kiszakadva, eloldódva képzeletidőtől a testérzet és a légzés közvetlensége. Ez igazabb, tágabb, előbb most bármilyen fajta gondolatnál. A valóság nem észbeli, ésszerű, túl van a gondolkodáson.

Miért nincsenek barátnőid, kapcsolataid nőekkel? Mert nem tudsz adni figyelmet, szeretetet, pénzt, mondja mindjárt első sétáink egyikén a kék harangvirágfa alatt.

Nem vitatom, amit mond. A véleményeinkben inkább mi vagyunk, mint az, amire vonatkoznak. Ezt átgondolva, nem irigylem mostani állapotában. Különösképp azután, hogy a fekete mágiáról kérdez, mert valaki vélhetően ellene tesz. A rólam szóló ítéletét azért kiegészítem, mert bántanak az ilyes egyoldalúságok. Akkor is, ha nem az én személyemre vonatkoznak. Az élet, az enyém is, egyensúlyt kíván. A tékozlás és az bőséges alkalmi kapcsolat után most takarékosabb, szegényebb életet és magányt. De ez már mérlegelés, a sors ennél egyszerűbb, elfogadhatóbb, gond-talanabb, és emiatt a gondolatainkkal, tapasztalatainkkal túl szövevényesnek látjuk.

Az égi kékség tere, tágassága, öröme szavaink között.

Innen kezdeni el. Nem magamra, a bőrömnön belüliek mentésére korlátozva.

Hanem tart még tovább rendrakása ügyeimben. Hogyan javítam meg anyagi helyzetemet? Süssék kenyeret, mondja, a balgatag magyar népnek és adjam el jó áron.

De hát én a mennyek országát keresem, nem üzletelek.

A fák fölötti aranyfelhők csodájában egyetértünk. Ő szaval, Petőfit, én csak ámulok az alkony csodájába oldódva.

Az agy labirintusában járva. Elhaladok óvatosan az idő tépázta néhány százszorszép, száraz falevelek mellett a fűvön. Kijutva az útvesztőből boldog ürességet találok. Magamhoz térek. Ez a fényesség, szótlán egyszerűség magába nyel, megforgat, kiad. Derűs leszek, erős, adakozó. Mosolyogva mutogatok a bejárat felé, bár most nincs senki a közelemben. (Ez is Simone Weil. De hiszen annyira átéltem, mintha enyém volna.)

A mester kedves, előzékeny, megkérdi mire van szükséged, nem hiányzik-e valami, de egyébként nem tanácsol semmit. Nem oldja meg helyetted feladataidat. Nem mondja, hogyan szerezzél pénzt, sikert, dicsőséget. A gyakorlás életmodell. Hibái az életedé is. A mindenre jó módszerek határon, válsághelyzetben használhatatlanok. Találd meg a helyes irányt. A tapasztalataidról kérdez. Rendben, mondja. Nem minősít, értelmez. Inkább nyugtáz. Kérdezi, hogy a múltkori mély átéléseid óta nem éreztél-e hasonlót. Nem, válaszolod, most megint újat ad a gyakorlás. Csak később jut eszedbe, hogy hiszen pillanatokra átéled megint azt az egységet, túl hamari volt tehát ez az irodalmias ellenpont, de aztán kiszakadsz belőle, ellenőrzöd magad. Nem kell semmiben hinned, de a gyakorlás lélek nélkül, felszínesen, pusztá hiúság, időtöltés. Az út tehát az elengedése, nem pedig az elérése, megszerzése. Minden jelen van. Tisztuló figyelem, növekvő érzékenység.

A géphez nyúlva, a képernyőn futtatva a leírtakat, megjön rendszerint a gond is, veszik a csend és vesznek a szavak, semmi más csak

a zavaros, tétova keresés, nyugtalanság. Ami megvan, miért aggódni miatta, a veszett dolgok meg maradjanak a maguk helyén.

A szokásos meditatív séta helyett a délelőtti tanítás szövegét ismétlitek át magyarul. Az értésed még gyakran hiányos. Utána elég pár személyes mondat, megítélés, máris mennyi indulat szakad föl, a megnyíló test összerándul, bezárul megint, az elfogadás, azonosuláspróbák helyett a különbözés, védekezés, bezárulás, az édes jelenlét helyett a keserű védekezés, a számonkérés elutasítása, nyugtalanság. A belső beszéd földuzzadása. Nem új ez a tapasztalat, de most határozott, erős; a csend, írom máris, többet megold, mint a bizonytalan ének káprázatát erősítő szavak.

Esik, dobol az ereszen, pléhtetőn, az ilyenkor feltörő érzékenység most nyugtalansággá, bizonytalansággá, magam körüli forgássá változik. Nem az egyedüllét rossz, a hátrább taszítottság, ami minden megítéléssel együtt jár, hanem most tombol körötted az ajtód előtt, a falak mögött társaid élete, a gyomrod és a város.

Jó ez is, majd ebből kiválni, lenyugodni.

Kőhíd? Kőhit.

A háztetőn csúszkálva megint, ha legyőzni nem is, legalább meg tapasztalni a tériszonyt. A magasba kapaszkodás félelmeit. Nem lesznek belőle oldalak, mint ahogy a társam említi tréfásan, látva remegésemet a magasba támasztott alumíniumlétrán, épp csak említendő – a lehullott levelet takarítjuk a tetőről és az ereszcatornából.

Furcsa ezt a magyar nevű legényt hallani, akit szülei kiskorában mentettek magukkal Németországba. Németes akcentussal beszél a magyart, keresi a szavakat, kifejezéseket. Miközben válaszait hallok, ijedelem fog el, netán én is ilyen szánalmas vagyok, félnótás benyomást keltek dadogós, hebegős németségemmel.

Az öreg számítógép a pincében – kikapcsolva is eleven kísértés. Megfogadom, egy darabig nem nyúlok hozzá, de mihelyt egy kis

szabadidőm akad, megint előtte kotlok. El is úszik belőle a nagy ürességbe pár oldalnyi megformázott szöveg.

Azt gondolom hagyom a naplót, az eseményeket, hogyan csomagoltam be a matracokat meg a többbit, a gépet is; amit leírok, magánhasználatra, csupán a kézírás ehhez még eléggé személyes, rögtönzött, időleges, a jegyzeteim is inkább csak emlékeztetők.

A házmester, akivel ma a tetőt jártuk, mutatott a minap egy újságot, s megkérdezte, hogy nem akarok-e földbirtokot a Holdon. Hétszáz négyzetméter nem egészen negyven márkába kerül. Ennek fejében rávezetnek a tulajdonlapra, és lesz tulajdonod odaát. Ő venni szándékozik magának – azt nem kérdeztem meg tőle, hogy a Föld felé eső vagy a túlsó oldalon –, legalább ott legyen birtoka, ha már itt nem szerencsételtett.

Nem tudom bosszankodjak-e vagy nevessek rajta. A messziről jött ismerősöm, akiből kicsordulnak a gondok, folyton az életemet szeretné jó keréknyomba billenteni ötleteivel, megítéléseivel. Így a könyvebb persze, odafigyelés, segítség helyett tanácsokat osztogatni.

Mint sejtelem az agyban, lassú uszonylebegéssel egy fehér hal a tavacska medrének aljában megmiccen.

Kelkezés nélkül, visszaadódva mindjárt a mérhetetlennek.

A ház munkatársnői közül kettejüknek meghalt az anyja, barátom apja is meghalt. Hogy kapaszkodom énembe, félek az elvesztéstől, pedig olvad már melegen befelé magamba szivárogvá az idő. Úgy fogódzva szokásokba, ösztöneimbe, gátlásaimba, mintha belőlük élnék, ők lennének a végső valóság, a világ éltető alapja.

Magamban közeledve-távolodva egyszerre; szédítő ez az állodgálás, idejevesztett jövés-menés. Az emberek vagyok, a sárga buszok, autók, de most szavak nélkül haladva. Nemcsak pontatlan, megtévesztő, sőt hibás is ez így. Amikor e valóságos egysegből

kiszakadva ránéznék kíváncsian, ki vagyok az utca vége felől szoknyásan, deres hajjal, akkor már idegen. Kiválva megint valaki más.

Kerülgetem szavaimat az utcán, mellettük suhanok el, mintha falak tövében; most így semmit sem értve otthonom ez a város.

Minden visszajár, nem múlik el. Egyre nagyobb tömegben az ismerős dolgok. Forog köröttünk lassan, alig érzékelhetően dombjainval, erdőivel az év, átjárva falakon, csenden, sejtelmeken, sírok márványán is átszivárog.

A reggeli meditációt elmulasztva, az éjszaka fölöslegei is bennem maradnak, körülvésznek, sötéten, bűntudatként, a másnapos ember szorongása ez; súlyos, tépett fekete köpeny, lefeg rajtam az álom titka, hányszor ütközöm neki délelőttömben a képnek: menekülés közben egy istállóban elefántokba bökdösöm acéltűmet, mint a felfújtt gumiállatok, kifut belőlük a lélek és pocokméretűre zsugorodnak.

Mások életébe leskelni, sorsot adni teremtményeidnek, te regényíró, ez most olyan viszólyogtató, mintha valaki zsigereiben kotorásznék pusztá kezemmel.

Ahogy kongatja odakint a harangot, az életének jeleit mondja vele. Az első nekirugaszkodás szakasz után a második gyöngé vers és a bizonytalanból kiugrató határozott harmadik. De a befejezés azért erőtlentre, halkra lanyhul. Ez a lány nem tudja maga után határozottan becsukni az ajtót.

A második emelet magasában egy fuvolázó diáklány lép az ablakhoz a terem belsejéből. Letekint az utcára és a palota előtti térre, és vissza is húzódik mindjárt a szoba – számomra – láthatatlan mélyébe. Einémul az ablak, félhomályos csöndje mégis jelentésem amíg a zebra előtt a zöld jelzésre várok.

Esős időben üldögélve, mégis milyen zörgösen száraz a lélek.

A naplóíró rátalált a koanjára. Lóg tehát egy magas fa tetején, fogaival tartva magát. Keze és lába pedig összekötözve, így nem foghatja meg az ágat, nem léphet rá a fára. Ekkor valaki azt kérdi odalent (az egyik olvasója alighanem):

Miért jöttél zazent gyakorolni Nyugatra?

Ha válaszolok, leesek mindjárt, halálra zúzom magam. Ha meg szóltan maradok, nem teljesítem a kötelességem, elárulom életem értelmét, ezért meg fognak ölni.

Hogyan maradjak életben?

Te hogyan maradnál ebben a helyzetben élő, aki most olvasol?

Túljutni életen, halálon, de nem erre, nem a szavak felé. Minden kétség halál. Míg fontolgotom, elengedjem-e az ágat vagy sem, kétségeim vannak. Ha elengedek halálra zúzom magam. Ha válaszolnék a kérdésre, azok már egy halott szavai lennének. Pedig a gyakorlás ez a teljes létezés.

Van-e szóbeli válasz?

A Holdon viszont megvan a két földterület, annak közelében, ahol az Apollo-17 talajt ért. Közel a Nyugalom tengeréhez. Nézegetem a Hold-térképet, és utána köszönettel nyugtázom Max meghívását a Holdra.

Papíron az elektromos szikra, átüt az időn a megtapasztalás. Megráz. Megdöbbenek.

A szellemi út első mozdulata nem az elfordulás, eltávolodás a világtól – hiszen ez amúgy is lehetetlen, bármerre fordulok, mindenütt az van –, hanem ennek bensőséges érintése, sőt behatolás, elmélyülés abban, ami adott, nem háritása gyöngeségeimnek, az akadályoknak, hanem elfogadásuk, megismerésük. Amit tudok, az vagyok én, vagyis a világ egésze. Ez a nem-tudás gyakorlása lehet. A szellemiség nem a kísértetekben, lebegő testekben, stigmákban, plazmalényekben van, hanem a megtapasztalás, az átélés teljességében. Amit tehetünk, hogy jelen vagyunk, minél üresebben gondolatainktól, érzelmeinktől, szavainktól, annál esélyesebben, átélésére annak, ami van. Ez a valóság élett pillanatról pillanatra.

Nézni a láthatatlant, hallgatni, aminek hangja nincsen.

A mai nap fejezetcíme: A gulagon, mondja a házmester derűsen, miközben a negyedmázsás sószsákokat hordom le a kazánházba, megtapasztalva a szó és só közti súlykülönbséget, áldozva ily mód a régi népi bölcsmondásért, közelebb kerülve átéléséhez. Íróknak igencsak ajánlatos munka, tanácsos így kezdeni, hogy mélyről indulj, a napot. Vállon a sószsák, és lépegetve lassan a pince felé, a tudattalanba, ösztönökbe, *akaromba*. Szó nélkül a só is könnyebb, de a belső beszéd ráadás terhe ritkán szűnik.

Nem róla, felőle, hanem belőle, benne, vele, általa. Együtt.

Mit mondhatna a bambuszlevélke? „*Nem a nyelv az, ami beszél.*” Ha nem áll köztünk a szó, gondolat, fogalom, kép – a tanítás, átadás folyamatos. Telő Hold az égen.

Ez az arc, ez az ág a kerti ösvény fölött, amit gondolok, érzek, mind jelek; az eleven, *valóságosabb* egészre mutatnak.

Aludni már? Hátha németül álmodom, és felébredve nem értem majd, mit is.

Ismétlődés, a ritmus szépségéért, az igazság nyomatékosabbá tételéért, mert így *valóságosabb*, így eleven, nem a feledékenységem miatt van.

Alkonyodik. Kerti szemlélődésünk kezdetén Juanita meggyújtja a japánkert kőlámpását, és a kis tó melletti bambusznádbokor tövében parányi sziklafülkékjében a gyertyát. A növekvő sötétségben emberivé alakul máris a napszakváltás, az idő hangtalanul forrásába visszaömlik.

Séta a behavazott fák alatt, mögöttük a vörös és mályvaszín ég, ez nem is szemlélődés, hanem inkább hiú vadászat. Fogalmazok, vesszorokat illesztgetek egymáshoz, átalakítok fejben, és hullajtom

el hasznavehetetlen ötleteimet, a séta értelmét magam mögé, ha megmaradnának, aki összeszededegetné utánam, fejcsóválva nézegethetné a valóságot takaró fátyol e latyakba hullott cafatait.

Beleoldódva a kilégzésbe, a testi és lelki egybeolvad, beléáramlok a teremtésbe, minden teremtődik most, lélegzi magát, a figyelemben, részvételben a légzés transzcendentálódik.

Egyik legbecsesebb ajándéka életünknek azonosulóképességünk, a részvét, együttérzés. Hányszor hagyjuk elfelejtve. A legfontosabb kincsünkről elhagyva szegénységről panaszkodunk.

A feladatokra, kihívásokra, kérdésekre – fanyar jelzővel illetve magunkat – *öszönösen* eszünkkel válaszolunk. Ha cselekszünk is ebben a fogalomhálóban bajoskodva, tetteink nem tiszták, szavak, gondolatok, tervek, aggodalmak, emlékek, képzelet lepik őket. Elvárásból cselekszünk, a viszonzás vagy a haszon reményében. A zen közvetlen, természetes válaszra sarkall. Hogy magunkkal, létezésünkkel, egészen válaszoljunk a feladatokra. Nem elvetve az észet, de áttörve, -hatolva rajta. Ahol a józanságunk, neveltetésünk további visszahúzódtást, fogalmi kitérőt, töprengést, tervezést javall, a zen az áttörés, a közvetlenség útja. Nem értelmetlen, de az értelmet meghaladó tudás. Van, de nem kész. Nem fogalmi, élő és éltető.

A létfeladatok, sorsproblémák, ha nem ártjuk beléjük magunkat eszünkkel, tetteinkkel, a legtöbbször megoldják önmagukat. De ennek belátásához hosszú-hosszú várakozás, türelem szükséges, belátva, hogy a nem-cselekvésben elnyugszik a sors is.

Nézni csendben az ágat, míg beszélni kezd. Ez is forradalom. Új korszak nyelve. Talán igazibb, valódibb, mint a hatalomváltásoké.

A keltezéseket utólag, december közepe tájt, törölöm a gépben. Ez az írás nem a napokra szeletelhető időről szól, nem a személyesen birtokolható eseményekről, illetve át szeretne hatolni mindezenen, amennyire képes rá. (Csak a szükséges szavak, nem kérdező jók-e vagy rosszak.) Bár nem jelenik meg itt semmi időtlenül, mert a sorok közt hófúvás, fölmelegszik vagy lehűl a levegő, felhők

úsznak szépségesen, a szavakban a központi fűtés melege kering. Minden apróság kozmikus. Akár az idő, akár az időtlenség felől nézem. A szöveg végén azért majd jelzem mikor íródtak ezek.

Elfogadni azt, ami adódik, nem mohón, vagy vonakodva, figyelmesen inkább, bármilyen keserű is, mintsem a képzelt édesség, a gondolatok és a képzelet pótlása a megtapasztalás helyett. Nem lenne jó ábrándok közt meghalni, ha eljön az idő. Az utolsó kilégzés is legyen tudatos.

Balladás, szomorú, mint a közelgő este, ám derűs is, ahogy meggyújtja a gyertyákat kertünkben: belső kötelessége, de öröme, üdvössége is. Ahogy pislákol a fény, az ő sorsából esik fény utunkra.

Madarak, fák, sziklakövek, testvéreim a téli kertben. A feketérigók a bokrokról, én a nap képeiből csipegetve hasznosan, haszontalanul.

Ez a napok nélküli napló: a kígyó lábai. Amik nincsenek, helyesbít valaki; de a mítosz tudni véli azt is, meddig voltak. A paradicsomkertben, a kísértésig ez a hüllő is felegyenesedve, lábon járt. Amíg az ember el nem fordult a teremtőtől, ki nem vált (vélt) tudásával az egységből.

Kiüresedés és egyesülés, ami a meditációról mondható feladatosan. De a meditáció túl van a feladaton, akaratunkon. Leírtam már, sőt sokan mások is előttem, mihelyt akarom, elveszítem. Az elérés vágya eltávolítja, ami jelenvaló.

A koanok egyike-másika mintha mesehősöknek lenne kitalálva. Rejtezük a tenger fenekén egy kincs. Hozd fel ide most, de úgy, hogy ne legyen vizes a ruhád. Ha a tanítványt azt mondja okosan: *kincs*, és üres tenyerét mestere elé tolja, olyasféle választ kap viszonzásul, hogy a feladat megoldása nem gondolatokból ered, nem szóbeli tehát. A zen eleven történet, átélés, valósítsd meg a választ! A tépelődés vagy a furfang nem egyenes út a kincshez.

Egy vízibivaly átment az ablakon. A feje, a szarva és mind a négy lába bejutott. A farka viszont hogyhogy nem?

Vagy az ismert feladat, amikor egy palackba libát tesznek. Addig etetik, hizlalják, amíg bele nem hízik a palackba. Vedd ki onnan úgy, hogy a palackot sem töröd szét és a liba is élve marad!

A rejtvényűjságokon iskolázott leleményességgel itt nem sokra megyünk.

A kígyó görög mintás zoknit húz a lábára. (Kicsoda mozgatja ezt a kígyót?)

Tompa fej, keserves magányosság, soha nem gyakoroltam. Semminek nincs értelme, még ennek se, amikor ezt leírom. Tovább marasztom ezt a sötétséget, rögzítem, bár csak olyan esendő anyagra, mint a papír. Minden öröm délibáb, nem tudom, mitől ez a nyomorult állapot, a tegnapi pár pohár fűszeres bortól-e, a késői reggeli keléstől-e, az ily mód megbomlott rendtől vagy az ünnepi ürességtől. Ha elmulasztom a reggeli meditációt, zavarosabban, súlyosabban, büntudatosan indul a napom.

Járom a várost, karácsony, szinte kihalt. Bemegyek a székesegyházba, a püspök misézik, segítő papok körötte, riadtan húzódom vissza, és hátrálok az utcára ki. Ez az egyszerűséget, ártatlanságot elfedő pompa taszít, hazugnak, harsánynak, nyeglének találom. Nekem most valódibb ünneplés a szemerkélő esőben bandukolni az utcákon, keresni, ami már rám talált, de nem élelem.

A művi mámor nem a teremtőerő forrásából ömlik ki. Nem tiszta, szabadságunkban korlátoz, amit ad, káprázat. A borissza pap, szerzetes vagy hívő nem az örök vőlegény lakodalmán lett mámoros, hanem inkább csak önmaga gyöngeségét, hitványságát ünnepli. Az átjárhatóság, könnyűség, lelkeség helyett sötét, nehéz elégedettség, önfeledtség vagy állati természetünk nyugtalansága.

Nem szabad megalkudnom, írom egy pohár barnasör sötétjében. Sok a fölösleg, s ettől veszik az egyetlen fontos.

Ha nem tiszta az életem, gondolkodásom, ha túl sok szokás, vágy mozgat, kötődöm köznapi örömeimhez, kényelmemhez, a szövegeknek is inkább a formájához, értelmezéséhez ragaszkodom, mert nincs mögöttük visszhangzó tér, kellő mélységű csend, hitelesség.

Tíz évig éltem szüntelen kábaságban, sötét, nehéz világban, szűk teremben. Most érzem ennek borzalmát, tékozlásom rettenetét. Micsoda elpocsékolása ez az emberi ártatlanságnak, tisztaságnak, világosságnak. Szerencsés vagyok, hogy ezt le tudom még írni. Megszerencsétlen is, ha úgy érzem, nem pont ilyen múlt kell nekem.

A karácsonyi kolostori sonkaszeletek és a kiürített söröskupák után hús- meg erjedésbűz a zendóban. Ez tetézi mai keserűségemet, elmozdít, már-már fölkelek, de maradok a párnámon mégis. Ennek a megtapasztalásnak is meg kell lenni.

Ünnepelni csak tisztán, könnyen, a gyermekek mély és egyszerű örömeivel.

A körpark fáinak ágait letördelte, megtépázta alaposan a karácsonyi viharos erejű szél. Az út mentén a fűben, sőt a magasban fölakadva a letördelt ágak, gallyak. A kis tó melletti figyelmeztető táblák lapjai, amire *a jégre lépni tilos!* szöveget írták, letépve, az egyik összekötő utat elrekesztő fakorlát kidöntve. Ezek már emberi kéz művei. Az ünnep utáni park képéhez tartozik, hogy az utak mellett eldobált sörösdobozok, kiürített palackok, furcsa ellenpontként az egyik játszótér padján egy teljesen ép porcelántányér.

Míg lábamat a járás, agyamat az erőszak természete foglalkoztatja. Ünnepek táján van ok a duhajkodásra, erőfitogtatásra, kirúgásra a hámból, sőt a rombolásra is. Ez aligha német sajtóság. Noha az ünnepi utcák szemetesebbek itt is, mint egyébként. Bár az ország két világháború tevékeny részese volt, csínján az előítéletekkel. Figyelmeztető táblát azért én nem tépnék le, fenyőfa korlátot se döntenék árokba kivagyiságból, de duhajkodtam tékozló koromban eleget én is.

Mi különbség a természet és az ember rombolása és építő, teremtő munkája között? Valahogy laposnak találom mindazt, amit megfogalmazok, marad is leíratlan.

Új csoport érkezik, a folyosón az étkező megnyitására várnak, hogy betódulhassanak a vacsoraasztalhoz. Terefere, nevetgélés, zsvaj, cipókopogás, kerekess kofferrek tologatása, láрма, kiáltások. A zsvaj holnap a meditációs teremben is megmarad, igaz, csak a fejekben, hallhatatlanul, de a légzésre, mocorgásokra, zsigeri háborgásra, sóhajtozásokra, ülés alatti nyögésekre figyelve ez is kisejlik.

A képzelet jövőmet festegeti, formálja csendesen, de szívósan. Visszatérek légzésemhez, de a történet elcsábít. Prágában tartózkodom egy író-politikusról elnevezett ösztöndíj örömeit megtapasztalva. Eltalálva egy meditáló csoportba, megismerkedem egy nővel, kedvemért megtanul magyarul, szépen, emberien élünk. Nos, ez éber álmom, jellegzetes vágykiélés, minősítem is mindjárt. Érett, gyöngéd kapcsolatunknak társam halála vet véget. Ő bármihez nyúlt, fellelkesítette, újjáteremtette. Kettőnk életét is, bár vonakodott hozzám szegődni eleinte. De most még a hiánya is értelmes, rendezí életemet. Megmaradt rajzaiban, szavaiban, fényképében, a kis lakásban, amiben egy darabig egyedül élek. Segítem szemlélődő csoportomat, fiatalos kisöreg vagyok, szép fehér hajjal.

Ez az ötödik óra ülőpárnán, lótuusz helyzetben. Ám a képzelet szertelen. Ha a test megszokja a kezdetben megerőltető testhelyzetet, könnyen elszórakozhatunk szemlélődés helyett. Annyira vágyom a biztos jövőre, hogy azt élelem a jelenem helyett. Bár írásaim, ez valóság-hú mozzanat egyébként, nem aratnak fergeteges sikereket, de évszázadok múlva majd valaki átdolgozásában újra érdekessé válnak. Így van ez a korukat megelőző emberekkel.

Reggelre ébredve megálmodtam az előttem lévő nap teljes leírását. Ott állt a papíron, ami történni fog, szépen, gyöngybetűkkel, dolgom csak annyi maradt, hogy sorról sorra kihúzgáltam az álomi homályban írottakat, így estére már egy szó sem maradt a napomból. (Másnap hozzá se kell nyúlnom, magától tűnik el, ami magától került a papírra.)

Mikor pulóverét levetettem, kiderült, hogy egy rétet vetkőztetem le, megfosztva így nemcsak öltözékétől, de nemétől is. Zöld dombocskáit, pihés halmát simogatva becézgetem, de a vetkőztetés heves vágya, izgalma után most a nyugalom, erő, hogy végre páromra leltem.

A felhőjáték illatára.

Ahogy a teret betölti figyelmem, tágulni kezd piros izzással.

Ujjlenyomatom minden szón. Ha már így összefogdostam őket, nyegleség volna azt mondani, hogy nem ér a nevem.

Gyakorolj, használd az idődet, mondja a mester. Visszhangzik rá az ismert tanács: Élj az időddel!

A meditáció már a tudat férfikora, dicsérem, a kamaszkori képzeletben dagonyázva.

A meghatottság néma tombolása után néhány szó lebeg a felszínen. Elfordulok.

Azt istentisztelet előtt a mester a *Confitemini Domino* dallamát dúdolgatva sétál a lépcsőházban, míg tanítványai, követői helyet foglalnak a pinceteremben, ahol a dúdolgató atya misézik majd.

A kőkert csendje. Alatta a jegyzetben két üres sor. Úgy megillet, hogy már haikura sem futja.

A magányos sétákat az ünnepi utcák ürességét, csendjét jól ismerem.

Tölgyek, fenyők, hegyi jávor, vérbükk, kék csengettyűfa, próbálgatom, emlékszem-e még neveikre. A legény a ligeti pad támláján ül, cipője az ülőlapon, mellette egy sörös pléhdoboz, közben a fiú behúzott nyakkal egy elektromos játék billentyűit nyomogatja.

A szilveszteri tűzbe beledobta cigarettásdobozát. Csak a mozdulat színpadiassága volt az, ami némi gyanút keltett (bennem). Harmadnap látom megint a kerti ösvényen. Cigarettazik. Mély szána-lom, szomorúság fog el gyengesége, közös gyengeségeink iránt. Hányszor elhatároztam valamit, és nem tartottam be. A húzódó, halasztódó böjtök, a keményebb gyakorlás. Csupa jó szándék. A pokol felé vajon?

A pinceteremben kihúzták a dugaszt az elektromos csatlakozóból, és az asztal szélére tolták számítógépemet. Újra helyet csinálók neki, arrébb viszek egy ovális fekete táblára szórt homokképet (tengeri napkelte), a másik, négyzetes táblán szikla folyóval és nappal. Óvatosan arrébbtolom, nehogy szétperegjen. A mondatom befejezve és kikapcsolva a gépet, újra helyükre rakom a madártollakat, a homokosrekeszt, a mintakönyvet.

Férfias, romboló, kemény, kegyetlen, könyörtelen, kizsákmányoló, háborús időköt élünk. Ha most vajon nőiesebb, ártatlanabb, gyöngédebb, természetesebb, könyörületesebb, békésebb, családiasabb kor köszöntene ránk! A megítélés, hadakozások helyett az elfogadás, emberség kora. A kizsákmányolás után a szociális érzékenységé. Ennek reményében veti a szilveszteri lángba mesterünk a zöld tiszafagallyat.

A csendes kétely, mint a nyirkos, ködös időben a nedvesség, mindenbe beleivódik, ami magába fogadja. A gyakorlásnak, a lelki célok-nak nem látom értelmét. Minden eleven erő felhasználható a rosszra is. A zen szerzetesek egy része támogatta a háborút, papjaink megszentelték a fegyvereket, a keresztes hadak vagy az inkvizíció bár ré-gebbi, mégis ide tolatkó példák. A jámborság, engedékenység, alá-zat, figyelem erények, de könnyen szolgát csinálhatnak belőlünk, s válunk a földi hatalmak eszközévé. Itt ez a lelkeségi ház, három-négy ember évck óta lakja, és mégis milyen esendők! A meditáció előbb-utóbb szükséges rosszá vagy rutinná válik, kialakulnak a szokások, beidegzettségek, s mintha a hely – védett lévén – tartósítaná a gyere-kességet is. A mesteren meg talán a gazdasági vezetőn kívül nincs, aki

ezt igazi életkörnyezetnek tekintené, és viselkedéséből ne ríkítana ki az önzés, a gyenge én. Kiszolgáló hely. Tanfolyamain általában minden hely foglalt, jó neve van, hiteles, de az én teljességvágyamnak ez most édeskevés. Bár egy szokványos kolostor még kevesebb lenne. A kételyek a gondolkodással járnak. Talán baj is, hogy míg a törzse fűrészelt fa gyökereit bontom ki a köves földből, a lelki erők állhatatlan természetén rágódom, nem a tevékenységemben oldódtam fel. Ámbár ezt most hiába akartam volna. A munka felszabadít. Visszaad valódi természetünknek. De a KZ-tábor bejárata felett ilyen felirat felháborító hazugság. Semmi sem tiszta ezen a földön. Mindegy milyen úton járunk. Hitek, lelki módszerek elkötelezettjének lenni minek? Korlátos mindegyik. Most nem vagyok olyan lelkes, mint máskülönben, amikor a kétkedés feladatot ad: a rám eső részt megőrizzem legalább tisztán. De miért is lennék más, mint a világ? Nyegleség ez is. Én is azt a vezetékes vizet iszom, mint az asztalszomszéd, megsértődöm, akárcsak ő, ha azt érzem, méltatlanság ért.

Most az arcok sem olyan szépek, ártatlanok már, mint tegnap.

A töprengés, tépelődés általában meddő, meghajlítja ösvényeinket, az egyenesség útesztővé átváltozik. Ha a panasz kiválaszt környezetünkéből, nem ízesít a mindenségbe, mert nem a teremtés magjához fordulunk, hanem saját szűkösségünk válik mércévé, reménytelenül elgyöngülünk. Erőnk is annyi csupán, amennyi a romboláshoz elég.

A szervezett egyház nem vonz, de a mélység, figyelem nélküli köznapi élet sem. Felületessége, könnyörtelensége taszít. Gyakorolni, mondaná a mester. Választ nem gondolatainktól, környezetünktől, hanem igazi mivoltunk, az egység megtapasztalásából kapunk. Ez viszont nem fogalmi, nem erkölcsi keret, nem szentesített rítusok sora. De pont a mostani állapotom áll ellent a gyakorlásnak. Hiábavalónak tartom. Hiszen adódott majd' három éve mély megtapasztalás, egy napig tartó. De hol van ez már, ha nem álom volt csupán. Otthon ilyenkor elszundítanék, régebben ilyenkor bontottam bort. Álomban vagy kábán, csak ezt a gyötröttséget ne, iszapbirkózást a láthatatlan erővel. A sár csak rajtam látszik.

A gyengeség elől menekülni nem jó, a gőgösség sem, hogy mások rosszak, hibásak, én viszont rendben vagyok. Bármit is sajátítok ki

a közösből, igaza hazugsággá válik. Az alázatot nem viselem, a gőg taszít, micsoda hát?! Tudom, meg-megélem, hogy a valóság nem értelmi, túl van rajta, az ész legföljebb csak róla, nem belőle, most miért mégis a kétely, hogy van-e egyáltalán, és én vagyok-e igazából?

A délutáni kerti szemlélődés vége felé, a madárpittyegés, egy kankalin szirmának sárgája feltörik az öröm forrásán a jeget, gyengeségük ereje eltölt, ez most erősebb gondolataimnál.

Aztán megint: minden csak érint. A pokol szele is fuvallat, miután mindent átjár, aztán megillet. Talán nem is kintről, belőlem indult a sötét, bőromnál visszafordul, semmi se jusson ki innét. Átjárhatatlanul idegen vagyok. A társaim akár a majmok ülnek párnáikon, kuporognak a zsámolyon; kit utánozva és miért? Más útján forogni, más párnáján üldögélni! Kilépek két ülés között a sétakörből, letelepszem az előtérben. Lássuk, milyen is vagyok! A felszín alatt lappangó nyugtalanság, türelmetlenség, tüskés burokból gubbasztok. A világ van most ebbe a szűrős maszlagtokba bezárva. Kivágyom. Honnan, hová? Nem tudom, ez most nem jó. Ingerlő bizonytalanság. Nem érzem a meditációt, nem is érdekel. Fel kéne állni, szobámba menni, leheveredni, kialudni ezt a csömört. Megfutamodni ezért nem. Maradok inkább. Ez az állapot is jó – megtapasztalásnak. Lássuk mi lesz így. Iszonyúan feszülő váll, főleg a jobbé.

Elutazni, hazamenni. Mit keresek én itt? Idegen nyelv, idegen világ, ismeretlen szokások. De hazaérkezve mi a biztosíték, hogy nem *ugyanebbe* a rosszkedvbe, idegenségbe futna be a vonatom? A kitörés módja, ha maradok, megélem ezt a lenyűgöző nyugtalanságot, örömet, lelkességet fölemésztő háborgást.

A kiválás, elfordulás szándéka ettől nem szűnik meg, üldögélek az előtér padján, írom ezt, míg a többiek hallgatagon róják köreit odabent. Én nem vagyok ők, most nem akarok közéjük keveredni.

A túltelítettség hiányállapot. A legtöbbet akkor teszem, ha nem mozdulok. Előre úgy juthatok, ha nem megyek sehová sem. A vacsora is meg az istentisztelet is elmaradhat.

Míg ezt a kert egyik bejáratával szemben az üvegtető alatt írom, a délutáni szemlélődő séta előzeteseként, rápillantok a csobogó

előtti rönkasztalra, s körötte a fatönk ülőkékre, ahol három éve a földet markolászva megérintettem azt, amit addig éginek véltem, tapasztaltam, amitől addig a hit meg kétely, remény és közöny elválasztott. Most a távolságot érzem, valaki más lettem, egy gyerek jajgat az utcán, sírása idehangzik, a kerti lépcsők előtt a lapos köveken nők tanakodnak, törlőrongyokkal bajlódnak, az egyik nagy fa göbére teszi őket valamelyikük nevetve, de lecsúsznak, mire ezt leírom, felnézek, már üres a kertbe fölvezető lépcsők előtti tér, a gyereksírás is abbamaradt, autómoraj, ritka, de határozott koppantások a kert mélyéből.

A felhőket szemlélem a nyugati égen, Juanita mellém lép, nézd csak, mutat a magasba, a fehér fátyolfelhőkre, mögöttük a halványkék ég, és ez az illat, szippant is a levegőből, megsimogat. Átérzem örömét, nemrég gyógyult meg náthájából, élvezi újra a szagokat. Nekem is gyógyulnom kéne, őt is úgy érzékelem, mint idegenné vált testvért. A kertben újra fölmeredek a magasba, érzem a fűszeres növények, a fák, az avar szagát. Aztán eltörlődik mindez. Mit szenvedek én itt, széplelkűsködöm, s közben annyi baja-mocska a világnak? Bár ez a kerti illat szebb, biztosabb, valóságosabb, mint az agyamban tomboló száraz vihar. Éledő hangok, színek. Ha meg nem is nyílok, valami mélyebben érint, mint a séta előtt. Nem fogalmi, annál határozottabb.

Valami mással kéne, nem szavakkal. Amit elgondolok, túl kész, megvan, idegen részekből összerándul, pedig amiről, az eleven-új, ártatlan.

Érezni a határok nélküli teret. Ez a tapasztalat elcsöndesít, szinte személytelen bizonyosság. Üres és tágas.

A gondolkodás eltávolít tudatos magunktól, központunktól, a lét közvetlenségétől, attól, hogy tisztán átélhessem: vagyok. (De ez is hiba. E gondolat túloldala annak, ami Descartes-től ránk maradt.) A vagyok tapasztalata nem gondolati, túl az értelmen, ésszerűn, de nem ellenében.

Minden nap kerete ugyanaz: négy óra munka, öt óra meditáció. (Vasárnap kivétel: a házi teendőkre két óra jut. Több a szabadidő.) Az öröm mindig ajándék ebben az egyformaságban, küszöbödre tett piros alma. (Bár ez a derű életed alapja, de elfedődik gondolatokkal, képzetekkel, emlékekkel, tervekkel.)

Amikor bensőséges közvetlen a létem, mélyből érzem, hogy vagyok, a szokások alatról, nem vagyok bosszús, dühös, nem reménytelen, bár néha mint idegen érzés feltűnik egyik-másik, hagyom, menjenek tovább, én is megyek, folytatom a sétát, a mozgás, a légzés vagyok. Az örömnak legföljebb a bordacsont vet határt, bár sejjik, amiben most vagyok, mélyebb, tágasabb, mint a test, habár túl korai még ez az okosság, hisz a testünk is határtalan, égnél, földnél tágasabb, tiszta tér, nem is test már, annál valóságosabb, igaz. Velem örül minden. Ez így túl önhitt. Örülök mindennel. Egy az öröm.

Forróság, eleven öröm, lüktetés, meghittség. A nyugalmat a zsigerek mélyéig érzem, boldogan visszajeleznek.

Ebbe oldódik bele, ha van a kétely, bizonytalanság. Mindennek ez a megnevezhetetlen forrása, célja. Felszabadítja figyelmedet, beleold abba, amit teszel. Ami eddig volt – szükséges – kitérő, *más út.*

Nem számolgom, hány angyalt sejtettem ma, tolluk melegít, rettentő szépségük kísér.

Hogyan kerültek a világháborús töltények a meditációs ház kerítésének a tövébe? Ma ugyanis üveget, üres sörösdobozokat, szétdobált fóliát gyűjtögetve egy papírdoboz nyolc milliméteres pisztolygolyóra bukkantam. Értesítjük a rendőrséget, valakit kiküldenek, kiderül, hogy a töltények már békebeliek, alig húszévesek, a gót betűs felírás alighanem az áru patináját, becsét van hivatta jelezni.

Sziklakő a kertben, formája, akár a hegyé. De a története is hatalmas. Oda köti, ahonnan ideszállították, azokkal a felhőkkel közös a múltja, amelyek időztek vagy elshantak fölötte.

Nem zár-e be magadba a meditáció, nem válsz-e közönyössé a többiek, környezeted iránt? – kérdezte a múltkoriban egy ismerősöm, miután elárultam neki, hová készülődöm.

Mint minden kérdés, ez is jelezte a kérdező véleményét, sejtette, milyen választ vár.

Akkor nem feleltem elég szabatosan. A magam kételyeit nyugtattam el válaszzal. De válaszból kitetszett, hogy a meditáció, a közhiedelemmel ellentétben, nem töprengés, mérlegelés, hanem a figyelem útja a csend, a gondolatnélküliség felé, lelki tartalmaink kiüresítése. A legegyszerűbb útja annak, hogy elvesztett felelősségérzetünket visszakapjuk és életünk természetesebbé, kiegyensúlyozottá, közvetlenebbé váljon. Ha elcsendesedve megfigyeljük, miféle kész gondolatok, ítéletek, berögzöttségek, vélemények ködén át érzékeljük a világot, másokban önmagunkat, sőt bensőnket is, megdöbbenünk, hogy ilyen bolondul, elszigetelve hogyan is élhettünk eddig. Gyanútlanok voltunk tudatunk szennyezettségét illetően. Valódi magunknak véltük szűkös, önmagát mércéül állító, önző énünket. Egésznek a részt. A szemlélődés megnyit, kitágít. Érzékenyebbé válunk, a védelmünk nem a bezártság, hanem az elengedettségre.

Nem kapunk létünkhöz semmit, hiszen az a maga tiszta formájában *teljes*, segít viszont elengedni a fölösleget.

– Miért kongatják a harangot? – kérdezi a búcsúzóik közül valaki a kijáratnál.

Magamra értem.

– Most a tévéfelvétel miatt. Engem kértek meg rá.

– Nem úgy, hanem *általában*. A nap végén, búcsúzáskor.

– Nem tudom. Erre neked kell választ találnod, hogy kérdések nélkül élhess.

Amit mondanék, *általánosság* lenne, valóban. A harangszót magát a feleletem nem pótolhatja. Ha *igazán* mondhatnám, nem lenne szükség a szertartásra.

Ma, amikor ezt írom, vasárnap lévén, mindenfelől idehallatszik az istentiszteletre hívó harangszó.

Béke van, jelzi a harang, a háborút meg az ágyúk szava.

A vallásos ember számára minden az Egyből ered és minden ide tér vissza.

A misztikus tapasztalat továbblép ennél. Hová tér vissza az Egy? A válasz aligha lehet fogalmi. (Mínthogy a kérdés *veleje* sem az.) Hogy így magyarázkodom, zárójelezek, ez máris hiba. Beismerem.

Eszmények nélkül, mert ezek is elősodornak az útról, aki vagyok. Ha valaminek vélem magam, az máris zavar, a szerep, képmutatás kezdete. Megnyitni teljességgel, de minden önhittség nélkül.

Ingerült nap, bosszús munka, a rossz szerszámok is ilyenkor kerülnek kezembe, megint kulcsszolgáltatás vagyok, rámlőcsölték, ez dühít, méltatlankodom, dohogok, éjszakába menően csattognak fel-alá a folyosón a tanfolyamra érkezettek, mert nem érzékelik lép-teik visszhangját, döngnek a szobák. Rálátok bosszúságomra is, tombol bennem a jelentéktelenség. Nem vagyok elborítottan sértett; szűkösségtapasztalat. Látszólag mély indulatok, mégis a felszínen tartanak, elmerülni nincs tér, a lebegéshez nehézkes vagyok, kiáradni sem lehet, az én mindent behatárol, magába zár.

A szemlélődés grammatikus fordulata: a gyakorló érzi, hogy magánhangzóból mássalhangzóvá válik.

(Ahogy formáját pontosítgatom, feltetszik az ellenkezője is: mássalhangzóból válni magánhangzóvá. A szerepszemélyiségeken túl egyénivé. A lélektanból a transzcendensbe lépve: egyetemessé.)

Elolvások néhány korábbi bekezdést ebben a szélcsendben. Furcsállom a korábbi hullámokat. Ilyen háborgó volna a lelkem? (Még *ilyenebb.*)

Énem börtönéből minden kis levél, bimbó szemlélése után a kiszabadulás sejtelme.

Kövek mandalái, az ágaké, míg a levegő ki-be jár.

Annyi minden lerakódik a testben: nemcsak a levegőből, táplálékunkból, idegi, szellemi szemét is, a megemészthetetlen dogmák, át nem élt rítusok, vakhit; immár először nem a lelket kéne *pásztorolni*, hanem a testet.

Túl a gondolatokon, a tiszta, végtelen tudatban. (Egy jelen idejű mondat múlt időben.)

Magányosságunkat, elszigeteltségünket a hagyományos vallásos élet képtelen feloldani. Szerzetesai külsőlegesen, dogmái eltávolítanak önmagunktól. Az a tudatosság, szeretet, amiből fakadnak, épp az hiányzik belőlük. A létező keretek formálisak, képtelenek megszüntetni szétszórtságunkat, és alkalmassá tenni az embert a megtapasztalásra.

Mihelyt a rítus szokványossá válik, eltávolít felebarátomtól.

Dogmák, vallási rendszerek helyett a nem-tudás útja. Ez nem beletörődés, hanem lelkes jelenlét, tisztuló figyelem. A lét nem gondolkodik magáról (csak általunk), mégis tudás, igaz, nem az ismeretek szintjén.

„A világosság a sötétségben fénylik.”

Megváltozott tudatállapot. Kérdés, mit kezdünk vele. Ha csak személyre határolt élmény, múltó mámor, érdekesség, emléke marad csak kisvártatva. Belülről, teljes lényünkkel várakozni, dolgozni. Nyitottan.

Méricskélve új tapasztalataimat a korábbiakhoz. Pedig minden megtapasztalás, ha tudatos, eleven, új. Nem ismétlődik, ritmusa az idő nélkülibe visz vissza.

Valamennyiünk bokáján szárny van, lélekkövetők mindannyian.

Belebonyolódva szokásainkba, a látszatvédetségben szigetelődünk el. Magunktól és másoktól is.

Paradicsommadarak a pokolban.

Minden napunk meghozza a maga termését. Csak semmi nekifejlesztés. Részt kapunk belőle úgyis.

Testvéreim, ti kedvesek, vadkacsák, tőkésrécék, mi már a mennyország tavában úszkálunk.

A vallás számomra tisztuló, bensőséges figyelem, odaadás, s nem büntudattal sújtó kész rendszer, belülről fakadó, megnyitó erő, egység. Mindegy, milyen műveltség keretezi, görög, zsidó vagy hindu. Tartalma eleven, kultúrákon inneni-túli, maga a forrás.

Akkor hát tűzbe a szent iratokkal! Hogy lángolnak most a szavak belső tűzemben, lobogva égnek, élnek.

Szűk még neked ez a lakás, te névtelen, segítsd, hadd növekedjen! Boldogság, bánat, mert senki sem felel. Bár a sírás, öröm így együtt mégis válasz. Elvesztve, akit istennek neveznek, teljes magamra találok.

Nevetgélek a boldogságtól a téli parkban. Utána azért körülnézek, nem jár-e erre valaki ismerős éppen. Ellenőrzöm magam hogy (a jobbik) eszemnél vagyok.

A nézésben van a fa, ebben él most. Ez minden. Megéled a misztikus tudás is: a teremtő üresség.

Egyedül maradni ezzel a boldogsággal, szemlélni, átélni, benne időzni. De inkább továbbadni mindjárt, hadd szaporodjon! Kell-e majd annak, akinek nyújtod? – kérdi az ész.

Szavak, gyöngeségeim, hiúságom maradéka itt a papíron: szégyen és erő. Az én gyengeségem, de a dicsőség, erő másé (ha van). Mindenkié.

Nehogy valaki úgy érezze, arcába vágom okostóniként, hogy az út egyenes, csak ő tekereg rajta, visszaveszem, magamra: én vagyok ez a csavargó bolond.

A szó. Talán csak sejteti (a csendem) ahonnan.

Kutya pórázon. Én vagyok, szavaim, szokásaim kötöznek.

– Boldog vagy? – kérdi az osztrák ismerősöm.

Itt meg itt – mutatok a gyomortájékra, majd a szívemre, igen, boldog. A fejemben viszont keresem az okát, hogy miért is. Gondolom róla, és veszik.

Az öröm bennem ugyanúgy kozmikus jelenség, mint a tenger mozgása: az apály vagy dagály. Hiába kapkodnék a boldog hullámok vagy a naplemente fénye után, semmit sem ér.

Szemérmesség ragyogó arcom miatt a szembejövők előtt. Nem rejtem azért, az öröm készítése erősebb, de le-lehajtom boldogan fejemet, nehogy megriadjanak, akik látnak.

Nem tudom, mit gondolnak a sétálók az élet szépségét nevetve dicsérő ember felől, azt sem tudom, hegyre lépni és elrejtőzni egyszerre hogyan lehet.

Bolond lennék, kötözni való, ha a magam krónikása maradnék, ami vagyok, mindenkié. Boldog üzenet.

Megtapogatom a parkban a kőoszlopot. Fölfénylik a boldogság bennem, ömlik a könnyem, a valóság eláraszt. A falevél is, amit kézbe fogok, nem földre hullott, halott szó csupán.

Hogyan lehet ilyen szépséges élményt rossz testtartással papírra vetni. Ez is önsorsrongálás.

Elszakadóban szokásaimtól beléjük ütközöm folyton. Az első fatatok után elképedek, megint többet szedtem, mint amennyi eltölt, amennyit ebből másoknak átadhatok.

Minden jelentéssel, nem az eszem, hanem az életem számára, zsigereimig hatol, amit nézek. A ligeti ösvényen magamban hahotázok, meghitt, védett séta. A patak azt csobogja pont, amit érzek.

A lélegzet vezet most útjaimon: boldogan járom az útvesztőt. Minden lépés megtapasztalás.

A gazdája elveri a kutyát, mert a parkban nekitámad egy társának. Nekem is fáj.

Küzdöttem a testi-lelki fájdalommal, erővel, véltem, lebírhatom. A küzdelem, a viaskodás hozzáköt ahhoz, amit ellenek vélsz. Fontos megélés volt, hogy mivel küzdve nem bírtam, elfogadva, tudatosítva, majd kilélegezve sikerült elengednem.

Kell-e a boldogsághoz ház, pénz, ruha, hiszen minden itt van ebben a testben, akkor is, ha semmi sem védi. Mindjárt leméretik hitünk megvallásának súlya is. Ahogy ezt a szabadságot ízelgetem – igaz, nem ruhátlan – a délutáni hazatelefonálás közben kiderül, hogy betörték hozzám, tinnyeik kamrámba, hogy mi tűnt el, az ég megmondhatója, és én, miután hazamegyek. A házba *talán* nem hatoltak be. Utána a csendes ülés kideríti, mennyire szakadtam el tulajdonomtól, mennyire mozdít ki a lélegzőfigyelésből. Hiteles marad-e, amit korábban gondoltam. Ellentmondó érzéseim, gondolataim miatt nem válok-e magam is ellentmondóvá?

Zsigereimmel hallgatok: hangokat, beszédet: tiszta, fogalmak nélküli megtapasztalás.

Tűz arca a határtalan térben.

Átélni tárgyak, dolgok nélkül a teret, érezni, lazaság, szabadság, semmi hiány, semmi fölösleg.

Előjelek, utólag derül ki, nem értem őket. Reggel csavarhúzás közben megsebzem ujjbegyem bőrét, csorog a vérem. Fertőtlenítővel, ragtapasszal megvédem a sebet. Nemsokára egy házbeli ismerősöm olyan németiséggel beszél hozzám, mintha értelmi fogyatékos török vendégmunkás volnék. Ez a bábelista nyelvelés megismétlődik mással is, aztán meg én nem értek pontosan egy mondatot, amit a megajándékozott nő kedvességnek szán, hülyén válaszolok (utólag *bekattan*). Amikor szemlélődő séta helyett gyanútlanul magyar ismerősömmel a parkba indulok beszélgetni, még nem sejtjenek a kapott és adott sebek. A mézesmázos indításból önzések összekaszkodása, veszekedés. Bár – úgy látszik – erre a tapasztalatra is szükség van. Másnap még egy kis utódörgés, aztán a vihar utáni csend, nyugalom. Kevesebb köztünk a feszültség, a bizonytalanság. Megint szövetségesegek vagyunk. Minden nap jó nap, nyugtázom épésen, legfőljebb negyvennyolc óráig tart. Egy ügyet szolgálni önzetlenül, közösen csak az egók megtörése után lehet. Ebből a fájdalmas tapasztalatból születik az öröm és nyugalom.

Kétely, lelki szárazság, tépelődés, sivatag fontosabb az úton, mint a vigaszok, édesség, csodálatos megtapasztalások. A sivatagban megtisztulunk, elmélyülünk, fogékonyabbá válunk.

Az én burka repedezik. Fölsejlik belőle a teremtés titka, öröme.

Valódi énünk túl van a kifejezhetőségen. Ha azt mondom, háttartalan, szavaimmal korlátozom. Ha tudatosságnak nevezem, fogalmaim szűkösségébe szorul. Ha szeretetnek hívom, szavakra váltom azt, ami tett, gondolattá, ami eleven, termő. Képek sem, csak a képtelenség. Amíg beszélek róla, azt sem mondhatom, hogy Egy. A nem kettő hitelesebb hangzás. A szavak sem, de a hallgatás sem. Ha istennek nevezem, hitemnek lesz így célja csupán. Átélni, megtapasztalni.

Egy régi mester fohásza. Arra kérem az istent, szabadítson meg istenemtől és magamtól. Ha nincs én, nincs ellentét, kettősség, nincs Isten sem. Ez nem hitetlenség, hanem mély, elgondoláson túli való-ságtapasztalat.

Író-médium. Kapcsolatban van a túlvilággal. Csak a jelenben vannak gondjai. Nem ért szót magával, társaival. Folytonos elkín-zott torokköszörülése, krákogása is erről tanúskodik.

A pillanat szentsége. A figyelem áttör az időnélküliségbe.

1999. november 15. – 2000. február 20.

TARTALOM

Az útvesztő kapujában; napsütés, eső, 1997	5
Zen Benedek, 1997–1998	27
Fövenyhullámozás, 1998–1999	180
A kígyó lábai, 1999. november 15.–2000. február 20.	296