

A zen:
önmagunk megismerése

觀

觀音

音



Kvan Um, a cselekvő együttérzés bódhiszattvája
Szung Szán zen mester kalligráfája

A zen: önmagunk megismerése

Szung Szán zen mester tanítása

Fordította, szerkesztette és válogatta:
© Szigeti György 1997

A Tanátadási beszéd című fejezetet és
Az ember útja című verset
fordította: © Csong An Szunyim

Ko Bong zen mester élettörténete című fejezetet
koreai nyelvből fordította: © Szigeti György
ellenőrizte: © Kim Ji-young

Az ember útja és az Ezen a világon mindenki örült
című fejezeteket
fordította: © Erdődy Péter és Szigeti György

A Tan Kapuja Buddhista Főiskola
jegyzete

ISBN 963 7210 18 5

Felelős kiadó : Farkas Lőrinc Imre
Szerke, tördelte és a borítótérket készítette : Szigeti György
Nyomdai kivitelezés : Pro Arte '94 Kft.

Tartalomjegyzék

Te vagy a virág, én vagyok a méh	7
A zen: önmagunk megismerése	14
A zen kör	17
A hífnájána, a mahájána és a zen	20
A zen öt fajtája	23
Buddha, Dharma, Szangha	27
Lódd le a Buddhát!	35
Ki öli le a tehenet?	36
Valójában nincs semmi	38
Az ön feje olyan fehér, mint a hó	41
Melyik az igazi Buddha?	43
Bódhidharma barlangja	46
Menj, igyál teát!	49
Ánanda ledönti a zászlórudat	51
A négy fogadalmas megvilágosodás	53
Érd el az aranyat!	54
Egyetlen virág az egész világ	55
Szung Szán zen mester tíz kapuja	58
<i>Első kapu: Dzsódzsü kutyája</i>	58
<i>Második kapu: Dzsódzsü elmosatja a csészét</i>	59
<i>Harmadik kapu: Szo Ám a mestert szólítja</i>	60
<i>Negyedik kapu: Bódhidharmának nincs szakálla</i>	61
<i>Ötödik kapu: Fenn a fán</i>	62
<i>Hatodik kapu: Hamuzik a Buddhára</i>	63
<i>Hetedik kapu: Ko Bong három kapuja</i>	65
<i>Nyolcadik kapu: Dok Szán viszi a csészét</i>	66
<i>Kilencedik kapu: Nám Cson megöli a macskát</i>	69
<i>Tizedik kapu: Az egér macskaeledelt eszik</i>	71
Ez a világ nem változik	73

Tanáradási beszéd	74
Az Igaz Isten, az Igaz Buddha	81
Hogyan magyarázzam el a zen gyakorlatot másoknak?	85
Az ember útja	88
Ezen a világon mindenki őrült	93
Együtt válunk buddhákká	95
A betegség segít	97
A családi karma	99
Ko Bong zen mester élettörténete	100
A Gyémánt páramitá	104
Hogyan meditaljunk?	106
Csak menj át a tűzön!	107
Az ember útja	108
A négy évszak	108
A gyermekeknek	109

Te vagy a virág, én vagyok a méh

Szung Szán zen mester Duk In Li néven született 1927. augusztus elsején Szön Csonban, Észak-Koreában, és a japán megszállás önkényuralma alatt nőtt fel. Szülei protestáns keresztények voltak. A család rajta kívül édesapjából, édesanyjából és leánytestvéréből állt, s nagyapja birtokán éltek. Édesapja egy nagy építkezési vállalat elnöke volt, utakat, vasúti vonalakat és középületeket építettek.

Korea abban az időben szigorú japán katonai uralom alatt állt, és minden politikai és kulturális szabadságjogot brutálisan elfojtottak. Szonszányim minden vágya az volt, hogy a japánokat kiűzzék hazájából. Ekkor 1944-et írtak, s Szung Szán csatlakozott a földalatti függetlenségi mozgalomhoz. Az volt a feladata, hogy megtudakolja, a japánok hány fiatalit küldtek a gyárakba fegyvert gyártani, hányat a hadseregbe és így tovább, majd az információt a sanghaji vagy a mandzsúriai főhadiszállásra kellett továbbítania. Néhány hónappal később elfogta a japán rendőrség, és épphogy megmenekült a halálos ítélettől. Miután kiengedték a börtönből, két barátjával elloptak pár ezer dollárt a szüleiktől, és átszöktek a keményen őrzött mandzsu határon, sikertelen kísérletet téve, hogy csatlakozzanak a Szabad Koreai Hadsereghez.

A második világháborút követő években, miközben nyugati filozófiát tanult a Dong Guk Egyetemen, Dél-Koreában a politikai helyzet egyre zűrzavarosabbá vált. Egy napon Szung Szán ráébredt, hogy nem tud segíteni az embereknek a politikai tevékenységen vagy egyetemi tanulmányain keresztül. Ezért leborotválta haját és a hegyekbe ment, megfogadva, hogy addig nem tér vissza, amíg el nem érte a teljes igazságot.

Három hónapig tanulmányozta a konfuciánus iratokat, de

elégedetlen volt velük. Akkor egy barátja, aki egy kis hegyi templomban volt szerzetes, megmutatta neki a Gyémánt szútrát, így találkozott a buddhizmussal. „Minden dolog, ami megjelenik ebben a világban, mulandó. Ha úgy tekinted a megjelenő dolgokat, mintha sosem jelentek volna meg, akkor megismered igaz éned.” Amikor ezeket a szavakat olvasta, kitisztult a tudata. A következő néhány hét alatt sok szútrát olvasott el. Végül úgy döntött, hogy buddhista szerzetes lesz, és 1948 októberében felszentelték.

Szung Szán már értette a szútrákat. Megértette, hogy most már a gyakorlás a legfontosabb dolog. Ezért tíz nappal felszentelése után még feljebb ment a hegyekbe, és száznapos visszavonulást kezdett a Von Gák-hegyen. Csupán szárított és porrá tört fenyőtűleveleket evett. Napi húsz órán át énekelte a Nagy Dharánít, a buddha tudat mantráját. Naponta többször jéghideg fürdőt vett. Nagyon szigorú gyakorlat volt.

Hamarosan kétségei támadtak. Miért szükséges ez a visszavonulás? Miért kell elmennie a végletekig? Miért ne mehetne le egy kis templomba, egy csendes völgybe, házasodhatna meg mint egy japán szerzetes, és érhetné el egy boldog családban fokozatosan a megvilágosodást? Egy éjszaka annyira erősek voltak ezek a gondolatok, hogy elhatározta, elmegy, és becsomagolta a holmiját. De a következő reggel tudata tisztább volt, és kicsomagolt. Néhány nap múlva ugyanez történt. És a következő hetekben még kilencszer csomagolt be és ki.

Eddig ötven nap telt el, és Szung Szán nagyon fel volt dűlva. Minden éjszaka borzasztó látomásai voltak. Démonok jelentek meg kint a sötétben, és obszcén mozdulatokat tettek felé. Vámpírok settenkedtek mögötte, és hideg ujjukat a nyakára fonták. Hatalmas bogarak rágcsálták a lábát. Tigrisek és sárkányok álltak előtte, ordítva. Állandó rettegésben élt.

Egy ilyen hónap után ezek a víziók gyönyörűséges látomásokká váltak. Néha Buddha jelent meg, és szútrát tanított neki. Néha bódhiszattváknak jelentek meg pompás ruhákban, és azt mondták, hogy a mennybe fog jutni. Néha összecsuklott a kimerültségtől, és ilyenkor Kvánszzeum Bószál ébresztette fel gyengéden. A nyolcvanadik nap végére megerősödött, és zöld lett a túlevelektől.

Egyik nap, az elvonulás vége előtt egy héttel, Szung Szán kint sétált, énekelt, moktakjával tartva a ritmust. Hirtelen két tizenegy vagy tizenkét éves fiú jelent meg előtte, és meghajoltak. Sokszínű köpenyt viseltek, és arcuk földöntúlián szép volt. Szung Szán nagyon meglepődött. Tudatát nagyon erősnek és tökéletesen tisztának érezte, hogyan tudhattak akkor ezek a démonok megtestesülni? Továbbment az egyenes hegyi ösvényen, és a két fiú követte, egyenesen átvágva az út két oldalán levő vándorköveken. Fél óráig csendben sétáltak, majd az oltárnál, amikor Szung Szán felállt a leborulásból, eltűntek. Ez mindennap megtörtént, egy álló héten keresztül.

Végül elérkezett a századik nap. Szung Szán kint énekelt és ütötte a moktakot. Egyszerre teljesen eltűnt a teste, és a végtelen térben találta magát. Messziről hallotta a moktakütéseket és a saját hangját. Egy darabig ebben az állapotban maradt. Amikor visszatért testébe, megértette. A sziklák, a folyó, minden, amit látott, minden, amit hallott, minden az ő igazi énje volt. Minden dolog pontosan olyan, amilyen. Az igazság éppen ilyen.

Szung Szán nagyon jól aludt azon az éjszakán. Amikor a következő reggelen felkelt, látott egy embert felsétálni a hegyre, majd néhány varjút elszállni egy fáról. A következő verset írta:

*Az út a Von Gák-hegy csúcsán
nem a jelen út.
A hátizsákkal kapaszkodó ember
nem a régi ember.
Léptei áthatják a múltat és a jelent:
Kipp-kopp, kipp-kopp
Várjak egy sáról.
Kárr-kárr-kárr*

Nem sokkal azt követően, hogy lejött a hegyről, találkozott Ko Bong zen mesterrel, akinek Mán Gong zen mester volt a tanítója. Ko Bongot a legragyogóbb és az egyik legszigorúbb zen mesternek tartották Koreában. Abban az időben csak világiakat tanított; azt mondta, a szerzetesek nem elég lelkesek, hogy jó zen tanítványok legyenek. Szung Szán ellenőriztetni akarta megvilágosodását Ko Bonggal, ezért odament hozzá a moktakkal és megkérdezte:

– Mi ez?

Ko Bong elvette a moktakot és megütötte. Ez volt az, amit Szung Szán várt tőle.

Szung Szán ezután ezt kérdezte:

– Hogyan gyakoroljam a zent?

Ko Bong azt felelte:

– Egyszer egy szerzetes megkérdezte Dzsódzsú zen mestert: „Miért jött Bódhidharma Kínába?” Dzsódzsú azt válaszolta: „Fenyőfa az udvaron.” Mít jelent ez?

Szung Szán értette, de nem tudta, hogyan válaszoljon.

– Nem tudom – felelte.

Ko Bong azt mondta:

– Csak tartsd meg ezt a nemtudom tudatot. Ez az igazi zen gyakorlat.

Azon a tavaszon és nyáron Szung Szán főként munka formájában gyakorolta a zent. Ősszel részt vett egy száznapos elvonuláson a Szudokszá kolostorban, ahol megtanulta a zen nyelvet és a Dharma-küzdelmet. Télen úgy érezte, hogy a szerzetesek nem gyakorolnak elég keményen, és elhatározta, hogy segít nekik. Egy éjszaka, mikor őrségben volt (*történt néhány betörés*) az összes fazekat és lábast kivitte a konyhából és az udvaron körbe rendezte őket. A következő éjszaka fal felé fordította a főoltáron lévő Buddhát, fogta a füstölőégetőt, ami nemzeti kincs volt, és felakasztotta egy datolyaszilvafára a kertben. A második reggelre az egész kolostorban nagy felzúdulás volt. Szóbeszéd terjengett örült rablókról, illetve istenekről, akik lejöttek a hegyekből, hogy a szerzeteseket keményebb gyakorlásra figyelmeztessék.

A harmadik éjszaka Szung Szán a szerzetesnők szállására ment, elvitte herven pár cipőjüket, és Dok Szán zen mester szobája elé helyezte őket, mintha egy cipőüzletben lennének kirakva. Ám akkor egy szerzetesnő felébredt, hogy az árnyékszékre menjen, és nem találva cipőjét, mindenkit felébresztett a szerzetesnők szállásán. Szung Szánt elkapták. A következő nap ítélték felette. Mivel a legtöbb szerzetes arra szavazott, hogy kapjon még egy esélyt (a szerzetesnők egyöntetűen ellene voltak), nem kellett eltávoznia a kolostorból. De a rangidős szerzetesektől szertartásosan elnézést kellett kérnie.

Először Dok Szánhoz ment és meghajolt. Dok Szán azt mondta:

– Folytasd a jó munkát.

Majd a vezető szerzetesnőhöz ment, aki azt mondta neki:

– Jó sok zűrzavart okozott ebben a kolostorban, fiatalember.

Szung Szán nevetett és azt felelte:

– Az egész világ tele van zűrzavarral. Mít teszel?

A szerzetesnő nem tudott válaszolni.

A következő Csun Szong zen mester volt, aki vad cselekedeteiről és obszcén beszédéről volt híres. Szung Szán meghajolt felé, és azt mondta:

– Megőltém a múlt, a jelen és a jövő buddháit. Mit tudsz tenni?

– Aha! – mondta Csun Szong, és mélyen Szung Szán szemébe nézett. Majd megkérdezte:

– Mit látsz?

– Te már érted – mondta Szung Szán.

– Ez minden? – kérdezte Csun Szong.

– Kakukk énekel a fán, az ablak előtt – felelte Szung Szán.

– Ohó! – mondta Csun Szong nevetve.

Még sok kérdést tett fel, melyeket Szung Szán nehézség nélkül megválaszolt. Végül Csun Szong felugrott és körültáncolta Szung Szánt:

– Megvilágosodtál! Megvilágosodtál! – kiáltotta.

A hír gyorsan elterjedt, és az emberek megértették az előző napok eseményeit.

Január 15-én a gyakorlatsorozat véget ért, és Szung Szán felkereste Ko Bongot. A Szöul felé vezető úton interjúi voltak Küm Bong zen mesterrel és Küm O zen mesterrel. Mindketten megadták neki az inkát, ami igazolja egy zen tanítvány felébredését.

Szung Szán megérkezett Ko Bong zen mester templomába, öreg, foltos visszavonulási ruhájában, egy hátizsákot cipelve. Meghajolt Ko Bong felé és azt mondta:

– Az összes buddha egy rakás holttest. Mit szólnál egy temetéshez?

– Bizonyítsd be! – felelte Ko Bong.

Szung Szán belenyúlt hátizsákjába, kivett egy szárított tintahalat és egy üveg bort:

- Itt vannak a maradékok a gyászszertartásról.
- Akkor tölts nekem egy kis bort! – mondta Ko Bong.
- Rendben. Add ide a poharad! – mondta Szung Szán.

Ko Bong nyújtotta a tenyerét.

Szung Szán megütötte az üveggel, és így szólt:

- Ez nem pohár, ez a kezed.

Ezután letette az üveget a földre.

Ko Bong nevetett, és ezt mondta:

– Nem rossz. Majdnem készen vagy. De van néhány kérdésem hozzád.

Elkezdte kérdezni Szung Szánt azokból a kongan gyűjteményekből, melyek az ezerhétszáz legnehezebb kongant tartalmazzák. Szung Szán habozás nélkül válaszolt.

– Rendben van. Az utolsó kérdés. Az egér macskaeledelt eszik, de a macskatál törött. Mit jelent ez? – kérdezte Ko Bong.

- Az ég kék, a fű zöld – válaszolta Szung Szán.

Ko Bong megrázta fejét és azt felelte:

- Nem.

Szung Szán elképedt. Eddig még sosem tévesztett el egy zen kérdést sem. Elvörösödött, ahogy az egyik *éppen ilyen* választ adta a másik után. Ko Bong csak a fejét rázta. Végül Szung Szán dühösen és csalódottan kifakadt:

– Három zen mester adta meg nekem az inkát. Miért mondd azt, hogy nem helyes?

- Mit jelent? Mondd meg! – förmedt rá Ko Bong.

A következő ötven percben Ko Bong és Szung Szán egymással szemben ültek, meggörnyedve, mint két kandúr. Feszült csend volt. Végül váratlanul Szung Szán megtalálta a választ. Ez *éppen ilyen* volt.

Amikor Ko Bong meghallotta, szemei könnyesek lettek, és öröm öntötte el arcát. Átölelte Szung Szánt és azt mondta:

– Te vagy a virág, én vagyok a méh.

1949. január 25-én Szung Szán megkapta a Tant Ko Bongtól, így ő lett a hetvennyolcadik pátriárka. Ko Bongnak ez volt az egyetlen tanátadása.

A szertartás után Ko Bong így szólt Szung Szánhoz:

– A következő három évben csendben kell maradnod. Szabad ember vagy. Ötszáz év múlva ismét találkozunk.

Szung Szán már 22 évesen zen mester volt.

A zen: önmagunk megismerése

Egy napon egy chicago-i tanítvány jött a Providence Zen Központba, és megkérdezte Szung Szán zen mestert:

– Mi a zen?

Szung Szán a feje fölé emelte zen botját, és ezt kérdezte:

– Érted?

– Nem tudom – válaszolta a tanítvány.

Szung Szán így szólt:

– Ez a nemtudom tudat vagy te. A zen: önmagad megismerése.

– Mit ismersz belőlem? Kérlek, taníts.

Szung Szán ezt mondta:

– Egy kekszgyárban különböző kekszeket sütnék, például állat alakút, kocsni alakút, ember alakút, repülőgépet alakút. Mind-egyiknek más a neve és a formája, de ugyanabból a masszából vannak, és ugyanolyan az ízük. Ugyanígy, a világegyetemben minden dolog – a nap, a hold, a csillagok, a hegyek, a folyók, az

emberek – mind-mind más nevet és formát viselnek, de a lényegük ugyanaz. A világegyetem ellentétpárokba szerveződik: világosság és sötétség, férfi és nő, csend és hang, jó és rossz. De ezek az ellentétek mind kölcsönösek, mert ugyanabból a lényegből származnak. Nevük és formájuk különbözik, de lényegük ugyanaz. Neveket és formákat a gondolkodásod alkot. Ha nem gondolkodsz és nem kötödsz névhez és formához, akkor minden lényeg egyesül. Nemtudom tudatod elvág minden gondolkodást. Ez a lényeged. Ennek a zen botnak a lényege és a te lényeged ugyanaz. Te vagy a bot, a bot te vagy.

– Néhány filozófus azt mondja, hogy ez a lényeg energia, vagy tudat, vagy Isten, vagy anyag. Melyik az igaz? – kérdezte a tanítvány.

– Négy vak elment az állatkertbe, és megnézték az elefántot. Az egyik megérintette az oldalát, és ezt mondta: „Az elefánt olyan, mint a fal.” A másik megérintette az ormányát, és így szólt: „Az elefánt olyan, mint egy kígyó.” A következő a lábát fogta meg, és ezt mondta: „Az elefánt olyan, mint egy oszlop.” Az utolsó a farkába kapaszkodott, és így vélekedett: „Az elefánt olyan, mint egy seprű.” A négy vak verekedni kezdett, mert valamennyi azt hitte, hogy az ő véleménye a helyes. Mindegyik csak annyit értett meg belőle, amennyit az érintett rész kitétt; egyikük sem értette az egészet – válaszolta Szung Szán, azután így folytatta:

– A lényeg név és forma nélküli. Energia, tudat, Isten, anyag – ezek mind nevek és formák. A lényeg a Teljesség. A név és forma ellentétet jelent. Így az egész világ vakok torzszalkodására hasonlít. Ha nem ismered önmagad, akkor nem ismered az igazságot. Ezért harcolunk egymással. Ha a világon minden ember ismerné önmagát, akkor mindenki elélné a Teljességet. Akkor a világ békében lenne. A világbéke: a zen.

– Hogyan teremthet a zen gyakorlás világbékét?

Szung Szán így válaszolt:

– Az emberek pénzre, hírnévre, gyönyörrre, ingyencségekre és heverészésre vágnak. Ez a sok vágy: gondolkodás. A gondolkodás szenvedés. A szenvedés nem teremt békét. A nem-gondolkodás nem-szenvedés. A nem-szenvedés világbékét hoz. A világbéke a Teljesség. A Teljesség az Én.

– Hogyan ismerhetem meg a Teljességet? – kérdezte a tanítvány.

– Meg kell ismerned önmagad – válaszolta Szung Szán.

– Hogyan ismerhetem meg önmagam?

A zen mester feltartotta a zen botot és ezt kérdezte:

– Látod ezt?

Azután hirtelen az asztalra csapott a bottal:

– Hallod ezt? Ez a bot, ez a hang és a tudatod: azonos vagy különböző?

– Azonosak – válaszolt a tanítvány.

– Ha azt mondod, azonosak, akkor harminc ütést adok. Ha azt mondod, különbözőnek, akkor szintén harminc ütést adok. Miért?

A tanítvány szótlán maradt.

– KACU!!! – kiáltotta a zen mester. Majd hozzáfűzte:

– Jön a tavasz, magától nő a fű.

A zen kör

Egy este Szung Szán zen mester a következő Dharma-beszédet tartotta a Providence Zen Központban:

– Mi a zen? A zen: önmagunk megismerése. Ki vagyok én?

Azt, hogy mi a zen, egy kör segítségével fogom magyarázni. A körön öt pont van kijelölve: a 0° , a 90° , a 180° , a 270° és a 360° , ami pontosan ugyanaz, mint a 0° .

A 0° -tól a 90° -ig terjedő résszel kezdjük. Ez a gondolkodás és a ragaszkodás területe. A gondolkodás vágy, a vágy szenvedés. Minden dolog ellentétekre szakad: jóra és rosszra, szépre és csúnyára, enyémre és tiédre, szeretemre és nem-szeretemre. Tehát itt az élet szenvedés, és a szenvedés élet.

A 90° alatt a névhez és a formához ragaszkodsz. A 90° -on túl a Tudatos vagy a Karmikus Én van. Itt a gondolkodáshoz ragaszkodsz. Mielőtt megszülettél, zérus voltál; most egy vagy; valamikor meghalsz, és megint zérus leszel. Tehát a zérus egyenlő az egygel, és az egy egyenlő a zérussal. Itt minden ugyanaz, mert ugyanabból a lényegből származik. Mindennek van neve és formája; ám a nevek és a formák az ürességből jönnek, és oda térnek vissza. Ez még mindig gondolkodás.

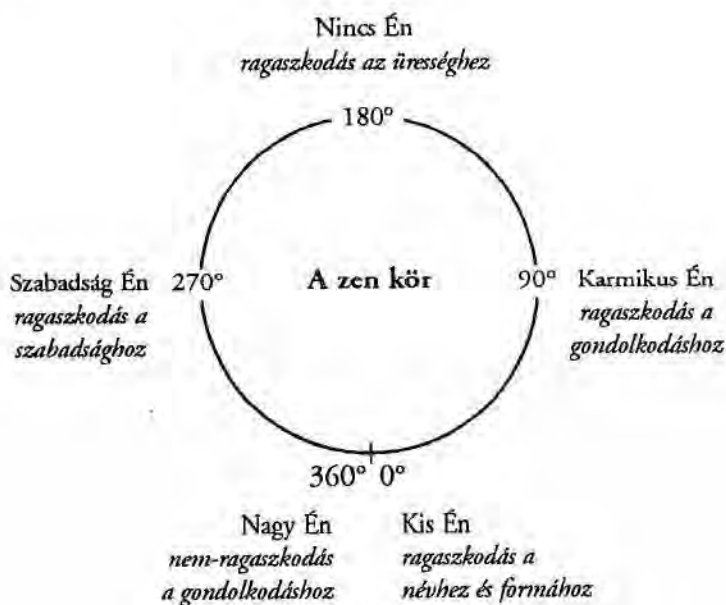
A 180° -nál nincs gondolkodás. Itt az igazi üresség megtapasztalása van. A gondolkodás előtt nincsenek szavak, nincs beszéd. Tehát nincsenek hegyek, folyók, nincs Isten, nincs Buddha, nincs semmi. Csak...

(Ekkor Szung Szán az asztralra ütött, és így folytatta:)

A következő, a 270° -ig terjedő rész, a mágia és a csodák birodalma. Itt teljes szabadság van, mindenféle tér- és időbeli akadály nélkül. Ezt hívják élő gondolkodásnak. Felvehetem egy kigyó testét. Lovagolhatok a felhőn a Nyugati Mennyekbe. Járhatok vízen. Ha élni akarok, élek; ha halni akarok, halok. A szobor

sír. A föld nem világos, nem sötét. A fának nincsen gyökere. A völgynek nincsen visszhangja.

Ha a 180° -nál maradsz, akkor ragaszkodsz az ürességhez. Ha a 270° -nál, akkor a szabadsághoz. A 360° -nál minden éppen olyan, amilyen; az igazság éppen olyan, mint ez. Ami azt jelenti, hogy nincs ragaszkodás semmihez sem. Ez a pont ugyanaz, mint a 0° : tehát visszaérkeztünk oda, ahonnan elindultunk, ahol mindig is voltunk. A különbség annyi, hogy a 0° a ragaszkodó gondolkodás, míg a 360° a nem-ragaszkodó gondolkodás. Például, ha ragaszkodó gondolkodással vezetsz, elkalandozik figyelmed, és átmész a piroson. A nem-ragaszkodó gondolkodás azt jelenti, hogy a tudatod mindig tiszta. Így, amikor vezetsz, nem gondolkodsz; csak vezetsz. Az igazság éppen olyan, mint ez. A közlekedési lámpa pirosat mutat: meg-



állsz. Amikor zöldre vált: elindulsz. Ez az intuitív cselekvés, amely mentes a vágyaktól és a ragaszkodástól. A tudatom olyan, mint egy tiszta tükör; mindent úgy tükröz, ahogy épp van. Amikor piros szín tűnik fel, a tükör pirosat mutat. Amikor sárga szín tűnik fel, a tükör sárgát mutat. Így él a bódhiszattva. Nincsenek önös vágyaim. Mindenkiért cselekszem. A 0° a Kis Én, a 90° a Karmikus Én, a 180° a Nincs Én, a 270° a Szabadság Én, a 360° a Nagy Én. A Nagy Én végtelen térben és időben; nincs élete és nincs halála sem. Egyedüli kívánságom, hogy megsegítsek minden érző lényt. Ha az emberek boldogok, én is boldog vagyok; ha szomorúak, én is szomorú vagyok. A zen a 360° elérése. Amikor ezt eléred, a kör minden pontja eltűnik. A kör csak egy zen taneszköz. Valójában nincs ilyen. A gondolkodás egyszerűsítésére és a tanítvány megértésének ellenőrzésére használjuk.

(Szung Szán könyvet és ceruzát vett a kezébe, és ezt kérdezte:)

Ez a könyv és ez a ceruza: azonos vagy különböző? 0°-nál különbözőek. 90°-nál, mivel minden egy, a könyv az ceruza, a ceruza az könyv. 180°-nál elvágsz minden gondolkodást, tehát nincsenek szavak és nincs beszéd. A válasz csak... *(Ekkor Szung Szán az asztalra ütött.)* 270°-nál tökéletes szabadság van, tehát a jó válasz: a könyv dühös, a ceruza nevet. És végül a 360°-nál az igazság éppen olyan, mint ez. Jön a tavasz, a fű magától nő. Belül világos van, kívül sötét. Háromszor három az kilenc. Minden olyan, amilyen. Tehát a jó válasz: a könyv az könyv, a ceruza az ceruza.

Tehát a válasz minden ponton más. Melyik a helyes? Tudjátok? *(Kis szünet után így szólt:)*

No, itt van egy: mind az öt hibás. Miért?

(Néhány másodpercnyi várakozás után Szung Szán elkialtotta magát:)

KACU!!! *(Majd így folytatta:)*

A könyv kék, a ceruza sárga. Ha megértitek, akkor megismeritek magatokat.

Ám, ha megismeritek magatokat, akkor harminc ütést adok. Ha nem, akkor is.

Miért?

(Szung Szán ismét várt egy kicsit, azután így szól:)

Ma nagyon hideg van.

A hínájána, a mahájána és a zen

Az emberek ellentétekben gondolkodnak: szeretem vagy nem szeretem, jó vagy rossz, boldogság vagy szomorúság, jövés vagy menés, és így tovább. Ez az ellentét gondolkodás hozza létre az ellentétek világát mindannyiunkban, és tudatlanságunk készlet bennünket arra, hogy fenntartsuk ezt az ellentét világot. Az ellentétek világa folyton harcban áll egymással, így feszültség és szenvedés jön létre. Ez a hínájána buddhizmus tanítása: az összes szenvedés az ellentét gondolkodásból fakad.

A Buddha azt tanította, hogyan hagyjuk el az ellentétek világát és érjük el az abszolút világot. Az abszolút világ a gondolkodás előtti világot jelenti. Mi ez? Descartes azt mondta: „Gondolkodom, tehát vagyok.” Ha nem gondolkodom, akkor mi van? Descartes nem vizsgálta meg ezt, a buddhizmus azonban állandóan erről beszél. Ha nem gondolkodom, akkor nincsen énem. Ha nincs énem, akkor nincs ellentétek világa sem, hiszen az ellentéteket az én hozza létre. Amikor az én eltűnik, az ellentétek világa szintén eltűnik. Ezt nevezik ürességnek vagy nirvánának.

Tehát azt mondják, hogy amikor a tudat eltűnik, a dharma eltűnik; amikor a dharma eltűnik, a név és a forma eltűnik; amikor a név és a forma eltűnik, a jövés és a menés, az élet és a halál, a boldogság és a szenvedés, az összes ellentét kategória eltűnik. Amikor nincsenek ellentétek, az a nirvána. Nevezik még abszolútnak is, de nyugalomnak és ürességnek is. Az ellentétek világának elhagyása és az abszolút világ elérése a nirvána megtapasztalása. Ez a hínájána buddhizmus tanítása.

A mahájána buddhizmus az ürességnél, a létezők természetének hiányánál kezdődik. Ha eléred az énnélküliséget, akkor megláthatod a teljesség világát. A teljesség világa azt jelenti, hogy ha a tudatod magába foglal mindent, akkor az összes létező a világmindenségben tökéletes. A nap, a hold, a csillagok, az összes létező a világmindenségben egytől egyig tökéletes. A teljesség jelenti az igazságot. Amikor minden gondolkodást elvágsz, nincs én. Amikor nincs én, a tudatod tiszta, mint a tér. Tiszta, mint a tér, azaz tiszta, mint a tükör. A tiszta, mint a tükör olyan tudatot jelöl, amelyben minden tükröződik: az ég kék, a fű zöld, a patak folyik, a cukor édes, a só sós. A tükör-tudat csak azt tükrözi vissza, ami előtte van. A tükör-tudatban amit látsz, amit hallasz, amit szagolsz, amit ízelesz, amit tapintasz, minden éppen olyan, mint ez. Az éppen olyan, mint ez az igazság, a teljes világ. A teljes világ az igazság világa. Ha eléred az igazságot és a teljes világot, akkor megérted a megfelelő helyzetet, a helyes cselekedetet és a helyes hozzáállást. Akkor segíthetsz másokon. Segíteni másokon a szeretetet és az együttérzést jelenti. A szeretet és az együttérzés a bódhiszattva útja. A mahájána buddhizmus tanítása tehát az, hogyan kövessük a bódhiszattva utat, hogyan segítünk másokon. Ha követni akarod ezt az ösvényt, akkor először az igazság világát kell megtapasztalnod, amely azt jelenti, hogy pillanatról pillanatra tartsd fenn a megfelelő helyzetet, a helyes

cselekedetet és a helyes hozzáállást. Az igazság világa a nagy szeretetet, a nagy együttérzést és a nagy bódhiszattva utat jelenti. Ez a mahájána buddhizmus tanítása.

A következő a zen buddhizmus. A zen buddhizmus sohasem beszél az ellentétek világáról, az abszolút világról, a teljesség világáról. Nyílegyenesen a tudatunkra, az igazi természetünkre mutat rá. Mi a Buddha? *Száraz szar a boton.* Ez egy zen válasz. Nincs beszéd, nincs magyarázat. Csupán azonnali, direkt tanítás van, amely elvégja az összes megkülönböztetést. A zen történetében sokan érték el a megvilágosodást ilyen direkt tanítás nyomán és voltak képesek segíteni másokon. A zenben tehát nincs beszéd, nincsenek szavak, csak gyakorlás van. Az ellentétek világáról, az abszolút világról, a teljesség világáról beszélni csupán intellektualitás, ahol sok magyarázatra, sok vizsgálódásra van szükség. A zen a pillanat világára mutat rá, ennek a pillanatnak a világára. Ez a pillanat nagyon fontos, mindenben megvan. Ebben a pillanatban határtalan idő, végtelen tér van. Ebben a pillanatban van az igazság, a helyes élet és a bódhiszattva út. Ez a pillanat mindennel rendelkezik, ez a pillanat semmivel sem rendelkezik. Ha eléred ezt a pillanatot, akkor mindent elérsz. Ez a zen buddhizmus tanítása.

A zen öt fajtája

Az egyik vasárnap esti Dharma-beszéd után a Providence Zen Központban egy tanítvány megkérdezte Szung Szán zen mestertől:

– Hány fajtája van a zennek?

– Öt – válaszolta a zen mester.

– Melyek ezek?

– Az úton kívüliek zenje, a hétköznapi emberek zenje, a hínájána zen, a mahájána zen, és a felébredettek zenje.

– Elmagyarázná ezeket?

– A zen meditáció. Az úton kívüliek zenje a meditáció különféle fajtáit jelenti, a keresztény meditációt illetve az isteni fényt, a transzcendentális meditációt, és így tovább.

A hétköznapi emberek zenje az összpontosító meditációban, a dharmajáték meditációban, a sportokban, a teazertartásokban, a rituálékban és egyéb más formákban jelenik meg.

A hínájána meditáció során bepillantást nyerünk a nem állandóságba, a tisztátalanságba és az énnélküliségbe.

A mahájána meditáció egyrészt a dharmák természetének lérebe és nemlérebe való bepillantás; másrészt annak a meglátása, hogy nincsenek külső, tapintható formák, és hogy mindennek van igazi természete; harmadrészt a létnek, az igazságnak és a középútnak látása; negyedrész a jelenségek igazi természetének látása; ötödrész annak felismerése, hogy minden jelenség kölcsönös egymással; hatodrész annak belátása, hogy minden jelenség önmagában a Teljesség.

Ezek megegyeznek az Avatamszaka szútra következő tanításával: „Ha tökéletesen meg akarod érteni a múlt, a jelen és a jövő buddháit, akkor be kell látnod, hogy az egész világmindenség természetét egyedül a tudat teremti.”

Végezetül, a felébredettek zenje három fajtára osztható: a teoretikus, a tathágata és a pátriárkák zenjére.

– Az ötféle zen közül melyik a legjobb?

– Érted a tudatodat? – kérdezte Szung Szán.

– Nem.

– Amikor nem érted a tudatodat, akkor egyik zen sem jó. Amikor érted, akkor az összes zen jó.

– Meg akarom érteni a tudatomat. Melyik zen a legjobb gyakorlás?

– Tudatunk megértése, ez a felébredettek zenjének a célja – válaszolta Szung Szán zen mester.

– Az előbb említette, hogy ez három részre osztható tovább. E három közül melyik a legjobb gyakorlás?

– A három rész egy, nem három. A zen intellektuális megértése a teoretikus zen. Az oknélküliség meglátása, a tudat és a világmindenség eggyé válása a tathágata zen. *Az éppen ilyen* a pátriárkák zenje. Ez a csendes tudat, a Nagy Én elérése. A Nagy Én időtlen és végtelen.

– Ez nagyon nehéz. Nem értem – szólta a tanítvány.

Szung Szán így folytatta:

– Rendben van, elmagyarázom neked. A Szív szútra azt mondja: „A forma üresség, az üresség forma.” Ezért a te lényeged és minden jelenség lényege azonos. Igazi tudatod a Buddha, a Buddha az igazi tudatod.

Majd felmutatott egy ceruzát és megkérdezte:

– Ez egy ceruza. Te és a ceruza azonosak vagytok vagy különböztök?

– Azonosak vagyunk – felelte a tanítvány.

– Helyes. Ez a teoretikus zen – magyarázta a zen mester.

– Mi a tathágata zen?

– A Mahápárinirvána szútra azt mondja: „Minden mulandó;

ez a megjelenés és az eltűnés törvénye. Amikor a megjelenés és az eltűnés ellobban, ez a nyugalom boldogsága.” Ez azt jelenti, hogy amikor a tudatodban nincs megjelenés és eltűnés, akkor a tudatod boldog. Ez a tudat mentes minden gondolattól. Ezért újra megkérdezlek: Ez a ceruza és te azonosak vagytok vagy különböztök?

– Azonosak vagyunk – válaszolta a tanítvány.

– Ha azt mondd, azonosak vagyunk, akkor harmincszor ütlek meg. Ha azt mondd, különbözőek vagyunk, akkor is harmincszor ütlek meg. Mit teszel?

A tanítvány nem tudott válaszolni, és összezavarodott.

Szung Szán a földre ütött és azt mondta:

– Ez a tudat a tathágata zen. Érted?

– Nem.

– E nemtudom-tudatban nincs Buddha és Dharma, nincs jó és rossz, nincs világos és sötét, nincs ég és föld, nincs azonos és különböző, nincs üresség és nincs forma, nincs benne semmi. Ez a tudat valóban mentes mindentől. Ez az a tudat, amely nem jelenik meg és nem tűnik el. Pillanatról pillanatra fenntartani ezt a tudatot, ez a tathágata zen. Az imént azt mondtad, hogy a ceruza és te azonosak vagytok. Ez azonosság-gondolkodásra vall, ezért mondtam, hogy megütlek harmincszor. Érted?

– Egy kicsit.

– Jól van. De ha megkérdezel engem: „A ceruza és te azonosak vagytok vagy különböztök?” – akkor a földre ütök. Amikor megérted, miért ütök a földre, megérted a tathágata zent.

– Köszönöm. Elmagyarázná a pátriárkák zenjét?

– Valaki egyszer megkérdezte Mán Gong zen mestertől: „Mi a buddhizmus?” A zen mester így válaszolt: „Az ég hatalmas, a föld tágas.” Érted?

– Nem.

– Rendben. Az éppen ilyen a megvilágosodás. A pátriárkák zenje a megvilágosodás zenje. Egy kiváló tanító azt mondta:

*Az ég a föld, a föld az ég.
Az ég és a föld folyamatosan változnak.
A víz hegy, a hegy víz.
Nincs víz és nincs hegy.*

*Az ég az ég, a föld az föld:
hogyan változhatnak meg valaha is?
A hegy az hegy, a víz az víz:
az igazság éppen ilyen.*

Az első versszak a tathágata zent, a második a pátriárkák zenjét fejezi ki.

Valaki egy alkalommal megkérdezte Dong Szánt: „Mi a Buddha?” „Három font len” – felelte. Az ember nem értette, ezért elment egy másik zen mesterhez, elmesélte találkozását Dong Szánnal és megkérdezte: „Mit jelent a három font len?” A zen mester azt válaszolta: „Északon fenyő, délen bambusz.” Az ember továbbra sem értette, ezért elment egy zent gyakorló barátjához. A barátja azt felelte: „Kinyitod a szád, a fogaid sárgák. Érted?” „Nem.” „Először értsd meg a tudatodat, s akkor mindez érthető és tiszta lesz.”

– Érted? – kérdezte Szung Szán zen mester.

– Igen. Köszönöm – felelte a tanítvány.

– Mit értesz?

– Az éppen ilyen a pátriárkák zenje.

– Mi az éppen ilyen? – kérdezte Szung Szán.

A tanítvány nem tudott válaszolni. Szung Szán zen mester erősen belecsípett a karjába. A tanítvány felordított:

- Auuuuuuu!
- Ez az *éppen ilyen*. Mi van a fájdalomban?
- Nem tudom.
- Meg kell értened, mi van a fájdalomban! Akkor megérted a felébredettek zenjét, és belátod, hogy minden, ami a világ-mindenségben van az igazság.

Buddha, Dharma, Szangha

A modern buddhizmus három fő ága: a téraváda (hínajána) buddhizmus, a mahájána buddhizmus és a zen. Jóllehet ezt a három ágat gyakran különbözőnek gondoljuk, mégis alapfelépítésük közös. Ez a három drágaságból áll, amely nem más, mint a Buddha, a Dharma és a Szangha.

Ezt a világot az idő és a tér, az ok és az okozat formálja. Mindezek a gondolkodásból jönnek. Az ember tudata érzelmekből, intellektusból és akaratból épül fel. Ezeket a három felhőnek nevezik, hiszen ha nem uralod az érzelmeidet, az intellektusodat és az akaratodat, vagy ha azok nem harmonikusan működnek, akkor felhőbe borítják igazi természetedet. Emiatt elveszted utadat és sok-sok szenvedést okozol magadnak és másoknak. A buddhizmusnak e három felhő miatt van a három megfelelő drágasága: a Buddha, a Dharma és a Szangha.

Mi a Buddha? A Buddha azt jelenti, hogy ébredj fel és érdd el igazi természetedet. Ha eléred igazi természetedet, akkor Buddha leszel. De a zen tanításban Buddha nem rendkívüli. A Buddha azt jelenti, ha eléred igazi természetedet, akkor meglá-

ted saját tudatod. Az egyik kiváló tanító egyszer azt mondta: „A tudat a Buddha, a Buddha a tudat.” Hogyan éred el igazi énedet? Amikor elkezdesz gyakorolni, csak higgy Sákjamuni Buddhában és tanításában. Mihelyt gyakorlod tanítását, azt tapasztalod, hogy jobban uralod a gondolkodásodat és az érzelmeidet. Ha uralod a gondolkodásodat és az érzelmeidet, akkor meghaladhatsz a szenvedést és elérheted a boldogságot. Végül tudatod kimozdíthatatlan lesz annak ellenére, hogy a külső körülmények állandóan változnak. Akkor tisztán látsz, tisztán hallasz, tisztán szagolsz – minden szépséges, éppen olyan, amilyen. Akkor majd elhiszed, hogy kék az ég, hogy zöld a fa, hogy ugat a kutya: „vau-vau!” Mindenben hiszel. Egyszer valaki megkérdezte Un Mun zen mestert:

– Mi a Buddha?

– Száraz szar a boton – válaszolta Un Mun.

Lásd be, ez ugyanaz a pont. Pillanatról pillanatra élj. Ezt hívjuk a Buddha drágaságának.

A szépség nem a külső létezőkből fakad. A Buddha drágaságában a szépség azt jelenti, hogy amikor a tudatod mozdulatlan, minden szép. Néhány évvel ezelőtt Párizsban tanítottam, és ellátogattam egy kiállításra. Az egyik hosszú falon egy híres festmény függött egymagában. Ahogy sétáltam a teremben föl s alá, nem tudtam semmit sem erről a képről elmondani. Ahogy odaléptem elé, a kép kitisztult – két régi elnyűtt lyukas zokni volt rajta. És milyen piszkosak! Szerintem az volt a legjobb kép. A múzeumban mindenki azt mondta:

– Ez igen! Ez a legjobb kép! Láttad?

De mit keres egy koszos, elnyűtt zoknikról készült kép egy ilyen híres múzeumban? Mi a jelentésük ezeknek a zokniknak? Mi a benső jelentésük? A benső jelentésük nagyon fontos pont.

A benső jelentése ennek a képnek az, hogy valaki sokat sétált

ezekben a zoknikban, rengeteg energiát fektetett beljük. Mi alatt sétált, a zoknik elnyűttek és lyukasak lettek – jelezve a sok-sok szenvedést. A régi zoknikról készült kép egy nagyon fontos pontot hoz létre: azt tanítja nekünk, hogy milyen az emberek élete. Bár a zoknik nagyon koszosak, a jelentésük nagyon szép. Honnan jön ez a szépség?

Az igazi szépség a nemmozduló tudatunkból jön. Szanszkritul ezt *szamádhinak* nevezik, amely mélyreható meditációt, kimozdíthatatlanságot jelent. Amikor a tudatod nem mozog, minden szép, éppen olyan, amilyen. Ha a tudatod mozog, akkor ha egy gyönyörű kép, vagy egy gyönyörű táj, vagy gyönyörű dolgok jelennek meg előtted, a látvány a tudatodban gyorsan változik, és nem tűnik olyan szépnek. Például, amikor dühös, szomorú, esetleg depressziós vagy, és madarak énekelnek az ablakod előtt, csiripelésük idegesít. Mivel ragaszkodsz az érzelmeidhez, a külső körülményhez, ezért valahányszor megváltoznak érzelmeid és külső körülményeid, a tudatod is folyton változik, alakul, változik. Elveszíted az igazi lényegedet. Akkor még egy gyönyörű tájkép is csúnyának vagy visszataszítónak tűnhet. A legfontosabb tehát a nemmozduló tudat fenntartása pillanatról pillanatra. Akkor megláthatod az igazi szépséget, és bölccsé válhatsz.

A nemmozduló tudat idézi elő a hitet. Amikor a tudatod mozdulatlan, hiszel ebben a világban. A szó erre: a hit. Hinni a Buddhában, a hit alanyában olyan, mint hinni az igazi énedben. A hit egyszerűen azt jelenti, hogy az igazi énedben, az igazi természetedben hiszel. Csak úgy, mint a kezédben, a szemedben, a füledben, az orrodban, a fákban, az égben, Istenben, Buddhában – mindenben! Valaki egyszer megkérdezte tőlem:

– Szonszányim, hisz Istenben?

– Természetesen hiszek Istenben – válaszoltam.

Megdöbbent, és így szólt:

– De ön zen mester! Hogyan hihet Istenben?

– Hiszek a kezemben, az orromban, a szememben. Miért ne hihetnék mindenben? Hiszek ebben a fában, ebben a kutyában, ebben a macskában – miért ne hihetnék Istenben?

Mindenben hihetsz. Ez azt jelenti, hogy belátod: te és a világ sohasem váltok külön. *(Az asztalra üt.)* Érted? Te és a világ sohasem váltok külön. Mondjuk van egy férj meg a felesége, s mindketten hisznek az igazi énjükben. Még ha külön válnak is, ez a tudat folyton eggyé válik, és sosem különülnek el. Ha hiszel az igazi énedben, akkor mindenben hiszel; te és a világ eggyé váltok. Ennek a neve: a hit. „A tudat a Buddha, a Buddha a tudat.” Te vagy Buddha, Buddha te vagy! Amikor láatsz, amikor hallasz, amikor szagolsz, amikor ízelelsz, amikor tapintasz – minden szépséges, éppen olyan, amilyen. Nemmozduló tudattal még a szar is szép! Amikor ez tiszta lesz, igazi utad tisztán megjelenik előtted. A Buddha drágasága a nemmozduló tudat fenntartását jelenti.

Ha azonban csak érted ezt, az csupán intellektuális tudás. Ha nem éled az igazi énedet, akkor nem látod, hogy valójában mi az élet, mi a halál. Nagyon fontos, hogy megszabadulj a tudatlanságodtól és elérd a megvilágosodást. Hogyan tegyük ezt? Először összegezd, mit értesz, majd szűrd ki abból a lényegét. Mielőtt valóban elkészültél ezzel, a kék ég a tiéd lesz. Amely azt jelenti, hogy értésed bölcsességé alakul át. Tudatlanságod megváltozik, ahogy a tudatod kitárul. Amikor teljesen összegezted, mit értesz, és kiszűrted a lényegét, azt mi úgy nevezzük, hogy elérted a megvilágosodást. A bölcsesség természetes folyamatánál fogva jelenik meg, ahogy folytatod gyakorlásodat, összegezed értésedet és kiszűröd a lényegét. Az a Dharma – a Dharma drágasága.

Mi a Szangha, a Szangha drágaságának jelentése? A Szangha életünk erkölcsi oldala, amely a helyes élet birtoklását jelenti. A

helyes élet akaratodból, igazi lényegedből jön. Ez azt jelenti, hogy dobd el a rossz szokásokat és kövesd a jó utat, amely az összes érző lény megmentése. Ha az igazi lényeged mozdulatlan, akkor a helyes élet birtoklása lehetséges. Ezt helyes irányvételnek is nevezzük. A Buddha alapvető tanítása ez: megtartani a helyes irányvételt. „Miért akarom ezt vagy azt csinálni? Csak magamért, vagy az összes érző lényért?” Azért, hogy megtartsuk a helyes irányvételünket, néhány alapvető szabályra vagy irányelvre van szükségünk. Ezek a szabályok vagy fogadalmak mindig afelé mutatnak, hogy mentünk meg minden érző lényt. A fogadalmak nem szabályok, amelyek korlátoznák cselekedeteinket. A fogadalmak a helyes irányvételt jelentik. Ha ezen fogadalmak szerint élsz, akkor eléred a jóságot. Akkor a helyes cselekedet önmagától jön létre: ne ellenőrizd a bensőt, ne ellenőrizd a külsőt. Pillanatról pillanatra csak csináld, hiszen ezek a fogadalmak már az útra mutatnak: az érző lények megmentésére, helyes munkánkra. Akkor százszázalékosan hiszel az igazi énedben. Ennek az egyik neve: a szabadság. A másik neve: a szentség. De nevezik buddhává válásnak is.

A buddhizmusnak nagyon tiszta tanítási struktúrája van: a Buddha, a Dharma és a Szangha drágasága. Sino-koreaiul ezt *szám bó*nak mondjuk, ami három drágaságot jelent. A *szám bó*nak három kiterjedése van: az eredeti *szám bó*, a forma *szám bó*, és az igazi *szám bó*. Az eredeti három drágaság: Sákjamuni Buddha történeti alakja; a Dharma tényleges tanításai, amelyek kétezeröttszáz évvel ezelőtt hangoztak el Indiában, mielőtt a szútrák megjelentek volna; az eredeti Szangha, szerzetesek és világiak azon csoportja, akik Sákjamuni Buddha életében tanításait követték. Összegezve a három drágaság: a történeti Buddha, a Buddha eredeti Dharma beszédei, és az eredeti Szangha, amely olyan emberekből állt, akik hallották és követték Buddha tanítá-

sait. Sino-koreaiul ezt *jin cse szám bónak* hívjuk, amely azt jelenti: az eredeti három drágaság.

Több mint kétezeröttszáz év telt el azóta, hogy az eredeti három drágaság megjelent ebben a világban. Manapság mi a *szun jun szám bóval*, a három drágaság formájával rendelkezünk. Az eredeti Buddha, Dharma és Szangha eltűntek. Mi a három drágaság formája, amit látunk? Minden templomnak van Buddha-szobra. A buddhista templomokban és zen központjainkban nyugaton, a Buddha-szobor aranszínű. Ez az aranszínű Buddha a Buddha formája – ez képviseli az eredeti Buddhát. Mostanság több mint 48.000 szútránk van. Ezek Buddha tanításainak hiteles feljegyzései. Vannak könyveink is, amelyekben tanításokat és a történeti buddhizmus kiváló tanítóinak életéből kiragadt eseményeket, történeteket olvashatunk. Ez a Dharma formája. Valójában a Szangha csak azon emberek csoportját jelentette, akik Buddha idejében éltek, akik hallották és gyakorolták tanítását. Manapság számos buddhista gyülekezet alakult világszerte. Ez a buddhista Szangha, a Szangha formája. A három együtt, a *szun jun szám bo*, a három drágaság formája.

Akkor mi az igazi Szangha? Mi az igazi Dharma? Mi az igazi Buddha? Koreaiul és kínaiul ezt *il cse szám bónak* nevezzük, amely azt jelenti: a három drágaság eggyé válik. Egyszerű és tiszta tudatod a Buddha. Amikor a tudatod fénye világít, az a Dharma. Amikor a tudatod akadálytalanul működik, az a Szangha. Buddha az egyszerű tudatod, a Dharma a tiszta tudatod, a Szangha az akadálytalan tudatod.

De mi az egyszerű tudat? Mi a tiszta tudat? Mi az akadálytalan tudat? Régen valaki megkérdezte Dzsódzsú zen mestert:

– Mi a Buddha?

– Menj, igyál teát! – válaszolta a zen mester.

– Mi a Dharma? – kérdezte egy másik ember.

- Menj, igyál teát! – felelte Dzsódzsú.
- Mi a Szangha? – kérdezte az ember.
- Menj, igyál teát! – válaszolta Dzsódzsú.

Sino-koreaiul ezt *sil jong szám* bónak nevezzük, amely azt jelenti: az igazi három drágaság. Ha tiszta tudattal iszod a teát, akkor abban a pillanatban a valóságos Buddhává, a valóságos Dharmává és a valóságos Szanghává válsz. Dzsódzsú zen mester a három különféle kérdésre, a „menj, igyál teát!” mondattal válaszolt. Ha nem érted ezt, azonnal menj, igyál teát! Akkor eléred a valóságos Buddhát, a valóságos Dharmát és a valóságos Szanghát. Érted?

*A zen irányítój*e című könyv azt mondja, hogy a Buddha drágasága a szépséget jelenti, a Dharma drágasága az igazságot jelenti és a Szangha drágasága az erkölcsiséget vagy a jóságot jelenti. Sino-koreaiul ezt *jin szong minek* nevezzük, amely azt jelenti: igazság, jóság, szépség. Hogyan kapcsolódnak ezek egymáshoz? Mi az igazság, a jóság és a szépség között a kapcsolat? Mindenki látott már szépségversenyt a televízióban. Sok-sok leány vonul fel, és mindegyikükben a szépséget ítélik meg. Ez azt jelenti, hogy a zsűri tagjai a lányokban a szépet (*mi*) keresik. De ők csak a lányok testét és arcát nézik. Ha a leány arca és teste gyönyörű, és mozgása kecses, akkor megnyeri a versenyt. De a valódi igazság (*jin*) nemcsak az, amilyennek arcunk és testünk látszik: a valódi igazság és szépség a tudatunkban található. Milyennek látszik a tudatunk? Általában a tudatunk mindenféle hülye gondolattal van tele, amelyek a tudatot undorítóvá teszik. Ha keményen gyakorolsz és fokozatosan meghaladod a tudatlanságot, akkor eléred a megvilágosodást. Akkor megjelenik a bölcsesség: a valódi szépség és igazság.

Mindenkiben van jóság (*szong*). Az egyik útja annak, hogy ezt könnyen felismerjük az, ha elmegyünk egy moziba, és meg-

nézünk egy filmet a jóember és a gazember harcáról. A jóember rosszul verekszik, még az is lehet, hogy meg fog halni. Úgy tűnik, hogy a gazember fog nyerni. Az bizony nem lenne jó! A moziban mindenki így gondolkodik magában: „Nem jó! Nem jó! Kelj már fel! Kapd már el azt a gazembert!” Ha a gazember sok borsot tör az emberek orra alá, akkor mindenki izgatottan figyeli a történetet. Senki sem akarja, hogy a jóember meghaljon. Az aggodalom, amit érzünk, a veleszületett jóság már bennünk van. „Kelj már fel! Kelj már fel! Kapd el azt a gazembert!” Ez a tudat jelenik meg. Ez a jóság. Honnan jön ez a jóság? Igazi természetünkből jön. Én és az összes érző lény nem különbözünk, sohasem válunk külön. Ezért jóságot tapasztalunk a Szangháiban. Tehát, az igazi jóság a helyes irányvételt – a fogadalmakat jelenti.

Lódd le a Buddhát!

Egy napon Szung Szán zen mester a Cambridge Zen Központban tartott beszédet. Utána egy fiatalasszony így szólt a zen mesterhez:

– Holnap lesz a fiam születésnapja, és ő játékpisztolyt vagy pedig pénzt kért tőlem. Szóval... az a problémám, hogy mivel zen tanítvány vagyok, ezért arra akarom tanítani őt, hogy ne ártson és ne vágyakozzon a dolgok után. Ezért nem akarok játékpisztolyt vagy pénzt adni neki.

Szung Szán zen mester így válaszolt:

– A játékpisztoly szükséges ám! Ha pénzt adsz neki, akkor fogja magát, s elmegy, vesz egy játékpisztolyt.

A fiad egy játékpisztolyra vágyik. De hogyan használja helyesen a játékpisztolyt? Ez sokkal fontosabb, mint az, hogy van-e neki vagy nincs. Ha helyesen használja a játékpisztolyt, akkor sok emberen tud segíteni, de ha helytelenül használja, akkor meglehet, hogy megöli önmagát, elpusztítja a hazáját, megöli másokat. Tehát a pisztoly valójában nem jó, nem rossz. Sokkal fontosabb az, hogy mi a helyes működése ennek a pisztolynak? Vedd meg a fiadnak, és add oda. Majd mondd neki azt: „Fiam, ezt a pisztolyt helyesen kell használnod! Ha Buddha jelenik meg, lódd le őt! Ha kiváló tanítók jelennek meg, lódd le őket! Ha egy zen mester jelenik meg, le kell lónöd! Akármi jelenik meg, el kell pusztítanod! Rendben van? Akkor buddha leszel!” Tehát így kell a fiadat tanítanod. A pisztoly önmagában nem jó s nem rossz. Ezek csak nevek. Sokkal fontosabb az, miért csinálsz valamit?

Ki öli le a tehenet?

Egy napon Szung Szán zen mester Hongkongban tartott beszédet. Egy asszony így szólt hozzá:

– Férjemnek az az ötlete támadt, hogy nyissunk egy tengeri étkezdét Kínában. Nagyon jó terve van, s úgy tűnik, hogy sok pénzt tudnánk keresni ezen az üzleten. De ha nyitunk egy éttermet, különösképpen egy tengeri étkezdét, akkor az azt jelenti, hogy sok élőlényt fogunk megölni. Tehát arra kértem őt, ne nyissuk meg ezt az éttermet, de nincs elég érvem ahhoz, hogy meggyőzzem. Ön hogyan győzné meg a férjemet?

Szung Szán zen mester így válaszolt:

– Buddha idejében élt egy ember, akinek az volt a mindennapi munkája, hogy teheneket ölt le. Jött az egyik tehén a másik után, ő a fejükre csapott: Bummm! A tehenek felsírtak: Muuuu! Azután elpusztultak.

Ez az ember sohasem változtatott állást, de egyáltalán nem szerette a munkáját. Noha beszélt szüleivel erről, mégis lehetetlen volt változtatni. Egy napon Sáriputra, Buddha egyik követője, éppen ennek az embernek a munkahelye előtt haladt el. Sáriputra tökéletesen értette a szútrákat, s átlátta az ürességet. Ez az ember odament hozzá, meghajolt és így szólt:

– Bocsásson meg, volna egy kérdésem. A Buddha és a fogadalmak azt mondják, hogy ne vedd el másnak az életét. De az én munkám az, hogy mindennap teheneket ölök le. Sok rossz karmát csinálok így. Mit tehetnék?

– Ki öli le a tehenet? – kérdezte Sáriputra.

– Én.

– Ki vagy te?

– Nem tudom.

– Csak tartsd fenn ezt a nemtudom tudatot, s öld le a tehe-

neket. Akkor nem csinálsz rossz karmát – válaszolta Sáriputra, azután elment.

Az ember folytatta a tehenek legyilkolását, de ezalatt azt kérdezte magától: „Ki öli le a tehenet?” A kérdés egyre nőtt és nőtt benne. Miközben leöldöste a teheneket, egyáltalán nem érezte magát bűnösnek, csak a nagy kérdést tartotta fenn: „Ki öli le a tehenet?”

Az egyik napon megjelent egy tehén. „Ki öli le a tehenet?” – tartotta fenn a nagy kérdést. Aztán hirtelen... Bummm! És a tehén elpusztult. Miközben az ember meghallotta a tehén sírását és az ütés hangját, elérte a megvilágosodást. „Igazi természetünknek nincs élete és nincs halála. Egy vagyok a buddhák közül.”

Az üzlet fajtája nem probléma. Nagyon fontos: ha csak magatokért csináljátok, akkor problémátok lesz. De, ha sok pénzt kerestek, és építetek egy templomot, akkor sokaknak segítetek. Akkor az irányvételek tisztá. Ez a bódhiszartva cselekedet. Érti? Próbálják csak meg!

– Köszönöm szépen – felelte az asszony.

Valójában nincs semmi

Szonszányim hosszú éveken át arra vágyott, hogy elutazhasson Kínába, és tisztelettel adózhasson az olyan híres szent helyek emléke előtt, mint Bódhidharma barlangja és a Hatodik Pátriárka temploma. A Kulturális Forradalom után húsz évvel a kínai kormányzat megnyitotta a határokat a külföldi turisták előtt, s így Szonszányim álma valóra vált. 1985 szeptemberében húsz tanítványával együtt elutazott Kínába. Ő volt az első koreai zen mester, aki a kommunista hatalomátvétel utána Kínába látogatott.

A csoport megtekintette Kína legősibb zen templomait, így a Hatodik Pátriárka templomát, a Saolin templomot és más híres szent helyet. A látogatások során Szonszányim kínai mesterekkel és apátokkal folytatott Dharma-küzdelmet.

Az első látogatás a Liu Rong templomba, Guangzhouba volt. A templom apátja, Szul Bong mester körülbelül hetvenhárom éves lehetett. Ránézésre egy idős koreai szerzeteshez hasonlított, s áradt belőle az együttérzés. A templom akkoriban ezernégy-százötven éves volt, s a Rinjai vonalhoz tartozik. A Kulturális Forradalom ideje alatt majdnem elpusztult, de 1978-ban a kormányzat nagy összeggel hozzájárult az épületek helyreállításához.

Az apát szívélyesen fogadta Szung Szán zen mestert és tanítványait, majd megmutatta nekik a templomot. A templomban körülbelül negyvenöt szerzetes élt, közülük húszan nagyon idősek voltak. Miután megálltak a fő Dharma teremnél, bementek a Hatodik Pátriárka csarnokába. A falon a Hatodik Pátriárka híres verse volt olvasható, ezért Szung Szán zen mester megkérdezte:

– Itt ez a vers a Hatodik Pátriárkácé, de tudja-e, hogy van benne egy nagy hiba?

– Melyik része hibás? – kérdezte az apát. Azt hitte, hogy Szonszányim szerint néhány leírt szó hibás.

– Az egész vers úgy ahogy van hibás – felelte Szung Szán zen mester.

– Mi a baja a verssel? – kérdezte zavarodottan az apát.

– A Hatodik Pátriárka verse válasz volt Sin-su mester versére, amely így szólt:

*A test a bódhi-fa.
A tudat a tiszta tükör,
Amit tisztogassunk pillanatról pillanatra!
Nehogy piszkos legyen.*

A Hatodik Pátriárka pedig ezt a verset írta:

*Nincs bódhi-fa.
Nincs tiszta tükör.
Valójában nincs semmi.
Hol van a por?*

– Huj-neng ezzel a verssel vált ismertté és lett a Hatodik Pátriárka. De ha valójában nincs semmi, akkor a „valójában nincs semmi” mondat nem tudna létrejönni. Tehát, ha azt mondja, hogy „valójában nincs semmi”, ez azt jelenti, hogy van valami, ami azt mondja: „valójában nincs semmi”. Vagyis a „valójában nincs semmi” egy nagy hiba – mondta Szonszányim, és így folytatta:

– Továbbá, azzal, hogy kimondta a bódhi, a tiszta tükör és a nincs semmi szavakat, létrehozott három hibát. Tehát, amikor azt kérdezi, hogy „Hol van a por?”, ellentmond önmagának. Ezért az egész vers hibás.

Szung Szán zen mester ezután megkérdezte az apáttól:

– Hogyan javítaná ki a verset?

– A „valójában nincs semmi” a Gyémánt szútra egyik tanítására vonatkozik, miszerint: „Minden forma üres. Aki látja a formák üresség-természetét, az meglátja a tathágatát.”

– Az csak az üresség alapelve – felelte Szonszányim. – Sin-su mester azt mondta, hogy a forma üresség, az üresség forma. A Hatodik Pátriárka azt mondta, hogy nincs üresség, nincs forma. Más szavakkal, Sin-su az érzékelhető világhoz ragaszkodott, a Hatodik Pátriárka pedig az ürességhez. Lenne olyan szíves kijavítani a Hatodik Pátriárka versét a forma forma, az üresség üresség nézőpontjából?

– Valóban, ha kinyitom a számat, hibázom – felelte az apát.

– Akkor hogyan volt képes kinyitni a száját? – kérdezte Szonszányim.

A kínai apát szája elé tette a kezét és így szólt:

– Bocsánat, hibáztam.

Majd Szung Szán zen mesterrel együtt hangosan felnevettek és megfogták egymás kezét.

Tekintet nélkül arra, hogy a kérdések és a válaszok helyesek voltak-e vagy sem, az őszinteségről, az együttérzésről és a szeretetről tettek bizonyosságot. Ez az igazi buddhista tanítás.

Az ön feje olyan fehér, mint a hó

A következő látogatás a Csogje-hegyre a Nan-hua templomba volt, ahol egykor a zen hatodik pátriárkája élt. A templom Kína egyik kulturális kincse. I. sz. 1480-ban épült.

Az apát, Vej-jin mester, aki körülbelül hetvenéves lehetett, szívélyes fogadtatásban részesítette a nyugati buddhista csoportot, és tényleg úgy tűnt, hogy örült a találkozásnak. Személyesen vezette őket végig a templomon, kedvesen ecsetelt és elmagyarázott különféle dolgokat. A templom olyan nagy volt, hogy több mint két órába telt a megtekintése. Van egy különleges csarnoka, ahol a Hatodik Pátriárka valódi ereklyéit őrzik. Szonszányim és tanítványai tiszteletteljesen hódolatukat fejezték ki a Hatodik Pátriárka és ereklyéi előtt. Ritka alkalom volt.

Miután hódolatukat tették, Szung Szán zen mester így szólt az apáthoz:

– Tiszteletreméltó uram, Koreában van egy templom, a Szángjészá, ahol a Hatodik Pátriárka fejének egy másik relikviája található. Most itt is a pátriárka fejét látom. Melyik az igazi feje a Hatodik Pátriárkának?

Az apát, aki nem fogta fel Szung Szán mester zen kérdését, így válaszolt:

– Amelyik itt van, az az igazi.

– Az ön feje olyan fehér, mint a hó – válaszolta Szonszányim.

– Igazán? – lepődött meg az apát, majd megérintette fejét kezével és felnevetett. A többiek vele együtt nevettek.

Ezután a zen csarnokba mentek. Középen a Hatodik Pátriárka nagy portréja volt látható, szegélyén a versével.

– Tiszteletreméltó uram, itt van a Hatodik Pátriárka verse, amely azt mondja: „Valójában nincs semmi. Hol van a por?”
Hogyan tisztáná el a pátriárka porát?

Az apát nem értette Szonszányim kérdését, ezért így szólt:

– Ez az írás egészen új. Miért mondja azt, hogy koszos?

– Én nem az írásról beszélek. A vers, amely azt mondja, hogy „valójában nincs semmi”, nem helyes. Ha nincs semmi, akkor hogyan tudott ez a mondat létrejönni? Ha mégis valahonnan létrejött, akkor hibás azt mondani, hogy „valójában nincs semmi”.

Az apát ekkor értette meg a kérdést és így szólt:

– A nincs semmi az a forrás, ahonnan a tízezer dharma létrejön.

– A válasza olyan, mintha fekete festéket vitt volna fel a Hatodik Pátriárka porára. Kérem ne magyarázkodjon. Csak tisztítsa le a piszkot!

– Tiszta és egyszerű megvilágosodás – felelte az apát.

– Ha valójában nincs semmi, akkor honnan jön a „tisza és egyszerű megvilágosodás” mondata? Tiszteletreméltó uram, hadd szolgáljak önnek egy példával: Sin-su mester a formához ragaszkodott, ezért azt mondta: „A hegy víz, a víz hegy.” A Hatodik Pátriárka az ürességhez ragaszkodott, ezért azt mondta: „A hegy üres, a víz üres.” Most át tudná költeni a Hatodik Pátriárka versét a hegy hegy, a víz víz nézőpontjából? – kérdezte Szung Szán zen mester.

– A hegy és a víz nem kettő – válaszolta az apát.

– Honnan jön ez a mondat? – kérdezte Szung Szán zen mester.

A kínai apát nem tudott válaszolni. Szonszányim megfogta a kezét és a két mester hangosan felnevetett.

Ez a kínai szerzetes volt a Hatodik Pátriárka eredeti templomának zen mestere. Szonszányim megkérdezte magától:

– A zen tanátadás vonala valóban megszakadt Kínában?

Melyik az igazi Buddha?

A következő látogatás a Fa-jüan templomba volt, ahol Zhao úr, a kínai buddhista egyesület elnöke lakott. Zhao úr nyolcvanhárom éves volt, és a kórházban fogadta vendégeit. A templom apátja Jun-in volt, aki körülbelül hatvanöt éves lehetett. S aki ránézésre olyan volt, mint egy tudós.

A templom i. sz. 645-ben épült, mint a Rinzai iskola egyik zen temploma. Kilencvenöt szerzetes élt és tanult falai között. Valamint egy kórház is működött a templomban.

A házmester-szerzetes körbevezette a vendégeket, majd teát szolgáltat fel nekik. Mivel a templom zen mestere a Csüan-jin (*A Tanítadás pecsétje*) nevet kapta, és a templom a Rinzai iskola alá tartozott, ezért Szonszányim a zen-párbeszédet ezzel kezdte:

– Ez a templom tele van mindenféle nagyságú buddhákkal: nagy buddhákkal és kis buddhákkal. Melyik az igazi Buddha?

A kínai mester az írásokból idézett válaszul:

– Ahol nincs Buddha, onnan tüstént menj tovább. Ahol van Buddha, ott ne állj meg és ne is maradjál.

– Én nem azt kérdeztem, hogy vajon van-e Buddha vagy nincs. Azt mondd meg kérlek, hol van az igazi Buddha?

Az apát rétovozott. Mire Szung Szán zen mester így szólt:

– Az igazi Buddha éppen most a székből ül, ő az nem?

– Én? – lepődött meg a kínai apát.

A kínai szerzetes megtisztelve érezte magát és nagyon örült. Megfogták egymás kezét és felnevettek.

– Most a Rinzai Egyetemen vagyunk – folytatta Szonszányim –, írjunk egy verset. Én adom az első három sort:

A tízezer dharma visszatér az Egybe.

Hová tér vissza az Egy?

Nem tudat, nem Buddha.

– Lenne olyan szíves megadni a negyedik sort azért, hogy teljes legyen a vers? – kérte Szonszányim.

– *A tudat a Buddha* – felelte a kínai apát.

– Azok nem halott szavak? Én azt mondtam volna: „*kék hegyek és fehér felhők*” – szólt Szonszányim.

– *Buddha mindenhol* – helyesbítette első mondatát a kínai apát.

– A második sértést nem nézem el – válaszolta Szonszányim.

– Mit szólna egy teához?

Erre mindenki hangosan felnevetett.

Azon a napon még ellátogattak a Guang-ji templomba, amely ötszáz évvel ezelőtt épült. Miután a polgárháborúk során néhányszor lerombolták, legutóbb a Kulturális Forradalom idején, a kormányzat akkoriban rekonstruáltatta. Az apát, Mjungcsul, energikus ember volt, határozott tekintettel. Ő volt a kínai buddhista egyesület alelnöke. Kemény, de könyörületes útja volt. Elmesélte a vendégeknek, hogy egyszer járt az Egyesült Államokban, és nagyon tetszett neki az ország. Ő mondta azt is:

– Minden emberi lény rendelkezik a buddha-természettel. Nekünk meg kellene látnunk a buddha-természetünket, hogy iökéletesen megvilágosodottak legyünk. Tennünk kéne valamit a világbékéért.

Mialatt a látogatók teáztak, erről beszélgettek, és értettek egyet ezzel a szabadelvű nézőponttal. Azután Szonszányim megkérdezte:

– Nemrégiben említette a buddha-természetet. Buddha azt mondta: „Minden érző lény rendelkezik a buddha-termé-

szettel.” De Dzsódzsú zen mester azt mondta: „A kutyának nincsen buddha-természete.” Melyik a helyes?

– Dzsódzsú mondata azt jelenti, hogy aki szabad a gondolataitól, az rendelkezik a buddha-természettel. Tulajdonképpen nem azt akarta mondani, hogy a kutyának nincsen buddha-természete – felelte a kínai apát.

– Amikor Dzsódzsú azt mondta, hogy a kutyának nincs buddha-természete, nem volt szabad a gondolataitól, tehát hibázott. Mit szól ehhez? Mondana valamit?

A kínai apát komolyan nézett és csendben maradt.

– Ha akkor ott lettem volna, harminc botütést adtam volna neki – mondta Szonszányim.

A kínai apát elmosolyodott, és így szólt:

– Csodálatos!

Mindenki felnevetett.

– Akkor helyes azt mondani, hogy minden ember rendelkezik a buddha-természettel, de a Hatodik Pátriárka azt kérdezte: „Amikor nem gondolsz se jót, se rosszat, akkor mi az igazi arcod?” Most megkérdezem magától: mi az igazi arca, amikor nincsenek gondolatai?

A kínai szerzetes mellkasára ütött és azt mondta:

– Mindenki azt mondja, hogy az igazi arcunk a testünkben van.

– Ha a testben van, akkor hová megy, amikor ez a test meghal? – kérdezte Szonszányim.

A kínai szerzetes tétozott, mire Szonszányim így szólt:

– Az a szilfa a kertben nem zöld?

– Hogyne – válaszolta a kínai szerzetes, és felnevetett.

Majd megfogták egymás kezét és Szonszányim így szólt:

– Sokat tanultunk ma, még találkozunk.

Bódhidharma barlangja

Szung Szán zen mester és kísérete az ősi kínai város, Lojang felé utazott tovább. A közelben, Dengfeng faluban található a híres Saolin templom, ahol egykor Bódhidharma élt. A templom i. sz. 495-ben épült, és Bódhidharma i. sz. 536-ban érkezett oda. Kilencc éven át ült arccal a falnak, majd egy napon Huj-ko, a Második Pátriárka megjelent és megkapta a Tant. Az volt a zen gyakorlás kezdete Kínában.

A csoport a templomhoz érve Jong-gou mesterrel és néhány szerzetessel találkozott. Az épületek többsége romokban állt, beleértve a fő Dharma-csarnokot is. Éppen akkoriban folytak az újjáépítési munkálatok. A csoportot keresztül vezették a templomon, majd megálltak a Hatodik Pátriárka csarnokánál, ahol az első hat kínai pátriárka portréját állították ki. A képek gyönyörűek voltak és az egész épület egy faragott szoborhoz hasonlított.

A kínai apát egy gyönyörű képet ajándékozott a vendégeinek. Majd elmesélte, hogy amikor Bódhidharma haldoklott, azt kérte, hogy a Nung-ji hegy belsejében egy kőkoporsóba temessék el. E szavakkal hirtelen megtért a nirvánába, és óhaját teljesítették. Három évvel később egy kínai küldönc, Szong-von éppen Indiából tért hazafelé. Egy kis hegy csúcsán összetalálkozott Bódhidharmával, aki mezítláb volt és egy hosszú botot cipelt, amelyen egy fél pár szandál lógott. A kínai küldönc nagyon megörült a találkozásnak, és így szólt:

– Tiszteletreméltó uram, micsoda meglepetés! Hová megy?

– Karmám véget ért Kínában – felelte Bódhidharma –, ezért visszamegyek Indiába.

Majd a Dharmáról szólt:

– Minden jelenség mulandó. Ez a megjelenés és az eltűnés

törvénye. Amikor a megjelenés és az eltűnés ellobban, az a nyugalom boldogsága.

Végezetül azt mondta:

– Kínának most új császára van.

A küldönc visszatért a fővárosba, s valóban a birodalomnak új császára volt, aki miután meghallotta, hogy a küldönc találkozott Bódhidharmával, bizonytságot kért. Ezért sírját kiásták és a kőkoporsó tetejét felnyitották. Belsejében csak egy fél pár szandált találtak.

Mindenki nagyon örült, hogy hallhatta ezt a történetet. Majd Szung Szán zen mester így szólt:

– Az ön története szerint Bódhidharma él, mert minden bizonnyal mezítláb visszament nyugatra. Hol van ő most?

A kínai mester a fejét rázta. Szonszányim megkérdezte:

– A kertben a fenyő zöld, ugye?

– Igen, az – felelte a kínai mester.

– Ugye, hogy tudja?! Akkor meg miért mondja, hogy nem?

– Keményebben kellene tanulnom – szólt a kínai mester.

Nagyon őszintének és egyszerűnek tűnt, az is Bódhidharma tanítása.

Majd a főtemplomba látogattak el, egy hetvenhat éves zen mester templomába. A zen mester hatévesen jött ebbe a templomba, és azóta nem hagyta el. Hetven éve élt falai között. Amikor a vendégek köszöntötték, nagyon boldog volt.

Ez a templom nemcsak Bódhidharmáról híres, hanem arról is, hogy a harci művészetek innen erednek. Akkoriban csak negyven szerzetes élt a kolostorban az élelmiszerhiány és más nehéz körülmény miatt.

– Azt mondják, hogy Bódhidharma átadta a Tant a Második Pátriárkának. Megmondaná nekem, hogy milyen Tant adott át?

– kérdezte Szonszányim.

A szerzetesvezető a kasájára tette a kezét és így szólt:

– Mint ez.

– Akkor az a kasa, amit Bódhidharma átadott, ugyanolyan, mint az öné? – kérdezte Szung Szán zen mester.

– A kasa csak a hit szimbóluma. Amit átadott, az a tudat.

– Tiszteletreméltó uram, szükséges magyarázkodnia?

A szerzetes Szonszányimra nézett, ő pedig így szólt:

– Az ön kasája piros, az enyém barna.

A kínai mester úgy tűnt megértette, elmosolyodott és erősen megfogta Szonszányim kezét.

Azután felmentek a Saolin-barlanghoz, amely öt kilométerre található a templomtól. Ez az a barlang, amelyben Bódhidharma kilenc éven át ült. Az út a barlanghoz, noha csak öt kilométer, olyan viszontagságos volt, hogy három órába telt, míg felkapaszkodtak oda. Közel a hegy csúcsához, amit egyébként magas fák takartak, egy kőbarlang állt. A hely ideális volt. A hegycsúcsok által körülzárt terület ideálisnak tűnt a gyakorláshoz.

De felmerült egy érdekes kérdés, miszerint hogyan táplálkozhatott odafenn Bódhidharma? Mit evett?

A barlang belső tere csupán öt vagy hat embernek volt elég. A barlang belső falára három Buddha-szobrot faragtak ki. Ez az egyik legszentebb hely, és akkoriban a kormányzat egy új felfelé vezető út és lépcsők építésébe kezdett. Szonszányim azt hallotta, hogy Bódhidharma nem evett ételt, de mégis életben maradt lélegzétvétellel, hasonlóan ahhoz, ahogy a kígyók és a békák téli álmukat alusszák. Valóban gyönyörű hely volt.

Beléptek a barlangba, és meditáltak. A meditáció után Szonszányim mindenkét megkért, hogy mondjon néhány szót. Ő ezt kérdezte:

– Bódhidharma, aki ezer évvel ezelőtt kilenc éven át ült ebben a barlangban, a legenda szerint még él. Akkor vajon a bar-

langban van vagy valahol azon kívül? Mindenki válaszoljon!

Az elsőként válaszoló belesült a válaszába. Egy másik pedig elkiáltotta magát. Valaki más kiült a barlang elé. Egy másik tanítvány így szólt: „A hegy magas, a víz folyik.” Valaki ezt válaszolta: „Már tudod, miért kérdezed?” Valaki más pedig így szólt: „Nem tudom.” Végül megkérdezték Szonszányimot:

– Mi az ön válasza?

– Idebent a barlangban sötét van. Odakint világos van – felelte Szung Szán zen mester.

Menj, igyál teát!

A következő látogatás a Pu-tou hegyre volt, amely a Pu-tou-san szigeten található, Kína egyik legszentebb helyén. A szigeten százötven templom állt, közülük többet a Kulturális Forradalom ideje alatt leromboltak. A kormányzat akkoriban rekonstruáltott néhány épületet. A szigetet teljes egészében Kvan Um bódhiszattvának szentelték fel. A Pu-tou-san azt jelenti: gyönyörű, apró fehér virágok hegye. A szigeten a hegy olyan formát öltött, mint egy félhold. Gyönyörű látvány, ahogy a rengeteg virág beborítja. A hegyen bárki úgy érezheti magát, hogy a bódhiszattva karjaiban van. A dombok, a vizek, a sziklák, minden úgy tűnik, hogy a Dharmát tanítja. És a fák, a virágok valamint az éneklő madarak mind egyesülnek egy örömteli, szentséges táj létrehozásában.

A hegyen három nagy templom áll, és a csoport először a Pu-ji templomba látogatott el, majd pedig a Fa-ju templomba. Ezt

a templomot a Kulturális Forradalom ideje alatt lerombolták, és az akkori apát, Miao-san mester irányítása alatt építették újjá. Miao-san mester eléggé befolyásos ember. Adományok jöttek külföldről, a kormányzattól és sok-sok hívőtől. Ezért az újjáépítési munkálatok meglehetősen gyors ütemben haladtak.

Miao-san mester hétéves korában hagyta el az otthonát és azóta, hetven éve él a templomban, kivéve azt a húsz évet, amikor a Kulturális Forradalom ideje alatt elűzték a szántóföldekre dolgozni. Sokkal fiatalabbnak látszott a koránál: erős, tiszta hangú és nagyon könyörtelen férfi volt. Elmesélte, hogy egyszer ellátogatott az Egyesült Államokba, és járt New Yorkban, San Franciscóban és más helyütt. Úgy tűnt neki, hogy Amerika olyan, mint a Nyugati Tiszta Föld, a földi paradicsom. megszerette az ottani embereket és a vendégeit nagyon boldogan köszöntötte.

– Ez a templom Kvan Um bódhiszattva temploma – mondta Szung Szán zen mester –, akinek ezer szeme van. Az ezer szeme közül melyik az igazi?

– A szem természet tökéletesen tiszta – felelte a kínai mester.

– Mi az, hogy tökéletesen tiszta?

– Egy természet minden természet. Akadály nélkül.

– Mi az, hogy természet? – kérdezte Szonszányim.

A kínai mester habozott, mire Szung Szán zen mester így szólt:

– Kék ég és kék hegy, nem?

– Nem vagyok biztos benne – felelte az idős mester. – De maga csodálatos.

Majd örömmel megfogta Szonszányim kezét és mindenki felnevetett.

A beszélgetés folytatódott. Szonszányim így szólt:

– Mióta Kínába jöttünk, akárhová mentünk, mindenütt teá-

val kínáltak bennünket. Erről Dzsódzsú zen mester jut az eszembe, aki mindig azt mondta a tanítványainak: „Menj, igyál teát!” Mit jelent Dzsódzsú „Menj, igyál teát!” mondata?

– Ivott már teát Kínában? – kérdezte a kínai mester.

Szonszányim erre felemelte a teáscsészéjét és a mester felé nyújtotta. A kínai mester és vele együtt mindenki felnevetett. Azután búcsút mondtak. Az idős kínai mester kezét rázott a csoport minden egyes tagjával és barátságosan elköszönt tőlük. Visszonzásul a csoport mélyen meghajolt, hogy tiszteletét tegye Miao-san mester könyörületes tudata előtt, amit egész életén át művelt.

Ánanda ledönti a zászlórudat

Szonszányim a következő Dharma-beszédet tartotta az egyhetes intenzív meditációs gyakorlat kezdetekor a Sinvonszá kolostorban:

– A tél az intenzív meditációs gyakorlat tradicionális időszaka. Ez a tradíció a Buddha idejéből maradt ránk, amikor a szerzetesek és a szerzetesnők összegyűltek a három hónapos esős időszakra Indiában, hogy együtt gyakoroljanak.

Iskolánkban szintén a komoly tanítványok arra szánják ezt az időszakot, hogy hosszú visszavonulást végezzenek vagy a mindennapi gyakorlásukat megerősítsék. A három hónapos időszak közepe táján egy hetet még intenzívebb gyakorlásnak szentelnek. Koreában ezt mi *jongmengdzsondzsinnak* nevezzük.

Ennek a speciális gyakorlati hétnek az eredete nagyon érde-

kes. Buddha halála után a megvilágosodott tanítványainak nagy gyülekezetét összehívták, hogy öntsék formába a tanításait – készítsék el a szútrákat. Ennek a csoportnak a feje Mahákásjapa volt, az első pátriárka. Noha Ánanda Buddha szolgája volt, mégis kirekesztődött ebből a csoportból, mert nem volt megvilágosodott. Ez ironikus, mert Ánanda a hihetetlen emlékezőtehetségről vált ismertté. Azt mondják, mindenre emlékezett, amit Buddha mondott.

Amikor kirekesztették a gyülekezetből, Ánanda nagyon dühös lett. Odament Mahákásjapához és megkérdezte:

– Buddha átadta neked arany brokát köntösét. Mi mászt adott még át?

– Ánanda! – kiáltotta Mahákásjapa.

– Igen, uram!

– Döntsd ki a zászlórudat a kapu előtt!

Ánanda nem értette ennek a jelentését, ezért elment a hegyekbe, hogy egyhetes visszavonulást végezzen. Hét napon át nagyon keményen gyakorolt, nem aludt egy szemernyit sem. A hetedik nap végén elérte a megvilágosodást. Midőn visszatért a gyülekezetbe, Mahákásjapa így szólt hozzá:

– Ha betudsz úgy jönni, hogy nem nyitod ki az ajtót, akkor szívesen látunk. Ha nem, akkor nem jöhetsz be.

Hirtelen Ánanda kinyitotta az ajtót és bement. Akkor Mahákásjapa így szólt:

– Rendben van, gyere be. Lássunk neki a szútráknak.

A négy fogadalmas megvilágosodás

1995. november 18-án a hongkongi Szu Bong Zen Kolostorban fogadalomtételi szertartást rendeztek. Szonszányim a következő beszédet tartotta:

– Élt Koreában egy ember, aki öt fogadalmat szeretett volna tenni. Igen ám, de nagyon szeretett inni is. „Én bizony inni akarok!” Majd elgondolkodott: „Ha iszom és leteszem a fogadalmakat, akkor megszegem azokat.” Támadt egy ötlete. Meghívta az egyik barátját ebédre, és így szólt hozzá:

– Érted fogok inni.

Ahogy leszállt az éjszaka, a vendég azt látta, hogy a barátja, aki fogadalmat akar tenni, a kelleténél többet ivott, többet mint ő. „Ez nem helyes” – mondta a barátjának. „Most már két fogadalmat is megszegtéél: az ivással és az igaz mondással kapcsolatosat.”

Régen tanító mesterem, Ko Bong zen mester öt fogadalmat adott Csung Dong Goszányimnak. A szertartáson minden a legnagyobb rendben zajlott, mindaddig, amíg a szertartásvezető el nem kezdte recitálni a fogadalmakat. Ugyanis akkor hirtelen felállt Csung Dong Goszányim, és így szólt:

– Ha nem ihatok egy kortyot sem, akkor meghalok!

No, egy kis probléma adódott. Ko Bong viszont így szólt:

– Akkor tegyél négy fogadalmat!

Így lett ő a négy fogadalmas világi, és elérte a négy fogadalmas megvilágosodást. Bárki tehet négy fogadalmat, nem probléma!

Érd el az aranyat!

A tradicionális zen ezerhétszáz kongant használ. A koreai buddhizmus is ezeket a hagyományos konganokat használja. Más zen iskolák a saját egyéni gyűjteményüket alakították ki ezekből, amelyről úgy vélik, hogy a legjellemzőbb a tanításukra. Például, az egyik ilyen gyűjtemény, a *Kék Szikla feljegyzések*, amely száz kongant tartalmaz, a másik a *Nincs Kapu*, amely negyvennyolcat.

De ezek még mindig túl bonyolultak, ezért iskolánk csak tíz konganból állított össze egy gyűjteményt, a *Tíz Kaput*. Nagyon egyszerű! Ha áthaladsz ezen a tíz kapun, akkor megérted, mi a kongan.

Ha érted, mi a kongan, akkor megérted, hogyan gyakorolj helyesen. Akkor, csináld! Ha csak érted a konganokat, de nem gyakorolsz, nem próbálkozol, akkor problémád adódik. Vannak, akik sok konganra tudnak válaszolni, de nem próbálkoznak. A kongan sohasem lesz az övéké. A kongan lényege az, hogy helyes irányvételt mutat számunkra, amellyel az életünk tisztává válhat. „Ha tíz mérföldet mész dél felé, akkor megleled az aranyat. Indulj útnak és keresd meg!”

Bárki megértheti ezt az irányvételt, de ha nem teszi meg a tíz mérföldet dél felé, akkor sosem leli meg az aranyat. „Értem, hogy tíz mérföldre dél felé van egy hegy. A hegy belsejében van egy barlang, és a barlangban van egy arany. Tökéletesen értem.” Csodálatos, de ha nem próbálsz meg, akkor nem éred el. Ha csak érted a konganokat, akkor az nem segít neked. Nem segít az életeden.

Sokan adnak jó válaszokat a konganokra az interjúkn, de a mindennapi életükben nincsenek olyan jó válaszaik. A vágy, a harag és a tudatlanság mindig uralja őket.

A kongan értése nem fontos. A jó válasz vagy a rossz válasz

nem fontos. A válasz megjelenik, nem jelenik meg, nem fontos. Ami a legfontosabb, az a mindennapi életed. Ha a mindennapi életed tiszta pillanatról pillanatra, akkor a konganok nem okoznak problémát neked. Akkor a kongan és az életed valóban találkozik.

Egyetlen virág az egész világ

Igazi természetet meglátása – ez a zen. „Mi vagyok én?” Mi az egyszerű és tiszta dolog? – ez nagyon fontos kérdés. Ha felleled az egyszerű és tiszta dolgot, akkor szabad leszel élettől és haláltól. Hogyan lehet elérni a szabadságot az élettől és a haláltól? Először is, irányvételednek tisztának kell lennie. Ha az irányvételed tiszta, akkor az életed tiszta. Miért gyakorolod a zent? Miért eszel mindennap? Meg kell, hogy találd az egyszerű és tiszta dolgot!

Tégy le mindent – véleményedet, feltételedet és helyzetedet. Pillanatról pillanatra csak csináld! Akkor nincs alany, nincs tárgy, nincs belül, nincs kívül. A belül és a kívül már eggyé vált. Akkor a te irányvételed és az enyém, a te cselekedeted és az enyém ugyanaz. Ezt nevezik a nagy bódhiszattva útnak.

Amikor leteszel mindent, teljességgel hiszel igazi természetben. Akkor a tudatod tiszta, mint a tér, azaz tiszta, mint a tükör: amikor piros szín tűnik fel, a tükör pirosat mutat. Amikor fehér szín tűnik fel, a tükör fehéret mutat. Valaki éhes, enni adok neki. Valaki szomjas, inni adok neki. Minden ebben a tiszta tükörben jelenik meg és tükröződik vissza. Akkor tisztán láatsz, hallasz, szagolsz, tapintasz és gondolkodsz. Az ég kék, a fa

zöld; a só sós, a cukor édes. A kutya ugat: „vau-vau!” Éppen olyan, mint ez: minden az igazság. Tehát te is az igazság része vagy.

Hogyan működik ez az igazság helyesen? Hogyan tudod az életed helyesen élni? Pillanatról pillanatra meg kell értened, hogy mi a megfelelő helyzeted, mi a helyes hozzáállásod, mi a helyes cselekedeted. Amikor éhes vagy, mit tegyél? Amikor valaki éhes, mit tegyél? Amikor találkozol a Buddhával, mit tegyél? Fióvá hamuzzál? A legtöbb ember érti mindezeket, de mégsem úgy cselekednek. Ha teljességgel úgy cselekszel, akkor a mindennapi tudatod a helyes életed. Jézus azt mondta: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” Az ugyanaz a pont.

A legtöbb ember túl sokat tud. Ez a tudás nem segít az életemben. Descartes azt mondta: „Gondolkodom, tehát vagyok.” Így az én teremti az ént. Ha nem gondolkodsz, akkor ki vagy? Ha mély tapasztaláson mész keresztül, de nem látod meg az egyszerű és tiszta dolgot, akkor egyetlen egy értésed és tapasztalatod sem segíti a gyakorlásodat. A zen gyakorlás ezért nem a tudásban van. Csak menj egyenesen a nemtudom útján – ez a zen.

„Dzsódzsú megkérdezte Nám Cson zen mestertől:

– Mi az igaz Út?

– A mindennapi tudat az igaz Út – felelte Nám Cson.

– El tudom én azt élni? – kérdezte Dzsódzsú.

– Ha el akarod élni, akkor nyomban elveszíted.

– Hogyan tudhatok az igaz Útról anélkül, hogy elérném? – kérdezte Dzsódzsú.

– Az igaz Út – mondta Nám Cson –, nem tudás és nem tudatlanság kérdése. A tudás tévedés, a tudatlanság pedig zűrzavar. Ha valóban látod az igaz Utat, amely olyan tiszta és hatalmas, mint a tér, akkor miért hozod létre a jót és a rosszat?

Dzsódzsú mikor meghallotta ezeket a szavakat, hirtelen elérte a megvilágosodást.”

Mit ért el Dzsódzsú?

A zen tanítványok gyakran az elérés hibájába esnek. Amikor csinálsz valamit, csak csináld – ez a zen. Már tudod, hogy a tudás tévedés. Ne ragaszkodj a tudásodhoz. „Tudásod hogyan válik bölcsessé?” – ez a helyes gyakorlás. Az igaz mindennapi tudatod.

Ha ragaszkodsz a konganokhoz vagy fenntartod véleményedet, akkor nem érted meg a valódi jelentésüket. Tehát tégy le mindent – véleményedet, feltételedet és helyzetedet. Akkor a tudatod tiszta, mint a tér. Akkor a konganokra a helyes válaszok maguktól fognak megjelenni. Ez a bölcsesség.

Amikor megpróbálkozol egy kongannal, de nem érted, ne aggódj! Ne ragaszkodj a konganhoz, és ne próbáld megérteni. Csak menj egyenesen a nemtudom útján: próbáld, próbáld, próbáld tízezer éven át éjjel-nappal. Akkor eléred az Utat, az Igazságot és az Életet, amely azt jelenti, hogy pillanatról pillanatra megtartod a megfelelő helyzetfelismerést, a helyes hozzáállást és a helyes cselekedetet. Ez a Nagy Szeretet, a Nagy Együttérzés és a Nagy Bódhiszattva Út.

Szung Szán zen mester tíz kapuja

Első kapu: Dzsódzsú kutyája

Válaki megkérdezte Dzsódzsú zen mestert:

– Van a kutyának buddha-természete?

Dzsódzsú így válaszolt:

– Mu! (Nincs.)

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRIA

Az első kérdés:

Buddha azt mondta, hogy mindennek van buddha-természete. A természet a lényeket jelenti. Mindennek ez a lényege. Dzsódzsú pedig azt mondta, hogy a kutyának nincs buddha-természete. Melyik állítás helyes?

A második kérdés:

Dzsódzsú így válaszolt: „Mu!” Mit jelent a „mu”?

A harmadik kérdés:

Van a kutyának buddha-természete? Most mit tudsz csinálni? Sok tanítványom érti ezt, de a megértés nem segít. El kell jussál az élettől és haláltól való megszabadulás megvalósításához, ugyanis annak pusztán megértése nem segít.

*Második kapu: Dzsódzsú elmosatja
a csészét*

Egyszer egy szerzetes így szólt Dzsódzsúhoz:

– Éppen most léptem be a kolostorba. Kérem, tanítson engem!

– Reggeliztél már? – kérdezte Dzsódzsú.

– Igen – felelte a szerzetes.

– Akkor mosd el a csészédet!

A szerzetes megvilágosodott.

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Mit ért el a szerzetes? Ez nagyon egyszerű. „Kérem, tanítson engem!” „Reggeliztél már?” „Igen.” „Akkor mosd el a csészédet!” Ez a helyes működés, a helyes hozzáállás. Ez a mindennapi tudat. Ez egy mindennapi tudat kongan.

A második kapu egy *éppen olyan, mint ez* kongan. Mit ért el a szerzetes? Ha eléred te is, akkor megérted pillanatról pillanatra a megfelelő helyzetet, a helyes működést, a helyes hozzáállást. Ez a szerzetes saját megfelelő helyzetét érte el.

Harmadik kapu: Szo Ám a mestert szólítja

Szo Ám zen mester mindennap a Dharma teremben ült arccal a Kék-hegynek. Mindennap magát szólította:

- Mester!
- Igen? – válaszolta magának.
- Tartsd a tiszta tudatot!
- Igen!
- Mások soha ne vezessenek orrodnál fogva, soha!
- Igen! Igen!

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Szo Ám magát szólította és magának válaszolt – megjelent két tudat. Melyik az igazi mester? Általában az embereknek nemcsak két tudatuk van, hanem három, négy, öt, nyolcvan, sok-sok tudatuk: fájdalom-tudat, szomorúság-tudat, szex-tudat, pénz-tudat, mindenféle tudat. Szo Ámnak csak két tudata van: „Mester!” „Igen?” „Tartsd a tiszta tudatot!” – ez a két tudat van. Melyik az igazi mester? A két tudat eggyé válik. Ha eggyé válsz, nincs tudat, nincs mester. Akkor eléred az igazi mestered. Ahhoz viszont, hogy ezt elérd, a mesterednek és a tudatodnak először el kell lobbannia: akkor semmivé válsz. Ha semmivé válsz, akkor a szemed, a füled, az orrod, a nyelved és a tested helyesen működik majd, és meglátod a mestered – minden a te mestered.

Negyedik kapu: Bódhidharmának nincs szakálla

– Miért nincs Bódhidharmának szakálla? Mi Bódhidharma igazi arca? – kérdezte Hok Ám zen mester.

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Miért nincs Bódhidharmának szakálla? Ez egy támadó jellegű kongan. Adok egy példát: van egy nagyon híres festő és mindenki vele akarja arcképét lefestetni. Rengeteg pénzt fizetnek neki érte. „Kérem, lefestené az arcképemet? Elkészítené a portrémát?”

Ő elkészíti a portrédát és miután befejezte, kezdedbe veheted a kész művet. De nézd csak! Nincs hajad! Olyan vagy, mint egy szerzetes! Nagyon meglepődsz: *Miért nincs hajam?* Mit tudsz most tenni? Már kifizettél egy csomó pénzt, és ő egy híres festő! Lehet, hogy van ebben valami jelentés? Mit kérdezel akkor tőle?

Hasonlóképpen, Bódhidharma szakállas volt. Akkor viszont miért kérdezi Hok Ám zen mester azt, hogy miért nincs Bódhidharmának szakálla? Ezt támadó jellegű kongannak nevezzük. Sokféle támadó jellegű kongan van. Egy másik példa rá: a testedet a zen központ zuhanyozójában tisztítod meg. De hol tisztítod meg a tudatodat? Honnan jön a nap, a hold, és honnan jönnek a csillagok? Ezek mind támadó jellegű konganok. Újra megkérdeszem hát tőled: miért nincs Bódhidharmának szakálla? Mondd meg, mondd meg!

Ötödik kapu: Fenn a fán

Hjáng Om azt mondta:

„Valaki lóg a fáról: fogaival kapaszkodik az ágba, kezeivel nem éri el az ágakat, lábai nem érik el a fát (*a keze és a lába össze van kötözve*). Egy másik ember a fa alatt azt kérdezi tőle:

– Miért jött Bódhidharma Kínába?

Ha nem válaszol, akkor nem teljesíti a kötelességét, és ezért meg fogják ölni. Ha válaszol, akkor elveszíti az életét. Ha te lennél ott a fán, akkor hogyan maradnál életben?

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Fogaiddal kapaszkodsz, nem nyithatod ki tehát a szádat. A kezeidet sem tudod mozdítani, a testedet sem. Semmit sem tehetsz. Ezt a kongant *kjung csul mun* kongannak nevezzük. Minden megállt. Csak egy valami lehetséges. Mi az a valami? Csak egy út létezik. Nem két út – csak egy. Ha rátalálsz erre, akkor lehetővé válik a jó válasz. A kérdés az, hogy miért jött Bódhidharma Kínába? Ha válaszra nyitod a szádat, máris halott vagy. Ha nem válaszolsz, nem teljesíted bódhiszattva-kötelességedet, tehát meg fognak ölni. Ha te lennél ott a fán, hogyan maradnál életben? Ez a nagy kérdés.

Ha ezen a kapun átjutsz, befejezed a konganok felét. Körülbelül ezerhétszáz konganunk van. Amikor ezen a kapun átjutsz, körülbelül nyolcszázötven konganra tudod a választ. Ez tehát egy nehéz kongan. Ha csak átjutsz ezen a konganon, annak önmagában nincs jelentősége. Ha a kongant birtoklod, akkor a tudatod, a tested és a világod eggyé válik, és jól működik majd. Eléred a szabadságot, megvalósítod a helyes feladatot, így lehetővé válik számodra az élettől és haláltól való megszabadulás. Érd hát el az élettől és haláltól való megszabadulást. Ez azt jelen-

ú, hogy nincs élet, nincs halál. Ha azonban csak ez a nincs élet, nincs halál létezik számodra, gondban leszel.

Hatodik kapu: Hamuzik a Buddhára

Valaki bejön a zen központba, cigarettát szív, füstöt fúj, és ráhamuzik a Buddhára. Ha te éppen ott állsz, akkor mit teszel?

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Ez egy híres kongan. Még sok régi tanítványom sem érti. De ha csak mész egyenesen a nemtudom útján, próbálkozol, próbálkozol, próbálkozol, akkor át tudsz jutni ezen a kapun. Ebben a konganban a cigarettás ember azt gondolja: „Én már megvilágosodtam. Már én vagyok a Buddha, a Dharma, az igaz út.” Nagyon ragaszkodik ahhoz az elképzeléséhez, hogy elérte az egyetemes lényegét, elérte az élettől és haláltól való megszabadulást. Nincs élet, nincs halál – elért valamit. De még mindig van egy problémája, mert ragaszkodik ehhez a ponthoz, ragaszkodik az ürességhez.

Az egyik kiváló tanító azt mondta: „Egytől egyig minden teljes, egytől egyig minden rendelkezik ezzel.” Például, itt van egy bot. A bot lényege és a te lényeged vajon ugyanaz a lényeg? Amikor gondolkodsz, a te tudatod és az én tudatom különböznek. Amikor elvágsz minden gondolkodást, a te tudatod és az én tudatom azonosak lesznek. Ha százszázalékosan tartod a nemtudom tudatot, vagyis csak mész egyenesen a nemtudom útján, akkor a te nemtudom tudatod, az én nemtudom tudatom, mindenki nemtudom tudata ugyanaz a nemtudom tudat lesz. Ez az

azonos nemtudom tudat elvág minden gondolkodást. A gondolkodás meghaladása a nem-gondolkodás. A nem-gondolkodás az üres tudat. Az üres tudat a gondolkodás előtti tudat. A te gondolkodás előtti tudatod a te lényeged, az én gondolkodás előtti tudatom az én lényegem – tehát mindenkinek ugyanaz a lényege. Ha százszázalékosan tartod a nemtudom tudatot, akkor te vagy a világmindenség, a világmindenség pedig te. Te és a világ eggyé váltok. Ez az, amit kezdőpontnak nevezünk. A kezdőpont neve tehát a nemtudom. Azt mondjuk, hogy a kezdőpont a tudat, a Buddha, az Isten, a természet, az abszolút, az energia, a szentség vagy a tudatosság. De az igaz kezdőpontnak nincs neve, nincs formája. Nincs beszéd, nincsenek szavak, mivel a kezdőpont gondolkodás előtti. Csak tartsd százszázalékosan a nemtudom tudatot, akkor eggyé válsz a világgal. Ha megtartod a nemtudom tudatot, akkor te és ez a bot vajon azonosak vagyok vagy különböztök?

Érted ezt a pontot? Ha ragaszkodsz ehhez a ponthoz, akkor nincs te, nincs én, nincs tudat, nincs Buddha, nincs semmi. Azt gondolod tehát: „Ó, már megvilágosodott vagyok!” Bemehetsz a templomba égő cigarettával és ráhamuzhatsz a Buddhára – nem probléma. Nem érted viszont pillanatról pillanatra a megfelelő helyzetedet, a helyes működésedet és a helyes hozzáállásodat. A hétköznapi tudat a zen tudat. Ez az ember csak az élettől és haláltól való megszabadulást érte el. Nem érti viszont a helyes működését. Még egy lépés szükséges. Amikor ráhamuzik a Buddhára, akkor mit teszel? Hogyan tanítod őt?

Hetedik kapu: Ko Bong három kapuja

ELSŐ KAPU:

A nap beragyogja a világmindenséget. Miért takarja el egy felhő a napot?

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Ne ragaszkodj a zen mester beszédéhez. A zen mester gyakran használ hibás szavakat ahhoz, hogy leellenőrizze a tanítvány tudatát. Miért van ez? Ez jó vagy rossz? Helyes vagy helytelen? Ezek ellentétes értelmű kérdések. Amikor szél jön, meglehet, hogy a felhő eltakarja a napot. De ez a fajta gondolkodás nem jó. Csak érzékelj, csak használd az intuíciódat!

MÁSODIK KAPU:

Mindenkit követ az árnyéka. Hogyan nem lépsz rá az árnyékkodra?

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Hogyan tudsz lépni vagy nem lépni? Miért takarja el a felhő a napot? Ezek ellentétes értelmű kérdések, céljuk a tanítványok tudatának ellenőrzése. Általában az életben ellentétekre épülő tudatot tartunk fenn: szeretem vagy nem szeretem, jövés vagy menés, jó vagy rossz. Ellentétekre épülő gondolkodást alkalmazunk. Ha teljesen egy tudatúvá válsz, akkor nincsenek ellentétek. Akkor az intuíció használata lehetővé válik. A kongan olyan, mint a pecázásra induló horgász felcsalizott horga. A horgász finom csalit tesz a horogra. Bedobja a vízbe, az éhes hal enni akar, ráharap és fennakad. A tudatod általában akar valamit: keményen akarok gyakorolni, jó zen tanítvány akarok lenni, pillanatról pillanatra helyesen akarok cselekedni, jó választ akarok adni.

Akarsz – és ez nem rossz, hanem jó értelemben vett akarás. Ha akarsz valamit, nem számít, hogy az jó vagy rossz. Már halott vagy. Azt kérdezem tőled: hogyan nem lépsz rá az árnyékodra? Tartsd a tiszta tudatot. Ha nem, akkor gondban leszel.

HARMADIK KAPU:

Az egész világegyetem lángokban áll. Melyik számadhi alatt tudnád elkerülni, hogy megégj?

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Hallottam olyan műholdakról, amelyek atombombákat hordoznak a Föld körül. Ha valaki megnyomja a rossz gombot, akkor a bombák felrobbannak és a világ eltűnik. Akkor hogyan maradsz életben?

Nyolcadik kapu: Dok Szán viszi a csészéit

Az egyik napon Dok Szán bement a Dharma terembe kezében a csészéivel. Szol Bong, a kolostor vezetője így szól hozzám:

– Öreg mester, még nem harangoztak és nem verték meg a dobot. Hová megy a csészéivel?

Dok Szán visszatért a szobájába. Szol Bong pedig elmesélte Ám Dunak, a szerzetesfelügyelőnek, hogy mi történt.

– A Nagy Mester, Dok Szán nem érti az utolsó szót – mondta Ám Du.

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

Ez Kínában, Koreában és Japánban is híres kongan. Az utol-

só szó a megfelelő helyzetet jelenti. Más szavakkal: Ám Du azt mondta, hogy tanítója nem érti a megfelelő helyzetét vagy működését.

Amikor Dok Szán ezt meghallotta, nagyon mérges lett és magához hívatta a szerzetcsfelügyelőt, Ám Dut.

– Nem helyesled, amit teszek? – rivallt rá.

Erre Ám Du a mester fülébe súgott valamit. Dok Szán megkönnyebbült.

A következő napon Dok Szán Dharma-beszédet tartott a szószékről, de beszéde más volt, mint azelőtt. Ám Du a Dharma terem közepére ment, hangosan felnevetett, tapsolt, és így kiáltott fel:

– Micsoda öröm! Az öreg mester megértette az utolsó szót. Mostantól fogva többé senki sem ellenőrizheti!

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRIA

I három kérdés van ebben a történetben.

Az első kérdés:

A zen mester nem értette az utolsó szót. Mi volt az utolsó szó?

A második kérdés:

Mit súgott Ám Du a mester fülébe?

A harmadik kérdés:

Miben különbözött a mester beszéde az előzőektől?

Ám Du kétféleképpen beszélt. Először Dok Szán zen mester nagyon dühös volt. Tehát dühös tudatát kell lecsillapítanod. Például, van egy feleség és a férje. Szeretik egymást, mégis az egyik napon a feleség így panaszkodik a férje barátjának:

– Az én férjem ilyen, olyan, amolyan.

A férj meghallja ezt, és nagyon megharagszik a feleségére:

– Te nem bízol bennem?!

Ha te volnál a feleség, akkor mit tennél? Mit mondanál a férjednek? Először szépen kellene hozzá beszélned, majd tisztáznod kellene a megfelelő helyzetet. Ha csak azt mondod, hogy sajnálsz, az nem elég.

Ha te volnál Ám Du, a szerzetesfelügyelő, akkor először tisztáznod kellene a helyes viszonyodat a zen mesterrel. Akkor a zen mester megértene, és haragos tudata eltűnne. Majd helyesen kellene tanítanod az utolsó szóra. Akkor a zen mester megkönnyebbülné.

Miben különbözött a mester beszéde az előzőektől? Meglehet, hogy Dok Szán előzőleg nem értette az utolsó szót. Lehet, hogy akkorra viszont már megértette. Milyen Dharma-beszédeket mondott előzőleg? Az előzőleg mondott Dharma-beszédei nem érdekesek. Akkor milyen Dharma-beszédet mondott? Ez nagyon fontos pont. Ha ezt mind megválaszolod, akkor megérted a helyes működést, a megfelelő helyzetet, a helyes hozzáállást. Ez azt jelenti, hogy érted az utolsó szót. Akkor nagy zen mesterré válhatsz.

Miért jelent meg olyan sok probléma ebben a konganban? Dok Szán zen mester csak visszatért a szobájába. Azt kérdezték tőle, hová viszi a csészéit, és ő csak visszatért a szobájába. Ez hiba volt. A dobot még nem ütötték meg, ő pedig a Dharma terembe vitte a csészéit, tehát helytelenül cselekedett. Ha te volnál a zen mester, mit tennél? Muszáj lenne valamit mondanod a kolostor vezetőjének. Akár hibázol, akár nem, nem számít – ha hibáztál, használd a hibádat és javítsd ki. Akkor a kolostor vezetője azt mondaná:

– Ó, zen mester, most már értem! Köszönöm szépen.

Akkor a kolostor vezetője nem mondaná el a szerzetesfelügyelőnek azt, ami történt, és a probléma sem merülne fel.

Az utolsó kérdés tehát az, hogyha te volnál a zen mester, mit válaszolnál arra a kérdésre: *hová viszed a csészéidet?* Ez a kérdés egy kicsit nehéz, mégis meg kell értened!

Kilencedik kapu: Nám Cson megöli a macskát

Egy napon Nám Cson zen mester éppen a szobájában tartózkodott. Odakint nagyon hangos lárma kerekedett, a nyugati szárny kétszázötven szerzetese és a keleti szárny kétszázötven szerzetese egy macskán veszekedett. „Ez az enyém!” „Nem, az enyém!” „Dehogy, az enyém!” Nagyon hangosan veszekedtek. A mester nagyon megdühödött szerzeteseire, hogy nem zent gyakorolnak, hanem veszekednek, és tudatuk olyan, mint a macskáé. Ezért kiment, megragadta a macskát, és így kiáltott rájuk:

– Nyavalyások! Szóljatok érte egy szót, és akkor megmentitek az életét! Ha senki sem szól egy szót sem, akkor megölöm!

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRJA

A mester leellenőrzi tanítványai tudatát, hogy lássa, valóban szeretik-e a macskát vagy pedig csak ragaszkodnak hozzá. Ha csak ragaszkodnak a macskához, akkor nem tudnak válaszolni. Ha nem ragaszkodnak a macskához, hanem szeretik őt, akkor megmenthetik az életét egy jó válasszal. De az ötszáz szerzetes egyike sem tudott válaszolni. Csak síri csend támadt. Ragaszkodtak a macskához, de nem szerették őt. Így végül Nám Cson zen mester megölte a macskát.

Akkoriban Dzsódzsú Nám Cson zen mester tanítványa volt. Azon az éjszakán, amikor kintől visszatért a templomba, Nám Cson elmesélte neki, hogy mi történt. „Megöltem hát a macskát. Ha ott lettél volna, akkor mit tettél volna?” Dzsódzsú levette a saruját, a feje tetejére tette és elsétált. Akkor Nám Cson zen mester így szólt: „Ha ott lettél volna, akkor megmentetted volna a macskát.”

SZUNG SZÁN ZEN MESTER KOMMENTÁRIA

Ez egy híres történet.

Nám Cson zen mester megfogta a macskát és így szólt: „Nyavalyások! Szóljatok érte egy szót, és akkor megmentitek az életét! Ha senki sem szól egy szót sem, akkor megölöm!” Tehát az első kérdésem az, ha ott lettél volna, mit tettél volna? Ez egy szeretet kongan. Ha birtoklod a nagy szeretetet és a nagy együttérzést, akkor ez a kongan nem okoz problémát neked.

Adok egy útmutatást: egyszer régen Salamon király idejében, két nő összeveszett egy kisbabán. Mindketten azt mondták: „Ez az én kisbabám.” Erre Salamon így szólt: „I lozzátok ide a kisbabát, s majd én elfelezem. Akkor mindkettőtöknek jut egy fél.” Ekkor az egyik nő így szólt: „Ó, hagyd csak a kisbabát, az övé.”

Ki volt akkor az igazi anya? Ez egy szeretet történet. Ha birtoklod a nagy szeretetet a szívedben, akkor zen tudatod van.

A *feltétel nélküli* nagy szeretetet, nagy együttérzést, nagy bódhiszattva utat jelent. Tehát feltétel nélkül ül! Feltétel nélkül csinál! Feltétel nélkül gyakorol! Ne ellenőrizd a feltételeidet! Ez a nagy szeretet. Ha a tudatod feltétel nélküli, akkor ez a feltétel nélküli tudat nem bír az én-nekem-enyémmel. Mindent az érző lényekért – a férjért, a feleségért – teszek, ez a nagy szeretet. Akkor megmented a macska életét.

Dzsódzsú elsétált fején a sarujával. Akkor Nám Cson zen

mester azt mondta: „I ha ott lettél volna, megmentetted volna a macskát.” Az utolsó kérdés: Mit jelent ez? Miért tette Dzsó-dzsú a sarut a fejére és miért ment el? Mit jelent ez? Tehát tartsd fenn a megfelelő helyzetet, a helyes feltételt, a helyes cselekedet szándékát. Ha megvalósítod ezt a kongant, akkor eléred a nagy szeretetet, a nagy együttérzést, a nagy bódhiszattva utat. Ez azt jelenti, hogy pillanatról pillanatra tartsd fenn a megfelelő helyzetet, a helyes működésedet és a helyes hozzáállásodat.

Tizedik kapu: Az egér macskaeledt eszik

Az egér macskaeledt eszik, de a macskátál törött.

SZUNG SZUN ZEN MESTER KOMMENTÁRIA

Mit jelent ez? Meglehet, hogy megérted, de a megértés nem segít neked. Meg kell valósítanod, és akkor ez a kongan a tiéd lesz. Ez a kongan egy *alanyi éppen olyan, mint ez kongan*. Az egér, a macskaeledt, a tál, a törés – ez négy dolog. Például, egy napon fáj a gyomrod és fagyaltot akarsz enni. „Á, van egy negyed dollárom, veszek egy fagyit” – mondd magadnak. Elmész a fagyaltoshoz és veszel 25 centért fagyaltot. Elnyalod, és akkor nagyon jól érzed magad. Csodálatos! Tehát egy negyed dollár az huszonöt cent, fagyit veszel, és elnyalod. Csodálatos érzés! A negyed dollár változik, változik, változik – csodálatos! Akkor mi az egér, a macskaeledt, a macskátál, a törés? Mindenki nagyon okos, ami azt jelenti, hogy nem érti senki sem. Teljesen hülyévé kell válnod – akkor megvalósítod ezt a kon-

gant. Ez a kongan nagyon könnyű, túl egyszerű. Látod az orrodat? Igen, látom az orromat. Látod a szemedet? Nem, az lehetetlen! Ha meg akarod látni a szemedet, akkor el kell hajítanod a meg akarom látni a szememet tudatot. Akkor elérheted a szemedet. Ugyanez van akkor is, amikor a tudatodat akarod megérteni – ugyanis az lehetetlen. El kell érned a tudatodat! Valaki azt mondhatja: „Már elértem a tudatomat.” Az nem lehet – az örültség! Ez az okos tudat. Teljesen hülyévé válni az egyszerű tudat birtoklását jelenti. A gondolkodó tudat nem-tudom tudattá, egyszerű tudattá válik. A hülye ember csak teszi a dolgát. Az okos tudat ellenőríz, ellenőríz, ellenőríz mindent mindenkor, vagy fenntart valamit, vagy ragaszkodik valamihez. Ha meg akarod érteni ezt a kongant, akkor teljesen hülyévé kell válnod.

Ez a világ nem változik!

Kérdő: A világ folyton változik. Miért van az, hogy csak egyetlen egy válasz van a konganokra?

Szung Szán zen mester: Ez a világ változik? Először hallom azt, hogy ez a világ változik. Nem, ez a világ üres. Ha üres világod van, akkor változik? De te azt mondd erre a világra, a te világodra, hogy változik. Rendben van. Bárki másnak a világa lehet teljesen üres. A forma üresség, az üresség forma – teljes üresség. Valakinck ez a világ az igazság: az ég kék, a fa zöld, a kutya ugat, a cukor édes, minden az igazság. Amikor látsz, amikor hallasz, amikor szagolsz, amikor gondolkodsz, minden az igazság. Ez az igazság világa. De bárki mondhatja azt: „Nem, nem, ez nem az igazság világa, ez a világ az együttérzés világa, a nagy szeretet, a nagy együttérzés, a nagy bódhiszattva világa. Csak segíts az érző lényeken!” De a te világod a változás világa. Miért hozod létre a változás világát? Szereted?

Kérdő: Igen, valószínűleg ragaszkodom hozzá.

Szung Szán zen mester: Ragaszkodsz hozzá? Nem probléma. Ragaszkodsz – nem probléma. De ha ragaszkodsz ehhez a világhoz, akkor, amikor meghalsz, bajban leszel. Lehet, hogy nem probléma. De amikor a karmád egy új testben alakot ölt, akkor nem fogod érteni, hogy hová tartasz. Meglehet, hogy a pokolra jutsz, lehet, hogy egy állat testére teszel szert, talán egy kutyáéra. Akár itt vagy, akár ott, nem tudod, hol vagy. Tehát, az irányvételedet tisztáznod kell. Érted? Mi az életed irányvétele? Tehát, tégy le mindent, vágj el mindent, s akkor az üresség világa megjelenik. Ha azonban ebben az üresség világban tartózkodsz, akkor újabb problémád adódik. Ugyanis, amikor meghalsz, sosem fogsz visszatérni ebbe a világba. Lépj még egyet, s akkor megjelenik az igazság világa. Az ég kék, a fa zöld, az igazság és te egygyé

váltak. De az igazság világa nem elég. Lépj még egyet! Akkor a működés világa jelenik meg. Csak segíts az érző lényeken. S nem csak ebben az egy életben. Életről életre folytasd az érző lények megsegítését. Ez a bódhiszattva világ. A bódhiszattva világ a legjobb. Ez a Buddha tanítása. Próbáld meg, s akkor a konganok nem okoznak problémát.

Tanátadási beszéd

Pillanatról pillanatra tiszta tudattal élni, felfogni, mi a helyzet, mi a helyes cselekvés, mi a helyes hozzáállás: ez a gyakorlatunk. Miért? Ez a világ nagyon gyorsan változik. Ezt a folyamatot nevezzük időnek. Most nagyon felgyorsult. Gyorsan, gyorsan, gyorsan, gyorsan szalad. Ha nem tartod meg a tiszta tudatot, nem látod, hová tartasz. Nem találsz utadra, nem látsz rá igaz természetedre, nem látod tisztán, mi a helyzet, mi a helyes cselekvés, mi a helyes hozzáállás. Ezért nagyon fontos, hogy pillanatról pillanatra megtartsd a tiszta tudatot.

Gondoljunk vissza száz évet: a világ nem volt ennyire kaotikus abban az időben. Nem volt ennyi emberi lény sem. A második világháborúig nem volt ennyire bonyolult ez a világ. Akkor mintegy kétmilliárd ember lakta, és ez nem volt sok. Most több mint ötmilliárdan vagyunk. Rövid időn belül sok ember jelent meg. Ha vetünk egy pillantást az emberi világra, látjuk, hogy nagyon gyorsan változik. Ha valaki nem tartja meg a tiszta tudatot, nem érti a változást, hogyan, mivé alakulnak a dolgok, és nem látja, merre tart az emberek világa.

Ha minden pillanatban tiszta a tudatod, akkor látod a világot. Észlalt a név-és-forma világát, az ellentétpárok világát értem; aminek neve és formája van, az ellentétpárokba szerveződik. Az ellentétpárok világa állandóan változik, alakul, változik, alakul. De ha megtartod a tiszta tudatot, megláthatod valódi természeted. A valódi természeted sohasem jelenik meg és sohasem tűnik el. Nem változik. Nem pusztul el. A nevek és formák világában egyszer minden elpusztul, minden. Eljár az idő; ahogy valami alakot ölt, és eltart egy darabig, úgy bomlik le és válik ürességgé. Állandóan változik, csak forog, forog, forog. De ha te, most, meglátod valódi természeted, tehát megtartod a tiszta tudatot, akkor ez a természet, ez a tudat nem fog változni. Nem hal meg. Ez a lényeg. Ez a gyakorlatunk. Akkor rálátsz a világra. Ha rálátsz a világra, akkor tudod, mi a feladatod. „Mit keresek én itt?” Ha ezt nem látod át, nem látod az utadat, nem látsz semmit. Mint a kutya vagy a macska. Ők ilyenek: nem látják, mi az útjuk.

Az emberi lény azt jelenti, hogy megláthatjuk valódi természetünket. Rátalálhatunk a helyes útra, az igazságra, a helyes életre. Ez az emberi lény különleges tulajdonsága. Más lényekből ez hiányzik. Még ha a menny lakóiban keressük, bennük sem találjuk. Az éhségszörnyekben sincs, az állatokban sincs, a démonokban sincs, a pokollakókban sincs. A hat világ közül az embereké nagyon fontos. De a jelenkorban az emberek túl sokat ártottak ennek a földnek. Ez a folyamat mára meghatározóvá vált.

Ez a folyamat azt jelenti, hogy a világ hamarosan pusztulásnak indul. Ez a világ végét jelenti. A világ végét. Mindegyik valóság a világ végétől beszél. De ennek a világnak soha sincs vége. Buddha azt mondta: „A jelenségek nem keletkeznek és nem szűnnek meg.” Csak a forma változik.

Nemrég egy páran kirándultunk a hegyekbe, a Tavas-hegyre, egy nagy, sziklás részre. Mit lártunk? A sziklákat lerobbantották, és a ravakban valami halfélét tenyésztének. (*Válasz a közönségből: Farcel.*) Farcel. Igen, farcel. Mit jelent ez? Azt jelenti, hogy ez a világ a feje tetejére állt. A vízből hegy lett, a hegyből pedig víz. Erről már volt szó. Fordul az idő. A hegy víz, a víz hegy. Sorsforduló. Ez a változás, az idő változása. Ez azt jelenti, hogy a név és forma világa állandóan változik. Tehát, ha a tudatod ezzel az ellentétekből felépült világgal van elfoglalva, vagy ragaszkodik, vágyik valamire, akkor nem találsz rá valódi természetedre, egyszerűen nem leled sehol. Akkor a tiszta tudatod számára az utad nem világos. Még ha a kutyának veted, az sem kérne belőle! Tehát meg kell tartanod a tiszta tudatot, mindig, most is, pillanatról pillanatra, tisztán. Akkor, még ha a feje tetejére is áll a világ, semmi gond! A világ ugyan a feje tetejére állhat, de a valódi természetem sohasem. Ez nagyon fontos.

Ma az emberek nagyon mások, mint egy hónappal ezelőtt. Egy hónap múlva megint mások lesznek, nagyon mások. Nagyon gyorsan változnak, nagyon gyorsan. Ezelőtt, gondoljuk el, a Szovjetunió nagy volt és erős. Ő és az Egyesült Államok fej-fej mellett álltak, az erőik kiegyenlítették egymást, a világ egyensúlyban volt. De Szovjetunió megszűnt, maradt Amerika... Amerikának ma nincs hatalma. Amerika megszűnt nagyhatalom lenni, vele együtt eltűntek a nagyhatalmak. Ma csak a pénz számít. De a pénznek nincs útja. Mindenki azt mondja, hogy pénzből élünk. Hajszoljuk is, körbe-körbe-karikába. Azután egy szemvillanás alatt eltűnik. A pénzzel egyetlen baj van. Az emberek megvesznek érte, sóvárognak iránta, egymást gyilkolják miatta – egymást. A pénz miatt, nem? Ezért a pénznek nincs útja, egyáltalán nem visz sehová. Ma ilyen világot élünk.

A gyakorlatunk tehát ezt jelenti: találjuk meg valódi termé-

szetünket, és jöjjünk rá, mi dolgunk itt. Mi az ember dolga? Az, hogy elmegy a templomba és csak könyörög, könyörög: „Jaj, bárcsak a mennyországba jutnék!” – ez nem az ember dolga, egyáltalán nem. Vannak, akik templomba járnak, és imádkoznak: „Ezt meg ezt akarom, és ezt és ezt, meg ezt meg amazit, meg világhatalmat” – ez sem emberi dolog. Mi hát az ember dolga? Az, hogy ráleljen valódi természetére. Hogy kihozza magából valódi természetét. Rátaláljon a helyes útra, az igazságra, és helyes életet éljen. Mi ez? Nagy szeretet, nagy együttérzés, nagy bódhiszattva út. Ez nagyon fontos. Ha erre nem jössz rá, olyan vagy, mint az állat, mint egy kutya vagy egy fa, mint minden, ami állandóan változik, alakul, változik – és egyszer eltűnik. „Hová mész?” – Nem tudják. „Találd meg valódi természeted, találj meg a helyes utat!” – Nem találnak semmit.

Szóval, a gyakorlásunk gyakorlást, gyakorlást és gyakorlást jelent minden nap. Ez nagyon fontos. És nemmozduló tudatot. Nem mozduló tudatot. Az Iskola három új zen mestert avatott. Csodálatos. Utánuk is lesznek zen mesterek, és folytatják az Iskolát. Ez csak a kezdet. Olyan, mint egy virág, egy nyíló virág. Húsz év alatt szárba szökken: felnőtt a Kvan Um Iskolája. Most virágot hozott. Ha sokan lesznek, minden lényen segítenek. Ezért mindenki gyakoroljon erősen, és akkor mindenki virággá válhat. Ha virág vagy, minden lényen segítesz. Sokan jönnek, sok ember – segíts rajtuk! Segíts ezen a világon.

Tehát, nagyon fontos, pillanatról pillanatra – térjünk csak vissza hozzátok: mit csinálsz? Mindenkinek van állása, háza, családja. Néhány szerzetesnek nincs háza, hanem egy nagyobb épületben, templomban lakik, nekik tehát nagy családjuk van. Tehát mindenkinek van családja. A család nagyon fontos. Először is: hogy segítek a családomon? Rendszerben? A gyerekeken, a szüleidén, a testvéreiden – segíts rajtuk! Először a családomon segíts

– ha erre képtelen vagy, hogy segíthetnél a világon? Igen, itt az amerikai stílus: „Engem nem érdekel a család, engem nem érdekel a gyerek, engem nem érdekel az asszony.” „Engem”, csak „én”, csak „én vagyok”, nem? Ez kutya-tudat, macska-tudat. Ez a legrosszabb. Ha ezt a tudatot tartod, nem lelsz rá igazi énedre, elzárod saját utadat. Szabadulj meg az *én, engem, enyémtől*, most, na most: mit csinálsz? Mit csinálsz? Ebben a pillanatban mit csinálsz? És kivel? Ha az apád, segíts apádnak, ha édesanyád, akkor neki, ha a feleséged, akkor neki, ha a férjed, akkor neki, ha a gyereked, akkor neki – és segíts a hazádnak, segíts minden lénynek. Ha megszabadulsz az *én, engem, enyémtől*, akkor felismered a helyzetet, helyesen cselekszel és helyes a hozzáállásod, de ha nem, akkor nem tehetsz semmit. Mint a kutya vagy a macska. Úgy.

Nagyon fontos, hogy megszabaduljunk az *én, engem, enyémtől*. Hogyan? Mindennapi gyakorlással. A helyes mindennapi gyakorlás pótolhatatlan. Akárhol csinálhatod, nemcsak a zen központban. Sokan elfoglaltak és nem tudnak eljönni, például azok, akik a falakon kívül élnek. A bentlakóknak, a központ lakóinak nagyon könnyű. Közös cselekvés, közös ének, közös meditáció, közös munka – így könnyű, de ha valakinek családja van, akkor nagyon nehéz. Nagyon nehéz. A zen központban könnyű napkeltekor vagy éjszaka gyakorolni, egy családi otthonban nem. Egyáltalán nem. Ez az első számú nehézség, ugye? Tehát ha a világban élsz, akkor még erősebben kell tartanod a középút tudatát. Gyakorolj minden reggel, lehet, hogy ötkor kell kelni, lehet, hogy négykor, de... de segítesz, így egy kis nehézség belefér. Gyakorolj erősen minden reggel, és gyere el a zen központba hetente egyszer vagy kéthetente egyszer, valahogy így – ez nem probléma.

Így lehetőségessé válik a tiszta tudat megtartása pillanatról

pillanatra. Ez mindennapi, otthoni gyakorlást jelent. Ez nagyon fontos. Tehát minden reggel valamennyi leborulás, azután ülés, a végén nézd meg, mennyire van középen a tudatod. Erős nemtudom tudat. Csak tartsd meg a helyes nemtudom tudatot. Csak próbáld. Akkor a középut egyre erősebb és erősebb lesz. Így ura vagy a helyzeteknek, a körülményeidnek, az érzéseidnek. Így látsz mindent, mi az igazság, mi a helyes út, mi a helyes cselekvés, a helyes hozzáállás, mi a bódhiszattva út. Nagyon tisztán megmutatkozik. És ez nagyon fontos. Nemcsak a zen központban, mert akinek sok a dolga, nem tud eljönni. Ha valaki el tud, ez a legjobb. Ha pedig nem, akkor otthon reggelenként keljen egy kicsivel korábban, és leborulással, üléssel gyakoroljon. Azután nézze meg, mennyire van középen. Ott van, erősen. És akkor minden megjelenik az ember előtt. Mi a feladata, hogyan cselekszik helyesen, hogyan áll hozzá helyesen – minden megjelenik. Ha valaki erre képtelen, szakadatlan álomvilágban él. Álomok között. És amikor meghal, és a tudata eltávozik innen, nem látja, merre megy. Az egész ezért fontos. Ez a világ nagyon, nagyon, nagyon gyorsan változik. Nagyon gyorsan változik. Tehát lehet, hogy ez a tudat hamar testen kívülre kerül, és csak kering, kering, kering. Akkor sok vágy, sok méreg ébred, vagy valaki elkapja és csak hajtja körbe-körbe-körbe. Ha nem tisztá a tudatod, nem érted, hogy az egyéni tudatod merre megy. Ez azt is jelenti, hogy ez a tudat, a mi tudatunk, nagyon gyenge. Túl sok az ember, ezért a tudatuk nagyon erőtlén. A régi embereknek rendkívül erős tudatuk volt. Mára egészen legyengült, egészen. Az embereknek nincs erős tudata. Ezért nagyon fontos, hogy keményen gyakoroljunk minden nap.

Térjetez haza, gyakoroljatok keményen, gyakoroljatok, gyakoroljatok, gyakoroljatok. Tartsátok erőben a kimozdíthatatlan tudatot. Nagyon fontos. Ez segít magunkon, a családjunkon,

minden lényen. Ezt nevezik bódhiszattva útnak. A név nem fontos. Az irányvételünk ez: végigjárni a bódhiszattvák útját, megszabadítani minden lényt életeken át. Nemcsak ebben az egy életben. Nemcsak ebben az egyben. Ez igazán világos. Csak tartsd meg a tiszta tudatot, csak gyakorolj keményen, akkor ez a test... ez a test nem a tested, ez nem te vagy, csak a járműved, a kocsid, te pedig a kocsidban ülsz, a saját kocsidban; ha a test kivénhed, eltűnik, nem tűnik el, nem számít. A tiszta tudat már ezen élet előtt jelen volt, és ezután is folytatódni fog. Tiszta tudat – újra és újra és újra eléri a megvilágosodást, újra megszabadít minden lényt, újra és újra és újra. Így életről életre, újra és újra megszületve járjuk a bódhiszattva utat, és megszabadítunk minden lényt. Csak a bódhiszattva cselekvés fontos.

Sokan hazatérnek, mások itt maradnak. Pillanatról pillanatra egyetlen kérdés: Mit csinálsz? Pillanatról pillanatra: Mit csinálsz most? Ez nagyon fontos. Tehát, folyamatosan: Ébredj! Mindig találj meg, mi a dolgod, és pillanatról pillanatra: csináld. Ez az irányunk. Köszönöm a figyelmet.

Az Igaz Isten, az Igaz Buddha

Kérdő: Keresztény vagyok, és azt szeretném tudni, van-e valami, amit ön szeretne megértetni velünk, amit mi nem vagyunk képesek felfogni?

Szung Szán zen mester: A keresztények azt mondják, hogy Isten teremtett mindent – a jót és a rosszat, a mennyországot és a földet, az embereket, az állatokat és így tovább. Hat napot dolgozott, és a hetediken pihent. De a buddhizmusban nincs ősök vagy teremtő; nincs jövés, nincs menés, nincs lét és nincs nemlét sem; ezek mind ellentétpárokba rendeződő gondolkodások. A nap és a hold, a világos és a sötét, a nappal és az éjszaka – ezek mind nevek; a nevek világa ellentétekben való gondolkodás. Az Isten szintén csak név; szintén ellentét-gondolkodás. Az Igaz Istennek nincs se neve, se formája. A *sem-név-sem-forma* világában nincs se jövés, se menés – nincs ellentétekben való gondolkodás. Az, ami túl van a nevek és formák világán, az mindig világos. Az az Igaz Isten.

A buddhizmus célja fellelni és megvalósítani a kezdőpontot. Mi ennek a világmindenségnek a kezdőpontja? A Biblia azt mondja: „Isten teremtett mindent.” De mi Isten kezdete? Isten honnan jön?

Mostanában kevesen mennek el szerzetesnek vagy apácának. Amikor Párizsban voltam, egy nagy katolikus egyetem kapuit zárva találtam. Nincs elég tanítvány. Vannak jó helyzetű társadalmak, ahol nincsenek fiatal szerzetesek, csak öregek. Változnak az idők és változnak a tudatok is. „Csak higgy Istenben” – ez a régi stílusú vallás volt. Most az emberek azt vizsgálják, melyik vallás segít nekik és társadalmuknak. Szerzetes vagy sem, nem fontos. Új elképzelést, új stílusú vallást szeretnének, talán valamiféle meditációt is.

A nagy változások, átalakulások korát éljük, és a vallásoknak alkalmazkodniuk kell; a tanítási stílusban is változtatásra van szükség. Az egyszerű hit Istenben már sok embernek nem elég. Választ akarnak kapni arra, hogy *Mi Isten?*, *Mi az igazi természet?* A Bibliában Jézus azt mondja: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” Mi ez az *Én?* Ez az *Én* Isten lenne? Isten elkülönül tőlem? Ha az Isten mégsem különül el tőlem, akkor Isten és Én egyek vagyunk vagy sem? Meditációs gyakorlat útján ezek a kérdések mély szinten nyernek választ. Akkor igazán megérthetjük a vallást, megérthetjük a világot. A meditációban minden ellentét egy ponttá válik: a tudat, az Isten, a tan, az igazság. Megnevezheted számtalan módon, de ez a pont nevek és formák előtti.

Ha csak beszélsz az Isten-hitről, akkor sok problémád van: Hol van Isten? A testeden belül vagy kívül? Vannak akik azt mondják, hogy Isten a mennyben van; mostanában úrhajók barangolják be a mérhetetlen világuót, de nem találnak semmiféle Istent. Itt van Isten? Ott van Isten? Az Igaz Isten nincs se belül, se kívül, nincs se neve, se formája.

Mostanában sok keresztény kedveli Thomas Merton könyveit. Ő nem csak értelmezte a Biblia szavait. Megértette és gyakorolta a zen meditációt, így kapcsolatot talált saját igaz természetével. Erről a kapcsolatról írt. Könyvei ezért olyan népszerűek.

Nem számít, mely vallást, mely szellemi gyakorlatot követed. Tisztázd, hogy miért csinálod! Legyen az irányvételed tiszta, ez nagyon fontos; ha az irányvételed tiszta, akkor életed tiszta. Ha csak a saját vallásodat, saját elképzelésedet ápolgatod, akkor problémáid lesznek. Ha nem tartod fenn ezen elképzeléseidet: *az én vallásom, az én gyakorlatom*, akkor tiszta az irányvételed, és csak próbálsz, próbálsz, próbálsz. Akkor elérhetsz valamit. A tiszta irányvétel és a próbálkozás a legfontosabbak.

A zen tudat azt jelenti, hogy tégy le minden elképzelést és formát. Ha az irányvételed tiszta, és teljességgel lemondnál mindenről, akkor majd elérsz valamit. S ha eléred, minden mással is kapcsolatba kerülsz.

A vallások olyanok, mint különféle ösvények a hegytetőhöz. A hegytető nagyon tiszta; ez a kezdőpont. De sok-sok ösvény vezet el ehhez a ponthoz; keleti, nyugati, déli és északi ösvény. Amikor az emberek elkezdik megmászni a hegyet, gyakran veszekednek egymással, mert úgy gondolják: „Az én utam a helyes, nem a tiéd.” De a hegy lábától nem láthatják a csúcsot, ezért ragaszkodnak oly nagyon a saját útjukhoz. Amikor tiszta az irányvételed és próbálkozol, az azt jelenti, hogy csak mész, mész fölfelé lépésről lépésre. Ezért nem vesztesz energiát a másokkal való harcban vagy a vélemények csatájában; csak gyakorolsz. Akkor elérheted a hegy csúcsát.

A különféle ösvények a hegytetőhöz tudatunk szülöttei. De mi a tudat? Ha intellektuálisan próbálsz megérteni, nem fogsz rájönni. Tudatunk határtalanul nagy, de egyben kicsi is. Egy nagyon hegyes tű sem képes megérinteni ezt a tudatot, mert ez kisebb, mint a tű hegye. De tudatunk egyben nagyobb, mint a világmindenség. Tudatunk néha rendkívül világos, néha nagyon sötét. Ha létrehozod az *én ösvényemet*, létrehozod az *én tudatomat* is. De ha elhagyod a saját tudatot, Buddha leszel. Akkor bármely ösvény elvezet a hegy csúcsához.

Ha ellenőrzöd a tudatodat, az egész mindenséget ellenőrzöd. De amikor azt gondolod, „ellenőrzöm a tudatomat”, akkor mi az, ami ellenőrzi a tudatot? Egy másik tudat vagy nem-tudat? Hogyan ellenőrzöd a tudatod? Hol van a tudatod? Te és a tudatod egyek vagytok vagy sem? Azonosak vagytok vagy különbözők? Nagyon nagy probléma! Mindez csak gondolkodás. Tégy le mindent, rendben? Ne gondolkozz!

A Gyémánt szútra azt tanítja: „Minden, ami keletkezett mulandó. A tisztán látás az, amely minden megjelenést úgy tekint, mint meg nem jelenést. Amikor minden megjelenés és meg nem jelenés eltűnik, az a teljes nyugalom. Akkor megláthatod a buddha-természetet.” De ha minden mulandó, akkor én is az vagyok, Buddha is az. Akkor hogyan láthatom meg a Buddhát? A mulandó hogyan láthatja meg a mulandót?

Ha ellenőrzöd a Biblia vagy a Gyémánt szútra szavait, akkor mindez csak ellenőrzés, ellentét-gondolkodás. De az igazság azt jelenti, hogy nincsenek ellentétek. Ez jelenti a teljességet. Ha mindent ellenőrzöl, akkor semmi sem helyes. Ha nem ellenőrzöl semmit sem, akkor minden helyes. Ez a zen. A Gyémánt szútra azt tanítja, hogy a hallgatás jobb, mint a szentség. A Biblia azt mondja: „Csendesedjétek és ismerjétek el, hogy én vagyok az Isten.” Ez a csendes tudat nagyon fontos. Hogyan adódik át ez a csendes tudat? Buddha felmutatott egy szál virágot és egyedül Mahákásjapa mosolyodott el. Akkor a Buddha azt mondta: „Átadom neked az igaz tanítást.” Ez azonban nagyon nagy hiba volt a Buddha részéről. Ha én lettem volna Mahákásjapa, akkor azt mondtam volna: „Köszönöm Buddha, de nekem már megvan a magam tanítása.” Akkor Buddha nagy bajban lett volna!

Tehát mindenki magában hordozza a tanítást, az igazságot, a helyes utat és a helyes életet. Mindenkinek lehetősége van megvalósítani Jézus híres mondását: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” Akkor miért van szükség a Tan átadására? Nyisd ki a szádat, s máris hibázol. De a mi feladatunk az, hogy minden lénynek a segítségére legyünk. Ezért használunk szavakat a tanításban és a lények megsegítésében. Ezt mi *beszéd általi segítségnek* hívjuk.

Ha próbálkozol és fenntartod a nemtudom tudatot, akkor központod egyre erősebb és erősebb lesz. Akkor minden, amit

hallasz, szagolsz, látsz, ízlelsz és tapintasz, jobb mint a Buddha és a Biblia szavai. Az a megvilágosodás. Akkor segítségére lehetsz minden szenvedő lénynek.

Hogyan magyarázzam el a zen gyakorlatot másoknak?

KEDVES SZONSZÁNYIM!

Nagyon szépen köszönöm a levelét.

Nehezen tudom elmagyarázni a zent és a gyakorlatomat családomnak és barátaimnak, különösképpen szüleimnek. Ők leginkább az olyan kérdéseket kedvelik, mint: *Mi az élet? Mi a halál? Mi a helyénvaló munkánk az életben?* Azt mondják, hogy felteszik maguknak ezeket a kérdéseket, de úgy érzik, sohasem tudjuk meg a válaszokat: „Csak Isten tudja.”

Más valami, sokan mondják nekem, hogy lehetetlen az összes embert megóvni a szenvedéstől. Úgy érzik, hogy az élet szenvedés, és nem tudunk rajta változtatni. Valamint, képtelenek megérteni azt, hogyan segít a zen-ülés, az éneklés vagy a leborulás másokon. Egocentrikusnak és önösnek vélik azt, hogy az ember folyton magával foglalkozik, és teszi a nem-cselekvést egy zen központban távol másoktól. Azt mondják, hogy az embernek kint a helye a világban, ott kellene tevékenykednie azokkal, akiknek szükségük van segítségre.

Azt szeretném kérdezni Öntől: milyen jó válaszok vannak ezekre a kérdésekre.

Nagyon szépen köszönöm a tanítását.

Őszinte híve Steve

KEDVES STEVE!

Köszönöm a gyönyörű leveledet. Hogy vagy?

Leveledben arról kérdezel, hogyan lehet megmenteni az embereket a szenvedéstől, valamint mi az élet és a halál. Ezek a kérdések nagyon egyszerűek.

Barátaidnak és családodnak sok mindenről van elképzelésük; fenntartják azokat, de nem értik meg, hogy ragaszkodnak hozzájuk. Valójában nincs semmi. Ha csinálsz valamit, akkor van valamid. Ha nem csinálsz semmit, akkor máris teljes vagy.

Mi a halál? Mi az élet? Testünknek van élete és halála, de igazi énünknek nincs élete és halála. Ők nem értik igazi énjüket, tehát van életük és haláluk. Azt mondják: „Csak Isten tudja.” Mi az Isten? Tudnak Istenről? Honnan tudják, hogy csak Isten tudja?

Ha meg akarod érteni Istent, akkor először az igazi énedet kell megértened. Ez az első útirány.

Hogyan érted meg az igazi énedet? Mi vagy te? Tudod? Ha nem tudod, akkor csak menj egyenesen a nemtudom útján. Akkor ez a nemtudom tudat elvág minden gondolatot, és a *csak-nekem helyzet*, a *csak-nekem feltétel*, és a *csak-nekem vélemény* elrűnik. Akkor a megfelelő helyzet, a helyes feltétel, és a helyénvaló vélemény megjelenik – nagyon egyszerű. Az egyik kiváló tanító azt mondta: „Magadtól is megértheted, hogy a víz meleg vagy hideg.” Igazi éned megértése nem különleges.

A következő útirány: ha gondolkodsz, akkor a tudatod és az én tudatom különbözik. Ha elvágysz minden gondolatot, akkor a tudatod, az én tudatom, és minden ember tudata azonos. Az egyik kiváló tanító azt mondta: „Az egy az sok, a sok az egy.”

Tehát, ha elvágysz minden gondolatot, akkor nincs én-enyémm-nekem. Akkor meg tudod tartani a megfelelő helyzetet, a helyes feltételt és a helyénvaló véleményt pillanatról pillanatra. Ez a világbéke; már megmentettél minden érző lényt.

Tehát, hogyan vágysz el minden gondolatot? Már megkérdeztem tőled egyszer: *Mi vagy te?* Ha nem tudod, akkor csak menj egyenesen a nemtudom útján.

A következő: hogyan tartod meg a nemtudom tudatot pillanatról pillanatra? Csak próbáld, próbáld és próbáld. A zen központban mindennap leborulunk, énekelünk, ülünk, és együtt dolgozunk. Néha jöngmengdzsondzsint rendezünk, máskor kídót. Ezek a cselekedetek segítenek nekünk abban, hogy pillanatról pillanatra gyakoroljunk: *mit csinálsz most?* Ha a tudatod nem tiszta, akkor ne tartsd fenn az elképzeléseidet; csak a nemtudomot. A vágy-gondolkodásod, a düh-gondolkodásod és a tudatlan-gondolkodásod lassan eltűnnek, és a nemtudom tudatod megerősödik és tisztává válik.

Ezért, amikor ülsz, csak ülj. Amikor énekel, csak énekelj. Amikor leborulsz, csak borulj le. Ez nagyon fontos. Ha eszerint gyakorolsz, akkor, amikor másokat tanítasz, csak tanítasz. Csak tanítasz; csak segítesz rajtuk. Ne aggódj, hogy értik-e vagy sem, csak próbáld. Ha százszázalékosan próbálsz, akkor a tanításod tökéletes és a tudatod-világossága megvilágítja őket. Egy napon meg fogják érteni a szavaidat.

Tehát, ne aggódj – csak próbáld. A próbálkozás jobb mint egy zen mester, jobb mint a Buddha, jobb mint az Isten. Az a nagy szeretet, a nagy együttérzés, és a nagy bódhiszattva út. Ne ellenőrizd az érzéseidet; ne ellenőrizd a tudatodat; ne ellenőrizd az értésedet; ne ellenőrizd a külvilágot. Akkor nincs belül, nincs kívül, nincs én, nincs te, nincsenek ők: egy vagy a helyzeteddel. Ez nagyon fontos.

Remélem, hogy csak mész egyenesen a nemtudom útján; megtartod azt a tudatot, amely tiszta mint a tér, eléred a megvilágosodást, és megóvsz minden érző lényt a szenvedéstől.

A Dharmában Szung Szán zen mester

Az ember útja

KEDVES SZUNG SZÁN ZEN MESTER!

Nem hiszem, hogy ismer engem, mivel én is csak néhányszor láttam Önt. Múlt nyáron részt vettem egy kidón, amit Ön vezetett. Remélem, hogy tud nekem segíteni néhány jó tanáccsal.

Múlt hónapban a húgom, Pam nagyon furcsa és magányos módon életét veszette. Családom karmája bonyolult, fájdalommal és zűrzavarral teli. Pam másfél évvel ezelőtt csípőtől lefelé megbénult. Megpróbált öngyilkosságot elkövetni oly módon, hogy leugrott az erkélyről, aminek következtében három helyen eltört a gerince. Nem tudom visszatartani a könnyeimet, miközben erről írok. Habár régebben is közel állt hozzám, ezek után ez csak erősödött. Sokszor meglátogattam Texasban, beszélgetünk, sok levelet váltottunk. Nagyon szerettem. Aranyból volt a szíve, tele volt szeretettel és kereséssel. Aztán múlt hónapban hirtelen kocsiba szállt (volt egy speciális autója, amit tudott vezetni), és útnak indult. Eljutott egészen Észak-Texasig, kétszer felhívta édesanyánkat, aztán napokra nyoma veszett. Végül a rendőrök találtak rá az erdőben. Megpróbált kiszállni az autóból és átülni a tolókokcijába, de a földre zuhant. Elvonszolta magát

a fák közé, tüzet rakott és ott halt meg – talán a hidegtől és az éhezéstől.

Számomra az utóbbi néhány év állandó küszködést jelentett, kétszer voltam elmegyógyintézetben, és az elmúlt három év egy utazás volt, vissza a normális tudatállapot felé. Ez az egész azért olyan szörnyűséges nekem, mert pont akkor távozott el, amikor kezdtem tényleg megerősödni azért, hogy valóban segíthessek rajta. Emellett azt hiszem, rengeteg fájdalommal és haraggal a szívemben halt meg.

Jelenleg hamvait az oltáromon őrzöm, és erős energiát érzek vele kapcsolatban. Két dolgot szeretnék Öntől kérdezni. Az első az, hogy mit tehetek érte? Amikor a zen-ülést gyakorolom, próbálok őt megtalálni. Mindig ő jár az eszemben – néha úgy tűnik, mintha érezném, hogy szenved –, minden éjjel éneklek, de ez nem elég. Olyannyira szeretném újra látni, holott tudom, hogy ez lehetetlen, szeretnék neki segíteni, akárhol is van, elérni valahogy, és megbizonyosodni arról, hogy nem szenved.

A másik kérdésem az, hogy miképpen tudnám megtisztítani magamat és a családomat, amikor ennyi nehézség van jelen. Én csupán kezdő vagyok a szellemi úton – részben abba örültem bele, hogy azt gondoltam, mennyire rossz ember is vagyok. Most már valamennyire másképpen gondolkodom, de szeretném, ha mondana valamit arról a karmáról, ami ennyi szenvedést és boldogtalanságot rejt magában.

Nagyon hálás leszek minden egyes szóért, amit nekem küld. Miközben ezt a levelet írom, könnyek törnek föl belőlem, a bánat és a vágy könnyei, az arra való vágyé, hogy szeretet tudjak hozni oda, ahol oly sok a fájdalom.

Kanzeonban Sheila

KEDVES SHEILA!

Köszönöm leveledet. Hogy vagy? Elolvastam amit írtál, és én is nagyon szomorú lettem. Megértem a tudatodat, és megértem a gondolataidat a húgoddal kapcsolatban. Megértem az iránta érzett szeretetedet. Nagyon erős karma kapcsol össze benneteket, ugyanaz a karma. Amikor ő meghal, a tudatod is meghal.

De mindez csak érzelem. Ha ragaszkodsz az érzéseidhez, akkor nem fogsz tudni neki segíteni. De magadon, és a családon sem. Engedd el az érzéseidet! Meg kell találnod a megfelelő utadat, akkor a tudatod megvilágítja a húgodat és a családot. Akkor a következő életben ez a szomorúság nem jelenik majd meg. Ha ragaszkodsz ezekhez a keserű érzésekhez, akkor a következő életedben ugyanezek fognak gyötörni.

Mindennek van egy elsődleges oka és eredménye. Egy múltbeli életben elkövetett tett eredménye ebben az életben mutatkozik meg. Ha ebben az életedben nem hagyod eltűnni ezt az érzést, akkor elsődleges okká válik, és a következő életedben ismét ugyanarra az eredményre vezet. Ezt nevezik számszárának. Sokan nem értik ezt, ezért ragaszkodnak az eredményekhez. Eből kifolyólag, amikor nagyon elkeserednek és sírnak, szenvedést tapasztalnak.

Ha megérted a karmát, akkor nem fogsz ragaszkodni az eredményhez, így a tudatod nem lesz szűk és szenvedéssel teli. Amikor itt van a sírás ideje, csak sírj. Amikor vége, akkor vége. Meg kell tartanod a tiszta tudatot. Akkor tiszta, jó karmát fogsz létrehozni.

Ezért hát ne ragaszkodj az érzéseidhez, ne hozz létre semmit és ne ragaszkodj semmihez. Tedd mindezt félre! Akkor tudatod kitisztul, és fénye mindent megvilágít majd. Ezt nevezik Dharma-energiának. A tudatod megvilágítja a húgodat és a családod

többi tagját. Így az elsődleges ok eltűnik, és a szomorúság többé nem jelenik meg.

Üres kézzel jössz, üres kézzel távozol.

Ilyen az ember.

Honnan jöttél, mikor megszületted?

Hová mész, mikor meghalsz?

Az élet olyan, mint a felhő, amelyik épp megjelenik.

A halál olyan, mint a felhő, amelyik épp eltűnik.

Élet és halál. A jövés és a menés éppen ilyenek.

De mégis van egy dolog, ami mindig tiszta marad.

Ez az egyszerű és tiszta nem függ élettől és haláltól.

Mégis, mi ez, ami egyszerű és tiszta?

Ezt az igazi ént kell elérned, ami nem függ élettől és haláltól, ami örökké világos és tiszta marad. Akkor meglátod majd hűgöd valódi arcát, és megmented magad, őt, és az egész családot.

Ha nem látod ezt az egyszerű és tiszta dolgot, akkor csak menj egyenesen a nem-tudom útján. Engedj el mindent! Csak próbáld, próbáld, próbáld tízezer éven át, megállás nélkül! Ez nagyon fontos.

Azt írtad, hogy elmegyógyintézetben voltál. Ez nagyon nehéz. Amikor egyedül vagy, nagyon nehéznek bizonyulhat a tudatod irányítása és a gyakorlás. Számodra a legjobb az, ha elmész egy zen központba, mert a többiekkel együtt való gyakorlás nagyon fontos. Amikor együtt borultok le, együtt ültök, együtt esztek, együtt énekeltek és másokkal együtt tevékenykedtek, mindenki segíteni fog rossz karmád kontrollálásában. Akkor könnyű lesz teljesen félretenni a véleményedet, a körülményeidet és a helyzetet.

A jó és a rossz a te valódi tanítóid. Ha azonban egyedül vagy,

nem érted meg a jót és a rosszat. Nem vagy képes látni a rossz karmádat. Így rossz karmád állandóan irányít, és a problémád nem szűnik meg egy pillanatra sem. Ha azt akarod, hogy rossz karmád eltűnjön, kérlek gyere el egy zen központba.

Kérdezed, hogyan segíthetsz a húgodon. Erről már írtam, de ha valami különleges dologra vágysz, a buddhizmusban van egy mantra, amit a halottakért szoktak énekelni: a Dzsi Dzsáng Bó-szál mantra. Próbáld meg naponta háromezerszer elrecitálni ezt a mantrát negyvenkilenc napon keresztül. Akkor a húgod jó testben fog újraszületni.

Remélem, hogy csak mész egyenesen a nemtudom útján; nem ellenőrzöd az érzéseidet, a tudatodat, vagy a megértésedet, megtalálod az igazi utat, és megóvod a húgodat, a családot, és az érző lényeket a szenvedéstől.

A Dharmában Szung Szán zen mester

Ezen a világon mindeki őrült

KEDVES SZONSZÁNYIM!

Lenne egy kérdésem Önhöz. Minden nap őrült kisgyerekekkel dolgozom, akik üvöltének, disznóságokat kiabálnak, és nagyon önpusztítóak. Az egyik kislány még harapdálja is a kezét, hogy fájdalmat okozzon saját magának. Van egy elképzelés, amely szerint ezt a betegséget az okozza, hogy ezeket a személyeket megszállta egy halott szelleme.

Igaz ez? Hogyan segíthetek rajtuk?

Szeretettel Marge

KEDVES MARGE!

Szia. Hogy vagy?

A leveledben őrült gyerekekről írtál, és egy őrült kislányról, akikkel dolgozol. Ez a kislány olyan, mint a molylepke, ami be-lerepül a tűzbe, megég és elpusztul. Ezen a világon mindenki hasonlít egy kicsit ehhez, tehát mindenki őrült.

Az egyik tanítványom egy zsidó szociális otthonban dolgozik. Néhány nappal ezelőtt egy férfi gyújtogatott az épületben. Amikor a rendőrök megérkeztek, megkérdezték az illetőt, hogy miért okozott tüzet. Azt felelte, hogy nem szereti ezt a helyet. A rendőrök ellenőrizték a férfi nyilvántartási lapját, és kiderült, hogy már számos tüzet okozott, minden esetben zsidó tulajdonban lévő üzletekben. Amikor ennek az okáról kérdezték, így válaszolt: „Nem tudom, miért nem szeretem a zsidókat. Egyszerűen csak gyújtogatok.” Ez az őrülség.

A gyerekek, akikkel dolgozol, és ez a férfi egyaránt olyanok, mint a molylepke – erősen ragaszkodnak valamihez, ezért újra és újra ugyanazt csinálják anélkül, hogy tudnák az okát. Az a tudat,

ami csak egy szűk ösvényen halad, őrülnék tekinthető. Ha valakinek egy kicsit tágabb a tudata, az nem annyira őrülnék. Ha még tágasabb, akkor csak néha őrülnék egy kicsit. Ha a tudatod tiszta, mint a tér, akkor teljesen normális vagy.

Amikor az emberek ragaszkodnak a gondolataikhoz és követik azokat, akkor a szokásaik uralkodnak felettük, és ugyanazt a tettet követik el újra és újra, így teremtve szenvedést önmaguk számára. Ha ragaszkodsz a véleményedhez, a körülményeidhez és a helyzetedhez, akkor te is olyan vagy, mint a molylepke. Ha meghaladod a véleményedet, a körülményeidet és a helyzetedet, akkor megszűnik az élet és a halál.

Hogyan tarthatod fenn minden pillanatban a megfelelő helyzetedet? Más szóval, hogyan segíthetsz másokon? Ha valaki éhes, mit teszel? Ha valaki megüti magát, mit teszel? Már érted. Ne ellenőrizd az érzéseidet; ne ellenőrizd a tudatodat; ne ellenőrizz semmit – csak segíts az érző lényeken. Ha minden gondolkodást elvágsz, és fenntartod a *Hogyan segíthetnék?* tudatot, akkor a megfelelő cselekvés megjelenik. Ez a nagy szeretet, a nagy együttérzés és a nagy bódhiszattva út. Ez a mi valódi feladatunk. Ha ragaszkodsz a véleményedhez, a körülményeidhez és a helyzetedhez, akkor ellentétpárokat hozol létre – *én és ő* – és akkor nem fogsz tudni segíteni az embereknek.

Ha nem hozol létre semmit és nem ragaszkodsz semmihez, akkor a tudatod teljes. Nincs alany és nincs tárgy. A belül és a kívül eggyé válik. Minden úgy igaz, ahogy van. Akkor a mindennapi életed lesz az igazság, a pillanatról pillanatra való helyzeted megfelelő lesz, és már megmentetted az összes érző lényt a szenvedéstől. Ha ezt a tudatot tartod, tudni fogod, hogyan segíts az őrülnék kislányon és a többi gyereken, akikkel dolgozol.

Remélem, csak méysz egyenesen a nem-tudom útján, megtar-

ted a nagy bódhizattva fogadalmat, eléred a megvilágosodást és megóvsz minden érző lényt a szenvedéstől.

A Dharmában Szung Szán zen mester

Együtt válunk buddhákká

Kérdező: Nemrégiben Indiában jártam, s akárhová mentem, mindenütt ugyanazt láttam: éhségtől szenvedő embereket. Segíteni akartam nekik, de nem volt semmi, amit odaadhattam volna, olyan sokan voltak és oly nagy volt a szenvedés. Rájöttem arra, hogy nem tehetek semmit.

Szung Szán zen mester: Neked mindened megvan. Te azt mondd, nincs semmi, s ez nem helyes. Nem érted önmagad, s ezért mondd, hogy nincs semmi.

Kérdező: De nem volt semmi, amit odaadhattam volna nekik.

Szung Szán zen mester: Te a külvilághoz ragaszkodsz, s nem érted a bensődöt. Odakint nincs semmi, de idebent mindened megvan. Ha nincs semmi, amit a világban adhatnál nekik, akkor akárhová mész, csinálj leborulásokot és recitáld a Kvánszémum Bószál mantrát. És tartsd a tudatodban: *Képes vagyok rá!* Akkor ez segít másokon, s segít rajtad is. Ez benned is megvan, ugye?

Minden az elsődleges okból, feltételből és következményből történik. A világunknak van egy problémája... Erre a buddhizmus azt mondja, ez a szenvedés világa. Tehát a probléma az, hogy az Egyesült Államokban nekünk sok ennivalónk van. És

mindennap sok ételt dobunk a szemétkbe. Ugyanez a helyzet Koreában is. De Indiában nincs elég enivaló. A világ nincs egyensúlyban. Ki hozta létre ezt? Az emberiség.

Manapság túl sokan vagyunk. És az emberek sok rosszat csinálnak. Például, leölik az állatokat és megeszik a húsukat. Az ok és okozat nagyon úszta. Minden szenvedés az ok és okozatból jön. Ha két vallás egymással harcol, mint például a hinduizmus és az iszlám, akkor sokakat megölnék. S ezek az emberek újra megjelennek. A szenvedés körbe-körbe jár. Minden az elsődleges okból, feltételből és következményből fakad.

Kérdő: Most Boszniában harcok folynak. Egy ilyen helyzetben elég, ha csak gyakorolunk, vagy esetleg többet is tehetünk?

Szung Szán zen mester: Egy macska és egy kutya verekszik előtted. Mit teszel?

Kérdő: (szétválasztja őket egymástól)

Szung Szán zen mester: Helyes. De Boszniában nem tudod ezt megtenni, mert nincs elég erőd hozzá. Ha nincs erőd, akkor mit teszel? Buddha azt tanítja nekünk, hogyha nincs elég erőnk, akkor nyerjük erőt Buddha erejéből. Mindennap énekelheted a Kvánszäum Bószál mantrát ezért az országért. Ha mindennap egy órán keresztül énekel, akkor megjelenik az erőd. Ez nagyon fontos, mert a Kvánszäum Bószál energia a teljesség energiája. Az egymással harcban állók energiája az ellentétben álló energia. A teljesség energiája megvilágítja az egyéni tudatodat. Érted? Ez segít ezen a világon. Tehát, mi a munkánk?

A mi munkánk az, hogy keményen gyakoroljunk és felfogjuk ezt a világot. Az emberiség sokkal többet ártott ennek a földnek, mint más létezők. Hogyan segítünk? Az egyéni tudatunknak és a szenvedő lények egyéni tudatának találkozniuk kell. Akkor tudunk segíteni. Ha magadért gyakorolsz, akkor a gyakorlásod helytelen. A mi gyakorlásunk azt jelenti, hogy érjük el

az igazi énünket. Az igazi énünk elérése a nagy szeretetet, a nagy együttérzést és a nagy bódhiszartva utat jelenti. Más szavakkal, pillanatról pillanatra tartsd fenn a megfelelő helyzetet, a helyes hozzáállást és a helyes cselekedetet. Ha nincs elég pénzünk, hogy segítsünk, akkor énekeljünk értük. Recitáljuk el a Kvánzélium Bószál mantrát sokszor és mondjuk el ezt a szöveget: „Kérlek, szabadítsd meg az összes szenvedő embert és állatot a szenvedésüktől, és akkor egy napon, együtt válunk buddhákká.” Ez a mi irányvételünk. Ez az irányvétel sosem ér véget, életről életre tart. Ez a mi nagy fogadalmunk. Tehát, ha szenvedő lényt látunk, akkor énekelünk érte. Ez a mi munkánk. Rendben van?

A betegség segít

Nem a fizikai testünk az igazi természetünk. Mi az igazi természetünk, az igazi énünk? Mindenkinek meg kell találnia az igazi énjét. Ha megleled a választ az előbbi kérdésre, akkor megszabadulsz a szenvedéstől, és szabad leszel életől és haláltól.

Ne aggódj a betegséged miatt. Mindenki amiatt aggódik, hogy mi fog történni a testével. De van valami, ami mindenkinél más, ez pedig a halál pillanata: egyesek fiatalon, korán elmennek közülünk, mások pedig sokáig élnek. Tehát, még egyszer megkérdezem: *Mi az ember?* Rá kell, hogy jöjj! És akkor, amikor meghalsz, az irányvételed tiszta lesz.

Vannak emberek, akik erősek, nagyon gyorsak és tele vannak energiával. De, ha az életük irányvétele nem tiszta, akkor, amikor meghalnak, az egyéni tudatuk körbe-körbe halad.

Élni, életben lenni nagy szerencse. Meg kell találnod a mesteredet. Kérdezd meg magadtól: *Ki az én mesterem?* Ha megleled a mestered, akkor a test elmúlása nem okoz problémát neked. Ne aggódj az élet és a halál miatt. Ez a test olyan, mint egy felhő, amelyik megjelenik és eltűnik. Mi vagy te?

Nem számít, milyen betegségben szenvedsz, ugyanis az igazi természetednek nincs betegsége. Egyedül csak a fizikai tested betegszik meg. Mindenféle betegség segíti a gyakorlásodat. Betegség nélkül csak többet és többet akarnál, többre és többre vágynál. Tehát, ha nem érted az igazi természetedet, akkor az irányvételéd nem tiszta. Amikor meghalsz, nagy problémád lesz.

Nagyon fontos tudni, hogy haldokolsz. Egy haldoklónak nagyon könnyű letenni mindent. Neki a vágyakozást és a ragaszkodást könnyű meghaladni, hiszen nem tud elérni semmit sem. Most beteg vagy. Mit akarsz? Pénzt? Erőikát? Erőt? Mit akarsz? Amikor tudod, hogy haldokolsz, akkor a legkönnyebb út számodra az igazi természeted meglelése. Tehát, azt mondom, hogy a betegség segít az igazi természetednek.

A családi karma

Egy napon Szung Szán zen mester a Szöul Nemzetközi Zen Központban tartott beszédet. Valaki megkérdezte tőle:

– Nemrégiben láttam egy kalligráfiát Önnél az Egyesült Államokban. A kalligráfián ez állt: „Szabadság a családi karmától.” Mit jelent ez? Miért fontos ez?

Szung Szán zen mester így válaszolt:

– A család alapja az érzelem. Az érzelmi kapcsolatok hozzák létre a családot. De az érzelem és a szeretet különbözik egymástól. Az érzelem ellentétes érzeteket jelent: szeretem vagy nem szeretem, jó vagy rossz, enyém vagy tiéd. A szeretet azt jelenti, hogy nincsenek ellentétek, csak az adományozás, az adás van mindenkor.

Az agyunkkal értjük meg a dolgokat, az érzelmek a szívünk-ből fakadnak. A központunk – tantien – a köldök alatt található. Ha minden energiádat ott összpontosítod, akkor képes leszel rendszerezni a megértéseidet és az érzelmeidet. Az érzelmeid akkor nagy szeretetté és nagy együttérzéssé válnak. Valamint a megértéseid akkor bölcsességgé lesznek. Tehát, amikor a központod erőssé válik, akkor képes leszel uralni az érzeteidet, a feltevételedet és a helyzetedet. Amikor ezek tisztává válnak, akkor megjelenik az igazi munkánk: segíteni az érző lényeken. Ez a nagy bódhiszattva út.

Ko Bong zen mester élettörténete

Ko Bong zen mester 1890. szeptember 29-én született Kjongbug megye Tegu városában. Buddhista nevéül a Kjongug nevet, zen mester nevéül a Ko Bong nevet kapta. Gyermekkorától fogva bölcs volt. Tizenöt éves koráig már kiolvasta és tökéletesen megértette a négy klasszikus kínai könyvet és a három ősi szentíratot.

1911-ben Szángdzsuban a Námdzsáng kolostorban tanítójául Hjé Bong zen mestert kapta. Négy évvel később, 1915 áprilisában buddhista papnak avatták fel, majd amikor a Pálgonghegy Pádjé kolostor-szentély kertjében sziklákon zen-meditációban ült, hirtelen elérte a megvilágosodást.

Azután bejárta az egész országot, miközben zen-tanulmányokat folytatott Buddha tanításának szellemében.

1922-ben a Csonghjé kolostorban Mán Gong zen mester tanítványa lett. Azután Hjé Vol zen mestert is kíséerte. Széles baráti körével, Küm Bong, Jong Üm, Un Bong, Szog U, Hjé Ám, Csun Szong, Cson Káng és más szerzetesekkel együtt aszketikus gyakorlatokat végeztek, és az evéstől is tartózkodtak.

Ko Bong Küm Bong szerzetessel együtt Mán Gong zen mestertől kapták meg a Tánt. Azután mindketten fehér papíron péniszt rajzoltak, mire Mán Gong zen mester lábikrán ütötte őket, majd megadta nekik az engedélyt a tanításhoz. Igazán nagy emberek találkozása volt ez.

Hogy Ko Bong és Mán Gong zen mester között milyen mély barátság volt, azt jól érzékelteti az a történet, amely arról mesél, amikor Ko Bong Mán Gong zen mesternél, a Csonghjé kolostorban tartózkodott.

„Akkoriban ott sok zen szerzetes élt, s így sok étel fogyott el. A szerzetesek mind elmentek koldulni, hogy a napi háromszori

étkezéshez megszerezzék a betevő falatokat. Több mint tíz nappal később a szerzetesek egytől egyig visszatértek a hegyi kolostorba. Ko Bong ugyan nem kapott rizst, mégis büszkén visszatért egy számmal. Majd megkérte Mán Gong zen mestert, hogy fizesse ki a kölcsönkért szamarat.

Mán Gong zen mester meghökkenve így szólt:

– Hol a rizs? Visszajöttél pénz nélkül, és még van pofád arra kérni, hogy fizessem ki a szamarat?!

– Amit koldultam, azt mind odaadtam a szegény embereknek – válaszolta Ko Bong. – Mivel tizenöt napon át másutt voltam, ezért egy csomó ételt és pénzt takarítottam meg, amit ha itt maradtam volna, biztosan elhasználtam volna. Ha kifizelnéd a szamar árát, mindenki jól járna.

Mán Gong zen mester felnevetett és így szólt:

– Nem hétköznapi ember vagy, hanem kiváló!”

E történet alapján azt mondhatjuk, hogy Ko Bong a mindennapokban különleges ember volt. Ezt támasztja alá a következő anekdota is, amely Hjú Vol zen mesternél játszódott.

„Jáng-hegy Nevon kolostorában történt. Hjú Vol zen mester az összes szerzetest mozgósította, hogy a terméketlen talajt tegyék termővé. A szerzeteseket kemény munkára kényszerítették, miközben étkeztetésüket elhanyagolták.

Egy napon Hjú Vol zen mester elment a kolostorból. Akkor Ko Bong néhány zen szerzetessel együtt elhagyta a kolostor területét, és elmentek a piacra, ahol eladták a kolostor tehenét. A pénzen pálinkát vettek és ittak, a maradék pénzből finom ételt kértek a tulajdonostól. A többi szerzetest is ellátták bőségesen étellel.

Néhány nappal később Hjú Vol zen mester visszatért. Nem látta a tehenet sehhol.

– Ki vitte el a tehenemet?

Majd keresésére indult. A szerzetesek úgy megijedtek, hogy nem tudtak megszólalni. Ko Bong hirtelen levette a ruháját, majd belépett a zen mester szobájába, és a borjú hangját utánozva ide-oda mászkált. Híjé Vol zen mester ekkor már tudta, hogy Ko Bong lopta el a tehenet. Csupaszh valagára sózott, és így szólt:

– Tehenem nem borjú volt, hanem apa vagy anya tehen.

Ezután kikergette Ko Bongot a szobájából. Később is nagyon jó barátságban voltak.”

A következő anekdota is nagyon híres.

„Egyszer Ko Bong egyik szerzetestársával, Tán Onggal együtt a Kümgáng-hegyen tartózkodott, s mire eljött a hosszú nyári monszun ideje, addigra sajnos elfogyott az ennivalójuk. Csupán egyetlen maréknyi rizsük maradt, ezért megállapodtak abban, hogy körülbelül egy hétig nem esznek semmit sem, majd amikor a monszun véget ér, és az áradat a völgybe ömlik, rizslevest főznek, utána lemennek a nagy templomba. Bár odafigyeltek egymásra, mégsem jutott eszükbe, hogy levest főzzenek. Tán Ong végül képtelen volt elviselni az éhséget, és így szólt:

– Ha ez így megy tovább, mindketten éhen halunk.

Majd megfőzte a rizslevest. Mihelyt megették, Tán Ong nyomban morogni kezdett:

– Az lett volna a megoldás, ha mindketten éhen halunk?

Ko Bong így válaszolt:

– Mi van, fiam, félsz a haláltól? Nekem valójában azért nincs életem vagy halálom, mert nem érdekel, hogy élek-e vagy halok.

Erre mindketten jót nevettek.”

Általában az összes nagy zen mester a nincs-tudatot valamint az egyszerű és tiszta tudatot együtt valósította meg.

Ko Bong zen mester világi buddhistáknak mindig szívesen adott tanítást. Az, hogy Hvágjészában, az ország szívében a világi buddhizmus nagy mértékben elterjedt, Ko Bong rendkívüli

tanításának volt köszönhető. Manapság közösségeket a *Bódhidharma közösség*nek nevezik. Itt az első egybehívott világi buddhisták mind Ko Bong zen mester tanítványai voltak. Például Jon Ho Goszá (Dzson Pjong Il) a *Bódhidharma közösség* vezetője és volt igazságügyi miniszter, Szong Dong Goszá (I Csáng Ho) a *Bódhidharma közösség* volt vezetője, valamint Hvál Jon Goszá (Kim Szüng Te). A *Bódhidharma gyülekezet* huszónhét fővel indult útjára, s 1957-ben a Művelődési Minisztériumban az ország legelső világi buddhista közösségeként jegyezték be. A gyülekezetben sok ügyvéd és bíró van, s jelenleg Pák Von Szo vezeti a gyülekezetet, aki egyben ügyvéd is.

Ko Bong zen mester Csonghjászában Pongámszá mestereként sok tanítványnak adott zen tanítást, és a koreai háború után Kongdzsu Undzsong remeteségben, Ászán Pongjog kolostorban, Tedzson Pogdzson remeteségben, valamint Szöul M'íta kolostorban mesterként dolgozott.

Ko Bong zen mester mindenkinél jobban szerette a hazáját. Amikor a kínai Sanghájban volt, titokban segítette a nemzeti függetlenségi harcosokat. Mindig nagyon sajnálta az otthontalanokat. Miután a japán rendőrség leleplezte őt, körülbelül egy évig börtönben volt.

Ko Bong zen mester tanítványainak mindig konganokat adott fel, és azt kérte tőlük, hogy azokat és önmagukat a zen meditáción keresztül haladják meg. Valamint mindig a transzcendentális tudat megélését hangsúlyozta, és azt, hogy önmaguk bensőjét ezen keresztül tisztítsák meg.

Amikor tanítványai megkeresték és a tanításról kérdezték, ő így válaszolt:

– Miért nem magatokba néztek? Miért keresitek Buddhát máshol?

Azt is tanította, hogy a Dharmát szívünkben, bensőnkben

keressük. Valamint azt is mondta az őt meglátogató tanítványainak, akiknek fájt a szívük:

– Azért fáj a szívetek, mert bonyolítjátok az életet.

Az egyik napon egy világi tanítvány megkérdezte:

– Zen mester, miért nincs megvilágosodási verse?

– Valójában a Dharmát a nincs-Dharmán keresztül éred el, nos van-e vagy nincs meghatározott Dharma? – felelte Ko Bong.

Ko Bong zen mester 1961. augusztus 19-én egybehívott tanítványai előtt, Szongbug kerület Hvágjészá kolostorban megtért a nirvánába. Hetvenkét éves korában halt meg, ötvenegy évnyi zen szerzetesi élet után.

A Gyémánt páramitá

Miután Ko Bong zen mester elfoglalta helyét a szószékben, felmutatta a zen botját és így szólt:

– Belül világos, kívül világos, mindenütt világos, mi ez?

Mindenki hallgatott. Ko Bong zen mester így folytatta:

– Ez a Gyémánt páramitá.

Letette a zen botját, és tovább beszélt:

– Amikor az arany a föld mélyén van, akkor világos. Ha a forró kemencébe teszed, akkor is világos. Miután kivessed a kemencéből, még mindig világos. Mielőtt betetted a kemencébe, semmire sem lehetett használni. Mikor a kemence mélyén volt, akkor sem. De miután kivetted a kemencéből, sok mindent tudál készíteni belőle: gyűrűt, fülbevalót vagy hajtút.

Akkor mi a kemence? A kemence az adás, az erény, a

türelem, a gyakorlás, a meditáció és a bölcsesség. Amikor adsz valamit, legyen az szellemi vagy anyagi jellegű segítség, ne tegyél különbséget az alany és a tárgy, a férfi és a nő, a fiatal és az öreg között. Felejtsd el ezt a fajta gondolkodást. Felejtsd el ezt a három dolgot: én, te és adás.

A következő, amiről beszélek, az erény. Akár adsz vagy kapsz, csak tedd azt, ami a helyes, és akkor a jó és a rossz tisztává válik. Akkor a tiszta cselekedeted *megöli* a jót és a rosszat. De ne ragaszkodj a jóhoz és a rosszhoz. Ez az erény páramitá.

Ha valami kellemetlenség ér, akkor légy türelmes és elnéző. A türelem-tudat boldoggá tesz. Akkor a bensődben büszkeséget érzel és megerősödik próbálkozó tudatod. Ez a türelem páramitá. A büszkeség olyan, mint egy művirág, amelynek nincsen gyökere – szabadon jön és megy. Egyedül attól félj, nehogy elmerülj a megbocsátásban.

Ha mindig különbséget teszel az emberek és a tárgyak között, de a tudatod nem mozdul rá semmire sem, akkor ez a meditáció páramitá.

Ha valami jön, ne légy boldog. Ha valami elmegy, ne légy szomorú. Amikor sírsz, csak sírj. Amikor nevelsz, csak nevelj. A dolgok megteremtődnek, léteznek, elmúlnak és végül ürességé válnak. Az érzelmek megváltoznak, a boldogságból szomorúság, az örömből harag lesz. Az országok megjelennek és virágoznak, majd hanyatlásnak indulnak és végül eltűnnek a föld színéről. Ha ezt ragaszkodás nélkül szemléled, tapasztalod, akkor ez a bölcsesség páramitá.

A nap az égen van, akár tiszta az égbolt, akár felhős. Az arany arany, akár a föld mélyén van, akár a kemencében, vagy a kezében. A Gyémánt páramitá olyan, mint ez – nem függ élettől és haláltól, jövőstől vagy menéstől, időtől vagy tértől. Nos, látod a Gyémánt páramitát, vagy nem? Ha látod, akkor harminc ütést

adok neked. Ha nem látod, akkor is harminc ütést adok. Nos, mit teszel?

Hatszor hat az harminchat.

Ko Bong zen mester lelépett a szószékről.

Hogyan meditáljunk?

Ko Bong zen mester egyszer azt mondta:

– Három méreg van: a mohóság, a düh és a tudatlanság. Ha leteszed ezeket, akkor a buddha-természeted olyan lesz, mint a tiszta tükör, mint az áttetsző jég, mint az őszi ég vagy akár az átlátszó tó. A világmindenség a bensődből fakad. (Amikor ezt megtapasztalod), akkor a tested és a tudatod megnyugszik, és megbékülsz. Szíved üde lesz, akár az őszi szellő. Ha eléred ezt a szintet, akkor félig már zen szerzetes vagy. De, ha megelepszel ezzel, akkor még nincs tudomásod a buddhák és a pátriárkák útjáról. Ez nagy hiba, mert a démonok hamar odújukba vonszolnak.

A meditáció nem különleges. Csak tartsd fenn az erős gyakorló tudatot. Ha meg akarsz szabadulni a megkülönböztető gondolkodástól, és el akarod érni a megvilágosodást, akkor is hibázol. Haladd meg ezt a fajta gondolkodást. Csak tartsd fenn az erős tudatot és gyakorlást. Akkor fokozatosan belépsz a csakcsinálj kapuján.

Mindenki meditálni akar, mégis sokan a gyógy módok és betegségek jegyében gondolkodnak felőle. Ne félj attól, hogy amit gondolsz, az olyan, mint egy betegség. Egyedül attól félj,

nehogy túl lassan haladjál. Egy napon el fogod érni a megvilágosodást.

Csak menj át a tűzön!

Ko Bong zen mester szónoki székében ült, háromszor ütött a zen botjával, és így szólt:

– Az összes kiváló zen mester a világmindenség egy pontjáról tanít. De ez a pont nem látható vagy hallható, nincs neve és nincs formája, tehát amikor kinyitják a szájukat, nagyot hibáznak. Hogyan tudnád kijavítani ezeknek a kiváló zen mestereknek a tanítását? Ha ki akarod őket javítani, akkor ne ellenőrizd a jót és a rosszat, ne ragaszkodj az élethez és a halálhoz, tedd le véleményedet és feltételedet. Csak menj egyenesen át a tomboló tűzön, és valósítsd meg a nincs-formát és a nincs-ürességet. Akkor majd a fakakas kukorékolására ébredsz fel.

Felmutatta botját és megkérdezte:

– Látod?

Az asztalra ütött.

– Hallod?

Várt egy picikét, majd megkérdezte:

– Megtaláltad az igazi arcodat? Hány szemed van?

Egy pillanatnyi hallgatás után egy KACU!-t kiáltott, majd így szólt:

– Nézd csak!

Szung Szán zen mester

Az ember útja

Üres kézzel jössz, üres kézzel távozol.

Ilyen az ember.

Honnan jöttél, mikor megszülettél?

Hová mész, mikor meghalsz?

Az élet olyan, mint a felhő, amelyik épp megjelenik.

A halál olyan, mint a felhő, amelyik épp eltűnik.

Élet és halál. A jövés és menés éppen ilyenek.

De mégis van egy dolog, ami mindig tiszta marad.

Ez az egyszerű és tiszta nem függ élettől és haláltól.

Mégis, mi ez, ami egyszerű és tiszta?

A négy évszak

Tavaszi virágok.

Nyári hűvös szellők.

Őszi levelek.

Téli fehér hó.

Kitaszít a világ?

Kitaszítom a világot?

A Dharma szobában fekszem.

Semmivel sem törődöm.

Fehér felhők úsznak az égen,
Tiszta víz folyik le a mélybe,
Szellő járja át a pagodát:
Egész életem az övék már.

A gyermekeknek

*Gyermekek Vasárnapi Buddhista Iskolája,
Hvágjészá kolostor, Szöul, 1981*

Tudarod Buddha
Tudatom Buddha
Buddha Buddhára néz
A tudat eltűnik.

Fenyőfa árnyéka alszik a tó tükrén
S víz soha nem érte még.
Kavics röptül a vízbe
S benne a fenyőfa tánra kél.

A Tan átadása Sákjamuni Buddhától

Szung Szán zen mesterig

Sákjamuni Buddha

INDIA

1. Mahákásjapa
2. Ánanda
3. Szanakavaszta
4. Upagupta
5. Dhritaka
6. Miccsaka
7. Vaszumitra
8. Buddhánandi
9. Buddhamitra
10. Parszva
11. Punjajaszasz
12. Asvaghósa
13. Kapimála
14. Nágárdzsuna
15. Kanadéva
16. Rábuláta
17. Szanghánandi
18. Gajaszata
19. Kumarata
20. Dzsajata
21. Vaszubandhu
22. Manórhita
23. Hاكلéna
24. Árjaszimha

25. Baszjaszita
26. Punjamitra
27. Pradzsnyátata
28. Bódhidharma

KÍNA

29. Huj-ko
30. Szeng-can
31. Tao-hszin
32. Hung-zsen
33. Hui-neng
34. Huj-zsang
35. Ma-cu Tao-ji
36. Paj-csang Huj-haj
37. Huang-po Hszü-jün
38. Lin-csi Ji-hszüan
39. Hszing-hua Cun-csiang
40. Nan-jüan Hui-jü
41. Feng-hszüeh Jen-csao
42. Sou-san Hszing-nien
43. Tai-cu Jüan-san
44. Cu-ming Csu-jüan
45. Jang-csi Fang-hui
46. Pai-jün Sou-tuan
47. Vu-cu Fa-jen
48. Huan-vu Ko-csin
49. Hszü-csiu Sao-lung

50. Jing-an Tan-hua
51. Mi-an Hszi-csich
52. Po-an Cu-hszien
53. Vu-csüan Sih-fan
54. Hszüeh-jen Hui-lang
55. Csi-an Cung-hszin
56. Sih-sih Csing-kung

KOREA

57. Te Ko
58. Hván Âm
59. Ku Gok
60. Bjok Gjë
61. Bjok Szong Dzsi Om
62. Bu Jong Rjong Kván
63. Csong Ho Hju Dzsong

64. Phjon Jáng On Gi
65. Phung Dám Vi Sim
66. Vol Dám Szol Dzsé
67. Hváng Szong Dzsi Ân
68. Ho Âm Csé Dzsong
69. Csong Bong Ko Ân
70. Jul Bong Csong Go
71. Küm Ho Bop Csom
72. Jong Âm Hjä On
73. Jong Vol Bong Rjul
74. Mán Hvá Bo Szon
75. Kjong Ho Szong U
76. Mán Gong Vol Mjon
77. Ko Bong Kjong Ug
78. Szung Szán Heng Von, *a*
Zen Kvan Um Iskola alapítója

Szung Szán zen mester örökösei

Szung Szán zen mester 1997. július 31-ig a következő tanítványainak adta át a Tant:

Soeng Hyang zen mester
Bo Mun zen mester
Su Bong zen mester (1943-1994)
Wu Bong zen mester
Wu Kwang zen mester
Dae Gak zen mester
Dae Kwang zen mester
Ji Bong zen mester

Szung Szán zen mester 1997. július 31-ig a következő tanítványainak adta meg az inkát:

Nancy Brown, JDPSN
Do Mun Sunim, JDPS
Mark Houghton, JDPSN
Jeff Kitzes, JDPSN
Dorota Krzyzanowska,
JDPSN
Stanley Lombardo, JDPSN
Jane McLaughlin, JDPSN
Grazyna Perl, JDPSN
Aleksandra Porter, JDPSN
Lincoln Rhodes, JDPSN
Hyang Um Sunim, JDPS
Kwang Myong Sunim, JDPS
Ken Kessel, JDPSN

William Brown, JDPSN
Heila Downey, JDPSN

A Zen Kvan Um Iskolájának főbb központjai

EGYESÜLT ÁLLAMOK

Cambridge Zen Center

199 Auburn Street
Cambridge, MA 02139
Office (617) 576-3229
Fax (617) 864-9025
Personal (617) 354-8281
cambzen@aol.com

Kwan Um Zen Community of Chicago

c/o Ron Kidd
550 West Grant Place, Unit
3A, Chicago, IL 60614
(312) 327-1695
ecutler@openport.com

Chogye International Zen Center of New York

400 East 14th Street, Apt. 2E
New York, NY 10009
(212) 353-0461
slkealy@aol.com

Cypress Tree Zen Center

P.O.Box 1856
Tallahassee, FL 32302

Lexington Zen Center

345 Jesselin Drive
Lexington, KY 40503
(606) 277-2438
daegak@aol.com

Providence Zen Center/ Diamond Hill Zen Monastery

99 Pound Road
Cumberland, RI 02864
Office (401) 658-1464
Fax (401) 658-1188
kwanumzen@aol.com
Residence (401) 658-2499

KANADA

Ontario Zen Center

c/o John Carducci
22 Oakmount Road, # 1514
Toronto, ON M6P 2M7
Canada
(416) 604-0534
Fax (416) 314-6202
wdsd@msn.com

FRANCIAORSZÁG

Centre Parisien de Zen – Kwan Um

35 Rue de Lyon
75012 Paris, France
(33) 1-44-87-0813
Fax (33) 1-44-87-0813
76673.2373@compuserve.com

LENGYELORSZÁG

Warsaw Zen Center

04-962 Warsaw Falenica
ul. Malowiejska 24 Poland
(48) 22-15-05-52
Personal (48) 22-15-04-00
kwanumzen@jantar.elektron.pl

MAGYARORSZÁG

Budapest Zen Center

levélcím: c/o Dobosy Antal
Árpád u. 8. VI. em. 156.
H-1215 Budapest, Hungary
(36) 1-276-1309
100324.1547@compuserve.com

Szeged Zen Center

levélcím: c/o Mészáros Tamás
6724 Szeged, Hungary
Makkoserdő sor 24
magyarz@everx.szbk.u-szeged.hu

Tatabánya Zen Center

levélcím: c/o Fodor György
2800 Tatabánya, Hungary
Komáromi út 37. IV. em. 8.
(36) 06-34-330-786

SPANYOLORSZÁG

Barcelona Zen Center

c/o Xavier Vidal
Passeig del Born No. 17 4o 2a
Barcelona, Spain
(34) 3-310-7022

Palma Zen Center

c/o San Felio 6
07012 Palma de Mallorca
Spain
(34) 971-728-981

NÉMETORSZÁG

Zen Zentrum Berlin

Turiner Str. 5
13347 Berlin, Germany
(49) 30-456-7275
Fax (49) 30-892-2374

AUSZTRIA

Vienna Zen Group

Koreanische Zengemeinschaft
Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16

A-1010 Wien, Austria
(43) 1-512-37-19
Fax (43) 1-512-37-19

SVÁJC
Zurich Zen Group
c/o René Bucher
Bahnhofstr. 21
CH-8703 Ehrlenbach
Switzerland
(41) 1-391-9922
(41) 1-391-8680

BELGIUM
Brussels Zen Center
c/o Koen Vermeulen
A. Rodenbachlaan 14
1850 Grimbergen, Belgium
(32) 2-270-0125
Fax (32) 2-640-9044

JUGOSZLÁVIA
Beograd Zen Center
Radica Petrovica St. 23
Zemun, Yugoslavia

SZLOVÁKIA
Bratislava Zen Center
Ludovíta Fullu st 58/22
84105 Bratislava, Slovakia
(42) 7-714-096

Fax (42) 7-769-141
lubor@internet.sk

LETTORSZÁG
Riga Zen Center
Ostas 4-42
Riga 1034, Latvia

OROSZORSZÁG
Saint Petersburg Zen Center
Tret'yakov V.
Molchanova st. 21/33
Pavlovsk,
Saint Petersburg, Russia
(81) 2-312-9487
Fax (81) 2-114-1471
arthurjusupov@p23.f3.n5051.z
2.fidonet.org

LITVÁNIA
Vilnius Zen Center
Rulikiskiu 19
Vilnius, Lithuania
(370-2) 745003

HORVÁTORSZÁG
Zagreb Zen Center
c/o Emil Stimac-Vincens
Rapska ul. 24a
10000 Zagreb, Croatia
(385) (1) 611-34-16

AUSZTRÁLIA

Queensland Zen Center

87 Pembroke Road

Coorparoo

Queensland 4157, Australia

(61) (7) 397-3314

mervynt@tcp.csiro.au

c/o Kwan Yin Chan Lin

Jalan Asas 50

Singapore 2367

(65) 764-0739

Fax (65) 763-6863

eseok@singnet.com.sg

DÉL-KOREA

Seoul International Zen Center

Hwa Gye Sah

487, Suyu 1 Dong

Kang Buk Gu, 142-071 Seoul

Korea

(82) 2-900-4326

Fax (82) 2-995-5770

sizc@bora.dacom.co.kr

HONGKONG

Su Bong Zen Monastery

33 Leighton Road

5/F Starlight Hse

Causeway Bay, Hong Kong

(852) 2-891-9315

Fax (852) 2-575-0093

DÉL-AFRIKA

The Dharma Center

c/o Heila and Rodney Downey

26 White Street

Robertson, Cape 6705

South Africa

SZINGAPÜR

Singapore Zen Center

Zen gyakorlat

A **Budapest Zen Center** minden héten hétfőn 18 órai kezdettel tart zen gyakorlatot a Tan Kapuja Buddhista Főiskola Dharma termében (Budapest, 1098 Börzsöny u. 11.).

A **Szeged Zen Center** minden héten vasárnap 17:30 órai kezdettel tart zen gyakorlatot a Fésű utcai Fű-vész Klubban.

A **Tatabánya Zen Center** programjáról levélben vagy telefonon lehet érdeklődni a Tatabánya Zen Center címén.

Forrásművek

DROPPING ASHES ON THE BUDDHA – *The Teaching of Zen Master Seung Sahn*, Published by Grove Weidenfeld, 1976

THE WHOLE WORLD IS A SINGLE FLOWER – *365 kong-ans for Everyday Life with Questions and Commentary by Zen Master Seung Sahn*, Published by Charles E. Tuttle Company, Inc, 1992

ONLY DON'T KNOW – *The Teaching Letters of Zen Master Seung Sahn*, Published by Primary Point Press, 1982

TEN GATES – *The Kong-an Teaching of Zen Master Seung Sahn*, Published by Primary Point Press, 1992

ZEN DIALOGUE DURING TRAVEL THROUGH CHINA

PRIMARY POINT MAGAZINE, *Fall 1990, Summer 1992, Fall/Winter 1993, Spring 1994, Summer 1994, Summer 1995, Spring 1996, Fall 1996*

ZEN KWAN UM MEMBER NEWSLETTER, *May 1995, January 1996, February 1996, March 1996*