

# Dobří herci

ZENOVÁ MAJSTERKA BON SHIM

*Reč dharmy (Olomouc, Česká republika)*

Mám pre vás otázku: ako sa dostanete zo samsáry, ako sa zbavíte utrpenia? My všetci máme šťastie, pretože máme dobré podmienky na cvičenie. Môžeme si navzájom pomáhať a podporovať sa, nikto a nič nám nebráni sem prísť a praktikovať, len naša myseľ „ja, moje, mne“. Často, keď chceme ísť na ústranie alebo robiť poklony či sedieť zazen, tam vzadu v našej mysli je tichý hlások, ktorý nám šepká: Ešte chvíľku... urobím to neskôr... najprv musím umyť riad... niekomu zavolať... ešte urobiť toto alebo tamto. Takže svojím spôsobom je táto situácia dobrou situáciou, pretože zlá situácia je dobrá situácia a dobrá situácia je zlou situáciou. Dôležité je, že ste tu a chcete praktikovať.

Ale čo to znamená praktikovať? Niekedy si myslíme: „Urobím tisíc poklôn, budem desať hodín sedieť a niečo dostanem.“ Takto to ale nefunguje. Ak nemáte jasný smer, môžete urobiť milióny poklôn a sedieť celý deň aj noc, ale nič sa nestane... možno vás budú bolieť nohy a po chvíli to vzdáte. „Bolia ma nohy, cítim celé telo a nič z toho!“ Ale ak máte jasný smer, vaša praktika bude nepretržitá, 24 hodín denne. Ale mnoho ľudí si kladie otázku: Čo vlastne chcem? Prečo praktikujem? Aby som získal čo?

Často chceme od praktiky niečo získať. Dosiahnuť osvietenie, ale znamená všetko stratiť – nie niečo získať. Nič nezískavame, naopak všetko strácame. A na to musíme byť pripravení. Pripravení stratiť naozaj všetko, všetky ilúzie, ktoré o sebe máme. Nie je to ľahké. Nepáči sa nám to. Chceme si ponechať aspoň maličkú ilúziu, aby sme mali aspoň niečo, o čo sa môžeme oprieť a cítiť sa bezpečne. Poznám mnoho študentov, ktorí majú ideálne podmienky – môžu praktikovať koľko chcú. Nedávno sa vo Varšave konalo stretnutie učiteľov dharmy. Učiteľ dharmy je niekto, kto praktikuje už niekoľko rokov. Je to dobrý test, lebo na začiatku máte inšpiráciu a motiváciu, chcete niečo získať. Po niekoľkých rokoch praxe sa potom môžete stať učiteľom dharmy. Takto už získate určitý status: dostanete dlhé šaty, a už ste si vypočuli mnoho rečí dharmy. Dobre poznáte zenové učenie: „Len choď rovno! Všetko rob na sto percent!“ Toto je nebezpečné obdobie, pretože si môžete začať myslieť: „Žiaden problém. Zen je veľmi jednoduchý. Už som niečo získal.“ Človek si myslí, že už sa toho mnoho získať nedá. „Ak budem skutočne zúfalý, môžem sa stať Ji Do Poep Sa Nimom.“ Ale to znamená veľa práce, preto si väčšina ľudí povie: „Možno neskôr. Najskôr si zariadim život, budem mať deti, postavím si dom, kúpim si auto – a potom uvidíme.“

Ale vráťme sa k onomu stretnutiu, kde som zistila, že ľudia zvyknú mať tendenciu lenivieť. Stále veria praktike, majú motiváciu stať sa Budhom a dosiahnuť osvietenie. Je to dobrá myšlienka! Každý to chce, ale najpotrebnejšia je disciplína, ktorú väčšina starších študentov stráca.

Disciplína znamená každé ráno vstať, nezávisle na situácii a podmienkach – jednoducho vstať. Je to preto, že naše situácie, podmienky a otázky neustále prichádzajú a odchádzajú, neustále sa menia. Niekedy ide život ľahko bez problémov. Takto naša myseľ spohodlnie: „OK, urobím to zajtra, zajtra určite vstanem a urobím to.. žiaden problém.. teraz si dám malú pauzu.“ Ale život je veľmi krátky – deň a noc, noc a deň – a koniec. Možno sa prebudíte, pretože budete počuť klopať utrpenie na dvere a potom si pomyslíte: „Musím ísť robiť poklony!“

Minulú nedeľu sme sa všetci stretli a v centre bola veľká Ceremónia Dňa Budhovho osvietenia. Je skvelé, že sú takéto ceremónie. Vďaka nim zasa po čase vidím všetkých učiteľov dharmy a všetkých starších študentov. Teraz už viem, prečo máme tieto ceremónie! Prišiel ku mne jeden študent, ktorý bol vždy veľmi nasmelý a nikdy nič nepovedal a hovorí: „Prišiel som na toto ústranie, ale je to moje posledné. Zen nie je pre mňa. Praktikoval som šesť rokov a nič sa nestalo.“ Spýtala som sa ho: „A kedy si bol naposledy na ústraní?“ Chvilku premýšľal a potom povedal: „Asi pred štyrmi alebo piatimi rokmi.“

„A ako vyzerá tvoja každodenná prax?“

„No, niekedy ráno vstanem a urobím 108 poklôn a potom štvrtť hodiny sedím, ale každý deň nemôžem, len občas.“

„Tak čo by si chcel? Dostal si len to, čo si do toho vložil – veľa toho nie je, pretože si toho veľa neurobil.“

Skúste vo svojom živote myslieť na tieto tri jednoduché veci: predpisy, meditácia a kong-any. Ak budete praktikovať týmito tromi spôsobmi, je to ako by ste bežali na troch dráhach zároveň. Potom porastiete veľmi rýchlo, pretože všetky tri vyžadujú určitú disciplínu. A tu potrebujeme vždy, keď sa chceme niečo naučiť. Meditáciou môžeme dosiahnuť samádhi, to znamená čistú myseľ. Meditácia je ako vietor na oblohe – čím viac praktikujeme, tým viac vietor fúka a zaháňa mraky preč. Žiadna meditácia – žiaden vietor. A obloha je stále šedá ako dnes. Potom je tu kong-anová praktika, to je múdrosť. Zen, to nie je len sedenie. Sedenie vám dá dobrý pocit. Po troch dňoch to možná nespoznáte, ale keď sedíte na ústraní týždeň, alebo aj niekoľko mesiacov, vaša myseľ sa usadí a je ako kľudné more – tiché a pokojné. Najčarovnejšia skúsenosť, akú ste kedy zažili. V sútrach sa tomu hovorí „blaženosť kľudu“. Ale tam sa nemôžete zastaviť. Ak ste zenoví študenti, musíte ísť občas na rozhovor a niekedy zo seba spraviť hlupáka. Nie vždy chceme dôjsť k múdrosti práve takto, niekedy nechceme vyzeráť ako hlupáci alebo mať pocit, že sme nezvládli skúšku. Pre mnoho ľudí je to ako návrat do školských časov – zlé známky, nepríjemné pocity... a zase jedna zlá známka.

Koľkokrát som sa ja strápnila a cítila sa strašne! Pamätám sa na rozhovor so Zenovým majstrom Seung Sahnom, pri ktorom som urobila tu známu bláznivú vec, ktorú robíme namiesto odpovedi, a nikdy nezabudnem, ako sa na mňa v tú chvíľu pozrel: Čože??? Nedokázal nič zakryť – a ja som z toho pochopila: čo to tu vyvádza? Zenový majster Seung Sahn bol veľký Zenový majster, a tak som zažila veľmi intenzívny stres. Naučil ma nebrať samu seba

tak vážne. „Dobre, tak som hlúpa a čo. Ved' ani on nemal vždy toľko múdrosti.“

Kong-anová praktika má mnoho funkcií. Jednou z nich je, že keď človek nejakú dobu praktikuje, nadobudne dojem, že už všetkému rozumie, obzvlášť pokiaľ chodí na rozhovory zriedka a praktikuje len doma. Na rozhovore potom príde veľké „neviem“. A zrazu je jasné, že je potrebné praktikovať viac. Kedysi som mala študentku, ktorá poznala odpoveď na svoj kong-an viac než pol roka, ale nedokázala sa jednoducho postaviť a spraviť to. Až na poslednom týždennom ústraní to urobila a obe sme z toho mali veľkú radosť. Bol to úžasný zážitok.

Zenový majster Seung Sahn nás učí, že sa musíme stať dobrými hercami. Pretože celý tento svet je ako jedna veľká miestnosť na rozhovory a keď sa niečo v tejto svojej roli, v onom dôvernom vzťahu učiteľ–žiak naučíme, hodí sa nám to potom aj v bežnom živote. Spomínam si ako som raz dlho nemohla na jeden kong-an nájsť odpoveď a začala som si hovoriť – načo sú všetky tie dávne príbehy o starých zenových majstroch? S mojím životom nemajú nič spoločné. Pred Zenovým majstrom Seung Sahnom som sa o tom nezmenila, ale on mi aj tak povedal: „Ak máš s kong-anmi problémy, máš problémy aj vo svojom živote.“

Kong-any sú také malé brány, ktoré jednu po druhej otvárame. Brána citov, brána hanblivosti, brána vnímania a mnoho ďalších. Situácie v našom živote nie sú totožné so situáciami v kong-anoch, človek bežne nevisí priviazaný k stromu (*smiech*), no možno snáď niekedy. Ale ide o to, že keď dokážete túto bránu otvoriť, pomôže vám to potom i v bežnom živote.

**Otázka:** Ak sú kong-any ako brány, ktoré otvárame, je tam za nimi niečo, keď ich otvoríme? A otvoria sa naraz všetky?

**Zenová majsterka Bon Shim:** Môže sa zdať, že tento proces otvárania nemá konca. Moja skúsenosť je dlhá len dvadsaťjeden rokov, ale čím viac praktikujem tým viac brán sa otvorí.

**Otázka:** A tempo otvárania ostáva rovnaké?

**Zenová majsterka Bon Shim:** Tempo je zaujímavá vec, pretože nejakú dobu robíte veľké kroky vpred. Spomínam si na jeden konkrétny Yong Maeng Jong Jin, kde som urobila skutočný pokrok, ale neskôr som sa cítila akoby som chodila len stále dookola. Rýchlosť pokroku je zvláštna vec, ale to je len pocit, ktorý máte. Pokiaľ praktikujete, nikdy nepadáte späť, vyvíjate sa. Pokiaľ máte silný zvyk niečo očakávať, budete chcieť, aby sa niečo stalo. Nejaké zázraky alebo svetlá a potom si poviete: áno, osvietenie už je na dosah!

O očakávaní hovorí jeden príbeh, ktorý mi osobne veľmi pomohol. V našej zenovej tradícii existuje jedna slávna dvojica, učiteľ a žiak, Nam Cheon a Jo-Ju (ktorý sa neskôr stal tiež veľkým majstrom). Jo-Ju mal vtedy šesťdesiat rokov a praktikoval už štyridsať. Praktikoval veľmi úprimne a stále sa pýtal Nam

Cheona: „Majster, čo je Pravá Cesta?“ Bolo to ako pýtať sa o čom je život? V jeho svete to bola veľmi zásadná otázka.

Na tohtoročnom zimnom Kyol Che vo Varšave bola jedna študentka, ktorú poznám už dlhú dobu a pýtala sa ma tú istú otázku: „Poznáme sa navzájom už dlhú dobu, tak mi prezrad' to tajomstvo. Mne to môžeš povedať.“

Začala som sa smiať a povedala som jej, že iróniou je, že ona už to tajomstvo má, ale že ho môže objaviť len ona. Často si myslíme, že to má nejaký skrytý význam, keď učiteľ hovorí: „Obloha je modrá.“ Nam Cheon odpovedal na rovnakú otázku takto: „Je to každodenná myseľ, nič zvláštne.“ Vymieňať dieťaťu plienky, to je Pravá Cesta, alebo piť pivo s kamarátom. Každodenný život je Pravá Cesta.

Ale Jo-Ju tomu nemohol uveriť a preto sa spýtal: „Mám sa toho držať?“ Nam Cheon odpovedal: „Ak sa to budeš snažiť držať, už robíš veľkú chybu.“

„Ale keď sa toho nebudem držať,“ skúšal to ešte Jo-Ju, „ako potom môžem porozumieť?“ Stále mal ešte silný zvyk chcieť porozumieť o čom to celé je. Všetci túto chybu robíme, koľkokrát sa snažíme porozumieť skrz myslenie!

Nam Cheonov posledný úder znel: „Ak chceš porozumieť... porozumenie je ilúzia, neporozumenie je prázdnota. Ak chceš naozaj porozumieť Pravá Cesta je pred myslením, čistá, jasná a nekonečná. Tak prečo vytváraš správne a nesprávne?“ Keď to Jo-Ju počul, jeho myseľ sa úplne otvorila.

Tento príbeh obsahuje veľké učenie. Keď som ho počula prvýkrát, pomyslela som si: Jo-Ju praktikoval celých štyridsať rokov, to neznie veľmi dobre. Všetci si na začiatku myslíme, že budeme tvrdo praktikovať, dotiahneme to do konca a potom sa vrátíme späť k svojim každodenným radovánkam alebo čomu. Jo-Juových štyridsať rokov praktiky mi ukazuje, čo robím v pravom svetle. Nam Cheon povedal, že každodenný život je Pravá Cesta, a to je tiež dobré učenie, pretože väčšina z nás chce niečo zvláštne, nejaký zázrak. On tam naozaj je – je to zázrak praktiky a toho ako sa vďaka nej meníme! To je pre mňa naozajstný zázrak – vidieť ako sa ľudia menia. Len tak znenazdania sa to, ale väčšinou nestane. „Waw. Môžem lietať v tejto sále dharmy!“ To nie je o tom.

Takže poďme sa vrátiť k tomu skutočnému zázraku a pokračovať v našich hrozivých kong-anových rozhovoroch!

– *Preložil Rasto Benko*