

למצוא את הנקודה הראשונית שלך

מאת זן מאסטר סונג סאן

זן מאסטר סונג סאן העביר את שיחת הדהרמה הבאה במרכז הזן בפרובידנס, ערב לפני ריטריט, באפריל, 1977.

לעיתים קרובות אני מדבר על הנקודה הראשונית. מהי הנקודה הראשונית? כשיש לך משקל ולא מונח עליו דבר, המחוג עומד על אפס. כשאתה שם משהו על המשקל, המחוג זז ל"אחד קילו". כשאתה מסיר את הדבר, המחוג חוזר לאפס. זוהי הנקודה הראשונית. אחרי שאתה מוצא את הנקודה הראשונית שלך, כשאתה מרגיש טוב, כשאתה מרגיש רע, המחוג שלך הולך לכיוון אחד ולכיוון השני. אבל זה לא משנה. אל תשפוט את זה. כאשר ההרגשה עוברת, המחוג חוזר לאפס.

אבל אם לא מצאת את הנקודה הראשונית, אז זה כמו להוריד חפץ כבד מן המשקל, ולהשאיר את המחוג על "עשרה קילו", או שהמחוג חוזר רק עד חצי הדרך, הוא לא חוזר לגמרי לאפס. אז אתה בבעיה. המשקל שלך לא שוקל נכון. אולי אם תשים עליו חפץ כבד, הוא ישבר לחלוטין.

אז דבר ראשון עליך למצוא את הנקודה הראשונית. ואז עליך לשמור עליה חזק.

למונית יש בולמי זעזועים חלשים, אז כשהיא נתקלת במכשול היא עולה ויורדת כמו קפיץ. לרכבת יש בולמי זעזועים חזקים, אז היא מאד יציבה. אם תשמור על הנקודה הראשונית, קפיץ המיינד שלך יתחזק עוד ועוד. ואז גם כשתיתקל בבעיות גדולות המיינד שלך יזוז פחות ופחות. כשאתה נתקל בבעיה גדולה, המיינד שלך זז, אבל חוזר מהר לנקודה הראשונית. בסופו של דבר, המיינד שלך יהיה מאד חזק; הוא יוכל לשאת כל משא. ואז זה אפשרי להציל את כל האנשים.

– Translated by Neta Sadot

This article copyright © 2009 Kwan Um School of Zen