

איך אני יכול לעזור לך?

מאת זן מאסטר סונג סאן

השמיים כחולים. העצים ירוקים. הכלב נובח "הב, הב". סוכר הוא מתוק. כשאתה שומע, כשאתה רואה, כשאתה מריח, כשאתה טועם, כשאתה נוגע, כשאתה חושב, הכל, פשוט כמו שהוא, הוא שלם. אין מתבונן ואין מושא ההתבוננות בנקודה זו. הכל נהיה אחד. מצב נכון, יחסים נכונים, ותפקוד נכון נהיים ברורים ברגע זה. כשמישהו רעב, אתה נותן לו לאכול. כשמישהו צמא, אתה נותן לו לשתות. כשהמינד שלך צלול, זה אפשרי לתפקד ולעזור לאחרים. זו אהבה גדולה, חמלה גדולה, הדרך הגדולה של הבודהיסטווה. כשאנחנו פוגשים אדם שסובל, או שומעים שמישהו סובל, החמלה שבנו מיד מגיבה ורוצה לעזור.

– Translated by Neta Sadot

This article copyright © 2009 Kwan Um School of Zen