

התרגול הוא הכרחי

מאת זן מאסטר וו בונג

לאחרונה הצצתי בספר שנכתב על ידי מורה רוחני. הספר התמקד בעובדה שכל הדתות והתרגולים השונים הם אינם העיקר, ואינם חשובים, כי לכל אחד כבר במילא יש את זה.

זה כמעט כמו מה שזן מלמד, מלבד העובדה שרק להבין את זה לא יעזור לחיים של אף אחד. זה מאד חשוב להכיר בהבנות של חייך. בשביל זה, תרגול הוא הכרחי. התרגול שלנו לכשעצמו אינו מיוחד; תרגול זה אומר לשמור על מיינד צלול ולעזור לאחרים.

קיימות שיטות רבות לתרגל, אולם לתרגל עם הסנגה – עשייה משותפת בקבוצה – זה הדבר העוצמתי ביותר. זה מאלץ אותנו להתעמת עם המגבלות שלנו, ובתמורה עוזר לנו להתגבר על המגבלות שלנו. בסוטר הלב נאמר, "הבודהיסטווה תלוי בפרז'נה פרמיטה והמיינד אינו מחסום; בלי מחסומים אין פחדים."

ה"אין פחדים" זאת הירושה האנושית. אם זה מוצא חן בעיניך, אז זרוק מעליך כל מחשבה; זרוק מעליך כל העדפה של מוצא חן בעיני או לא מוצא חן בעיני; זרוק מעליך אפילו את ההבנה העמוקה ביותר. ואז, מה התפקיד שלי ברגע זה?

– Translated by Neta Sadot

This article copyright © 2009 Kwan Um School of Zen