

Gerai aktoriai

ALEKSANDROS PORTER JDPSN (DZENO MEISTRĖ BON ŠIM)

Aleksandros Porter JDPSN dharmos kalba, pasakyta Olomouce, Čekijoje.

Noriu jūsų visų paklausti: kaip ištrūkti iš samsaros, iš kentėjimo?

Mums pasisekė, turime geras sąlygas saviugdai. Galime vienas kitam padėti, palaikyti, ateiname nevaržomi, ir niekas netrukdo mūsų pratybų, tik „aš-mano-man“ protas. Daugybę kartų, panorėjus vykti į atsiskyrimą, nusilenkinėti ar sėsti medituoti, prote prabyla balselis: pala, minutėlę, šiek tiek vėliau... pirma reikia išplauti indus... turiu kažkam paskambinti... reikia padaryti tą ar aną. Taigi, tokios sąlygos yra geros sąlygos, nes blogos sąlygos yra tinkamos sąlygos, o geros sąlygos yra prastos sąlygos. Čia svarbiausia, jog norite užsiimti dzenu.

Kas yra dzeno saviugda, praktika? Kartais pagalvojame: padarysiu 1000 nusilenkimų, pasėdėsiu 10 valandų ir kažką išsiugdysiu. Bet viskas yra kitaip. Jei neturi aiškios krypties, gali daryti milijonus nusilenkimų ir dieną naktį sėdėti – nieko neįvyks... gal tik labai paskaus kojas ir po kurio laiko pasiduosi: et, skauda kojas, maudžia kūną, o naudos iš viso to jokios. Kai žmogus turi aiškią kryptį, jo saviugda tęsiasi 24 valandas per parą. Tačiau daugeliui išvis neaišku, ko jie nori, kodėl ėmėsi dzeno ir ko iš jo tikisi?

Labai dažnai iš dzeno norime kažką gauti, bet atbusti – tai viską prarasti, o ne ką nors gauti. Ničnieko negausite, tik viską prarasite. Būkite tam pasiruošę. Turite būti pasiruošę iš tiesų prarasti viską, net visas iliuzijas apie save. Šitai nelengva. Tokie dalykai mums nepatinka. Norime išlaikyti nors menkutę iliuziją, bent menką mažmožį, kurio įsitvėrę jaustumės saugūs.

Žinau daug idealias sąlygas turinčių dzeno mokinių, galinčių lavintis tiek, kiek nori. Neseniai Varšuvoje vyko dharmos mokytojų susitikimas. Dharmos mokytojas – tai jau keletą metų dzeno saviugdą besimokantis žmogus. Neblogas išbandymas, nes iš pradžių jaučiate įkvėpimą ir paskatas, norite kažką gauti, ir praktikavę keletą metų galite tapti dharmos mokytojais. Taigi įgyjate tam tikrą padėtį bendruomenėje, apsirengiate ilgą rūbą ir būnate girdėję daug dharmos kalbų. Ir gerai žinote mokymą – „Tik tiesiai!“, „Atlik tai 100%!“ Labai pavojingas laikotarpis, nes pradėdote galvoti: „Na ką, viskas aišku. Dzenas labai paprastas. Jau šį tą įgijau.“ Pradedame manyti, kad nebedaug ką beliko pasiekti. "Na, jei būsiu labai atkaklus galiu tapti Dži Do Pop Sa". Bet reikėtų gerokai pasistengti, tad dauguma nusprendžia: gal vėliau. Pirma pasirūpinsiu savo gyvenimu, susilauksiu vaikų, pasistatysiu namą, nusipirksiu mašiną, tada pagalvosiu ir apie dvasinius reikalus.

Bet grįžkime prie to, kad žmonės yra linę tingėti. Jie tiki dzeno saviugda, turi paskatų tapti Buda ir nušvisti. Puiki mintis! Visi to nori, bet reikia sudrausminti save, o dauguma vyresniųjų mokinių nebeskiria tam dėmesio. Drausmingumas reiškia, jog kiekvieną rytą turi atsikelti, nepriklausomai nuo aplinkybių ar būsenos – tiesiog atėjo laikas ir keliesi. Aplinkybės, būsenos ir abejonės atsiranda ir pranyksta, jos nuolat keičiasi. Kartais gyvenimas klojasi sklandžiai – jokių sunkumų. Visa tai lemia, kad galiausiai protas aptingsta: „na, gerai jau gerai, rytoj, atsikelsiu ir padarysiu.... nematau jokios bėdos... dabar padarysiu pertrauką.“ Bet gyvenimas labai trumpas – viena para, kita, ir viskas. Na, gal atsitokėsi, kai kančia pasibels į duris, ir pagalvosi: reikia daryti nusilenkimus...

Praeitą sekmadienį visi susirinkome į didžiulę Budos nušvitimo dienos ceremoniją. Šios apeigos yra puiki proga pamatyti visus dharmos mokytojus ir kitus mokinius, seniau pradėjusius eiti dzeno keliu. Dabar žinau, kam reikalingos šitos iškilmės! Pas mane atėjo iki tol buvęs labai drovus ir nekalbus praktikas. Jis pareiškė:

- Šitas atsiskyrimas man paskutinis. Dzenas ne man. Jau šešeris metus užsiiminėjau visu tuo ir niekas nevyksta.
- Kada paskutinį kartą buvai atsiskyrime? - paklausiau.
- Prieš ketverius ar penkerius metus, – atsakė pagalvojęs.
- Kokios tavo kasdienės pratybos?
- Kartais atsikeliu ryte, padarau 108 nusilenkimus ir 15 minučių pasėdžiu, bet neišeina tą daryti kasdien. Tik kartais.
- Tai ko tikiesi? Ką darai, tą ir turi. Nelabai daug, nes nedaug ir darai.

Skirkite pastangų trimis dalykams: priesakams, meditavimui ir konganams. Kai šie užsiėmimai virsta kasdienybe, tai lyg vienu metu einate iškart trimis keliais ir greitai augate, nes jie susiję su drausme, kuri reikalinga norint ko nors išmokti. Medituodami galime pasiekti samadhį – aiškų protą. Meditavimas – tai lyg danguje pučiantis vėjas, kuo daugiau medituojate, tuo smarkiau jis pučia ir greičiau išsklaido debesis. O kai nemedituojate – vėjas nebepučia, dangus vien niūkana, kaip šiandien. Įsigilinimas į konganą – tai išminties ieškojimas. Pats sėdėjimas, dar ne dzenas. Čia tik mėgavimasis. Per 3 dienas gal to ir nepajusite, bet sėdint savaitės ar kelių mėnesių atsiskyrime, tam tikru metu protas nurimsta it nutykusi jūra, rami ir tyli, pats nuostabiausias potyris. Sūtrose tai vadinama „ramumos palaima“ (angl. stillness bliss). Bet čia sustoti negalima. Jei esate dzeno mokinys, turite eiti į pokalbį su mokytoju ir neretai apsikvailinti! Tai išminties kelias, kurio ne visada norime, nes niekas nenori jaustis kvailai, ar jaustis lyg neišlaikęs egzamino. Daug kam tai primena mokyklos laikus – blogus pažymius. Tas nemalonus jausmas – dar vienas blogas pažymys.

Atsimenu save, kokią daugybę kartų apsikvailinau ir kaip baisiai jaučiausi! Pamenu pokalbį su dzeno meistru Seung Sahnu, kai atsakydama kvailai pasielgiau ir niekad nepamiršiu jo žvilgsnio: ką???? Jis nieko neslėpė, tad jo mintis matėsi kuo aiškiausiai: ką ji čia daro? Dzeno meistras Seung Sahnas buvo puikus dzeno meistras, tad payriau didžiulę įtampą. Bet kaip tik jis išmokė nežiūrėti į save per daug rimtai: „Gerai. Aš kvaila, na ir kas. Jis juk irgi ne visada buvo toks išmintingas.“

Konganai turi daug paskirčių, viena jų, kai gerokai pameditavus apima jausmas, jog kažką supranti, ypač jei retai eini į pokalbius ir praktikuoji tik namie. Taigi nueini į pokalbį ir gauni didelį „nežinau“. Tada pamatai, jog reikia užsiiminti daug rimčiau. Turėjau mokinę, kuri daugiau nei pusmetį žinojo atsakymą į savo konganą, bet negalėjo tiesiog imti ir jį parodyti. Paskutinę, septintą atsiskyrimo dieną ji pagaliau atliko ką supratusi ir mes abi labai džiaugėmės. Buvo nuostabu.

Dzeno meistras Seung Sahnas mus moko tapti gerais aktoriais. Visas šis pasaulis yra pokalbių su mokytoju kambarys ir jei kažką išmokstame iš to intymaus mokytojo santykio su mokiniu, galime tai panaudoti kasdieniame gyvenime. Pamenu, kai ilgą laiką negalėjau įveikti jokio kongano, ėmiau galvoti, kam reikalingos tos senos istorijos apie senovės dzeno meistrus. Kas bendro tarp jų ir mano gyvenimo? Aš šito nesakiau dzeno meistriui Seung Sahnui, bet jis man pasakė: „Jeigu nesiseka konganai, vadinasi tau nesiseka kasdienis gyvenimas.“

Kiekvienas konganas – lyg maži, vienas po kito atsidarantys vartai. Yra jausmų užaštravimo vartai, drovumo vartai, suvokimo vartai ir daug kitų. Konganuose apsakomos aplinkybės nėra tokios pat kaip gyvenime. Kasdien juk nekabate medyje (*juokas*), na, gal tik kartais. Esmė ta, jog atidarius šiuos vartus, patiriate poveikį kasdieniame gyvenime.

Klausimas: Jei konganai yra lyg vartų atvėrimas, ar ten kas nors yra, kai jie atidaromi? Ar staiga viskas atsiveria?

AP JDPSN: Gali atrodyti, jog atvėrimų procesas begalinis. Aš turiu tik 21 metų patirtį ir kuo daugiau praktikuoju, tuo daugiau matau vartų, kuriuos reikia atidaryti.

Klausimas: Ar tai visada vyksta vienodu tempu?

AP JDPSN: Tempas yra įdomus dalykas, nes kurį laiką darai didelę pažangą. Pamenu vieną Jong Meng Džong Džiną (atsiskyrimą), kai padariau didelę pažangą, bet po to jaučiausi lyg vaikščiočiau ratais. Taigi, progreso tempas yra keistas dalykas, bet tai tik jausmas. Niekad neinate atgal, tik vystotės ir augate, jei neapleidžiate saviugdos. Jei turite stiprų įprotį tikėtis, tada norite, kad kažkas įvyktų – šviesos, stebuklai, o ką nors patyrę galvojate – aš netoli nuo nušvitimo.

Yra istorija apie tikėjimąsi, lūkesčius, kuri man labai padėjo. Mūsų dzeno tradicijoje yra puikus meistro ir mokytojo duetas – Nam Čeonas ir Džo Džu, prieš pastarajam tampant puikiu meistru. Tuo metu Džo Džu buvo šešiasdešimties, praktikavęs 40 metų. Jis labai nuoširdžiai ėjo saviugdą keliu iškėlęs sau klausimą, kurį nuolat užduodavo Nam Čeonui: „Meistre, kas yra Tikrasis Kelias?“ Tai lyg klausiti, kas yra gyvenimas. Jo asmeninėje visatoje, šis klausimas buvo labai svarbus.

Šios žiemos kiolčės Varšuvoje metu, praktikė, kurią pažįstu daug metų, uždavė man tą patį klausimą, pridurdama: „Mes seniai viena kitą pažįstame, kokia gi paslaptis? Man gali pasakyti.“

Ėmiau juoktis ir atsakiau, jog ironiška, nes ji jau žino šią paslaptį, bet tik ji pati gali atrasti, ką ji žino. Dažnai galvojame, kad egzistuoja kažkokia paslėpta prasmė, kai mokytojai sako „Dangus yra mėlynas“. Nam Čeonas atsakė į šį klausimą taip: „Kasdienis protas. Nieko ypatingo.“ Keisti kūdikio vystyklus yra Tikrasis Kelias, gerti su draugu alų yra Tikrasis Kelias. Kasdienis gyvenimas yra Tikrasis Kelias.

Bet Džo Džu negalėjo tuo patikėti ir paklausė: „Ar turiu jo laikytis?“

„Jei bandai jo laikytis, tai jau didžiulė klaida“, - atsakė Nam Čeonas.

„Bet kaip man suprasti, – vis bandė Džo Džu – nesilaikant?“

Jis vis dar smarkiai norėjo suprasti, ką visa tai reiškia. Mes visi klystame ir bandome suprasti mąstydami.

Taigi paskutinis Nam Čeono SMŪGIS buvo toks: „Na, jei jau taip nori suprasti... supratimas yra apsigavimas, o nesupratimas yra neprotingumas. Jei iš tikrųjų nori suprasti Tikrąjį Kelią, jis yra ten, kur dar nekilo mąstymas, jis yra aiškus, ryškus ir begalinis. Tad kuriam galui išsigalvoji, jog kažkas yra gera, o kažkas bloga?“ Išgirdus šiuos žodžius Džo Džu protas pagaliau visiškai atsivėrė.

Ši istorija perteikia puikų mokymą. Kai ją pirmąkart išgirdau, pamaniau – Džo Džu lavinosi net 40 metų – nieko gero. Pradžioje mums atrodo, jog uoliai lavinsimės, išeisime kursą ir baigsime, o tada grįšime prie kasdienių malonumų ir pan. Džo Džu 40 metų praktikos aiškiai parodė, ko aš ėmiausi. Nam Čeonas pasakė, jog Tikrasis Kelias yra kasdienis gyvenimas, čia taip pat geras pamokymas, nes dauguma mūsų nori kažko ypatingo, laukia stebuklo. Ir iš tiesų vyksta stebuklas: dzeno saviugda – mes keičiamės! Man tikras stebuklas – matyti, kaip žmonės keičiasi.

Tik keičiasi ne iškart. „Ak! Galiu skraidyti dharmos salėje!“ Kalbame visai ne apie tai. Taigi grįžkime prie tikrojo stebuklo ir tęskime tuos baisius konganų pokalbius!

– *vertė Rasa Kamarauskaitė*