

Dobrzy Aktorzy

MISTRZYNI ZEN BON SHIM (ALEKSANDRA PORTER JDPSN)

Mowa Dharmy w Ołomuńcu, Republika Czeska

Oto pytanie dla wszystkich: Jak możecie wydostać się z samsary, jak możecie wydostać się z cierpienia? Wszyscy jesteśmy naprawdę szczęśliwi ponieważ mamy dobrą sytuację do praktyki. Możemy sobie nawzajem pomagać i wspierać się, przychodzimy tu dobrowolnie i nic nas nie powstrzymuje od praktykowania poza naszym umysłem „ja, mnie moje”. Jednakże wiele razy kiedy chcecie udać się na odosobnienie lub robić pokłony, bądź posiedzieć, z tyłu głowy pojawia się cichutki głosik: „tylko minutę... zrobię to później... wpięrw muszę pozmywać naczynia... zadzwonić do kogoś... albo zrobić to czy tamto”. Więc w pewnym sensie ta sytuacja jest dobrą sytuacją, ponieważ zła sytuacja jest dobrą sytuacją, dobra sytuacja jest złą sytuacją. Ważną rzeczą tutaj jest to, że chcecie praktykować.

Czym jest praktyka? Czasem myślimy: „Och, zrobię tysiąc pokłonów, dziesięć godzin medytacji siedzącej i wtedy coś otrzymam”. To nie tak. Jeśli wasz kierunek nie jest jasny, możecie zrobić milion pokłonów i medytować cały dzień i noc, lecz nic się nie zdarzy... być może bardzo rozbolą was nogi i po chwili poddacie się. „Bolą mnie nogi, boli mnie ciało i niczego nie osiągnąłem!” A zatem jeśli macie jasny kierunek wówczas wasza praktyka będzie trwać bez przerwy, dwadzieścia cztery godziny na dobę. Lecz dla wielu ludzi pytaniem jest: czego chcę? Dlaczego praktykuję? Aby co osiągnąć?

Wielokrotnie chcemy coś otrzymać poprzez praktykę, ale oświecenie oznacza stracić wszystko – nie coś otrzymać. Niczego nie otrzymujecie, wszystko tracie. Musicie być na to przygotowani. Musicie być gotowi aby naprawdę wszystko stracić, stracić wszystkie złudzenia wobec siebie. Nie jest to łatwe. Nie lubimy tego. Chcemy zatrzymać chociaż małe złudzenie, mieć chociaż cokolwiek, jakąś maleńką rzecz, której można się przytrzymać by poczuć się bezpiecznie.

Znam wielu uczniów, którzy mają doskonałe sytuacje. Mogą praktykować tak wiele, jak zechcą. Nie tak dawno temu zorganizowaliśmy spotkanie nauczycieli Dharmy w Warszawie. Nauczyciel Dharmy to ktoś, kto praktykował przez wiele lat. To dobry sprawdzian, gdyż na początku macie inspirację i motywację, chcecie coś osiągnąć, i o kilku latach praktyki możecie zostać nauczycielem Dharmy. A więc macie już jakiś status; dostaliście długą szatę i usłyszeliście wiele mów Dharmy. Znacie nauczanie bardzo dobrze – „Tylko idź prosto! Rób to na sto procent!” Jest to bardzo niebezpieczny czas, ponieważ myślicie: „Och, żaden problem. Zen jest bardzo łatwy. Już coś osiągnąłem.” Myślimy, że nie ma już dużo więcej do osiągnięcia. „Może, jeśli stanę się naprawdę zdesperowany, mogę zostać Ji Do Poep Sa”. Ale to wiele pracy, więc większość ludzi myśli: „Może później. Najpierw muszę zatroszczyć się o swoje życie, mieć dzieci, zbudować dom, kupić samochód, i wtedy pomyślę o tym”.

Ale wróćmy do spotkania, gdzie odkryłam, że ludzie mają skłonność do lenistwa. Wierzą w praktykę, mają motywację, by stać się Buddą i osiągnąć oświecenie. Świetny pomysł! Każdy tego chce, ale to, czego naprawdę potrzebujecie to dyscyplina, a dyscyplina jest czymś, co wielu starszych uczniów traci. Dyscyplina oznacza wstawanie każdego ranka bez względu na waszą sytuację, bez względu na wasz stan – po prostu wstajecie. Jest tak, ponieważ wasza sytuacja, stan i pytanie przychodzą i odchodzą, wciąż się zmieniając. Czasem wasze życie jest łatwe – żadnych problemów. Wpadacie w ten leniwy stan umysłu: „Ok., zrobię to jutro, wstanę i zrobię to. Żaden problem. A teraz zrobię przerwę”. Jednak życie jest bardzo krótkie – dzień, noc – noc, dzień - koniec. Może obudzicie się ponieważ jakieś cierpienie zapuka do waszych drzwi i wówczas pomyślicie: „Musze robić swoje pokłony!”.

W ostatnią niedzielę wszyscy przyszli i mieliśmy wielką Ceremonię Oświecenia Buddy. To cudowne mieć te ceremonie, ponieważ wreszcie widzę wszystkich nauczycieli Dharmy i starszych uczniów. Teraz wiem po co mamy te wszystkie ceremonie! Pewien uczeń, który zawsze był bardzo nieśmiały i nigdy nic nie mówił, przyszedł do mnie i tym razem przemówił: „Przyszedłem na to odosobnienie ale to moje ostatnie. Zen nie jest dla mnie. Praktykowałem przez sześć lat i nic się nie wydarzyło.”

Zapytałam: „Kiedy ostatnio byłeś na odosobnieniu?” Pomyślał chwilę i powiedział „Cztery lub pięć lat temu.”

„A jaka jest twoja codzienna praktyka?”

„Cóż, czasami wstaję rano i robię sto osiem pokłonów oraz siedzę przez piętnaście minut, ale nie mogę tego robić codziennie, tylko czasami.”

„A więc czego oczekujesz? Masz tylko to, co robisz, a to niewiele, bo robisz niewiele.”

Tylko spróbujcie trzech prostych rzeczy w swoim życiu: wskazań, medytacji i konganów. Jeśli wykonujecie te trzy praktyki, to jakbyście byli na trzech ścieżkach jednocześnie, wzrastacie wówczas bardzo szybko, ponieważ polegają one na dyscyplinie, której potrzebujecie, jeśli chcecie się czegokolwiek nauczyć. Medytacja może wam dać coś, co nazywamy samadhi, czyli czysty umysł. Medytacja jest jak wiatr wiejący przez niebo: im więcej medytujecie, tym mocniej wiatr wieje, szybko oczyszczając niebo z chmur. Nie ma medytacji – nie ma wiatru i jest po prostu szaro, jak dziś. Następnie jest praktyka konganowa, która polega na mądrości. Samo siedzenie, to nie zen. Po trzech dniach możecie tego nie poczuć, ale jeżeli siedzicie na odosobnieniu przez tydzień lub kilka miesięcy, wówczas następuje punkt, w którym wasz umysł osadza się i jest jak spokojne morze, spokojny i cichy, najwspanialsze doświadczenie waszego życia. Sutry nazywają ten spokój błogością. Lecz nie możecie się tutaj zatrzymać. Jeśli jesteście uczniami Zen, musicie chodzić na rozmowy osobiste i czasem robić z siebie głupców! To jest ścieżka mądrości, której nie zawsze chcemy, bo nikt nie lubi czuć się głupio lub mieć poczucie, że nie zdał egzaminu. Dla wielu to przywraca wspomnienia ze szkoły – złe oceny, to nieprzyjemne uczucie.. znów następną złą oceną.

Pamiętam jak robiłam z siebie głupka wiele razy i czułam się okropnie! Pamiętam rozmowę osobistą z Mistrzem Zen Seung Sahnem, na której wykonałam ten szalony ruch, by odpowiedzieć i nigdy nie zapomnę jak na mnie spojrział: „Co???” Nie mógł niczego ukryć i to było jak: „Co ona robi?” Mistrz Zen Seung Sahn jest wielkim Mistrzem Zen, więc stres jakiego doświadczałam był silny. Jego nauki nauczyły mnie nie brać siebie tak poważnie, „OK, jestem głupia, i co z tego. On również nie zawsze był taki mądry.”

Praktyka konganowa posiada wiele funkcji, jedną z nich jest to, że kiedy praktykujecie przez jakiś czas, nabieracie poczucia, że rozumiecie coś, szczególnie jeśli rzadko macie rozmowy osobiste i tylko praktykujecie w domu. Wtedy idziecie na rozmowę osobistą i doznajecie wielkiego „nie wiem”. Wówczas widzimy, że konieczne jest więcej praktyki. Pewnego razu miałam uczennicę, która знаła odpowiedź na swój kongan przez sześć miesięcy, ale nie mogła po prostu wstać i jej udzielić. Podczas ostatniego siedmiodniowego Yong Maeng Jong Jin zrobiła to i obie byłyśmy tak szczęśliwe. To było cudowne doznanie.

Mistrz Zen Seung Sahn uczy nas, że musimy stać się dobrymi aktorami. Cały ten świat jest jak pokój rozmów osobistych i jeśli nauczymy się czegoś podczas tej nieskończonej relacji nauczyciel-uczeń, wówczas musimy tego używać w codziennym życiu. Pamiętam jak pewnego razu nie mogłam przejść przez kongan przez dłuższy czas i zaczęłam myśleć komu potrzebne są te stare historie o Mistrzach Zen z zamierzchłych czasów? One nie mają nic wspólnego z moim życiem. Nie powiedziałam tego Mistrzowi Zen Seung Sahnowi, ale on powiedział mi: „Jeżeli masz problemy z konganami, to masz problemy w swoim codziennym życiu.”

Każdy kongan jest jak mała brama, którą otwieracie jedna za drugą. Jest brama emocjonalna, brama nieśmiałości, brama postrzegania i wiele innych. Zdarzenia w waszych życiach nie są takie same jak w konganach, nie wisicie na drzewie w waszym codziennym życiu (*śmiech*), no, może, czasami. Rzecz w tym, że kiedy otwieracie tę bramę, wtedy ona pracuje dla was w waszym codziennym życiu.

Pytanie: Jeśli kongany są jak otwieranie bramy, czy jest tam coś, gdy się otworzą? Czy wszystko nagle się otwiera?

PPSN: Może się zdawać że ten proces otwierania jest bezkresny. Mam dopiero dwadzieścia jeden lat doświadczenia i im więcej praktykuję, tym widzę więcej bram do otwarcia.

Pytanie: A czy to zawsze jest w tym samym tempie?

PPSN: Tempo jest interesujące, ponieważ przez chwilę robicie wielkie kroki naprzód. Pamiętam jedno szczególne Yon Maeng Jong Jin, kiedy zrobiłam prawdziwy postęp ale później czułam, jakbym chodziła w kółko. Tak więc szybkość postępu jest dziwna, ale to tylko wrażenie, jakie macie. Nigdy się nie cofacie, rozwijacie się i wzrastacie jeśli praktykujecie. Jeżeli macie silny nawyk oczekiwania, wtedy chcecie, by się coś wydarzyło, jakieś światła, jakieś cuda i wtedy myślicie: „Taaak, jestem blisko oświecenia!”

Istnieje opowieść o oczekiwaniu, która wiele mi pomogła. W naszej tradycji Zen istnieje wielki duet mistrz-uczeń, Nam Cheon i Jo-Ju. Zanim stał się wielkim mistrzem, Jo-Ju miał sześćdziesiąt lat i praktykował już bez mała lat czterdzieści. Praktykował bardzo uczciwie z pytaniem, które wciąż zadawał Nam Cheonowi: „Mistrzu, co jest Prawdziwą Drogą?” To jak pytanie o co chodzi w życiu. Dla niego było to bardzo poważne pytanie w jego świecie.

Podczas tego zimowego Kyol Che w Warszawie był uczennica, którą znałam od dawna i która zadała mi to samo pytanie: „Znamy się od tak dawna, więc w czym leży tajemnica? Możesz mi powiedzieć.”

Zaczęłam się śmiać i powiedziałam jej, że ironia polega na tym, że ona posiada tę tajemnicę, ale tylko ona może ją odkryć. Często myślimy, że jest jakieś ukryte znaczenie w słowach nauczyciela: „Niebo jest niebieskie”. Nam Cheon odpowiedział na to samo pytanie mówiąc: „To codzienny umysł, nie szczególnego.” Zmienianie dziecka pieluszek jest Prawdziwą Drogą, picie piwa z przyjacielem jest Prawdziwą Drogą. Codzienny umysł jest Prawdziwą Drogą.

Lecz Jo-Ju nie potrafił w to uwierzyć, więc zapytał: „Mam go utrzymywać, czy nie?” Nam Cheon powiedział: „Jeżeli próbujesz go utrzymać, to już jest wielki błąd.”

„Ale jeśli go nie będę utrzymywał”, Jo-Ju wciąż próbował, „to jak mogę zrozumieć?” Wciąż miał silny nawyk pragnienia zrozumienia na czym to wszystko polega. Wszyscy popełniamy ten błąd tak często, próbując zrozumieć poprzez myślenie.

Więc ostatnim UDERZENIEM Nam Cheona było: „Skoro chcesz zrozumieć... rozumienie jest złudzeniem, nierozumienie jest pustką. Jeżeli prawdziwie chcesz zrozumieć Prawdziwą Drogę, jest ona przed myśleniem, czysta jasna i bezkresna. A więc dlaczego stwarzasz dobre i złe?” Słyszając to, umysł Jo-Ju całkowicie się otworzył.

W tej opowieści jest wielkie nauczanie. Kiedy usłyszałam ją po raz pierwszy, pomyślałam: Jo-Ju praktykował przez czterdzieści lat – to nie brzmi dobrze. Wszyscy mamy na początku ten pomysł, że będziemy mocno praktykować i skończymy, po czym wrócimy do naszych codziennych przyjemności czy czegośkolwiek. Czterdzieści lat praktyki Jo-Ju dało mi dobrą perspektywę na to, co robię. Nam Cheon powiedział, że codzienne życie jest Prawdziwą Drogą, i to również jest dobre nauczanie, ponieważ większość z nas chce czegoś specjalnego, jakichś cudów. Cud jest, praktyka – zmieniamy się! To jest dla mnie prawdziwy cud, widzieć jak ludzie się zmieniają. Zwykle nie zdarza się to nagle: „Ach! Mogę latać po tej sali Dharmy”, to nie na tym polega.

A więc wróćmy do prawdziwego cudu i kontynuujmy te okropne rozmowy konganowe!

– *Przekład: Maciej Dziubak*