

Zen je veľmi jednoduchý

ZENOVÝ MAJSTER SEUNG SAHN

Zen je veľmi jednoduchý... Čo si ty?

Každý na tomto svete hľadá šťastie navonok, ale nikto nerozumie svojej skutočnej podstate, ktorú má v sebe.

Každý hovorí: „Ja“, „Ja chcem toto, ja som taký..“ Ale nikto nerozumie tomu „Ja“. Predtým než ste sa narodili, odkiaľ ste prišli? Ak umriete, kam pôjdete? Ak sa budete úprimne pýtať: „Čo som?“ skôr, či neskôr pobežíte a narazíte do steny, kde sa pretne vaše myslenie. Nazývame to „Neviem“.

Zen znamená udržiavanie takejto mysle „Neviem“ vždy a všade.

Ak kráčate, stojíte, sedíte,
ležíte, rozprávate, ste ticho,
pohybujete sa alebo ste v pokoji.
Vždy a všade bez prestania –
Čo je to?
Jedna myseľ sa rovná nekonečnu kálp.

Zenová meditácia znamená udržiavanie mysle Neviem počas poklôn, spevov a sedenia v zene. Toto je formálna praktika. A ak niečo robíte, len to robte. Ak šoférujete, tak len šoférujte. Ak jete, tak len jedzte. Ak pracujete, tak len pracujte.

Nakoniec sa vaša myseľ Neviem stane jasnou. Potom uvidíte oblohu, je len modrá. Uvidíte strom, je len zelený. Vaša myseľ bude ako čisté zrkadlo. Ak príde červená, zrkadlo bude červené, ak príde biela, bude biele. Príde za vami hladný človek, dáte mu najesť. Príde za vami smädný človek a dáte mu napiť. Netužím po ničom pre seba, len pre druhé bytosti. Takáto myseľ je už osvietená, nazývame to Veľká Láska, Veľký Súcit, to je cesta Bodhisattvu. Je to veľmi jednoduché, nič zložité!

Buddha povedal, že všetky bytosti majú buddhovskú podstatu (podstatu osvietenia). Ale zenový majster Joju povedal, že pes nemá buddhovskú podstatu. Čo z toho je správne? Čo z toho je nesprávne? Ak nájdete odpoveď, nájdete pravú cestu.

– *Preložil Rasto Benko*