

A ZEN KVAN UM ISKOLÁJÁNAK MAGAZINJA

tüikör **ZEN**



1993 TEL
1. évfolyam
1. szám

120 Ft

*Önmagunk
megismerése*

A megvilágosodás

A Szív Szútra

*Buddha
virága*



*Vu Bong
zen mester*

A koreai zen buddhizmus, a közös meditáció gyakorlata



*Kvan Um, a cselekvő együttérzés bódhiszattvája
Szung Szan zen mester kalligráfája*

*A magyarországi
Zen Kvan Um Iskolája a Szung Szan
zen mester által alapított Nemzetközi
Providence Zen Központoz tartozik.
Szung Szan zen mester a koreai
Csogje rend 78. pátriárkája.
Miután évekig tanított Koreában és
Japánban, 1972-ben megalapította a
Zen Kvan Um Iskoláját,
mely mára világszerte elterjedt.
Központjai az Észak- és Dél-Amerikában,
Európában, Ázsiában, Afrikában és
Ausztráliában működnek.*

*A közösség minden hétfőn este 18.00
órától szertartást és gyakorlatot tart,
melyen minden érdeklődőt
és mindazokat, akik a közösséghez
csatlakozni kívánnak, szívesen lát.*

*A szertartásokat
A Tan Kapuja Buddhista Főiskola
dharma termében tartjuk.
1098 Budapest, Börzsöny utca 11.
Tel: 147-3504, 147-3517*

*A közösség levélcíme:
A Zen Kvan Um Iskolája
Dobosy Antal
1215 Budapest, Árpád u. 8. VI. 156.*

Zen tükör
a magyarországi
Zen Kvan Um Iskolájának lapja
Megjelenik háromhavonta

A kiadásért felelős
a magyarországi
Zen Kvan Um Iskolájának apátja,
Dobosy Antal

Főszerkesztő:
Szigeti György

Szerkesztőbizottság:
Dobosy Antal
Hegedűs Róbert
Hörcher Péter
Moldoványi László
Virágh Szabolcs

A szerkesztőség címe:
A Zen Kvan Um Iskolája,
1215 Budapest, Árpád u. 8. VI. 156.

A nyomdai előkészítést
a KVANUM Gmk. végezte.

A lap az Ipari Számítástechnikai Kft.
Nyomdaüzemében készült.



Dobosy Antal

Tükörben látjuk a világot



TÜKÖRBEŒN LÁTJUK A VILÁGOT. De vajon mennyire látjuk tisztán, és egyáltalán mit is látunk? Látjuk-e a valóságot, látjuk-e a tükört, látjuk-e magunkat? Látjuk-e a világ igazi természetét? Látjuk-e a magunk igazi természetét? Millió a kérdés, amire megoldást keresünk. De egyetlen a válasz, ami meglátásra vár.

A tükör akkor látja el tökéletesen a funkcióját, ha azt, ami benne látszik, torzítás nélkül mutatja meg. A tükör nem a valóságot adja vissza, a tükörben egy látszatvilág mutatkozik meg, az a világ, amit látunk. De a jó tükör a világ látszat voltát is megjeleníti. Azaz nem torzít. Nem mondja a benne megjelenő dolgokról, hogy ez a valóság; nem mondja, hogy ez fontosabb annál; nem mondja, hogy ez jó, az rossz; nem mondja, hogy ez kék, az piros; nem mondja, hogy ez ilyen, az olyan. Nem mond semmit arról, ami benne megjelenik, sem arról, amit tükröz. Egyáltalán nem mond semmit. Nem beszél a tükrőről, csak tükröz. Ha az tiszta és szennyezetlen.

A zen célja azt az életet, azt a tudatállapotot megvalósítani, amit a tiszta tükör szimbolizál. Mi a tiszta tükör? Mi a tiszta tudat? – Ez nem két kérdés, csak egy. Ki vagyok én? – Erre a kérdésre ugyanaz a felelet. Csak tedd, csak csináld, azt amit tenned kell! Amit tenni

akarsz. Ami lenni szeretnél. Aki lenni szeretnél. Ne tegyél hozzá semmit! Csak tedd! – De tedd!

A zen embere ilyen egyszerű. Nem bonyolítja a világot, a sorsát, a gondolatait. Nem gondol arra, amikor cselekszik, hogy ez a valóság; sem arra, hogy ez fontosabb amannál; sem arra, hogy ez jó, amaz rossz; sem arra, hogy ez ilyen, az olyan. Nem akar jó lenni, nem akar előnyösen tenni, nem akar mást, csak tevékenynek lenni. Csak azzá akar lenni, amit éppen csinál.

Mi, amikor zent gyakorlunk, nem azért meditálunk, nem azért ülünk, énekelünk, borulunk le, hogy okosabbak legyünk, hogy különleges képességeket sajátítsunk el, vagy netán egészségünket megőrizzük. Nem különböző okokból gyakoroljuk a zent. Mégis elsajátítunk különleges képességeket, mégis egészségesebbek leszünk, mégis sokat tanulunk. Ezt tudjuk, de ha a zen gyakorlás tiszta, akkor mindezek nem befolyásolnak. A gyakorlás a tiszta tudatért folyik, azért a tudatért, melyet évezredek óta keres az emberiség.

Mi látni akarunk. Tisztán akarunk látni. Mentesen akarunk látni. Mikor gyakorlunk, akkor csak gyakorlunk. De gyakorlunk. Ez igazi zen gyakorlás. Még a céloktól is mentes gyakorlás. A tiszta cselekvés gyakorlása. ☞

Tartalomjegyzék

A zen: önmagunk megismerése	2	Szung Szan zen mester beszédeiből
Buddha virága: a zen eredete	3	Egyetlen virág az egész világ
A megvilágosodás	4	Egyetlen virág az egész világ
Szung Szan zen mester	5	Zen mesterek élettörténete
	8	Dharma beszédek
	9	Konganok
A Szív Szútra	10	Szútrák, történetek
A Szív Szútráról	11	Kommentárok
Az Igaz Isten, az Igaz Buddha	12	A megvalósítás egyetemessége
Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet	14	A megvalósítás egyetemessége
Egyetlen virág az egész világ	15	Krónika
	16	Zen mesék
	17	Versek
	18	Könyvismertető
	19	Szójegyzék
A Tan átadása Buddhától Szung Szanig	20	Leszármazási táblázat

A zen: önmagunk megismerése

EGY NAPON egy chicago-i tanítvány jött a Providence Zen Központba, és megkérdezte Szung Szan zen mestert:

– Mi a zen?

Szung Szan a feje fölé emelte zen botját, és ezt kérdezte:

– Érted?

– Nem tudom – válaszolt a tanítvány.

Szung Szan így szólt:

– Ez a nemtudom tudat vagy te. A zen önmagad megismerése.

– Mit ismersz belőlem? Kérlek taníts.

Szung Szan ezt mondta:

– Egy kekszgyárban különböző kekszeket sütnék, például állatalakút,

kocsialakút, emberalakút, repülőgépalakút. Mindegyiknek más a neve és a formája, de ugyanabból a masszából vannak, és ugyanolyan az ízük. Ugyanígy, a világegyetemben minden dolog – a nap, a hold, a csillagok, a hegyek, a folyók, az emberek – mind-mind más nevet és formát viselnek, de a lényegük ugyanaz. A világegyetem ellentétpárokba szerveződik: világosság és sötétség, férfi és nő, csend és hang, jó és rossz. De ezek az ellentétek mind kölcsönösek, mert ugyanabból a lényegből származnak. Nevük és formájuk különbözik, de lényegük ugyanaz. Neveket és formákat a gondolkodásod alkot. Ha nem gondolkodsz és nem kötödsz névhez és formához, akkor minden lényeg egyesül. Nemtudom tudatod elvág minden gondolkodást. Ez a lényeged. Ennek a zen botnak a lényege és a te lényeged ugyanaz. Te vagy a bot, a bot te vagy.

A tanítvány így szólt:

– Néhány filozófus azt mondja, hogy ez a lényeg energia, vagy tudat, vagy Isten, vagy anyag. Melyik az igaz? Szung Szan így válaszolt:

– Négy vak elment az állatkertbe, és megnézték az elefántot. Az egyik megérintette az oldalát, és ezt mondta: „Az elefánt olyan, mint a fal.” A másik megérintette az ormányát, és így szólt: „Az elefánt olyan, mint egy kígyó.” A következő a lábát fogta meg, és ezt mondta: „Az elefánt olyan, mint egy oszlop.” Az utolsó a farkába kapaszkodott, és így vélekedett: „Az elefánt olyan, mint



egy seprű.” A négy vak verekedni kezdett, mert valamennyi azt hitte, hogy az ő véleménye a helyes. Mind-egyik csak annyit értett meg belőle, amennyit az érintett rész kitett; egyikük sem értette az egészet.

Szung Szan így folytatta:

– A lényeg név és forma nélküli. Energia, tudat, Isten, anyag – ezek mind nevek és formák. A lényeg a Teljesség. A név és forma ellentétet jelent. Így az egész világ vakok torsalkodására hasonlít. Ha nem ismered önmagad, nem ismered az igazságot. Ezért harcolunk egymással. Ha a világon minden ember is-

merné önmagát, mindenki elérné a Teljességet. Akkor a világ békében lenne. A világbéke: a zen.

A tanítvány ezt kérdezte:

– Hogyan teremthet a zen gyakorlása világbékét?

Szung Szan így válaszolt:

– Az emberek pénzre, hírnévre, gyönyörré, ingyenségekre és heverészésre vágnak. Ez a sok vágy: gondolkodás. A gondolkodás szenvedés. A szenvedés nem teremt békét. A nem-gondolkodás nem-szenvedés. A nem-szenvedés világbékét hoz. A világbéke a Teljesség. A Teljesség az Én.

– Hogyan ismerhetem meg a Teljességet? – kérdezte a tanítvány.

– Meg kell ismerned önmagad – válaszolta Szung Szan.

– Hogyan ismerhetem meg önmagam?

A zen mester feltartotta a zen botot és ezt kérdezte:

– Látod ezt?

Azután hirtelen az asztalra csapott a bottal:

– Hallod ezt? Ez a bot, ez a hang és a tudatod: azonos vagy különböző?

– Azonosak – válaszolt a tanítvány.

– Ha azt mondom, azonosak, harminc ütést adok. Ha azt mondom, különböznek, szintén harminc ütést adok. Miért?

A tanítvány szótlán maradt.

– KACU!!! – kiáltotta a zen mester. Majd hozzáfűzte:

– Jön a tavasz, magától nő a fű.

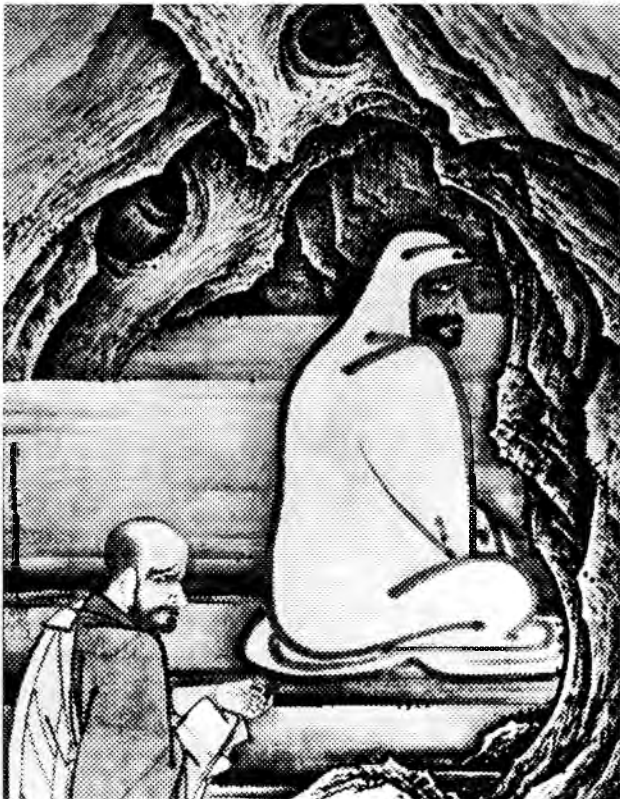
Hegedűs Róbert

Buddha virága: a zen eredete



AMIKOR SÁKJAMUNI BUDDHA a Gridhrakúta hegyen tanított, egy szál virágot mutatott fel hallgatóinak. Mindenki csöndben maradt, csak Mahákásjapa mosolyodott el. A Buddha a következőket mondotta: – Rendelkezem az Igaz Tanítás Szemével, a Nirvána Csodálatos Szívével, a Formanélküli Igaz Formával, a Kimondhatatlan Finomságú Tanítás Kapujával, amely független a szavaktól, és a tanításokon túlmenően adódik át. Ezt a tanítást bízom Mahákásjapára.

A tudattól tudatig való átadás Buddhától a mai napig tart. Ez a hagyomány Buddhától indult ki, ő adta át a Dharmát Mahákásjapának, Mahákásjapa Ánandának és így tovább. Az átadásnál a szavak nem fontosak, az átadás tudattól tudatig történik.



*Ne kötődj a szavakhoz,
a szavakon túlmenő
tanításhoz,
láss rá közvetlenül
tudatodra:
lásd meg igaz
természeted,
váj Buddhává.*

A zen mint buddhista irányzat az említett virágprédikációtól eredezteti önmagát. A Dharmát mesterről mesterre hagyományozzák, adják át töretlenül a mai napig. Az átadás nem valamiféle misztikus, transzcendens aktus, hanem a tan, a megvilágosodás önálló realizációja. Ílymódon, aki megkapja, az nem más valósított meg, mint amit elődje, vagyis önmagában megteremtette a tant, a felébredést. Ilyen értelemben Mahákásjapa nem megkapta a tant, hanem már megvalósította, nem átvette, hanem már

megteremtette magában ugyanazt, amit mestere, és éppen ezt a mozdulatot hívjuk szavakon túlmenő átadásnak. Így nem buddhává vált, hanem már Buddha volt.

Olykor egyazon mestertől a tant több tanítvány is megkapta, majd a tanítványok is tovább adták, így a buddhizmus szerteágazott, kialakultak a különböző buddhista iskolák, és különböző tanítások, amelyek látszólag ellentétesek magával a Buddha tanításával is. De ezek nem állnak egymással szemben, hiszen mindegyik iskola mögött olyan ember áll, aki Buddhától közvetlenül, tudattól tudatig kapta meg a tanítást, vagyis ugyanazt képviseli, amit Buddha 2500 évvel ezelőtt.

Később olyan is megtörtént, hogy nem volt kinek átadni a tanítást, ezért a mester magával vitte a sírba. Ez annak a zen ill. buddhista iskolának a végét jelentette, hiszen nem volt hiteles képviselője a buddha tudatnak. *Ezért buddhista iskoláknak csak azokat tekinthetjük, melyekben a mai napig is azt képviselik, amit a történeti buddha, Sákjamuni élt meg és hagyott ránk. Ezen iskolák összeségét nevezük buddhizmusnak.*

Ma Szung Szan zen mester egyike azoknak, akik egyenesen Buddhától kapták meg a Dharmát. Ő a 78. pátriárka, a Zen Kvan Um Iskolájának alapítója. ☸

*Nincs
Buddha, nincs
tudat, nincs
eredet*

*Ki vagyok
én?
Ez a Buddha
tudata*

*Az erre vonatkozó
táblázatot lásd a 20. oldalon*

Szigeti György

A megvilágosodás

Az Útnak nincs vége



MIFÉLE ÚT AZ, amelynek nincsen vége? Hiszen a mindennapokban azt tapasztaljuk, hogy az út valahol mindig véget ér. Vagy az autóbusz-végállomáson, ahová buszunk épp befutott, vagy amikor szeretetünket kísérjük utolsó útjukra. Mindenki életében volt olyan pillanat, amikor egy utat lezárt önmagában, és azt az út végének tekintette.

A megvilágosodás nem tudatállapot!

Amikor valaki szellemi utat kezd el járni, kezdetben számtalan célt tűz ki maga elé. A buddhista tanítványok a célt a megvilágosodásban látják. És mindent meg is tesznek annak érdekében, hogy megvilágosodjanak. Ide-oda röpködnek kontinensek között, inspiráló gyakorló helyet keresve. Ide-oda kajtatnak buddhista iskolák között, azon merengve, hogy melyik út vezet el hamarabb a megvilágosodáshoz. Hol ennél a mesternél, hol annál a mesternél keresik az üdvözülés útját. Micsoda tévedésben vannak mindnyájan! Számukra a megvilágosodás sohasem ott van ahol keresik. Tegyétek félre a megvilágosodást!

Tedd félre!

Olyan szemléletmód, tudatállapot, amelyben az ember VILÁGOSAN és tisztán valósítja meg a VILÁGOT.

Mi a megvilágosodás? Mint látható, a szó magában hordozza a „világ”-ot és a „világos”-ságot, és nemcsak a szó, hanem a megélés élménye is. Nagyon nagy jelentősége van ennek. Számomra a megvilágosodás nem más, mint a világ világossága. Olyan szemléletmód, tudatállapot, amelyben az ember tisztán látja a világ igazi természetét, s önmaga igazi természetét

is. Amelyben az ember VILÁGOSAN és tisztán látja a VILÁGOT, VILÁGOSAN és tisztán valósítja meg a VILÁGOT.

A megvilágosodás olyan Útnak a kezdete, amelynek nincsen vége. Ez az Út a tökéletesedés Útja. A bennünk lezajló folyamatok megismerése és tökéletesítése. A tiszta cselekvés és a tiszta lét megvalósításának gyakorlata. Ez évek kemény munkája. Számtalan példa közül Dzsósú zen mesterét említeném meg. Ő 17 évesen világosodott meg, s majd negyven éven át dolgozott önmagán, a megvalósításon. Nem elég tisztán látni, tisztán is kell cselekedni!

Tedd félre a megvilágosodást! Ne ragaszkodj semmihez sem! Próbáld, próbáld, próbáld tízezer éven át, érd el a megvilágosodást, és szabadíts meg minden lényt a szenvedéstől.



Szung Szan zen mester

SZUNG SZAN zen mester 1927-ben született Szön Cson-ban, Észak-Koreában. Szülei protestáns keresztények voltak.

Korea abban az időben szigorú japán katonai uralom alatt állt, és minden politikai és kulturális szabadságjogot brutálisan elfojtottak. 1944-ben Szung Szan csatlakozott a földalatti függetlenségi mozgalomhoz. Néhány hónappal később elfogta a japán rendőrség, és épphogy megmenekült a halálos ítélettől. Miután kiengedték a börtönből, két barátjával elloptak pár ezer dollárt a szüleitől, és átszöktek a keményen őrzött mandzsu határon, sikertelen kísérletet téve, hogy csatlakozzanak a Szabad Koreai Hadsereghez.

A második világháborút követő években, miközben nyugati filozófiát tanult a Dong Guk Egyetemen, Dél-Koreában a politikai helyzet egyre zűrzavarosabbá vált. Egy nap Szung Szan ráébredt, hogy nem tud segíteni az embereknek a politikai tevékenységen vagy egyetemi tanulmányain keresztül. Ezért leborotválta haját és a hegyekbe ment, megfogadva, hogy addig nem tér vissza, amíg el nem érte a teljes igazságot.

Három hónapig tanulmányozta a Konfucianus iratokat, de elégedetlen volt velük. Akkor egy barátja, aki egy kis hegyi templomban volt szerzetes, megmutatta neki a Gyémánt Szútrát, így találkozott a buddhizmussal. „Minden dolog, ami megjelenik ebben a világban, múlandó. Ha úgy tekinted a megjelenő dolgokat, mintha sosem jelentek volna meg, akkor megismered igaz éned.” Amikor ezeket a szavakat olvasta, kitisztult a tudata. A következő néhány hét alatt sok szútrát olvasott el. Végül úgy döntött, hogy buddhista szerzetes lesz, és 1948 októberében felszentelték.

Szung Szan már értette a szútrákat. Megértette, hogy most már a gyakorlás a legfontosabb dolog. Ezért tíz nappal felszentelése után még feljebb ment a hegyekbe, és száznapos visszavonulást kezdett a Von Gak Hegyen (Tökéletes Megvilágosodás Hegye). Csupán



szárított és porrá tört fenyőtűleveleket evett. Napi húsz órán át énekelte a Nagy Dharanít, a tudati erő forrásának mantráját. Naponta többször jéghideg fürdőt vett. Nagyon szigorú gyakorlat volt.

Hamarosan kétségei támadtak. Miért szükséges ez a visszavonulás? Miért kell elmennie a végletekig? Miért ne mehetne le egy kis templomba, egy csendes völgybe, házasodhatna meg mint egy japán szerzetes, és érhetné el egy boldog családban fokozatosan a megvilágosodást? Egy éjszaka annyira erősek voltak ezek a gondolatok, hogy elhatározta, elmegy, és becsomagolta a holmiját. De a következő reggel

tudata tisztább volt, és kicsomagolt. Néhány nap múlva ugyanez történt. És a következő hetekben még kilencszer csomagolt be és ki.

Eddig ötven nap telt el, és Szung Szan nagyon fel volt dűlva. Minden éjszaka borzasztó látomásai voltak. Démonok jelentek meg kint a sötétben, és obscén mozdulatokat tettek felé. Vámpírok settenkedtek mögötte, és hideg ujjukat a nyakára fonták. Hatalmas bogarak rágcsálták a lábát. Tigrisek és sárkányok álltak előtte, ordítva. Állandó rettegésben élt.

Egy ilyen hónap után ezek a víziók gyönyörűséges látomásokká váltak. Néha Buddha jelent meg, és szútrát tanított neki. Néha bódhiszattvák jelentek meg pompás ruhákban, és azt mondták, hogy a mennybe fog jutni. Néha összecsuklott a kimerültségtől, és ilyenkor Kvan-szeum Bószal ébresztette fel gyengéden. A nyolcvanadik nap végére megerősödött, és zöld lett a túlevelektől.

Egyik nap, az elvonulás vége előtt egy héttel, Szung Szan kint sétált, énekelte, mokatájával tartva a ritmust. Hirtelen két tizenegy vagy tizenkét éves fiú jelent meg előtte, és meghajoltak. Sokszínű köpenyt viseltek, és arcuk földöntúlian szép volt. Szung Szan nagyon meglepődött. Tudatát nagyon erősnek és tökéletesen tisztának érezte, hogyan tudhattak akkor ezek a démonok

megtestesülni? Továbbment az egyenes hegyi ösvényen, és a két fiú követte, egyenesen átvágva az út két oldalán levő vándorköveken. Fél óráig csendben sétáltak, majd az oltárnál, amikor Szung Szan felállt a leborulásból, eltűntek. Ez mindennap megtörtént, egy álló héten keresztül.

Végül elérkezett a századik nap. Szung Szan kint énekelte és ütötte a moktakot. Egyszerre teljesen eltűnt a teste, és a végtelen térben találta magát. Messziről hallotta a moktakütéseket és a saját hangját. Egy darabig ebben az állapotban maradt. Amikor visszatért testébe, megértette. A sziklák, a folyó, minden, amit látott, minden, amit hallott, minden az ő igazi énje volt. Minden dolog pontosan olyan, amilyen. Az igazság éppen ilyen. Szung Szan nagyon jól aludt azon az éjszakán. Amikor a következő reggelen felkelt, látott egy embert felsétálni a hegyre, majd néhány varjút elszállni egy fáról. A következő verset írta:

*Az út a Von Gak Hegy csúcsán
nem a jelen út.
A hátizsákkal kapaszkodó ember
nem a régi ember.
Léptei áthatják a múltat és a jelent:
Kipp-kopp, kipp-kopp
Varjak egy fáról.
Kárr-kárr-kárr.*

Nem sokkal azt követően, hogy lejött a hegyről, találkozott Ko Bong zen mesterrel, akinek Man Gong zen mester volt a tanítója. Ko Bongot a legragyogóbb és az egyik legszigorúbb zen mesternek tartották Koreában. Abban az időben csak világiakat tanított; azt mondta, a szerzetesek nem elég lelkesek, hogy jó zen tanítványok legyenek. Szung Szan ellenőriztetni akarta megvilágosodását Ko Bonggal, ezért odament hozzá a moktakkal és megkérdezte:

– Mi ez?

Ko Bong elvette a moktakot és megütötte. Ez volt az, amit Szung Szan várt tőle.

Szung Szan ezután ezt kérdezte:

– Hogyan gyakoroljam a zent?

Ko Bong azt felelte:

– Egy szerzetes egyszer megkérdezte Dzsósú zen mestert: „Miért jött Bódhidharma Kínába?” Dzsósú azt válaszolta: „Fenyőfa az udvaron.” Mit jelent ez?

Szung Szan értette, de nem tudta, hogyan válaszoljon.

– Nem tudom – felelte.

Ko Bong azt mondta:

– Csak tartsd meg ezt a nemtudom tudatot. Ez az igazi zen gyakorlat.

Azon a tavaszon és nyáron Szung Szan főként munka

formájában gyakorolta a zent. Ősszel részt vett egy száznapos elvonuláson Szudoksza kolostorában, ahol megtanulta a zen nyelvet és a dharmá küzdelmet. Télen úgy érezte, hogy a szerzetesek nem gyakorolnak elég keményen, és elhatározta, hogy segít nekik. Egy éjszaka, mikor őrésben volt (történt néhány betörés) az összes fazekat és lábast kivitte a konyhából és az udvaron körbe rendezte őket. A következő éjszaka fal felé fordította a főoltáron lévő Buddhát, fogta a füstölő-



égetőt, ami nemzeti kincs volt, és felakasztotta egy datolyaszilvafára a kertben. A második reggelre az egész kolostorban nagy felzúdulás volt. Szóbeszéd terjedt örült rablókról, illetve istenekről, akik lejöttek a hegyekből, hogy a szerzeteseket keményebb gyakorlásra figyelmeztessék.

A harmadik éjszaka Szung Szan a szerzetesnők szállására ment, elvitte hetven pár cipőjüket, és Dok Szan zen mester szobája elé helyezte őket, mintha egy cipőüzletben lennének kirakva. Ám akkor egy szerzetesnő felébredt, hogy az árnyékszékre menjen, és nem találva cipőjét, mindenkit felébresztett a szerzetesnők szállásán. Szung Szant elkapták. A következő nap ítékeztek felette. Mivel a legtöbb szerzetes arra szavazott, hogy kapjon még egy esélyt (a szerzetesnők egyöntetűen ellene voltak), nem kellett eltávoznia a kolostorból. De a rangidős szerzetesektől szertartásosan elnézést kellett kérnie.

Először Dok Szanhoz ment és meghajolt. Dok Szan azt mondta:

– Folytasd a jó munkát.

Majd a vezető szerzetesnőhöz ment, aki azt mondta neki:

– Jó sok zűrzavart okozott ebben a kolostorban, fiatal-ember.

Szung Szan nevetett és azt felelte:

– Az egész világ tele van zűrzavarral. Mit teszel?

A szerzetesnő nem tudott válaszolni.

A következő Csun Szong zen mester volt, aki vad cselekedeteiről és obszcén beszédéről volt híres. Szung Szan meghajolt felé, és azt mondta:

– Megöltem a múlt, a jelen és a jövő Buddháit. Mit tudsz tenni?

– Aha! – mondta Csun Szong, és mélyen Szung Szan szemébe nézett. Majd megkérdezte:

– Mit láatsz?

– Te már érted – mondta Szung Szan.

– Ez minden? – kérdezte Csun Szong.

– Kakukk énekel a fán, az ablak előtt – felelte Szung Szan.

Csun Szong nevetett és azt mondta:

– Ohó!

Még sok kérdést tett fel, melyeket Szung Szan nehézség nélkül megválaszolt. Végül Csun Szong felugrott és körültáncolta Szung Szant:

– Megvilágosodtál! Megvilágosodtál! – kiáltotta.

A hír gyorsan elterjedt, és az emberek megértették az előző napok eseményeit.

Január 15-én a gyakorlatsorozat véget ért, és Szung Szan felkereste Ko Bongot. A Szöul felé vezető úton interjúi voltak Kum Bong zen mesterrel és Kum Oh zen mesterrel. Mindketten megadták neki az inkát, ami igazolja egy zen tanítvány felébredését.

Szung Szan megérkezett Ko Bong templomába, öreg, foltos visszavonulási ruhájában, egy hátizsákot cipelve.

Meghajolt Ko Bong felé és azt mondta:

– Az összes Buddha egy rakás holttest. Mit szólnál egy temetéshez?

– Bizonyítsd be! – felelte Ko Bong.

Szung Szan belenyúlt hátizsákjába, kivett egy szárított tintahalat és egy üveg bort:

– Itt vannak a maradékok a gyászszerzartásról.

– Akkor tölts nekem egy kis bort! – mondta Ko Bong.

– Rendben. Add ide a poharad! – mondta Szung Szan.

Ko Bong nyújtotta a tenyerét.

Szung Szan megütötte az üveggel, és így szólt:

– Ez nem pohár, ez a kezed.

Ezután letette az üveget a földre.

Ko Bong nevetett, és ezt mondta:

– Nem rossz. Majdnem készen vagy. De van néhány kérdésem hozzád.

Elkezdte kérdezni Szung Szant azokból a kongan gyűjteményekből, melyek az 1700 legnehezebb kongant tartalmazzák. Szung Szan habozás nélkül válaszolt.

Ekkor Ko Bong azt mondta:

– Rendben van. Az utolsó kérdés. Az egér macskaeledelt eszik, de a macskatál el van törve. Mit jelent ez?

– Az ég kék, a fű zöld. – válaszolta Szung Szan.

Ko Bong megrázta fejét és azt felelte:

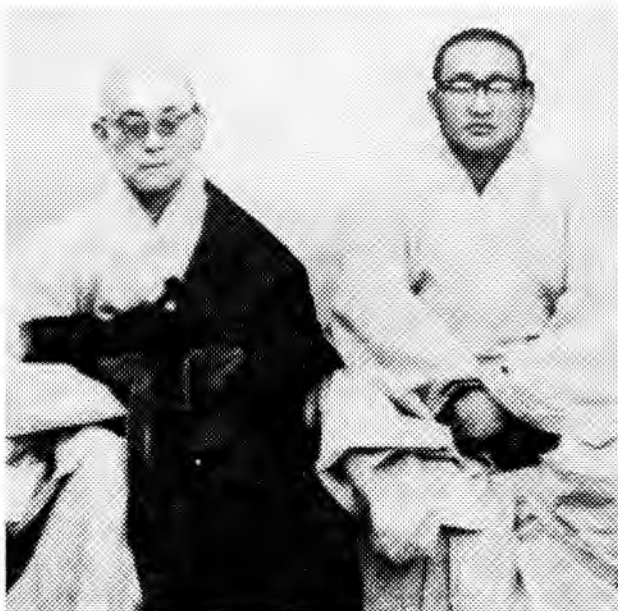
– Nem.

Szung Szan elképedt. Eddig még sosem tévesztett el egy zen kérdést sem. Arca elvörösödött, ahogy az egyik „éppen ilyen” választ adta a másik után. Ko Bong csak a fejét rázta. Végül Szung Szan dühösen és csalódottan kifakadt:

– Három zen mester adta meg nekem az inkát. Miért mondom azt, hogy nem helyes?

– Mit jelent? Mondd meg! – förmedt rá Ko Bong.

A következő ötven percben Ko Bong és Szung Szan egymással szemben ültek, meggörnyedve, mint két kandúr. Feszült csend volt. Végül váratlanul Szung Szan megtalálta a választ. Ez „éppen ilyen” volt.




Szung Szan mesterével, Ko Bonggal a szöuli Mi Ta kolostorban, 1957.

Amikor Ko Bong meghallotta, szemei könnyesek lettek, és öröm öntötte el arcát. Átölelte Szung Szant és azt mondta:

– Te vagy a virág, én vagyok a méh.

1949. január 25-én Szung Szan megkapta a tant Ko Bongtól, így ő lett a 78. pátriárka. Ko Bongnak ez volt az egyetlen tan átadása.

A szertartás után Ko Bong így szólt Szung Szanhoz:

– A következő három évben csendben kell maradnod. Szabad ember vagy. Száz év múlva ismét találkozunk. Szung Szan már 22 évesen zen mester volt. 

Szung Szan zen mester

Egy dharma beszéd

Szung Szan zen mester beszéde a New York-i Nemzetközi Zen Központ megnyitó ünnepségén, 1975. április 20-án.

(Szung Szan felemeli zen botját, és háromszor lassan megüti az asztalt.) Nyitva van vagy zárva?

Ha azt mondod, zárva, az ajtók nélküli pokolba zuhansz. Ha azt mondod nyitva, démonokkal táncolsz.

Miért? (Felemeli a zen botot, kört ír le vele a levegőben, majd az asztalra merőlegesen tartja.)

Egy, kettő, három, négy, öt, hat, hét, nyolc.

(Néhány pillanat múlva.) Köszönöm, hogy eljöttetek az ünnepségre, habár nagyon elfoglaltak lehettek. Nem véletlen, hogy összegyűltünk itt ma. Ez múltbéli karmánk eredménye. Nagyon jó karma az, ami idehozott minket, hogy találkozzunk Buddha oltára előtt.

Ez a karma igaz természetünk megtalálását, és a Teljesség elérését; a vágyak világának elhagyását, az igazi szabadság és a béke felé való irányulást jelenti.

Ezért alapítottuk meg Vongakszát évekkel ezelőtt és ezért nyitjuk meg a New York-i Nemzetközi Zen Központot ezen a napon.

De a szútra azt mondja: „A forma üresség, az üresség forma”, vagyis minden név és forma üresség. Vongaksza, a New York-i Nemzetközi Zen Központ, ez a megnyitó ünnepség – ezek is mind üresség természetűek. A szútra így szól: „Minden lény Buddha.” Akkor miért van szükség az éneklésre, vagy a szútrák olvasására illetve az ülő zenre?

Hiszen nem ismerjük magunkat. Vágy, düh és tudatlanság fedi el tiszta tudatunkat. Ha elvágunk minden gondolkodást, és visszatérünk a tiszta tudathoz, akkor a ti tudatotok, az én tudatom és minden ember tudata azonos. Eggyé válunk az egész világegyetemmel.

Ezért mondta egy kiváló tanító: „A világegyetemben minden visszatér az Egybe.”

Az igazi tiszta tudat gondolkodás előtti. Ekkor a gondolkodás nem jelenik meg és nem tűnik el. Ez az a birodalom, ahol semmi nem jelenik meg és semmi nem tűnik el. Abban a birodalomban, amelyben semmi nem jelenik meg és semmi nem tűnik el, nincs élet és nincs halál, nincs szenvedés és nincs boldogság, nincs jó és nincs rossz, nincs te és nincs én. Erre mondják, hogy a világegyetemben minden lény visszatér az Egybe.

De hova tér vissza az Egy?

„Egyszer valaki felkereste Man Gong zen mestert és megkérdezte:

– Ha minden dolog visszatér az Egybe, akkor hova tér vissza az Egy?

– A tavaszi ludak észak felé szállnak – felelte.”

Mit jelent ez: „A tavaszi ludak észak felé szállnak”?

Még ha eleget értetek is ahhoz, hogy a Szumeru hegyet millió darabra zúzzátok, és egy kortyra kiigjátok az óceánt, akkor sem fogjátok megérteni ezt.

Még ha eleget értetek is ahhoz, hogy a három világ összes Buddháinak és minden kiváló tanítónak és minden embernek életet vagy halált tudjatok adni, akkor sem fogjátok megérteni ezt.

Akkor hogyan tudjátok megérteni az igaz jelentését ennek: „A tavaszi ludak észak felé szállnak”? Csak tartásatok meg a nemtudom tudatot. Ez a nemtudom tudat az a tudat, ami megtapadt, és nem tud mozdulni. Olyan, mint megpróbálni áttörni egy fehér falon vagy megpróbálni felmászni egy ezüst hegyre. Minden gondolkodás el van vágva. De amint behatolsz ebbe a közegebe, tudatod felnyílik. Akkor meglátod a kőoroszlánt rohanni, át a hullámokon, elpusztítva a napot.

De ekkor még mindig zavart leszel. Menj tovább egy lépéssel! Akkor meg fogsz érkezni igazi otthonodba, ahol eljön a tavasz, és kinyílnak a virágok. Ha megérkezel ide, nemcsak a szútrák és a szent iratok lesznek igazak, hanem a víz és szél hangja is, a hegy színe, egy kutya ugatása az utcán – minden amit látsz vagy érzéksz, minden úgy, ahogy van, maga az igazság.

Ezért mondta Man Gong zen mester: „A tavaszi ludak észak felé szállnak.”

Az igazság *éppen ilyen*. A világegyetemben minden dolog visszatér az Egybe, hova tér vissza az Egy? Dobj el a Kis Ént, és hatolj be a Nagy Énbe! Akkor, ha kinyitod a szemed, minden amit látsz és hallasz, az *éppen ilyen* lesz.

Nemrég megütöttem az asztalt háromszor. Man Gong azt mondta: „A tavaszi ludak észak felé szállnak.” Az én cselekedetem értelme és Man Gong szavainak értelme azonos vagy különböző?

Ha azt mondod, azonos, harmincszor ütlek meg. Ha azt mondod, különböző, akkor is harminc ütést kapsz.

Miért?

KACU!!!

Nyisd ki a Broadway-re nyíló kaput!

A Helyes Út, az Igazság és a Helyes Élet

EGY DHARMA BESZÉD KÖZBEN a lexingtoni Zen Központban, Szung Szan zen mester így szólt : hallgatóságához:

– A Bibliában Jézus azt mondja: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” A zen szintén azt tanítja, hogy ha meglátod igaz természeted, akkor eléred a Helyes Utat, az Igazságot és a Helyes Életet.

– Mi a Helyes Út? – kérdezte egy tanítvány.

– Miért eszel minden nap? Csak a testedért, mert kívánod? Csak magadért? Akkor ebben olyan vagy, mint az állat. Ellenben, ha az érző lényekért eszel, akkor életed és irányvételed tiszta. Ezt nevezik Helyes Útnak.

– Akkor mi az Igazság?

– Ha eléred a Helyes Utat, tudatod tiszta, mint a tér. Akkor, ha tisztán látsz és hallasz, minden Igazság lesz.

– Mi a Helyes Élet?

– Ha megvalósítod az Igazságot, akkor aszerint cselekszel, megtartva a megfelelő helyzetfelismerést, a helyes hozzáállást és a helyes cselekedetet pillanatról-pillanatra. Ezt nevezik a Nagy Szeretetnek, a Nagy Együttérzésnek vagy a Nagy Bódhiszattva Útnak. Ez a Helyes Élet.

– Nagyon szépen köszönöm. – mondta a tanítvány és meghajolt.



Az igazi Buddha

A KÍNAI FU JÜAN TEMPLOM megtekintése után Szung Szan zen mester így szólt az apáthoz, Csüan Jin zen mesterhez:

– Ez a templom tele van nagy Buddhákkal és kis Buddhákkal. Melyik az igazi Buddha?

Csüan Jin apát az írásokból idézett válaszul:

– Ahol nincs Buddha, onnan tüstént menj tovább. Ahol van Buddha, ott ne állj meg és ne is maradjál.

– Én nem azt kérdeztem, hogy vajon van-e Buddha vagy nincs. Azt mondd meg kérlek, hol van az igazi Buddha?

Az apát tétovázott.

– Az igazi Buddha – mondta Szung Szan – éppen itt ül jobbra előttem a széken.

Hamuzik a Buddhára

VALAKI BEMENT A ZEN KÖZPONTBA égő cigarettával, füstöt fújt a Buddha szobor arcába, és az ölébe hamuzott. Az apát belépett és meglátta.

– Bolond vagy? Miért hamuzol a Buddhára?

– Minden Buddha. Vagy nem? – válaszolta az ember. Az apát nem tudott mit mondani, és kiment. ☞

A Szív Szútra

A Nagy Meghaladó Bölcsesség Szíve Szútra Mahá Pradzsnjá Páramitá Hridaja Szútra

Mahá Pradzsnjá Páramitá Hridaja Szútra

Avalókitésvara Bódhiszattva a mély Meghaladó Bölcsességben időzvéen látja, hogy igaz természetében az öt szkandha üres, és ezzel minden szenvedést meghalad.

Sáriputra!

A forma nem különbözik az ürességtől, az üresség nem különbözik a formától.

A forma valóban üresség, az üresség valóban forma.

Így ilyen az érzés, az érzékelés, az akarat és a tudatosság is.

Sáriputra!

Minden jelenségnek üresség a természete.

Nem keletkeznek, és nem szűnnek meg, nem tiszták és nem szennyezettek, nem növekszenek és nem csökkennek.

Ezért az ürességben nincs forma, érzés, érzékelés, akarat és tudatosság.

Nincs szem, fül, orr, nyelv, test és értelem,

nincs szín, hang, szag, íz, tapintás és tudati folyamat, nincs birodalma az érzékszerveknek és a tudatosságnak.

Nincs nemtudás és nincs annak megszűnése,

nincs öregség és halál és nincs ezek megszűnése sem.

Nincs szenvedés, nincs annak oka, nincs annak megszűnése, és nincs útja a megszüntetésnek.

Nincs megvalósítás és nincs megérkezés, mivel nincs amit el kellene érni.

A Bódhiszattvának a Meghaladó Bölcsesség által akadálytól mentes a tudata.

Mivel akadálytól mentes a tudata rettenthetetlen, és meghaladva minden illúziót az ellobbanást eléri.

A három világ összes Buddhái a Meghaladó Bölcsesség által valósítják meg a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget.

Ezért ismerd fel a Meghaladó Bölcsességet,

a Nagy Szent Eszmét, a Nagy Tudás Eszmáját, a Felülmúlhatatlan Eszmét, a Hasonlíthatatlan Eszmét, azt, ami véget vet minden szenvedésnek.

Ez igazság, nem hazugság.

Ezért hangoztasd a Meghaladó Bölcsesség Eszmáját, amely így szól:

gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szváhá
gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szváhá
gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté, bódhi szváhá

A Szív Szútráról

Részletek

Szung Szan zen mester levelezéséből

Kedves Szung Szan zen mester!

Van néhány kérdésem a Szív Szútrával kapcsolatban:

1. A Szív Szútra azt mondja, hogy az Ellobbanásban „nincs megvalósítás és nincs megérkezés, mivel nincs amit el kellene érni.” Később azt mondja: „A három világ összes Buddhái a Meghaladó Bölcsesség által valószínűsítják meg a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget.” Miért nem elért az Ellobbanás, míg a teljes megvilágosodás, a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget, elért?

2. Mi a különbség az Ellobbanás és a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettségek között? Miért van az, hogy a 180° nem elért és a 360° elért?

3. Amikor a tudat eltűnik 180°-nál, nem jelenik meg automatikusan az *éppen ilyen* tudat?

4. A Szív Szútra első része azt mondja: „a forma üresség, az üresség forma.” De a második rész azt mondja: „az ürességben nincs forma.” Az egyik azt mondja azonosak, a másik, hogy nem. Azt hiszem, értem, de tudna mondani valamit erről?

1974. november 21.

Tisztelettel,
Ed

Kedves Ed,

Köszönöm leveled. Hogy vagy? Ez jó vagy rossz?

Válaszolva kérdéseidre:

1. „Miért nem elért az Ellobbanás?” – megütlek.

„Miért elért a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget?” – Az ég kék, a fű zöld. Érted a válaszaimat? Akkor megérted az el nem érést és az elérést.

2. Az Ellobbanás és a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettségek különbségéről kérdeztél. Az Ellobbanás olyan mint egy üres tükör – nincs jó, nincs rossz, nincs szín, nincs forma, nincs semmi. De mikor sárga szín tűnik fel – a tükör sárgát mutat; ha piros szín tűnik fel – a tükör pirosat mutat. Hosszú ideig tartózkodni az Ellobbanásban az ürességhez való ragaszkodást jelenti. Ez nem jó, mert akkor nem tudsz segíteni. Az Ellobbanásban nincsenek emberek, nincsenek Buddhák, nincs szenvedés, nincs boldogság – csak nyugalom. Ragaszkodni ehhez a nyugalomhoz annyi, mint ragasz-

kodni saját békédhez. De ha elhagyod a 180°-ot, megérkezel a 360°-hoz. Ekkor minden tiszta. A boldogság az boldogság, a szenvedés az szenvedés. Ha olyan emberekkel találkozol, akik szenvednek, segítesz nekik. Ha boldog emberekkel találkozol, együtt örülsz velük. Tanítanod kell az igaz utat! Az igaz út a Nagy Bódhiszattva út. Ha megtalálsz a nagy Bódhiszattva utat, ez a 360°.

3. Azt kérdezed: „Amikor 180°-nál eltűnik a tudat, az *éppen ilyen* tudat nem jelenik meg automatikusan?” A 180° csak az igazi üres tudat. Az *éppen ilyen* tudat az a tudat, ami nem jelenik meg, és nem tűnik el. De mi az igazi üres tudat? Mi az a tudat, ami nem jelenik meg és nem tűnik el? Nagyon fontos, hogy ne ragaszkodjunk a névhez és a formához! A 180° és az *éppen ilyen* csak tanító szavak. Ne ragaszkodj a szavakhoz!

4. „A forma üresség, az üresség forma.” – Ez a 90°. „Sem forma, sem üresség.” – Ez a 180°.

De ha nem ragaszkodsz a szavakhoz, ez a kettő ugyanaz. Mi elválasztjuk: a forma üresség, az üresség forma; sem forma, sem üresség. Majd: *gaté, gaté, páragaté, páraszamgaté bódhi szvává*. Ez azt jelenti, hogy a forma az forma, az üresség az üresség. Meg kell értened ezt a hármat! De e három közül melyik helyes?

Ha azt mondd, mindegyik helyes, harmincszor ütlek meg. De ha azt mondd, egyik sem helyes, akkor is harmincszor ütlek meg.

Mi a Szív Szútra igaz jelentése? Itt egy vers számodra:

*Oly sok szenvedés után az Ellobbanás
kastélyaiban,
Mily öröm belemérülni ebbe a világba!
Az emberek selyemruhában járnak,
A Buddhák rongyokat öltenek.
Faember sétál este,
Kőasszony főkötőben követi –
Akkor látod meg őket,
Mikor csészét formálsz kezeidből
És felkapod a holdat amint ott lebeg
Egy tavacska csendes felszínén.*

1974. november 29.

Tisztelettel,
Sz. Sz.

Szung Szan zen mester

Az Igaz Isten, az Igaz Buddha

A beszélgetés 1990. decemberében hangzott el a Providence Zen Központban egy elvonulás közben.

Kérdés: Keresztény vagyok, és szeretném tudni, van-e valami, amit ön szeretne megértetni velünk, és mi nem vagyunk képesek felfogni?

Szung Szan: A keresztények azt mondják, hogy Isten teremtett mindent – a jót és a rosszat, a mennyországot és a földet, az embereket, az állatokat és így tovább. Hat napot dolgozott, és a hetedikén pihent. De a buddhizmusban nincs ősök

vagy teremtő; nincs jövés, nincs menés, nincs lét és nincs nemlét sem; ezek mind ellentétpárokba rendeződő gondolkodások. A nap és a hold, a világos és a sötét, a nappal és az éjszaka – ezek mind nevek; a

Az Igaz Isten nincs se belül, se kívül nevek világa ellentétekben való gondolkodás. Az „Isten” szintén csak név; szintén ellentét-gondolkodás. Az Igaz Istennek nincs se neve, se formája.

A *sem-név-sem-forma* világában nincs se jövés, se menés – nincs ellentétekben való gondolkodás. Az, ami túl van a nevek és formák világán, az mindig világos. Az az Igaz Isten.

Az Istent ki teremti? A buddhizmus célja fellelni és megvalósítani a kezdőpontot. Mi ennek a világmindenségnek a kezdőpontja? A Biblia azt mondja: „Isten teremtett mindent.” De mi Isten kezdete? Isten honnan jön?

Mostanában kevesen mennek el szerzetesnek vagy apácának. Amikor Párizsban voltam, egy nagy katolikus egyetem kapuit zárva találtam. Nincs elég tanítvány. Vannak „jó helyzetű” társadalmak ahol nincsenek fiatal szerzetesek, csak öregek. Változnak az idők és változnak a tudatok is. „Csak higgy Istenben” – ez a régi stílusú vallás volt. Most az emberek azt vizsgálják, melyik vallás segít nekik és társadalmuknak. Szerzetes vagy sem, nem fontos. Új elképzelést, új stílusú vallást szeretnének, talán valamiféle meditációt is.

A nagy változások, átalakulások korát éljük, és a vallásoknak alkalmazkodniuk kell; a tanítási stílusban is

Az Igaz Istennek nincs se neve, se formája.

Az, ami túl van a nevek és formák világán, az mindig világos. Az az Igaz Isten.

változtatásra van szükség. Az egyszerű hit Istenben már sok embernek nem elég. Választ akarnak kapni, arra hogy „Mi Isten?”, „Mi az igazi természetem?” A Bibliában Jézus azt mondja: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” Mi ez az „Én”? Ez az „Én” Isten lenne? Isten elkülönül tőlem? Ha az Isten mégsem különül el tőlem, akkor Isten és Én egyek vagyunk vagy sem? Meditációs gyakorlat útján ezek a kérdések mély szinten nyernek választ. Akkor igazán megérthetjük a vallást, megérthetjük a

világot. A meditációban minden ellentét egy ponttá válik: a tudat, az Isten, a tan, az igazság. Megnevezheted számtalan módon, de ez a pont nevek és formák előtti.

Ha csak beszélsz az Isten-hitről, akkor sok problémád van: Hol van Isten? A testeden belül vagy kívül? Vannak akik azt mondják, hogy Isten a mennyben van; mostanában űrhajók barangolják be a mérhetetlen világűr, de nem találnak semmiféle Istent. Itt van Isten? Ott van Isten? Az Igaz Isten nincs se belül, se kívül, nincs se neve, se formája.

Mostanában sok keresztény kedveli Thomas Merton könyveit. Ő nem csak értelmezte a Biblia szavait. Megértette és gyakorolta a zen meditációt, így kapcsolatot talált saját igaz természetével. Erről a kapcsolatról írt. Könyvei ezért olyan népszerűek.

Nem számít, mely vallást, mely szellemi gyakorlatot követed. Tisztázd, hogy miért csinálod! Legyen az irányvételed tiszta, ez nagyon fontos; ha az irányvételed tiszta, akkor az életed tiszta. Ha csak a saját vallásodat, saját elképzelésedet ápolgatod, akkor problémáid lesznek. Ha nem tartod fenn ezen elképzelésidet: „az én vallásom”, „az én gyakorlatom”, akkor tiszta az irányvételed, és csak próbálsz, próbálsz, próbálsz. Akkor elérhetsz valamit. A tiszta irányvétel és a próbálkozás a legfontosabbak.

A zen tudat azt jelenti, hogy tégy le minden elképzelést és formát. Ha az irányvételed tiszta, és teljességgel le-

mondta mindenről, akkor majd elérsz valamit. S ha eléred, minden mással is kapcsolatba kerülsz.

A vallások olyanok, mint különféle ösvények a hegytetőhöz. A hegytető nagyon tiszta; ez a kezdőpont. De sok-sok ösvény vezet el ehhez a ponthoz; keleti, nyugati, déli és északi ösvény. Amikor az emberek elkezdik megmászni a hegyet, gyakran veszekednek egymással, mert úgy gondolják: „Az én utam a helyes, nem a tiéd.” De a hegy lábától nem láthatják a csúcsot, ezért ragaszkodnak oly nagyon a saját útjukhoz. Amikor tiszta az irányvételed és próbálkozol, az azt jelenti, hogy csak mész, mész fölfelé lépésről-lépésre. Ezért nem vesztesz energiát a másokkal való harcban vagy a vélemények csatájában; csak gyakorolsz. Akkor elérheted a hegy csúcsát.



buddha compassion
jesus love
and touch of a hand

A különféle ösvények a hegytetőhöz tudatunk szülöttei. De mi a tudat? Ha intellektuálisan próbálsz megérteni, nem fogsz rájönni. Tudatunk határtalanul nagy, de egyben kicsi is. Egy nagyon hegyes tű sem képes megérinteni ezt a tudatot, mert ez kisebb, mint a tű hegye. De tudatunk egyben nagyobb, mint a világmindenség. Tudatunk néha rendkívül világos, néha nagyon sötét. Ha létrehozod az „én ösvény”-emet, létrehozod

az „én tudatom”-at is. De ha elhagyod a saját tudatot, Buddha leszel. Akkor bármely ösvény elvezet a hegy csúcsához.

Ha ellenőrzöd tudatodat, az egész mindenséget ellenőrzöd. De amikor azt gondolod, „ellenőrzöm a tudatomat”, akkor mi az, ami ellenőrzi a tudatot? Egy másik tudat vagy nem-tudat? Hogyan ellenőrzöd a tudatot? Hol van a tudatod? Te és a tudatod egyek vagytok vagy sem? Azonosak vagytok vagy különböztek? Nagyon nagy probléma! Mindez csak gondolkodás. PUFF! Tégy le mindent, rendben? Ne gondolkozz!

A Gyémánt Szútra azt tanítja: „Minden, ami keletkezett mulandó. A tiszta látás az, amely minden megjelenést úgy tekint, mint meg nem jelenést. Amikor minden megjelenés és meg nem jelenés eltűnik, az a teljes nyugalom. Akkor megláthatod a Buddha-természetet.” De ha minden mulandó, akkor én is az vagyok, Buddha is az. Akkor hogyan láthatom meg Buddhát? A mulandó hogyan láthatja meg a mulandót?

Ha ellenőrzöd a Biblia vagy a Gyémánt Szútra szavait, akkor mindez csak ellenőrzés, ellentét-gondolkodás. De az igazság azt jelenti, hogy nincsenek ellentétek. Ez jelenti a teljességet. Ha mindent ellenőrzöl, akkor semmi sem helyes. Ha nem ellenőrzöl semmit sem, akkor minden helyes. Ez a zen. A Gyémánt Szútra azt tanítja, a hallgatás jobb, mint a szentség. A Biblia azt mondja: „Csendesedjétek és ismerjétek el, hogy én vagyok az Isten.” (Zsoltárok 46/11) Ez a csendes tudat nagyon fontos. Hogyan adódik át ez a csendes tudat? Buddha felmutatott egy virágot és egyedül Mahákásjapa mosolyodott el. Akkor a Buddha azt mondta: „Átadom neked az igaz tanítást.” Ez azonban nagyon nagy hiba volt a Buddha részéről. Ha én lettem volna Mahákásjapa, azt mondtam volna: „Köszönöm Buddha, de nekem már megvan a magam tanítása.” Akkor Buddha nagy bajban lett volna!

Tehát mindenki magában hordozza a tanítást, az igazságot, a helyes utat és a helyes életet. Mindenkinek lehetősége van megvalósítani Jézus híres mondását: „Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” Akkor miért van szükség a tan átadására? Nyisd ki a szádát, s máris hibázol. De a mi feladatunk az, hogy minden lénynek a segítségére legyünk. Ezért használunk szavakat a tanításban és a lények megsegítésében. Ezt mi „beszéd általi segítség”-nek hívjuk.

Ha próbálkozol és fenntartod a nemtudom tudatot, akkor központod egyre erősebb és erősebb lesz. Akkor minden, amit hallasz, szagolsz, látsz, ízlelsz és tapintasz, jobb mint a Buddha és a Biblia szavai. Az a megvilágosodás. Akkor segítségére lehetsz minden szenvedő lénynek.

Mi a tudat?



Szigeti György

Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet

MÉLYEN MAGADBA vagy zuhanva, a jövő és a menés, a kívül és a belül már nem érintenek; és nincs szükség sem a Buddhára, sem Jézus Krisztusra, sem az élesszemű zen mesterekre, sem másra. Ám mégis kezeden tartod az el nem hervadó virágot, amelynek szirmai: Buddha, Jézus Krisztus, az élesszemű zen mesterek és a többiek.

„Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.” (Jézus búcsúbeszéde – János Evangéliuma) Mit jelent ez? „A tízezer dharma visszatér az Egybe. De hová tér vissza az Egy?” Hová? Ha nem tudod, csak menj egyenest a nemtudomba! És tégy le minden elképzelést! Ne akard a kérdéseket megválaszolni! Mert egy napon úgyis magad mögött hagyod az én-enyém-nekem hegyét és rátalálsz eredeti utadra. De mi az eredeti utad? A keresztény mesterek által kijelölt utak? A buddhista mesterek által kijelölt utak? Vagy más mesterek által kijelölt utak? Mi az eredeti utad? Melyik úton mész a Nefelejcs utcába? Ugye, hogy tudod – ha nem, nézd meg a térképen!

„Én vagyok a világ világossága. Aki engem követ, nem jár sötétben, hanem övé lesz az élet világossága.”

A válasz egyszerű és tiszta (Jézus a világ világossága – János Evangéliuma) Mit jelent Jézus Krisztus ezen mondása? Ki az a Jézus Krisztus? Ki vagy te? A válasz egyszerű és tiszta. Mindig is tudtad és mindig is tudni fogod.

Csak tartsd azt a fránya nemtudomot! Mit tartsak? Na azt!

Csuda kellemes az idő, kora őszi szellő fújdogál. A nap beragyogja a világegyetemet. Forró teát iszom. Csend ül a szobán. Íme, ezekben a mondatokban ilyenségeket és olyanságokat írtam le. Pedig valójában minden üresség, ami azt jelenti, hogy a világmindenség se nem ilyen, se nem olyan. Akkor milyen? Ki hozza létre az ilyenségeket és az olyanságokat? Ha megtalálsz a választ erre a kérdésre, a tiéd lesz az élet világossága.

De hülye vagy! Na most mi jött fel benned? És miért az? Tedd félre! De hülye vagy! Na most mi jött fel benned? Ha észreveszed véleményeid különbözőségét, akkor tisztán fogod látni azt, hogy az ilyenségeket

—
*Nincs szükség
sem a Buddhára,
sem Jézus Krisztusra,
sem a zen mesterekre,
sem másra.*
—

és az olyanságokat ki hozza létre. Ha pedig nem érted, igyál hideg vizet! Majd egy meleg teát.

„A tízezer dharma visszatér az Egybe.” Mi ez? Nem más, mint a világmindenség. Amiről mindenkinek más és más véleménye van. A vélemények különbözők, de valójában a világmindenség sem ilyen, sem olyan. Tedd félre véleményeidet!

És akkor megértheted azt, hogy mi az Egy, ahová a tízezer dharma visszatér.

„De hová tér vissza az Egy?” Ha megérted, hogy mi az Egy, a kérdés nagyon egyszerű. Ám az Egy: nem tudat, nem Buddha, nem egy és nem nulla. Akkor mi?

Én vagyok az Út, az Igazság és az Élet.

Vizsgáljuk meg, mi a megvalósítás. Azt, hogy hogyan lesz bármi olyanná vagy ilyené. A megvalósítás alapja az, hogy belásd a világmindenség sem ilyen, sem olyan voltát. Nézzünk egy verset ezzel kapcsolatban:

Elöttem az út nem út.

Kezemben a bot nem bot.

Hogyan lesznek mégis azzá?

Bal – Kipp

Jobb – Kopp

Bal – Kipp

Jobb – Kopp

A megvalósítás élményét nem lehet teljességgel szavakban kifejezni. Ám ez olyan élmény, amellyel pillanatról-pillanatra mindenki rendelkezik. De nem tudunk róla, mert belefeledkezünk a nevek és formák világába, és mindenféle zavar és tisztátalanság fedi el tisztá tudatunkat. Ebben az élményben mutatkozik meg a megvalósítás egyetemessége. Ebben az élményben már fel sem merül a lét és a nemlét, a világ és az én kettőssége.

Ha megtalálsz az eredeti utadat, segítesz a világon. Ha eljutsz Izraelbe, mit látsz majd? Azt, hogy Názáret felett is kék az ég.

Tedd félre! Tedd félre!

Ne ragaszkodj semmihez sem!

Virágh Szabolcs

Egyetlen virág az egész világ



SZUNG SZAN ZEN MESTER már harmadszorra rendezi meg ugyanazt a konferenciát. Ugyanazzal a címmel. Ugyanazokkal a résztvevőkkel. Ugyanazon a helyen. Ráadásul több, mint húsz éve ugyanazt tanítja. Amikor ennek okáról kérdezték, így válaszolt: „Hiába mondom annyiszor, mégsem értitek.” Az utána felhangzó obligát nevetés feledtetni látszott a tény: tényleg nem értjük, illetve nagyon kevesen értik. Megtanultunk beszélni róla, megtanultuk a tradíció gyakorlatait, megtanultuk összeegyeztetni mindennapi életünk bakugrásaival. És mégsem értjük.

Korea. Európai számára kifürkészhetetlen arcok, tömeg, sodródás. Vámtiszt, pincér, eladó: mind ugyanaz a mosoly, a másik embernek kijáró, társadalmilag kondicionált tisztelet, a legszükségesebbekre szorítókozó figyelem. Hogy valóban működik, az csak a csendes, visszahúzódo emberek mozdulataiból derül ki. Egy-egy mondat, finom gesztus, és a tanácstalan ember útbaigazítást kap.

A hvagjeszai templom¹ földszinti dharma termében elvész a százhusz vendég. Leborulunk a három hatalmas Buddha szobor előtt; földön ülve, kanállal és fém-pálcikákkal vacsorázunk a harminc centire „emelt” asztaloknál és matracokon alszunk a fűtött padlós, emeleti dharma teremben. Horkolás. Az oltár üvegtáblái hal-kan remegnek, a sötétbe borult Buddha diszkrétén mosolyog. Másnap délután indulunk a konferencia színhelyére, Szudoksza² templomába.

Apró falucska húzódik meg két heglánc találkozásánál. Többépületes, sok szerzetesnek otthont adó templom emelkedik a falu fölé – meredek, kandeláberekkel szegélyezett lépcső vezet fel hozzá. Apró bódé adja tudtul, hogy gyakoriak a turisták. Hajnali háromkor megkondítják Szudoksza embermagasságnál nagyobb harangját. A szilánkos szélű fatörzs újra és újra nekierint a majd' tenyérnyi vastag bronznak, remeg a levegő, száraz moktak kopácsol, elnyújtott litánia szól. Reggel négy órára mindenki talpon van.

Pillanatképek egy koreai utazásról

A szószéken Szudoksza apátja, körülötte világi előkelőségek, helybéli szerzetesek. Amerikai mesterek, koreai mesterek, japán mesterek, kínai mester, szingapúri mester valamint a kambodzsai legfőbb pátriárka. Mosolyognak, üldögelnek, néha bóbiskolnak. Rövid üdvözlő beszédük hol tanítás, hol csak rövid ima. A kultúrprogram két énekesből áll, produkciójuk legszebb magyarnótáinkat, Korda Györgyöt, illetve Zárai-Vámosit idézik. Másnap nyolc résztvevő számol be a többieknek, mi újság hazájukban, hogy megy soruk, hogyan tudnak gyakorolni. Sehol sem könnyű, sehol sem lehetetlen.

Tedzson. Tizenhétmeletes, apartmanos, vadonatúj lakásokban kapunk szállást, melyekben az expo után lakni fognak. A világiállítást technológiai parádéja nem szomorítana el, ha nem látnám elképesztő hatékonyságú működését a mindennapok gépezeteiben. A valóság és a kép egymást fedi. Megint leköröztek minket. Korea gazdasági növekedése az autók, buszok és terepjárók ötödik sebességében, sokezres fordulaton dolgozik.

Sinvonsza³ ékszerként bújik meg a hegyek között. Az apát csillogó szemű, örökifjú ember. Apró, hajlított tetejű házak, kicsiny meditációs helyiségek. Látványosságok, hatalmas Buddha szobrok nincsenek. A turisták eddig nem özönlötték el a helyet, ez talán annak is köszönhető, hogy a téli és a nyári elvonulások idején a templom zárva van. A hely hangulatában nincs semmi különös, az viszont leírhatatlan. Az első olyan élmény, amikor szívesen mondanám: „Ó, maradj még pillanat...” A megismerésben megfáradt Faustok pihenőhelye ez: itt végre megtudható, *mi* az, ami megismer.

Két tekeres filmet hoztam el, a táskám tele szuvenírrrel, tucatnyi képeslapot küldtem haza. A szívem mégis ott maradt. A sinvonszai derűt itthon sehogy sem találom. Vissza kell mennem. El kell hoznom.

Budapest, 1993 október.

1 International Zen Center of Hwa Gye Sah, Szöul, Korea.

2 Temple of Su Dok Sah, Korea.

3 Temple of Shin Won Sah, Korea.

Moldoványi László

A három bölcs béka,

*a még bölcsebb gólya és a
faragatlan tuskó*

EGYSZER VOLT, hol nem volt, a három világon is túl volt egy kis tavaeska. Nem volt nagy, épp csak 108-szor fért volna el benne a világ. Ebben a tóban élt három zent gyakorló béka. Nagy tiszteletnek örvendtek és minden nap keményen végezték a gyakorlatokat, hiszen legénynek kell lennie a talpán annak, aki téglából akar gyémántot csinálni. Elhatározták, hogy Buddhává válnak.

Egyszer épp gyakorolnak, mikor arra sétál a gólya.

Megszólal az első béka:

– Én értem. A világon minden úgy van, ahogy épp van. A gólya csőre piros.

Jött a gólya, hamm bekapta.

Megszólal a második béka:

– Om mani padme hum, om mani padme hum, om mani padme hum.

Jött a gólya, hamm bekapta.

Megszólal a harmadik béka:

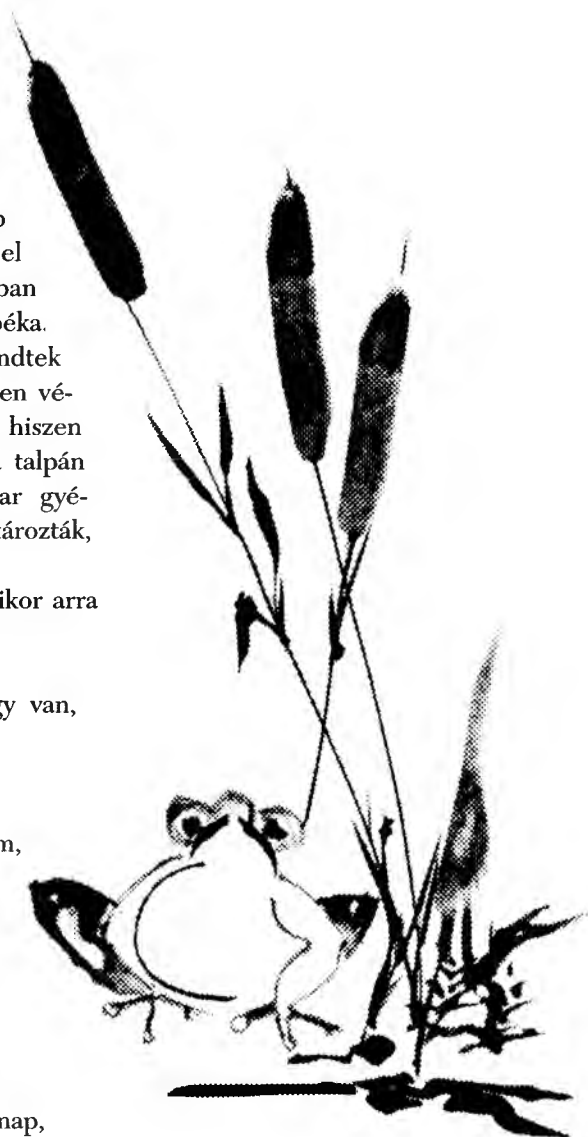
– Ha megeszel, az is jó, ha nem eszel meg, az is jó.

Jött a gólya, hamm bekapta.

A jóllakott gólya vidáman kerepelt, majd felröppenvén a magasba elégedetten megjegyezte:

– Ó mily csodálatos ez a reggel, hisz még fel sem kelt a nap, és már három békát megmentettem.

Erre kidugja a fejét a vízből egy egyszerű kis tavi béka. Meglátván a tovaszálló gólyát ijedten elkiáltja magát: „Brek!” és nagyot csobban a víz utána...



Man Gong zen mester
Vers a Te Hva Szán hegyhez

A Nagy Hegy gerincén
 áradó víz tisztítja az ősi Buddha tudatát.
 Érted-e, mit jelent ez?
 Kérdezd meg a fenyőfát.

Szung Szan zen mester
A négy évszak

Tavaszi virágok.
 Nyári hűvös szellők.
 Őszi levelek.
 Téli fehér hó.

Kitaszít a világ?
 Kitaszítom a világot?
 A dharma szobában fekszem.
 Semmivel sem törődöm.

Fehér felhők úsznak az égen,
 Tiszta víz folyik le a mélybe,
 Szellő járja át a pagodát:
 Egész életem az övék már.

Man Gong zen mester
Tanátadási vers Ko Bongnak

Az ősi Buddha sohasem adta át a Tant.
 Én hogyan adjam át neked?
 A felhő elszáll, egyedül fénylik a hold.
 Szung Szan¹ az Ko Bong².

1 Szung Szan – annak a magas kínai hegynek a neve, ahol a Hetedik Pátriárka élt és gyakorolt.

2 Ko Bong – Öreg Csücs



A Zen Kvan Um Iskolájának könyvei



Dropping Ashes on the Buddha: The teaching of Zen Master Seung Sahn.

Compiled and edited by Stephen Mitchell.

Grove Press, New York.

Szung Szan zen mester tanítása. 100 zen történetet és kongant tartalmaz a zen modern nyugati történetéből. Könyvében a zen mester hol elragadóan, hol tiszteletlenül, hol vidáman és spontán

mutatja be a zen tanítását.

A könyv magyar nyelvű változata előkészületben van.

Kiadták 1976-ban, 244 oldalon. Ára: 11.95\$



The Whole World is a Single Flower: 365 Kong-ans for Everyday Life. Zen Master Seung Sahn.

Charles E. Tuttle Company, Inc. Boston.

365 kongan a mindennapi élethez Szung Szan zen mester kérdéseivel és kommentárjaival. Ez az első olyan kongan gyűjtemény, amelyben keresztény és taoista konganokat is közöl-

nek a hagyományos buddhista konganok mellett. A kérdések és kommentárok nagy segítséget jelentenek a zen tanítványoknak.

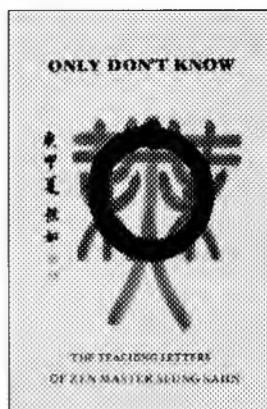
A könyv magyar nyelvű változata előkészületben van.

Kiadták 1992-ben, 267 oldalon. Ára: 16.95\$

Only Don't Know: Teaching Letters of Zen Master Seung Sahn. Primary Point Press edition.

Szung Szan zen mester tanító levelei különféle témakörökkel foglalkoznak, a nyugati tanítványok mindennapokra vonatkozó kérdéseire, problémáira válaszolnak. Emellett a meditációs gyakorlat rejtelseibe is bevezet bennünket a zen mester.

Kiadták 1991-ben, 204 oldalon. Ára: 12.00\$



Ten Gates, The Kong-an Teaching of Zen Master Seung Sahn, Primary Point Press edition.

Szung Szan zen mester kongan tanítása. Tíz klasszikus kongannal mutatja be a zen mester a kongan gyakorlatok tíz kapuját, a tanító és a tanítvány kapcsolatát.

Kiadták 1992-ben, 151 oldalon. Ára: 11.95\$

Compass of Zen Teaching, Zen Master Seung Sahn

Szung Szan zen mester tanításának a lényegét tartalmazza. A buddhizmus és a zen fő pontjait, a kongan gyakorlatok tíz kapuját és a templomi szabályokat.

Kiadták 1983-ban, 39 oldalon. Ára: 10.00\$



Only DOing It for Sixty Years

Történetek Szung Szan zen mester életeről és tanításáról. A könyvben tanítványai emlékeznek vissza a zen mesterrel való első találkozásukra, közös élményeikre, utazásaikra és beszélgetéseikre. A könyv Szung Szan zen

mester hatvanadik születésnapjára jelent meg.

Kiadták 1987-ben, 238 oldalon. Ára: 10.00\$

Thousand Peaks

A koreai zen tradíciója és tanítói. A könyvet Mu Szong Szunyim zen szerzetes írta. Átfogó ismeretet ad a koreai zen történetéről, a kiemelkedő tanítók életeről és tanításairól, a kezdetektől egészen napjainkig.

Kiadták 1991-ben, 256 oldalon. Ára: 14.00\$



bódhizattva (*szanszkrit*) – az, aki elérte a megvilágosodást, de nem kíván megtérni a nirvánába. A világba visszatérve segítségére van másoknak a szellemi szabadság elérésében.

Buddha (*szanszkrit*) – a megvilágosodott, a felébredett. De így említjük Gautama Sziddhárta herceget is, a történelmi Buddhát, Sákjamuni Buddhát, aki elszánt szellemi gyakorlatok után elérte a megvilágosodást, majd felismerését kinyilatkoztatta, és több mint negyven éven át tanította. Ő volt a buddhizmus megalapítója.

Buddha-természet – megvilágosodási képesség. Buddha azt tanította, hogy minden rendelkezik a megvilágosodás képességével.

Csojje rend – a legfontosabb és a legnagyobb rend a koreai buddhizmusban. 1356-ban a Kilenc Hegy Zen Iskoláinak az egyesítésekor hozták létre.

De Szan Sza Nyim (*koreai*) – Nagytiszteletű zen mester

Dharma (*szanszkrit*) – a Tan, a Tanítás, az Út. A buddhista tanítások összessége. A tanítások lényege.

dharma (*szanszkrit*) – a dolgok, a világ jelenségei.

dharma tanító – Aki a Zen Kvan Um Iskolájában tíz fogadalmat tett, és így jogosult szertartások, visszavonulások vezetésére és tanítására.

dharma terem – a mindennapi gyakorlatok, a szertartások és az ünnepek színhelye

Dzsi Do Pop Sza Nyim (*Ji Do Poep Sa Nim; JDPSN*) – dharma mester; olyan tanítvány, aki megkapta az *inkát* a zen mesterektől. Kongan interjúkat adhat és elvonulásokat vezethet.

hapcsang (*koreai*) – összetett tényerek; egymás köszöntésekor, a dharma terembe való belépéskor, meghajláskor, énekléskor, leboruláskor, étkezéskor stb. használják.

inka (*koreai*) – azok a tanítványok kapják meg, akik befejezték *kon-*

gan gyakorlataikat és a zen mesterek alkalmasnak találták őket a konganokkal való tanításra.

interjú (*koreaiul: dokszan*) – szertartásos, személyes jellegű beszélgetés a dharma mesterrel vagy a zen mesterrel, amelyben a mester konganokkal ellenőrzi és segíti tanítványa gyakorlatát.

Jong Meng Dzsong Dzsing (*Yong Maeng Jong Jin; YMJJ*) – „ülni, mint az ugrásra készülő tigris” A Zen Kvan Um Iskolája három vagy hét napos elvonulása, amelyeken a hagyományos zen gyakorlatok szerepelnek. Az elvonulások alatt a vezető dharma mester vagy zen mester az interjúkon *kongan* tanításokkal segíti a zen tanulókat.

karma (*szanszkrit*) – tett, cselekvés, átvitt értelemben sors. A hétköznapi szóhasználatban a tettek ok-okozati függését értik alatta.

kasa (*koreai*) – barna színű ruhadarab, amelyet a nyakban vagy a vállon át hordanak. A buddhista fogadalmakat jelképezi. A kasa, a kicsi és a nagy egyaránt, szimbólum. Kockákból és vonalokból, 7, 12, vagy 18 részből áll. Öt pontja öt égtájat jelöl: keletet, nyugatot, északot, délet és a középet. Így az egész világot szimbolizálja.

KACU! – a zen jellegzetes hasból eredő kiáltása; a megkülönböztető gondolatok elvágására használják.

kongan (*koreai, japánul kóan*) – paradox és irracionális történet, melyet a zen tanítók használnak az interjúk során. A kongan gyakorlatok célja, a megkülönböztető gondolkodás elvágása, hogy így elősegítsék az ember igazi természetének meglátását.

Kvan Szeum Boszal (*koreai; szanszkrit: Avalókitésvara; kínai: Kuan Jin; koreai: Kvan Um; japán: Kanzeon, Kannon; tibeti: Csenrézi*) – a cselekvő együttérzés bódhizattvája

Kjol Cse (*koreai*) – szigorú tan; a koreai zen téli és nyári visszavo-

nulásai, amelyek 90 és 21 naposak. **Mahájána** buddhizmus – célja a mások üdvét szolgáló megvilágosodás elérése. A Mahájána a Középut Tanát képviseli.

mala (*szanszkrit, magyarul olvasó*) – karon vagy nyakban hordható füzér, melyet a leborulások, mantrák számlálására használnak.

mantra (*szanszkrit*) – szent szóttagok, szövegek recitálása, ismételtetése. A tanítványok a meditációs gyakorlatokban a megkülönböztető gondolatok elvágására, a tiszta tudat elérésére használják.

megvilágosodás – felismerési élmény, a zen gyakorlás célja. Meglátni az ember igazi természetét, elérni a tudat tisztaságát, megszabadulni a kötöttségektől.

moktak (*koreai*) – fából készült ütőhangszer, amellyel az énekek ritmusát adják.

pátriárka – az iskola szellemi vezetője; a Buddhától eredő tudattól tudatig hagyományozódó tanítás képviselője.

prádzsnyá (*szanszkrit*) – bölcsesség

szamádhi (*szanszkrit*) – elmélyülés

szangha (*szanszkrit*) – eredetileg szerzetesek közössége. A Mahájána és a zen iskolákban azok közösségét hívják szanghának, akik együtt gyakorolnak, együtt élnek, egymást segítve próbálják megvalósítani a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget.

szunyim (*koreai*) – szerzetes

szútra (*szanszkrit*) – szentirat

tan átadása – a tan tudattól tudatig hagyományozódó átadása, mely Buddhától a mai napig töretlenül tart. Nem valaminek a tényleges átadása történik, hanem a tan önálló realizációja, megvalósítása.

ÜTÉS – a padlóra vagy az asztalra mért tenyér vagy bot ütést a megkülönböztető gondolatok elvágására használják.

zen (*japán; koreai: szon; kínai: csan; szanszkrit: dhjána*) – elmélyedési, meditációs gyakorlat

A Tan átadása Buddhától Szung Szan-ig



Sákjamuni
Buddha,
Gautama
Sziddhártha
A buddhizmus
megalapítója

INDIA

1. Mahákásjapa [*Mahakashyapa*]
 2. Ánanda [*Ananda*]
 3. Szanakavasza [*Sanakavasa*]
 4. Upagupta [*Upagupta*]
 5. Dhritaka [*Dhrtaka*]
 6. Miccsaka [*Miccaka*]
 7. Vaszumitra [*Vasumitra*]
 8. Buddhánandi [*Buddhanandi*]
 9. Buddhamitra [*Buddhamitra*]
 10. Parszva [*Parsva*]
 11. Punjajaszasz [*Punyayasas*]
 12. Asvaghósa [*Asvaghosa*]
 13. Kapimála [*Kapimála*]
 14. Nágárdzsuna [*Nagarjuna*]
 15. Kanadéva [*Kanadeva*]
 16. Rá huláta [*Rahulata*]
 17. Szanghánandi [*Sanghanandi*]
 18. Gajaszata [*Gayasata*]
 19. Kumarata [*Kumarata*]
 20. Dzsajata [*Jayata*]
 21. Vaszubandhu [*Vasubandhu*]
 22. Manórhita [*Manorhita*]
 23. Hakléna [*Haklena*]
 24. Árjaszimha [*Aryasimha*]
 25. Baszjaszita [*Basiasita*]
 26. Punjamitra [*Punyamitra*]
 27. Pradzsánátata [*Prajnatata*]
 28. Bódhidharma [*Bodhidharma*]
- KÍNA
29. Hui-ko [*Hui k'o*]
 30. Szeng-can [*Seng Ts'an*]
 31. Tao-hszin [*Tao Hsin*]
 32. Hung-zsen [*Hung Jen*]
 33. Hui-neng [*Hui Neng*]

34. Huj-zsang [*Huai Jang*]
35. Ma-cu Tao-ji [*Ma-tsu Tao-i*]
36. Paj-csang Huj-haj
[*Pai-chang Huai-hai*]
37. Huang-po Hsi-jün
[*Huang-po Hsi-yün*]
38. Lin-csi Ji-hszüan
[*Lin-chi I-hsüan*]
39. Hszing-hua Cun-csiang
[*Hsing-hua Tzun-chiang*]
40. Nan-jüan Hui-jü
[*Nan-yüan Hui-yü*]
41. Feng-hszüeh-Jen-csao
[*Feng-hsüeh Yen-chao*]
42. Sou-san Hszing-nien
[*Shou-shan Hsing-nien*]
43. Tai-cu Jüan-san
[*Tai-tzu Yüan-shan*]
44. Cu-ming Csu-jüan
[*T'zu-ming Ch'u-yüan*]
45. Jang-csi Fang-hui
[*Yang-ch'i Fang-hui*]
46. Pai-jün Sou-tuan
[*Pai-yün Shou-tuan*]
47. Vu-cu Fa-jen [*Wu-tsu Fa-yen*]
48. Huan-vu Ko-csin
[*Huan-wu K'o-ch'in*]
49. Hszü-csiu Sao-lung
[*Hsü-ch'iu Shao-lung*]
50. Jing-an Tan-hua
[*Ying-an T'an-hua*]
51. Mi-an Hsi-csieh
[*Mi-an Hsi-chieh*]
52. Po-an Cu-hszien
[*P'o-an Tsu-hsien*]
53. Vu-csüan Sih-fan
[*Wu-chuan Shih-fan*]
54. Hszüeh-jen Hui-lang
[*Hsüeh-yen Hui-lang*]
55. Csi-an Cung-hszin
[*Chi-an Tsung-hsin*]
56. Sih-sih Csing-kung
[*Shih-shih Ch'ing-kung*]

KOREA

57. Té Ko [*Tae-Ko Bo-Wu*]
58. Van Am [*Whan-Am Hom-Su*]
59. Ku Gok [*Ku-Gok Gak-Un*]
60. Bjok Ke Dzsong Sim
[*Byeok-Ke Joung-Shim*]
61. Bjok Szong Dzsi Om
[*Byeok-Song Ji-Eom*]
62. Bu Jong Jong Kvan
[*Bu-Yong Yeong-Kwan*]
63. Csong Ho Hju Dzsong
[*Cheong-Heo Hyu-Jeong*]
64. Pjon Jang On Ki
[*Pyeon-Yang Eon-Ki*]
65. Pung Dzsun Hon Sim
[*Pung-Jung Heon-Shim*]
66. Vol Dam [*Weol-Dam Seol-Je*]
67. Hvan Szong Dzsi An
[*Hwan-Seong Ji-An*]
68. Ho Am [*Ho-Am Che-Jeong*]
69. Csong Bong Ko An
[*Cheong-Bong Keo-An*]
70. Jul Bong Csong Kua
[*Yul-Bong Cheong-Kwa*]
71. Keum Ho Bop Csom
[*Keum-Heo Beop-Cheom*]
72. Jong Am [*Young-Am He-Eong*]
73. Jong Vol [*Yeong-Weol Bong-Yu*]
74. Man Hua [*Man-Hwa Bo-Seon*]
75. Kjong Ho Szong Vu
[*Gyeong-Heo Seong-Wu*]
76. Man Gong Vol Mjon
[*Mang-Gong Weol-Myeon*]
77. Ko Bong [*Ko-Bong Gyeon-Uk*]

78. Szung Szan
Heng Von
[*Seung Sahn
Haeng-Won*]
A Zen Kvan
Um Iskolájá-
nak alapítója



ÉSZAK-AMERIKA

Vezető tanító: Szung Szan zen mester

EGYESÜLT ÁLLAMOK

Providence Zen Center

99 Pound Road
Cumberland, RI 02864,
U.S.A.
Office: (401) 658-1464
Fax: (401) 658-2499
Personal: (401) 658-2499
International Head Temple

KANADA

Nine Mountains Zen Gate Society

1000 Queen Street West
Toronto, ON M6J 1H1, Canada
Phone: (416) 588-3251

EURÓPA

Vezető tanító: Vu Bong zen mester

CSEHORSZÁG

Prague Zen Center

Boleslavska St. 10
130 00 Prague
Czech Republic
Phone: (42) 2-733-6551

AUSZTRIA

Vienna Zen Center

Kath. Arbeiterwohnheim
Göllnergasse 2-4
1030 Wien
Phone: 7713-41-00 (9am-4pm)

NÉMETORSZÁG

Zen Zentrum Berlin

Turinerstr. 5
1000 Berlin 65
Germany
Phone: (49) 30-456-72-75
Fax: (49) 30-453-72-57

LITVÁNIA

Vilnius Zen Center

Tvereciaus 5-38
Vilnius
Lithuania
Phone: (7) 012-74-50-03

LENGYELORSZÁG

Warsaw Zen Center

04-962 Warsaw Falenica
ul. Malowiejska 24
Poland
Office: (+8) 22-15-05-52
Fax: (48) 22-15-05-52 (after 9pm)
Personal: (48) 22-15-04-00
Head Temple, Eastern Europe

OROSZORSZÁG

Saint Petersburg Zen Center

Primorskaya st. 9-25
Vyborg 188900, Russia
Phone: 298-72

SZLOVÁKIA

Bratislava Zen Center

Bagarova 2
841-01 Bratislava, Slovakia
Phone: (42) 7-767-623
Fax (42) 7-769-141

SPANYOLORSZÁG

Centro Zen de Palma

c/ San Felio 6
07012 Palma de Mallorca
Spain
Phone: (34) 71-728-981

BELGIUM

Brussels Zen Center

118 Rue des Trois Ponts
1160 Brussels, Belgium
Phone: (32) 2-660-55-21
Fax (32) 2-782-05-59

HOLLANDIA

Netherlands Zen Group

Rondo straat 30
1312 Sk Almere
Netherlands

NORVÉGIA

Oslo Zen Center

Bjerkelundgt. 2
0553 Oslo 5, Norway

JUGOSZLÁVIA

Beograd Zen Center

Radica Petrovica St. 23
Zemun, Yugoslavia

MAGYARORSZÁG

Budapest Zen Center

Árpád u. 8. VI. 156.
1215 Budapest, Hungary
Phone: (36) (1) 276-1309
Fax: (36) (1) 156-1835

SVÁJC

Zurich Zen Center

Bahnhofstr. 21
CH-8703 Ehrlenbach
Switzerland
Phone: (41) 1-910-7544

UKRAJNA

Kiev Zen Center

Vokzalnaya St. 3/26
256 400 Bielaya Cepkov
(Kiyevskaya Obl.), Ukraine

ÁZSIA

Vezető tanító: Szu Bong zen mester

KOREA

Seul International Zen Center

Hwa Gye Sah
487, Suyu-Dong
Tobong-Ku, 132-071
Seoul, Korea
Phone: (82) 2-900-4326
Fax: (82) 2-995-5770

AFRIKA

Vezető tanító: Szu Bong zen mester

DÉL-AFRIKAI KÖZTÁRSASÁG

The Dharma Centre

Heldervue Homestead
16 Prunus Street
Heldervue
Somerset W 7130
South Africa
Phone: (27) 24-551-297
Fax: (27) 21-927-063

DÉL-AMERIKA

BRAZÍLIA

Comunidade Zen de Sao Paulo

Rua Guaraciaba, 416
Sao Paulo SP CEP 03404
Brazil

*A koreai
Tripitaka,
buddhista
szentíratok
gyűjteménye
a Heinsza
templomban*

