

Zen tükrök



2013. tavasz
5. évfolyam
1. szám

500 Ft

Naplótöredékek

*A buddhizmus
és a japán harci
művészetek*

*A kilencszínű
szarvas szútra*

*Pang,
a világi hívő*



*A Tan Kapuja Zen Közösség
a fogadalomtételi ünnepi szertartás után*

Tiszta tudat, tiszta gondolkodás, tiszta cselekvés

Zen tükör

A Zen Tükör Magazin
a Tan Kapuja Buddhista Egyház
Zen Közösségének lapja

2013. tavasz – 5. évfolyam 1. szám

Megjelenik alkalmanként

A kiadásért felelős
A Tan Kapuja Zen Közösség apátja,
Dobosy Antal

Főszerkesztő:
Komár Lajos

Szerkesztőbizottság:
Dobosy Antal
Károlyfi Judit
Ser Gergely
Szeremley Anett
Szeremley Levente
Tánczos-Pataki Fruzsina



A szerkesztőség címe:
A Tan Kapuja Zen Közössége
Zen Tükör szerkesztőség
1098 Budapest,
Börzsöny utca 11.

A nyomdai előkészítést
Dobosy Antal végezte

A lap a
Print-Consulting Kft.
nyomdájában készült

ISSN 1218-0726



通玄峰頂人是人間
道眼守之物滿目青山
蕭松高之印也

Dobosy Antal

Kérdések és válaszok



Ha egy igazán komoly kérdésünk van, szaladunk vele a mesterhez. Azt várjuk, hogy a nagytudású és nagytapasztalatú mester majd megadja nekünk a választ. Azt várjuk, hogy a választ megértve most már mi is fogjuk tudni azt, amit ő. De a zen kóanok is jól illusztrálják, hogy a zen mesterek válaszai egyáltalán nem felelnek meg ezeknek a várankozásainknak. A válaszok, melyeket a zen mesterek adnak, sokkal inkább további kérdéseket vetnek fel, mint a közvetlen megoldást, amelyek aztán persze újabb kérdéseket hoznak elő, és azok aztán még újabbakat. És ez így folytatódik. Egy kérdés számtalan új kérdést szül. Az adott válaszok sokszor rejtvénynek tűnnek. Sokszor csak újabb problémát jelentenek, és ahelyett, hogy világosabbá tenné azt, amit csak félig tudunk, inkább összezavarnak. Ahelyett, hogy megerősítenének minket elképzeléseinkben, egyre bizonytalanabbá tesznek, és ahelyett, hogy segítenének egy probléma megoldásában, magunkra hagynak. De akkor, ha nem kedvetlenedünk el időközben, megérthetjük, hogy így van ez rendjén. Nem várhatjuk kívülről a megoldást. A zen stílusú válasz nem a megoldást adja, azonban segíthet megtalálni a módszert, ami végül is a megoldáshoz elvezethet. Akkor pedig lássuk be azt, hogy a problémáinkat, az akadályokat, a nehézségek jelentős részét mi magunk hozzuk létre magunknak, melyben saját tudatunknak igen jelentős szerepe van! És így azt is, hogy a problémáinkat magunknak kell megoldanunk, kérdéseinket is magunknak kell megválaszolni. Ez az út nem könnyű! Nehéz felvállalni is! Mégis, ha elindulunk a zen útján, reménykedhetünk abban, hogy céljainkat elérjük, hiszen a saját kezünkben van a sorsunk, a megoldás nem függ másoktól. A zen utat jelent a tapasztalatszerzéshez, és a teljesség eléréséhez. ☯

Tartalom

Zen bevezető

Kérdések és válaszok — 1 — Dobosy Antal

A Tan Kapuja Zen Közösség

Programajánló — 2 — Komár Lajos

Fogadalomtételi szertartás — 2 — Szeremley Anett, Szeremley Levente

Zen tábor, 2012. augusztus 6–12. — 5 — Györi Péter, Sallai Zoltán

Életmód

Naplótöredékek — 7 — Szeremley Levente

Legyünk résen! — 15 — Szeremley Anett

Szentiratok

Kiszabadulás a hálóból — 17 — Dobosy Antal

A kilencszínű szarvas szútra — 19 — Földi Attila

Avatamszaka Szútra — 21 — Berki Renáta

Történelem

Pang, világi hívő — 24 — Komár Lajos

A Zen és a Tao — 26 — Dévai Varga István

Művészetek

A buddhizmus és a japán harci művészetek — 28 — Szabó Balázs

Könyvajánló

Holló zen mester — 36 — Robert Aitken

Hamut a Buddhára — 36 — Szung Szán zen mester

Programajánló

A Tan Kapuja Zen Közösség meditációt, szertartást tart Dobosy Antal vezetésével minden szerdán 18.00 és 20.00 óra között, valamint 108 leborulást és meditációt tart Ser Gergely vezetésével péntekenként reggel 7.30 és 8.30 között. Helyszíne A Tan Kapuja Buddhista Főiskola, 1098 Budapest, Börzsöny utca 11., Dharma terem. A szertartással és a meditációs gyakorlattal kapcsolatban érdeklődni az anti@zen.hu e-mail címen lehet.

Fogadalomtételi szertartás

Szeremley Anett
A 10 fogadalom



Szürke ruhában ülünk. Rendezett sorokban.

Várakozás. Csend.

Moktakütések: kopp-kopp-kopp.

Fogadalmak mormolása. Füstölő felajánlások.

Ünnep ez!

Tudjuk, most nyakunkba vesszük a felelősséget, a helyes életvezetés, az átadás felelősségét.

Mélyen elköteleződünk.

Ezzel valami új kezdődik.

Új, mint a hosszú, szürke köpeny. Még fénylik a szövet, még próbálgatjuk a csomókötést.

Még nincs rutin a mozdultban. Játék is ez, komoly is ez.

Éppen ilyen ez!

Belenövünk-e a köpenybe?

Mit kezdünk a belénk vetett bizalommal, és az önként vállalt felelősséggel?

Hogyan megyünk tovább?

Azt hiszem, egyik lépés a másik után, hisz egyszerű ez!

Kopp-kopp-kopp!

Szeremley Levente
A füstölő felajánlás



... és eljön a füstölő felajánlás szertartása, amikor is sorban mindenki az oltárhoz járul, füstölőt gyújt, majd visszatér a helyére. Semmi különös, a szertartás egyik formális eleme – mondhatnám –, mégis megragad a jelenet szépsége és szimbolikája. Pár perce még mindannyian zárt alakzatban ültünk, fegyelmezetten, rezzenéstelenül, mindenki önmagába merülve. Egy kívülálló számára talán csak az összkép esztétikája mond valamit – például a fotós nézőpontjából. Ezt is csak gondolom, hiszen nem látom őket, mégis

tudom-érezem, hogy itt vannak körülöttem. És aztán egyenként felállunk, és az oltárhoz járulunk. Kiválik valaki a tömegeből, kiemelkedik a zazen semlegességéből, és miközben végigcsinálja a formális mozdulatokat, akarva-akaratlanul megmutatja önmagát – mi pedig szemtanúi lehetünk egy-egy bensőséges és igen személyes jelenetnek. Végignézhetjük kik is vagyunk, hogyan viszonyulunk ezerféleképpen ugyanahhoz a dologhoz.



Az időtlenséget képviselő zárt alakzathoz rátekinthetünk időbetettségek megnyilvánulásaira. Végül ott van előttünk az oltáron a füstölőtartó, amiben soha nem láttam még ennyi füstölőt – önmagunkat látom benne, tudom melyik volt az enyém, és tudom, hogy mindenki pontosan tudja, melyik volt az övé. Még pár pillanat, amíg mindezen eltűnődhetem, aztán csugpi ütés, és a szertartás újabb szakaszába lép.

Később a szertartás után valaki megjegyzi, milyen érdekes is volt az, hogy ki hová helyezte a maga füstölőjét és az, hogy milyen szép volt tőlem, hogy másokra gondolva a szélére helyeztem a magamét. Ezen kissé meghökkenek, hiszen eszemben sem volt másokra gondolni, egész más járt akkor a fejemben. Nevetek, és azt gondolom: több szem többet lát! Milyen csodálatos is ez! ...

Zen tábor, 2012. augusztus 6–12.

Győri Péter

Zen tábor és ami rajtam múlik

Úton • Ahogy Járdánházáról gyalogoltam Csernely felé a darabokra hulló műúton, a körülöttem lévő táj szépsége rabul ejtett. A fényképezőgép hangja után a megjelenő kép látványa azonban nem adta vissza az összképet, ami fogadott. Hogyan adható át egy tapasztalat, egy élmény, vagy akár maga a megértés? Hiszen két egymás mellett álló ember sem ugyanazt a tájat látja!

Az erdőbe érve több földút keresztezte az utat, mindnél elfogott a kíváncsiság, hogy vajon hova vezetnek. A kijelölt úton maradtam.

Napirend • Ébredés kávéval, teával. Ülés, botütés, Szív szútra, kóan. Reggeli falatozás

azoknak is, akik ébredés után már csipegettek ezt-azt. Dharma beszéd, teával. Ebéd készítése, majd elfogyasztása közösen. Délutáni szieszta, szabad foglalkozás. Dharma beszéd. Ülés, botütés, Szív szútra, kóan. Esti falatozás, teázás. Táboréj, zenélés, nevetés. És az elmaradhatatlan szotyji. ☺

A víz bevizsgálása • A Négy Nemes Igazság megtárgyalásával el is kezdődhetett a kútfúrás. Átgondoltuk, milyen társadalmi állapotban született az első pont. A lét szenvedés. Valóban az volna? A kor emberének szenvedése már nem úgy jelenik meg napjainkban, mint akkor. Nem

éhezünk, van fedél a fejünk felett, van munkánk. Akkor számunkra mit jelent a szenvedés?

Valaki említette, hogy a táborban van egy Antonio Banderas hasonmás. Ha nem mondják, fel sem tűnik.

Recept • A Négy Nemes Igazság egyfajta sablon. Van egy problémánk. Hogyan oldjuk meg?

Két sündiszó elhatározza, hogy ha legurulnak a dombról, akkor jobb lesz. Legurultak és jobb lett.

Magam tehetek róla, hogy mi legyen. A fenti esetben nem az a lényeges, hogy mitől jó vagy rossz, hanem az, hogy van lehetőségem változtatni ezen. A Gellért hegy megmászása például sok mindenre lehet orvosság. ☺

A karvaly és a cinke • A karvaly elkapott egy cinkét. Valaki közülünk megsajnálta a kis madarat és elkezdett futni a karvaly után. A karvaly emiatt elejtette zsákmányát. Azzal, hogy segítette a kis cinkének, a karvaly éhen maradt. A nem ártás elvének betartása egyáltalán nem olyan egyszerű. Vegyünk egy méhészt. Munkára fogja a méheket, épp annyi ételt hagy nekik télre, amennyi számukra elegendő. És akkor egyszer csak jön az ázsiai méhatka. Tizedeli a méheket és méhészként ott áll az ember, hogy mitévő legyen. Az ahimszá az erőszaknélküliség elvét jelenti, amely szerint nem szabad kárt, fájdalmat okozni az élőlényeknek. Mi mit tennénk hasonló helyzetben? Azért is fontos ez a kérdés, mert szemben áll a bodhiszattva fogadalom első pontjával: *A szenvedő lények számtalanok, foga-*

dom, hogy mindnek segítségére leszek. A szenvedő lények, a szenvedő élőlények.

Szembejön velem az utcán egy munkanélküli, és pénzt kér tőlem ételre. Ha kenyeret adok neki, mert éhezik, azzal segítek neki. Azonban ezt továbbgondolva látjuk, a probléma nem maga az éhezés, hanem hogy nincs munkája, nem tudja magát eltartani. Így valójában nem segítettem neki, hanem éppen hogy azt segítettem elő, hogy elodázza a probléma megoldását. A valódi segítség az lenne, ha munkát adnék neki.

Zen szempontból a fenti megoldás sem segítségnyújtás. Abból tanul az ember, ha akadályokat gördítünk elé. Helyzetbe hozzuk. Azonban ezt nem mindenkivel lehet megtenni.

A zen méhészkedés 4 alapelve:

1. *A tanításokon túlmenő átadás*
2. *Nem támaszkodás az írásokra*
3. *Közvetlen az ember tudatára való irányulás*
4. *Buddhává válni az ember természetének meglátása által*

Test, mozgás • Az ecset mozgásának a papíron ereje van, íve. Nyolcféle alapvonást gyakoroltunk a ponttól a különböző irányba haladó vonásokig. Nem csupán két dimenzióban, hanem háromban. Ez azt jelenti, hogy az ecsetvonalas nem a papír kétdimenziós síkján történik, a függőleges irányú mozgás a vonás vastagodására, vékonyodására van hatással. Ha elrontjuk a vonást, nem javíthatjuk ki, arra törekszünk, hogy legközelebb ne forduljon elő. Ebben a szelvényben festettük meg a *zen* szó kínai írásjegyet.



Közös meditáció Uszón, a zen táborban

Előkerült MacGyver, és összeállt a széteső ping-pong asztal, kijelölésre került a nem létező tollaslabda pálya. Majd kirándultunk egyet a környéken. Végül beszerzőutunk során Szilvászváradra is eljutottunk, ahol a Szalajka-völgyben sétálva beszélünk meg világmegváltó ötleteinket.

Csattanó • Az ülés közepén a meditációt vezető személy feláll és körbemegy egy bottal. Aki kér, az kap két botütést a hátára vagy a vállára. Egy egyszerű botütésben is mennyi minden rejlik. Meditáció közben megköszönjük, azonban ha az utcán kapjuk, nem a köszönnet jut először eszünkbe. Két hasonló ütés, mégis két teljesen különböző szemlélet. Tisztán látszik, hogy nem az ütésen van a hangsúly, hanem a „csattanón”.

Szabadság • Felmerült egy kérdés, hogy meditáció közben mit tud tenni az ember, ha a gondolatai keszkesza módon jönnek-mennek. Belégzés, tiszta tudat. Kilégzés, nem tudom tudat. Megbeszéltük a tiszta tudat és a nem tu-

dom tudat jelentését, hiszen mindkét elnevezés komoly félreértésekre adhat okot. A tiszta tudat és a konyha hasonlat: ha főzni szeretnénk, bemegyünk a konyhánkba és tudunk főzni, nem akadályoz ebben semmi. A konyha betölti szerepét, funkcionál.

Mindkét esetben fontos kiemelni azt a képességet, hogy tudjak másképp ránézni dolgokra, vagy másképp reagálni. Ahogy a tanító képes elsüllyeszteni szégyenébe a tanítványt, úgy a tanítvány képes legyen nem elsüllyedni szégyenében, ha úgy tartja kedve. Vagy képes legyen akár egy pillanatra is félretenni azt a tudást, amivel felismer dolgokat.

Sátorbontás • Az utolsó nap mindenki elmondta észrevételeit, örömét és építő jellegű javaslatait, mitől lenne még jobb az elmúlt egy hét. Miután elmondtam azt, amit hiányoltam, abban a pillanatban láttam, hogy a meg nem valósulása kizárólag csak rajtam múltott. ☞

Sallai Zoltán

Zendülés az Uszó tanyán

Izgalommal és némi szorongással készültem első zen-táborozásomra, amelyre meghívást kaptam egy kedves hallgató-társamtól.

Nem segítette a készülődést, hogy a telefonom pár nappal az utazás előtt „dobott egy hátast”, és így a fiammal való egyeztetés aggodalma is fokozta a hangulatomat. Szerencsére még időben tudtam meg, hogy sikerült az állást elnyernie, így megnyugodva hagyhattam hátra a virtuális valóságot is, hogy belevessem magam abba a medencébe, amelyben tudtam, hogy nagy hal úszik, de nem láttam a hátúszóját, így azt sem tudtam, delfinnel vagy cápával akadok össze.

Közel egy éve gyötörnek a buta, de mindaddig el nem engedhető gondolatok a zen budhizmussal kapcsolatban. Éreztem a vonzalmat, ugyanakkor tartottam tőle, hogy számomra nem felfogható irányzat, amolyan „túl magas ez nekem” érzés tartotta fogva a figyelmemet. A zen közösség – amely a főiskolán működik –, elképesztően kedves, készséges, és türelmes irányomban, és többször próbáltak segíteni, eloszlatni buta téveszméimet, melyekről én is

éreztem, hogy azok, de valamiért nem tudtam lerázni magamról őket.

Nem akartam elvárásokkal érkezni – hiszen azok csalódást is eredményezhetnek –, de annak érdekében, hogy tiszta gondolatokkal, nyugodt lélekkel kezdjem a hetet, egyedül utaztam a Dhammapada „társaságában”, mely az utóbbi időben rendkívül erős támaszt jelent számomra.

Mégis megleptek ezek a zenések! Laza szabályrendszer, alig kötöttség, kevés „kötelező elem”. Hogy a túróba fog ez működni, amikor tavaly a gólyatábor is zökkenővel terhes volt, pedig ott aztán volt feladat kiosztás, szabály, kötelező tennivaló! Ha azt hitted (ahogy én is!), hogy egy ilyen tábor szigorú, katonás, visszafogott és kimért emberek gyülekezete, akkor hatalmas a tévedés!

A társaság? Hát volt itt minden és mindenki. Főiskolai tanító, zen-tanítók, régebbi és új közösségi tagok, korábban végzett és első évet alig befejezett főiskolai hallgatók, buddhizmus iránt elkötelezett és az iránt csak érdeklődő külsősök. Egymást korábról ismerők, és ismeretlenek.

Hát kérem szépen, ezek a zen-emberek ilyen feltételek között is nagyon hamar, spontán kialakuló harmóniában tudnak működni! Senki nem adott utasítást az ebédfőzésre, a mosogásra, a vízfordásra, a favágásra, mégis mindig minden elkészült időben.

Reggel nyolckor van az első meditáció, amely egy igazán érdekes, és több különböző – de egymáshoz harmonikusan illeszkedő –, részből áll, majd egy reggeli kilenctől, amely nem kötelező, és aki akarta, a meditáció előtt is megejthette. Majd tizenegyőtől dharmabeszéd, amelyet az ebéd elkészítése követett. Majd a délutáni pihenőt ismét egy közös beszélgetés függesztette fel ötkor, és az esti meditáció zárta le a napot hattól. Már csak a vacsora és a tábortúzi-beszélgetések voltak hátra, hogy a szellemi fáradtságot némi pihenő kövesse reggelig.

Az étkezések közül az ebéd volt az egyetlen, amelyet valóban közösen fogyasztottunk el, de ez adott igazi családi hangulatot a szabad tűzön elkészült slambucnak, lecsós-paprikás krumplinak, bablevesnek, vagy éppen a mákos tésztának. Ebéd közben a csend uralta a teret és az időt, amelyet a környéken dolgozó favágók láncfűrszeinek kitartó és elmúlhatatlan vinnyogása, és a kidöntött fák recsegése, földre zuhanásának drámai hangjai festettek alá az elmúlást, a lét szenvedéseit idéző kakofóniájukkal.

Hát, a reklámból vett szlogennel élve „számomra a nap fénypontja” volt minden délelőtt és délután a dharmabeszéd ideje, amikor összeültünk mind a húszan, és egy adott témát – amelyet a tábor szellemi vezetője, vagy bármely jelenlévő javaslata alapján a tanítónk felvezetett – kibontottunk, végigbeszéltük, véleményeinket megosztottuk. Nem volt hangoskodás, nem voltak egymás véleményét kritizáló megjegyzések, inkább csak olyanok, amelyek további gondolkodásra ösztönöztek.

Természetesen nagyon élveztem a meditációk korábbi tapasztalataimtól eltérő elemeit és működését. De akkor is alig vártam, hogy sor kerülhessen a kérdésekre és a válaszokra, a figyelem összpontosítására, és ezek segítségével a korábbi kétségeim ködének eloszlatására. Nem untatlak a részletekkel, kérlek, elégedj meg azzal, hogy a hét végére teljesen kitisztult a kép számomra, és nagyon sok korábban ért-

hetetlennek tűnő dolog egyszerűen érthetővé és felfoghatóvá vált. Egy idő után már nem is gyötörtek kétségek, csak élveztem a perceket. A szellemi nyugalmat akkor értem el, amikor folyamatosan Shih-tou örökbecsű sorai kezdtek el újra és újra mantraként recitálódni bennem: „Belül gyújts világot, majd térj vissza a lámpással. A hatalmas fényforrás mindent bevilágít.” (A kunyhó éneke)

Örömteli meglepetés volt, amikor Gerő barátomról kiderült, hogy „híres nagy” mesemondó, az egyik esti tűznél szép magyar mesékkel varázsolta hangulatossá a csillagos éjszakát. Olyan nyugodt lélekkel, amelyet ő varázolt belénk öröm nyugovóra tért.

A közös kirándulás, a zenélések, a pingpongozás és a többi szabadidős program mind segítettek abban, hogy ne érezzem magam kiszakadva a hétköznapi nyugalomból (amely az utóbbi időben természetessé vált számomra).

És a legnagyobb meglepetés számomra? Hát természetesen az, amikor olyan program kerekedett, amelyben induláskor nagyon kényelmetlenül éreztem magam, azonban érkezéskor nem akartam „leszállni a vonatról”. Kalligráfia óra volt az egyik délelőtt, ahol a kínai írásjegyek elkészítésének rítusát és ennek segítségével a zen jelének megfestését gyakorolhattuk. Kézügyesség hiányában úgy ítélt meg, hogy ez egy teljesen haszontalan tevékenység. Tanítónk oly vonzóvá tudta tenni az alkotás folyamatát, hogy szinte képtelen voltam abbahagyni, és olyan örömként éltem meg, mint amikor sikeresen lebonyolítottam régebben egy komplett motorversenyt!

A tábor végén őszinte érzésekkel jegyeztem be az alábbiakat a vendégkönyvbe: „Én, itt, soha nem voltam. Én, itt, soha nem leszek. Én, itt, mindig vagyok.”

Úgy érzem, jön a folytatás. A folyamatnak csak része volt ez az egy hét. Mindegy merre és meddig tart, a fagyit már nem csak megkóstoltam, de nagykanállal ettem... ízlik!... kérek még.

Számíthatok rám, ahogy én sem számítok senki másra, csak magamra... tehát Rátok.

(Kissé zavaros volt? Nem baj! Most így sikerült. De a somlói galuska is zavaros, mégis minden egyes részlete ingyencsés, ahogy számomra is minden esemény más és más pompás ízt idézett.) ☞

Szeremley Levente

Naplótöredékek

I. rész: A szökés



Egyszer felmentem a Sas-hegy tetejére, és onnan néztem le a városra. Végtelen horizont és határtalan térségek tárultak elémm. Ahogy az alattam nyüzsgő várost szemléltem, az utcák bonyolult labirintusát és az izgatott jövés-menést, egyszeriben megláttam, hogy az ott lent a saját tudatom. Az egész életemet ott töltöttem és olyaná váltam, mint azok a szűk utcák és félhomályban derengő lakások. És közben mélyen megrendített a végtelenség látványa. Éreztem, ahogy a lelkem szabadulni akar, de még itt, a határtalan térségek küszöbén is kocka alakú maradt. Kiderült, hogy maradandóan felvette azt a formát, amibe oly sok éven át belekényszerítették. Ami ott lent természetesnek tűnt, az itt fent ordítóan természetellenessé vált.

Van egy fordulópont, amikor ráébredsz a világ szenvedésére. Ekkor arra is rájössz, hogy te magad is tevőlegesen részt veszel benne. Oka vagy, és egyúttal áldozata. Minden szenvedés a lélek keménységéből adódik. A változó világ morzsol össze bennünket, de nem büntetés-ként. Megvetjük a sarkunkat és vonszolódunk. Ütjük-vágjuk magunkat és egymást, mert megátalkodottak vagyunk. Nem tudunk engedni. Nem tanulunk semmiből. Nem tudunk olyanok lenni mint a szél, vagy a víz. Engedéke nyek és élők. Csak önmagunk konzerválása. Ez a rögeszménk.

Miféle terheket viszek? Miért érzem úgy, mintha nem is a saját életemet élném? Miért nincsen íze semminek? Talán a halálos ágyunkon egy pillanatra kitisztul majd a tudatunk és azt kérdezzük: miért kell nyomorultul meghalnom, és miért nem foglalkoztam egy pillanatig sem az igazsággal? Mert fontosabb volt ennek a kizökkent világnak való megfelelés. Mert fontosabbak voltak a kis előnyök. Mert fontosabb volt nyomorúságos életem bebiztosítása.

Az utolsó utáni pillanatban szántam rá magam, hogy mindent felszámoljak. Elindulok, és felkutatatom a már alig pislákoló lángot. Kitiszt

títom a forrást, és újra kezdek mindent – talán még nem késő. Stalker lettem, akinek nincs veszteni valója. Amit ez a karma tartogat számomra, arról előre és láthatatlanban lemondok.

Elindult egy folyamat. Először csak csodálkoztam. Úgy tűnt, az élet, amelyet élek, nem is az én életem. Belekeveredtem az általános sodrásba, ahol az egyik tennivalóból következett a másik. Csináltam teljes erőbedobással, de előfordult, hogy az autóban ülve a piros lámpánál a dolgok mély nem értése vett rajtam erőt, és feltárult előttem a világ láthatatlan szövege. Hatalmas darabokban hullottak le rólam életem mesterségesen fenntartott elemei, miközben az ügyek egy darabig tehetetlenségük folytán továbbgördültek. Tettem mindent ugyanúgy, de már könnyű léptekkel jártam. És elkövetkezett a nap, amikor a munkahelyemen nem tudtam felemelni a kezem, hogy bekapcsoljam a számítógépet, és csak ültem csöndben a sötét monitor előtt. Elkövetkezett a nap, amikor már nem erőszakolhattam meg magam.

Ez a világ állandóan megpróbál behúzni a csöbe. Olyan emberek, akikről első látásra ordít, hogy a Homály lakói, teljes magabiztossággal megmondják, mit kellene tennem, el akarják ültetni bennem az ambícióikat, pontosan tudják miért élnek, és miért éljek én – egyszóval bele akarnak vinni a kényszerképzeteikbe. Ezért állandóan ébernek kellennem, mert olyan az egész, mintha egy óriási bolondok házában lennék, ahol az örültek megegyeztek, hogy ők a normálisak, és bármikor készek ebben megerősíteni egymást. De per sze én vagyok az örült, mert kimondtam, hogy ezt nem csinálom tovább, és kiléptem a munkahelyemről. Anyám pszichiátert akart hívni hozzám, amikor magyarázatként azt találtam mondani, hogy sétálni szeretnék, és nézni, hogyan nőnek a fák.

Az örület valójában ott kezdődik, amikor azt gondolod valamiről, hogy „márpedig az

úgy van”. Kiállsz mellette és meggyőződéssel érvelsz. Az ilyen gondolkodás önmagába zárult, és önmagán kívül semmit nem ismer el. Pusztán megállapodás kérdése, hogy hová tesszük a határt, ahonnan már bolondok házába kell zárni az illetőt. Az örültségnek tulajdonképpen két paramétere van: egy strukturális és egy fokozati. Az előbbi a deviancia mértéke, az utóbbi a kényszerességé. Lehetsz tök kényszeres, de konform, és akkor élhetsz a normálisok térfelén, de ha deviáns vagy, gyorsan átkerülsz a bolondok közé.

Ha megkérdezed, miért tesz egy bizonyos dolgot, értelmes magyarázatot fog rá adni, és ha arra is rákérdezel, azt is megmagyarázza. A rendszer egyik elemét, a rendszer egy másik elemével támasztja alá. Nem tud mást, mint kifelé nézni és belső motivációit külső okokkal indokolni. Számára teljesen magától értetődő, hogy ha fejjel neki megy a falnak, a falat hibáztassa, és ne önmagát. Ha egy ilyen ember Buddha énnélküliségről és vágytalanságról szóló tanítását hallja, azonnal ellenkezni kezd, és úgy kapalózik, mint az elmebeteg, amikor hozzák a kényszerzubbonyt.


Úgy nézek a bolondokra, mint Isten egy-egy alakjára. Mindegyik kapott valamilyen képességet, amivel aztán rohan, hogy éljen vele és kipróbálja különféle lehetőségeit. Valójában azonban Isten néz ki rajtuk önmagára, hogy próbálgassa saját lehetőségeit, de mivel bolondok, azt hiszik ők azok. Nincs vitám egyikükkel sem – mindegyik megformál valamit a világban, amit csak ő tud. Másról nem is tudok velük beszélni. Egyik sem kérdez rá önmagára, egyik sem kérdezi, miért így és nem máshogy? Egyik sem kérdezi: mi ez egyáltalán? Mivel pedig engem mostanában egyetlen kérdés foglalkoztat, nincs velük mit beszélnem. Barátnőm múltkor kiakadt, hogy a régi barátaimat sem keresem már. Nem érdekel, hogy jó fejek-e vagy sem, hogy szórakoztatóak-e vagy sem. Mindez az ő bajuk. Nem céloom ebben részt venni, nincs miért az időmet tölteni velük. Senkihez semmi közöm, senkivel semmilyen ügyem nincs. Még önmagammal sem.

Az a helyzet, hogy horgokat vetnek ki, és mi ráharapunk. Azt akarják, hogy sétálj be az utcájukba, válj függővé, lehetőleg legyél szen-

vedélybeteg és akkor kész leszel eladni a lelked is az árucikkeikért. A pénzed kell nekik, nem más, és amit adnak, azt csaleteknek kell nevezni. Az a helyzet, hogy ha egyszer horogra akadunk, abból sok baj és bonyodalom származik, és ilyenkor elkeseredésünkben hajlamosak vagyunk a horgászt vádolni. Pedig önként harapunk rá, valójában nem állunk külső kényszer alatt. Minden bajunkért csakis magunkat okolhatjuk. Önként toljuk magunk előtt a hegyeket, önként ragaszkodunk a balsorsunkhoz, és önként döglünk bele.

Olyan ez, mint az erős dohányos boldogsága. Ha megkapja a napi adagját boldog, ha nem kapja meg, boldogtalan.

Laci mondta: – Ha nem itt a városban, a legnagyobb zűrzavarban valósítod meg, hanem az egézből kivonulsz, mit fogsz majd mondani az embereknek? Azt, hogy maradjanak csak a gyárakban, és miközben a túlélésért küzdenek, tartsák a *nemtudomot*? Én abban hiszek, hogy a megvilágosodás nem függ semmilyen speciális körülménytől, bárhol, bármikor, bármilyen szituációban megjelenhet. Éppen ezért nem vagyok hajlandó semmit sem tenni azért, hogy valamilyen speciális körülményt teremtsék a magam számára. Itt vagyok benne a sűrűjében, mint mindenki. Ez ugyanolyan illúzió, mintha kivonulnék belőle. Olyan úton akarok járni, amely mindenki számára járható és nem a szerencsések kiváltsága. Abban hiszek, hogy ülök egy elvonuláson, kezeim és lábaim bilincsből, nem beszélhetek, és nem mozdulhatok. És ebben a lehetetlen helyzetben megteszek egy mozdulatot és megszabadulok.

Levi mondta: – Engem nem érdekel, hogy szabályosan vagy szabálytalanul, hogy kifogástalan eleganciával vagy kúszva-mászva szököm meg. Engem csak az érdekel, hogy megszökjek. A legjobb út az, amin valóban kijutsz. Amikor már szabad vagy, és visszanézel, minden máshogy van. Nem érvényes semmiféle elvárás. Ezek mind a börtönvilágból erednek, és oda is térnek vissza. Amikor szükségszerű, mindent fel kell adnod. Egyetlen gondolatot sem tarthatsz meg, ami ennek a világnak a része. Minden életből más út vezet, és hogy milyen út, csak az tudhatja, aki elindul rajta. A szökésben lévő rab nem a világ útjait járja. 

II. rész: A takarítás

Van egyfajta vágy, ami az embert nem felszabadítja, hanem rabságba veti. Ami az életet nem megtisztítja és megújítja, hanem bekorlátozza, megrontja és szárazra szívja. A szexualitásból pornográfiát, az evésből zabálást, az ivásból alkohelizmust, a gondolkodásból kényszerképzeteket csinál. Az embert lealacsonyítja, megkötözi, elveszi a szabadságát, és már életében éhes démonná teszi. Sok szellemi iskola üzent már hadat a rontó vágyaknak, szembeállítva anyagit a szellemivel. Én azonban úgy vélem, az élet végső soron és természeténél fogva vágy, és az Igazságot ennek megfelelően kell tisztelni. Az alvás megújít. A jó munka megújít. A meditáció megújít. Ebben a zűrzavaros életben van egy nehezen megfogható áramlat, ami az életet megtisztítja, megerősíti és felemeli. Ezt a szelet kell a vitorlába fogni.

Buddha mondta: Törekedjetez fáradhatatlanul.

Robi mondta: Törekedjetez úgy, hogy nem fáradtok el.

Ha a szellemi útra lépsz, a legelső az életrend megtisztítása legyen. Az életrendet le kell csupasztatni, meg kell szabadítani minden felesleges elemtől és csak a legszükségesebbekre hagyatkozni. Egy kevés étel és valami fedél a fejünk fölé. A nincstelen és eszköztelen kolodus útja. Ez az, amit saját magunk megtehetünk, és amivel kinyilvánítjuk a szándékunk komolyságát.

Megértettem, hogy minden „bölcesség”, amit életemben felhalmoztam, illúzió. Nem tudhatom, hogy Jézus vagy Buddha valóban éltek-e? Nem tudhatom, hogy a tanításuk igaz-e? A világról való összes tudásom a semmiben lebeg. Egyik látszatot egy másik látszat igazolja – nincsen semmi támaszom, egyetlen totális álom részese vagyok, a saját tudatom álmoképei között bolyongok. Ennek a világnak a legalapvetőbb tényeiben is megrendült a hitem. Nem hiszek annak, amit mondanak, nem hiszek annak, amit én mondok, nem hiszem el, amit látok, nem hiszek az érzelmeimnek. Minden a totális nem értésbe kezd fordulni, minden egyetlen kérdőjelle kezd összeállni, és ez alapjaiban vág el bennem minden szándékot

és akaratot. Megszűnik az életemet összetartó belső kohézió, és ami eddig hozzám tartozott, hatalmas darabokban hullik le rólam.

Nem tudom honnan jöttem, és nem tudom hová megyek. Ami előttem van, általam van, mégsincs hozzá közöm. Ami mögöttem van, nem ismerem, mégis oda tartozom.

Beláttam, hogy minden mozdulatomhoz öntudatlanul felmerülő vágyak és elképzelések tapadnak, így bármit teszek, tulajdonképpen a hibáimat gyakorlom – és ez immár évtizedekben mérhető. Ezért elhatároztam, hogy mostantól nem teszek semmit. Akkor legalább nem hibázok. Ha mindent elengedtem, ha minden izgatottság elült bennem, majd megpróbálom megmozdítani a kisujjamat.

Mіндеzt úgy nevezem, hogy élni tanulok. Úgy tanulok élni, hogy úgy viselkedem, mint egy halott. Azt nevezem életnek, ha nem én élek, hanem az élet él általam. Azt nevezem



életnek, amikor kitölt a létezés csodája feletti öröm. És azt nem nevezem életnek, amikor tétje van a dolgoknak. Azt nem nevezem életnek, amikor külső tényezőktől függ a boldogságom. Amikor az élet nem elég önmagában.

Órák óta csak fekszem, és úgy érzem magam, mint a számkivetett, ahogy a végtelen óceánon hanykolódik a tutaján. Nincs már akarat, cél és szándék, ami vezessen. Nem tudom, miért sodródok bele egy tudatállapotba, mennyi időt töltök el benne és mi lesz a következő állomás. Az van, hogy a világ változik, és a karmámba

belekapva engem is meg-megforgat. Így aztán a tudatom labirintusának különböző pontjaira jutok. Mi legyen a következő lépés? Valami mozgatja a világot és benne engem is. Érzékelem, hogy mélyen a tudatomból valamilyen erő hat. Például ezért veszek levegőt. Ahhoz, hogy megtudjam, merre vezet ez az erő, fel kell számolnom magamban minden akadályt. Végzem a legszükségesebb napi tevékenységeimet, mindenféle ambíció nélkül. Reggelente felkelek, és kimegyek a kúthoz, hogy megfürödjek, de még egyszer sem sikerült emberi módon, feszültségek nélkül végigcsinálni. Úgy látszik, ez még meghaladja a képességeimet. Ennél bonyolultabb dolgokba nem is kezdek. Majdnem egész nap alszom, vagy *zazen*ben ülök. Amikor már nem bírom, céltalan sétákra indulok.

Eljutottam arra a pontra, ahol az egész világom kezd felbomlani. Bármi jelenik is meg a tudatomban, olyan, mint a futóhomok. Az egészben nincs egyetlen stabil pont. Mintha egy végeérhetetlen lázálomban utaznék, de nem akarok már több délibábszerű jelenséget, nem érdekel, mi van „odakint”, hiszen azt mind én vetítem oda – ismerem már, túlságosan is jól ismerem. Az érdekel, honnan ered mindez. A minden dolgok forrásához akarok eljutni. Felfüggesztek minden személyes aktivitást, amely gyűrja és alakítja ezt az illúzióvilágot, és egyre hátrébb és hátrébb lépek. Meg akarom látni, milyen a világ, amibe én magam nem teszek bele semmit. Meg akarom látni, milyen az, amikor a tudatom letisztul, zavaroktól mentesé válik, és mint valami tükörben megjelenik a végső valóság képe.

Heteken keresztül csak feküdtem vagy ültem, és csupán ki-be lélegeztem. Egyetlen dologgal voltam elfoglalva: elengedni minden akaratot, feloldani minden feszültséget, meghaladni, ami vagyok, kibújni önmagamból, és ha kibújtam, abból is kibújni. Az elengedések nyomán a létezés tapasztalása alapjaiban ingott meg. Leírhatatlan helyeken jártam, aminek a végén eljutottam valahová, amin túl az addigi módszerekkel nem lehetett tovább menni. Mintha egy kavics lettem volna, ami lesüllyedt egy végtelenül mély tó fenekére, és ott megállapodott. Tökéletes mozdulatlanság, gondolatlanság, testetlenség, tudatlanság, a külső világ

eltűnése. Kizökkenés az időből. Az egyetlen tapasztalat, hogy vagyok, és mintha egy nap sütné a lelkem mélyén. Érzékelem, hogy ez nem a végső, de nincs szemem-szám, nincs tudatom, nincs semmilyen képességem – nem tudok tovább lépni. Elengedhetsz mindent, ami a tudatodban felmerül, de amikor már nem merül fel semmi, csak egy merőben új elengedéssel mehetsz tovább: a tüzes halállal. Ez pedig már nem a te munkád. Csupán annyit tehetsz, hogy állhatatosan kitartasz és vársz. Arra, hogy amikor Isten kegyelméből megintog ez a nagy Semmi, engeded, hogy felrobbanjon, és belezuhanj a mindent elárasztó Tűzbe. Életem legdurvább tapasztalata.

Végül, amikor a szívem mélyéről zengő kiáltás alapjaiban rengette meg zajokkal átszótt világom, megálltam. Csönd lett, áldott nagy csönd, és csodálkozva néztem körül.

Aztán felálltam és elhagytam azt a helyet, elhagytam azt a tevékenységet, elhagytam azokat az embereket.

Leültem, és az erőfeszítés nélkülség útjára léptem.

Elhagytam a körülményeimet, most hát elhagyom önmagam.

És ha önmagam elhagytam, elhagyom az elhagyást is.

Minden akarási súlyos teher. Nem bírok cipelni többé egy hajszálat sem.

Így süllyedtem le egy tó fenekére, mozdulatlanságba és nyugalomba.

És onnan tovább a tüzes halálba.

És amikor odavesztem magam is, nem maradt más, csak a Nap ragyogása: az önmagától való, az életemet fenntartó, a világot világosító.

Ebből született a látomás.

Az időtlen az időbe fordul, és onnan vissza önmagába. Fényszálak szövedéke, a kimondott kimondhatatlan, az időtlen idő és az egyszerű komplexitás.

Ha nem ismered meg a létezés metafizikai dimenzióit, gyökértelen fantomként utazol az idő felszínén.

Megeszi a szú, megeszi a moly, megeszi a rozsda. Egyék csak meg, lakjanak jól vele, málljon szét, porladjon el, hordják el darabonként. Jól van ez így. Semmi nem örökkévaló, ne is törekedjél rá. Ne önmagad és a dolgaidd kon-

zerválására rendezkedjél be, hanem a folyamatos változásra és átlényegülésre.

Kiüresedett a tudatom. Ellenállás nélkül halad át rajtam minden hatás, és erőfeszítés nélkül mindent úgy látok, ahogyan az van. Ha valaki rám néz, nem tudja kit lát, én azonban egyetlen pillantással kiismerem. Úgy jövök és megyek, hogy nincs bennem semmilyen izgatottság és kényszer. Mégis, ha a helyzet úgy hozza, azonnal kimozdulok ebből és felveszem a megfelelő viselkedést. Amikor vége, visszatérek, aztán megint kimozdulok egy másik irányba. Akadálytalanul megyek bele és akadálytalanul jövök ki belőle. Látom magam körül az álmodókat és észrevétlenül segítem őket.

Nap süt a szívem mélyén, fáklya lobog a lelkem mélyén. Akárhová megyek, ez mutatja az utat. Az igaz úton járok, a középúton járok, a folyó sodrában úszom. Nem zavar meg, milyen tájakon vezet az utam. Nem zuhanok ki semmilyen szélsőségbe, sosem távolodom el a forrástól. Nem köt semmilyen gondolat vagy nézet. Tetszésem szerint hozom létre és bontom le tudatom formáit. A világ egy hatalmas óceán, amiben kis hal vagyok. Akárhová vetődöm, elememben vagyok. Az áramlatokat követve nem ütközöm bele semmibe. Egyszerre csak egy lépést tehetek, mégis eljutok mindenhová, mégis mindenütt ott vagyok.

Mélyen lemerültem a víz alá. Sötétzöld mélység és csöndes mozdulatlanság. Aztán, ahogy lassan elindultam felfelé, először csak kezdett világosodni a még differenciálatlan homály, aztán egyszerre megláttam a fehéren fénylő és hullámzó víztükröt, ahogy megcsilán rajta a napfény. És ahogy kibukkantam a vízből, elém tárult a napfényben úszó táj, a csillogó víztükör, a víz felszínén úszó színes levelek, a tavat körbeölelő fák és az őszi kék ég. És akkor megértettem, hogy ez itt a teremtés legfontosabb része – ez itt Isten játszótere. És értelmetlenné vált a nagyra törő metafizikai lenyegkeresés, és a világtól, mint illúziótól való elfordulás.

Fát a faskamrába, a szemetet a szemetesbe, tüzet a bogrács alá. Enni, amikor enni kell, inni, amikor inni kell, aludni, amikor aludni kell, dolgozni, amikor dolgozni kell, sétálni, amikor sétálni kell. Lépni, úgy, ahogy lépni kell. Leve-

gőt venni úgy, ahogy levegőt venni kell. Mozdulni úgy, ahogy mozdulni kell. Kitakarítom a szobát, szétválogatom a szemetet, kinyitom az ablakot. Valójában nincs célom, és nincs dolgom. A tökéletességet gyakorlom. Erőfeszítés és feszültségek nélkül. Sietség és bosszankodás nélkül. Gond és szorongás nélkül. Lassan minden a helyére kerül. A tevékenységem rendet és egyszerűséget teremt a kaoszából. A tűz lassan elégeti a szemetet. A ház és a kert lassan ház-zá és kertté válik. De nem azért teszem, hogy befészkelődjek. Nincs ezzel dolgom. Csupán a tüzet élesztgetem.

Tegnap lecsót főztem. Ma reggel megmelegítettem a maradékot. Nem mindegy, milyen erős lángot csinállok. Akkor jó, ha lassan melegszik át. Ha nem kell örült módjára kavarnom, hogy oda ne égjen. A rizs is akkor lesz jó, ha lassan fő meg. Át kell, hogy járja a meleg.

Egyfajta minimum program. Csak annyi, hogy az élet a legegyszerűbben és a legkisebb ellenállással tovább gördülhessen. Nincs távlati cél, nincs világot formáló ambíció, nincsen program, akarat és vágy. A tevékenység pusztán a belülről jött impulzusokat szolgálja, utat nyit számukra és formát ad nekik. Mondhatnám, hogy enni adok Istennek. A sajátjából eszik, mégis az én házamban tartózkodik, az én döntésemén múlik, hogyan érzi magát.

Feküdtem a földön, arccal félig a kavicsban. Eszembe jutott tesóm élménybeszámolója, mennyi mindent láttak a nyaralásuk alatt. Nem maradtak el a szokásos cinikus megjegyzései sem, röghöz kötött életemre vonatkozóan. És ahogy feküdtem a kavicsra, és néztem a part menti fákat, arra gondoltam, az egész életem kevés lenne, hogy mindezt felfogjam. Pedig ez csupán egy kép, egyetlen nézőpont – és a színek, formák és térbeli rétegződések kimeríthetetlen gazdagsága tárul fel. És ha csak megmozdulok, máris minden megváltozik. Még az állóképet sem értem, hol vagyok még a mozgástól? Vajon mire gondolt, amikor azt mondta, sok mindent láttak? Több ezer kilométert tettek meg két hét alatt. Mit láthattak ekkora rohanásban? Kár, hogy nem maradtak itthon. Akkor talán tényleg láthattak volna valamit. Ami engem illet, nem utazom el, hanem inkább lassan, óvatosan lépek, nehogy elszalasszam a látnivalókat. 🐾

III. rész: A tűzifa

Évtizedek óta nem lakott senki abban a házban. Kaotikus rendetlenség, vastag por és pókháló mindenütt. Találomra benéztem néhány szekrénybe: régi élelmiszermaradékok, néhány színevesztett fűszer, megkeményedett szappan. Ahogy leültem egy székre, némi öniróniával állapítottam meg, új otthonom díszletei milyen jól illenek zűrzavaros belső viszonyaimhoz. Végül úgy döntöttem, nem állok neki egy kampányszerű nagytakarításnak, hanem egyszerűen csak élni kezdek itt. Majd apránként elhasználok, ill. elégetek minden lim-lomot.

Különös, ahogy a természet visszavonul, és az élet visszahúzódik valami ismeretlen helyre. Minden, ami addig erővel telt volt, most összeesik és enyészetnek indul. Rövid nappalok, hosszú éjszakák, az erők kiegyenlítődnek, és a világ hosszú időre ebbe a mozdulatlan, nyirkos és hideg állapotába kerül. Az eső lassan mindent kimos a levegőből, csend költözik a szívembe. Megállok a ház előtt és kiüresedett tudattal szívom be a kristálytisza levegőt. Ha a tudatom nem követné a természetet, és nem lassulna le, valószínűleg elviselhetetlen lenne ez az időszak. Tudom, hogy sokan nem húzódnak vissza ebben az évszakban, és ugyanolyan konok aktivitással vetik magukat a munkába, mint máskor. A gyárak nem ismernek tréfát, nekik külön időszámításuk van. A stopperóra könyörtelen idejében élnek. Az én időszámításom azonban ugyancsak változóban van. Mindarról, ami a jelenlegi életemet képezi, leveszem a kezem, és az egészet hagyom az enyészetbe fordulni – ahogy az éppen a kinti világgal is történik. Egész nap alszom, vagy ülök. Reggelente megfürdök a kútnál, néha kimegyek vizelni – ennyi. És a mérhetetlen csönd.

Alapvetően tehát a semmittevésre rendezkedtem be. Úgy voltam velem, hogy csak akkor mozdulok, ha nagyon muszáj, ha zsigerből jön az indíttatás. Lélegezni például nem esett különösebben nehezemre. Ott van aztán az éhség, a szomjúság és a hideg. Ez már nehezebb. A hideggel egy hónapig dacoltam: egész nap meditációban ültem, vagy aludtam. Végül egy nap elindultam fáért az erdőbe, és begyűjtöttem a kályhába – és a cserépkályhát ölelgetve

váratlanul nagy egységélményem támadt. Az evés és ivás vágya sokkal hamarabb megmozdított. Hamar szokásommá vált, hogy minden harmadik nap főztem egy bográcsban ételt – ha esett, ha fújt. Bizonyos feladatok alól tehát még így sem mentesülhettem. Lassan kezdett kialakulni a napok sajátos ritmusa. Reggelente megfürödtem a kútnál, begyűjtöttem a kályhába, aztán ültem. Ha már nem bírtam ülni, énekeltem a „nagydarani”-t, aztán megint ültem, aztán aludtam. Aztán kezdtem előlről.

Ahogy telt az idő, egyszerű, mindennapi tevékenységeknek kezdtem a mesterévé válni. Lassan megtanultam tüzet gyújtani, fát hasogatni, fürdeni, főzni és kaszálni. Látszólag egyszerű, magától értetődő tevékenységek. Amíg a városban éltem, mindegyre oda sem kellett figyelni, hiszen minden úgy volt kitalálva, hogy csak gombokat kelljen nyomogatnom. A víz a falból jött, főzéshez csupán a villany-



rezo gombját kellett elfordítanom, ha pedig be akartam fűteni, egyszerűen feljebb tekertem a termosztátot. Itt azonban mindent előlről kellett kezdeni, nem voltak kész megoldások. És persze a megoldásokra hamar rájössz, hiszen ezek jobbára egyszerű technikai jellegű feladatok, de: szinte leküzdhetetlen akadályokká válnak, ha éppen most tanulsz járni. Amikor a dolog úgy áll, hogy nyugton ülni már egészen emberi módon tudsz, de felállni, kimenni a kúthoz, és húzni egy vödör vizet, már szinte a lehetetlennel tűnik határosnak.

Apropó: A kút vize kezdetben csaknem teljesen tiszta volt, legfeljebb néhány levél úszkált a tetején, aztán, ahogy telt az idő, egyre zavarosabbá vált. Négy-öt nap múlva már ihatatlan volt, csak fürdésre tudtam használni. Egy reggel megálltam, és elgondolkodva néztem a zavaros vízzel telt vödört. Először nem érttem. Azt gondoltam, hogy a használatától egyre tisztul majd, erre épp az ellenkezője történik. Hamarosan azonban rájöttem, hogy a sok meregetéstől felkavarodott az alja, a több évtizedes iszapos üledék. Az első napokban még sikerült a tetejéről merítenem egy kis tiszta vizet, de aztán egyre reménytelenebbé vált a dolog. Abban bíztam, hogy ha tovább folytatom, végül mégis kitisztul majd. A szemét lassan eltávozik, és a helyébe friss, tiszta víz kerül. Megmozdul, és áramlásba jön. A feltevésem helyesnek bizonyult, a víz idővel tényleg tisztulni kezdett, de hónapokra volt még szükség, hogy teljesen megtisztuljon. Ez az eset mélyen elgondolkoztatott. Vajon merre halad az életem? A forrás megtisztulásának útján haladok-e, vagy egy szeméttel teli gödör lesz a sorsom? Csakis elhatározás – bátor elhatározás – kérdése, milyen magatartást követek.

Ahogy a tavasz eljött, és egy kissé már bele is fáradtam heroikus istenkeresésembe, egy nap váratlanul dolgozni támadt kedvem. Felkeltem, kaszát és kalapácsot ragadtam, és órákon keresztül kalapáltam a kaszát. Aztán – a csaknem tökéletesre sikerült kalapálás után –, csaknem tökéletesre fentem a kaszát, és azután minden nap a kaszálás tökéletes mozdulatait kutattam a kertben. Nem siettem el, a feladat nagyságát nem bagatellizáltam el, hanem kellő alázattal és nagy figyelemmel naponta csak két-három órát dolgoztam, és közben, mintegy melléktermék-

ként, a kert minden apró zugát gondosan leborotváltam. A száraz gatz egy hatalmas halomba hordtam, és végül az egészet meggyújtottam.


Elgondolkodva figyeltem, ahogy a tűz kezd elharapózni. Rájöttem, hogy a „szemetet” a tűz égeti el, nem más. Csakis a tűz ereje képes erre. Én csupán a szemétegető mester vagyok. Gyűfát gyűjtök, tüzet lobbantok, vasvillával igazgatok – és mindezzel a tűz útját szolgálom. Isten alázatos szolgájaként gyönyörködöm a Tűz munkájában.

Ha a tüzet magára hagyom, megtörténhet, hogy kiég a közepe és elhamvad. Vagy éppen olyan mértékben felhevül, hogy a közelébe sem lehet menni. Ilyenkor dühödten, ropogva tombol, és megéget maga körül mindent, így a gyümölcsfákat is. Ha viszont a láng nem elég erős, és lefojtom a nedves gazzal, akkor megkeservesen nyüszít, és csípős, sűrű füstöt okád magából. Szerencsés esetben idővel kiszárad, és hirtelen lángra kap, de megtörténhet az is, hogy kialszik az utolsó lángocska is. És itt jövök a képbe én, a szemétegető mester. Mesterségem szakrális rítus.

Egyszer pénzre volt szükségem, elvállaltam hát egy alkalmi munkát: tűzifát kellett télire felhasogatni és behordani. Második napja dolgoztam már, amikor felfigyeltem valami különös dologra. Amikor az egészet elkezdtem, egy hatalmas felfűrészelt rönkhalom előtt álltam. Elszántan nekiláttam az egyik felén, és módszeresen haladtam a másik vége felé. Közben azonban időnként úgy felhalmozódott körülöttem a felhasogatott fa, hogy már mozdulni sem lehetett tőle. Ilyenkor meg kellett állnom és átdobálni máshová. Ez így ment egész nap, úgyhogy estére nem csupán felhasogattam, de az egész farakást át is rendeztem. Másnapra a gazda felfűrészelt egy ugyanakkora adagot, és kezdődhetett megint a munka. Ezúttal azonban kissé megfontoltabban láttam hozzá, amiben nem kis szerepet játszott, hogy mozdulni alig bírtam az előző nap fáradságaitól. Gondosan ügyeltem a lehető legtakarékosabb mozdulatokra. Ebből az a stratégia adódott, hogy amikor a felhasogatott fa már teljesen körülvevett, fogtam a hasogatott tuskót, és kicsit arrébb mentem. Amikor ott is megtelt, megint arrébb költöztem, ahogy a kukac innen is, onnan is megrágya az

almát. Végül az egész halmot sikerült felaprítani anélkül, hogy egy darabot arrébb kellett volna dobálni, tehát lényegében fele akkora energiával. Rájöttem, hogy a helyes stratégia eleve benne rejtett a feladatban. Ez egy univerzális törvényszerűség, amely a létezés tér-idő struktúrájában gyökerezik. Rengeteg felesleges küszködés származik abból, ha ezt figyelmen kívül hagyva egy spekulatív koncepcióból indulok ki. A helyes magatartás az, ahogyan a víz legördül a hegyoldalról, és megtalálja útját a patakmederben. Az erőfeszítést tehát minden esetben egy engedékeny, érzékeny figyelemnek kell kísérnie, hogy az út felismerhető legyen.

Van aztán ennek a munkának egy másik analógiája is. Jól emlékszem a kezdeti időkre. A fejsze nagy ívben lendül a fejed felett, és képtelen vagy pontosan ütni, sokszor még a rönköt sem találod el. A fejsze lecsúszik, majdnem levágod a lábad, rosszul találod el, törik a balta nyele. Csúnya, káromkodós munka. Egyszer azonban valami történik, ami minőségi változást hoz, ami nem csupán gyakorlottság és rutin dolga. A tudat kiürül, és a mozdulat

zsigerekből indul. A fejsze erőfeszítés nélkül, szinte magától esik le. Már lendítés közben tudom, hogy hajszálpontosan középen fogom eltalálni. És úgy is lesz. A munka ettől kezdve nem küszködés, hanem könnyű játék. Egyetlen mozdulat minden rönk széthasításának útja. A tulajdonképpeni feladat azonban még előttem áll. Egyrészt ugye: a rönk halmot darabról darabra fel kell hasogatni. Másrészt pedig az egyes rönkök igen különbözőek, ami többet kíván a fahasogatás mesterétől, minthogy ihletett tudatállapotban üssön egyet. Bár az ütés ugyanaz, a feladat mégis más egy egyenes szálú és egy göcsörtös rönk esetén. Nem mindegy, hogy szálirányban vagy szálirány ellenében hasítok. Tapasztalat szükséges továbbá ahhoz is, milyen erősséggel kell megütni a különböző fafajtákat, a különféle vastagságú, alakú, az elágazásos vagy elágazás nélküli tuskókat. Az egyetlen mozdulat alkalmazásaiból származik a mesterség. És persze az a körülmény, hogy a nap végén kellemesen elfáradva odaülhetek a kályha mellé melegedni, és a tudatomat teljességgel kitölti a tűz ropogása. 



Szeremley Anett

Legyünk résen!



„Ha innen nézem kigyónak látszik, ha tovább megyek botnak látom.

Melyik az igaz? Mindkettő, vagy egyik sem? Mondjuk mindkettő igaz, az adott pillanatban, de mi van a kettő között?”

Mi ez a rés, ami ott rejlik az alkotásban, a keresésben, a zen körökben, a tévedésben, és megannyi helyzetben?

Alkotásban

Amikor alkotok és tervezek – mi, hogyan legyen –, sok ötlet felmerül, a gondolatok cikáznak, jönnek és mennek. Feltérképezem az addigi ismereteimet, emlékeimet, de semmi használható, valami újat akarok, valami mást.

Egyszer csak elengedem az egészet, mindent kisöprök az elméből, és ezzel a mozdulattal születik valami tiszta és szabad tér, egy rés két világ között. A csoda itt történik, ebben a résben. Itt még bármi lehetséges. Energiával telinek, szabadnak érzem magam, és csak vagyok. Ezután hirtelen felmerül egy ötlet, és tudom, hogy ez az igazi, ezt kerestem.

Keresésben

Régebben a gyerekek megtaláló embernek hívtak, mert gyakran előfordult, hogy voltam valahol, ahol épp kerestek valamit, és kis idő múlva megtaláltam a kívánt dolgot, sokszor úgy, hogy előtte még nem jártam az adott helyen, nem ismertem a környezetet.

A keresés folyamata, nagyon hasonlít az alkotásához.

Először elképzelem a keresett dolgot, aztán felidézem, hogy általában az mikkel együtt fordul elő, benézek ide-oda. Ettől azonban még nem találnám meg, vagy lehet, hogy csak nagyon sokára.

Valami más kell, tehát mindent lesöprök, kiürítem az elmémet. Érzem az ismerős szabadság érzést, s ebben időzök kicsit. Várom, de nincs bennem semmi elvárás. És akkor

hirtelen beugrik egy hely, olykor teljesen szokatlan, máskor meg olyan triviális, hogy megdöbben, hogy addig nem gondolt rá senki, és megvan!

Zen körökben

A zen körök festése ugyanilyen. Először gyakorlásképp festek néhány kört egy üres papírra, egymásra is érhetnek a vonalak, nem zavar, itt most a mozdulat, a csukló bejáratása a cél. Néha olyan jól sikerül a gyakorlás, hogy a sok szabálytalan, erőtlen vonal között, megjelenik egy erővel teli szabályos vonal. Mitől lesz az olyan, a többi meg nem?

Most elkezdem élesben festeni: egy papír egy kör. Ha szabályosra akarom festeni, ha jól akarom festeni, ha emlékezetből akarom festeni, nem sikerül – a vonal megtörik, szaggatott lesz. Ugyanaz a probléma, mint az alkotásnál, vagy a keresésnél, ha a múlt ismereteire, érzéseimre hagyatkozom csupán, és ezt még megfűszerezem egy jó adag elvárással, hogy ilyen, meg olyan legyen, akkor nem sikerül. Ha viszont felszabadítom a tudatom, és elengedek mindent, létrejön a rés, s a résben megjelenik az erő.

Amit közvetlenül ezután a papírra vetek olyan, hogy jó érzés nézni, jó érzés újra meg újra elővenni, és rácsodálkozni megint arra a pillanatra amiből született.

Tévedésben

A minap egy kölyökkutyára vigyáztam, akinek van egy olyan szokása, hogy gyakran felugrál az emberre, és éles kis fogaival megcibálja a nadrágot, vagy amit ér. Aznap egy nagy adag újság- és levélhalmot szabadítottam ki a postaládából, és a bejárati ajtó felé tartottam. Marcipán meg annyira megörült a játszótársnak, hogy fel-le ugrált rám sáros lábával, és láthatóan kipécézte az újságköteget is a kezemben.



Kiabálok rá, hogy ül, nem szabad, mit csinálsz, meg ilyenek, de semmi hatása, sőt. Egyre magasabbra ugrik, én meg egyre hátrálok előle, próbálok kitérni, kiabálni, erélyesnek látszani, eltaszítani, mindhiába. Közben venném elő a kulcsot a zsebemből, de a küzdelem nem kedvez a folyamatnak. Kiabálok megint, semmi hatás. Marcipán úgy véli játszunk, sőt most már vakkant is a játékhoz néhányat. Ez reménytelen – gondolom.

Ekkor feladom a küzdelmet, és megállok, úgy ahogy vagyok, nem mozdulok. Egyszer csak jön a kételkedés. Lehet, hogy tévedek, hogy valamit rosszul csinálok? Hogyan lehetne elérni azt, hogy ne ugráljon rám minduntalan? Nem tudom.

Csend, és megint itt ez a rés! És akkor rálátok, hogy eddig mindig előfeltételeztem, hogy

a kutya ugrani fog, nekem pedig meg kell akadályoznom benne.

Mi van akkor, ha nem vetitek előre semmit, és ezúttal bejutok az ajtón simán, küzdelem nélkül?

Ekkor, így álltomban, nagyon halkán, kedvesen, de határozottan azt mondom: ülj le!

A kutyuska meg abban a pillanatban leül, félrecsapja fejét, mintha csak azt kérdezné tőlem: miért nem ezzel kezdted? Kinyitom az ajtót, és belépek.

Mindennapi tévedéseinkre, problémáinkra, gondolkodásmódunkra is ránézhetnénk ugyanígy.

Nem baj, van másik! Van más is! Van más megoldás! Van más világ, van más világgép!

Csak legyünk résen!



Dobosy Antal

Kiszabadulás a hálóból



Ha innen nézzük, ahol éppen vagyunk, nehéznek látszik, ha onnan nézzük, ahová már jutottunk, könnyű. Amíg a háló fogva tart, nem látjuk a kiutat, és reménytelennek látszik a szabadulás. Amikor már túljutottunk a nehézségeken, és visszanezünk a megtett útra, akkor derül csak ki, hogy valami egészen csekélység akadályozott meg minket abban, hogy a kiutat megtaláljuk, és megszabaduljunk. Az igazi kötelékek, nem a fizikai világ kötelékei és korlátjai, hanem saját szemléletünk és értékrendünk. Könnyű szépek látni, ami valóban szép. Könnyű rútnak látni, ami csúnya. Így gondoljuk. De ha nincs se szép, se csúnya, akkor miért erőlködünk azon, hogy szépek vagy csúnyának lássunk valamit? Vagy jónak és rossznak, előnyösnek és hátrányosnak, követendőnek és kerülendőnek? Miért nehéz jónak látni a rosszat, vagy előnyösnek a hátrányost? Van valami akadály? Természetesen van, de ez nem az, amit annak hiszünk, nem az, amit mindig is gondolunk. Milyen régóta járjuk már az utat, mégsem vesszük komolyan azt, aki az utat járja. ☞

A császár a pagoda stílusát kérdezi

FŐTÉMA: Sukuszó császár kérdezte Csú Kokusitól:

- Mít tegyek érted, ha majd százéves leszel?
- Csinálj ennek az öreg szerzetesnek egy ácsolat nélküli pagodát – válaszolta Csú Kokusi.
- Azt is mondd meg, hogy milyen stílusú legyen! – kérte a császár.

Kokusi egy ideig csöndben maradt, majd megkérdezte:

- Érted?
- Nem értem – válaszolta a császár.
- Van egy tanítványom, Tangennek hívják, aki birtokolja a Dharma Pecsétjét, melyet én adtam át – mondta Kokusi. Ő kitűnően versel ebben a témában. Majd őt kérdezd meg, légy szíves!

Csú Kokusi halála után a császár hívatta Tangent, és feltette neki a kérdést. Tangen így válaszolt:

- A Só folyótól délre, a Tantól északra, a két tő között töménytelen arany. Az árnyéktalan fa alatt komp, ott, a smaragd palotában nincsenek szentek.

SZECSÓ VERSE:

*Ácsolat nélküli pagoda,
nehéz ezt leírni,
Nyugodt tóban a sárkány nem kap erőre.*

*Tető fölött tető, pompás árnyékot vet,
legyen csodálatraméltó ezer éveken át.*

(Kék szikla gyűjtemény, 18. kóan)

JEGYZET: Csú Kokusi mestert (775-ben halt meg) a Nemzet Tanítójaként tisztelik. Születésének időpontját nem ismerjük, de úgy tartják, hogy legalább száz évet megélt. Tanítója Enó, a Hatodik Pátriárka volt, akitől a Dharma Közvetítésnek Pecsétjét kapta. Negyven évig élt a Hakugai-hegyen anélkül, hogy egyszer is elhagyta volna a templomot. Azonban híre egyszer eljutott a császári udvarba is, és a császár úgy döntött, hogy meghívja a palotába tanítani. Csú Kokusi azonban a meghívást nem fogadta el. A császár háromszor is megismételte a meghívást, míg végül sikerült meggyőznie őt, hogy eljöjjön a palotába. Amikor odaérkezett, a császár személyesen fogadta, és saját kezűleg ragadta meg kocsijának rúdját, hogy segítsen azt húzni. Hátralévő életében Csú Kokusi a császár tanítója volt.

Ácsolat nélküli palota olyan palota, amelynek nincs formája.

A Só folyótól délre, a Tantól északra kifejezés megfelel annak, mintha azt mondanánk, hogy az Északi pólustól délre, a Déli pólustól északra. Só és Tan az a két folyó volt, ami közrezárta azt a területet, ahol azokban az időkben leginkább virágzott a zen.

Tangen Csú Kokusi tanítványa volt, személyneve Ósin. Ő volt annak a történetnek (A Nincs Kapu kóangyűjtemény 17.) az egyik szereplője, akit Csú Kokusi háromszor szólított.

Az egy tenyér hangtalan hangja. Tudjuk, hogy egyetlen tenyér nem ad hangot, mégis olyan rendkívüli a hangja, hogy betölti a világegyetemet. Hakuin „Egy tenyér hangja” is szoros összefüggésben van ezzel.

Az aranyponty kint van a hálóból

ENGO ELŐSZAVA: Hétszer áthatolni és nyolcszor áttörni, megszerezni a dobót, elfoglalni a zászlót, fenntartani száz határállomást és ezer őrházat, figyelni a frontvonalat és őrizni a hátszágát, a tigris fejét tartani, és megragadni a farkát, mindezek össze sem mérhetőek egy tapasztalt mester képességeivel. Az ökörfej eltűnik, a lófej előjön, ez sem nagy csoda. Mondd, mit csinálsz, ha hétköznapin túli tapasztalatokkal rendelkező ember jön? Lásd a következőket!



FŐTÉMA: Szansó mondta Szeppónak:

– Az aranyponty kint van a hálóból! Mondd meg, mivel fog táplálkozni!

– Megmondom, ha kijutottál a hálóból – válaszolta Szeppó.

– Tizenöt évszázad szerzeteseinek híres tanítója nem képes egyetlen szót sem kitalálni, hogy mondjon valamit erről a témáról – mondta Szansó.

– A kolostor vezetője vagyok, és sok elfoglaltságom van – válaszolta Szeppó.

SZECSÓ VERSE:

Az aranyponty kijött a hálóból.

De te ne mondd, hogy még a vízben van.

Megrázza az eeket, megmozgatja a földet, uszonyát lengeti, csapdossa farkát.

Csapása mint a cethalé,
hatalmas hullámokat kelt.

Aztán mennydörgés hangzik,
hűvös szél kezd fújni.

Hűvös szél – igen!

Hűvös szél kezd fújni.

Az egész világegyetemben
vajon ki képes erre?

(Kék szikla gyűjtemény, 49. kóan)

JEGYZETEK: Szansó zen mester nevét az általa vezetett templom nevééről kapta. Születésének és halálának időpontját ugyan nem ismerjük, de azt tudjuk, hogy Rinzait követte, és ő állította össze a Rinzai feljegyzések (japánul *Rinzai roku*) című kóan gyűjteményt. Kiváló zen mester volt. Miután befejezte tanulmányait Rinzai vezetése alatt, utazásokat tett különböző zen kolostorokba, mestereket látogatott meg, hogy gyakoroljon, és elmélyítse tudását a megvalósítás utáni Szent Buddháság művelésében.

Szeppó zen mester (822–908) igen állhatatos és másokról gondoskodó ember volt. Nem töltötte idejét a zen irodalom tanulmányozásával, sokkal értékesebbnek találta a konyhai szolgálatot, és nem bánta a nehéz fizikai munkát sem.

Fódi Attila

A Buddha által mondott Kilencszínű szarvas szútra¹

A Wu-beli világi kusán² Zhi Qian³
tolmácsolásában



Egykoron a Bódhisattva⁴ egy kilencszínű szarvasként [öltött testet]. Szőre kilenc színű volt, agancsa fehér volt, mint a hó. Rendszerint a Gangesz⁵-parton legelt és ivott. Gyakran egy varjúval barátkozott. Történt egyszer, hogy egy fuldoklót sodort [arra] a víz. Hol kiemelkedett, hol elmerült, a faágak felé kapkodva az ég felé fordított tekintettel így könyörgött:

– Hegyek szellemei, fák szellemei, minden egek sárkányai és szellemei, miért nem könyörültök rajtam?

A szarvas meghallotta az ember hangját és belegázolt a vízbe. Így szólt a fulladozóhoz:

– Ne félj! Felmászatsz a hátamra, kapd el az agancsom! Hátamra véve kiviszlek a vízből!

[Így] el is érték a partot. A szarvas nagyon kimerült. A fuldokló leszállt [a hátáról], és [tisztelete jeléül] háromszor megkerülte a szarvast. A szarvas előtt [tisztelete kifejezéseképpen] homlokát a talajhoz érintette. Koldulni kezdett mindenkitől, szolgájának szegődött, hogy elláthassa⁶. Ha kérte, vizet és fűvet hozott. A szarvas így szólt:

– Nincs szükségem rád, minden vágyam, hogy magam legyek. Ha vissza akarod fizetni ezt a kegyet, kérlek, ne áruld el, hogy hol vagyok. Az emberek kapzsik, a bőrömért és agancsomért biztos eljönnek és megölnék.

A fuldokló elfogadta a tanítást, és elment. Abban az időben az ország királyának felesége éjjel, álmában látott egy kilenc színű szarvast. Szőre kilenc színű volt, agancsa fehér, mint a hó. Rögtön betegség kerítette hatalmába és

nem [tudott] felkelni. A király megkérdezte feleségét:

– Miért nem tudsz felkelni?

Felesége így válaszolt:

– Tegnap este, álmomban láttam egy nem mindennapi szarvast. Szőre kilenc színű volt, agancsa fehér, mint a hó. Arra gondoltam, bőréből ülőmatracot készítenék, agancsából [pedig kézbe] simuló fogantyút. Keresd meg ezt nekem, király uram. Ha nem találsz meg nekem, király, [menten] meg is halok!

A király ezt mondta feleségének:

– Hamarosan felkelhetsz. Én egy egész ország ura vagyok, mi lehetne olyan, amit ne szerezhetnék meg?

A király azonnal toborzásba kezdett:

– Ha van olyan, aki megszerzi a kilenc színű szarvast, neki adom birodalmam egy részét. Ezüst kölessel telerakott arany koldulócsészét adományozok neki, továbbá adok néki egy ezüst koldulócsészét gazdagon megtöltve arany kölessel.

A fuldokló ember is meghallotta a király hirdetését. Szívében gonosz gondolatok fogantak. „Én mondom, ez a szarvas bőséghez és gazdagsághoz juttathat! A szarvas kezes, mint egy háziállat, ki ne tudná elfogni?” Erre így szólt a toborzókhöz:

– Én tudom, hol tartózkodik a kilenc színű szarvas.

A toborzók erre el akarták vinni a fuldokló embert a nagy királyhoz, és így szóltak a királyhoz:

1 A történet az Arany szarvas-király dzsátaka, szkt. Ruru-migarrá-játaka alapján készült. A történetet bemutató illusztrációt a Dunhuang-i barlangtemplomokban (敦煌石窟) fedezték fel. A szöveg a Taishó Kánon 3. kötetében található, T.181a. 3.452b-453a. A fordítás a kanonikus kínai szövegből készült.

2 szkt. kušana, kínai: 月氏, indo-szkíta népcsoport a III. századi India észak-nyugati részén

3 支謙 (223–253 közt tevékenykedett), kusán világi szútra-

fordító mester. 6 nyelven beszélt, számos szútrát fordított, köztük a Vimalakirti-nirdeša-sútrát. Mesterével Zhi Lianggal (支亮) és az öt tanító Lokaksemával (支婁迦讖) a „három Zhi-nek” nevezi őket a kínai hagyomány.

4 szkt. bodhisattva, kínai: 菩薩

5 szkt. Gaṅgā, kínai: 恒水

6 az indiai társadalomban megszokott, hogy a tanítvány mestere szolgájaként szolgál, ellátja étellel-itallal.

– Ez az ember tudja, hol tartózkodik a kilenc színű szarvas.

A király alighogy meghallotta ezt, nagyon megörült, [majd] akkor így szólt a fuldoklóhoz:

– [Ha] te tényleg olyan vagy, aki képes megszerezni a kilenc színű szarvast, én neked adom fele királyságot!

Ez nem volt üres fecsegés. A fuldokló így válaszolt a királynak:

– Képes vagyok megszerezni őt.

Az arcán ekkor fehéres sebek keletkeztek. A fuldokló erre így szólt a királyhoz:

– Ennek a szarvasnak akkora ereje van, mint egy szellemnek! Királyom, kellően nagy sereggel menj, csak akkor foghatod el.

A király erre nagy sereggel indult el [a szarvas keresésére]. Elértek a Gangesz partjára. Ekkor a varjú a fa tetejéről észrevette a király seregét. Gyanakodott, hogy azért jönnek, hogy megöljék a szarvast, és odakiáltott a szarvasnak:

– Barátom, azonnal kelj fel, a király jön, hogy elfogjon téged!

A szarvas nem ébredt fel. A varjú a fa tetejéről a fejére szállt, és csőrével csipkedte a fület, mondván:

– Barátom, azonnal kelj fel, a király serege már ide is ért!

A szarvas rémülten felkelt és körbenézett. Észrevette a király seregét. Azok már száz irányból körülfojták, nem tudott elmenekülni. Mindjárt a király kocsija irányába indult. Akkor a királyi hadsereg katonái megfeszítették íjait, hogy lelőjék. A szarvas azt mondta a király embereinek:

– Ne lőjetelek le!

Saját maga odament a királyhoz és szólni kívánt hozzá. A király akkor utasította alattvalóit, hogy ne lőjék le ezt a szarvast, és azt mondta:

– Ez egy különleges szarvas, [olyan], akár egy égi szellem.

A szarvas újra megszólalt:

– Ne lőjetelek le engem! Nagy kegyet tettem azzal, hogy a király országába születtem.

A király megkérdezte a szarvast:

– Milyen kegyet [tettél]?

A szarvas így válaszolt:

– Korábban megmentettem egy embert a király országából.

A szarvas leborult a király elé és megkérdezte a királyt:

– Ki mondta, hogy engem hol találasz?

A király akkor a kocsi mellett álló fehéres arcú emberre mutatott, hogy ő [volt] az. A szarvas megértette a király szavát. Szeméből könnyek kezdtek patakzani, és nem volt képes megállítani őket. A szarvas így szólt:

– Nagy király, ez az ember korábban egy folyóban fuldoklott, az áramlatot követve sodródott. Hol felbukkant, hol elmerült, a faágak felé kapkodva így kiabált: „Hegyek szellemei, fák szellemei, minden egék sárkányai és szellemei, miért nem könyörültek rajtam?” Én akkor saját életem kockáztatásával magam gázoltam bele a folyóba és a hátamra véve kihúztam. Megkértem, hogy ne beszéljen [arról, hogy hol vagyok]. De az emberek megbízhatatlanok, annyi megbízhatóság sincs bennük, mint egy uszadék fában!

A király meghallván a szarvas szavait, mélységes szégyent érzett, és így korholta azt az embert:


– Te, ki megkaptad ezt a hatalmas kegyet, hogy lehetőleg képes arra, hogy viszonzásképp meg akard ölni?

Erre a király rendeletet bocsátott ki országszerte:

– Aki mostantól fogva üldözni meri ezt a szarvast, annak családját ötödízigen megbüntettem!

Ennél fogva a szarvasok ezerszám érkeztek. Fűvel etették őket és vízzel itatták őket, nem ártottak többet a veteményeknek. Eső és szél idején ötszörös mennyiségű gabona termett. Az emberek nem betegedtek meg és csapások sem jelentek meg. Abban a korban béke és szerencse [honolt és sokan] elérték a megszabadulást. Buddha így szólt:

– Akkor az a kilenc színű szarvas én voltam. Az a varjú Ánanda volt. Az akkori király, most Suddhódana király, az akkori felesége, most Sundarí. Az az ember, aki fuldoklott, nem más, mint Dévadatta. Dévadatta és én már időtlen idők⁷ óta ellenségeskedünk. Bár én [mindig] jó szándékkal viseltetem iránta, ennek ellenére ő [mindig] ártani akar nekem.

Ánanda megértett mindent. Megszerezte a felülmúlhatatlan utat, a türelmet. 

⁷ kalpák, szkt. kalpa, kínai: 世世

Berki Renáta

A tiszta életvitel

Virágfüzér szútra (Avatamszaka), 11./1. rész
Tripitaka Hsuan Hua mester kommentárjával



Ez a fejezet a tiszta életvitelről és annak jelentőségéről szól. Mit jelképez a tiszta? Azt jelenti, hogy a test, a száj és a tudat 3 karmája szennyezetlen, akadálytalan. Mit jelent az, hogy szennyezetlen? Amikor nem követsz el semmilyen rossz cselekedetet a tested, a szád vagy a tudatod által, akkor a 3 karmád szennyezetlen. Az átlagos emberek testének, szájának vagy tudatának 3 karmája sokszor szennyezett.

A tiszta viselkedés a bódhiszattva viselkedés, azaz a bódhiszattva-elv gyakorlása. A Nagy Jármű bódhiszattvái nem csak önmaguk számára teremtenek előnyöket, hanem másoknak is hasznára válnak. Nem csupán önmaguk világosodnak meg, hanem másokat is hozzásegítenek a megvilágosodáshoz, ezért gyakorolják a Tiszta Életvitelt.

Tiszta Életvitel kínaiul Ching Heng, melyet Ching Hsing-nek is ejtenek, azaz „tisztán gyakorolni”, avagy előrehaladni és csinálni. Ennek a szútrának az első része a Hit és Megértés Kapuja. Ez a fejezet kapcsolódik a Gyakorlás Kapu fejezethez. Ha te csak hiszed, vagy megérted az alapelveket, de nem gyakorlod azokat, akkor az haszontalan. A Buddhadharmát gyakorolni kell. Valóban és ténylegesen tevékenykedned kell. Ugyanilyen haszontalan, ha csak mondd másnak, hogy gyakoroljon, de te magad nem teszed azt. Minden buddhistának különös figyelmet kell szentelnie ennek, és folyamatosan tudatában tartani azt, hogy önmaga is gyakoroljon. Ne követeld meg másoktól, hogy gyakoroljanak, miközben te kivonod magad alóla. Ha te magad gyakorolsz, és megbízható és igaz vagy a gyakorlásodban, akkor nem fogsz trükköket alkalmazni, vagy hamis reklámot gyártani, hanem még őszintébben bízni fogsz a Dharmában, és gyakorlod azt. Ha egy részét ismerjük a tanításnak, akkor gyakoroljuk azt a részt. Ha két részt ismerünk, akkor azt a kettőt gyakoroljuk. Nem szabad, hogy diszharmonia legyen a tudás és a gyakorlat között. Kínában,

a Ming-dinasztia alatt élt egy úriember, akit Wang Yang Ming-nek hívtak, és aki a tudás és a gyakorlás közötti harmónia elvét hirdette. Azt mondta, hogy a nem-tudás az oka annak, ha valaki nem gyakorol, mert ha valaki valóban érti a tanításokat, akkor gyakorol is, és ha gyakorol, akkor valóban tud is. Ez „a tudás és gyakorlás közötti harmónia alapelve.”

Ahogy az mondva van: „Vannak azok, akik egész álló nap más vagyónát számolják, anélkül, hogy egy árva fillérük is lenne. Ha nem gyakorlod a Dharmát, az eredmény ugyanez lesz.”

A szútra megnyitására szóló vers: „A felülmúlhatatlan, mély, helyes, finom és csodálatos dharma, több száz millió kalpa alatt is nehezen megszámlálható. Most látom és hallom, megkapom és fenntartom, megfogadom, hogy megérem a »felébredettek« igaz és valós jelentését.”

Kommentár

A Buddhadharmá alapelve felülmúlhatatlan, ahogy mondva van, felülmúlhatatlan, mély, alapos, finom és csodálatos dharma, több száz millió kalpa alatt is nehezen megszámlálható. Valójában nem nehéz találkozni vele, de nehéz gyakorolni azt. Most látom és hallom, megkapom és fenntartom. Megkapni és fenntartani azt jelenti, hogy valóban gyakorlom azt. Megfogadom, hogy megérem a „felébredettek” igaz és valós jelentését. Kívánom, hogy értsem meg a Buddhák igaz és valódi alapelveit. Ha igazán megérted, akkor őszintén és becsületesen tudsz előrehaladni és gyakorolni.

Az „életvitelnek”, amelyet élsz és gyakorolsz, tisztának kell lennie. Nem csak némelyiknek, hanem valamennyi cselekedetnek. Ebben a fejezetben 110 kívánság, 110 erényes cselekedet szerepel, mely 3 kategóriába osztható. Az első „a 3 hibátlan karmával megvalósítod az erényeket”. A három karma a testé, a szájé és a

tudat. A gyakorlásban nem szabad kifelé nézelődnünk, hogy mindig máshol gyakoroljunk. Önmagunkban kell meggyűjtanunk a fényt, megvilágítani önmagunkat és megbizonyosodni afelől, hogy a test tisztaságát gyakoroljuk, ami azt jelenti, hogy nem ölünk, nem lopunk és nem élünk helytelen szexuális életet. Szintén gyakorolnunk kell a száj tisztaságát, ami azt jelenti, hogy nem beszélünk erkölcsstelenül, nem hazudunk, nem beszélünk durván és nem beszélünk kétszínűen. A tudat tisztaságának gyakorlása azt jelenti, hogy ne légy mohó, gyűlölködő vagy ostoba. El kell érünk a három karma tisztaságát, amely azt jelenti, hogy nem követünk el hibákat a testünkkel, szánkkal vagy a tudatunkkal. Ez a legfontosabb dolog az Út gyakorló számára.

A testtel elkövethető három rossz cselekedet: ölés, lopás és helytelen szexuális élet. Miért kell elkerülnünk az ölést, és helyette felszabadítanunk a lényeket? Mert: *Egyik erénye az Égnek az élő lények életének megkímélése.*

El kell kerülnünk az ölést, mert tudjuk, hogy az Univerzum rendelkezik azzal az erénnyel, hogy törődik az élő lényekkel. Ráadásul: *Minden lénynek Buddha-természete van. Mindannyian buddhává válhatnak.*

Ha megölünk egy élőlényt, az ugyanolyan, mintha megölnénk Buddhát. Ha tudunk ennek megfelelően gondolkodni, akkor nem fogunk ölni. Továbbá láthatjuk, hogy minden lény élni akar és fél a haláltól. Nem számít, hogy milyen nagy vagy kicsi lény, mindegyikük élni szeretne, nem akar meghalni. Mérlegelnünk kell ezt, és a jövőben el kell kerülnünk az ölést és helyette felszabadítanunk a lényeket. Az ókori időkben volt egy mondás, mely így hangzott: *„Százézer éve már, hogy hús fő a fazékban, melyből oly mély neheztelés származik, mint a négy tenger, s melyet nehéz elsimítani. Ha tudni akarsz a világban lévő háborúk és balsors okát, akkor hallgasd meg a mészáros házából kiszűrődő szánalmas sírást.”*

Azt mondja, százézer éve már az emberek húst fogyasztanak. Nem a fazékban lévő hús a fontos, hanem az számít, hogy a fazékban lévő hús gyűlöletet és neheztelést tartalmaz, mely oly mély, mint a tenger. Ezért mondja, hogy melyből oly mély neheztelés származik, mint a

négy tenger, melyet nehéz elsimítani. Ha tudni akarsz a világban lévő háborúk és balsors okát, akkor hallgasd meg a mészáros házából kiszűrődő szánalmas sírást. A mészáros házában, ha nem a malac sívít, akkor a bárány béget vagy a tehén bög. Láthatjuk, hogy ez a fajta neheztelés egyre szorosabb csomót köt, és háborúba és balsorsba taszít minket. Ez az alapelv nagyon egyszerű, de pontosan azért mert olyan egyszerű, az emberek nem fordítanak rá kellő figyelmet. Emiatt a hanyagság miatt nagyon sok háborút és balsorsot teremtenek. Ez a probléma az öléssel, ezért mindannyiunknak be kell tartania az élet elvételének tilalmát.

A lopás úgy van megfogalmazva, hogy a tulajdonos engedélye nélküli elvétel. Ha elveszel bármit anélkül, hogy elkérnéd azt, akkor megtöröd a nem-lopás alapelvét. Ha engedély nélkül elveszel valamit és aztán másnak adod, akkor is ugyanezt követed el. Az egyenes emberek nem lopnak. A lopás megtörténhet csak a tudatodban is. Ha vágyakozol mások dolgai után, akkor nem vagy összhangban ezzel az alapelvvvel.

A helytelen szexuális magatartás elleni alapelvet még nehezebb betartani. A kezdet nélküli kalpáktól egészen mostanáig az emberek szennyezett dharmák által születtek meg. Ezért nagyon nehéz megtisztítani a szexuális vágy tudatát. A legalapvetőbb aspektusa a tiszta életvitelnek a szexuális vágy megtisztítása. Tudatában kell lenned a szexuális vágyadból fakadó gondolataidnak és meg kell próbálnod megtisztítanod a tudatod. A gyakorlóknak tiszta tudattal kell rendelkezniük és csak kevés vágygal; el kell vágniuk a vágyakat és a birtokló szeretetet.

A Tiszta Életvitel fejezet ezen részének fő alapelve, hogy ha a gyakorló mentes a három karma hibáitól és folyamatosan gyakorolja a bódhiszattva határtalan együttérző cselekedeteit, akkor tiszta életvitelét a bölcsesség fogja gazdagítani.

A tudatnak szintén van három rossz cselekedete: mohóság, gyűlölködés, tudatlanság.

Mohóság. A mohóság kielégíthetetlen, sosem fárad ki még akkor sem, ha telve van. Mindegy, hogy mennyi mindent birtokolsz, sosem érzel elégedettséget. Ez a kimeríthetetlen-

ség jelentése. Egy mohó ember nem elégedett. Ha elégedetlen vagy, a tudatod mindig szenved. Ha elégedett vagy, akkor folyamatosan boldog vagy. A hírnévre való vágyakozás sóvárgás, a befolyásra való vágyakozás is sóvárgás, a vezetésre való vágyakozás szintén sóvárgás.

Gyűlölködés. Ha nem kapod meg azt, amire vágsz, akkor a tudatod haragvó lesz. Úgy mondják: „ha egyetlen haragos gondolat felbukkan benned, akkor az akadályokhoz vezető 80.000 kapu kinyílik.” Ez azért van, mert ekkor nehéz karmikus akadályokat teremtasz. Ilyenkor lobbanékony természetű vagy és a tudatlanság tüze szintén hatalmas benned.

Tudatlanság. A tudatlanság a bolond tudat és a hamis gondolatok, melyek az alábbiakat jelentik: minden, amiről nem kellene gondolkodnod, de amiről gondolkodni akarsz, bármi, amit nem kellene megszerezned, de amit meg akarsz szerezni, bármi, amit nem kellene elérned, de amit el akarsz érni, minden, amit nem kellene csinálnod, de amit csinálni akarsz. Gyakran mondom az embereknek: „azok, akik szeretik a bort, a formákat, a vagyont vagy a mérgelődést”, azok így gondolkodnak: *„Bár csak nyílnának a virágok minden nap, és miért ne lenne a fényes hold teljes minden éjszaka? Bár csak a patakok a földön borrá válnának, és az erdőbéli fák pénzt teremnének!”*

Ezért a gyakorlóknak szükséges, hogy: *Erőteljesen gyakorolják az alapelveket, a számádhít és a bölcsességet, és szüntessék meg a mohóságot, gyűlöletet és butaságot.*

Beszéltünk a tudat három rossz cselekedetéről: mohóság, gyűlölet, butaság. A száj rossz cselekedetei azok, amelyeket az emberek a legtöbbször elkövetnek. Úgy van mondva: „A betegségek a szájon keresztül lépnek be, a szerencsétlenség pedig a szájon keresztül szivárog ki.” Ha rossz szavakat használsz, lehetséges, hogy balsorsot kapsz érte viszont. Ha rossz ételt eszel, elképzelhető, hogy beteg leszel. A „harsány, durva beszéd”, mely más emberek szidását jelenti, az egyike a száj rossz cselekedeteinek. Azok az emberek, akik ilyen karmát teremtenek, mindenkit szidalmaznak, akivel csak kapcsolatba kerülnek. Sok ilyen emberrel találkoztam már, akik csak azt tudták, hogy hogyan szidalmazhatnak másokat. Még ha esszét

írtak, abban is csak másokat szidták. Cikkeket írtak annak érdekében, hogy abban másokat lehordjanak és a tollukkal harcolhassanak. Ez csak egy másik példája a durva és gorombáskodó beszédnek. Becsmérelnek és rágalmaznak másokat. Ez is durva beszéd. A „kétszínűség” azt jelenti, hogy bajt okozol az emberek között a pletykálkodással. Az az ember, aki A-nak beszél B hibájáról, majd B-nek beszél A-ról. Ide-oda jár, hogy bajt keverjen és pletykálkodjon a két ember között. Ezt hívják kétszínűnek. „Könnyelmű beszéd” azt jelenti, hogy deviáns tudásról és deviáns nézőpontokról beszélsz.

A szennyezett beszéd miatt az embereknek helytelen gondolatai támadnak.

Ha a három karma nem tisztá, akkor nem tudsz gyakorolni. Ahhoz, hogy gyakorolni tudj, először meg kell tisztítanod ezt a három karmát.



Komár Lajos

Pang, világi hívő (740–808)

Aki nem akart szerzetes lenni: mester lett



Pang Hsziang-jang városában született. Apja állami tisztviselő alacsony rangban, akit Heng-jang városába helyeztek; az ifjú Pang ott nősült meg, egy fia és egy lánya született.

Szükségét érezte, hogy egyedül is lehessen, ezért lakóhelyéhez közel épített egy egyszobás templomot, és ott elmélkedett nap, mint nap. Minden szabadidejét a Tan tanulmányozásának szentelte. Kedvence a Vimalakírti-szútra



volt. Csalátagjai is gyakorolták a Tant: a napi tevékenységüket tették gyakorlattá.

Pang egy nap úgy érezte, belegabalyodott a szútrák szövegébe. Letörtén tért haza feleségéhez:

– De nehéz! Nagyon nehéz! Próbálom megragadni a lényegét, de mintha szeszámogat gyűjtenék, s a fa lombkoronáját használnám raktárnak!

– Csendesen! Nyugodtan! Azok csak szavak. Én a fűszálat vizsgálom, és ott minden harmatcseppben a Magasztos tükörképét lá-

tom megcsillanni – válaszolta a felesége.

– Két öregember buta gondolatai – dörmögte Ling-Csao, a lányuk.

– Nocsak, ilyen okos vagy? Te hogy csinálod? – érdeklődött Pang.

– Nem nehéz, sem könnyű. Éhes vagyok, eszem. Álmos vagyok, alszom – mondta a lány.

És Pang ekkor megértett valamit. Félretette a könyveket, lelakatolta a templomot. Minden vagyonát pénzzé tette, azt egy csónakba rakta és elsüllyesztette a folyóba. Úgy gondolta, ha anyagi javait másoknak adja, azzal csak szerencsétlenséget zúdít rájuk. (Hogy a családja mit szolt ehhez, nem tudjuk. A fennmaradt történetekből úgy tűnik, hogy felesége és fia életük végéig földművelésből éltek.) Mindez 785-ben történt.

Pang útra kelt, hogy csan tanítóknál megmértesse magát. Így került Si-tou (700–790) kolostorába, és azt kérdezte:

– Mester, hol talállok olyan embert, aki nem kötődik az anyagi világhoz?

Si-tou lassan felemelte kezét, és becsukta vele a kérdező száját. Pang ekkor ismét megértett valamit. A kolostorban maradt néhány hónapig. A szerzetesek is figyeltek rá, hogy milyen gyorsan, könnyedén beilleszkedett. Egyik nap maga Si-tou kérdezte tőle:

– Mindenki csodálja a módszered. Mi a titkod?

– Nincs semmi titok. Belefeledekzem a napi tevékenységekbe, próbálok összhangba kerülni velük. Mindent elfogadok, ellenkezés nélkül. Ha másokkal vagyok, próbálok elfogulatlan maradni. A piros szín piros, nem vörös, nem bíbor. Fát vágok, vizet húzok, ennyi a titkom – válaszolta Pang.

– Egy ilyen ember szerzetesnek való. Gyere, lépj be a Rendbe – ajánlotta a Mester.

– Teszem a dolgom – szolt Pang, és ekkor ismét megértett valamit. Itt volt az ideje továbbállni.

És Pang tovább vándorolt. A következő állomás Ma-cu (709–788) kolostora volt, ahol azt kérdezte:

– Mester, hol találok olyan embert, aki nem kötődik az anyagi világhoz?

– Megmondom, ha egy húzásra kiiszod a Nyugati folyót – válaszolta Ma-cu.

És ekkor Pang teljesen felébredté vált. A kolostorban maradt, közel két éven át. Egy nap így szólt:

– Egy Felébredett arra kér, nézz reá – de Ma-cu továbbra is maga elé meredt, nem nézett fel.

– Mily csodálatosan játszol a húrnélküli lantton – szölt ismét Pang.

Erre Ma-cu felállt, és megkongatta a harangot. Pang meghajolt, és búcsúzóul még odaszólt:

– Elszúrtad, nem igaz? És most próbálsz okos lenni – majd távozott.

Pang élete ezután folyamatos vándorlással telt: rendszeresen látogatta a családját, a barátait, és a környék kolostorait is. Mindenhol elidőzött kicsit, majd továbbállt. Konfuciánus családból származott, és nem vállalt többé hivatalt. Felhagyott a világi étellel, és nem lett szerzetes. Nem nyitott iskolát, és mindenütt példát mutatott. Egyszerű, fehér vászonruhában járt, amit a legszegényebbek hordtak; talált egy fekete tanítói kalapot, azt tette a fejére; göcsörtös mester-bot helyett egy bambuszt vágott, azt használta vándorútján; a korabeli kínai szemléletnek ellentmondó megjelenésével nagy feltűnést keltett.

Pang több kolostorban is megfordult, ahol a tanítók mind barátságosan fogadták. A szerzetesekkel azonban néha meggyűlt a baja.

Egyik nap havazott, és Pang az eresz alatt állva így szólt:

– Jó hó. Nem máshová esik.

– Hová szeretnéd, hogy essen? – gúnyolódott vele a mellette álló szerzetes, mire Pang pofon vágta.

– Hogy merészeled? – háborodott fel a szerzetes.

– És még te gondolod magad szerzetesnek, te pokolfajzat? Noha van szemed, füled és nyelved, mégis vak, süket és hülye vagy – vágott vissza Pang.

Később Pang és a lánya együtt járták a vidéket, együtt öregedtek meg. Egyik alkalommal

bambuszkosarokat árultak, és Pang, kezében a kosarakkal, elcsúszott egy hídon, és elesett. Lánya odasietett, és lefeküdt mellé a földre.

– Mit csinálsz? – kérdezte Pang.

– Láttalak elesni, jöttem segíteni – válaszolta Ling-Csao.

– Szerencsére senki sem látta – mondta Pang, és feltápáskodott.

Utolsó lakhelyük egy barlang volt, a várostól húsz kilométerre. Pang érezte, eljött az idő: naplementekor kívánt eltávozni. Elfoglalta helyét, és kiküldte lányát, hogy az figyelje, mikor van napnyugta. Egy idő múlva Ling-Csao izgatottan futott apjához, mondván: napfogyatkozás van. Az öreg kiment, de csak a napot látta. Visszatérve vette észre, hogy lánya az ő helyén ülve, eltávozott.

– Ó, te lány! Mindig előttem jártál – sóhajtott Pang. Egy hét múlva ő is eltávozott.

*A múlt már elmúlt –
ne ragadd meg.*

*A jelen nem marad –
ne tartsd fenn.*

*A jövő nem jön el –
ne várj rá.*

*A három idő nem létezik –
a tudat a Buddha-tudat.*

*A csendes működés üressége –
a hétköznapi cselekvés.*

*Egyetlen jelenség sem valóságos –
minden jól van úgy.*

*Nincs szabály betartani –
nincs por tisztítani.*

*Üres tudattal behatolsz –
nincs jelenség.*

*Így szemléled –
ez a végső állapot.*

Pang



JEGYZET: Páng Yün Jūshì 龐蘊居士 (740–808)
(japánul: Hōkoji)

Dévai Varga István

A zen és a Tao

A japán zen a kínai csan (*chán*) szóból, a csan pedig a szanszkrit dhjána (*dhyāna*) szóból ered, mely magyarul elmélyedést, meditációt jelent. A kínai Taót (*tao*) pedig Útnak vagy Ösvénynek fordíthatjuk.

A zen és a taoizmus is egyre ismertebbé, népszerűbbé válik a „nyugati” világban, és egyre több követőre talál. Egyesek vallásként tekintenek rájuk, míg mások filozófiaként. Talán érdemes egyfajta életmódként, életszemléletként fordulni feléjük teljes nyitottsággal, anélkül, hogy bármit is kizárnánk vagy bezárnánk e fogalmakba. Úgy tekinthetünk rájuk, mint egyfajta világfelfogásra, amellyel a körülöttünk lévő dolgokat, az önmagunkban zajló folyamatokat és a kettő közötti kapcsolatot szemléljük.

Mikor a buddhizmus Kínába érkezett, a taoizmus erősen befolyásolta azt, majd később a buddhizmus is nagy hatással volt a taoista eszmékre, melynek egyfajta integrálásaként jött létre Kínában a csan buddhizmus. Éppen ezért nem véletlen, hogy e két világszemlélet több közös vonást is magán visel, függetlenül attól, hogy az idők során mindkét irányzatnak számos iskolája jött létre. Mindkettőre jellemző a gyakorlatias hozzáállás, melynek célja a dolgok valódi természetének felismerése, megtapasztalása. Az „itt és most”, a jelenben való cselekvés képességének megszerzése. A spontán megnyilvánulás, melyből hiányzik a tudat múltba vagy jövőbe való kondicionálódása. A taoizmusban ezt vej-vu-vej-nek (*wei wu wei*) hívják, azaz „cselekvés a nem-cselekvésben”, mikor a cselekedeteinkben a Taót követjük, a középutat, mely folyton változik.

Ezen utóbbi fogalom Lao-ce filozófiájából *Az út és erény könyvéből* (Tao Te King) származik. A Tao japánul Do, a kínai és japán nyelvben is ugyanazzal az írásjeggyel jelölik: egy út, egy mester fejének és egy tanítvány lábainak ideogramjával, amik a mestert követik.

Lao-ce a Tao Te Kingben a következőképpen ír a Tao-ról:

*Az út,
mely szóba fogható,
nem az öröktől-való;
a szó,
mely rája-mondható,
nem az örök szó.
Ha neve nincs: ég s föld alapja;
ha neve van: minden dolog anyja.
Ezért:
aki vágytalan,
a nagy titkot megfejtheti;
de ha vágya van,
csak a dolgokat szemlélheti.
E kettő mögött közös a forrás,
csupán nevük más.
Közösségük: csoda,
s egyik csodától a másik felé tárul
a nagy titok kapuja.*

[Weöres Sándor fordítása]



A Taót, melynek neve nincs, nem lehet szóval illetni, mely oly „hatalmas”, hogy nem lehet néven nevezni. A Tao a nemlét, de egyben minden lét eredete. Anélkül, hogy tenne, minden dolgot előidéz, formál és irányít, de nem birtokol, hagyja, hogy a dolgok maguk változzanak.

„Ha az egyik kérdez a Taóról és a másik válaszol neki – mondja Csuang-ce –, egyikük sem ismeri a Taót.” E kijelentés teljesen egybecseng a zen meggyőződésével, hogy a végső igazságot szavakkal kifejezni lehetetlen.

Egy ősi ötsoros a következőképpen foglalja össze a zen lényegét:

*„Írás nélküli tanítás,
Se szó, se betű,
Egyenesen a tudatra összpontosítás.
Lényegünk felfedése és
A buddhaság elérése.”*

A Tao működését a jelenségekben, az ellentétes princípiumok a jin és a jang, a Tao két őserényének kapcsolatában lehet tetten érni. Minden létező ellentétes, ám egymást kölcsönösen kiegészítő pólusát szimbolizálják, melyekhez

olyan jelzők tartoznak, mint a férfias-nőies, pozitív-negatív, világos-sötét, melyek mind-egyike a Taóban található, melyet grafikailag a tajcsi monádjával jelenítenek meg.

A kör a mindent átfogó Taót jelenti. A jint és a jangot két stilizált hal ábrázolja, melyek körbe-körbe forognak, szimbolizálva az örök változást. A sötét rész jelöli a jint, a világos pedig a jangot, mindkét rész tartalmaz egy velük ellentétes színű kis kört, amely azt jelöli, hogy nem létezik semmi olyan a világon, ami kizárólag jin vagy jang minőségű lenne. Ahhoz, hogy egészségesen éljünk, fontos, hogy a jin és jang erők egyensúlyban, harmóniában legyenek. Bármelyik pólus túlsúlyba kerülése betegséggel fenyeget minket.

A tajcsi (nagy végső) filozófiája az ázsiai gondolkodásra nagymértékben rányomta a bélyegét és nagy hatást gyakorolt a csan buddhizmusra, és ezáltal a zenre is. A tajcsi elveit később a mozgásba is átültették, melyből megszületett a tajcsicsuan, melynek eredete az idő homályába vész. Több feltevés is létezik keletkezéséről. Egyesek szerint Csang Szan-feng (*Zhang Sanfeng*), a nyolc halhatatlan egyike dolgozta ki a rendszert, miután megfigyelte egy madár és egy kígyó küzdelmét. Mások szerint a csen (*chen*) családi stílusból eredő harcművészet, melyet később tajcsicsuannak neveztek el. Bárhogy is történt, alapvetően céljuk azonos: a mozgáson keresztül a jin és jang erők „egyesítése” által el-

érni a vucsi-t (*wuji*), azaz az üresség állapotát. Ezen állapotot megérteni, vagy akár csak törekedni rá, annak a végtelen volta miatt teljesen felesleges. Csung-ce szerint a végessel a végtelen megérteni éppen olyan nehéz, mint a kút mélyében élő békának elmagyarázni a tengert.

Az idő során öt nagy csoportja alakult ki a tajcsicsuan stílusoknak: csen, vu, jang, szun és egy másik vu stílus. Ezen kívül még létezik több, kevésbé ismert stílus is, de alapelveikben megegyeznek. A harcművészeti technikákat úgy alakították ki, hogy egy fizikailag kisebb, gyengébb ember is legyőzhessen egy nálánál jobb fizikumú, erősebb embert, azáltal, hogy a másik erejét használja fel.

Az Integral Tai Chi egy új irányzat, mely nem rendelkezik harcművészeti gyökerekkel, de célját tekintve megegyezik a fentebb említett stílusokkal, azaz a jin és jang erők harmonizálása és egyesítése által elérni az ürességet, más szóval a sünjátá (*śūnyatā*) állapotát. Az Integral Tai Chi módszerét Heng Chang, csan buddhista mester dolgozta ki, amely integrálja a tajcsi filozófiáját, a csakrák rendszerét, a csikungot (*ch'i kung*), a relaxációt és a meditációt egy holisztikus rendszerbe. Ezáltal a gyakorlatok nem csupán fizikai mozgást jelentenek, hanem a testtel, a tudattal és a szellemmel való munkát is. Egyensúlyt és harmóniát teremthetünk önmagunkon belül és környezetünkben, mely jellemző tulajdonságunkká válik a rendszeres gyakorlás által.



Szabó Balázs

A buddhizmus hatása a japán harci művészetekre



A japán harci művészetek a 20. század második felében meghódították a világot. A legnagyobbak (judo, karatedo) gyakorlóinak táborát tízmilliókban mérik, talán nincs is a Földön olyan ország, ahol ne működne néhány klub. Ha a japán kultúra külföldre való kisugárzását (ami fontos téma a szigetországban, a japán kormány komoly pénzeket áldoz ennek elősegítésére) a megérintett, rajongóvá tett emberek számában mérjük, nyugodtan kijelenthető, hogy a harci művészetek Japán legkelendőbb kulturális exportcikkének számítanak, talán csak a mostanában felerősödött anime-manga népszerűsége vetekszik ezzel – hozzáátéve, hogy annak hősei sokszor szintén harcművészeti háttérrel rendelkeznek.

A japán harci művészetek elméletének, szellemi hátterének könyvtárnyi irodalma van, éppen erre a háttérre hivatkozva tiltakoznak oly sokan az ellen, hogy a karatét, kendót, aikidót sportnak tekintsék, gyakorlóit pedig sportolónak: sok minden elhangzik az érvelésükben, személyiségfejlesztés, egész életen át való fejlődés, illetve az ezen művészetek mögött álló komplex kulturális háttér, amit át- és átszó a buddhizmus, mint a japán kulturális örökséget megalapozó egyik vallási rendszer. Olyan tézis ez, amely a japán harci művészetek legtöbb gyakorlója számára nem is igényel igazolást – ezt mindenki tudja, rengetegszer elhangzik edzéseken, előadások során. A tézis, kenzenichinyo 劍禅一如, vagyis “kard és zen ugyanaz”, magától értetődő, sokat idézett gondolat. Mégis, ha ragaszkodunk a részletesebb magyarázathoz, beszélgetőpartnereink legtöbbször elbizonytalanodnak. A válaszhoz olyan ismeretekre van szükség a japán buddhizmus, a harci művészetek, azok elméleti fejlődése és a két világ kölcsönhatása területén, amivel kevesen rendelkeznek, bár sokan nyilatkoznak a témában magabiztosan.

Jelen írás ezt a kérdést kívánja körüljárni. Terjedelmi okok miatt nem lehetséges a te-

rület minden vonatkozó részének a kifejtése, de a japán harci művészetek elméleti megalapozását jelentő fontos szövegek felhasználásával igyekszünk rámutatni a legfontosabb elemekre, megvilágítani a két világ kapcsolatának alapvető jellegzetességeit.

A buddhizmus a tudomány mai álláspontja szerint 538-ban került át Japánba, minden bizonnyal koreai közvetítéssel Kínából. Az ezt követő századokban a japán elit fokozatosan átvette az akkor virágkorát élő Tang-Kína kultúráját, közigazgatási és jogrendszerét, ami-ben fontos szerep jutott a buddhizmusnak, a buddhista szerzetesek a japán állam hivatalnokaként szolgáltak, a kor írástudó értelmiségét alkották. A Nara-kor (710–794) buddhizmusát a japán buddhizmus aranykorának szokták nevezni, ami abban a tekintetben vitathatatlan, hogy soha ennyire nem fonódott össze a buddhista klérus az államhatalommal, a japán történelem során nem volt még egy időszak, amikor szerzeteseknek ekkora befolyása lett volna az uralkodó elit tevékenységére. A Nara-kor buddhista kultúrájának pompás templomok sora állít emléket, Narát templomai és történelme Japán egyik legfontosabb turisztikai központjává teszik.

A Nara-központú buddhizmus azonban nem volt képes (nem is akart) Japán lakosságának szélesebb rétegeihez szólni, megmaradt a szűk elit vallásának, a szerzetesek inkább voltak hivatalnokok az állam szolgálatában, mint vallási tanítók. A korszak lezárultával felbukkanó iskolákra várt a feladat, hogy új lökést adjanak a japán buddhizmus fejlődésének, a tanítások filozófiai igényű elemzése helyett a megélt valóság felé forduljanak. A 9. század két nagy iskolája a Saicho 最澄 (767–822) alapította Tendai 天台 és a Kukai 空海 (774–835) által Japánba hozott ezoterikus Shingon 真言, amelyek hatása máig meghatározó a japán buddhizmusban. A Tendai a szerzetesek szigorú, sokszor

aszketikus képzését írta elő, amit gyakorlásnak (shugyo 修業) neveztek, a Shingon pedig mágius formulákkal, mantrákkal igyekezett test, tudat és beszéd tökéletes egységét kialakítani: mindkét jelenség hatással volt a japán harcos kialakuló világképére, vallási meggyőződésére, s így a harci művészetekre is.

A Heian- (794–1192), valamint a Kamakura-kor (1192–1333) az amidista irányzatok, a Tiszta Föld Iskola (Jodo-shu 浄土宗) és az Ikko-shu-nak 一向宗, Shinshu-nak 真宗 is nevezett Jodo-shinshu 浄土真宗 előretörését, valamint a zen 禅 megjelenését hozta el. Előbbiek a nép tömegeihez voltak képesek a buddhizmus tanításait (még ha leegyszerűsített formában is) eljuttatni, utóbbi pedig a két korszak határán hatalomra jutó új katonai kormányzat, a shogunátus (bakufu 幕府) központjában, Kamakurában tett szert nagy befolyásra. A Tendai, a Shingon, az amidista és a zen irányzatok alakították ki a japán buddhista vallási élet azon kereteit, amely az országot mintegy 700 éven át irányító katonai réteg (bushi 武士 vagy samurai 侍) tagjainak gondolkodását nagyban befolyásolta, így teremtve meg az említett társadalmi réteg fő érdeklődési köre, a harci művészetek felé a természetes kapcsolatot.

Mielőtt tovább haladnánk fejtegetéseinkkel, fontos tisztázni, mi is az, amit harci művészetnek (bugei 武芸 vagy bujutsu 武術) nevezünk Japánban? Mint a Föld bármely pontján, a Japánban folyó régészeti feltárások is számos fegyver, vagy fegyverként is használható eszköz maradványait hozták felszínre, nem fér hozzá kétség, hogy az ősi Japánban is mindennaposak voltak a lakosság egyes csoportjai közti összetűzések, fegyveres konfliktusok. Japán első krónikái, a Kojiki 古事記 és a Nihonshoki 日本書紀 szintén tartalmaznak harci cselekményekről, küzdelmekről szóló beszámolókat, ezekben számos mai szerző a kardvívás, az íjászat, a rituális birkózás alapjait véli felfedezni.

Ezek a harci, katonai hagyományok azonban semmiben sem különböznek a világ többi részén kialakult hasonló célú hagyományoktól, így ezek létezése bizonyosan nem magyarázat a japán harci művészetek milliókra hatni képes vonzerejére. Mi az, ami ezeket a művészeteket ennyire különlegessé teszi? Miben

különböznek más népek szép számban létező harci hagyományaitól?

A kérdés megválaszolásához röviden utalnunk kell a japán történelem 12–19. századig ívelő szakaszára, s ezen belül a társadalom katonai rétegének helyzetére. A katonáskodó osztály, mint külön társadalmi réteg hivatalosan csak a 17. században jelenik meg, ám ezeknek a csoportoknak a története egészen a japán ókorig visszakövethető. Kialakulásuk története összefonódik az ókori japán állam jogrend-



szereinek (ritsuryo 律令) felbomlásával, amikor is a kialakuló magánbirtokok (shoen 莊園) védelmét a tulajdonosoknak saját erejükből kellett megoldaniuk. Az így megformálódó, elsősorban a terület lakosságából verbuvált, a terület védelmét ellátó csoportok szerveződése a 11. századra jelentősen előrehaladt, s a század nagy háborúiban bizonyossá vált, hogy a központi hatalom fegyveres erőként már kénytelen rájuk támaszkodni. E csoportok, pontosabban vezetőik öntudatra ébredése, a politikai hatalomba nagyobb beleszólást követelő fellépése a 12. század közepén zajló háborúban vált világossá, s amikor az 1156-ban zajló Hogen-háborúban győztes vezér, Taira no Kiyomori magához ragadta a hatalmat, tulajdonképpen

nem tett mást, mint hogy az országban uralkodó tényleges állapotokat rögzítette.

Harminc évvel később, amikor a szamuráj-csoportok egy másik jelentős vezetője, Minamoto no Yoritomo (源頼朝, 1147–1199) ellenlábásait legyőzve a hatalom csúcsára került, tovább lépve megeremtette az annak megfelelő hatalomgyakorlás jogi és adminisztratív feltételeit. Ez volt az első shogunátus, katonai kormányzat, a Kamakura-bakufu születése. Ugyanakkor a katonai réteg politikai vezetése a következő századokban az addig létező hadi kultúra fennállása mellett valósult meg, gyökeres átalakulásra ezen a téren nem került sor, s bár ez az az időszak, amikor a ma is létező harci művészeti rendszerek közül a legősibbek kialakultak (pl. Ogasawara-ryu íjászat), az e korban gyakorolt harci rendszerek kapcsolata a 16–17. század ugrásszerű harci művészeti fejlődésével nem, vagy csak hiányosan igazolható. A központi hatalom 15. század végi felbomlása és az ezt követő polgárháborús időszak (sengoku jidai 戦国時代) olyan közeget teremtett, amelyben a katonai erő mindenek felett állt, és a katonai tudás elengedhetetlen volt mindenki számára, aki a kor Japánjában érvényesülni kívánt.

Elterjedt vélemény, hogy ebben a korszakban alakult ki a ma ismert japán harci művészetek technikai anyagának túlnyomó többsége: a folyamatos igény a fejlődésre, a még hatékonyabb megoldások kidolgozására, valamint a lehetőség az állandó “tesztelésre” olyan körülményeket teremtett, amelyek között a legkidolgozottabb harci rendszerek alakulhattak ki. Van ebben valamennyi igazság, mégis hiba lenne a háborús kor viszonyai és a későbbi, iskolákban gyakorolt, rendszerezett harci művészetek között ennyire közvetlen kapcsolatot feltételezni. A 16. századi Japánból már kétségtelen, hogy vannak forrásaink, amelyek jelentős mesterek köré szerveződött iskolák létéről számolnak be, ám nagyon kevés. Bizonyosnak vehető, hogy ha szervezett, iskolákban megvalósított harci képzés folyt volna a hadseregek kiképzésére, akkor olyan mennyiségű iskolának kellett volna működnie, hogy az mindenképpen jóval nagyobb mennyiségű forrásban jelenik meg. A korszak hadseregei gyakran több tízezer katonát vonultattak fel a harcme-

zőkön – ennek a tömegnek a kiképzése biztos, hogy nem harcművészeti iskolákban történt. Így nézve a mégis létező néhány iskoláról szóló beszámolókat feltételezhetjük, hogy azok sokkal inkább a harci tudás magasabb szintjét célzó, a korban még ritka próbálkozások voltak, vagyis igen szoros a kapcsolatuk a későbbi japán harcművészettel, lényegüket tekintve azonosak voltak azzal.

Mindez azonban még mindig nem lett volna elég. Ahhoz, hogy a japán harci művészetek különböző stílusai, iskolái nem csak, hogy kialakuljanak, de hosszú távon és ilyen számban fenn is tudjanak maradni, kevés lett volna egy háborúkkal teli időszak és az abban felbukkanó néhány jelentős mester – számos helyen történt ilyen a világtörténelem során, nem volt ez annyira különleges jelenség.

A háborús időszak utolsó szakaszában kiemelkedett három nagy formátumú történelmi személy (Oda Nobunaga 織田信長, Toyotomi Hideyoshi 豊富秀吉, Tokugawa Ieyasu 徳川家康), akik egymás nyomdokaiba lépve igyekeztek az országot saját katonai-politikai erejük alatt egyesíteni. Az ország egyesítésének nagy művét végül Tokugawa Ieyasu fejezte be, aki, miután ellenőrzése alá vonta az ország teljes területét, shogun lett, megalapítva az Edo-shogunátust. Az Edo-, vagy Tokugawa-kornak is nevezett időszak 1603-tól 1867-ig tartott, s két elszigetelt katonai konfliktustól (Osaka ostroma 1614–15, Shimabara-lázadás 1637) eltekintve Japánban hallgattak a fegyverek, az egész országban béke uralkodott. Azonban a harci művészetek fejlődése, átalakulása szempontjából rendkívül jelentőségteljes fejleményként az újonnan létrejött shoguni kormányzat igyekezett szigorúan elkülöníteni a katonáskodó réteget a társadalom többi osztályától, elzárva előlük a gazdasági élet valamennyi területét, a katonai-hivatalnoki szolgálatot osztotta rájuk feladatként. A bushi-, vagy szamuráj osztály fölötté állt a többi társadalmi osztálynak s törvényekben rögzített legfőbb feladatuk a katonai készségszint tartása volt.

Annak, hogy a japán történelem így alakult, a harci művészetek szempontjából óriási jelentősége van. A háborús időszak a harcművészetek alapjában álló katonai tudás fejlődéséhez,

a fegyverek használatának tökéletesítéséhez vezetett, megalkotva így mindazt a technikai hátteret, amely a harci művészetek gyakorlati oldalát képezte. Azt pedig, hogy a békés időszak beköszöntével a katonai erények, a harci tudás nem szorultak háttérbe. Biztosította azt, hogy a társadalmi elit szerepébe helyezett samuráj-osztály identitástudatának az alapját képezte. Gyakorlásuk, oktatásuk az Edo-kor századain keresztül magától értetődő volt. Az új, békés korszakban volt idő és igény az öszszegyűlt katonai műveltség szisztematizálására, az oktatási módszerek átgondolására. A nagy számban kialakuló iskolák (ryuha 流派) nagy gondot fordítottak saját technikai repertoárjuk megfogalmazására, rendszerezésére, a tanítás metodológiájának kidolgozására egyaránt. Nakabayashi Shinji 中林信二, a japán harci művészetek történetének tekintélyes kutatója négy kritériumot határozott meg, amelyek ahhoz voltak szükségesek, hogy egy iskola létrejöhön, tanítványokat vonzzon, majd pedig fenn tudjon maradni hosszabb távon is, ne tűnjön el a történelem süllyesztőjében:

1. Egy kiemelkedő képességű, legendás alapító mester létezése
2. A tanítványokat megragadni képes, más stílusokétól különböző technikai anyag
3. Rendszerezett, jól követhető oktatási módszer
4. Az átadás, a megszerzett tudás igazolásának kidolgozott módszertana

Az igazán sikeres iskolák mind a négy kritériumnak eleget kellett, hogy tegyenek s ebből a szempontból a korai Edo-kor (a 17. század végéig bezárólag) különösen termékeny időszaknak számított. Még éltek azok a mesterek, akik technikai tudásukat még a háborús időszakban szerezték, illetve éltek a közvetlen tanítványaik, akik még tőlük tanulva adhatták tovább az iskola alapítójának tanításait. Ahogy a békés korszak előrehaladt, egyre fogyatkozott annak a lehetősége, hogy egy-egy iskola tanítványai tudásukat a gyakorlatban is kipróbálhassák, ezzel párhuzamosan pedig egyre nőtt a valaha volt alapító mesterek tekintélye, a személyük köré szövődött legendárium jelentősége. A békés korszakban előtérbe kerültek azok a szempontok, amelyek az alapítók korában még nem

voltak igazán fontosak: a rendszerezés, az oktatás megszervezése, filozófiai áthallások.

A 17. század elején alakult ki az igény arra is, hogy az egyes iskolák a technikák mögötti elméleti tartalmakat, szellemi tanítást megfogalmazzák. Ezt az igényt egyrészt az a törekvés hozta létre, hogy az iskola önazonosságát, más iskoláktól való különbségét egyértelművé tegyék, másrészt pedig a harcművészeti iskolák igyekeztek igazodni a korszak alapvető tendenciáihoz, amelyek a bushi-osztály oktatásának, műveltségének fontosságát hangsúlyozták. A harcművészetek fejlődéséről szóló gondolatmenetünket összefoglalva elmondhatjuk, hogy a japán történelem középkori-kora újkori szakaszának sajátosságai vezettek ahhoz, hogy ezek a művészetek a maguk fejlett technikai repertoárjával, kidolgozott oktatási módszereivel, elméleti hátterével létrejöhetek. A harcművészetek Edo-kori helyzetének sajátosságához tartozik az is, hogy ezek a művészetek, amelyek addig a harctéren használható praktikus tudás gyűjteményei voltak, elkezdtek átalakulni, a ybushi-osztály társadalmi öntudatának szimbólumává válni. A katonai „szakismeretből” művészetté való átalakulás során természetesen merült fel az igény arra is, hogy a harcművészet gyakorlásának célja megváltozzon, az egyszerű katonai képességek megszerzésén túl valami többet, valami magasabb rendűt célozzon meg. A gyakorló már nem egyszerűen a képességeit kívánta szinten tartani, fejleszteni a gyakorlás során, hanem gyakorlását művészetként élte meg, számára a technikák tökéletes végrehajtása már nem a (képzeletbeli) ellenfél legyőzésére, hanem a harmónia, szépség, tökéletesség kifejezésére irányultak. A célok ilyen mértékű változása változást követelt a harcművészeti források megfogalmazásában, hangvételében is. A technika önmagában már nem volt cél, a technika által kifejezett magasabb jelentés kutatása került előtérbe. Felértékelődött az a hatás, amit a jól végzett gyakorlás a gyakorló személyiségére vonatkozóan tudott kifejteni, tudatosan kezdték kutatni a kapcsolatot az ember lelki működései és a küzdelem, az élethalálharc pszichológiája között. Nem arról van szó természetesen, hogy a harci művészet pszichológiája korábban ne létezett

volna. Bizonyosak lehetünk abban, hogy már abban az időszakban, amikor a katonai tudás alkalmazása a mindennapok gyakorlata volt, az ennek a tudásnak a fejlesztésével foglalkozók tisztában voltak azzal, milyen kihívás az emberi psziché számára az edzéseken begyakorolt mozdulatokat éles körülmények között, harcban alkalmazni. Megfigyeléseken alapuló, pontos ismereteik voltak arról, mennyire korlátozza a tudás megfelelő alkalmazását a tudat-



ban fellépő szélsőséges állapotok (félelem vagy agresszió) bármelyike is, ezeket „a tudat betegségeinek” nevezték és különböző módszerekkel igyekeztek kialakulásuknak elejét venni. A harcművészetek pszichológiája (shinpo 心法) tehát korábban is létezett, a harcművészetek 17. századi átalakulásakor a gyakorlás ezen aspektusa azonban előtérbe került, az annak tulajdonított jelentőség egy idő után felülmúlta magát a harci technikát is.

Egészen más dolog azonban harci technikáról beszélni, mozdulatok végrehajtásának optimális módját magyarázni el, mint művészetről, az emberi tudat működésének titkairól értekezni. Utóbbi olyan terület, amelynek speciális fogalomkészlete kissé idegen volt a harcművészeti írások világától. A szerzők ezzel a kihívás-

sal szembesülve természetesen olyan tanításhoz nyúltak, amelyek művelőinek már nagy gyakorlata volt az ilyen fajta vizsgálódásokban. A korabeli Japánban ez nem lehetett más, mint a buddhizmus, s az annak tanításai által hagyományosan erősen befolyásolt művészetelmélet.

A buddhizmus és harcművészet-elmélet kapcsolata tehát részben azért válhatott szembeötlővé, mert a harcművészet-elméleti munkák szerzői mondanivalójuk átadásakor buddhista fogalomkészletet használtak. Kérdés persze, hogy ennek az volt-e az oka, hogy a szerző maga is rendelkezett buddhista műveltséggel, vagy pedig egyszerűen az, hogy munkájának végső formába öntését szakértőre, vagyis egy, a kor értelmiségének tekintett buddhista szerzetesre bízta? Utóbbi esetben úgy kerülhettek buddhista szófordulatok, képek a szövegbe, hogy annak nem volt köze az eredeti szerző szándékaihoz.

A buddhizmus és a harci művészeti források kapcsolatának egy másik szembeötlő jele a technikai listákban (mokuroku 目録) megőrzött számos, egyértelműen a buddhizmusból merített kifejezés. Ezekkel kapcsolatban gyorsan meg kell jegyeznünk azonban, hogy a korban fontos szempont volt az iskola tanításainak titkossága, a technikák elrejtése az oktatásban részt nem vevő személyek elől, így a felsorolásokban szereplő fogások nevei nem lehettek olyanok, amelyek akár csak utaltak volna a valódi jelenségre. Fantázianeveket használtak tehát, s igen népszerűek voltak a buddhizmusból, shintóból, kínai filozófiából kölcsönzött, hangzatos elnevezések. Ez kétségtelen kapcsolat a buddhizmus és a harci művészeti források között, de nem szabad túlértékelnünk, hiszen a tény, hogy a szerző ismert ilyen kifejezéseket, még nem feltétlenül jelenti azt, hogy művét buddhista szemlélettel írta meg.

Buddhizmus és harcművészet kapcsolatáról értekezve nem lehet említés nélkül hagyni azt a művet, amely elsőként taglalta a két, egymástól első pillantásra távol eső diszciplína kapcsolatát, s amelynek hatása olyan nagy volt, hogy számos későbbi szerző tényként fogadta el (zen-)buddhizmus és budo egylényegűségét. Takuan Soho 沢庵宗彭 (1573–1645) Rinzaizen szerzetes *Értekezés a rendíthetetlen bölcses-*

ség lényegéről (*Fudochishinmyoroku* 不動智神妙録) című, 1627–32 között írt munkájáról van szó, amelyet Yagyū Munenori 柳生宗矩 (1571–1646), a Yagyū Shinkage-ryū 柳生新陰流 kardvívóiskola mesterének kérésére készített el.

Bár Takuanra is igaz, hogy buddhista, pontosabban a zen Rinzai-irányzatához tartozó tanító volt – ebben a minőségében írta meg munkáját is, ami érthetővé tenné a buddhista kifejezések pusztán megszokásból történő használatát is –, a mű tartalmát, annak fő gondolatmenetét figyelembe véve a buddhizmus és a harci művészet kapcsolatának nagyon is átgondolt, a pusztá kifejezésbeli egyezéseken messze túlmutató összefüggését figyelhetjük meg munkájában. Takuan számára a buddhizmus és a harci művészet végső céljait tekintve ugyanoda vezetnek: a soha meg nem torpanó tudat, amit ő fudoshin-nek (不動心) nevez, azonos a kötődés, lakozás (juchi 住地) hiányával, amely a szenvedélyek (bonno 煩惱) egyikeként a megvilágosodás legfőbb akadálya. A meg nem torpanó tudat megszerzése, amely a harcművészet legmagasabb fokára juttatja el a gyakorlót, egyben utat nyit a megvilágosodás, a buddhizmus legfőbb célja felé is. Takuan

számára tehát buddhizmus és harcművészet a legmagasabb szinten azonosak. Olyan gondolat volt ez, amely alapvetően meghatározta az Edo-kori harcművészet-elmélet fő irányát, Takuan gondolatai a művére vonatkozó utalások, onnan vett idézetek formájában szinte valamennyi jelentős forrásműben jelen vannak.

Feltehető a kérdés, hogy Takuan munkája perdöntő bizonyíték-e buddhizmus és harcművészet kapcsolatának kérdésében? Úgy gondoljuk, a probléma ennél sokrétebb, a kérdés nem válaszolható meg ennyire egyszerűen. Bár mindaz, amit Takuan művében találunk, igen egyértelműen buddhizmus és harci művészet lényegi kapcsolatának létezését vázolja fel, nem szabad elfelejtenünk, hogy Takuan maga nem foglalkozott harci művészetekkel, művét buddhista szerzetesként írta meg. Takuan Értekezésének “megrendelője” Yagyū Munenori volt, aki saját, később megírandó munkájához kérte az általa jól ismert és tisztelt buddhista mester útmutatását. Amikor a mű elkészül majd, *Heiho kadensho* 兵法家伝書 (*A kardvívás családi hagyománykönyve*) címen ajánlja fel a harmadik Tokugawa-shogunnak, Tokugawa Iemitsunak. Ilyen értelemben nem Takuan műve, hanem a *Heiho kadensho* az,



ami az első olyan, a harcművészet-elméletet megalapozó forrás, amelyet a harci művészetekben jártas szerző készített. A Heiho kadensho szövegét tanulmányozva azt találjuk, hogy bár vitán felül áll a szoros kapcsolat Takuan munkájával, Yagyū Munenori sokkal inkább a harcművészeti gyakorlat, a küzdelem pszichológiája felől közelítette meg a kérdést. Ebben a tekintetben előfordul az is, hogy elméleti kérdésekben is „felülírja” Takuan gondolatait, saját szempontjai szerint. Ilyen például Takuan kritikus hozzáállása a tudat ellenőrzésének konfuciánus megközelítéséhez. Takuan az önfegyelmet (kei 敬) egyértelműen alacsonyabb rendűnek tartja, amely buddhista szempontból elfogadhatatlan. Ezzel szemben Yagyū Munenori teljes mértékben elfogadja azt a tudati kontroll eszközöként. Kettejük véleményének különbsége egyértelműen azzal magyarázható, hogy Takuan „magasabb”, vallási szempontjaival Munenori nem azonosult, így számára a konfuciánus elképzelés tökéletesen elfogadható. Különbségeiktől függetlenül Takuan és Yagyū intellektuális kapcsolata az Edo-kori harcművészet-elmélet rendkívül izgalmas fejezete, amelynek hatása (részben annak köszönhetően, hogy Yagyū Munenori iskolája, a Yagyū Shinkage-ryū a shōgun „házi iskolája”, ismert és népszerű volt) máig terjedően meghatározó jelentőségű.

Mint említettük, Takuan és Yagyū Munenori nyomán a kora-újkorban számos mű készült, amelyek a buddhizmus tanításait a harci művészet személyiségfejlesztő céljaival azonosították, de arra is találunk példát, hogy eltérően az előbbiekből vázolt gondolatmenettől, nem az elmélet igyekszik a gyakorlatot megmagyarázni, hanem a gyakorlat alakul elméletté, lényegül át buddhista alapokon álló tanítás. Kōdegiri Ichūin (小手切一雲, 1630-1706) a Mujushin kenjutsu 無住心劍術 második mestere volt, aki 1696-ban készítette el az iskola tanításait összefoglaló munkáját Sekiun-ryū kenjutsusho 石雲流劍術書 címmel. Ichūin munkájában egy olyan kardvívó iskola felfogását ismerteti, amely szinte teljesen mellőzi a művészet technikai aspektusait, egyértelműen annak végcéljára, egy megvilágosodás-közeli állapot elérésére összpontosít. Ez az állapot, az

ainuke 合抜け ráadásul csak akkor teljesedhet ki, ha abban a két küzdő fél szellemi egyesülése is megjelenik – ebben a gondolatban már a harcművészet azon, erősen vallásos szintje jelenik meg, ami jóval később például az aikidō ideáljaként bukkan fel újra.

Mindkét irányú megközelítést összefoglalva azt mondhatjuk, az Edo-korban buddhizmus és harci tudás kapcsolatáról szóló magyarázatok a megvilágosodás élménye és a harcművészet végső szintje közötti analógiára vonatkozva érveltek buddhizmus és harc lényegi azonossága mellett, sokat merítve Takuan Soho és Yagyū Munenori meglátásaiból.

Mi a helyzet egy másik, sokat emlegetett művel, a legendás vívó, Miyamoto Musashi *Öt kör könyve* (Gorin no sho 五輪書) című munkájával? A modern harcművészet-elméleti irodalom ezt az írást úgy mutatja be, mint ami az előbb említett munkák mellett meghatározta a japán harci művészetek elméleti fejlődését, azt a képzetet keltve az olvasóban, hogy Musashi könyve népszerű, sokak által forgatott értekezés volt a régi Japánban. A valóság ezzel szemben az, hogy a könyv Musashi iskolájának (Niten Ichi-ryū 二天一流) titkos hagyománykönyveként maradt fenn, későbbi, jóval Musashi halála után készült másolatokban, s elsőként 1909-ben jelentették meg mindenki számára hozzáférhetően, nyomtatásban, hatása a kora-újkorban japán harcművészeti gondolkodásra ezért nem kimutatható. Az azonosságok a Musashi által leírtak és a Takuan-Yagyū vonal gondolatmenete között inkább fordított irányból születhettek meg: Musashi élete végén Hosokawa Tadatoshit, Kokura urát szolgálta, aki Iemitsu shōgun bizalmi embereként valószínűleg rendelkezett a (nem titkos) Heiho kadensho egy példányával, amit így vívómestere, Musashi is ismerhetett. Musashi írásaiban a gondolattalan (munen-muso 無念無想) végrehajtás alapvető fontosságú, ami lényegében Takuan meg nem torpanó tudatának (mujushin 無住心) más szavakkal való megfogalmazása. Mindkét fogalom az én-nélküliség (muga 無我) kifejeződése, ami pedig vitán felül buddhista gondolat.

Mindezek szilárd tények, amelyek bizonyítják, hogy a buddhizmus nagy hatással volt a

japán harcművészetek fejlődésére, ám a buddhista hatás mellett jól kimutatható egy sor másik, a buddhizmustól eltérő hatás is. A korszak előrehaladtával a szamuráj társadalmi helyzete a katonai hivatás felől a kormányzati, hivatalnoki szerep felé mozdult el, ezzel párhuzamosan pedig az egyén tudati működéseire figyelő buddhista gondolatok mellett egyre fontosabbak lettek az egyén és társadalom kérdéséért taglaló konfucianus eszmék. Párhuzamosan azzal, ahogy a szamuráj fokozatosan átértékelte saját identitását a hőstettekre hivatott harcostól az államot szolgáló hivatalnok felé, forrásainkban egyre több a konfucianus gondolat, s a kor műveltségének megfelelően a kínai történelemből, klasszikus művekből vett idézet. Ez a folyamat a kor végéig folytatódott, segítette az is, hogy a japán buddhizmus veszített lendületéből, a szekularizálódó kora-újkorai városi társadalomban megváltozott, az emberek szellemi életére kevesebb hatással bíró szerepeket volt kénytelen felvenni.

Nem szabad megfélekednünk arról sem, hogy a japán gondolkodás hagyományosan szinkretizáló, eltérő eredetű gondolatokat könnyedén összeillesztő, azokat harmonikusan saját rendszerébe illesztő jellege nagyon erős. Ennek megfelelően a harcművészeti források szerzői gyakran és szívesen nyúltak a kínai jin-jang filozófia gondolataihoz is (a Heiho kadensho is számos helyen utal erre), illetve a nagy jelentőséggel bíró köldök alatti pont (seika-tanden) ideája sem buddhista eredetű. A korszak vége felé, amikor erősödnek azok a hangok, amelyek Japánt az istenek országaként magasztalva a shinto reneszánszát hozták el, szövegeinkben is egyre gyakoribbak a shinto istenekre, legendákra vonatkozó utalások.

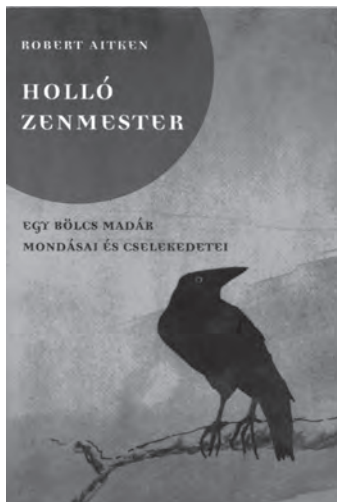
Ha megfontoltan akarunk tehát nyilatkozni, akkor úgy fogalmazhatunk, a buddhizmus egyike volt azoknak a szellemi hatásoknak, amelyek a harcművészeti források szerzőire hatottak, s ennek a hatásnak az erejét, jelentőségét sem alul-, sem túlbecsülni nem szabad.

A tény, hogy a 20. századi nyugati irodalomban mégis szinte vitathatalanná vált az álláspont, hogy a japán harcművészetek, a szamurájok gondolkodása elsősorban a buddhizmus, azon belül is a zen hatása alatt állt,

legnagyobb részt a század első felében alkotott szerzők, elsősorban talán Suzuki Daisetsu műveinek, illetve azok népszerűségének köszönhető. Suzuki, s nyomában sokan mások a zen tanításainak és a harcművészetek pszichológiájának egybecsengését némileg eltúlozva olyan képet alkottak nyugati olvasóikban, mintha a harci művészet, de általában véve a japán kultúra is szinte kizárólag a zen-buddhizmus alapján formálódott volna meg. Ez a nyugaton erősen élő kép aztán új erőre kapott a háború után, amikor a japán harcművészetek nemzetközi népszerűsége sosem látott méreteket öltött s nyugatiak millióihoz jutott el, mint a japán kultúra egyik jellegzetes megnyilvánulása.

A harcművészetek az Edo-kori Japán vezető társadalmi rétegét alkotó szamurájság számára a mindennapok része volt, öntudatuk meghatározó eleme, így valóban kimutatható egyfajta vallásos jelleg az elméletükben is. Ennek a jellegnek a megfogalmazásához nagyban hozzájárult a buddhizmus, néhány más eszmerendszerrel együtt. Mindig oda kell figyelnünk azonban arra, hogy egy vallás (jelen esetben a buddhizmus) céljait, meggyőződését a maga helyén tudjuk kezelni, ne mossuk össze kritika nélkül más, hozzá bizonyos módon kapcsolódó területekkel – ennek a pozitív vonásokon túl veszélyei is lehetnek. A zen-buddhizmus tanításai például Japán történelmének egy sötét fejezetében az imperialista japán állam szolgálatában súlyosan korrumpálódtak, a háborús erőfeszítéseknek, más népek leigázásának szolgálatába lettek állítva. Ebben az időszakban zen-gondolkodók sora igyekezett vallási példákkal, idézetekkel operálva igazolni az igazolhatatlant, az én-nélküliség eszméje például az ellenséget gyilkoló katona morális felmentésének eszköze lett, a nem-kettősség (funi 不二) gondolatát volt szerző, aki a hivatalos ideológiával egyet nem értők elpusztításának helyeslésére használta fel.

Zen és harc, vallás és háború kapcsolata olyan terület, ahol a legnagyobb óvatossággal kell eljárunk – a történelem megtanított minket arra, hogy ez a kapcsolat az egyéni erőfeszítések elmélyítésének, eredményesebbé tételének éppúgy az eszközévé válhat, mint a kifejezetten ártó relativizmusnak.



Robert Aitken: Holló zen mester, egy bölcs madár cselekedetei és mondásai

Összeállította és jegyzetekkel ellátta Robert Aitken,
Lunarimpex kiadó, Budapest, 2010

Robert Aitken (1917–2010) zen tanító, több könyv szerzője. Feleségével közösen alapította a zen Gyémánt közösséget Hawaii szigetén 1959-ben. Koun Yamada mester nevezte ki tanítótá 1971-ben, majd mesterré 1985-ben. Nem kívánt szerzetes lenni, életét világi hívőként, házasságban töltötte.

Robert Aitken történeteit olvasgatva egy álomvilágba lépünk be, ami az idők kezdete előttre nyúlik vissza, amikor az állatok beszéltek, kutatták és magyarázták a legmélyebb igazságot. Ennek a világnak központi alakja Holló zen mester.

A gyakorlás szelleme

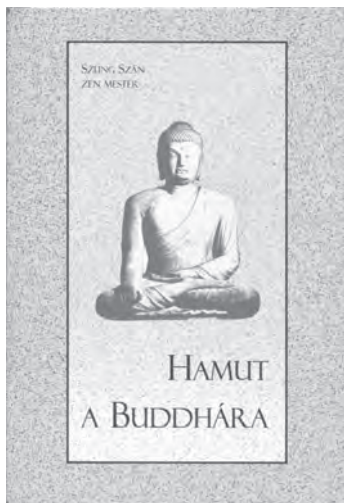
Bagoly, miközben lazított a többiekkel zazen után, egyik este megkérdezte:

– Mi a gyakorlás szelleme?

Holló azt felelte: – Érdeklődés.

Bagoly biccentett: – Mi iránt érdeklődjek?

Mire Holló: – Kezdetnek jó.



Szung Szán zen mester: Hamut a Buddhára Kezdőpont Bt., 2002

Szung Szán zen mester (Dé Szonszányim) a Kvanum Zen Iskola alapítója és a koreai Csogje Rend átadási vonalának 78-ik pátriárkája. A híres koreai tanító, Ko Bong Zen Mester tanátadása révén vált 22 éves korára a legfiatalabb koreai zen mesterré. Három évnyi csendes meditációt követően a Csogje Rend megújítása mellett kötelezve el magát létrehozta az Egyesült Buddhizmus Társaságát (United Buddhism Association).

Valaki belép a zen központba égő cigarettával, odalép az oltárhoz, hamut szór a Buddhára és füstöt fúj rá. Te ott állsz. Mit csinálsz? A fenti történet egyike azon feladványoknak, melyet Szung Szán zen mester és az általa kinevelt tanítói gárda ad fel tanítványaiknak. Amint azt a tisztelt olvasó már ki is találhatta, egy kóan került elénk, olyan eset, melyet legkevésbé lehet

racionális, logikus gondolkodásmóddal kielégítően megoldani. A kóanok olyan képzési lehetőséget nyújtanak, mellyel tudatunk rejtett lehetőségeit tárjuk fel, és az eddig nem, vagy nem eléggé használt intuíciónk, együttérzésünk, tetterőnk erősödhet a gyakorlás során.

Nagy hiba

A New York-i Nemzetközi Zen központban tartott egyik vasárnap esti Dharma beszéd után egy tanítvány megkérdezte Szung Szán zen mestert:

– Követ-e el hibát a Nagy Én?

– Nagy hibát – válaszolta a zen mester.

– Ki látja a hibát?

– Már megjelent – mondta a zen mester.

A négy bódhiszattva fogadalom

A szenvedő lények számtalanok,
fogadom, hogy mindnek segítségére leszek.

A szenvedélyek kötelékei sokfélék,
fogadom hogy mindtől megszabadulok.

A tanítások sokrétűek,
fogadom, hogy mindet megismerem.

Az út a teljesség elérése,
fogadom, hogy végigjárom.



Tisztelet a három drágaságnak

Tisztelet minden Buddhának, minden megvilágosodottnak,
akik ragyogásukkal jelen vannak ebben a közösségben.

Tisztelet a Dharmának, a tanításnak,
ami világosságával jelen van ebben a közösségben.

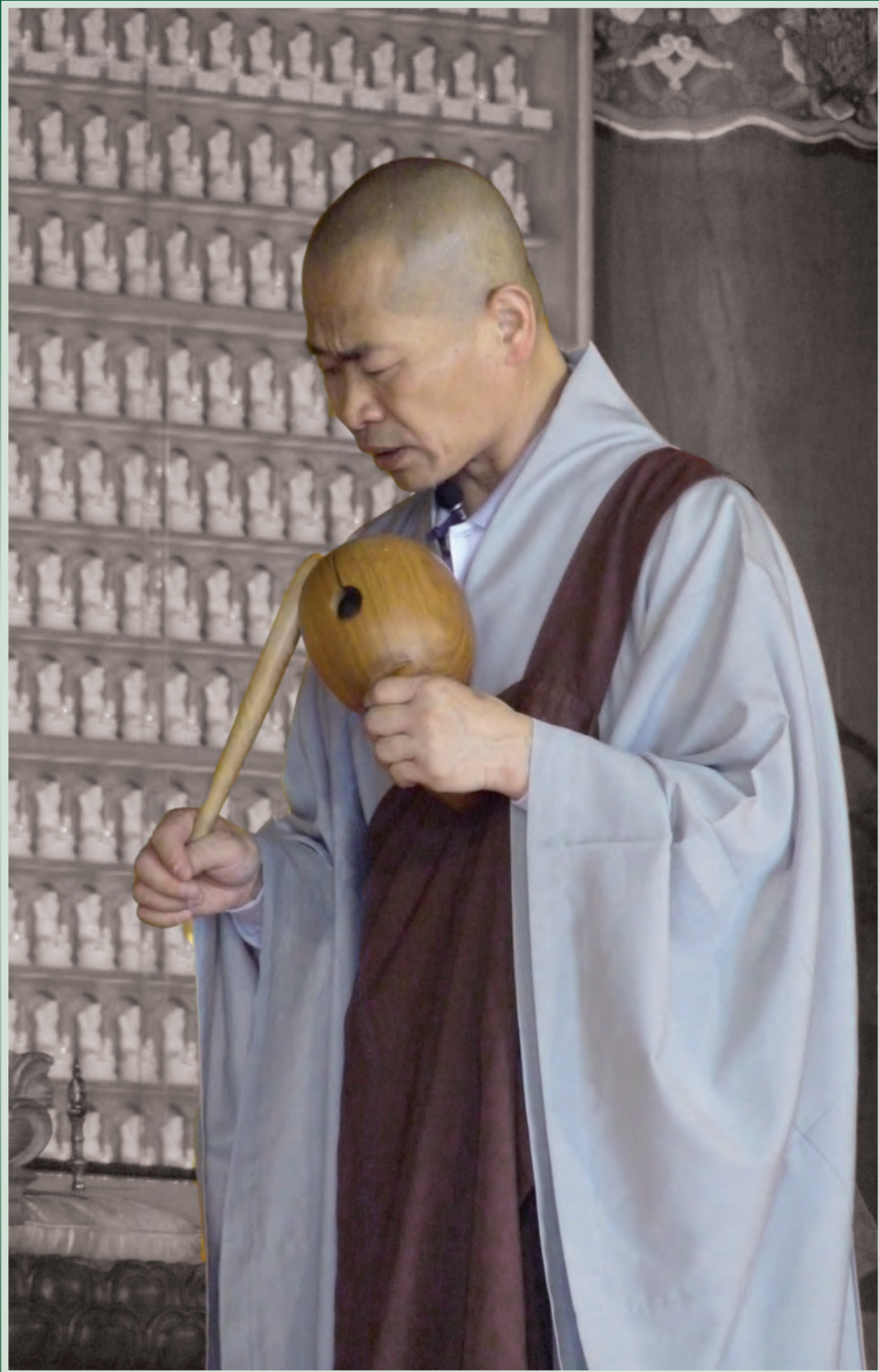
Tisztelet minden Szanghának, minden gyülekezetnek,
amelyek fényükkel jelen vannak ebben a közösségben.



Az öt fogadalom

Töreksem az élet megóvására.
Töreksem a közösség védelmére.
Töreksem a közvetlen megismerésre.
Töreksem az igazságban való létre.
Töreksem a tudat tisztán tartására.





Koreai zen szerzetes szútrát recitál