

Życiowe zasady Chūhō Oshō

Chūhō Oshō Zayū No Mei

chin. Zhongfeng Mingben (中峰明本)
jap. Chūhō Myōhon

opracowanie: Bunyū



中峰明本像

兵庫 個人蔵

Portret Zhongfeng Mingben, źródło: [Wikipedia](#)

Mistrz Chan Zhongfeng Mingben (jap. Chūhō Myōhon; 1263-1323) był jedną z najwybitniejszych postaci w okresie panowania dynastii Yuan (1271-1368). Był uważany za lokalnego świętego oraz zyskał przydomek *Stary Buddha Południa*.

Styl nauczania Zhongfenga opisany został w *Recorded Sayings of Chan Master Tianru Weize*:

Mistrz, gdy wchodził w interakcje z uczniami, był spokojny i łagodny. Uważał mrugnięcie okiem i uniesienie brwi za swój „kij i okrzyk”. Mówienie z uśmiechem traktował jako swoją „igłę i szydło”. Gdy działał dla dobra ludzi w nagłych sytuacjach, ci, którzy wiedzieli, dochodzili do zrozumienia sami. Był jak lekarstwo, które przeciwdziała [chorobie]. Dla nich był jak zmiana sytuacji na planszy weiqi (go): ujarzmił silnych żołnierzy [tj. silne formacje „kamieni”] bez walki i tworzył zawieszoną nić życia dla „martwych [kamieni, które mogły] powrócić do życia”.¹

Uczniem Zhongfenga był również [Jakushitsu Genkō](#) (1290-1367), japoński mistrz rinzai zen, poeta, pierwszy opat klasztoru Eigen-ji (dla niego właśnie ten klasztor został wybudowany).

W zimie siódmego roku ery Yanyou (1320) mistrz Jakushitsu, wraz ze swymi rodakami Kaō Sōnenem i Don’anem Shunem, wspiał się na górę Tianmu, aby odwiedzić Starca z Pustelni Zamieszkania w Iluzji. Gdy Starzec zobaczył, że jego (czyli Jakushitsu) pytania były skrupulatne, poklepał Jakushitsu trzy razy po głowie (tak jak Budda witał uczniów) i napisał dla niego wykład Dharma, nadając mu imię Jakushitsu (Cichy Pokój).

Wymienione szczegóły — trzykrotne poklepanie po głowie, wykład Dharma oraz nadanie imienia Jakushitsu — zdają się wzmacniać twierdzenie, że Jakushitsu jest formalnym spadkobiercą Zhongfenga.

Jakushitsu studiował również u kilku innych chińskich mistrzów, zanim powrócił do Japonii w 1326 roku. Po powrocie do Japonii pozostał wierny odosobnionemu stylowi zen Zhongfenga, żyjąc przez wiele lat w całkowitym ukryciu w górskich pustelniach. Na trzydziestą rocznicę śmierci Zhongfenga w 1353 roku Jakushitsu skomponował pochwałę dla swojego nauczyciela Zhongfenga, która została włączona do sekcji „Pochwały Buddów i Patriarchów Chanu” w „Zapisanych naukach przełożonego Eigena Jakushitsu”.

¹Ten i kolejne cytaty pochodzą z „The *Recorded Sayings of Chan Master Zhongfeng Mingben*”, tłum. Jeffrey L. Broughton oraz Elise Yoko Watanabe, Oxford University Press 2023

Nauczyciel Zhongfeng: Gdybyśmy mieli omawiać światopogląd tego starego nauczyciela, to byłby on następujący: „Nawet góry i rzeki wielkiej ziemi są iluzoryczne.” Nawet forma/pustka i światłość/ciemność są iluzoryczne. Nawet buddowie trzech czasów są iluzoryczni. Nawet mistrzowie, patriarchowie Chanu są iluzoryczni. Aż do: Przebudzenia, nirwany, *tathatā*, *tattva*, i tak dalej — każdy z nich jest złudzeniem. Trzydzieści lat po tym, jak ukazał światło, rzecz, która pozostała [czyli portret], nie jest złudzeniem. [Na obrazie] trzyma wachlarz zrobiony z jeleniego ogona i siedzi na zakrzywionym krześle: wirujące płomienie błyszczą i lśnią, wzniosłe i potężne! Jego majestat współzawodniczy z Zachodnią Górą Tianmu samą w swej wyniosłej chłodnej obecności: zmusza wszystkich ludzi wielkiej ziemi do patrzenia ku górze z czcią!

Ciało wypełnione ozdobami dziesięciu tysięcy zasług.
Język obejmujący przestrzeń we wszystkich dziesięciu kierunkach, jakże mówi o rzeczach!
Obecnie nie mogę uniknąć próby zmuszenia [jego portretu], by przemówił.
Począwszy od samego Buddy, jest jedyny w swoim rodzaju!

Prawdziwym dziedzictwem Jakushitsu po jego nauczycielu Zhongfengu było głębokie upodobanie do życia w odosobnieniu w górach, z dala od wielkich klasztorów i stolic, co widzimy w następującym zestawie wierszy, które skomponował dla współmieszkańca-pustelnika o imieniu Czcigodna Osoba Kō:

Zimą pierwszego roku Kan'ō (1350) wspiałem się na Kanayamę w prowincji Bizen [czyli południowo-wschodnia część prefektury Okayama], aby odwiedzić samotną pustelnię Czcigodnej Osoby Kō. Wziąłem pędzel do pisania i skomponowałem wersety dotyczące czterech postaw ciała w górach, przytwierdzając je na ścianie.

Chodzenie po górach:

Mgły bliskie i dalekie — zgubiłem drogę.
Przy górskim strumieniu potykam się i ranię palec u nogi.
Dźwięk płynącej wody współbrzmi z dźwiękiem mojego cierpienia.

Stanie w górach:

Słomiane ubranie i dieta z lebiodki, tak spędzam poranki i wieczory.
Cały dzień tysiąc szczytów wdziera się w moje oczy.
Nie pamiętam, ile razy zieleń wiosny zmieniła się w żółć jesieni.

Siedzenie w górach:

Siedząc po turecku na kamiennym siedzisku — samotna postać.

Ani nie cieszy mnie cisza, ani nie gardzę zgiełkiem.
Samotna, płynąca chmura — jesteśmy ze sobą w harmonii.

Leżenie w górach:

Wysoka poduszka i okno porośnięte bluszczem — odpoczynek
w bezczynności.

Podmuch wiatru odłamuje starą gałąź sosny,
Nie mogę się nie wzdrygnąć — budząc się z głębokiego snu.

Zobacz również:

- https://pl.wikipedia.org/wiki/Zhongfeng_Mingben
- [Illusory Abiding. The cultural construction of the chan monk Zhongfeng Mingben.](#)
(Natasha Heller)
- „The *Recorded Sayings* of Chan Master Zhongfeng Mingben”. Translated by Jeffrey L. Broughton with Elise Yoko Watanabe. Oxford University Press 2023.

中峰和尚座右の銘

末世の比丘、形沙門に似て心に懺愧無く、身に法衣を着けて、思い俗塵に染む。口に經典を誦して心に貪欲を思い、昼は名利に耽り夜は愛着に酔う。外持戒を表して、内密犯を成す。常に

世路を営んで長く出離を忘ず。偏に妄想を執

し、すでに正智を擲つ。

一つには道心堅固にして須らく見性を要すべし

二つには話頭を疑着して生鉄を啗むが如くせよ

三つには長座蒲団脇席に着くこと勿れ

四つには佛祖の語を見て常に自ら懺愧せよ

五つには戒躰清浄にして身心を穢すこと勿れ

六つには威儀寂靜にして暴乱を恣にすること勿れ

七つには小語低声 戲笑を好むこと勿れ

八つには人の信ずる無しと雖も 人の謗りを受

くること勿れ

九つには常に苕帚を携えて堂舎の塵を払え

十には道行倦むこと無し 飽まで飯食すること勿れ

生死事大、光陰惜むべし。無常迅速、時人を待

たず。人身受け難し。今已に受く。佛法聞き難

し、今已に聞く。此身今生に向つて度せずんば

更に何れの処に向つてか此身を度せん。

Tekst „Chūhō Oshō Zayū No Mei” w języku japońskim.

中峰和尚座右の銘

末世の比丘、形沙門に似て、心に慚愧無く、身に法衣を着けて、思い俗塵に染む。
口に經典を誦して、意に貪欲を憶い、昼は名利に耽り、夜は愛着に酔う。
外持戒を表し、内密犯を為す。常に世路を営んで、永く出離を忘ず。
偏に妄想を執し、既に正智を擲つ。

一つには道心堅固にして須く見性を要すべし。
二つには話頭を疑着して、生鉄を咬むが如くせよ。
三つには長坐蒲団脇席に着くこと莫れ。
四つには常に仏祖の語を看て、常に自ら慚愧せよ。
五つには戒体清浄にして、身心を穢すこと莫れ。
六つには威儀寂浄にして、暴乱を恣にすること莫れ。
七つには少語低声、戯笑を好むこと莫れ。
八つには人の信ずる無しと雖も、人の謗りを受くること莫れ。
九つには常に苕箒を携えて堂舎の塵を掃え。
十には道行倦むこと無く、飽くまで飲食すること莫れ。

生死事大、光陰惜しむべし。
無常迅速、時人を待たず。
人身受け難し、今已に受く。
仏法聞き難し、今已に聞く。
此の身今生に向って度せずんば、更に何れの処に向ってか此の身を度せん。

CHŪHŌ OSHŌ ZAYŪ NO MEI

MASSE NO BIKU, KATACHI SHAMON NI NITE KOKORO NI ZANGI NAKU, MI NI HOUE O TSUKETE, OMOI ZOKUJIN NI SOMU. KUCHI NI KYOUTEN O JUSHITE KOKORO NI TONYOKU O OMOI, HIRU WA MYOURI NI FUKERI YO WA AIJAKU NI YOU. HOKA JIKAI O HYOU SHITE, UCHI MIPPON O NASU. TSUNENI SERO O ITONANDE NAGAKU SHUTSURI O BOUZU. HITOE NI MOUZOU O SHUUSHI, SUDE NI SHOUCHI O NAGEUTSU.

HITOTSU NI WA DOUSHIN KENGO NI SHITE SUBEKARAKU KENSHOU O YOUSUBESHI.

FUTATSU NI WA WATOU O GICHAKU SHITE SANTETSU O KAMU GA GOTOKU SEYO.

MITSU NI WA CHOU ZABUTON WAKI SEKI NI TSUKURU KOTO NAKARE.

YOTSU NI WA BUSO NO GO O MITE TSUNENI MIZUKARA ZANGI SEYO.

ITSUTSU NI WA KAITAI SHOUJOU NI SHITE SHINJIN O KEGASU KOTO NAKARE.

MUTTSU NI WA IGI JAKUJOU NI SHITE BOURAN O HOSHII MAMA NI SURU KOTO NAKARE.

NANATSU NI WA SHOUGO TEISEI KESHOU O KONOMU KOTO NAKARE.

YATSU NI WA HITO NO SHINZURU NASHI TO IEDOMO HITO NO SOSHIRI O UKURU KOTO NAKARE.

KOKONOTSU NI WA TSUNE NI JOUSHUU O TAZUSAE TE DOUSHA NO CHIRI O HARAE.

TOO NI WA DOUGYOU UMU KOTO NOUSHITE AKUMADE ONJIKI SURU KOTO NAKARE.

SHOUJI JIDAI, KOUIN OSHIMU BESHI. MUJOU JINSOKU, TOKI HITO O MATAZU. JINSHIN UKEGATASHI. IMA SUDENI UKU. BUPPOU KIKI GATASHI, IMA SUDE NI KIKU. KONOMI KONJOU NI MUKATTE DOSE ZUNBA SARA NI IZURE NO TOKORO NI MUKATTE KA KONOMI O DOSEN.

Życiowe zasady Chūhō Oshō

W czasach upadku Dharmy, mnisi zewnętrznie przypominają praktykujących, noszą szaty Dharmy, lecz nie mają w sercu wstydu. Choć odziani w szaty buddyjskie, ich myśli skalane są kurzem świata. Ustami recytują sutry, ale w sercu pielęgnują chciwość. W dzień gonią za sławą i zyskiem, w nocy upajają się przywiązaniami. Na zewnątrz pokazują przestrzeganie wskazań, lecz w ukryciu je łamią. Cały czas zajęci są sprawami świeckimi, zapominając całkowicie o wyzwoleniu. Kurczowo trzymają się iluzji, już dawno porzuciwszy prawdziwą mądrość.

Po pierwsze, utrzymuj silną wolę przebudzenia i dąż wytrwale do poznania swojej prawdziwej natury.

Po drugie, trzymaj się koanu z niewzruszoną uwagą, jakbyś gryzł kawałek surowego żelaza.

Po trzecie, nie opieraj się na boku poduszki, nie rozsiadaj się wygodnie – siedź prosto i czujnie.

Po czwarte, nieustannie rozważaj słowa Buddhów i patriarchów i zawsze odczuwaj wobec nich skrucę.

Po piąte, zachowuj czystość wskazań, nie kalaj ciała i umysłu.

Po szóste, postępuj z godnością i spokojem, unikaj hałaśliwości i nieokiełznania.

Po siódme, mów mało i cicho, nie ulegaj pustemu śmiechowi ani żartom.

Po ósme, nie szukaj aprobaty innych, nie przejmuj się krytyką czy obmową.

Po dziewiąte, zawsze miej przy sobie miotłę, by usuwać kurz z sali medytacyjnej i otoczenia.

Po dziesiąte, nigdy nie ustawaj w praktyce, nie objadaj się ani nie opijaj do syta.

Narodziny i śmierć to sprawy najwyższej wagi. Nie marnuj ani chwili.

Nietrwałość działa szybko, czas nie czeka na nikogo.

Uzyskanie ludzkiego ciała jest rzadkością – a jednak je otrzymałeś.

Usłyszenie Dharmy Buddy jest trudne – a jednak ją słyszysz.

Jeśli nie przekroczysz na drugi brzeg w tym właśnie życiu, to kiedy i gdzie wyzwolisz to ciało?

The Life Principles of Chūhō Oshō

In times of Dharma decline, monks outwardly resemble practitioners, wearing the robes of the Dharma, but they lack shame in their hearts. Though clad in Buddhist robes, their thoughts are tainted with the dust of the world. With their mouths, they recite sutras, but in their hearts, they nourish greed. By day they chase after fame and gain; by night they indulge in attachments. Outwardly they display observance of the precepts, yet secretly they break them. Constantly occupied with worldly affairs, they completely forget about liberation. They cling tightly to illusion, having long abandoned true wisdom.

First, maintain a strong will toward awakening and diligently seek to realize your true nature.

Second, hold to the kōan with unwavering attention, as if biting down on a piece of raw iron.

Third, do not lean against the side of your cushion or sit in comfort—sit upright and alert.

Fourth, constantly reflect on the words of the Buddhas and patriarchs, and always feel repentance before them.

Fifth, uphold the purity of the precepts; do not defile the body and mind.

Sixth, conduct yourself with dignity and calm; avoid noise and unruliness.

Seventh, speak little and softly; do not give in to empty laughter or idle jokes.

Eighth, do not seek the approval of others; pay no mind to criticism or slander.

Ninth, always carry a broom to sweep the dust from the meditation hall and its surroundings.

Tenth, never cease in your practice; do not overeat or drink to fullness.

Birth and death are matters of utmost importance. Do not waste a single moment. Impermanence acts swiftly; time waits for no one. Gaining a human body is rare—yet you have received one. Hearing the Dharma of the Buddha is difficult—yet you are hearing it. If you do not cross to the other shore in this very life, when and where will you liberate this body?



Projekt Tłumaczenia Tekstów Dharmy – „Kumarajiva”

Tekst nr 16, publikacja lipiec 2025

Tekst objęty licencją  Creative Commons Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 3.0 Unported (CC BY-SA 3.0)

Skład wykonano w systemie L^AT_EX 2_ε

Tekst dostępny na stronie www.mahajana.net