Kilka słów o praktyce

Kosho Murakami

*Przekład z języka japońskiego – Hojun*

Pragnienie poznania prawdziwej Drogi Buddy

Mój ojciec zginął podczas wojny. Wychowywała mnie matka. Zawsze brakowało nam pieniędzy. Na studiach należałem do klubu alpinistów i często pracowałem dorywczo jako przewodnik górski. Ponieważ nie miałem żadnego innego ubrania poza mundurkiem szkolnym, po lekcjach w nim wspinałem się po górach. Dzięki tym wspinaczkom miałem dość silne ciało. Na uniwersytecie studiowałem fizykę. Kiedy robi się to zawodowo, można się nauczyć wielu niezwykle interesujących rzeczy. To była moja pasja. Czas dla mnie wtedy nie istniał. Z zapałem pochłaniałem wiedzę. Wciąż jednak dręczyło mnie pytanie o sens życia. Nie dawało mi to ani chwili spokoju. Nigdy nie myślałem o dostatnim życiu i karierze.

O tym, jak poznałem zazen

Po raz pierwszy poznałem, czym jest praktyka zazen, kiedy byłem na drugim roku studiów. Pamiętam do dziś, jak pewnego razu, gdy siedziałem i medytowałem, mój umysł wyciszył się zupełnie i wkroczyłem w zupełnie inny wymiar. Nie czułem żadnego cierpienia ani bólu fizycznego. Czułem, jakbym wydostał się z tego życia. Wtedy też sięgnąłem po lekturę *Bìyán Lù*, słynnego zbioru koanów. Wszyscy mi mówili, że nie ma sensu tego czytać, bo i tak nic nie zrozumiem. Kiedy jednak zgłębiałem tę lekturę, okazało się, że jest niezwykle interesująca. Czułem, że wiem, o czym mówi. Uśmiechałem się do siebie, mając wrażenie, że wiem, czym jest zen, i że choć troszkę udało mi się oświecić.

O moim pierwszym spotkaniu z Kodo Sawakim roshim

Kiedy po jakimś czasie spotkałem Kodo Sawakiego roshiego, byłem pewien, że wszystko, czego wcześniej doświadczyłem w praktyce, było zaledwie kroplą w oceanie. Czułem wstyd, że śmiałem nawet nazywać to jakimś oświeceniem. Prawdziwe oświecenie to bycie przepełnionym światłem Tathagaty, które nieustannie oświetla nam drogę. To niczym nieskazitelnie czysta i przejrzysta woda w stawie, w której odbija się absolutnie wszystko. Takimi słowami wyraził ten stan mistrz Dogen. Dokładnie tego samego dowiedziałem się później od Sawakiego roshiego. Kiedy spotkałem go po raz pierwszy, nie miałem ani cienia wątpliwości, że chcę podążać za jego nauką i urzeczywistnić Drogę Buddy. W tym samym czasie Sawaki roshi prowadził odosobnienia medytacyjne w Kioto. Aby móc uczestniczyć we wspólnej praktyce, postanowiłem przenieść się z uniwersytetu w Nagoya do Kioto, by kontynuować studia doktoranckie.

Jednym z moim profesorów był Hideki Yukawa, który otrzymał Nagrodę Nobla w dziedzinie fizyki za przewidzenie istnienia mezonów na podstawie teoretycznej pracy dotyczącej sił jądrowych. To pod jego kierunkiem studiowałem fizykę cząstek elementarnych. Było to dla mnie najwyższym zaszczytem przebywać u boku jednego z najwybitniejszych naukowców na świecie. Jednak nie opuszczało mnie przekonanie, że najpierw należy wyjaśnić sprawę życia i śmierci. Wszystko inne może poczekać. Nie zwlekając zatem, poświęciłem się bez reszty praktyce zazen i towarzyszyłem Sawakiemu roshi w każdym miejscu, do którego się udawał. Nie baczyłem na senność czy ból, liczyła się jedynie praktyka zazen.

O tym, jak porzuciłem życie studenckie i zostałem mnichem

Jeszcze za czasów studiów znalazłem wysoko w górach niewielką świątynkę, gdzie pozwolono mi zamieszkać. To tam mogłem kończyć pisanie doktoratu i poświęcić się praktyce zazen. Żywiłem się brązowym ryżem i liśćmi rzodkwi, które otrzymałem od miejscowych rolników. Dziwne, ale dzięki takiej diecie czułem się pełen sił i wigoru. Organizm doskonale wie, co jest dla niego prawdziwie wartościowym pożywieniem. Teraz też moja dieta wygląda podobnie. Mimo że matka chciała, bym skończył studia, przerwałem naukę i wybrałem życie mnicha.

Kroczysz Drogą Buddy bez względu na to, gdzie stąpasz

Dziś mija już sześćdziesiąt lat od tamtej decyzji. Przez wszystkie te lata mój dzień kończy się o dwudziestej pierwszej, a zaczyna praktyką zazen o drugiej rano. Nie mam pod sobą żadnej świątyni, więc poniekąd „nie przebywam w żadnym miejscu”. Na własność mam jedynie plecak, który zarzucam na plecy, kiedy wyruszam w drogę. Bez względu na to, dokąd pójdę, jest do dla mnie miejsce praktyki. Dlatego za każde z tych miejsc jestem niezwykle wdzięczny.

Bez reszty oddając się radości kroczenia Drogą

Nie wiedząc, kim jesteś w swej istocie, przez cały czas jesteś targany tym, co inni robią i mówią.

Wiara nie polega na tym, że prosisz Boga czy Buddę – zrób to czy tamto.  
Autentyczna wiara to oddanie się bez reszty radości kroczenia Drogą. Nie jest to pragnienie zwykłej radości czy łatwości. Dharma Buddy polega na wznieceniu w sobie chęci poznania prawdy, która jest wieczna, a to nic innego, jak nieustanne zapytywanie o to, czym jest to ja i na czym polega życie i śmierć. Musisz przebudzić w sobie to wielkie zwątpienie i badać, czy rzeczywiście po śmierci nie ma zupełnie nic. Co ci po tym, że zrobisz karierę za życia? Co ci z pieniędzy czy pozycji społecznej? Na nic to wszystko.

Wszyscy błądzimy w czeluściach niewiedzy, wpadając z jednego pomieszania w drugie. Dharma Buddy to przecięcie tego łańcucha raz na zawsze. Możesz być inteligentny i zdobywać wiedzę, ale to nic innego jak świat oparty na dualizmie. Z punktu widzenia najwyższej mądrości, nie ma z tego żadnego pożytku. Buddha obrócił kołem dharmy dla każdego z nas i chroni nas przez cały czas, czuwa nad nami, dlatego możemy żyć tu i teraz. Każdy jednak wypatruje go gdzieś na zewnątrz i zupełnie nie czuje tej pomocnej dłoni Buddy, która popycha nas od tyłu we właściwym kierunku.

W blasku Sutry Lotosu

Chcę teraz powiedzieć kilka słów o inwokacji – *Namu Myoho Renge Kyo* (*Cześć Sutrze Lotosu Najwspanialszej Dharmy*).

Słowo *Namu* to nic innego jak całkowite zawierzenie buddzie, złożenie całego swojego życia na jego ręce, ofiarowanie mu siebie. *Renge* to nieskazitelnie czysty świat, czyste białe światło, bez żadnego skalania, w którym nie ma „ja”. Innymi słowy, to zazen – całkowite zapomnienie o sobie samym i oddanie się bez reszty buddzie.

Wielkie Oświecenie to nieskazitelnie czysty umysł, wolny od skalania jednostkowej jaźni, wypełniony światłem spływającym od buddy, które pozwala na dostrzeżenie własnej głupoty, głupoty ludzkiego świata. To świat, w którym nic nie dzieje się w rezultacie działania własnej jaźni. Wówczas osiągasz umysł wielkiego spokoju i w jednej chwili przecinasz całą przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, uwalniając się z samsary. To właśnie nazywa się osiągnięciem mądrości Tathagaty w jednej chwili, bezpośrednio, tak jak stoisz, w ciele zwyczajnej istoty – natychmiast osiągasz poziom buddy. Jeśli twoje zazen będzie jak kwiat lotosu najwspanialszej Dharmy, będzie osią, wokół której będzie się wszystko obracać. Wówczas to życie, będące wyrazem prawdy, staje się ucieleśnieniem sutry. O takim właśnie świecie nauczał mistrz Dogen.  
Dharma Buddy jest wnikliwym spojrzeniem w samego siebie.  
Nie ma czasu na obarczanie odpowiedzialnością innych. Kiedy naprawdę w siebie spojrzysz, znajdziesz tam jedynie kłębek zawiści i nienawiści i będziesz dokładnie wiedział, na co cię stać.

Nie jest tak, że to ty pomagasz innym. Stajesz się naczyniem buddy, niosącym ofiarę innym.

Wtedy bez żadnego wysiłku ciśnie ci się na usta *Namu myoho renge kyo*, prawdziwe oddanie. Żyjesz oblany blaskiem *Namu myoho renge kyo*. Takie jest znaczenie tej inwokacji.

Gdziekolwiek jesteś, pojawia się spokój

„Praktykujący Drogę winni być ubodzy” mawiał mistrz Dogen.  
Zaiste, człowiek to kuriozalne stworzenie, im więcej ma, tym szybciej gnije od wewnątrz. Kiedy niczego ci nie brakuje, wszystko masz poukładane w życiu i dokładasz do tego zazen – nie na tym to polega. Im mniej posiadasz, tym głębiej zostajesz wciągnięty do środka, do samego sedna, skąd rozpryskuje blask.

W *Dhammapadzie* czytamy:

*Czy to wioska, czy las,  
Dolina, czy też wzgórze,  
jeśli przebywa tam arhat,  
jest to miejsce szczęśliwości.*

Wszędzie, gdzie jesteś, jest miejsce twojej praktyki. Bez względu na to, dokąd się udajesz, niechaj będzie to miejsce spokoju i radości, nad którymi panujesz całkowicie.

Jak pisał Kenji Miyazawa:

*Nie być przez nikogo chwalonym,  
a wręcz przeciwnie,  
przez wszystkich wokół od pomyleńców być wyzywanym,  
lecz nie przejmować się tym — takim kimś pragnę zostać.*

Na tym polega kroczenie ścieżką buddy – nie ma na niej ani krzty siebie.

W zwykłym świecie, w jednych potrawach się lubujemy, w innych zaś nie. Kiedy jednak otrzymujesz ofiarę, wiedz, że otrzymujesz ją od buddy, przez samego buddę się tak dzieje. Dzięki temu możesz praktykować zazen w zdrowym ciele, składając tym samym ofiarę wszystkim żyjącym istotom.

Gdy posiadasz taki właśnie umysł, cały wszechświat jest krainą radości.

*Kosho Murakami przyszedł na świat w 1937 roku w mieście Takamatsu. Studiował fizykę jądrową na uniwersytecie w Kioto, pod okiem Yukawy Hideki. Przez wiele lat odwiedzał Europę – Niemcy i Polskę – gdzie prowadził odosobnienia medytacyjne. Nie posiada własnej świątyni, lecz przemierza Japonię i - utrzymując się z darowizn – służąc tym, którzy pragną praktykować zazen.*