



Ez a Mű a [Creative Commons Nevezd meg! - Ne add el! - Ne változtasd! 3.0 Unported Licenc feltételeinek megfelelően szabadon felhasználható.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/)

Az idei ango, nyári tábor során Myoken mester tanításának tengelyét Mokusho Zeisler mester (1946-1990.) kommentárjai alkották, melyeket Dógen mester (1200-1253.) szövegéhez, a *Sanjushichi bodaibunpohoz*, a *Felébredés harminchét szárnyához* fűzött.

A *Sanjushichi bodaibunpo* a Buddha tanításainak egyik beosztása. Van a négy meditáció a hamis látásmódok megszüntetésére. A négy megfigyelés, a négy utalási keret, a tudat négy megalapozása, a szatipatána. Megszüntetni a hamis látásmódokat, az megszüntetni a ragaszkodást az énhez. Ez már önmagában elég sok. A legtöbb embernek nehéz megszüntetnie azt az ideát, hogy léteünk önmagunkban. A *dukka*, az alapvető szenvedés egyik oka tulajdonképpen az, hogy állandóan erőfeszítést teszünk arra, hogy megragadjuk, vagy megszilárdítsuk ezt a nem létező ént. Pl. megpróbálni megérteni a megérthetlent, megpróbálni megszerezni a világot. Megpróbálni kibékíteni az ellentétes tanításokat. Sz szenvedünk, amikor elveszítjük a barátainkat, egyébként a szokásainkat is. Mindez szenvedés. Nyolcvannégyezer, vagyis végtelen szenvedés van. A bodai felé vezető harminchét úton van a négy meditáció a hamis látásmódok megszüntetésére, a négy helyes erőfeszítés, a négy hozzáférés a természetfeletti erőkhöz, majd az öt képesség, ami a helyes cselekvéshez vezet. Aztán az öt erő, amely ebből az öt képességből ered, utána a hét út a szatorihoz, és legvégül a nyolcstréu nemes ösvény. Összesen harminchét.

Zazen közben mindenki Buddhává válik. De ha erre gondolunk, nem tudjuk elhinni. „Én, Buddha?” Ez lehetetlen. Folytatni a zazent, az lemondani erről az énről. Ha lemondunk arról a világról, ami elválaszt engem és Buddhát, akkor helyes látásmódunk lesz a testünkben itt és most. Személyesen megismerjük az igazi eredetiségünket. A shikantaza ez a test és tudat, ami megmarad. Amikor a saját testetekkel látjátok ezt, ti magatok is Buddha vagytok.

Sanjushichi azt jelenti harminchét, ez nagyon egyszerű. A nyolcstréu ösvény második tagja a helyes gondolkodás.

Dógen mester azt mondja: „Amikor birtokoljuk ezt a helyes gondolkodást, a tíz irány összes Buddhája létezik. Amikor a Buddhák megjelennek a tíz irányból, az a helyes gondolkodás pillanata. A helyes gondolkodás sem a miénk, sem a többieké. És bár csak a jelenben jelenik meg, olyannak kell lennie, mint Buddháé Benaresben.”

Ugyanazzal a gondolkodással kell bírunk, mint Sákjamuni. Egy öreg Buddha azt mondta: gondolkodni gondolkodás nélkül. Hogyan? Hishiryo, ez a helyes gondolkodás. Maradjatok ülve, amíg a zafutok szét nem esik cafatokra, ez a helyes gondolkodás. Egy szerzetes megkérdezte Yakusant:

- *Hogyan lehet gondolkodni a nem-gondolkodásból? – Yakusan így válaszolt:*
- *Hishiryo.*

A zazen nem gondolkodás. Különbözik a gondolkodástól. Ha követjük és fejlesztjük a gondolatainkat, az agy ideges lesz. De ugyanakkor nem is a gondolatok hiánya. Nem nem-gondolkodás. Sok meditációban a szatori a gondolkodás hiánya.

„Kómában voltam, rendkívüli volt!” A tudat elsötétül, a test elgyengül. Ez a meditáció veszélye. Ezért fontos a kyosaku. Ha valaki alszik, a kyosakunak erősen kell ütnie. Együttérzésből. Sem kontin, sem szanran. A hishiryo sem gondolkodás, sem nem-gondolkodás. Mi ez? Ha megpróbálunk gondolkodni róla, még bonyolultabbak leszünk.

Hogy lehet megmagyarázni valamit, ami nem is gondolkodás, és nem is nem-gondolkodás? Sokféle gondolkodás van: egzisztencializmus, strukturalizmus, filozófiai gondolkodás, vallásos gondolkodás, a vallások, híres emberek, Mao Ce Tung gondolkodása. De a hishiryo az, amikor az agyunk visszatér a normális állapotába. Ebben a normális állapotban, ha a filozófiára gondoltok, nem alkottok rendszereket, ha Istenre gondoltok, nem alkottok rejtélyeket. Ha önmagatokra gondoltok, nem teremtetek egoizmust, ha a többiekre gondoltok, nem teremtetek irigységet. Minden karma azonnal el van vágva. Ez a helyes gondolkodás. Akárhol is legyen, akárhova is menjen a tíz irányba, minden helyen, Buddha megjelenik. Így Yakusan azt válaszolta a tanítványának:

- Hishiryo, túl a gondolkodáson.

Ez a tudatunk természete, önmagunk lényege. A normális állapot nem eszme, nem kategória, ez a végtelen út, felmérhetetlen. Ez Sákjamuni Buddha gondolkodása. A világegyetem gondolkodása.

Az emberek könyveket írnak a nagy emberek, nagy egyházi személyek gondolkodásáról, de az igazi vallásos gondolkodás csak a jelenben jelenik meg, itt és most, nem mérhető, nem átalakítható. Mestertől tanítványnak adódik át, hasonlóan egy élő halhoz. Az összes gondolkodást rendszerbe foglalják: kapitalizmus, marxizmus, de ami friss és új, az csak ebben a testben és tudatban jelenik meg. Tehát a helyes tartásból jön a helyes légzés, a helyes légzésből a helyes gondolkodás. Addig ülni a zafun, míg szétporlad, ez az eredeti gondolkodásunk. A hishiryo tudatosság.