

Pytanie: Mistrzu powiedziałaś, że nie ma ciała poza umysłem i nie ma umysłu poza ciałem. Mówiłeś też, że podczas zazen ciało powinno być rozluźnione a umysł skoncentrowany. Co więc powinno być rozluźnione a co się koncentruje?

Ciało i umysł powinny być rozluźnione. Nie powiedziałem, że nie ma ani ciała ani umysłu. Powiedziałem, że nie ma ciała poza umysłem i nie ma umysłu poza ciałem. Ciało i umysł są jednym i to właśnie powinniśmy rozluźnić. Nie powinniśmy oddzielać umysłu od ciała. Trudno to zrozumieć?... Rozumiem.

Ciało jest nietrwałe i w tym sensie ono nie istnieje. Umysł też jest nietrwały i w tym sensie nie istnieje, ale wydaje się, że istnieją bo naprawdę istnieją. To ciało naprawdę istnieje, ale nie ma esencji i pewnego dnia już nie będzie istnieć podobnie jak umysł. Póki co jednak są tutaj i trzeba je rozluźnić. Dalej tak trudno wam to zrozumieć? ...

Pytanie: Jeśli rozluźnimy wszystko to możemy popaść w letarg...

Co pozostaje gdy wszystko jest rozluźnione? To jest prawdziwy sekret zazen. Co pozostaje gdy wszystko jest rozluźnione? Co zostaje gdy wszystko umiera? To jest prawdziwy sekret naszej praktyki. Istnieje nie tylko ciało i umysł. Jest coś co jest podstawą ciała i umysłu, coś czego nie możemy nazwać, nie możemy nadać kształtu, a jednak To podtrzymuje to ciało i umysł. Powiem nawet że to ciało i umysł są odzwierciedleniem tego czego nie możemy nazwać, bo właśnie z tego pochodzimy. Powiedziałem, że jesteśmy odbiciem tego czegoś ale nie jego formy. Na przykład podstawą ziarenka jest drzewo ale nasionko w ogóle nie przypomina drzewa. Dla nasionka drzewo nie ma kształtu. Tak samo jest z naszym Umysłem, który jest jedynym umysłem wszystkich rzeczy. On nie jest moim umysłem, ja jestem tym umysłem. To nie to samo. To tutaj właśnie wszystko nam się miesza. Jeśli powiem, że umysł wszechświata jest moim umysłem, to oznaczałoby, że ja istnieję poza umysłem wszechświata. Kim jest to ja które istnieje? Jest to nietrwałe ciało i umysł, które nie istnieją rzeczywiście jako takie. Nie można więc powiedzieć, że jest mój umysł i umysł wszechświata. Możemy powiedzieć: jestem umysłem wszechświata, jestem tylko tym. Nie jestem tym ciałem, nie jestem tym umysłem a mimo to ciało i umysł to ja, one są mną, ale ja nie jestem tym.

Ok., widzę, że to dalej nie jest jasne... Wyobraźcie sobie, że przeglądacie się w lustrze. Forma w odbiciu to ja ale ja nie jestem tą formą. To co jest w lustrze nie ma własnej egzystencji, nie może istnieć beze mnie. To ciało i umysł nie mogą istnieć beze mnie. Dalej nie rozumiesz?

Pytanie: Odpowiedzi nie zrozumiałem ale mam teraz inne pytanie...

Trzeba, aby to ciało i umysł rozluźniając się rozpoznały swoje źródło, aktualizowały swoje źródło, aby poznały swój początek. Dlatego podczas zazen ważne jest i ciało i umysł. Kiedy ciało i umysł są całkowicie opuszczone wtedy Umysł wszystkich rzeczy sam z siebie swobodnie błyszczy a ciało i umysł rozpoznają go. To jest potwierdzenie. Rozpoznajecie to za każdym zazen ale nie udaje wam się tego zrozumieć. Patrzycie na zazen w inny sposób, tak jakby była to praktyka psychologiczna. Jest umysł i ciało, świadomości, świadomość ja, którym jestem, wspierana przez inteligencję i refleksję. Kiedy podczas zazen wchodzicie w nie-myślenie, myślicie : „O jestem w nie-myśleniu”. A kiedy myślicie : „O, myślę”. Postępując w ten sposób nie jesteśmy na dobrej drodze. Gdy nie ma już w ogóle myśli nie ma nikogo, kto mógłby pomyśleć „O! Myślę.”

Kiedy śnieg topi się w promieniach słońca znika całkowicie i nie ma nikogo kto mógłby

pomyśleć :”O! Zniknąłem!” Kiedy to rozumiemy, wtedy odkrywamy Jedyny Umysł wszystkich rzeczy. Jeśli jednak zatrzymacie się na refleksji, zazen stanie się psychologiczny. Ani ciało ani umysł nie są wtedy opuszczone. Wasz sposób patrzenia jest niewłaściwy. Nie powinniśmy obserwować. Nic nie powinno być obserwowane. Jest jedynie cichy Świadek. On nie jest myślą, jest czuwaniem, jak światełko, którego zadaniem nie jest oświetlenie pomieszczenia. Dyskretny świadek. Tak jak w wieży stereo jest mała świecąca dioda. Podczas zazen jest coś co czuwa, co rozumie bezpośrednio. Słowo „rozumie” nie jest najwłaściwsze, chodzi o czucie, o pewien sposób odczuwania. To nie jest coś co myśli lecz czuje, że to jest właśnie tak, żeby nie powiedzieć, że widzi bezpośrednio. Bezpośrednio wejrzeć w swoją pierwotną naturę. To właśnie ten świadek. On pozostaje kiedy już nie ma niczego. W naszej pierwotnej świadomości jest coś co widzi bezpośrednio przed myślą, widzi albo czuje. Trudno jest to wyrazić, jest to po prostu obecność. W uwadze zwracanej na coś jest obecność. To jak usłyszeć bezpośrednio dźwięk, rozpoznać go bezpośrednio, nie analizując, nie myśląc o nim. Dźwięk przenika mnie całkowicie i w jednej chwili go pojmuję. W zazen mamy czas. Siedzimy w naszej naturze i nie myślimy. To nie jest dźwięk, który pojawia się i znika. Jesteście tak bardzo w tym, że tego nie widzicie. Dlaczego? Dlatego, że właśnie w tej chwili tym jesteście, więc nie możecie się zobaczyć. Możecie jednak zobaczyć się w swoim własnym lustrze. W życiu też nie możecie zobaczyć się bezpośrednio a jedynie w lustrze. Co wtedy widzicie? Przejaw myśli. To po prostu świadek. Widzicie jak się pojawia. Dopóki jesteście świadkiem wszystko jest w porządku. Kiedy jednak zaczynacie analizować to już nie jest tak dobrze. Wyszliście z tego, już nie jesteście świadkiem i tworzycie świat koncepcji. Myślę, nie myślę, nie powinienem myśleć itd....Dlatego mówi się, że droga jest prosta i określa się ją w ten sposób: Budda to mój umysł, Droga to położenie kresu koncepcjom. To proste, nie ma nic prostszego. Urzeczywistniając koniec koncepcji, urzeczywistniacie Drogę. Urzeczywistniając Drogę, urzeczywistniacie waszego Buddę. Cały czas to robicie ale nigdy tego nie widzicie, bo bez przerwy szukacie czegoś na zewnątrz: dowodów, pewności, chcecie widzieć. Za każdym razem gdy tak robicie To ucieka. Świadek to bycie świadomym szelestu kimono, tego, że ktoś się właśnie poruszył, o niczym nie myśląc. To jest to. Podczas ceremonii dźwięk drewna, gongu, pokłony, gesty, mój głos, obecność są tylko jednym w tej Rzeczy, w tej pełnej przestrzeni. Nie ma tu miejsca na myśl, bo ona nie potrafi analizować dźwięku dzwonu, mokugyo i pokłonów jednocześnie. To nie możliwe. Natomiast postrzeganie dziesięciu tysięcy rzeczy w jednej to Jedyny Umysł. Dźwięk wody nigdy nie powinien opuszczać tego Umysłu. Zawsze powinien być z wami. Jeśli go nie słyszycie to znaczy, że już jesteście w myślach a nie w rzeczywistości. Mimo to Świadek może stworzyć myśl, u jego podstawy jest coś co może to zrobić. Jest to myśl subtelna, nie chaotyczna, która w chwili gdy myśli zawiera w sobie również dźwięk wody. Ona nie jest dualistyczna, lecz subtelna i jest częścią myśli Jedynego Umysłu. Dlatego nie można powiedzieć, że zazen to skończenie z myśleniem. Jest taka myśl, która nie buduje koncepcji, jest to myśl pierwotna, to czym jestem naprawdę. Nawet jeśli już nie będę miał tego ciała ani świadomości, zawsze pozostaje ta myśl. To się nie zmieni, jest to myśl bezpośrednia. Co to jest koncepcja? We współczesnym świecie wszystko opiera się na koncepcjach. Na przykład budujemy koncepcję żeby sprzedać jakiś produkt, co samo w sobie jest już celem, ustalamy strategię, analizujemy sytuację na rynku itd.... Taki sposób działania nie ma nic wspólnego z Jedyną Myślą, z tą myślą, która w tej chwili wyraża się jako dźwięk moich słów, która nie ma żadnej strategii, żadnej koncepcji i po prostu mówi to co przychodzi, naturalnie. To co mówię nie jest moim wytworem. Ja nie tworzę w tej chwili niczego, nie próbuję się przypodobać, ani budować pięknych zdań, ani was przekonać, więc nie ma to żadnego związku z jakąś strategią. A mimo

to To dalej mówi, a kiedy mówię w tej samej chwili uczę się i poznaję, równocześnie z wami. W moim duchu nie ma przed ani po. To niewyczerpalne źródło jest samą podstawą naszego Umysłu, istniało przed moimi narodzinami i pozostanie na zawsze gdy ja zniknę. Tak naprawdę to nie zależy od moich świadomości, bo one związane są z czasem, z przeszłością, teraźniejszością i przyszłością. W chwili gdy mówię nie ma przeszłości, ja nie mówię wychodząc z mojej pamięci ani doświadczeń. Cały czas słyszę dźwięk wody i szelest kimono. Mówię ze źródła więc nie ma, ani przed ani potem, a więc nie ma umysłu bo on jest częścią trzech czasów. Czym jest więc ten Umysł, który się wyraża, kiedy wyrażam się bez Umysłu. Jest napisane: „Wszystkie zjawiska są projekcją Umysłu, ale jeśli chodzi o umysł nie ma umysłu gdyż jest pusty od esencji. Jest pusty ale nieograniczony i wszystko może się w nim pojawić. Gdy ta doskonałość zostanie urzeczywistniona, oby mogła skończyć się wiara w trwałą i niezależny Umysł.” Cały koan jest właśnie tu. Macie go, jesteście nim, wyrażacie go ale tworzycie przeszkodę bo chcecie stać się kimś, chcecie być oświeceni, chcecie być kimś innym niż jesteście, chcecie siebie zrozumieć. To wszystko jest częścią czasu, a czas jest umysłem, który jest nierzeczywisty. Ma swoją przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, a więc podlega narodzinom, zniszczeniu i śmierci. To jest czas umysłu. Gdy opuszczacie Umysł wtedy wyraża się nie-narodzone. To jasne.

... Nie ważne, kiedyś zrozumiecie. Wszystko w porządku