

הענן הריק: תורתו של סו-יון

זיכרונות מהמאסטר הסיני הדגול

מתוך אוסף זיכרונותיו ורשומותיו של

מאסטר ג'י-דין שאקיייה

כפי שסופרו ל

מינג-זן שאקיייה

(לשעבר צ'ואן-יואן שאקיייה)

תרגם

מארק שן-יון גילנסון

ציורים של יאו-שין מרומניה

תצלומים של סו-יון באדיבות מאסטר ג'י דין שאקיייה



תוכן עניינים

זיכרונות ממאסטר סו-יון	פתח דבר	ii
מבוא	פרק 1	1
תרגול הצ'אן	פרק 2	5
זכייה בהארה	פרק 3	16
דרשת הפרח של הבודהה	פרק 4	38
שלבי ההתפתחות וקשיים	פרק 5	40
קשיים	פרק 6	44
נשימה ויציבה	פרק 7	48
התמדה ותושייה	פרק 8	53
תמסורת ללא מילים	פרק 9	62
העמאי פאנג	פרק 10	64
בן האלמוות הטאואיסטי	פרק 11	69
מו שאן	פרק 12	73
סיכום	פרק 13	76

פתח דבר

זיכרונות ממאסטר סו-יון

מאת מאסטר גי' -דין שאקיייה

שמו של המאסטר, סו-יון, מתורגם לעברית בתור "הענן הריק", תרגום שמרבה לבלבל אנשים. כולנו יודעים מהו ענן, אך מה, תוהים אנחנו, הכוונה ב"ריק"?

ב ספרות הצ'אן (הוגים "ג'ן" על משקל "חן") או הזן המונח "ריק" מופיע לעיתים כה תכופות ובשלל כה רחב של הגדרות, שאני אתחיל מניסיון לבאר את משמעותו.



המאסטר המכובד ג'י-דין שאקיייה עם המורה המכובדת מינג-זון שאקיייה



להיות ריק משמע להיות ריק מאגו, להיות ללא שום מחשבה על "עצמי", לא במובן שאז נתחיל לנהוג כירק או כחיית פרא – יצורים חיים שרק מעבדים מים, מזון ואור שמש בשביל לגדול ולהתרבות – אלא במובן שאנו חדלים מלמדוד אירועים, אנשים, מקומות, ודברים בסביבתנו מבחינת "אני" או "עצמי" או "שלי". אדם שהוא "ריק מעצמו" ממעיט להצטרך להשתמש בכינויי גוף אלו.

תנו לי לנסות לדייק קצת יותר. כולנו שמענו על הורה, או חבר, או מאהב שטוען להיותו נטול-אנכיות לחלוטין באהבתו את האחר. בעל יאמר, "לא שמרתי דבר לעצמי. את הכל נתתי לה, לאשתי." האיש הזה אינו ריק. הוא פשוט הקרין חלק מזוהו על אדם אחר.

אדם שהוא ריק באמת אין ברשותו דבר, אפילו לא מודעות ל"עצמו". האינטרסים שלו אינם נמצאים בצרכיו ובהשתוקקויותיו, כי למעשה הוא אינו מודע לשיקולים כאלו, אלא רק ברווחתם של אחרים. הוא איננו שופט מעריך אנשים כחביבים או לא חביבים, שווים או לא שווים, או כשימושיים או לא שימושיים. הוא אינו מעריך או מפחית מערכו של אף אחד. הוא מבין שהבודהה הגדול אמיטבהה, הבודהה של האור האינסופי והטוב האינסופי, שוכן בתוך כל אדם ואדם, וזה רק בטובת טבע-הבוהה-העצמי הזה שהוא משקיע את עצמו.

להגשים ריקות שכזאת אף פעם לא קל. סיפור צ'אן ישן מדגים את זה:

צ'אן-מאסטר אחד לקח על עצמו להדריך מתלמד שחווה קושי גדול בלנתק את עצמו מחייו הקודמים, החילוניים. "לא תוכל לשרת את הדהרמה עד שלא תחתוך את הכבלים הללו", אמר המאסטר. "עליך להשמיד את מערכות היחסים הרכושניות האלו! הרוג אותן! החשב אותן כלא קיימות יותר!"

המתלמד שאל, "אבל הוריי? גם אותם אני צריך לקטול?"

והמאסטר ענה, "מי הם שיחוסו עליהם?"

"ואתה, מאסטר, אמר המתלמד, "גם אותך אני חייב להרוג?"

והמאסטר חייך ואמר, "אל תדאג. אין מספיק ממני בשביל לשים את ידיך."

כזה מאסטר היה סו-יון. לא נשאר מספיק ממנו בשביל מי-מאתנו לאחוז.

ב-1940 חיל האוויר האימפריאלי היפני הפציץ את מנסר נאן-חוא שם הוא ישב במדיטציה; אך הם לא הצליחו לשים עליו את ידיהם. ב-1951, כשהוא היה איש זקן בן מאה ושתיים-עשרה, חברות של בריונים קומוניסטים הכו אותו שוב ושוב; ולמרות ששברו את עצמותיו והצליחו להרוג נזירים צעירים וחזקים יותר, גם הם לא הצליחו לשים עליו את ידיהם. פשוט לא היה מספיק ממנו בשביל מי-מהם לאחוז. איך יכול טבע-הבודהה להיהרג? סו-יון לא הסכים למות עד שהיה מוכן למות, עד שהשלים את המטלות שהציב לעצמו.

אספר לכם על האיש יוצא הדופן הזה, הענן הריק הזה שנוכחותו כה הכריעה את מהלך חייו. אספר לכם דברים שאני זוכר ואעשה את המיטב כדי למסור לכם את תורת הזהרמה שלו. אולי אם תלמדו ממנו תוכלו לחוות מעט מהאושר שאני ידעתי בזכות היכרותי איתו.

להיות בנוכחות סו-יון משמע היה כמו להיות באפלולית בוקר שמשי, או בתוך אחד אותם העננים שמשותהים על פסגות הרים. אדם יכול לשלוח את ידו ולתפוס בערפל, אך לא משנה כמה יתאמץ לחטוף אותו, ידו תמיד תישאר ריקה. ובכל זאת, לא חשוב כמה רוחו נפולה, הענן הריק יעטוף אותה בלחות נותנת-חיים; או גם, לא משנה כמה רוחו שורפת מרוב כעס או אכזבה, קרירות מרגיעה תרד עליו, כמו טל עדין.

זהו הענן הריק של סו-יון שעוד משתהה עמנו. לא הזמן ולא השמש לא יוכלו להשמידו, כי הרי הוא השמש, עצמה; בדיוק כפי שגם היא נצחית.

כעת אספר לכם חלק מההיסטוריה שהוא ואני חולקים.

במהלך שנות העשרים של המאה העשרים, כשעוד הייתי ילד, סו-יון עוד לא הגיע למנזר נאן-חוא, המנזר אותו חיי-נגג, הפטריארך השישי של הצ'אן, ייסד ליד העיר שאו גואן, בה הייתי. שאו גואן נמצאת כמאה חמישים קילומטרים מגואנג ז'ו (קאנטון) בפרובינציית גואנג דונג, הנמצאת בדרום סין.

בכל המאות מאז ייסודו ב-675 לספירה, מנזר נאן-חוא עבר סבבים של הזנחה ושחזור; אך כשאני הייתי ילד, זה היה חד-משמעית באחת מתקופותיו המוזנחות. כפי שאני זוכר בבירור, הוא היה הרבה יותר דומה למגרש משחקים מאשר למקדש שהוא כיום. באותם ימים, שאו גואן הייתה עיר-נהר קטנה ומנומנמת, מקום שלא היו בו הרבה פעילויות לילדים. לצאת למנזר נאן-חוא הייתה המקבילה שלנו לטיול לדיסנילנד.

מה שהפך את הביקורים במנזר-השעשועים הזה למלהיבים עוד יותר הייתה העובדה שלא היה נראה שמישהו אחראי על המקום. כמאה נזירים וכמה עשרות נזירות חיו שם, אך הם העסיקו את עצמם בעיקר בהתקוטטויות. נזירות התווכחו עם נזירות. נזירים התווכחו עם נזירים. נזירות התווכחו עם נזירים. והבניינים של המרכז הדתי האדיר הזה היו סך הכל מקומות שבהם כל הוויכוחים האלו התרחשו. לא היה נראה ששינתה משהו העובדה שהעץ מרקיב והאבן מתפוררת והמתכת של הפגודה האדומה-לבנה הישנה חלודה. בודהיסטים אדוקים, כמו הוריי, היו מבקרים ושמים כסף בקופסאות הצדקה; ואם הילדים השובבים אותם הביאו איתם, כמו אחי ואני, טיפסו על מבנים עתיקים, או שיחקו במחבואים בין הפסלים הקדושים, או רצו במסדרונות המקודשים, ובכן, איש לא התנגד. אם היו מרסנים אותנו מליהנות, אולי היו מרסנים גם את התרומות. אני מניח שהנזירים חשבו לעצמם שהם גם ככה צריכים לחיות בבניינים מוזנחים, כך שאין להם למה להסתכן בבעיות כלכליות גם בנוסף.

כך שתמיד היינו מבלים בנעימים בכל ביקור לנאן-חוא. היינו רצים על הגשר של נהר צאו-סי, ומטפסים על הר בקרבת מקום שבו הייתה גומחה טבעית באבן. אומרים שהפטריארך השישי היה עושה מדיטציה בגומחה הזאת. היינו יושבים בה ומחקים את תנוחתו החסודה, וצוחקים.

אין פלא שהפטריארך השישי הופיע לסו-יון בחלום והתחנן ממנו להגיע למנזר נאן-חוא ולהשיבו לדרך הישר!

לא פגשתי את סו-יון עד 1934 כשהייתי בן שבע עשרה והוא היה בשנות השמונים לחייו. הוא היה אז נראה בדיוק כמו בתמונה ששמתי בתחילת הטקסט. אספר לכם על המפגש הזה. אך בשביל להעריך את הסיפור, תצטרכו לדעת עוד כמה דברים על הרקע שלי.

שם המשפחה שלי הוא פאנג. במקור משפחתי מפרובינציית פוג'יאן, אך אבי היגר לשאו גואן ושם אני ואחי נולדנו וגדלנו. במדד המקומי משפחתי נחשבה לעשירה. לאבי היו בבעלותו שני עסקים: עסק לחומרי בניין ומכולת שבה הוא מחר מזונות מיובשים כמו פטריות, בצל ירוק וסוגים שונים של ירקות.

אני מתאר לעצמי שבמקור ההורים שלי קיוו שיום אחד אחי ייקח על עצמו עסק אחד אני אקח על עצמי את השני. אך כישרונותיו של אחי לא היו באף מקצוע אקדמי, והוריי החלו לדאוג לגבי היכולות שלו. כשהייתי בן ארבע התחלתי ללמוד עם המורים הפרטיים שהם במקור שכרו כדי לחנך אותו. הוא היה מבוגר ממני בשנתיים. אך אני למדתי מהר והתחלתי "לקפוץ" כיתות עד שעקפתי את אחי.

כך שבסוף שש שנות לימוד ייסודי, למרות שהייתי צעיר מאחי בשנתיים, סיימתי את הלימודים שנתיים לפניו.

לאחר מכן התחלתי את הלימוד העל-יסודי שלי. בית הספר בו למדתי היה קרוי לי-קון, ופירושו של השם הוא בית ספר ש"מעודד אנשים". זה היה בית ספר קתולי וכל המורים היו כמרים ונזירות קתוליים. זה היה נחשב לבית הספר הטוב באזור. אך הלימוד של נצרות הי פחות או יותר לבחירה. ובמקרה שלי זה היה לחלוטין פחות מאשר יותר.

כל מה שעניין אותי היה לשחק בכדור. אם אפשר היה לזרוק אותו, לבעוט בו, להקפיץ אותו או להכות בו, אני הייתי מעוניין. בחטיבת הביניים זה מה שהרגשתי "מעודד" לעשות.

אך השקעתי בלימודי מספיק כדי להתקבל למכללה להוראה. לא התחשק לי במיוחד למכור ירקות מיובשים אז החלטתי להיות מורה.

ושם הייתי, ב-1934, ילד שחצן בן שבע עשרה... חכמולוג, הייתם אומרים, שבאחד החגים נסע, כרגיל, למנזר נאן-חוא יחד עם כל שאר הנערים והנערות כדי לבלות. אף פעם לא שמעתי על סו-יון ובטח שלא ציפיתי לגלות שאיש קדוש בדיוק הגיע לנאן-חוא. והנה הוא היה...

משהו קרה לי כשהסתכלתי לתוך פניו. פתאום נפלתי על ברכיי ולחצתי את מצחי לאדמה, בעודי משתחוה לו. כל חבריי נדהמו. בכל חיי מעולם לא השתחויתי לאף אחד... ושם הייתי, בלי הסבר, בלי שמישהו הציע לי לעשות זאת, משתטח בענווה בפניו. מלא בהתפעלות ותדהמה, השתחויתי לסו-יון שלוש פעמים ברצף. המאסטר הכביר חיך אליי ושאל, "מי אתה ומאין באת?" בקושי לחשתי, "אני פאנג גו חוא, ואני בא משאו גואן." וסו-יון חיך ושוב ואמר, "תהנה לך כאן במנזר נאן-חוא." הוא היה מוקף בנזירים רבים שצפו בדממה. אני מנחש שגם הם לא ידעו מה להבין מהסיפור הזה.

עכשיו לא יכולתי לחכות לשוב לנאן-חוא... אך לא כדי לבלות... רציתי לראות את סו-יון שוב.

בפעם השנייה שראיתי אותו הוא שאל אותי אם אני רוצה לקחת על עצמי את הכללים הבודהיסטים, זאת אומרת, להפוך לבודהיסט באופן רשמי. אמרתי, "כן, כמובן." וכך קיבלתי את הכללים מסו-יון. הוא נתן לי את השם קואן-סיו, שמשמעותו "תרגול גדול ורחב".

לא עוד כדורגל, כדורסל או אפילו פינג פונג. עכשיו, בזמן חופשת הקיץ שלי, נסעתי את כ-שלושים הקילומטרים למנזר נאן-חוא פעמיים בשבוע. לקחתי רכבת להר מא-בא, ציון דרך מאבן, ומשם צעדתי שישה קילומטרים למנזר. סו-יון נתן

לי ספרים על בודהיזם ללימוד; וכך העברתי את החופשות שלי. בפעם הראשונה בחיי, הרגשתי את הדת בחזי. רציתי להפוך לנזיר.

אך התחזוקתי הדתית הפתאומית גרמה לתהפוכה בבית. דברים לא היו כה פשוטים. קודם כל, כשנולדתי הלכו הוריי לאסטרולוג מפורסם שבחן את מפות הלידה שלי. האסטרולוג ראה בבירור בכוכבים שאני אהפוך לאיש צבא בדרגה גבוהה ושאות עד גיל שלושים. גיבור מת במשפחה היה כבוד שהם שמחו לוותר עליו. לכן הם שמחו שהצלחתי בלימודים. המשמעות הייתה שהעסקים יהיו בטוחים בידיי, במיוחד מפני שנהיה ברור יותר ויותר שהם לא יצליחו בידיי אחי. כשהוריי למדו על רצוני להיות נזיר, כבודהיסטים, הם קיבלו את החדשות בשמחה; אך כאנשי עסקים, הם חששו מאוד. הבן הלא נכון רצה להפוך לנזיר!

אך לפני שאכן הרגשתי שנקראתי לכמורה, היו לי כוונות אחרות לגבי עתיד. אף פעם לא האמנתי בנבואות של האסטרולוג, כך שכשנהיה לי משעמם מהרעיון של להיות מורה, החלטתי שאחרי שאסיים את המכללה לחינוך, אלך לבית הספר הצבאי של צ'אנג קאי שק (אקדמיית וואמפאו) בקאנטון. צ'אנג היה המפקד של וואמפאו בימים האם.

בגלל שאיפוזי אלו, אחי אולץ להכין את עצמו כמיטב יכולתו להשתלטות על העסקים המשפחתיים. למזלו, או לא למזלו, הוא אף פעם לא הצטרך להוכיח את עצמו בעולם המסחר. לאחר הפלישה היפנית הגיעה המהפכה הקומוניסטית וכבר לא היו שום עסקים להשתלט עליהם.

אך ב-1934, כשהייתי בן שבע עשרה, בשנה הראשונה של לימודי במכללה לחינוך, המלחמה עם יפן עוד לא התחילה. סו-יון, בראיית נולד של חכמים, מיד הניא אותי משאיפוזי הצבאיות. למעשה, זנחתי את השאיפות שאלו ביום שפגשתי אותו. רציתי להיות נזיר אך לא סיפרתי על הרצון הזה לאף אחד כי חשבתי שזה ישמע יהיר ופזיז. מביחנתי זה היה פחות יהיר לומר שאני רוצה להיות רב-אלוף מאשר לומר שאני רוצה להיות נזיר. אך יותר מאוחר, באחת משיחותי הרבות עם סו-יון, הודיתי בפניו שקיוויתי להפוך לנזיר יום אחד. הוא רק אמר שהוא רוצה שאשאר במכללה ואסיים את לימודיי. אחר כך נדבר על כמורה.

ב-1937, סיימתי את לימודיי במכללה לחינוך. באותו הסתיו, בפסטיבל אמצע-הסתיו שבאמצע ספטמבר, או בירח המלא של החודש השמיני בלוח השנה הסיני, גילחו את ראשי, ונהייתי נזיר. מיד עברתי להתגורר במנזר נאן-חוא כמתלמד וחיכיתי לטקס ההשבעה לכמורה שהיה עתיד לקרות שלושה חודשים מאוחר יותר. ואכן, אני ועוד מאתיים נזירים הושבענו בטקס ההשבעה של אמצע דצמבר, 1937.

זה היה שם שמאסטר סו-יון נתן לי את השם ג'י דין שפרושו "להבין ולהגשים שלווה". הוא גם נתן לי הרבה מהבגדים הישנים שלו שהרגשתי זכות גדולה מאוד ללבוש.

זמן קצר לאחר שנהייתי נזיר, היפנים פלשו לסין והתחלתי לחשוך שלסו-יון היה חיזיון – שהוא בכוונה הניא אותי מללכת לבית הספר הצבאי כי הוא חשש שאם אהפוך לקצין צבאי, אהפוך גם לקורבן צבאי. הייתה לו עבודה אחרת בשבילי. וסו-יון היה איש שבשבילו המילה "כישלון" לא הייתה קיימת. היו לו מטרות; ובשבילו, אני הייתי אחד הכלים שבהם הוא התכוון להשתמש להשגת המטרות שלו.

החיים במנזר נאן-חוא היו קשים. הנזירים והנזירות גדלו את הירקות שלהם בעצמם, בישלו וניקו בעצמם, ואף תפרו את בגדיהם בעצמם. הם ישנו על קרשי-עץ שכוסו רק בכר דשא דקיק. כסף הושג מתרומות ומשכירות שהתקבלה מחקלאים ששכרו אדמות מהמנזר.

כסו-יון הגיע לנאן-חוא ב-1934, הוא ידע שלא תיתכן שמחה עד שלא תשוקם המשמעת. לכן הוא קבע כללים ותקנות נוקשות. בפעם הראשונה שמישהו הפר כלל, הוא או היא נענשו. בפעם השנייה, הוא או היא הודחו מן המנזר.

סו-יון מידר את העבודות והחובות השונות וקבע היררכיה, מדרג עולה של אחריות, כדי לפקח על המדורים השונים. כל אחד היה חייב לבצע את עבודתו, וסו-יון לא סבל שום רפיון בנושא. היה לו מקל שהיה נושא לכל מקום שהלך, והוא לא פחד להשתמש בו. באורח פלא, כל התככים והפרות-ההתנהגות פסקו כליל. חוק וסדר הביא שלום.

זה לא הספיק, עם זאת, כדי לשקם את המשמעת הנזירית. סו-יון ידע שהיה צריך בנוסף לשקם את מבניי המנזר. למרות שאבי לא סיפק את חומרי הבניין – חברה אחרת קיבלה את החוזה – הוא כן תרם כסף כדי לתמוך בתהליך הבנייה. למזלנו, המעונות היו לבניין הראשון ששוקם, וכל מי שחי בנאן-חוא יכול להעריך את השיפור בתנאי המחיה.

ב-1938, מאסטר סו-יון הוזמן להונג קונג, שם דוברים קנטונזית, לסדרה ארוכה של הרצאות וטקסים דתיים. מאחר שהמאסטר דיבר הונאנית, דיאלקט צפוני, ואני שלטתי גם בהונאנית וגם בקנטונזית, היה נחוץ שאלווה אותו כדי לשמש כמתרגם.

בזמן שהיינו שם, היפנים תקפו את שנחאי, בצפון, ואת נאנג'ינג, בדרום. האבידות בשנחאי היו מזעזעות, ובכל הקשור לנאנג'ינג, המתקפות שם היו כה איומות, שעד היום המתקפה קרויה 'אונס נאנג'ינג' כי נשחטו שם בדם קר כל כך הרבה אזרחים חפים מפשע.

מכיוון שהיו מעט מאוד כבישי יציאה מנאנג'ינג וכל אלו היו מסוכנים, פליטים רבים ניסו לברוח מהפולשים היפנים דרך הנהרות. באופן טבעי, כיוון שהעיר שאו גואן נמצאת בהצטלבות שני נהרות, סירות רבות מלאות פליטים הגיעו לשם.

כשסו-יון גילה על המתקפות על שנחאי ועל נאנג'ינג, הוא צפה את משבר הפליטים הזה ומיד סיים את הרצאותיו בהונג קונג. הוא ואני חזרנו לנאן-חוא והתחלנו תכנית לתמיכה בפליטים.

סו-יון קבע שהנזירים של נאן-חוא יאמצו מסורת בודהיסטית ישנה, שעד היום קיימת במסורת התרוואדה, של אכילת שתי ארוחות ביום בלבד, בבוקר ובצהריים. שום מזון משום סוג אסור לצריכה אחרי שעת הצהריים. האוכל שאחרת היה נאכל נתרם לפליטים, ובעת הצורך, לחיילים הסינים. בגלל המצוקה הגדולה של האנשים, סו-יון ערך טקסים נוספים רבים בשביל המתים והפצועים. הטקסים האלו עזרו להביא תקווה ונחמה להרבה נשמות מיוסרות.

אך בשביל סו יון, מטרה הייתה מטרה, ואפילו הפלישה היפנית לא תמנע מבעדו לשקם את מנזר נאן-חוא. תכנית הבנייה מחדש, לכן, המשיכה.

ב-1939 פוסלו פסלי המלכים השמימיים המפורסמים, והמקדש לשיכונם נבנה. טקס ההתקנה הרשמי נערך ב-1940. למאמצי השיקום הייתה השפעה חיובית על מצב הרוח של כולם. הם סיפקו תחושת תכלית ועתידיות.

כעת אספר לכם על ההפצצה של מנזר נאן-חוא שהזכרתי קודם:

לאחר שהיפנים תקפו את נאנג'ינג ושנחאי, מושלים מארבע-עשר פרובינציות סיניות ערכו סדרת פגישות במנזר נאן-חוא כדי לנסות לתאם אסטרטגיה ומדיניות משותפת למגננה מול הפולשים היפנים. הפגישות האלו היו אמורות להיות סודיות ביותר; אך היפנים, שבנו בסיס אווירי בגואנג ז'ו (העיר קאנטון), למדו במהרה על הפגישות.

כמובן, למרות שאחר כך ניסו כולם להאשים מרגלים בין עובדי מושל זה או אחר, העובדה היא, שכהרגלם של פוליטיקאים, אף אחד לא התאמץ יותר מדי להסתיר את הפגישות. המושלים ופמליותיהם הגיעו בצורה מפוארת... בלימוזינות. הייתה מספיק מתכת מסנוורת בחניון של נאן-חוא כדי למשוך את צומת לבו של מישהו על מאדים. ליפנים בגואנג ז'ו, לבטח, היה קל ביותר לשים את האצבע על מקום המפגש הסודי הזה.

לכן, במאמץ למחוק כמה שיותר מנהיגים אזרחיים בבת-אחת, היפנים שלחו שלושה מטוסים מפציצים לתקוף את מנזר נאן-חוא.

כשהמטוסים החלו להפציץ את מתחם המנזר, סו-יון פקד על כולם לתפוס מחסה ולהישאר רגועים. הוא שלח את המושלים למקדשו של הפטריארך השישי ואת הנזירים למקדש מינג הגדול יותר. הוא, בעצמו, הלך ברוגע למטרה המובקת ביותר, לאולם המדיטציה, כדי להתפלל לשלום כולם.

בסבב הראשון, אחד משני הגברים שהוטל עליהם לשמור על מכוניות המושלים, נהרג. הוא עזב את משמרו ותפס מחסה בתוך צינור ביוב גדול שהיה מיועד לפרויקט הבנייה, ואחת מהפצצות נפלה על הצינור והרגה אותו. באופן אירוני, השומר השני נשאר במקומו הנראה-לכל, והוא יצא מזה ללא שריטה.

פצצה נוספת נפלה ארצה בשריקה ופגעה ממש מחוץ לכותלי המנזר, השמידה עץ תפוחים גדול, והותירה בור באדמה שניתן לראותו עד היום, מלא מים, כמו בריכה קטנה.

אך אז, אחרי שסו-יון נכנס לאולם המדיטציה והתחיל להתפלל, קרה נס. שניים מתוך שלושת המטוסים התנגשו באוויר ונפלו ארצה על הר בא-מא. המטוס הנותר מיד הסתובב וחזר לבסיסו בגואנג ז'ו.

באופן טבעי, תאונה אווירית זאת נזקפה לזכות הכוחות הרוחניים של סו-יון. כל הסינים שהכירו אותו לא הטילו בכך שום ספק; אך מה שיותר חשוב, זה שהיפנים התחילו גם להאמין בזה. מושלים או לא מושלים, הם אף פעם לא ניסו יותר לתקוף את נאן-חוא.

היפנים המשיכו את המלחמה לפני המדינה, ובסוף שנת 1944 הם הצליחו לבסוף לכבוש את שאו גואן. אך אפילו אז, למרות הקרבה לנאן-חוא, הם לא תקפו את המנזר. אנחנו האמנו שהם חששו מכוחו הרוחני של סו-יון. בכל תקופת הכיבוש, הם מעולם לא הרשו לחיילי הכיבוש להפריע לקדושה של המנזר.

אך בחזרה לסיפורי – ב-1940, ווי-ין, האיש שבהלך הימים ירש את סו-יון כראש מנזר נאן-חוא, הפך לנזיר. זכיתי בכבוד לגלח את ראשו ולתת לו את השם ווי-ין שפרושו, 'חותם הדהרמה של הסיבה והתוצאה'. שמו השני היה ז'י-גואה שפירושו 'לדעת את ההשלכות'. במילים אחרות, זהה את הסיבה לפעולה ואת תוצאתה, וכך תשיג את ההשלכות הרצויות. ווי-ין שהה במנזר נאן-חוא כדי לעזור לסו-יון עם העומס הנוסף של הטיפול בקורבנות המלחמה. גם באותה שנה, ביוזמו של אי-הסדר וההזנחה שפקדו את מנזר יון-מן שהיה בעברו כביר, סו-יון שלח אותי לשם כדי להשיב את הסדר ולפקח על שיקום המבנים. לצורך המשימה הזאת, סו-יון העלה אותי לדרגת מאסטר.

היה נחוץ שאחלוף על פני חיילים יפנים רבים במהלך הצעידה בת היומיים שלי למסדר יון-מן. אך פעם נוספת, השפעתו של סו-יון הייתה כה גדולה שהיא חלה אפילו עליי כך שאף חייל לא העז להפריע למעברי.

לאחר שהגעתי בבטחה, עברתי לגור ביון-מן.

בדן סיה שן, המנזר השלישי בגודלו באזור שאו גואן, לא היו בעיות עם היפנים. המיקום המרוחק של מנזר זה מנע פעילות צבאית ומאסטר בן-וון הצליח לשמור על שלוה ומשמעת נזירית.

נשארתי במנזר יון-מן עד 1944 כשסו-יון החליט להקים מכללה בודהיסטית בנאן-חוא כדי ללמד את חוקי הווינאיה העתיקים, חוקי ההתנהגות הנזיריים, לכל מי שהיה עתיד להפוך לנזיר או נזירה. כעת יכולתי להבין את כוונתו של סו-יון כשייעץ לי להשלים את לימודיי במכללה. התואר שלי בחינוך אפשר לי לפקח על ארגון בית הספר לווינאיה וגם להפוך לאחד מהמורים בו.

כיוון שסו-יון האמין בצורך לספק חינוך טוב לילדים, הוא ייסד בית ספר יסודי בנאן-חוא. הוא רצה שבית הספר הזה יהיה מוסד ממדרגה ראשונה, ותוך זמן קצר, תלמידים רבים מכל סין הגיעו לנאן-חוא להתחנך. באופן טבעי, הורים עשירים תרמו כסף לשכר הלימוד, הספרים, חומרי הלימוד, וגם עלויות המחיה של ילדיהם. אך סו-יון האמין כי זכותו של כל ילד להתחנך, עשיר או עני, כך שילדים עניים הורשו להגיע וללמוד בבית הספר ללא עלויות משום סוג. סו-יון סיפק להם ספרים וחומרי לימוד ואת כל צורכי המחיה אשר להם הזדקקו. אני ראיתי את חובותי בבית הספר כקדושות ועשיתי כמיטב יכולתי כדי לבצע את משימותי בקפידה ובתשומת לב. כל מי שהיה קשור לבית הספר הרגיש כמוני, ובגלל מאמציו הבלתי נלאים בית הספר הרוויח במהרה מוניטין של מצוינות.

בעת שמאסטר ווי-ין ואני שהינו בנאן-חוא, סו-יון הלך לגור במקדש יון-מן כדי להמשיך להשגיח על שיפוצי המקדש.

אז הכיוון של דרך הדהרמה שלי קיבל תפנית אחרת.

אנשים סינים רבים היגרו להוואי, במיוחד במהלך שנות המלחמה. אך למרות שהיו הרבה בודהיסטים סינים שגרו בהוואי, שהייתה אז רק טריטוריה אמריקאית, לא היה שם אף מקדש בודהיסטי או אפילו נזיר שילמד ושיערוך טקסים. הסינים-ההוואיים הללו שלחו משלחות שוב ושוב להונג קונג כדי לבקש שכמרים ישלחו להוואי כדי לשרת את הקהילה וכדי לפקח על בניית מקדש במקום. באופן טבעי, הם רצו שסו-יון יגיע להונולולו כדי ליצור מקדש חדש, אך סו-יון הקדיש את עצמו לשיפוצ מנזר יון-מן כך שהוא החליט שלוח אותי במקומו.

ב-1949, השלמתי את החלק הראשון של המשימה כשהגעתי להונג קונג והתחלתי בהליכי ההגירה הנחוצים. לא הגעתי להונולולו עד 1956. הוואי הפכה למדינה ב-1959; אך מקדשינו, שקראתי לו מקדש סו-יון, היה למקדש הבודהיסטי הראשון בהוואי.

זמן קצר לאחר שהגעתי להונג קונג ב-1949, תמה מלחמת האזרחים הסינית, והקומוניסטים השתלטו על הממשלה. חבורות של בריונים קומוניסטים, שהניחו שכנסיות ומקדשים הם מקומות מסתור לזהב וחפצים יקרי-ערך שונים, צעדו לבנייני הדת חסרי הישע ודרשו מאנשי הכמורה למסור להם את דברי הערך הדמיוניים.

ב-1951, בזמן שהייתי בהונג קונג, חבורה של בריונים כאלו הגיעו למנזר יון-מן ודרשו שסו-יון ימסור להם את הזהב ודברי הערך של המקדש. סו-יון ניסה להסביר להם שאין שום דברי ערך במנזר יון-מן. אך הם סרבו להאמין לו ואחד אחרי השני, הכו את הנזירים בניסיון להוציא מהם בכוח לגבי מקומו של המטמון. נזיר אחד הוכה למוות; כמה נזירים נעלמו וגופותיהם לא נמצאו. רבים ספגו פציעות רציניות כמו ידיים וצלעות שבורות.

במהלך הכיבוש בן שלושת החודשים של הבריונים הם תיחקרו והכו באופן סדיר את סו-יון ואז זרקו אותו לחדר קטן וחשוך לימים, ומנעו ממנו אוכל ומים.

כמה פעמים הוא הוכה עד אובדן הכרה והושאר למות. אך למרות כל הפציעות הפנימיות והעצמות השבורות שאיש זקן זה בן המאה-ושתיים ספג, הוא הפגין את כוח הרצון האדיר שלו וסרב לוותר על חייו לפני שיסיים את משימתו. הוא ידע שנכחותו החיה, גם אם רק במעט, עזרה לרסן את תוקפיו. הוא ידע שכל זמן שהוא נשאר בחיים, הוא יכול לעורר השראה בחסידיו; ובזמנים קשים אלו, הם היו צריכים את כל ההשראה שיכלו לקבל.

כשהבינו שרצונו לחיות היה גדול יותר מרצונם של תוקפיו להשמידו, סו-יון, אם כי חלש מאוד בגופו, עוד לא הוכרע; והוא השתקם למרות העיניוים שהעבירו אותו. למרות שהבריונים ניסו לשמור בסוד את צורת הטיול שלהם באיש הקדוש הזה, חדשות על עינויו הגיעו במהרה לעולם החיצוני, וסינים מכל העולם התלוננו קשות לממשלה בבייג'ינג. היה זה בלתי נתפש שפולשים יפנים יכבדו את הכמורה ואת המנזרים, ולו המיליציה הסינית תחלל אותם.

הרשויות בבייג'ינג מיד שלחו משלחת ליון-מן אך כיוון שסו-יון חשש מנקמות הוא סרב להגיש תלונות רשמיות. למרות זאת, ברגע ששבו אליו כוחותיו, הוא עשה את המסע הארוך לבייג'ינג וביקש באופן אישי מהממשלה לרסן את

החבורות האלו. הוא התעקש שהם יצוו על כיבוד של כל מוסדות הדת, שיעזבו את אנשי הכמורה לנפשם, ושכל העם הסיני יזכה לחופש פולחן. הרשויות, שכנראה חששו מכוחו הכבד-אגדי של סו-יון, הסכימו; ולזמן-מה, לפחות למשך שארית חייו של המאסטר, המדיניות של הממשל נהייתה יותר סובלנית כלפי דת.

אף על פי כן, הממשלה סירבה לספוג ביקורת כשלהי ממקורות חיצוניים, ולכן כל דרגי התקשורת נקטעו. מהונג קונג אני ניסיתי נואשות לקבל חדשות כל שהן אודות גורלו של סו-יון, אך לא היה ניתן ללמוד דבר. כתבתי אינספור מכתבים, אך לא קיבלתי מענה.

למרות זאת, כפי שנהוג, המשכתי לשלוח לסו-יון עותקים של כל המאמרים והכתבות על בודהיזם שכתבתי. בימים שמחים יותר, כפי שהיה נהוג, הייתי מקבל ממנו הערות. אך באותם ימים עצובים, לא קיבלתי תגובה לאף אחת מההגשות שלי.

ואז ב-1952, כתבתי עבודת מחקר על סוטרות הלב שהתקבלה בצורה יפה במיוחד. הממשלה בבייג'ינג החליטה לאשר את פרסום העבודה. מיד כתבתי למו"ל בבייג'ינג וביטאתי את רצוני העז ללמוד על תגובת המאסטר שלי לעבודת המחקר שלי. באורח פלא, אחד הפקידים במשרד ההוצאה לאור החליט למסור את המכתב שלי באופן אישי ישירות לסו-יון ולחכות לתגובתו. סו-יון קרא את המכתב ואת העבודה, ואמר לפקיד שהוא מאשר את העבודה ונותן לי את ברכתו. המילים שלו נמסרו לי; והתקשורת העקיפה הזאת הייתה לפעם האחרונה בחיי שאתקשר עם המאסטר האהוב שלי.

ב-13 לאוקטובר, 1959, בגיל 119, מאסטר סו-יון ניכנס לנירואנה הסופית. החדשות על פטירתו העציבו אותי מעבר למילים. באופן פומבי, ערכתי טקסי הזכרה וכתבתי הספד לכבודו; אך באופן פרטי, הייתי מוצף יגון. בכיתי ימים ארוכים ולא יכולתי לאכול או לישון. ידעתי כמה הייתי חייב לו. ידעתי שבחכמתו הוא צפה את האיום לדהרמה הבודהיסטית הסינית שלנו, הדהרמה של חוי-נג ולינג'י והאן-שאן. הוא רצה שהדהרמה תושלל מחדש בארה"ב שם היא תהיה מוגנת, והוא נתן לי את הכבוד לעשות זאת.



המאסטר המכובד ג'י-דין שאקיה

אופן פטירתו של סו-יון גרם לי בנוסף גם להעריך עוד יותר את הכוח של ליבו העצום. הבנתי לחלוטין שהוא הצליח להתעלות מעל לקיום הגופני ולדחות את כניסתו לנירואנה הסופית עד שהיה מוכן לצאת למסע האחרון שלו... עד שהוא השלים את כל חובתו הקדושה להשתמש בהשפעתו כדי להגן על כל אנשי הכמורה בסין. אני ושאר הכמורה הבודהיסטית, יחד עם אנשי כמורה רבים מדרות אחרות, חבים את חיינו למסירות של סו-יון לבודהה אמיטבה ולשכנוע הבלתי מעורער שלו שהנוכחות המפוארת הזאת שוכנת בלבם של כל בני האדם.

שאנטי. שאנטי. שאנטי. אמיטופו! (אמיטבה)

ינואר 1996
מאסטר ג'י-דין שאקיה
ראש מנזר סו-יון
הונולולו, הוואי

פרק 1: מבוא



מאסטר סו-יון

חברים יקרים, תנו לי לספר לכם סיפור שאיש חכם סיפר לי פעם. הוא אמר:

"פעם מצאתי את עצמי בארץ זרה, הולך ברחוב מוזר. הסתכלתי סביבי בניסיון להבין היכן אני; וכאשר ראיתי שני אנשים עומדים בקרבת מקום, ניגשתי אליהם. 'היכן אני?' שאלתי. 'מי אתם בכלל?'"

"הראשון ענה, 'זהו עולמה של סמסארה, ובעולם הזה, במקרה אני הגמד הגבוה ביותר!' והאיש השני ענה, 'כן, ובמקרה אני הענק הנמוך ביותר!'"

"המפגש הזה הותיר אותי מבולבל מאוד, כי, אתה מבין, שני החברים האלו היו בדיוק באותו הגובה."

אני מקדים את דבריי בסיפור הקטן הזה כי אני רוצה להדגיש כבר מההתחלה כמה חשוב לקחת בחשבון את התפישה של הדברים.

חוי-נגג, הפטריארך השישי והאחרון של דרך הצ'אן שלנו, פעם פגש בשני נזירים שהתווכחו לגבי דגל שהתנוסס ברוח. הראשון אמר, "זהו הדגל שזו." הנזיר השני אמר, "לא! זאת הרוח שזוהי."

הפטריארך השישי נזף בשניהם. "מתרגלים טובים", הוא אמר. "זהו השכל שלכם שזו!"

בעולמה של סמסארה, האדם הוא המדד לכל הדברים. הכל יחסי. הכל משתנה. רק בעולם האמתי, עולמה של נירוואנה, יש קביעות.

בצ'אן מטרתנו היא להבדיל – לא בין הבדיוני לבדיוני, אלא בין הבדיוני לאמתי. הבדלים בנראות החיצונית לא משנים כלל וכלל. העולם האמתי בתוכנו. הוא אפילו בתוך ליבינו.

עכשיו זוהי משימתי השמחה לעזור לכם לזכות בכניסה לעולם האמתי, עולם שבו אין גמדים וענקים וסכסוכים חסרי פשר. בעולם האמתי יש רק שלום, אושר, אמת וחופש מההשתוקקות המציקה לאשליות טורדניות.

חברים יקרים, לכל אדם שני סוגים של טבע-עצמי: אחד שלכאורה, ואחד אמתי. זה שלכאורה הוא ה"עצמי הקטן" שלנו, או האגו שלנו, שהוא לכל דבר ועניין שונה לגמרי מכל "עצמי קטן" אחר. האמתי הוא טבע-הבודהה-העצמי הגדול שלנו, שהוא זהה בכל מקום ובכל עת. העצמי הקטן שלנו מתקיים בעולם שלכאורה – עולמה של סמסארה. ואילו, טבע הבודהה העצמי שלנו מתקיים בעולם האמתי, עולמה של נירוואנה.

שני העולמות נמצאים בדיוק באותו מקום. בסוטרת הלב אנו קוראים, "הצורה אינה שונה מהריקות, והריקות אינה שונה מהצורה". כולם רוצים לדעת, "איך סמסארה ונירוואנה יכולות להיות אותו הדבר? איך האשליה יכולה להיות זהה למציאות? איך אני יכול להיות עצמי וגם הבודהה בו זמנית?" כל אלה שאלות מצוינות. כל בודהיסט צריך לדעת לענות עליהן.

התשובה שוכנת בצורה שבה אנו תופשים את המציאות. אם אנו תופשים את המציאות ישירות, אנו רואים אותה בטוהר הנירוואני שלה. אם אנו תופשים אותה בעקיפין – דרך תודעת האגו שלנו – אז אנו רואים את המציאות בעיוות הסמסארי שלה. למה תפישת המציאות שלנו פגומה?

סמסארה היא העולם שהעצמי הקטן שלנו חושב שהוא רואה ומבין דרך חושיו. לפעמים אנחנו פשוט עושים טעויות. אם אדם היה הולך ביער ובדרכו היה נקרה לו סליל חבל, והוא היה חושב שהחבל הוא נחש, תיכף היה בורח משם. בשבילו החבל היה נחש, והוא היה מגיב בהתאם. וכשהיה חוזר הביתה, הוא היה מספר לכולם על הנחש המסוכן שכמעט הכיש אותו ביער. הפחד שלו היה אמתי. הסיבה שלו לפחד – לא.



כמו כן, האגו העצמי הקטן תופש את המציאות בצורה שגויה גם כשהוא משליך שיפוטים אסתטיים או מוסריים אקראיים על מציאות זו. אם אישה אחת רואה אישה אחרת חובשת כובע ירוק ואומרת, "אני רואה אישה שחובשת כובע ירוק", אז אין בעיה. אך אם היא אומרת, "אני רואה אישה חובשת כובע ירוק מכוער", אז היא מעבירה שיפוט סמסארי. בעיניי מישוהו אחר אולי היה הכובע הזה יפהפה. אם כי במציאות, אין הוא יפה או מכוער. הוא פשוט ישנו.

בצורה דומה, כאשר שועל הורג ארנבת, בשביל השפנפים שיוגונו ברעב בגלל שאמם נרצחה, זהו אקט מרושע. אך לגורי השועל הרעבים שאוכלים את הארנבת שאמם הביאה להם, אותו אירוע בדיוק הוא ממש ביטוי לכל מה שטוב בעולם. במציאות, האירוע אינו טוב או רע. הוא פשוט ישנו.

המציאות מפורשת בצורה שגויה גם בגלל שהמתבונן והדבר בו מתבוננים, שניהם משתנים ללא הרף.

אין רגע מדויק שבו ניצן הופך לפרח, או שפרח הופך לפרי, או שפרי הופך לזרע, או שזרע, לניצן של עץ. כל השינויים האלו הם מעודנים ורציפים.

אין אנו יכולים לדרוך באותו נהר פעמיים, שכן המים זורמים כל הזמן. גם אנחנו, לא אותו האדם מדקה לדקה. כל הזמן אנחנו סופגים מידע חדש וחוויות חדשות באותו זמן שאנו שוכחים מידע ישן וחוויות ישנות. אתמול יכלנו להזכר מה אכלנו לארוחת הערב שלשום. מחר, כבר לא תהיה לנו הזכות להזכר בתפריט ההוא, אלא אם כן במקרה זאת הייתה סעודת מלכים כלשהי... או שאולי אנחנו אוכלים את אותו הדבר כל ערב ואז אנחנו יכולים להגיד בוודאות, "זה היה אורז עם שעועית."

האשליה של החיים היא הפוכה מהאשליה של הקולנוע. בקולנוע, סדרה של תמונות נפרדות רצות ביחד כדי ליצור אשליית תנועה המשכית. בחיים, אנחנו עוצרים תנועה המשכית, מבודדים ומקפאים תמונה, ואז נותנים לה שם ומקבעים אותה כאילו שהייתה אובייקט או אירוע עצמאי ומוחשי. אנחנו לא תמיד מסכימים על קיבוע של רגע בזמן. מהי למשל אישה צעירה? אם איש הוא בן תשעים, הרבה נשים הן נשים צעירות.

ובכן, אולי יש לנו רעיון יותר טוב לגבי התשובה לשאלה מדוע העצמי הקטן שלנו תופש את המציאות בצורה שגויה, אך עדיין תוהים אנו, למה יש לנו שני סוגי עצמי מלכתחילה?

התשובה היא פשוט כי אנחנו בני אדם.

העצמי הקטן שלנו מספק לנו תחושה מודעת של זהות רציפה שמאפשרת לכל אחד מאתנו לדעת, "היום אני מי שהייתי אתמול, ומי שאהיה גם מחר." ללא העצמי הקטן, לא היינו יכולים לסדר את כל המידע החושי שתוקף אותנו בכל רגע. ללא העצמי הקטן, לא הייתה לנו תחושת שייכות ושל חיבור לאחרים. בלעדיו, לא היו לנו הורים או משפחה שיכולנו לקרוא להם "שלנו", לא זוגיות או ילדים, ולא מורים או חברים שידריכו ויעודדו אותנו. העצמי הקטן שלנו נותן לנו את הטבע האנושי שלנו.

ככל שאנו מתפתחים, אנו מגלים שחוט החיים שלנו הוא לא חוט רצוף וארוך שעליו כל אירוע תלוי בנפרד כמו חרוזים על מחרוזת. לא, החוט סורג את עצמו לרשת, מגוון של קשרים עצמאיים. אנחנו לא יכולים להסיר אף לא קשר אחד בלי להשפיע על כל שאר הקשרים. אנו לא יכולים להוציא שורה אחת של היסטוריה בלי, ככל הנראה, לשנות את כולה. רשת זו של מידע וחוויה, של התניה ואסוציאציה, של זיכרון ואי-הבנה, בקלות הופכת לסבך מבולבל; ואנו נהיים מבולבלים לגבי מקומנו בתבנית הכוללת של הדברים. כשאנחנו צעירים, אנו רואים את עצמינו כמרכז של היקום, אך ככל שאנחנו מתבגרים, אנחנו כבר לא בטוחים לגבי המיקום או הזהות שלנו. אנחנו חושבים, "אני לא מי שהייתי כשהייתי בן עשר, אבל אני גם לא אף אחד אחר." בקרוב אנחנו מתחילים לתהות, "מי אני?" אגו-העצמי שלנו הוביל אותנו לתוך הבלבול הזה.

בלבול מוביל לאסון, ואז החיים, כפי שהבודהה ציין באמת הנאצלה הראשונה שלו, נהיים מרים וקשים.

איך אנחנו יכולים להפיג את הבלבול הזה? אנחנו מסובבים את התודעה שלנו אחורה על עצמה. אנו זונחים את המורכבות של העולם החיצוני לטובת הפשטות של העולם הפנימי. במקום לנסות להשיג כוח ותהילה בשביל האגו העצמי הקטן שלנו, אנחנו מסובבים את התודעה פנימה כדי לגלות את ההוד וההדר של טבע-הבודהה-העצמי. במקום לאמלל את עצמינו בניסיון לשלוט על אחרים, אנו מוצאים שמחה וסיפוק באיחוד עם טבע-הבודהה שלנו, ובשירות אחרים.

חברים יקרים, המטרה של אימון הצ'אן היא ביאור ראיתינו, כדי שנוכל לקבל תובנה לתוך הזהות האמתית שלנו. צ'אן מאפשר לנו להתעלות מעל הטבע האנושי שלנו ולהבין ולממש את טבע הבודהה שלנו.

לפני כמה מאות שנים, פלג מדיטציית הצ'אן שלנו נוסד ונוצר על ידי שני אנשים גדולים: הפטריארך הראשון, בודהידהרמה, שהגיע לסין מהמערב, מהודו, וחוי-נגג, הפטריארך השישי יליד סין.

בגלל שני אנשים אלו, הצ'אן פרח, והופץ ברחבי סין ולעוד הרבה ארצות רחוקות. עכשיו, מה היו השיעורים החשובים ביותר של בודהידהרמה וחוי-נגג? "השילו מנפשכם כל אנוכיות! שחררו את שכליכם ממחשבות טורדניות ומטמאות!"

אם לא נפעל על פי ההוראות האלו, לא תיתכן הצלחה בתרגול הצ'אן. דרך הצ'אן נמצאת לפניכם! עקבו אחריה! היא תספק לכם שלום, שמחה, אמת וחופש.

פרק 2: תרגול הצ'אן



אנשים רבים מתחילים את תרגול הצ'אן במחשבה, "ובכן, מכיוון שכל הדברים הם אשליה סמסארית, אין זה משנה מה אני עושה ואיך אני עושה את זה. הדבר היחיד שחשוב זה לזכות בנירוואנה. אז, כיוון שאין דבר כזה 'טוב' או 'רע' בעצם, אני יכול לעשות מה שבא לי."

זה בהחלט משנה, מה שאנחנו עושים. צ'אן הוא זרם בדת הבודהיסטית, וכבודהיסטים אנו חייבים לדבוק לכללי מוסר. סמסארה או לא סמסארה, אנו מצייתים לכללי המוסר. ובנוסף, אנו עוקבים גם אחר כללי המשמעת הקפדניים ששולטים על התרגול שלנו. בואו נתחיל מכללי התרגול:

אם כי ישנן הרבה שיטות שניתן ללכת על פיהן, לפני שאנו מתחילים איזו מביניהן, על המתרגל לעמוד בארבעה תנאים:

היא או הוא חייבים:

1. להבין את חוק הסיבתיות (קארמה).
2. לקבל את כללי המשמעת.
3. לשמור על אמונה בלתי מעורערת בקיומו של טבע-הבודהה-העצמי.
4. להיות נחושים להצליח בשיטה שבה בחרו.

אני אסביר כל אחד מארבעת התנאים המקדימים האלו:

דבר ראשון, חוק הסיבתיות אומר, פשוט מאוד, שרוע יוצר רוע, וטוב יוצר טוב. עץ רעיל מניב פירות רעילים בזמן שעץ בריא מניב פירות בריאים.

רעיונית, זה נראה פשוט; אם כי במציאות זה די מסובך.

מעשים רעים הם השקעה גרועה ביותר. הם מבטיחים לנו תשואה של כאב, מרירות, חרדות ורגשות אשם. אין להשיג רווח ממעשים שמקורם בחמדנות, תאוה, כעס, גאוותנות, עצלות, או קנאה. כל המניעים הללו רק מקדמים את השאיפות של האגו. מעשים רעים אף פעם לא יקדמו סיפוק רוחני. הם רק יבטיחו דלות רוחנית.

מצד שני, מעשים טובים, בהנחה שהם נעשים ללא תנאים, כהשקעה שתניב גמול כלשהו בעתיד, תביא לעושה המעשים שלום וסיפוק רוחני.

מעשה טוב נטול-אגו הוא שונה לחלוטין ממעשה טוב מאולץ. על פניו, התוצאה עלולה להראות זהה; עזרה או חסד שהיו דרושים, ניתנים. אך האדם שעוזר לאחר עם ציפייה נסתרת להפיק איזושהי תועלת בעתיד, בדרך כלל עושה רע, לא טוב. תנו לי להדגים את הנקודה הזו:

בסין היה פעם נסיך שאהב ציפורים. כל פעם שהוא מצא ציפור פצועה, הוא היה מאכיל אותה ומטפל בה עד שהייתה מבריא; ואז, כשהציפור הייתה צוברת כוחות, הוא היה משחרר אותה עם הרבה צהלה.

באופן טבעי, הוא די התפרסם בגלל כישרונו כמטפל אוהב בציפורים פצועות. כל פעם שהייתה נמצאת בממלכה ציור פצועה, היו תיכף מביאים אותה אליו, והוא היה מודה לאדם המתחשב שהביא אותה אליו.

אך אז, כדי להתחנף אל הנסיך, אנשים התחילו לתפוס ציפורים בכוונה ולפצוע אותן כדי שיוכלו לקחת אותן לארמון.

כל כך הרבה ציפורים נהרגו במהלך התפיסות והפציעות הללו שהממלכה שלו הפכה לגיהנום לציפורים.

כשהנסיך ראה כמה נזק טוב-הלב שלו מסב, הוא ציווה שלא יטופלו יותר שום ציפורים פצועות. כשאנשים ראו שאין שום רווח בלעזור לציפורים, הם הפסיקו לפצוע אותן.

לפעמים קורה שהחוויות שלנו הן כמו של אותו נסיך. לפעמים, כשאנחנו בטוחים שאנחנו עושים הרבה טוב, אנו מגלים לדאבוננו שבעצם עשינו הרבה רע.

עשו מעשים טובים בשקט ובאלמוניות! תשכחו מזהלה. למעשה טוב צריכים להיות חיים קצרים ביותר, וברגע שהוא מת, יש לקבור אותו במהרה. תנו לו לנוח על משכבו בשלום. אל תנסו להחיות אותו. לעיתים קרובות מדי, אנו מנסים להפוך מעשה טוב לרוח רפאים שרודפת אנשים, שממשיכה להזכיר להם על השירות המצוין שנתנו להם – רק למקרה שהם יתחילו לשכוח.

אך מה קורה אם אנחנו בצד המקבל של מעשים טובים של מישהו אחר? טוב, אז ראוי שניתן למעשה הטוב הזה לזכות בחיי אלמוניות. לתת למעשים הטובים של מישהו אחר לחיות זה הרבה יותר קשה מלתת למעשים הטובים שלנו למות. תנו לי להדגים לכם גם את זה.

פעם היה בעל מכולת, איש טוב-לב וישר שהעריך מאוד את כל לקוחותיו. הוא דאג לשלומם, ורצה שיהיו בריאים ושבעים. הוא דאג לשמור על מחירים נמוכים כך שהוא לא הרוויח הרבה כסף, לא מספיק אפילו כדי לשכור מישהו שיעזור לו בחנות הקטנה שלו. הוא עבד קשה מאוד בעוני ההגון שלו, אך הוא היה שמח.

יום אחד, הגיעה לקוחה וסיפרה לו סיפור עצוב. בעלה נפצע ולא יוכל לעבוד מספר חודשים. לא היה לה כסף לקנות אוכל בשבילו ובשביל הילדים. "בלי אוכל", בכתה, "כולנו נמות."

בעל החנות הזדהה עמה והסכים לתת לה לקנות באשראי. "כל שבוע אתן לך אורז לשבעה ימים וירקות לארבעה ימים", אמר, "וזה לבטח יספיק כדי לשמור על משפחתך בקו הבריאות; ואז כשבעלך יחזור לעבוד, תוכלו לאכול את אותו תפריט בזמן שתשלמו את החוב. במהרה, תשובו ותאכלו כולכם ירקות שבעה ימים בשבוע."

האישה הייתה כה אסירת תודה. בכל שבוע היא קיבלה אורז לשבוע וירקות לארבעה ימים.

אך כשחזר בעלה לעבוד היא הייתה צריכה להחליט אם לשלם את החוב הישן תוך כדי אכילת ירקות רק ארבעה ימים בשבוע או ללכת לקנות במכולת אחרת ולאכול ירקות כל השבוע. היא בחרה באפשרות השנייה והצדיקה את זה שלא החזירה את החוב בכך שסיפרה לאנשים שבעל המכולת הקודם שלה מחר לה ירקות רקובים.

כמה פעמים, כשאנחנו רוצים משהו מאוד, מבטיחים אנחנו שאם רק נקבל את מושא רצוננו, נקדיש את חייו להפגנת אסירות התודה שלנו? אך אז, כשאנו מקבלים את מה שרצינו כל כך, הנדר שלנו הופך חלש ומת, באופן אוטומטי כמעט. בזריזות אנחנו קוברים אותו, בלי טקס. זוהי לא דרכו של הצ'אן.

וכך, בדיוק כמו שחקלאי שזורע פולי סויה לא מצפה לקצור אבטיחים, כשאנחנו פועלים בצורה אנכית, בלתי מוסרית או פוגענית, אין עלינו לצפות לקצור טוהר רוחני. כמו כן, אין אנו יכולים לקוות שנצליח להסתתר מהמעשים השונים שלנו על ידי בריחה מהמקום בו ביצענו אותם, או להניח שהזמן יעזור לכתם המעשים הללו להתמוסס. אל לנו להניח שאם נתעלם מהמעשים השונים שלנו מספיק זמן, אנשים שבהם פגענו ימותו בצורה נוחה וייקחו איתם לקבר את הצורך בסליחה ובכפרה על הנזק שגרמנו. אלו המעשים הטובים שלנו שאותם יש לקבור... לא את הקורבנות שלנו והבטחותינו הכוזבות.

אסור לנו לחשוב שבגלל שלא היו עדים בסביבה שישאלו שאלות, לא נצטרך לענות על המעשים השונים שלנו. הרבה סיפורים בודהיסטים ישנים מראים בדיוק את העיקרון הזה. תנו לי לספר לכם כמה מהאהובים עלי:

במהלך המאה שקדמה לחייו של הבודהה שאקיימוני על פני כדור הארץ, רבים מבני שבטו, שבט השאקיייה, נרצחו בדם קר בידי המלך המרושע, ווירודהקא, המכונה "מלך הבדולח".

ומדוע התרחש האירוע המזעזע הזה?

ובכן, קרה הדבר וליד קאפילא, עיר השאקיייה בה נולד הבודהה, היה אגם גדול שעל חופו היה כפר קטן. אף אחד לא זוכר את שם הכפר ההוא.

באחת השנים הייתה בצורת קשה. היבול נבל כולו ובני הכפר לא ידעו מה לעשות חוץ מלהרוג ולאכול את הדגים שחיו באגם. הם תפסו את כל הדגים חוץ מאחד. את אותו הדג האחרון תפס ילד קטן ששיחק עם היצור האומלל בכך שהקפיץ אותו על ראשו. זה מה שעשה כשבני הכפר לקחו ממנו את הדג והרגו אותו.

הגשמים הגיעו שוב ובכל מקום בממלכה החיים שבו למסלולם. אנשים התחתנו והולידו ילדים. אחד הילדים האלו היה סידהרתא, הבודהה, שנולד בעיר קאפילא ליד אותו הכפר ואותו האגם.

סידהרתא גדל ולימד את הדהרמה, ונהיו לו הרבה חסידים. בין החסידים האלו היה המלך של שרוואסטי, המלך פרסנאג'ית. המלך הזה התחתן עם נערה משבט השאקיייה ונולד להם בן: הנסיך ווירודהקא, "מלך הבדולח". הזוג המלכותי החליט לגדל את הילד בקאפילא, עירו של הבודהה.

תחילה, הכל היה בסדר. הנסיך ווירודהקא היה תינוק בריא ובמהרה גדל לילד נחמד וחזק. אך עוד לפני שהיה מוכן להתחיל את לימודיו, אירע אירוע חשוב.

כך קרה יום אחד, בזמן היעדרותו של הבודהה מקאפילא, הנסיך הצעיר טיפס על כס הכבוד של הבודהה והתחיל לשחק שם. הוא לא התכוון להרע – פשוט ילד קטן ששיחק. אך הו! – כשבני שבטו של הבודהה ראו את הנסיך משחק במקום הקדוש הם נתעסו, נזפו בנסיך וגררו אותו ארצה מן הכיסא, השפילו אותו והענישו אותו.

איך יכול ילד להבין את הטיפשות של קנאים? היחס הקשוח שלהם רק גרם לנסיך להתמרמר ולשנוא את כל בני שבט השאקיייה. זה היה היחס הקשה שלהם שהצית את קריירת האכזריות והנקמניות שלו.

כעבור זמן מה, הנסיך, בכך שהרג את אביו, כך אומרים, הצליח להשתלט על כס המלוכה של שרוואסטי. עכשיו בתור המלך ווירודהקא, מלך הבדולח, הצליח סופסוף לנקום בשבט השאקיייה. כשהוא מפקד על חייליו, התחיל המלך במתקפה שלו על קאפילא.

כשבני שבטו של הבודהה באו לספר לו על רצח העם שבפתח, הם מצאו אותו סובל מכאב ראש נוראי. הם התחננו שיתערב ויציל את אנשי קאפילא ממתקפתו האכזרית של מלך הבדולח, אך הבודהה, בעודו נאנח מכאבים, סרב לעזור. "קארמה קבועה לא ניתנת לשינוי", אמר.

אנשי השבט פנו אז למודגליאיאנה, אחד מהתלמידים רבי-העוצמה ביותר של הבודהה, והתחננו לעזרתו. הוא הקשיב לתלונתם העצובה, ומתוך רחמים גדולים, החליט לעזור לתושבים המוקפים של קאפילא.

בעזרת כוחות העל שלו, מודגליאיאנה שלח את הקערה המופלאה שלו לבני השאקיייה המאוימים, ונתן לחמש מאות מבניהם לתפס לתוכה. אז הרים את הקערה גבוה אל השמיים, וחשב שהרים אותם למבטחם. אך כאשר הוריד את הקערה, חמש מאות האנשים הפכו לבריקה של דם.

המראה המבעית כה הפחיד את כולם שהבודהה החליט לחשוף את הסיפור של אבותיו, אותם בני הכפר שהרגו את כל הדגים בזמן הבצורת.

"הצבא האיום הזה שעכשיו תוקף את קאפילא היו אז אותם דגים," הוא הסביר. "האנשים של קאפילא שנרצחים עכשיו היו אותם האנשים שהרגו את הדגים. מלך הבדולח עצמו, היה אותו הדג האחרון. ומי לדעתכם," שאל הבודהה בעודו מחזיק מגבת קרה למצחו, "היה אותו ילד שהקפיץ את הדג על ראשו?"

אז, על כך שהרגו את הדגים, נענשו האנשים במוות. ועל כך שפגע בראשו של הדג, הבודהה סבל עכשיו ממיגרנה נוראית.

ומה לגבי ווירודהקא, מלך הבדולח? באופן טבעי, הוא נולד מחדש בגיהנום.

וכך, אתם רואים, אין סוף לסיבה ותוצאה. סיבה יוצרת תוצאה שבעצמה הופכת לסיבה הגורמת לעוד תוצאה. פעולה ותגובה. פעולה וגמול. זהו חוק הסיבתיות. במוקדם או במאוחר המעשים הרשעים שלנו תופסים אותנו. הדרך היחידה להימנע מתוצאה היא למנוע את הסיבה. צריך ללמוד להיות סלחניים, להעלים עין מפגיעה ומעלבון, ואף פעם לא לחפש נקמה או אפילו לנטור טינה. אסור לנו להפוך לקנאים, צדקנים וקנאים בתפישותינו של חובות ואדיקות, ומעל הכל, עלינו להיות עדינים, במיוחד עם ילדים.

תנו לי לספר לכם עוד סיפור על סיבה ותוצאה. הסיפור הזה קשור לצ'אן מאסטר פאי ז'אנג שהצליח לשחרר רוח-שועל פראית. מעטים הם האנשים שהצליחו לעשות דבר כזה!

כנראה שערב אחד, אחרי שמפגש הצ'אן נגמר וכל תלמידיו הלכו, שם לב מאסטר פאי ז'אנג שאיש זקן אחד השתהה מחוץ לאולם המדיטציה.

פאי ז'אנג ניגש אל האיש ושאל אותו, "תאמר לי אדוני, את מי או מה את מחפש?" הזקן השיב, "לא, לא 'אדוני'. אני כלל לא בן אדם. אני רוח-שועל פראית שרק מתגוררת בתוך גוף אנושי.

פאי ז'אנג הופתע כמובן, והסתקרן. "איך הגעת למצב הזה?" שאל.

איש-השועל הזקן הסביר, "לפני חמש מאות שנים, הייתי נזיר ראשי במנזר הזה. יום אחד, נזיר צעיר ניגש אליי ושאל, 'כאשר אדם מגיע להארה האם הוא עדיין נתון לחוק הסיבתיות?' ואני השבתי בתעוזה, 'לא, הוא פטור מהחוק.' העונש שלי על התשובה היהירה והשגויה הזו היה שרוחי הפכה לרוח של שועל פראי כך שברחתי, אל ההרים. כאיש-שועל לא יכולתי למות, וכך, כל עת שהבערות שלי עודנה, אני ממשיך לחיות במצב האומלל הזה. חמש מאות שנים אני מסתובב ביערות ומחפש את הידע שישחרר אותי לחופשי. מאסטר, אני מתחנן אליך, תחמול עליי והאר את עניי לאמת."

מאסטר פאי ז'אנג דיבר בעדינות אל איש-השועל. "שאל אותי את אותה השאלה שהנזיר הצעיר שאל אותך, ואני אתן לך את התשובה הנכונה."

איש השועל נענה. "אני מבקש לשאול את המאסטר את זה: כאשר אדם מגיע להארה האם הוא עדיין נתון לחוק הסיבתיות?"

פאי ז'אנג ענה, "כן. הוא אף פעם לא פטור מהחוק. אל לו אף פעם לעצום את עיניו לאפשרויות של סיבה ותוצאה. הוא צריך להישאר מודע לכל מעשיו בעבר ובהווה."

לפתע הואר איש השועל, ושחרר לחופשי. הוא השתחוה בפני המאסטר והודה לו ארוכות. "סוף כל סוף", אמר, "אני משוחרר!" ואז, כשהתחיל לעזוב את המקום, הסתובב ושאל את פאי ז'אנג, "מאסטר, כיוון שאני נזיר, תוכל באדיבותך לערוך בשבילי טקס לוויה כנהוג לנזיר? אני גר בקרבת מקום, במאורה על ההר מאחורי המנזר, וכעת אלך לשם כדי למות."

פאי ז'אנג הסכים, וביום למחרת יצא אל ההר ומצא את המאורה. אך במקום למצוא שם נזיר, פאי ז'אנג ראה רק חריץ באדמה שעל רצפת המאורה. הוא בחן את החריץ עם מקלו וגילה שם שועל מת!

ובכן, מילה זו מילה! מאסטר פאי ז'אנג ביצע את טקס הלוויה הנזירי לשועל. כולם חשבו שפאי ז'אנג השתגע, במיוחד כשהוביל תהלוכת לוויה חמורת-סבר... עם שועל מת על האלונקה!

אז אתם רואים, חברים יקרים, אפילו ההארה והפיכה לבודהה אינה פוטרת אדם מחוק הסיבתיות. כשאפילו הבודהה סובל מכאב ראש על כך שהציק לדג, עד כמה יותר דחוף הצורך שלנו להישאר ערים לעקרון שפעולה מזיקה, במוקדם או במאוחר, תביא לנו גמול מזיק. היו זהירים במה שאתם אומרים ועושים! אל תסתכנו בהפיכה לרוח-שועל!

לגבי התנאי השני, שמירה קפדנית על כללי המשמעת, אומר לכם בכנות שלא תיתכן שום התקדמות רוחנית בלי מוסריות ומימוש של חובה דתית.

המשמעת היא הבסיס שעליו נחה ההארה. משמעת מווסתת את ההתנהגות שלנו והופכת אותה לבלתי משתנה. היציבות הופכת לאיתנות, וזהו מה שמוליד חכמה.

סוטר השורנגמה מלמדת אותנו בבירור שהישגים במדיטציה בלבד לא ימחקו את הזיהומים הנפשיים שלנו. גם אם נוכל להדגים שליטה גבוהה במדיטציה, עדיין, בלי שמירה על משמעת, בקלות ניפול לתוך מעוזו הרשע של מארה, מעוזם של השדים והכופרים.

איש או אישה החרוצים בשמירה על משמעת וחובה דתית מוגנים ע"י דרקונים שמימיים ומלאכים, ובאותה מידה שדים מהעולם התחתון וכופרים מכל מקום מפחדים מהם ונמנעים מהם.

קרה פעם המקרה שבמדינת קשמיר, דרקון אדמה רעיל גר במהרה ליד מנזר של חמש מאות ארהטים, קדושים ממסורת התרואדה. דרקון זה הטיל אימה על כל האזור ואמלל את חיי האנשים שם. כל יום הארהטים היו מתאספים, וביחד היו מנסים לגרש משם את הדרקון בעזרת כוח המדיטציה המשולב שלהם. אך הם תמיד נכשלו. הדרקון פשוט סרב לעזוב.

ואז, יום אחד נזיר צ'אן ממסורת המהאיאנה במקרה עבר במנזר. הארהטים התלוננו לגבי הדרקון הנורא הזה וביקשו מהנזיר להוסיף את כוח המדיטציה שלו לשלהם. "אנחנו חייבים להכריח את הדרקון לעזוב!" הם קראו. נזיר הצ'אן פשוט חייך אליהם והלך ישירות למערה של הדרקון הרעיל.

בעודו עומד על מפתן המערה, קרא הנזיר לדרקון, "אדוני החכם רב-המידות, האם בבקשה תועיל בטובך לעזוב את מאורתך ולמצוא מחסה בארץ מעט רחוקה יותר?"

"ובכן," אמר הדרקון, "כיוון שביקשת בכזה נימוס, אקבל את בקשתך ואעזוב מיד." הדרקון, אתם רואים, היה בעל חוש נימוסין מפותח ביותר. אז, הוא הלך משם!

מהמנזר שלהם, צפו הארהטים בתדהמה במתרחש. לבטח היו לנזיר הזה כוחות סמאדהי מופלאים! ברגע שחזר הנזיר, הארהטים התכנסו סביבו והתחננו ממנו לספר להם על הכוחות הנפלאים שלו.

"לא השתמשתי בשום מדיטציה או סמאדהי מיוחד," אמר הנזיר. "פשוט שמרתי על חוקי המשמעת והחוקים האלו אומרים שאני חייב לשמור על נימוס יומימי בדיוק באותה הזהירות שבה אני שומר על כללי המוסר הגדולים."

וכך אנחנו יכולים לראות שכוחה המשולב של סמאדהי-מדיטטיבי של חמש מאות ארהטים לפעמים לא משתווה לנזיר בודד ששומר על כללי המשמעת.

ואם תשאלו, "למה ששמירה קפדנית על משמעת תהיה נחוצה אם התודעה הגיעה למצב נטול שיפוט? למה שאדם כנה וישר יצטרך להמשיך את תרגול הצ'אן?" הייתי שואל אדם שכזה, "האם התודעה שלך כה בטוחה שאם אלת הירח הנאוהה הייתה יורדת אליך ומחבכת אותך בגופה העירום, האם לבך היה נשאר באין מפריע?" ואתם... אם מישוהו היה מעליב אתכם או מכה אתכם ללא סיבה, האם הייתם נשארים ללא כעס או טינה? האם אתם יכולים להיות בטוחים שתמיד תמנעו מלהשוות את עצמכם לאחרים, או שתמיד תמנעו משיפוטיות? האם אתם בטוחים שתמיד תדעו להבדיל בין טוב ורע? עכשיו, אם אתם בטוחים לגמרי שאף פעם לא תיכנעו לפיתוי, שאף פעם לא תשגו בכלל, אז תפתחו את הפה ודברו ברור ובקול רם! אחרת, אפילו אל תלחשו שקר.

בכל הנוגע לתנאי השלישי, אמונה בלתי מעורערת בטבע-הבודהה-העצמי שלנו, דעו לכם שאמונה היא האם, המקור המזין את הנחישות שלנו להתמסר לתרגול ולבצע את חובתנו הדתית.

אם אנחנו מחפשים שחרור מהתלאות של העולם הזה, אנחנו חייבים להחזיק באמונה איתנה בהבטחתו של הבודהה, שלכל יצור עלי אדמות יש טבע-בודהה, חכמת התתהאגתה, ולכן יש לו את היכולת להגשים הארה ולהיות לבודהה.

מה מונע מאתנו מלהגשים את החכמה הזאת ולהיות לבודהה? התשובה היא שפשוט אין לנו אמונה בהבטחות שלו. אנו מעדיפים להישאר בורים לאמת, לקבל את הבדוי כאמתי, ולהקדיש את חיינו לסיפוק החשקים המטופשים שלנו.

בורות לאמת היא מחלה. עכשיו, כפי שהבודהה לימד, הדהרמה היא כמו בית חולים עם הרבה דלתות. אנחנו יכולים לפתוח כל אחת מהן ולהיכנס לבית מרפא. אך אנו צריכים אמונה ברופאים שלנו וביעילות של התרופה.

בכל פעם שהוא רצה להדגים את הבעייתיות שספק וחוסר אמונה יוצרים, היה הבודהה משתמש במשל על הרופא. הוא היה שואל, "נאמר שהיית נפצע מחץ מורעל וחבר היה מביא רופא לעזור לך. היית אומר לחברך, 'לא! לא! לא! אני לא הולך לתת לבחור הזה לגעת בי עד שלא נגלה מי ירה בי! אני רוצה לדעת את הפרטים של הפושע, כולל שם, כתובת

וכן הלאה. זה חשוב, לא? ואני רוצה לדעת עוד על החץ הזה. הראש עשוי ממתכת, מעצם או ממתכת? ומה לגבי מוט החץ? מאיזה עץ הוא עשוי? ואיזה סוג של נוצות יש בקצה? של נשר או של ניץ? ומה עם הרעל שהוא השתמש בו? אני רוצה לדעת איזה סוג של רעל זה. ומי זה בכלל הבחור הזה? הוא רופא מוסמך? אחרי הכל, אני לא רוצה לתת לאיזה שרלטן לטפל בי. אני חושב שיש לי את הזכות לקבל תשובות על כל אלו, לא כך? ובכן, ענה לי על השאלות בבקשה או שלא אתן לאיש הזה לגעת בי. ובכן, "אמר הבודהה, "לפני שתקבל תשובות לכל שאלותיך כבר תהיה מת."

אם כן, חברים יקרים, כשאתם מוצאים עצמכם סובלים מתחלואות העולם, סמכו על הרופא הגדול. הוא ריפא מיליונים רבים. איזה מאמין אי פעם נספה תחת טיפולו? איזה מאמין לא הצליח לחזור לחיי-עד ושמחת-נצח בעוקבו אחר משטר הטיפולים שלו? אין אחד כזה. כולם הרוויחו. וכך גם אתם אם תאמינו בשיטותיו.

אמונה היא סוג של מיומנות הניתנת לפיתוח. אם למשל תרצו להכין גבן-שעועית (טופו), אז תתחילו מבישול וגרידת פולי סויה, ואז תוסיפו תמיסה של אבקת גבס או מיץ לימון לפולים המבושלים. אתם יודעים שאתם יכולים לעמוד שם, אם תרצו, ולצפות בגבן מתגבש. יש לכם אמונה בשיטתכם, כי היא תמיד עובדת. כך אתם מפתחים תחושת ביטחון. כמובן, בפעם הראשונה שהכנתם גבן-שעועית, בהנחה שתהליך הבישול היה זר לכם לגמרי, אולי אז חסרה לכם אמונה בשיטה. אולי הייתם מלאים בספקות שגבס או מיץ לימון יגרום לשעועית מבושלת להתגבן. אך לאחר שהצלחתם וראיתם שהמתכון אכן היה נכון וההליך עבד, קיבלתם ללא סייג את שיטת המרשם. כך האמונה שלכם בשיטה התבססה.

לכן, כולנו חייבים להאמין שלכל אחד מאתנו טבע-בודהה ושנוכל לפגוש את טבע-הבודהה הזה אם נלך בשביל דהרמה ראוי.

אם אנחנו מפחדים, כדאי שנזכור את מילותיו של מאסטר יונג'ה מתוך שיר *ההארה* שלו:

"בעולם האמתי של התהאגתה לא אגו, לא חוקים ולא גיהנום קיימים. שום רשע סמסארי לא נמצא שם. אם אני משקר, אתם מוזמנים לעקור את לשוני מפי, למלא את פי בחול, ולהשאיר אותו ככה לנצח נצחים."

אף אחד מעולם לא עקר את לשונו של מאסטר יונג'ה.

בכל הנוגע לתנאי הרביעי, להיות חדורי נחישות להצליח בשיטה בה בחרנו, אנחנו תנו לי להזהיר אתכם על האיווולת של דילוג משיטה לשיטה. חישבו על הדהרמה כהר שעליו אתם חייבים לטפס. ישנן דרכים רבות המובילות לפסגה. בחרו אחת ותדבקו בה! היא יכולה להוביל אתכם לשם! אך לעולם לא תגיעו לפסגה אם תרוצו סביב ההר, תנסו דרך את ואז תפסלו אותה לטובת דרך אחרת שנראית יותר קלה. אתם תקיפו את ההר הרבה פעמים, אך לעולם לא תטפסו אל הפסגה. הישארו עם השיטה שבחרתם. היו נאמנים לה לחלוטין.

בצ'אן אנחנו תמיד נוהגים לספר סיפורים על שדים קנויים. סיפור אחד כזה מתאים פה בדיוק:

יום אחד הסתובב לו בחור אחד בשוק כשהוא נתקל בדוחן ועליו השלט, "למכירה: שדים ממדרגה ראשונה." כמובן, האיש הסתקרן. אתם לא הייתם מסתקרנים? אני יודע שאני כן. "תן לי לראות את אחד השדים האלו," אמר למוכר.

השד הזה היה יצור קטן ומוזר... לא מאוד שונה מקופיף. "הוא די פיקח," אמר המוכר. "וכל מה שאתה צריך לעשות זה לומר לו בכל בוקר מה תרצה שהוא יבצע באותו יום, והוא יעשה את זה."

"כל דבר?" שאל האיש.

"כן," אמר המוכר, "כל דבר. כל מטלות הבית שלך יבוצעו עד שתחזור מהעבודה."

עכשיו, במקרה האיש הזה היה רווק כך שהשד נשמע כמו השקעה טובה. "אני אקח אותו", הוא אמר. ושילם למוכר.

"יש רק עניין קטן אחד", אמר המוכר – תמיד יש רק עניין קטן אחד, לא ככה? – "אתה חייב להתמיד ולומר לו מה לעשות כל יום ויום. אף פעם אל תשכח! תן לו הוראות בכל בוקר והכל יהיה בסדר. תזכור לשמור על השגרה הזאת!"

האיש הסכים ולקח את השד הביתה, ובכל יום אמר לו לשטוף את הכלים, לנקות את הבית ולהכין ארוחת ערב; וכשהיה חוזר מהעבודה, הכל היה מבוצע למשעי.

אבל אז הגיע יום ההולדת של האיש וחבריו החליטו לעשות לכבודו מסיבה. הוא השתכר כלוט, ונשאר ללון בעיר בבית של חבר, ובבוקר הלך ישר לעבודה. הוא לא הגיע הביתה כדי לתת לשד שלו הוראות. וכשחזר הביתה באותו ערב הוא גילה שהשד שרף את הבית, ומצא אותו רוקד על ההריסות מעלות העשן.

והאם זה לא מה שקורה כל פעם? כשאנחנו מתחילים תרגול חדש אנחנו נשבעים בדם שנהיה נאמנים לשגרה. אך אז בפעם הראשונה שאנחנו עוזבים ומזניחים אותו, אנחנו מטילים אסון על התרגול. ממש כאילו לא תרגלנו מעולם.

אז, לא חשוב אם תבחרו בדרך המנטרה, או ספירת נשימות, או חוא-טו, או חזרה על שמו של הבודהה, תדבקו בשיטה שלכם! אם היא לא מושיעה אתכם היום, נסו שוב למחרת. אמרו לעצמכם שתהיו כה נחושים שאם תצטרכו להמשיך בתרגול בחיים הבאים, אתם תעשו כך כדי להצליח. המאסטר הזקן ווי שאן נהג לומר, "הישארו עם התרגול שבחרתם. קחו כמה גלגולים שתצטרכו כדי להגשים את השחרור ולהיות לבודהה."

אני יודע שזה קל מאוד להתיימשך כשמרגישים שאנחנו לא מתקדמים. אנחנו מנסים ומנסים אך כשהארה אינה מגיעה אנחנו רוצים לזנוח את המאבק. התמדה היא כבר בפני עצמה הישג גדול.

היו איתנים וסבלניים. אתם לא לבד במאבק. חכמה עתיקה אומרת, "אנו מתאמנים במשך עידנים קודרים – בשביל הארה שמתרחשת בהבזק רגעי."

פרק 3: זכייה בהארה

בצ'אן יש שני מאסטרים מפורסמים בשם האן שאן: מתבודד מהמאה התשיעית ששמו אומר "הר קר" ומורה מהמאה השש עשרה ששמו אומר "הר מטופש". ההר הקר הוא המשורר הגדול ביותר בתולדות הצ'אן. ההר המטופש היה גם משורר די טוב. הוא כנראה המשורר השני הטוב ביותר בצ'אן.

ההר הקר פנה לטבע כדי שיוביל אותו לשלום ולהבנה. בעזרת מציאת יופי בעולם הטבעי הוא מצא את היופי בעצמו. זוהי דרכם של מתבודדים. הם מתבוננים; הם מהרהרים; הם ממירים את הבדידות להתבודדות.

ההר המטופש התעלה על עצמו בכך שעבד בשביל אחרים. הוא חתר לעזור לאנשים מן השורה לזכות בהארה. זה קצת קשה יותר מלשרוד רעב וקור.

האן שאן, ההר הקר, אמר:

גבוהה על פסגת ההר

נצח בכל עבר!

הירח המבודד צופה מטה

ממעוז החצות שלו

מתפעל מהשתקפותו בבריכה הקפואה.

רועד, משיר אני לירח סרנדה.

אין צ'אן במילים.

די והותר בלחן.

האן שאן, ההר המטופש, ניסה לתאר את זה שלא ניתן לתיאור במילים שכל אחד יכול להבין:

שים דג על היבשה והוא יזכור את הים עד רגע מותו.

שים ציפור בכלוב, אך היא לא תשכח את השמיים.

כל אחד מתגעגע לביתו האמתי, המקום שטבעו האמתי קבע כמעונו.

האדם נולד במצב של תמימות. טבעו המקורי הוא אהבה, חסד וטוהר.

אך הוא נודד כה בקלות, מבלי להקדיש אף מחשבה אחת לביתו מפעם.

האם זה לא עצוב יותר מהדגים והציפורים?

כולנו היינו רוצים לשקף את ירח ההארה. כולנו היינו רוצים לשוב הביתה לתמימות. איך נוכל להשיג זאת? נלך בדרך הזהרמה.

הבודהה ראה את הבורות של החיים הבלתי-מוארים כמצב של תחלואה. לארבע האמיתות הנאצלות שלו יש הקשר רפואי: דבר ראשון, החיים בסמסארה הם מרים וכואבים. דבר שני, ההשתוקקות היא הסיבה למרירות ולכאב. דבר שלישי, ישנה תרופה למחלה הזו. דבר רביעי, התרופה היא ללכת בדרך בעלת שמונה האיברים.

ראשית, עלינו לזהות שאנחנו חולים. שנית, אנחנו צריכים אבחון. שלישית, אנחנו צריכים ערבויות לכך שהמחלה שלנו תגיב לטיפול. רביעית, אנו צריכים משטר טיפולי.

סמסארה היא העולם בראי האגו. זהו עולם חולה בגלל ההשתוקקות הבלתי פוסקת של האגו.

לנסות לספק את דרישותיו של האגו זה כמו לנסות לנקוב במספר הגבוהה ביותר. לא חשוב מה גובה המספר עליו חשבנו, תמיד אפשר להוסיף אליו עוד אחד ולהגדילו. אין דרך להגיע למוחלט.

חברים יקרים, האם לא כך הדבר שיהיה אדם עשיר כפי שיהיה, הוא תמיד יחשוב שהוא צריך עוד קצת, שיהיה ביתו נוח כפי שיהיה, הוא תמיד ירצה בית מעט יותר מפואר, ושהיה לו כמה מעריצים שיהיו, עדיין ירצה הוא לשמוע מחיאות כף חזקות יותר?

שאיפות ללא סוף מביאות מאבק ללא סוף.

אז מה עלינו לעשות? תחילה עלינו להבין שאת הבעיות שיוצר האגו אי אפשר לפתור בתוך עולמה של סמסארה המלא באשליות המשתנות תמיד. מדוע? כיוון שהאגו עצמו הוא דמות בדיונית המשתנה תמיד, שרק מגיבה בתגובה לתנאים המתנדנדים של החיים – תנאים שהאגו לעולם לא מבין עד הסוף.

דומה הדבר לניסיון לשחק כדורגל על מגרש שאורכו משתנה כל הזמן; ובמקום כדור אחד במשחק, יש עשרים; והשחקנים רצים או פנימה או החוצה מן המגרש, או מנמנמים להם על הדשא. אף אחד לא בדיוק בטוח איזה משחק משחקים פה, וכולם משחקים לפי כללים שונים. עכשיו, כל אחד שהיו מצפים ממנו להיות גם שחקן וגם שופט במשחק שכזה לא היה יכול למצוא לעולם סיפוק במשחק כזה. הוא היה מוצא שהמשחק הזה הוא תרגיל אינסופי בפחד, בלבול, תסכול ותשישות.

הדרך בעלת שמונה האיברים מדריכה, תוחמת ומבססת חוקים שהם ברורים. כל אחד יכול להישמע להם.

האיבר הראשון הוא הבנה אמיתית.

הבנה דורשת גם לימוד וגם התייעצות עם מאסטר.

מידע שמגיע רק דרך קריאת ספרים אף פעם אינו מספיק. האם הספר מדויק? אם כן, האם באמת הבנו את מה שקראנו בו? אין אנו יכולים לבחון את עצמינו. חישבו מה היה קורה אם תלמידים היו מחברים מבחנים משל עצמם, וגם נותנים לעצמם ציון. כל אחד מהם היה מקבל 100! אך כמה מהם באמת היו יודעים את הנושא?

הרבה תלמידי צ'אן קוראים ספר ואז, בתור דרך לבחון את הידע שלהם, מתחילים עם חבריהם וויכוחים ילדותיים או מטיחים לעברם הצהרות יהירות. על דיונים כאלו אומרים מורים, "בארץ העיוורים, האיש בעל העין האחת הוא מלך."

מורה טוב הוא חיוני. מורה טוב מעמת ובוחן אותנו וקובע אם אכן הבנו את מה שלמדנו.

אם אנחנו לא בטוחים לגבי קטע מספר, אנחנו לא יכולים לשאול את הספר שאלות. אם אנחנו לא מסכימים עם דעות מסוימות של המורה, אנחנו לא יכולים לדלג על ההוראות שלו כפי שאנחנו מדלגים על פסקאות טורדניות. לעיתים קרובות צריך להיוועץ במורה טוב. אין תחליף למפגשים קבועים, פנים מול פנים.

אתם יודעים, פעם היה מלח שבזמן חופשה פגש את נערת חלומותיו. הוא התאהב בה אנושות. לצערנו, היה חייב לחזור לספינה שלו כדי לסיים את שירותו, שהיה עתיד להמשך עוד שנתיים. אז הוא חשב, "לא אתן לה לשכוח אותי. כל יום אכתוב לה. לכל הפחות, היא תאהב אותי על נאמנותי."

כל יום, איפה שלא מצא את עצמו, הוא כתב לה; וכשחזר לאחר שנתיים, הוא גילה שלאחר משהו כמו מאתיים מכתבים, היא התחתנה עם הדוור!

חברים יקרים, אל תהיו כמו אותו מלח מסכן שסמך על המילה הכתובה בשביל להגיע להבנה. מצאו מאסטר ותפגשו אתה באופן קבוע. פתחו את לבכם בפניה. כמה שהיא תכיר אתכם יותר טוב, ככה היא תוכל ליעץ ולהנחות אתכם יותר טוב.

האיבר השני הוא חשיבה אמתית.

חשיבה אמתית דורשת מאתנו לפתח מודעות למניעים שלנו. אנחנו תמיד צריכים לחקור מדוע אנחנו רוצים משהו או מדוע אנחנו רוצים לעשות משהו, ואנחנו צריכים להיות חסרי רחמים בחקירה שלנו. אם חבר רצה לקנות משהו שלא יחל להרשות לעצמו, או לעשות משהו שהרע לו, היינו מיעצים לו, מזהירים אותו ועוזרים לו לראות את התוצאה שקרוב לוודאי הייתה יוצאת לו מההשתוקקות הטיפשיות שלו. האם לא נוכל להיות חברים שכאלו לעצמינו? האם לא נוכל להפעיל הגיון פשוט לגבי ההשתוקקות של עצמינו?

חקירה מדוקדקת תשפוך אור על המצב:

שר המלחמה טיין צ'י ומלך צ'י נהנו ממרוצי סוסים. הם נפגשו בקביעות כדי לעשות מרוצים לסוסיהם.

עכשיו, לכל אחד היו שלושה סוגים של סוסים. בסוג השלישי היו סוסי משא. אלו הם הסוסים המובילים עגלות. הם גדולים וחזקים אך איטיים ביותר.

בסוג השני נכללו סוסי פרשים, שאלו הסוסים שעל גבם רכבו קשתים, נושאי רמחים, ופרשים-סייפים. הסוסים האלו היו חזקים ודי מהירים; אך הם היו מבוגרים יותר כי הם דרשו שנים של אימון.

הסוג הראשון היו סוסים גזעיים צעירים שעליהם רכבו אצילים וקצינים בכירים. סוג זה של סוסים היו מהירים וקלים ביותר.

כך שבכל פעם שהמלך ושר המלחמה היו עושים תחרות מרוצים, הם היו מריצים את הסוסים מהסוג השלישי אחד מול השני, ואז מהסוג השני, ולבסוף את הגזעיים מהסוג הראשון.

עכשיו, המלך היה עשיר ולכן בבעלותו היו סוסים טובים בהרבה משל שר המלחמה. באופן טבעי הוא תמיד זכה במרוצים.

בתסכולו, שר המלחמה טיין צ'י פנה לסון פינג, צאצא חכם של סאן צו, אותו סאן צו שכתב את הספר המפורסם "אמנות המלחמה". טיין צ'י שאל את סון פינג, "אנא ייעץ לי. איך אוכל לזכות מול המלך?"

האיש החכם חשב רגע. ואז אמר, "אדוני, אני ממליץ לך כזה דבר. כשהמלך שולח את הסוסים מהסוג השלישי, שלח אתה סוס מהסוג השני. כשהמלך שולח סוס מהסוג השני, שלח אתה סוס מהסוג הראשון. וכשהמלך שולח סוס מהסוג הראשון, שלח אתה סוס מהסוג השלישי. כך תנצח שניים מתוך שלושה מרוצים."

התשובה הייתה כה פשוטה, למה לא היה מסוגל שר המלחמה למצוא אותה בעצמו? כי האגו שלו סיבך אותו רגשית בתחרויות. הוא לא לקח צעד אחורה מהסיטואציה שלו והביט בה באופן אובייקטיבי. הוא לא יישם חשיבה אמתית.

חברים יקרים, היו חסרי רחמים בחקירתכם של הרצונות וההשתוקקות שלכם. יישמו על עצמכם את אותו הגיון פשוט שהייתם מיישמים כשאתם מיעצים לחבריכם.

האיבר השלישי הוא דיבור אמת.

כמה שאנחנו מרבים לגייס מילים לשירות האגו! כדי לזכות ביתרון כלשהו, אנחנו מרכלים, או מגזימים, או משמיטים פרטים מהסיפור, או שאנחנו רומזים על אשמתם של אחרים בזמן שאנחנו מגנים על חפותנו הבלתי ניתנת לחילול. לפעמים, כדי להיות במרכז העניינים, רבים מאתנו יספרו בדיחות גסות או סיפורים מטונפים.

אנחנו חושבים שמילים הן לא מעשים, שיש להן מעט כוח וחיים קצרים, שאיכשהו הן מתאדות עם הנשימה איתה נאמרות. אבל למילים יש כוח והן יכולות לחיות לנצח; ובנוסף, הן יכולות לרפא כמו שהן פוגעות.

בדיוק כפי שדיבור אמתי ממליץ לנו להימנע מלומר שקרים, עלבונות, האשמות, או להתרברב בהישגים שלנו, כך גם הוא מפציר בנו לדבר מילים מנחמות, סולחות, ולהביע הוכרה ותודה על הישגיהם של אחרים.

אף פעם אל תזלזלו בכוחן של מילים. תנו לי לספר לכם סיפור שמדגים את כוחן:

היה זה יום יפה באביב ואנשים רבים הגיעו לגן לראות את הדשא הירוק ואת פריחתם של הצמחים והעצים. בין המכונסים היו גם שני קבצנים עיוורים.

לראשון היה שלט שעליו היה כתוב: "אני עיוור." רוב האנשים חלפו על פניו והמשיכו להתפעל מהנוף.

לשני הלך הרבה יותר טוב. כמעט כל מי שעבר לידו שם מטבע בכוסו. וכאלו שחלפו על פניו ולא נתנו אפילו הסתובבו וחזרו כדי לתת לו מטבע.

על השלט שלו היה כתוב, "עכשיו מאי – ואני עיוור!"

חברים יקרים, כשאתם מחליטים אם לדבר או לשתוק, חשבו על אותו האיש העיוור שראה איזה הבדל ענק משפט קטן אחד יכול ליצור!

האיבר הרביעי הוא פעולה אמיתית.

פעולה אמיתית כוללת בתוכה את כללי המוסר.

1. הבודהיסט נודר להיות בלתי אליים. אין זה אומר שהוא אינו יכול להגן על חייו או על חיי אלו שתחת טיפולו, אך אין הוא יכול ליזום פעולות עוינות נגד אחרים.

ומה איתו? הוא, גם, אחד מהאנשים שנגדם אסור לו לפעול בצורה עוינת.

שלום הוא לא רק היעדר מלחמה. חרדה היא לא מצב תוקפני, אך היא גם לא מצב שליו. הבחור שנמצא בתרדמת הוא לא במלחמה, אך גם אינו בשלום. שלום זה מצב שמגיעים אליו באופן מכוון, ומתחזקים אותו בצורה מכוונת.

לא מספיק להיות בלתי-אליים; אנחנו חייבים גם לפעול כדי לקדם הרמוניה, רווחה, ובריאות טובה.

עישון, למשל, הוא מזיק לא רק לבריאות המעשן אלא גם לכל הסובבים אותו. על שני הסעיפים, אז, העישון הוא אסור ע"י הכלל נגד אלימות.

ככל שניתן, רצוי שבבודהיסט ימנע מלאכול בשר. אני אומר 'ככל שניתן' בגלל שהכלל הזה אינו אבסולוטי. הרבה אנשים, לדוגמה, חיים באזורים ארקטיים שם אין להם ברירה אלא לאכול דגים ויצורים ימיים אחרים. הם לא יכולים לטפח גינות בטונדרה; ואנחנו לא יכולים למנוע את הדהרמה מבני אדם בגלל שהסביבה שלהם לא תומכת באורח חיים צמחוני. אך איפה שיש ירקות בשפע, אין סיבה לאכול בשר.

מהצד החיובי, תזונה צמחונית מקדמת בריאות טובה, וגם מסיבה זו כדאי לאכול כך.

התעמלות, בפרט טאי צ'י וצ'י קונג, משחררת אגרסיות וכעסים והיא בעלת השפעה חיובית על הבריאות. גם יוגה מועילה מאוד.

2. הבודהיסט נודר להיות כנה, לא רק בחיים החברתיים שלו, אלא גם בעסקים. כל סוגי המרמה והתחבולות כלולים בכלל הזה. בכל פעם שאנחנו מקריבים את האמת בשביל לזכות ביתרון דמיוני כלשהו, אנחנו נכנסים לעולם סבוך ומפותל:

בטוקיו היו שני רוכלים שלאחר שנים של תחרות מלאת תככים ומזימות לא סמכו זה על זה כלל וכלל.

יום אחד הם נפגשו בתחנת רכבת. הראשון שאל, "לאן אתה נוסע?"

הרוכל השני חשב לרגע ואז ענה, "לעיר קובה."

הראשון השתנק, "שקרן! אתה אומר לי שאתה נוסע לקובה כי אתה רוצה שאני אחשוב שאתה נוסע לאוסקה; אך אני כבר עשיתי בירורים, ואני יודע שאתה אכן נוסע לקובה!"

חברים יקרים, זהו היעד של השקר הכי קטן אפילו. המוניטין שלנו הוא כמו תווית על אריזת-משלוח. ברגע שמכירים אותנו בתור שקרנים, אנחנו שולחים את הכוונה שלנו, תמימה ככל שתהיה, למקום של ספקות וחוסר-אמון.

3. הבודהיסט נודר לא לנכס לעצמו רכוש שאינו שלו. זהו הכלל נגד גניבה.

יש אנשים שחושבים שהכלל הזה חל רק על פורצים וכייסים. כל עוד הם לא פורצים לבתים או מפלחים ארנקים, הם חושבים שאין להם ממה לדאוג בהקשר לכלל הזה. ובדיוק מסיבה זו הם לא מרגישים אף לא צביטת אשמה על גניבות קטנות וניכוס שלא בצדק של רכוש.

ומה לגבי חוב שלא שולם? זאת לא גניבה? ומה לגבי השאלה ללא החזר? האם גם זאת לא גניבה? ומה נאמר על גרימת נזק לרכוש של אחר ללא פיצוי הוגן? האם זאת לא גניבה?

לפעמים אנו מתנהגים כאילו שמגיע לנו לנכס לנו רכוש של אחר כי אחר ניכס לו את רכושנו. כלל הזהב אומר שעלינו לעשות לחברינו מה שאהוב עלינו. הוא לא אומר שאנחנו רשאים לעשות לאחר מה שעשו לנו.

בדיוק בגלל שאנחנו מתרצים או מתעלמים מהגניבות שלנו אנחנו לא מרגישים חובה לכפר עליהן. על פי חכמה עתיקה, "לגנב חבל על כך שעומדים לתלות אותו – לא על כך שהוא גנב."

אם, לפני שאנחנו עושים כל מעשה, אנחנו נבחן את המוסריות שלו ואת התוצאות האפשריות שלו, לעולם לא נצטרך לדאוג מהגרדום.

4. הבודהיסט נודר לגלות מוסריות, צניעות ואחריות מינית.

בכלל האחד הזה אנחנו יכולים לראות כמה קל להפר את כל השאר. בשם התאוה שלו, אדם יגנוב. בשם התאוה שלו, הוא ישקה נשים שיכר וירמה אותן עם הבטחות שווא. וכשהוא משתמש בגופן בצורה הזו, האם אינו פוגע בהן?

כפי שאנו מגנים אי מוסריות, כך אנו משבחים מוסריות. הרבה כבוד מגיע לאדם בעל מידות טובות, אדם צנוע ונאמן לשבועות הנישואין שלו!

בדיוק פה, בהפרתו של הכלל על מוסריות, אנו מגלים את הצביעות הגרועה ביותר. כמה פעמים יוצא לנו לפגוש אדם שמגן בפראיות על בנותיו, בזמן שהוא זומם לפתות את הבת של השכן? או אחד ששומר בקפידה על אשתו, בזמן שהוא מתהולל עם אשת רעהו? אם היה הוא הורג אדם על כך שחילל את אשתו או את בנותיו, הוא היה מצפה מבית המשפט לראות אותו כקורבן ולזכות אותו מכל אשמה. אך כשהוא זה שמתהולל ומפתה, הוא רואה את עצמו כגיבור גדול. האם זאת לא אמת עצובה ונוראית?

לא קל לאדם להתגבר על התאוה. הפיתויים בכל מקום והמגוון אינסופי. ועדיין, אם כל אדם היה מסיט חלק מהכוחות שהוא משקיע בכיבושים מיניים לכיבוש התאוה שלו, הוא היה מצליח ליצור התקדמות רוחנית אמתית.

כל אדם הגון יסכים שזהו מאבק קשה ביותר. אפילו הבודהה אמר, "אם הייתי צריך להתגבר על מכשול כה גדול כמו התאוה המינית שלי, לא הייתי מצליח במסע שלי."

ההומור הטוב של הבודהה וגישתו מלאת ההומור-העצמי צריכה לעודד את כולנו.

5. הבודהיסט נודר להימנע מאלכוהול ומחומרים משכרים אחרים.

יש מי שאומר, "משקה קטן פה ושם לא פוגע באף אחד." אך שתיין מזדמן הוא עדיין שתיין. זה די דומה למצב של להיות "קצת בהריון". או שיש הריון או שאין.

התיאור של "מזדמן" פותח דלת שאליה יוכל להיכנס כל גנב. או שדלת הפיקחות נעולה, או שהיא לא. הניסיון מלמד אותנו שהדרך הכי טובה לפתור בעיה היא להימנע ממנה. הימנעות מוחלטת היא הדרך הטובה ביותר לשמור על הכלל הזה.

השתיין המזדמן יכול להישאר פיקח כל עוד הוא לא מוצף בבעיות; אך ברגע שהוא נמצא תחת לחץ רציני, הוא עלול בקלות למצוא את עצמו במבוי הסתום של המשקה. וברגע שהמשקה תופס אותו, הוא מגלה שכוסית אחת זה יותר מדי, ומאה כוסיות אינן מספיקות.

האלכוהול מעלים את העכבות שלנו כך שאנו זמינים להיענות לקריאות האגו. הוא מאפשר לנו לעקוף את כללי הנימוסים וההגיונות ואז להאשים את המשקה בהתנהגות הפסולה שלנו – במקום לראות את האשמה בעובדה ששתינו מלכתחילה. כמובן, אנחנו יכולים לספר לעצמנו ששתינו כדי ליהנות; אך אם אנו שותים כדי להכהות את החושים, איך אנחנו יכולים ליהנות מתענוגות חושים? ואפילו אם יכולנו, איזה ערך יש לחוויה של תענוג שאי אפשר לנצור או לזכור אחר כך?

לעיתים קרובות אנחנו מוציאים שאדם שיכור המבצע מעשה בלתי מוסרי יגעל מעצמו לאחר מעשה, כשיתפקח; אך אז אותו אדם ישתמש בתחושת הגועל העצמי כתירוץ לשתות שוב.

במקום זה, עדיף שיפתח מודעות לטבעו האמתי, טבע-הבודהה-העצמי המפואר שלו. במקום זה, עדיף שילמד שבתוכו הוא ימצא אמת, שלוה, שמחה וחופש. הבטיחו לו שאם היה ניתן לגדל את כל אלו על גפן ולשימם בבקבוק, היינו אז כולנו ייננים ושיכורים.

חברים יקרים, יש פתגם ישן שאומר, "נכנס יין, יצא סוד" וכוונתו שאם נשתה מספיק תצא מן היין אמת. אך האמת היחידה שניתן לגלות כשאנו שותים יותר מדי יין היא שהחיים בסמסארה הם מריצים וכואבים.

האיבר החמישי הוא פרנסה אמתית.

מן הסתם, אם איננו יכולים להשתתף בפעילויות לא חוקיות להנאתנו, איננו יכולים להשתתף בהן למטרות רווח.

אך כל פרנסה כנה היא פרנסה הגונה. עבודה כנה היא עבודה כנה. אין מקצועות נעלים ומקצועות פחותים. אך משום מה העיקרון הזה לא פשוט כפי שהוא נראה.

בהודו, למשל, באופן מסורתי ישנה מערכת של קסטות, מעמדות. יש מעמד כמרים, מעמד לוחמים, מעמד סוחרים, מעמד פועלים, ולמטה בתחתית, מעמד של בלתי-ניתנים-לנגיעה, או טמאים. לא משנה באיזה מעמד אדם נולד, שם הוא נשאר. הוא אינו יכול לקפוץ מעבודה לעבודה. לא משנה כמה הוא נבון ומוכשר, אם נולד במשפחה של איכרים, מותר לו לעסוק רק בזה. אסור לו אפילו להתרועע עם חברי הקסטות האחרות. השיטה הזאת קצת פחות נוקשה כיום, אך בימי הבודהה החוקים האלו היו 'ייהרג ובל יעבור'.

למרות זאת, הבודהה סרב להשתתף בשיטה כל כך בלתי הוגנת. הוא לא הסכים לציית לכללים בכלל. אנשים אהבו את התכונה הזאת בו. הוא נולד נסיך, אך לא הסכים להפלות נגד אלו שנולדו במעמד נמוך יותר. ובעצם, כמעט כל מי שפגש היו ממעמד נמוך יותר. כשאתה נסיך, אין הרבה אנשים ממעמד גבוהה ממך.

אז הבודהה לא הושפע כלל וכלל מהדרג החברתי או המקצוע של מישהו. לבודהה, אתם מבינים, הייתה "עין ההבחנה". אף שרלטן מתחסד לא יכול לרמות אותו. כל מה שהיה צריך זה להביט על האדם ומיד היה יודע כמה הוא קדוש. לא לרבים יש מתת כזאת.

כך קרה פעם שליד העיר שרוואסטי היה איש טמא בשם סוניטא, איש כה נמוך במעמדו החברתי שלא הורשה אפילו לעבוד למחייתו. הוא היה בלתי-ניתן-לנגיעה ולא היה אף אחד שהיה מוכן להפר את הכללים ולשכור אותו. כך שסוניטא הרוויח כסף לאוכל בכך שליקט פרחים ישנים. כל יום, היה הולך למזבלה ומחטט בה עד שהיה מוצא בין זרי הפרחים המושלכים פרח מזדמן שהצליח באופן לא מוסבר להישאר רענן גם כשכל השאר נבלו.

סוניטא היה שוזר את כל הפרחים שליקט לזר אחד ואז היה מוכר אותו לעוברי אורח.

ייתכן שהיו עוד אנשים בשרוואסטי שהיו עניים כמו סוניטא, אך לבטח לא היה אף אדם עני יותר. אך למרות העוני שלו, הגשים סוניטא את ההארה. הוא היה איש עדין ואדיב. מיותר לציין שהוא שמע את הבודהה מלמד והיה למאמין אדוק.

יום אחד, בזמן תהלוכה, הבודהה הגיע במורד הכביש קרוב למזבלה שבה חיטט סוניטא. ברגע שראה סוניטא שהתהלכה מתקרבת, הוא התכופף והתחבא מאחורי סלע. אך הבודהה כבר ראה את סוניטא, ובעין ההבחנה שלו זיהה יצור מואר.

"שלום לך!" קרא לעבר האיש המתכופף. "אנא, עמוד על רגליך ותן לי לראותך."

נבוך, סוניטא נעמד לאט, בעודו משאיר את ראשו כפוף וידיו לחוצות זו לזו מול פניו לאות תפילה. "למה הסתרת מאחורי הסלע הזה?" שאל הבודהה.

"המבורך", אמר סוניטא, "לא רציתי שהמראה שלי יעליב את עיניך. איני ראוי למבטך."

אנשים רבים בתהלוכה של הבודהה הסכימו. הם משכו בשרוולו, וניסו להאיץ בו להמשיך ללכת הלאה מן הטמא. "הוא לא נקי", הם אמרו. "הוא סתם אחד שמחטט בזבל, בלתי-ניתן-לנגיעה!"

"האמנם?" אמר הבודהה, בעודו דורך על מעט זבל כדי לשים את ידו סביב כתפו של סוניטא. "ראו! נגעת בו, והוא עדיין חי."

אז הבודהה שאל את סוניטא, "איש יקר, אם אינך מחובר מדי לעבודתך זו, אולי אוכל לשכנע אותך לעזור לי בעבודת הדת שלי? מאוד יעזור לי עובד טוב כמוך."

עם דמעות זולגות על פניו, סוניטא הסכים. ואומרים שבמשך כל שארית חייו, בהתאם לבקשתו של הבודהה, סוניטא תמיד נשאר קרוב לצדו של הבודהה, איפה שהבודהה יכול היה להושיט את ידו ולגעת בו.

האיבר השישי הוא מאמץ אמתי.

אנו משקיעים מאמץ אמתי כאשר אנחנו מפסיקים הרגלים רעים ומפתחים הרגלים טובים במקומם. את זה קל להגיד מאשר לעשות.

כולנו יודעים שמיומנות מגיעה מתרגול, אך כדי לתרגל את השיעורים הרוחניים שלמדנו, צריך למצוא הזדמנויות. בצ'אן אנחנו צריכים לפתח מודעות לעובדה שכל נשימה יכולה לספק לנו הזדמנות לתרגל.

אנשים חושבים שהעולם מפריע להם. הם אינם מבינים שהם שומרי הסף של התודעה של עצמם, שהם יכולים בקלות לסגור ולנעול את דלתות נפשיותיהם. אם אנשים מפריעים, זה רק בגלל ששומר הסף השעיר את הדלת פתוחה.

ישנם אנשים שלא יכולים לשלוט בשכליהם, ובמקום זה שואפים לשלוט בשכליהם של אחרים. פחות מרתייע אותם לנסות לנהל מחשבות של מאות אנשים אחרים מאשר לנהל את המחשבות של עצמם. על מצב שכזה חשב הבודהה כשהוא אמר, "האיש שכובש רבבות אנשים בקרב לא מתקרב בגבורתו לאיש שכובש את עצמו."

בכל יום, בכל האינטראקציות שלנו, אנו חייבים לזכור את מטרתנו, ההארה והמודעות-העצמית. אם יש לנו מכרים שמובילים אותנו בקלות לשגות, אנו צריכים להימנע ממגע עם מכרים אלו. אם אין לנו מספיק זמן למדיטציה כי אנחנו עסוקים מדי בבילוי ובתחביבים, כדאי שנפחית מהזמן של הפעילויות האלו.

לזכות ברוגע צ'אן דורש מאמץ מודע. שלושה רוחנית מסיגים דרך תרגול. איש חכם מאוד אמר פעם שאת שכלו של איש הצ'אן האמיתי אי אפשר להלחיץ או להפחיד כיוון שגם בזמנים טובים וגם בזמנים קשים, שכלו פשוט שומר על הקצב היציב שלו, כמו שעון שמתקתק בסערה. אני אוהב את הביטוי הזה. ראוי שכולנו ננסה להיות כמו שעונים שגם בזמן סערות ממשיכים פשוט לתקתק.

האיבר השביעי הוא תשומת לב אמיתית.

בנוסף לכך שעלינו לשמור את תודעתנו מרוכזת על המנטרה שלנו בכל עת שהתחייבנו לשיטה הזו, ובהתבוננות על

המחשבות הממושמות שנחוצות להבחנת האמיתי מהבדוי אם בחרנו בשיטה זו, בנוסף אנו חייבים לתת את תשומת ליבנו לסיבות והתוצאות של מעשינו.

חברים יקרים, אסור לנו לתת ליום אחד לחלוף מבלי להרהר בהתנהגות שלנו. האם עשינו את כל שיכלנו כדי לעזור ולהיות אדיבים לאחרים וכדי להקל עליהם? האם פעלנו בדרכים שנוגדות את הבודהה-דהרמה? האם נהגנו בקטנוניות או רשעות? בגאווותנות או בעצלות? בגרגרנות או חמדנות? קנאות או כעס? האם טינפנו את עצמינו או אחרים במחשבות גסות או במילים ופעולות?

לא קל לראות את המגרעות שלנו עצמנו. לפעמים אנו מתאמצים לראותן ולא מצליחים לראות דבר.

בחדר מואר היטב נסו להביט מהחלון על נוף חשוך, וכל מה שתראו זה את השתקפותכם בזכוכית. לא נראה דבר מעבר למה שאנחנו כבר מכירים – התמונה של עצמנו והחלל הקטן והמחניק הזה שבו אנו סגורים. אם נרצה לראות מעבר לעצמנו, נצטרך לכבות את האור. אנחנו צריכים לעמעם את האגו או לכבותו לחלוטין. רק אז נוכל לראות מעבר לזכוכית.

האיבר השמיני הוא מדיטציה אמתית.

1. החוא-טו

חברים יקרים,

חכמה עתיקה אומרת: אם אדם רוצה להיות שמח לשעה, הוא אוכל ארוחה טובה; אם הוא רוצה להיות שמח לשנה, הוא מתחתן; אם הוא רוצה להיות שמח לחיים שלמים, הוא מגדל גינת ירק; ואם הוא רוצה להיות שמח לנצח, הוא בוחן חוא-טו.

אם כן מהו חוא-טו?

חוא-טו פרושו "מילת הראש" וניתן להציבו בניגוד לחוא-ווי, שפירושו "מילת הזנב". אם כל היה חולף על פנינו, אז, לפני שהיינו רואים את גופו היינו רואים את ראשו; ולאחר שהיינו רואים את גופו היינו רואים את זנבו. עד כאן, הכל ברור. אז מילת הראש או החוא-טו היא הנקודה שהיא המקור למחשבה – הנקודה שלפני רגע כניסתה ל"גוף" של תודעת-האגו. הזנב הוא המחשבה שמופיע בעקבות זאת. נגיע למילת הזנב מאוחר יותר.

בימים עברו, היה זה מספיק רק להצביע אל התודעה המושקטת כדי לזהות ולהגשים את טבע-הבודהה. בודהידהרמה דיבר על "השקטת התודעה" והפטריארך השישי דיבר על "תפישת טבע-העצמי". שניהם תמכו בזיהוי פשוט של המצב האמיתי של הנפש, שהוא טוהר בלתי מזוהם. אך להצביע אל התודעה לא היה פשוט כמו שזה נשמע.

ככל שהשנים חלפו והצ'אן נהיה פופולארי, אנשים עם רמות שונות של יכולת התחילו להמשך אליו. מתרגלים רבים טענו שמצאו דרך קלה להגיע למחוזותיה המהוללים של ההארה. הם התרברבו שבידיהם אבני-החן היקרות של הדהרמה, אך אבני-החן שתיארו הם רק ראו בידי אחרים.

צ'אן מאסטרים אמתיים יכלו, כמובן, לשפוך בקלות אור על טענות שווא שכאלו; אך מתחילים לא תמיד ידעו להבחין בין שקר לאמת. המאסטרים, מתוך דאגה להשלכות המבלבלות של מידע כוזב שכזה על מתרגלים חדשים, החליטו להמציא שיטות לאימות וסטנדרטיזציה של הישגים.

אחת השיטות שהם המציאו היה החוא-טו.

אז, מהו החוא-טו? זהו ביטוי המיועד לרכז את כל מחשבותינו על נקודה אחת, נקודה שקיימת ב"ראש" של התודעה המקורית שלנו, נקודה הנמצאת בדיוק לפני שמחשבה נכנסת לתודעת האגו שלנו. זוהי מחשבת "מקור".

הבה נבחן את החוא-טו, "מיהו שחוזר על שמו של הבודהה?" מכל שאלות החוא-טו, זו העוצמתית ביותר. עכשיו, שאלת החוא-טו הזו יכולה להיות מנוסחת בכל מני דרכים שונות, אך כולן מכוונות לשאלה בסיסית אחת, "מי אני?" ללא קשר לניסוח של השאלה, התשובה חייבת להימצא באותו מקום ממנו היא הגיעה: המקור, טבע הבודהה העצמי. האגו אינו יכול לענות עליה.

מן הסתם, לתשובות פשוטות ומהירות אין שום ערך. כשנשאלנו, "מי חוזר על שמו של הבודהה?" אין אנו יכולים לענות, "זה אני, טבע הבודהה העצמי!" ולסיים את העניין שם. כי אז אנו חייבים לשאול, "מי זה האני הזה?" אנחנו

ממשיכים בחקירות ובהתעמקות שלנו. מלחמת אזרחים מתחוללת בשכלנו. האגו נלחם באגו. לפעמים האגו מנצח, ולפעמים האגו מפסיד. עוד ועוד אנחנו נלחמים. מה הוא הדבר שגורם לשכל שלי להיות מודע שאני עצמי? ומה זה בכלל השכל הזה? מהי תודעה?

השאלות שלנו הופכות מעודנות יותר ויותר, ובמהרה מתחילות להפוך לאובססיה. מי אני? איך אני יודע מי אני? השאלות האלו מסתובבות סחור סחור בשכלינו כמו מתאגרפים כעוסים ועייפים. לפעמים אנחנו רוצים להפסיק לחשוב על החווא-טו, אך אנחנו לא יכולים להוציא אותו מהשכל. הפעמון לא מוכן לצלצל ולתת לנו מנוח. אם אינכם אוהבים דימויי אגרוף, אז אפשר לומר שהחוא-טו רודף אותנו כמו מנגינה שאיננו מסוגלים להפסיק לזמזם.

אז כאן אנחנו מוצאים את עצמינו, כל הזמן מאתגרים, כל הזמן מתגושים. מיותר לציין, אין לתת לחוא-טו להתנוון לביטוי ריק. יש רבים שחושבים שהם יכולים להתאגרף אגרוף-צללים מול החוא-טו שלהם, ורק לעשות בכאילו את התנועות הנחוצות. בזמן ששכלם במקום אחר, השפתיים אומרות, "מיהו שחוזר על שמו של הבודהה? מיהו שחוזר על שמו של הבודהה? מיהו שחוזר על שמו של הבודהה?" זוהי דרכם של תוכים לוחמניים, לא של מתרגלי צ'אן.

לחוא-טו יש משמעות. זוהי שאלה שיש לה תשובה, ועלינו להיות נחושים לגלות את התשובה הזאת.

אני יודע ש"מי אני?" נשמעת כמו שאלה פשוטה, כזאת שהיינו צריכים להיות מסוגלים לענות עליה בלי בעיה. אך זאת לא שאלה פשוטה לענות עליה. לעיתים תכופות היא שאלה תמוה ביותר.

בעצם, הרבה אנשים מגיעים לנקודה בחיים שבה, מעבר לכל טכניקת צ'אן, הם באמת מתחילים לתהות מי הם.

בואו, למשל, נסתכל על נשקול אישה בגיל העמידה שאולי הגיעה לנקודה שבה היא כבר לא בטוחה מי היא. היא חווה מה שפסיכולוגים בימינו קוראים לו "משבר זהות". אולי ילדיה גדלו ועזבו את הבית, ואולי בעלה כבר אינו נמשך אליה. היא מדוכאת ומבולבלת.

פתאום היא מבינה שכל חייה היא ראתה את זהותה ביחס לקשרים שלה עם אנשים אחרים. היא הייתה הבת של מישהו, או אחות של מישהו או עובדת או חברה או בת זוג או אימא. עכשיו האישה הזאת מתחילה לתהות, מי אני כשאני לא הבת של מישהו, בת זוג, אימא וכדומה? מי בדיוק 'אני'?

אולי היא סוקרת את חייה, ורואה שכשהיא דאגה לצרכים של אדם אחד, היא לא הייתה זמינה לספק את צרכיו של אחר, ושאלו שהרגישו מוזנחים על ידיה, ביקרו אותה, בזמן שאלו שקיבלו את עזרתה, פשוט קיבלו אותה כאילו שזאת הייתה זכותם הטבעית. זה שביקרו אותה מצד אחד, ולקחו אותה כמובן מאליה מצד שני, גרם לה להרבה סבל.

יותר גרוע, היא עלולה להבין שבכך שסיפקה את הצרכים של כל אותם קשרים חברתיים, היא הזניחה את הדרישות של החיים הרוחניים הפנימיים שלה.

ועכשיו היא מרגישה מרוששת מבחינה רוחנית ותוהה מדוע היא השקיעה כל כך הרבה מעצמה באחרים, מדוע היא לא שמרה משהו בשביל טבע הבודהה העצמי שלה.

אך קשר קושר יחד שני צדדים. זו לא קשירה חד צדדית. האם זה לא בגלל ההשתוקקות שלנו להיות אוהבים ונערצים, נפחדים או מוערכים שבגללה אנחנו מאפשרים ואף מעודדים הקשרויות כאלו? האם זאת לא ההשתוקקות שלנו, לאנשים, מקומות ודברים של קיום סמסארי, שגורמת לנו למרירות ולכאב? כמובן שכן.

היה היה פעם איש שעבד בשוק מזון. כל יום הוא נהג לגנוב אוכל ולהביאו הביתה למשפחתו. אשתו וילדיו גדלו חזקים ובריאים והשתמשו בכסף שאחרת היו מוציאים על מזון לצורך קניית בגדים וחפצים אחרים. הם אמרו לו שהוא הבעל והאב הטוב ביותר שיכול להיות למישהו.

במהרה, אחיו של האיש, כשראה את הסגסוג הכלכלי הזה, ביקש מהאיש לגנוב גם בשבילו; והאיש נענה בחיוב. אחיו גם שיבח אותו. "אתה האח הטוב ביותר שיכול להיות למישהו", אמר.

לאחר מכן, שכן ידידותי שהיו לו בעיות כלכליות התחנן ממנו לעזרה; והאיש גנב עוד יותר אוכל. השכן היה כה אסיר תודה. "אתה החבר הטוב ביותר שיכול להיות למישהו", הוא אמר.

האיש חש עצמו חשוב ומוערך. בהשתוקקותו להיות נאהב ומוערך, הוא לא שם לב שהוא הפך לגנב פשוט.

לא עבר הרבה זמן והוא נתפס, נשפט, והואשם על הגניבות. נגזרו עליו שנים בכלא.

מי מהאנשים שלהם הוא עזר התנדב לקחת את מקומו בכלא, ולו ללילה אחד? אף אחד.

מי התנדב לפצות אפילו על חצי ממה שהוא סיפק? אף אחד.

לצער האיש למד שמשפחתו היו מובכים מדי כדי להודות שהם קשורים לגנב. לצערו האיש גילה שחברו הביע הקלה על כך ששכן עם אופי כה שפל יושב עכשיו בבטחה מאחורי סורגים.

וכך, בעת שאנחנו תוהים מי אנחנו באמת עלינו להרהר בהשתוקקות האיוולות של האגו שלנו ובדרכים העלובות שבהן הוא יתרפס בשביל חיבה.

כשאנו שואלים, "מי אני?" אנו צריכים לתהות גם אם אנחנו מזדהים ומוודדים את עצמינו ביחס לעושר שלנו או מעמדנו החברתי. מה היה קורה אם היינו מאבדים את כל כספינו או אם היו מנדים אותנו מהחברה בגלל פגם כלשהו בייחוס שלנו? האם אנחנו חשבונו הבנק שלנו, המעגל החברתי שלנו, שושלת היוחסין שלנו?

ומה לגבי העבודות שלנו? האם אנחנו העיסוק שלנו? אם מוסיקאי נפצע בידו ולא יכול יותר לנגן על הכלי שלו, האם הוא מפסיק להיות קיים? האם האנושיות שלו נגזלת ממנו כי הזהות שלו כמוסיקאי נלקחה ממנו?

האם אנחנו מזהים את עצמינו עם הלאום שלנו, העיר שלנו, השכונה שלנו, השפה שבה אנו מדברים, או נבחרת הספורט שאנו אוהדים? האם חלק מאתנו נעלם כשאנחנו עוברים למקום חדש?

האם אנחנו הגוף שלנו? אם לאדם יש ראש, פלג גוף עליון, וארבע גפיים, מה קורה אם הוא מאבד שתיים מהגפיים? האם הוא הופך להיות שני שליש מבן אדם? חישבו כמה מגוחך זה היה אם הוא ואחיו היו חולקים ירושה ואחיו היה טוען שבגלל שחסרה לו רגל וגם יד, מגיעים לו רק שני שליש מהחלק שלו!

האם נוכל להגדיר את עצמנו בתור האגו שלנו, תחושת ה"אני", "עצמי" או "שלי" שיש לנו? מה קורה כשאנחנו ישנים? האם אנו חדלים להתקיים? מה קורה כשתשומת הלב שלנו מרוכזת כולה בבעיה או בדרמה או במוסיקה יפה? מה קורה כשאנו עושים מדיטציה ותחושת ה"אני" שלנו נעלמת כליל? והבודהה שקייאמוני שהיה כל כך נטול האישיות של סידהרתא שיכול להיקרא רק "תתהאגתה" – הפכות של המציאות, עצמה – האם הוא חדל להתקיים בגלל שלא היה לו טבע-אגו?

בניסיון לענות על החווא-טו, "מי אני?" או "מי חוזר על שמו של הבודהה?" עלינו לבחון את הזהות הבדייונית שלנו, הזהות הסמסארית, המשתנה, המותנית שלנו. אז החווא-טו יחשוף בפנינו הרבה מאוד.

חברים יקרים, שברו את כבלי ההשתוקקות הישנים שלכם! מוססו תמונות-עצמי גאוותניות ומערכות יחסים מיוחדות וצרו במקומן קשרים צנועים, גנריים!



אל תצטרכו חברים. נסו פשוט להיות אדם חברותי, אדם שמכבד אנשים ומתייחס אליהם באדיבות ובהתחשבות.

אל תגבילו חיבה אב ואם רק להוריהם, אלא היו מלאי חיבה לכל הקשישים, וכן הלאה.

ברגע שננתק את עצמינו מקשרים רגשיים מסוימים, ונעניק את עצמנו לכל האנושות, סוג חדש של חוזק אופי יתחיל להגיע.

החוא-טו הוא חרב ואג'רה, בלתי ניתנת להריסה, וכשמניפים אותה נכון, היא תכרות את האגו הטורדני.

חוא-ווי או מילת זנב עוקבת אחר המחשבה למקור שלה. גם זה יכול להיות שימושי ביותר. למשל, ילד, בחברת חבריו, שואל את אביו שאלה, בואו נאמר, "אפשר לנסוע לחוף הים בסוף השבוע?" והאבא עונה בגסות, "אל תפריע לי!" ודוחף ממנו את ילדו ובכך גורם לו למבוכה ולכאב דחייה.

תשובה זאת יכולה להיות חוא-ווי. האיש צריך לשאול את עצמו, למה עניתי ככה לילדי? מדוע הייתי כה נרגז פתאום? הוא יודע שלפני שילדו ניגש אליו, הוא היה במצב רוח טוב. אז מה היה שם בשאלה שהרגיז אותו?

הוא מתחיל לחזור חזרה לכל מילה. האם זאת הייתה המילה "סוף שבוע?" מה הוא מקשר עם המילה הזאת? אם אינו מוצא דבר, הוא מנסה את המילה "חוף". הוא מתחיל להיזכר בהתנסויות שלו בחוף הים. הוא חושב על מקרים רבים ופתאום נזכר באחד שמפריע לו. הוא לא רוצה לחשוב על זה, אך משמעת החוא-ווי דורשת ממנו לבחון את המקרה. מדוע המקרה הזה מטריד אותו? מה היה עד כדי כך לא נעים שם? הוא ממשיך לחקור את האירוע הזה עד שהוא יורד לשורש המצוקה שלו.

חברים יקרים, הסיבה השורשית לכך בטוח תכלול פגיעה בגאווה, בהערכה העצמית שלו. וכך האיש נזכר, ובאופן מסוים, חווה מחדש את החוויה, רק שעכשיו הוא רואה אותה מנקודת מבט אחרת, בוגרת יותר. אולי החוויה המרה ההיא בעצם הכילה ייחס נוקשה שהוא חווה מצד אבא שלו! בכל מקרה, הוא לבטח יראה איך הוא השליך את הכאב של חווית חוף-הים מילדותו על הילד התם שלו. הוא יוכל להתנצל ולכפר על התגובה האכזרית שלו, ובדרך זו, האופי שלו יתפתח.

לפעמים קורה שאם אדם מתרכז מספיק בחוא-ווי, הכלב נושך לעצמו את הזנב; והוא עלול לזנק מהזנב ישר לראש בביס אחד.

לפעמים חוא-טו פועל כמן הוראה, כמורה דרך שעוזר לנו להתמודד עם בעיות החיים. חוא-טו כזה מחזיק אותנו ומכוון אותנו בזמן שאנו צועדים בדרך הקשה להארה.

אתם יודעים, לפני זמן רב לצ'אן מאסטר חויג'וה מהר לאנגייה הייתה תלמידה שבאה אליו לקבל שיעורים. המאסטר נתן לה את החוא-טו "תניחי לזה." הוא אמר לה שאם היא תשתמש בנאמנות בחוא-טו הזה בתור חרמש, היא תכסח את האשליות שלה ותקצור את ההארה.

לאישה הייתה אמונה במאסטר שלה, ובהיותה החלטית בנחישותה להצליח, היא חידדה והשחזרה את החוא-טו הזה. הניחי לזה. הניחי למה? מי מניח לזה? מה זה להיות? עוד ועוד היא השחזרה את סכינה. ביתה נשרף וכשאנשים באו

בריצה לספר לה, היא סגרה את עיניה בעדינות ולחשה, "הניחי לזה." בנה טבע וכשאנשים הגיעו בריצה לספר לה, היא סגרה בעדינות את העיניים ולחשה, "הניחי לזה."

יום אחד היא התחילה להכין טוגנים לארוחת הערב. היא הכינה את הבליילה והרתיחה שמן. אז כששמה מעט מן הבליילה בשמן, הוא תסס. וצליל התסיסה החרישי הזה הדדה בנפשה, והיא הגשימה הארה! מיד היא זרקה את המחבת על הרצפה והתחילה לקפוץ למעלה ולמטה, למחוא כפיים, לצחוק ולצחוק. בעלה באופן טבעי חשב שהיא איבדה את שפיותה. "איזה אסון!" הוא צעק. "מה אעשה עכשיו?" ואשתו הסתובבה אליו ואמרה, "תניח לזה. פשוט תניח לזה." אז היא הלכה למאסטר חוג'וה והוא אישר שהיא אכן קצרה את הפרי הקדוש.

השאירו את תודעתכם על החוא-טו בכל זמן שאתם לא עושים משהו שדורש את מלוא תשומת הלב שלכם. באופן טבעי, אם אתם מטיסים מטוס רצוי שלא תתחילו לחשוב על החוא-טו שלכם. לגלות אם לכלב אכן יש טבע בודהה לא ישנה לכם בכלל אם תרסקו את המטוס. נהיגה ברכב דורשת גם היא תשומת לב מלאה. אסור לכם לסכן את העצמי-הקטן של אחרים רק בגלל שאתם מנסים לקטול את שלכם.

אך יש בכל זאת זמנים רבים במהלך היום שבהם ניתן לעבוד בבטחה על החוא-טו שלכם. לרוב אנו מנסים למלא את הזמנים האלו בהסחות דעת. אנחנו משחקים במשחקים מטופשים או שומעים רדיו או מרכלים או צופים באירועי ספורט. כל אלו זמנים שבהם עלינו להפנות את תודעתנו לחוא-טו. אף אחד אף פעם לא יכול לדעת מתי הרגע הקסום יגיע.

בסין יש נתח של בשר שקרוי "בשר טהור". הוא לא מעורבב עם מרכיבים נוספים כמו, למשל, נקניקיה. לפעמים "בשר טהור" אומר הנתח הטוב ביותר. זה מה שאנשים תמיד אומרים לקצב שהם רוצים. בשר טהור.

היה פעם בן אדם אחד שחקר את החוא-טו, "למי יש טבע בודהה?" כל יום הוא היה עובר ליד אטליז בדרכו לעבודה. הוא תמיד שמע שאנשים מתחרים על "בשר טהור" אך אף פעם לא הרבה בזה יותר מדי.

יום אחד אישה קנתה בשר, וכמיטב המסורת, התעקשה שהקצב ייתן לה רק בשר טהור. זה היה מה שהיא צעקה. "תן לי רק בשר טהור." ההתעקשות שלה עצבנה במיוחד את הקצב והוא צעק, "איזו חתיכה לא טהורה?"

האיש שמע את הצעקה העצבנית ולפתע הבין שכל בשר הוא בשר טהור, זאת אומרת, בכולם יש את טבע הבודהה הטהור. למי יש טבע בודהה? הא! למי אין טבע בודהה?

האיש הגשים הארה שם ואז! הוא כל כך התרגש שהוא קיפץ ואמר שוב ושוב, "איזו חתיכה לא טהורה? הו, הא! איזו חתיכה לא טהורה?" עוד פעם ועוד פעם. "איזו חתיכה לא טהורה?" לשיגעון הזה קוראים מחלת צ'אן. זה לא נמשך זמן רב מדי, אולי רק כמה ימים עד שהקורבן נרגע; אך זו מחלה נהדרת להדבק בה. למזלנו, אין לה תרופה.

נזיר פעם שאל את מאסטר ז'אוו'ו, "מה קורה לאחר שאדם תופש את המצב מעבר לחושים?" מאסטר ז'אוו'ו ענה, "הוא מניח אותו." הנזיר לא הבין. אז הדילמה הזאת הפכה לחוא-טו שלו. "איך יכול משהו להניח היעדר של משהו?" הוא עבד ועבד על זה אך לא הבין. אז הוא חזר למאסטר ז'אוו'ו ושאל, "איך מניחים היעדר של משהו?" מאסטר ז'אוו'ו ענה בפשטות, "מה שאינך יכול להניח, קח אתך." באותו הרגע הנזיר הואר.

אתם רואים, מאסטר ז'אוו'ו ידע שהדבר היחיד שאותו אנו לא יכולים להניח הוא טבע הבודהה העצמי. זה וזה בלבד הדבר אותו אנו יכולים באמת לקחת אתנו. לפעמים שומעים את הביטוי, "אי אפשר לקחת את זה אתך." בדרך כלל אנשים מתכוונים לכך שאנו נאלצים להשאיר כסף או כוח או תהילה מאחורינו כשאנחנו הולכים לקבר. גם את האגו, לא תוכלו לקחת אתכם כשתנסו לנירוואנה.

מאסטר ז'אוז' גם הסביר לנזיר שהגשמת ההארה היא לא דבר שניתן להתרברב בו. אף אחד לא יכול לומר "אני מואר" כי חווית ההארה היא בדיוק חוויה נטולת אגו. האגו נכבה וטבע הבודהה הטהור מורגש. אין שם שום "אני" שיכול לנכס לעצמו את ההארה. זוהי חוויה מלהיבה ומועילה ביותר. כל אחד שסובל מתחלואי האגו כדאי שינסה מנה אחת של הארה. הריפוי בלתי הפיך.

2. מדיטציה על צליל

לפני שאתחיל את ההדרכה הזו, זה חשוב, לדעתי, להבין את ההבדל בין אורח למארח.

בסוטר השורנגמה, אריא אג'נטאקאונדינייה שואל, "מהו ההבדל בין היציב לבין הארעי?" הוא עונה בעזרת דוגמה של נווד העוצר בפונדק. הנווד אוכל וישן ואז ממשיך בדרכו. הוא אינו עוצר ומתנחל בפונדק, הוא פשוט משלם את החשבון שלו ועוזב, וממשיך במסעו. אך מה לגבי הפונדקאי? הוא לא הולך לשום מקום. הוא ממשיך להתגורר בפונדק, כי שם הוא גר.

"אני אומר, לכן, שהארעי הוא אורח והפונדקאי הוא מארח", אומר אריא אג'נטאקאונדינייה.

וכך אנו מזהים את אלף המחשבות של האגו שעולות ונופלות בזרם התודעה כחולפות, כנוודים שבאים והולכים ושאין לעקבם עם בחינות מחשבתיות ארוכות. טבע הבודהה העצמי שלנו הוא המארח שנותן לנוודים לעבור ללא מכשול. מארח טוב לא מעקב את אורחיו עם פטפוטי סרק כשהם מוכנים לעזוב.

לכן, בדיוק כפי שהמארח לא אורז את חפציו ועוזב ביחד עם האורחים שלו, כך גם אין עלינו לעקב אחר המחשבות החולפות שלנו. עלינו לתת להם לעבור, ללא הפרעה.

אנשים רבים שואפים לרוקן את תודעתם ממחשבות. זהו תרגול המדיטציה שלהם. הם מנסים לא לחשוב. הם חושבים וחושבים, "אני לא אחשוב." זהו תרגול קשה מאוד שלא מומלץ למתחילים. בעצם, המצב של "אי-תודעה" שהם מחפשים הוא מצב רוחני מתקדם. יש הרבה מצבים רוחניים שצריכים לבוא קודם.

ההתקדמות בצ'אן היא די דומה לטיפוס על הר גבוה. אנחנו מתחילים בתחתית. מה היעד שלנו? לא הפסגה, אלא רק מחנה הבסיס, מחנה 1. לאחר שנחנו שם, אנו ממשיכים לטפס. אך שוב, יעדנו הוא לא הפסגה, אלא רק מחנה 2. אנו מנסים להגיע לפסגה רק מהמחנה האחרון.

אף אחד לא היה חולם לטפס על האוורסט בטיפוס מהיר אחד. והפסגה של הצ'אן גבוהה הרבה יותר מזו של האוורסט! אך בצ'אן, כולם רוצים להתחיל מהסוף. אף אחד לא מעוניין להתחיל בהתחלה. אם מתחילים יכלו לקחת מטוס לפסגה הם היו עושים זאת, אך אז לא היה טיפוס הרים, לא כך? התלהבות מההישג היא מה שגורם לאנשים לחפש קיצורי דרך. אך המסע הוא ההישג האמיתי.

דרך טובה בהרבה מאשר לנסות לעצור במכוון את עליית המחשבות היא מדיטציה על צליל. בשיטה זאת אנחנו יושבים ברוגע ונותנים לכל הצלילים שאנחנו שומעים להיכנס באוזן אחת ולצאת מהשנייה, כמו שאומרים. אנחנו כמו פונדקאים טובים שלא מפריעים למחשבות-האורחות עם חשיבה פטפטנית. אם אנחנו שומעים צופר של מכונית, אנחנו פשוט סופגים את הצליל מבלי לחשוב לעצמנו, "הצופר הזה נשמע כמו האוטו של מר וואנג! מעניין לאן הוא נוסע!" או, כשאנחנו שומעים ילד צועק בחוץ, אנחנו נותנים לצעקה לעבור בתודעתנו מבלי לומר, "אוח, הילד הרועש הזה! הלוואי שאמא שלו תלמד אותו כבר קצת נימוסים!"

אתם יודעים, בסגנונות מסוימים של צ'אן, יש מסורת לחבוט עם מקל מישוהו שמתחיל להראות סימני תשישות. הלך ושוב בין השורות מסייר בחור עם מקל. לאף אחד אסור לזוז או לעשות רעשי נשימה או חס וחלילה, לנקר בעייפות. הבחור עם המקל יחבוט בו! זה מטופש, ולאמיתו של דבר, מפר את הכלל הראשון על אי-אלימות.

מה נעשה אם נזיר או נזירה קשישים יתחילו לנמנם באולם המדיטציה? נחבט בהם עם מקל? האם אנחנו מתבלבלים בין עצלות לתשיות? אולי האדם העייף היה ער כל הלילה בעצמו בתורנות מקל? האם עלינו להעניש אותו כי, בתשיותו, הוא מתחיל להירדם? לא. עלינו להציג לו תה חזק. אם הוא רוצה להתאושש, הוא שותה תה. אך אם מתחשק לו לתפוס תנומה קלה, אז שינוח. יכול להיות שהנשימה הרועשת של מישוהו היא סימן למחלה? האם עלינו להעניש אדם חולה ולהוסיף לחוסר הנוחות שלו? לא. זאת לא דרך הצ'אן.

ומה עלינו לעשות אם בכל זאת אנחנו יודעים בוודאות שהרעשים שלו אין מקורם במחלה או בתשיות? אז עלינו להשתמש בצלילי נשימתו ותזוזותיו, בדיוק כפי שהיינו משתמשים בצפירת המכונית וצעקותיו של הילד. עלינו פשוט לקלוט את הרעש מבלי לחשוב עליו כלל וכלל. אל לנו לתת לאגו להתערב ברעש. תנו לו פשוט לעבור בתודעה באין מפריע, כמו אורח בפונדק. אורח בא והולך, אנחנו לא מחטטים בחפציו. אנחנו לא מעקבים אותו עם רכילות ופטפוטי סרק.

אתם יודעים, הבודהה שאל פעם את מנג'ושרי, הבוֹדְהִיסְטָנוּה (הגיבור הרוחני) של החכמה, לבחור מבין כל השיטות להגשמת הארה. "איזו הכי טובה?" שאל. מנג'ושרי בחר בקלות את השיטה של הבוֹדְהִיסְטָנוּה אוואלוקיטשווארה (תופשת-צלילי-העולם), המשתמשת בחוש השמיעה, בתור השיטה הטובה ביותר.

זכרו תמיד שכשעושים מדיטציה על צליל, זה הכרחי להוציא את האגו מתהליך ההקשבה ולתת לטבע-הבודהה-העצמי הבלתי שיפוטי לקלוט את הצלילים שנכנסים לאוזנינו. בכל מקום שבו אנו עושים זאת, אנו הופכים את המקום לבודהימנדלה, מקום קדוש שבו ההארה ניתנת להגשמה.

אנחנו לא צריכים את אולם המדיטציה בשביל לתרגל את הטכניקה הזאת. כל יום, בכל עיסוקינו הרגילים, איפה שלא נמצא את עצמינו, אנחנו יכולים לתרגל אותה. אל לנו להגביל את תרגול הצ'אן לאותם זמנים שבהם אנו נמצאים באולם מדיטציית הצ'אן. למעשה, הייעוד של אולם מדיטציה הוא רק לספק מקום עם כמה שפחות הסחות דעת בשביל אותם אנשים שמתקשים לשמור תשומת לבם ממוקדת על מה שהם עושים.

לפעמים אנשים אוהבים ללכת לאולמות מדיטציה כי הם צריכים שיכריחו אותם לעשות מדיטציה. הם לא מוכנים לתרגל לבד בבית. למה שמישהו יצטרך שיכריחו אותו לחוות חוויה נפלאה? כמה שזה מטופש!

לפעמים אנשים הולכים לאולם המדיטציה כי הם רוצים לפגוש שם חברים. זה שימוש לרעה בצ'אן. זוהי הפיכה של הצ'אן מדרך של הארה לסתם עוד מבו-סתום של סמסארה; האם זה לא חבל?

3. מדיטציה על אובייקט ספציפי

לפעמים אורח הוא לא ארעי. לפעמים האורח מגיע לפונדק בכוונה להישאר זמן-מה. ובכן, אז המארח צריך לתת לו יחס מיוחד.

הפונדקאי אינו בוחן את האובייקט האורח לפני שהוא נותן לו לחתום בקבלה. זאת דרך שונה לומר שלפני שאנו מתיישבים למדיטציה, אנחנו לא הולכים ובוחרים את האובייקט שעליו נעשה מדיטציה.

בואו ניקח לדוגמה ורד בתור האובייקט שלנו. זהו אובייקט נחמד במיוחד למדיטציית צ'אן כי, אחרי הכל, ורדים הם אחת מהמתנות של סין לגננות העולמית.

ורד יכול להעסיק את חושינו בהרבה דרכים.

אחרי שהגענו לרגיעה וייצבנו את הנשימה, אנו מתחילים בכך שאנו סוגרים את עינינו בעדינות ומנסים לבנות ורד בעיני רוחנו. אנחנו לא נותנים לעצמינו לסטות להגיגים ולזיכרונות אישיים לגבי ורדים.

אנו רואים גבעול – מה אורכו, מה רוחבו, כמה הוא ירוק, וכולי. אנחנו רואים קוצים, את צורתם, את חודם, את האופן שבו הם מאורגנים על הגבעול. שוב, אנחנו לא סוטים לחשיבה על מקרים מסוימים בהם נעקצנו על ידי קוצים של ורד. אולי אנחנו מרגישים את הקוץ בזהירות, אך רק בתודעתנו. אז אנחנו מגיעים לחלקים השונים של הפרח. על פי הבנתנו בבוטניקה אנחנו מרכיבים את הפרח... גביעון, אבקנים, עלי כותרת, וכולי. עלי הכותרת כה רכים. באיזה צבע

הם? האבקנים צהובים ודביקים. אנו רואים את האבק הצהוב על עלי כותרת סמוכים. לפרח יש ניחוח. מה הוא ריחו המסוים של הורד שלנו? אנחנו מתחילים ממש להריח אותו.

כך עושים מדיטציה על ורד או כל אובייקט אחר. זכרו, אנחנו אף פעם לא נותנים לעצמינו לסטות ל"ורדים שהכרתי..." או מקרים בעבר שבנם ורדים ניתנו ונתקבלו. בלי חשיבה כלל! אנחנו פשוט נהיים מודעים לורד על כל חלקיו ותחושותיו.

במהרה הורד יבהק ברוחנו. הורד יהיה כה מרהיב ביופיו שנדע שראינו את הורד השמימי המושלם, בכבודו ובעצמו. לאחר מכן אנו עלולים לציין מרוב עונג. לא הרבה אנשים זוכים לראות את אחד מאוצרות השמיים.

4. מדיטציה על שמו של הבודהה

בבודהיזם המהאיאנה (המסורת הצפונית), הבודהה אמיטאבה, הבודהה של המערב, הוא חשוב ביותר. הסינים מבטאים את שמו של אמיטאבה "אמיטופו". וכך, חזרה על השם אמיטופו היא תרגול מצוין.

ראשית, אנחנו מחזיקים בעיני רוחנו את דמותו של הבודהה אמיטאבה. בנוסף, אנחנו מכירים בחוב הגדול שיש לנו כלפיו. הלא כך שהבודהיסטווה אוואלוקיטשווארה – קואן-ין – נולדה ממצחו? ואיפה הייתה הישועה של המהאיאנה ללא קואן-ין האהובה שלנו? כך שאנו אוחזים בבודהה ברוחנו בעת שאנו חוזרים על שמו הקדוש.

מה היא הדרך השגויה לחזור על שמו של הבודהה? זה קל לתיאור. חשבו על אדם חולה שמקבל בקבוק כדורי פניצילין. דמיינו אותו יושב שם, אוחז בבקבוק סגור וחוזר "פניצילין, פניצילין, פניצילין". האם זה ירפא אותו? לא. הוא חייב לקחת את הפניצילין לתוך עצמו. הוא צריך לבלוע אותו ולהפנימו. רק לחזור על שמה של התרופה לא ירפא אותו.

פרק 4: דרשת הפרח של הבודהה



מורה טוב הוא עדיף על רוב ספרי הקודש. ספרים מכילים מילים, וצ'אן אינו ניתן להעברה במילים בלבד. אני מנחש שתגידו, "ובכן, אם הזקן הזה אומר שמילים הן חסרות תועלת, למה הוא מדבר כל כך הרבה?" בדת יש הרבה תעלומות ומדוע מורים אומרים שמילים אף פעם לא יספיקו ואז מדברים ומדברים עד שאוזני התלמידים מתאבנות זו כנראה התעלומה הגדולה מכולן.

הבודהה עמד ליד אגם על הר גרודהקוטה והתכונן לשאת דרשה לתלמידיו שהתכנסו כדי לשמוע אותו מדבר.

בעת שהקדוש המתין שתלמידיו יתמקמו, הוא ראה לוטוס זהוב פורח במים הבוציים בקרבת מקום. הוא שלף את הצמח מן המים – פרח, גבעול ארוך, ושורש. אז הוא הרים אותו גבוהה כדי שכל תלמידיו יוכלו לראות.

זמן רב הוא עמד שם, מבלי לומר דבר, בעודו אווז פשוט בלוטוס וצופה בפרצופים הריקים של הקהל.

לפתע פתאום תלמידו, מהאקאשיאפה, חיך. הוא הבין!

מה מהאקאשיאפה הבין? כולם רוצים לדעת. מאות שנים אנשים שואלים, "מה המסר שהעביר הבודהה למהאקאשיאפה?"

יש כאלו האומרים שהשורש, הגבעול, והפרח מייצגים את שלושת העולמות – השאול, הארץ, והשמיים, ושהבודהה ניסה לומר שהוא יכול לאחוז בכל הקיום כולו בכף ידו. יכול להיות.

יש שאומרים שהוא הפך את המנטרה הגדולה, "מאני פאדמה הום." היהלום הוא בלוטוס. כשהבודהה החזיק את הפרח בידו, הלוטוס היה ביהלום. המממ.

יש האומרים שהשורש, הגבעול, והפרח מייצגים את הבסיס, חוט השדרה, וכתר הפרח בעל-אלף-עלי-הכותרת משיטת הצ'אקרה יוגה ושכך שהניף את הצמח הבודהה הטיף למשמעת.

אחרים אומרים שבאותה המידה זה יכול להעיד על התוצאות של אותה משמעת, התגשמות השילוש הקדוש: הבודהה היה אב ואם, וגם היה בן – הבודהה שנולד מלוטוס ואחז בלוטוס – מאיטריה, הבודהה העתידי, הג'ולאי! המממממ. זה בטוח משהו להגות בו!

בצ'אן אנחנו לא בטוחים ביותר מדי דברים. אנחנו יודעים באמת רק דבר אחד: ההארה אינה מגיעה עם מילון! הגשר לנירוואנה אינו מורכב ממשפטים. כפי שהמאסטר העתיק לאו-צה כתב, "הטאו שניתן לדבר עליו הוא אינו הטאו האמתי".

אז הבודהה דיבר בשתיקה, אך מה הוא אמר?

אולי הוא אמר, "מהבוץ של סמסארה הלוטוס צומח טהור ובלתי מזוהם. התעלו מעל לתודעת-האגו! היו אחד עם הפרח!"

הנה! הבודהה נתן הרצאה ואף אחד לא היה צריך לרשום הערות.

פרק 5: שלבי ההתפתחות



אילו שלבים אנחנו צריכים לעבור במהלך ההתקדמות שלנו לעבר ההארה?

תחילה, כשאנחנו עושים מדיטציה, אנחנו עלולים לחוות רגע של צלילות מוחלטת וקלילות. אנחנו עלולים אפילו להרגיש כאילו גופינו מתחיל לרחף באוויר או שתודעתנו עולה ויוצאת ממש מגופינו כך שאנו יכולים לראות את עצמנו יושבים שם למטה.

ללמוד על חוויות אלו זה מוזר ביותר, ולחוויתן זה מוזר עוד יותר. מה שמוזר מכל זה שכה רבים חווים אותן.

שנית, אנחנו עלולים לחוות מצב של טוהר נטול-אגו, שבו אנו רק עדים לחפצים ולהתרחשויות בסביבתנו, מבלי שישפיעו עלינו כלל. מידע חושי לא מגיע אלינו. אנו נשארים בלתי מושפעים מהאירועים סביבנו כמו אבן נחה במים. בכל פעם שאנו מגיעים למצב הזה, עלינו לשאוף להישאר ערים ומודעים לחוויה.

שלישית, אנו עלולים לשמוע מכת ברק שאף אחד אחר אינו שומע, אך אנו יכולים להישבע שהיא הרעידה את כל הבית. או שהצליל שאותו אנחנו שומעים יכול להיות דומה לזמזום דבורה או לצליל של חצוצרה רחוקה. כל החוויות האלו הן מוזרות ביותר לכל אדם מן המניין, אך למי שמתרגל צ'אן – הן די רגילות.

בכל פעם שאנו חווים חוויה מוזרה, בלתי ניתנת להסבר – חזיון, אולי, עלינו לדבר עליהן עם מאסטר ולא עם אחרים שעלולים להוליך אותנו שולל מתוך בורות או בזדון. פעמים רבות מדי מתרגל צ'אן שלא מצליח להגיע לשום מקום בתכניתו שלו ישמיץ את חוויותיו של אדם אחר.

ומה עלינו לעשות כשאנחנו לא יכולים לעשות מדיטציה בכלל, כשאנחנו מתיישבים ומרגישים רק אי-שקט? עלינו לגשת לעצמינו בעדינות, כאילו היינו ילדים. אם ילד מנסה ללמוד כלי נגינה, לא היו מלמדים אותו תיאוריה מוסיקלית ותיווי ואת כל רזי הכלי ואת כל הקומפוזיציה בבת אחת. לא, יד היו מלמדים בהדרגה, עם פרקי הוראה קצרים ופרקי אימון קצרים. זוהי הדרך הטובה ביותר. מוסיקאי מיומן יכול בקלות להתאמן שמונה שעות ביום, אך לא מתחיל. מתחיל צריך להגיע לרצף ארוך של הצלחות קטנות. בדרך זו הוא מטפח סבלנות, ביטחון והתלהבות. רצף ארוך של הצלחות קטנות עדיף מאשר רצף קצר של כישלונות. עלינו להציב לעצמינו מטרות קטנות; ולא להטיל על עצמינו מטרות גדולות יותר עד שהשתלטנו על הקטנות.

מעבר לתרגול המדיטציה, ישנה הגישה. מתחיל חייב ללמוד לטפח מה שקרוי, "עמדה של איש גוסס". מהי אותה עמדה? זוהי העמדה של מי שיודע מה עיקר ומה טפל, ושל מי שנוהג בקבלה ובסלחנות. כל מיש שאי פעם ישב לצד אדם גוסס יבין את העמדה הזו. מה יעשה אדם גוסס אם מישו יעליב אותו? כלום. ואם מישו היה מכה אותו? כלום. בעת שהוא שוכב שם, האם היה הוא מתכנן להתפרסם או להתעשר? לא. אם מישו שפעם העליב אותו היה מבקש את סליחתו האם לא היה סולח? כמובן שכן. אדם גוסס יודע את חוסר הטעם שבעוונות. שנאה היא תמיד רגש כה אומלל. מי רוצה להרגיש שנאה בלבד? אף אחד. מי שגוסס מחפש רק אהבה ושלו.

הייתה עת שבה האדם הגוסס היה שוקע ברגשות הגאווה, החמדנות, התאוה והכעס, אך כעת כל אותם רגשות אינם. היו זמנים כשהיה מתמסר להרגליו הרעים, אך כעת הוא חופשי מהם. אינו סוחר בדבר. הוא הניח את משאו. הוא שליו.

חברים יקרים, כשנשמנו את נשימתנו האחרונה, הגוף הגשמי הזה יהפוך לגופה. אם נשאף כבר עכשיו לראותו כגופה, השלווה הזאת תגיע מוקדם יותר.

אם היינו רואים כל יום בחיינו כאילו היה האחרון, לא היינו מבזבזים דקות יקרות על עיסוקים חסרי ערך או על נטירת טינה וכעס פוגעני. לא היינו שוכחים להראות את אהבתנו ותודתנו כלפי אלו שהיו אדיבים כלפינו. לא היינו מונעים את סליחתנו על שום פגיעה, קלה או חמורה. ואם שגינו, לא היינו מבקשים סליחה, גם בנשימתנו האחרונה?

אם כן, אם זהו הקושי הגדול בשביל המתחיל, מהו המכשול שמצפה למתרגל בשלב הביניים? תוצאות! לאחר שהוא מטפח את משמעת הבודהה-דהרמה, עליו להמשיך לטפל בגינתו בעת שהוא ממתין להבשלת הפרי הקדוש! אם זאת, אסור להמתנה שלו להיות פאסיבית. הוא לא יכול לצפות או לתזמן את זמן הקטיפה. בחקלאות, ניתן להעריך כמה זמן ייקח לשוערית להבשיל ומתי התפוחים יהיו מוכנים לקטיפה. אך ההארה תגיע כשהיא תגיע.

כשהיא תגיע, פתאום יחווה המתרגל את טבעו האמתי. הוא גם יבין שהאגו שלו אכן היה יצור פיקטיבי, אשליה מזיקה. כעת, כשהבלבול חוסל, הוא יהפוך לשליו. הוא יפתח אחידות תודעתית, אחדות שתזרח בטהרתה ותהיה מוחלטת בשלוותה. באופן טבעי, כשהוא יגיע לשלב הזה, עליו לפעול כדי לשמר את עין-היהלום-של-החכמה הזאת. עליו להיות על המשמר ולא לתת לאגו שלו לבסס את עצמו מחדש מכיוון שזה יהווה ניסיון מטופש להשתיל ראש שני חסר תועלת על צווארו.

בכל פעם שאנו מגיעים למצב תודעתי מושלם נטול אגו, אנו מוצאים אותו לבלתי ניתן לתיאור. דומה המצב למתבונן שצופה בבחור ששותה כוס מים. האם המים היו קרים או חמים? המתבונן אינו יכול לדעת, אך הבחור ששתה יודע. אם המתבונן אינו מסכים, האם הם יכולים להתווכח על כך? לא. האם אנו יכולים לדון בהארה עם מי שאינו מואר? לא. דיון שכזה יהיה חסר תועלת.

צ'אן מאסטר לינג'י נהג לומר, "סייף עם מורים לסייף. שוחח על שירה עם משוררים." מי שהגיע למצב נטול האגו הזה, יכול לתקשר אותו רק למי שגם הגיע אליו.

אך לאחר ההארה, מה אז?

לאחר ההארה, אנחנו חווים את הרפתקת הבודהיסטווה הגדולה. במדיטציה שלנו אנחנו נכנסים לממלכת קואן-ין. זהו העולם המופלא ביותר מכולם.

אבל אחרי-כן, המתרגל המיומן צריך להפריד את עצמו מהצ'אן, להפוך לבוגר, כביכול, ולהפוך למה שהוא למד בשבילו: אדם שנראה רגיל ביותר, סתם עוד פרצוף בהמון. מי היה מנחש שהפרצוף הזה הוא הפנים המקוריות? מי היה מנחש שהאדם הזה היה אדם אחד, ואז שני אנשים, ואז שלושה, ועכשיו הוא שוב אחד, אחד שחי את חייו בתור טבע-הבודהה-העצמי? איש לא היה מנחש רק מלהסתכל עליו.

וכך הבעיה האחרונה בשביל המתרגל היא להיכנס לאותו הריק שתלמידים מתחילים אוהבים להעלות עליו תיאוריות. עליו להשיג "אי-תודעה". במקום לנוע באיזשהו כיוון אחד, הוא מתרחב לכל הכיוונים, או כפי שהאן-שאן (ההר הקר) היה אומר, "אל תוך הנצח". בצ'אן אנחנו קוראים לזה גם "לשחרר את עמוד-מאה-המטרים".

צ'אן הוא עמוד-מאה-מטרים חלקלק. קשה לטפס עליו. אך כשהמתרגל מוצא את עצמו יושב על הקצה שלו, מה הדבר הבא שהוא עושה? הוא משחרר. הוא לוקח צעד אל תוך החלל הריק. הוא אינו יכול להידבק לצ'אן. הוא גילה את המשמעות של להיות נטול אגו, אך עכשיו עליו לחיות את ההשלכות של התגלית הזאת. המעשים שלו לא יכולים להיות מחושבים ומאולצים. וכך הוא מגשים ספונטניות ונהיה אחד עם המציאות. אין צורך להיאבק עוד.

אז, להשיג צ'אן זאת משימה קשה כשאנחנו מתחילים; ולשחרר את הצ'אן זאת משימה קשה כשאנחנו מסיימים.

איש או אשת הצ'אן אינם יושבים על קצה עמוד-מאה המטרים ובוהה בתעודת ההארה שלו. הוא קורא את התעודה, צועק "קאץ!" וזורק את התעודה לארבעת הרוחות. אז הוא קופץ מהעמוד אל תוך הנצח.

חברים יקרים, למרות שניתן להגיע אל ההארה דרך דלתות דהרמה שונות, הבודהה, ששת הפטריארכים, וכל אבות ואימהות הצ'אן מסכימים שהשער הנפלא ביותר הוא דלת הצ'אן.

פרק 6: קשיים



לפעמים ללמד צ'אן יכול להיות מתסכל באוצה מידה שללמוד צ'אן:

היה היה פעם צ'אן מאסטר שלקח על עצמו להדריך שלושה מתלמידים. הוא הסביר להם את הצורך במשמעת רוחנית וציווה עליהם, החל מאותו הרגע, לשמור על חוק הדממה המוחלטת. ואז, בעודו מחזיק אצבע לשפתיו, הוא הורה להם ללכת לחדריהם.

המתלמד הראשון אמר, "הו, מאסטר, אנא הרשה לי לומר לך כמה אני אסיר תודה לקבל את תורתך!"

בעקבות זאת אמר המתלמד השני, "טיפש! אתה לא מבין שבזה שאמרת את זה שברת את חוק הדממה?"

והשלישי הרים את ידיו וזעק, "שומו שמיים! אני היחיד פה שיודע לעקוב אחר הוראות?"

לפעמים אנחנו מסתכלים סביבנו ומניחים שאף אחד אחר אינו עומד בסטנדרטים שלנו. אנחנו כמו שלושת המתלמידים האלו. לעיתים קרובות, כמו הראשון, אנחנו אומרים שאנחנו רוצים ללמוד אך לא מקשיבים להוראות של מורינו ובספרים. או, כמו השני, אנחנו מבינים את ההוראות אך חושבים שהם תקפות רק לאחרים. או כמו השלישי, אנחנו דגים מחמאות בכל פעם שאנחנו עושים מה שאנחנו אמורים.

לפעמים, אנחנו חולקים את התסכול של אותו צ'אן מאסטר.

אולי אנחנו רואים חוסר תשומת-לב, עצלות, פזיזות או זחיחות אינטלקטואלית. גרוע מכך, אנו עלולים לראות אנשים שהם צבועים מדופלמים – אנשים שמעמידים פנים שהאינטרסים שלהם רוחניים גרידא, בזמן שבעצם הם עשויים ברובם מתערובת של גאוותנות, חמדנות ותאוה. ואז אנו מרימים ידיים בייאוש ומבכים על כך שתור הזהב של הצ'אן מאחורינו. איחרנו את המועד. אין עוד תקווה לצ'אן. הגענו בדיוק בזמן ללוויה. כל דור חושב שהוא בדיוק פספס את ההזדמנות להיכלל בתור הזהב של ההארה.

מאסטר יונג'ה, שלמד תחת הפטריארך השישי חוי-נגג, שאג לגבי עתיד הצ'אן. הוא התייאש משכיחותם של אישים ארציים ונדירותם של חסידים אמתיים של הבודהה-דהרמה. "אווה!" בכה הוא בשיר *ההארה* שלו. "בעת זו של שחיתות ורשע ארצי, אין אחד שמעוניין להתמסר למשמעת. תמה תקופת הקדושה והחל עידן החילול."

עכשיו, מאסטר יונג'ה על כל דאגותיו לגבי עידן החושך, הצליח להגיע להארה בזמן קצר ביותר. הוא היה מה שהייתם קוראים לו "הצלחה בן-לילה". בעצם, כך קרא לו חוי-נגג. "המואר בן-לילה!" הלפיד של מאסטר יונג'ה בער זמן רב במהלך מה שבפיו היה מכונה העידן החשוך.

מאסטר ווי-שאן שנולד ב-771 ומת ב-863 פגש את סוף חייו בדיוק בעת שתור הזהב של הצ'אן של שושלת הטאנג שר את שירת הברבור שלו.

מאסטר ווי-שאן נהג לקונן, "האם זה לא עצוב שנולדנו בסוף תקופת ההארה?" הוא התייחס משכחותם של אישים ארציים ונדירותם של חסידים אמתיים של הבודהה-דהרמה. כמה שהוא הצטער שלא נולד מוקדם יותר! הוא באמת פחד שאיש לא יוכל לקחת את מקומו.

אך בואו ניקח רגע להיזכר כיצד מאסטר ווי-שאן קיבל את השם ווי-שאן.

שמו המקורי של ווי-שאן היה לינג-יו, והוא היה מפרובינציית פוג'יאן. הוא למד צ'אן תחת מאסטר פאי-ז'אנג חואי-חאי.

עכשיו, מאסטר פאי-ז'אנג נולד באמצע שושלת הטאנג. אך גם הוא התייחס משכחותם של אישים ארציים ונדירותם של חסידים אמתיים של הבודהה-דהרמה.

פאי-ז'אנג חואי-חאי כה הצטער על מצב הצ'אן שהוא החליט לפתור את הבעיה בכך שיבנה מנזר על הר ווי, ווי-שאן, שהוא בפרובינציית חונאן. באופן טבעי, כיוון שהרגיש שיש אנשים מוארים כה מעטים סביבו, הוא הניח שיהיה חייב ללכת לשם בעצמו ולבצע במו ידיו את המשימה.

יום אחד בעת שניסה להבין איך בדיוק יצליח במבצע שלו, מגיד העתידות הסגפן סי-מא במקרה הגיע לבקרו.

"תן לי את עצתך, ביקש פאי-ז'אנג. "ראשית, מה דעתך על בניית מנזר חדש על הר ווי?"

"רעיון מעולה, אמר סי-מא. "זה מקום מושלם שיוכל לתמוך בקהילה של מעל אלף נזירים."

פאי-ז'אנג שמח מאוד לשמוע זאת. אך אז הוסיף סי-מא, "אל תחשוב אפילו ללכת לשם בעצמך. ההר צעיר וחזק, ואתה זקן וחלש. אתה חייב לשלוח מישהו אחר."

אך מי? פאי-ז'אנג חואי-חאי לא יכול לתאר לעצמו שיש מישהו שיהיה מסוגל למלא את מקומו.

סי-מא ניסה לעזור. "בוא נלך לראות מי יש לך פה שיוכל לעשות זאת," אמר.

וכך, אחד אחרי השני, פאי-ז'אנג זימן את כל נזיריו. באופן טבעי, הוא התחיל מהנזיר הראשי שלו.

סי-מא העיף מבט קצר על הנזיר הראשי הניד את ראשו, בדחייה. הוא המשיך לדחות כל אחד מהמועמדים עד שלבסוף הגיע תורו של לינג-יו להתראיין. כשסי-מא ראה את לינג-יו, הוא הנהן בהסכמה. "זה האיש!" אמר. "שלח אותו לווי-שאן."

הנזיר הראשי כלל לא אהב את ההחלטה וביקש ממאסטר פאי-ז'אנג לבחון מחדש את ההחלטה, זאת אומרת, לתת לכל מועמד את האפשרות להפגין את עומק הצ'אן שלו.

כך שפאי-ז'אנג חואי-חאי ערך תחרות. הוא הניח קנקן באמצע הרצפה ואחד אחרי השני הזמין את הנזירים לבוא לחדר ולענות לשאלה: "מבלי לקרוא לחפץ הזה קנקן, איך צריך לקרוא לו?"

הנזיר הראשי נכנס לחדר, הסתכל בקנקן, חשב רגע ואז ענה, "ובכן, לא הייתי קורא לזה יתד." פאי-ז'אנג היה מאוכזב. התשובה המאולצת הזאת הראתה לו שהנזיר הראשי ניגש לבעיה בצורה שכלתנית מדי. הוא עדיין היה עסוק מדי בשמות ובצורות.

כל מתמודד נתן תשובה בלתי מספקת עד שלבסוף, הגיע תורו של לינג-יו. לינג-יו נכנס לחדר וכשפאי-ז'אנג שאל אותו, "מבלי לקרוא לחפץ הזה קנקן, איך צריך לקרוא לו?" לינג-יו, מבלי להסס, בעת בקנקן כל כך חזק שהוא עף אל

הקיר והתנפץ לרסיסים. פאי-ז'אנג חואי-חאי התגלגל מצחוק. סי-מא צדק. לינג-יו אכן היה האיש שלו. קנקן? עד כאן צורות! עד כאן שמות!

אז אתם רואים, מורים, גם, לפעמים צריכים ללמוד שיעור. פאי-ז'אנג חואי-חאי לשב שהימים הטובים ביותר של הצ'אן מאחוריו. הוא טעה. לינג-יו הלך להר ויסד מנזר וכך קרה ששמו הפך למאסטר ווי-שאן.

יותר מאלף שנים חלפו מאז התחרות ההיא וצ'אן מאסטרים עדיין מתייאשים משכחותם של אישים ארציים ונדירותם של חסידים אמתיים של הבודהה-דהרמה.

קחו לדוגמה את המקרה שלי. כשהייתי צעיר, רוב המנזרים באזור הדרומי של שלושת הנהרות נהרסו במהלך מְרָדִים שונים. נזירים רבים מהרי ז'ונג-נאן הגיעו דרומה, ברגל, כדי לעזור לשפץ את המנזרים האלו. מה היה להם? כלום. הם נשאו איתם נוד-מים וסלסלה קטנה ואת בגדיהם על גביהם. זה היה הכל. כולם תהו מה לעזאזל הם יכולים להצליח לעשות. אך הם הצליחו במשימתם. הם שיפצו את המנזרים.

מאוחר יותר כשהמנזרים האלו שגשגו ונזירים רבים נוספים היו דרושים, נזירים חדשים החלו להגיע. הם הגיעו בכרכרות והיו צריכים מוטות ושקים גדולים כדי לסחוב את כל רכושם. וכולם חשבו, "הו, הם ארציים מדי. הם לא יצליחו לסיים שום דבר." אך הם הצליחו, לא כך?

וכעת, כשאני נוסע למקום כלשהו ואני רואה נזירים עולים על רכבות ומטוסים עם סטים של מזוודות עור תואמות, אני מוצא את עצמי אומר, "הו, הם ארציים מדי, הם לא יצליחו להשיג שום דבר." אך הם יצליחו, לא כך?

אתם תצליחו, לא כך?

פרק 7: נשימה ויציבה

למרות שאנחנו יכולים לעשות מדיטציות רבות בעת שאנחנו הולכים ועובדים, כשאנחנו יושבים בצורה פורמלית למדיטציה, עלינו להיות זהירים לשמור על גישה יראת כבוד ולשבת ולנשום בצורה הנכונה.



חברים יקרים, לא משנה כמה תועלת אנו מפיקים ממאמצינו, מדיטציה היא תרגול רוחני, לא משטר טיפולים. אנחנו לא מתרגלים כדי לתת נוגדן להפרעות פסיכולוגיות או כדי לעזור לנו להתמודד עם התסכולים של האגו. אנו עושים מדיטציה כדי להתעלות מעל תודעת-האגו, ולהגשים את טבע הבודהה העצמי שלנו. הכוונה שלנו היא להיכנס לנירוואנה, לא להפוך את החיים בסמסארה ליותר נסבלים.

ההוראה הזאת יכולה להיות מבלבלת, אני יודע. רבים חושבים שהם מתרגלים מדיטציה כשהם משיגים מצב תודעתי שליו ושקט. הם מצפים בכיליון עיניים לתרגול כי הם נהנים מהשעה של השלווה והשקט שהם מפיקים ממנו. אך השקטה היא לא מדיטציה. לכלוא סוס פרא לא הופך אותו למאולף וזה לא מבטיח שהוא יגיב למושכות. הוא אולי ינוח זמן-מה ויראה שליו. אולי הוא יתחיל אפילו לרעות. אך כשהשערים יפתחו הוא ימלט – פראי כתמיד.

אתם יודעים, בנאן-חוא שי, המנזר של הפטריארך השישי, היה פעם נזיר שבילה שעות כל יום בישיבה על הכרית ונהנה מהשקט ומהשלווה שזה סיפק לו. הוא חשב שהוא עושה מדיטציה. חוי-נגג, הפטריארך השישי, שם לב לטעות של הנזיר, וניגש אליו. "למה אתה מבלה כל כך הרבה זמן על הכרית כל יום?" שאל אותו.

הנזיר הסתכל עליו, מופתע. "כי אני רוצה להפוך לבודהה", ענה.

חוי נגג חיך. "בני", אמר, "אתה תוכל להכין מראה על ידי הברקת לבנה לפני שתצליח להפוך לבודהה מיישיבה על הכרית!"

כדאי שנזכור תמיד את השיחה הזאת בין מאסטר גדול ותלמיד שוגה.

לפני שאנו נכנסים למצב מדיטטיבי אנחנו תמיד ערניים ודרכים. תודעתנו, חופשיה מכל דאגה חיצונית, מרוכזת בתרגיל המדיטציה שלנו. לאחר שהצלחנו להיכנס למצב מדיטטיבי אנחנו לרוב חווים אופוריה מסוימת. השמחה המסחררת הזאת מורגשת ע"י מתרגלים מכל דת. קוראים לה "מחלת צ'אן" או "שיכרון אלוהי" או "שגעון שמימי". השקטה לא יכולה להפיק אופוריה. היא מפיקה כהות דמוית זומבי שאין לה שום קשר לצ'אן בודהיזם או כל דת אחרת חוץ מאשר, אולי, וודו.

אסור לנו אף פעם להתחיל תרגיל מדיטציה אם אנחנו מרוגשים או נסערים. הנפש והגוף צריכים לבוא במצב נינוח. אם אנחנו כועסים, התבוננות פנימית ויישום של עקרונות בודהיסטים, במיוחד סלחנות וקבלה, יכולים לעזור לנו להשיב את קור-הרוח; אך אם המצוקה שלנו ממשיכה עלינו להתפלל להכוונה או לבקש עזרה ועצה כדי לעזור לפתור את הבעיות שלנו לפני שנתיישב למדיטציה.

אם ההתרגשות שלנו היא רק מצב זמני, שנגרם אולי בגלל התרוצצות או תשישות, עלינו להשתמש בשיטת "מקל הקטורת באורך סנטימטר". עלינו פשוט לשבת בשקט ולצפות במקל קטורת נשרף שני סנטימטר. אם במהלך הזמן הזה קור הרוח לא חזר אלינו, עלינו לסיים את אימון המדיטציה. תמיד נוכל לנסות שוב מאוחר יותר.

באופן דומה, הנשימה שלנו צריכה להיות עדינה וקצבית. מדי פעם, בזמן שאנו מתרגלים מדיטציה, עלולות לצוץ מחשבות שמפריעות לנו או שאנחנו עלולים להתנשם מקוצר אוויר בגלל שביצענו בצורה לא נכונה טכניקת נשימה מסוימת. שוב, עלינו לפעול על פי שיטת "מקל הקטורת בארוך סנטימטר" ולאפשר לתודעה ולנשימה שלנו להירגע לפני שנמשיך בתרגול שלנו.

יציבה

יציבה טבעית, נינוחה אך זקופה היא היציבה הטובה ביותר. אנו יושבים ללא נוקשות וכאב. זה חשוב מאוד. כאב מתחיל תגובת פאניקה, הנתפשת כמקרה חירום שגורם ללחץ הדם והדופק לעלות; ותחת תנאים כאלו, מדיטציה היא לא אפשרית. עם זאת, כל מי שביכולתו לשבת בתנוחת מדיטציה פורמאלית יותר כמו תנוחת הלוטוס, יכול לעשות שימוש טוב בתנוחה כזאת.

מן הסתם, עלינו לשבת זקוף כך שהריאות שלנו יוכלו להתרחב בצורה מלאה. אסור לנו לשבת כפופים או לנטות קדימה או לצדדים. אם אנחנו מוצאים את עצמינו נרדמים, עלינו להעיר את עצמנו בעזרת כמה לגימות של תה ועל ידי התנדנדות מצד לצד כמה פעמים וכמה נשימות עמוקות.

אי-יכולת לשלוט בגוף, בנפש ובנשימה עלולה להוביל לנזקים פעוטים, כמו אי-נוחות רגשית או פיזית, או בנזקים גדולים, כמו שרירים מתוחים או מפגשים מפחידים עם שדים מדומיינים אשר, ואני חושב שכולנו יכולים להסכים, הם אירועים מטרידים ביותר.

תרגילי נשימה

לפני שאנו מתחילים בטכניקות מדיטציה פורמליות כלשהן, הכרחי לחלוטין לפתח שליטה על הנשימה שלנו.

ישנן שתי גישות בסיסיות לשליטה בנשימה: בלתי-מוקנות ומוקנות. בשתי השיטות הריאות מושוות למפוח. כשאנחנו רוצים למלא מפוח באוויר, אנו מפרידים את הידיות זו מזו במשיכה. בצורה דומה, כשאנחנו רוצים לנפח את החזה שלנו, אנחנו מתחילים בכך שאנו מרחיבים את הבטן, דוחפים אותה החוצה, הרחק מעמוד השדרה כאילו היינו מושכים את ידיה המפוח זו מזו. כשאנחנו מוציאים את האוויר בנשיפה, עלינו קודם כל לתת לאוויר לזלוג החוצה, ואז באיטיות לכווץ את הבטן, בעודנו לוחצים את האוויר הנותר החוצה כאילו היינו סוגרים את המפוח.

תמיד, מטרתנו צריכה להיות הפיכת הנשימה לכה מעודנת ובלתי-מאומצת שאם מישהו היה שם נוצת טווס מול האף שלנו, לא היינו מזיזים אותה כלל כשאנחנו נושמים פנימה או החוצה.

1. בנשימה בלתי מובנית, אנו משפילים את המבט שלנו ופשוט עוקבים אחרי הנשימה וסופרים עשר נשימות ברצף. אם אנחנו מאבדים את הספירה, אנחנו פשוט מתחילים מהתחלה. כשאנחנו משלימים עשר ספירות או עשר נשימות, אנחנו פשוט מתחילים ספירה חדשה של עשר.

אנחנו מתחילים בכך שאנו ממקדים את תשומת הלב שלנו על השאיפה, ושמם לב לאוויר בעת שהוא נכנס דרך האף, יורד במורד הגרון וממלא את הריאות. אנחנו צופים מנטלית בחזה מתרחב ובכתפיים שעולות.

כשאנו מתכווננים להוציא את האוויר, אנו מציינים לעצמינו את הספירה; ואז אנחנו מתכווננים באוויר כשהוא זולג החוצה מהריאות ודרך האף. אנו שמם לב לכתפיים שלנו כשהן נרגעות ונופלות ולריאות בזמן שהן מתרוקנות. בעת שאנו משלימים את הנשיפה, אנו מתכווננים בשרירי הבטן שלנו מתכווצים. ככל שנתרגל, כל שרירי הבטן, המפשעה והישבן יתכווצו כדי להוציא את האוויר הנותר מהריאות.

מסיבה כלשהי, קל יותר לספור את הנשימות כשמתחילים את הנשיפה מאשר כשמתחילים את הנשיפה. אם לספור שאיפות או נשימות זה עניין של העדפה אישית.

2. בנשימה מובנית, אנחנו שואפים, מחזיקים את האוויר, נושפים ואז מתחילים נשימה חדשה או מחזיקים את הריאות ריקות לפני התחלת הנשימה הבאה. כמות הזמן שאנו מקצים לכל חלק של הנשימה, תלוי בנוסחה המסוימת שאחרי אנחנו עוקבים. כיוון שקיבולת הריאות שונה מאדם לאדם, ולכן נוסחה אחת בלבד לא יכולה להספיק. המתרגל יכול לבחור מכמה נוסחאות יחסים שונות:

א. היחס, 4:16:8, דורש שהנשימה תמשך ארבע ספירות, החזקת האוויר תמשך שש-עשרה ספירות, והנשיפה תמשך 8 ספירות. היחס, 4:16:8:4, דורש עוד משך של ארבע ספירות עם ריאות ריקות. זה קשה יותר, אך מתרגלים רבים מוצאים שזה יותר עוזר להגיע למצבים מדיטטיביים עמוקים.

לרוב, שניה אחת לספירה זה הקצב המומלץ. עם זאת, ישנם אנשים שקשה להם מאוד להחזיק את הנשימה, למשל, שש-עשרה שניות. אנשים אלו צריכים אז פשוט להחזיק את הנשימה 12 שניות. עם קצת תרגול הם יגיעו לספירה של שש-עשרה. אם שתיים-עשרה זה גם קשה מדי, אז הם יכולים לנסות שמונה ואז אט אט להתקרב לשתיים-עשרה ואז לשש-עשרה.

ב. היחס, 5:5:5:5 או יחס שווה דומה גם אפקטיבי ביותר. למתחילים אולי יהיה קל יותר לעשות זאת מבלי לעשות את הספירה האחרונה בריאות ריקות, זאת אומרת, 5:5:5.

מטרתם של כל תרגילי הנשימה היא לבסס נשימה קצבית ומבוקרת.

התנגדות לדחף לברוח

מסיבה שאף אחד עוד לא הצליח להבין, פעמים רבות כשאנחנו מתיישבים למדיטציה הכרית שלנו הופכת לקן נמלים. מתחילי צ'אן מרבים לחוות את שינוי הצורה המסתורי הזה, אך במוקדם או במאוחר זה קורה לכולנו. אנו מתחילים להתפתל במושבינו והדבר היחיד שאנחנו מסוגלים לחשוב עליו זה על בריחה מהמקום המגרד הזה.

כשאנחנו מתיישבים תחילה, אנו מלאים בכוונות טובות. אנחנו מתכננים לעשות את התכנית המלאה – לפחות 20 מחזורי נשימה. אך אז, לאחר ארבעה או חמישה מחזורי, אנו מגלים שאנו יושבים על קן-נמלים וחייבים לסיים את התכנית לפני הזמן.

לפעמים אין שם נמלים. אך לפתע פתאום אנחנו נזכרים בכל הדברים החשובים ששכחנו לעשות: לסדר את הספרים על המדף; לקנות אטריות לארוחת הערב מחר; לקרוא את העיתון של אתמול. כמובן, כל הדברים האלו צריכים להיעשות, וכך, בצער רב, אנו קמים מהכרית.

חברים יקרים, איך אנו משמרים כוונות טובות? איך אנו מונעים מהנחישות שלנו להצטמצם בצורה כה דרמטית?

ראשית עלינו לזהות את העובדה שאנחנו מרמים את עצמנו. אתם יודעים, יש סיפור צ'אן ישן על איש עשיר שנדבק במחלה קשה והיה בסכנת מוות אמתית. אז הוא עשה עסקה עם הבודהה אמיטבהה. "חוס על חיי, אדוני" אמר, "ואני אמכור את ביתי ואתרומם את כל ההכנסות מהעסקה לעניים." כל חבריו ומשפחתו שמעו אותו נודר את הנדר הזה. אז, באורח פלא, הוא התחיל להחלים. אך ככל שמצבו השתפר, הנחישות שלו התחילה להצטמצם; ועד שהחלים לגמרי, הוא כבר תהה מדוע הוא נדר את הנדר הזה מלכתחילה. אך מכיוון שכולם ציפו שהוא ימכור את הבית שלו, הוא שם אותו למכירה.

בנוסף לבית, עם זאת, הוא מכר גם את החתול שלו. הוא מכר את הבית ואת החתול במחיר כולל של עשרת-אלפים ואחת מטבעות זהב. אך נדר הוא נדר, כך שהוא תרם מטבע זהב אחד לעניים. זה היה המחיר שבו הוא מחר את הבית. החתול, אתם מבינים, היה חתול יקר ביותר. כשאנחנו לא רוצים לעשות משהו, דברים קטנים הופכים להיות חשובים ביותר. חתול שווה פי עשרת-אלפים מבית.

עלינו לזכור את האיש הזה בכל פעם שיש לנו את הדחף לקפוץ מהכרית. עלינו לזכור אותו בכל פעם שאנו מחליטים לקצר את התכנית שלנו. אך אם אנו לא פוטרים את עצמינו מביצוע התרגול, עלינו גם לא להישאר על הכרית מתוך תחושת חובה.

לפעמים אנשים נוהגים כאילו הם עושים הקרבה גדולה כשהם מבצעים את תרגול המדיטציה שלהם. "אעשה את זה ואגמור עם זה", הם חושבים. אך זוהי לא הגישה הנכונה. הזמן שאנו מבלים במדיטציה צריך להיות הזמן היפה ביותר ביום שלנו. עלינו לנצור את הזמן הזה.

חברים יקרים, היו אסירי תודה על הבודהה-דהרמה. היו אסירי תודה על שלושת האוצרות, אל תשכחו אף פעם שהמחסה הנצחית קיים בשביל כולנו בבודהה, בדהרמה ובסנגהה. היו אסירי תודה על המנורה שמובילה אותנו מהחושך אל האור.

פרק 8: התמדה ותושייה

מצביא אחד פעם עצר במנוזר בדרכו הביתה אחרי מבצע צבאי מוצלח. הוא הגיע לבקר את ראש המנוזר שהיה מורה וותיק שלו.

בעת שאב המנוזר והמצביא ישבו בגן, שתו ופטפטו בנעימים, דעתם הוסחה על ידי וויכוח בין מתלמד לנזיר וותיק. המתלמד התלונן שטכניקת המדיטציה שהנזיר הוותיק נתן לו הייתה לא יעילה וחסרת תועלת. "זה לא ילמד אותי להתרכז, ובטח שלא לעשות מדיטציה," צעק המתלמד. "תן לי טכניקה יותר מהימנה."

כשראה שהוויכוח מטריד את המאסטר הזקן שלו, המצביא נעמד ואמר, "בבקשה, מאסטר, תרשה לי לעזור לאיש הצעיר הזה." כשהמאסטר הנהן את הסכמתו, המצביא זימן שישה מקשתיו.

המצביא מילה את ספל התה שלו עד הקצה ונתן אותו בזהירות למתלמד. "קח את הכוס הזו," הוא הורה, "ומבלי לשפוך טיפה אחת, תישא אותו מסביב לכל הגן הזה."

כשהמתלמד לקח את הספל המצביא פקד על קשתיו, "עקבו אחרי! אם הוא שופך טיפה אחת, תירו בו!" הקשתים הכינו את הקשתות שלהם והחלו לצעוד ליד המתלמד, שבמשך עשרים הדקות הבאות, למד להתרכז.

חברים יקרים, אין תחליף לנחישות. ההארה היא עניין רציני. היא אף פעם לא תושג עם גישה מרושלת או קלילה. עליכם להיות נחושים להצליח, ורבי-תושייה בנחישותכם.

מוזר לומר, אך להצלחה במדיטציה יש את אותן דרישות כמו להיות חשוד בפשע: לאדם צריך להיות מניע, אמצעים והזדמנות. לא מספיקות רק שתיים מתוך שלוש דרישות כדי להיחשב לחשוד בפשע. צריכים להיות לך את כל השלושה: מניע, אמצעים והזדמנות.

כדי להסביר זאת יותר, אספר לכם מספר סיפורים. בסיפור הראשון חזיתי במו עיניי:

בשנת 1900, לאחר מרד הבוקסרים המפורסם נגד זרים, שמונה כוחות זרים, בתגובה למתקפות על השגרירויות שלהם, שלחו כוחות סיור לבייג'ינג. קיסר המאנצ'ו גואנג סוי והקיסרית האם זי שי תמכו בבוקסרים מתקפותיהם על הזרים, כך שבאופן טבעי חששו לחייהם. במסווה, הם נסו מבייג'ינג, וחיפשו מבטח בפרובינציית שאנסי. אני הייתי חבר בפמליה שלהם.

אף אחד לא היה מוכן למסע. יצאנו לדרך בפתאומיות כזו ותחת כאלו תנאי חירום, שלא היה זמן להכין צידה למסע. לא היה לנו אוכל בכלל. גם לא היו לנו סוסים או כסף.

כפי שאתם יכולים לדמיין, המצב היה קשה במיוחד בשביל משפחת הקיסרות. לא רק שאף פעם לא חוו רעב, אלא שכל גחמת רעב שלהם סופקה בעזרת המעדנים המשובחים ביותר. וכמובן, הם אף פעם לא צעדו לשום מקום. אפריונים וכרכות תמיד נשאו אותם במרחק בטוח מעל האדמה. והנה הם היו... מנסים להתחזות לאזרחים רגילים!

ביום הראשון, הלכנו והלכנו ונעשינו רעבים יותר ויותר, אך האירויות והמטבחים הקיסריים היו רק לזיכרון מנדנד.

לבסוף, מותשים ומורעבים, קיבצנו נדבות; ואיכר אחד נענה לנו ונתן לנו גפני בטטה ועלים, מזון שבדרך כלל נשמר לחזירים.

עכשיו, הקיסר, שהיה רך ומפונק לחלוטין, מעולם לא אכל מזון חזירים עד אז. אך כיוון שהיה רעב, הוא באמת חשב שהעלים והגפנים היו מעדן. "מהו המזון המצוין הזה?" שאל; והוא בהחלט הופתע לגלות את זהותו. "עוד, עוד", אמר, ואכל את כל האוכל שלו בתיאבון רב.

לא יכולנו להתמהמה בארוחה הנהדרת הזו, כי לצערנו, היינו במנוסה משמונה צבאות שונים. היינו חייבים "לאכול ולברוח", כמו שאומרים. בחיפזון המשכנו ללכת.

אז הנה היה הקיסר הכביר של סין, שעד כה נישא לכל מקום ולא אכל דבר חוץ ממעדנים, מתרוצץ על דרכי עפר וזולל מזון לחיות. אני מנחש שאפשר לומר שהוא התחיל להיכנס לכושר... מנטלית, גם, כי הוא איבד את כל הגינונים הקיסריים שלו ונראה היה ששגשג בפשטות ובענווה של המצב הזה.

אך מה דרבן את הקיסר ללכת כל כך מהר וליהנות ממזון פשוט? ולמה הוא נפתר מהגינונים הקיסריים שלו? אומר לכם: שמונה צבאות זרים רצו להרוג אותו והוא ידע זאת. הוא נס על נפשו ופתאום פיתח חוש מעולה כדי לזהות מה עזר למאמץ הזה ומה לא.

מאוחר יותר, כשהשלוש חזר והזרים עזבו והקיסר והקיסרית האם הצליחו לחזור לבייג'ינג, הוא חזר לדרכיו הישנות. הוא נהיה האדון הרם והאימתני בשנית. בכל פעם שהרגיש אפילו עקצוץ של רעב, הוא בלס מעדנים; וכמובן שאף פעם לא צעד לשום מקום. כשנס על חייו, הוא היה עשוי ברזל. אך עתה הוא חזר להיות רך ומפונק.

אם היה מפגין את אותה הנחישות במנוסה מאויבי הנפש שהפגין כשנס מאויבי בשר-ודם, האם היה דבר שלא היה מסוגל להשיג או להספיק? ובכן, כולנו יודעים מה קרה לשושלת המאנצ'ו.

חברים יקרים, השדים של הגאוותנות, העצלנות והגרגרנות לעולם לא מגיעים להסכם שלום. הם תמיד במלחמה. רק נחישות עזה תוכל להכניע אותם. וכנועים, הם יסתתרו וימתינו שנחישותנו תתרופף ואז, אתם יכולים להיות בטוחים, הם יצוצו שוב בהזדמנות הראשונה.

נחישות ותושייה. אלו חיוניים בהחלט. אף פעם אל תהפכו לעבדים של הנוחות. לימדו להסתגל לכל סיטואציה שבה תמצאו את עצמכם. קבלו בברכה את פניי הקשיים יותר משאתם מברכים את פניי הקלות. קושי יביא לכם אתגרים... ובדיקו בכך שתתגברו על מכשולים, תפתחו אופי ויכולת. אתגרים הם המורים הטובים ביותר.

אל תפחדו להיכשל. פשוט נסו שוב ושוב. ישנה אמרה ישנה ששווה להיזכר בה: שיקול דעת טוב מגיע מניסיון, וניסיון מגיע משיקול דעת גרוע.

אם לא תתנו לכישלונות שלכם לנצח אתכם, הם יהפכו להיות ליסודות שעליהם תנוח בבטחה הצלחתכם.

תנו לי לספר לכם על איש צנוע שזכה לשם יוצא הדופן, "מאסטר קיסרי מכנסיי-דרקון".

פעם, לפני שנים רבות – למעשה במחצית השנייה של המאה ה-16 – היה איש עני ואנאלפבית שבאדיקות ביקש להגשים את ההארה. הוא האמין שהוא עלוב וחסר-ערך מכדי להפוך לנזיר בודהיסטי אך בכל זאת הלך למנזר וביקש שירשו לו לעבוד בשדות שם.

בכל יום האיש הצנוע הזה עבד בעליזות מהשחר עד השקיעה. הוא היה ביישן מכדי לגשת למישהו ישירות ולבקש עזרה. הוא פשוט קיווה שאם ייצפה בנזירים, הוא יגלה שיטה שתוכל לעזור לו להגיע להארה.

יום אחד הגיע נזיר מבקר למנזר. הנזיר הזה הגיע לנקודת שפל בחייו הרוחניים ולכן הסתובב בין כל מני מנזרים בניסיון לחדש את אמונתו. במקרה הוא שם לב לאיש העובד בעליזות בשדות, והתפעל מהתלהבותו של האיש כלפי עבודה קשה. מדוע האיש הזה כה נהנה מחייו? מה יכול להיות סודו?

וכך הנזיר ניגש לאיש ובצניעות ובהתפעלות שאל, "אדוני, האם תועיל בטובך לספר לי את שיטתך? איזה תרגול אתה עושה?"

"אין לי תרגול", ענה האיש. "אך אני בהחלט אשמח ללמוד כזה. מאסטר מכובד, האם תוכל להועיל בטובך לתת לי הנחיה קטנה כלשהי?"

הנזיר המבקר ראה את הכנות והצניעות של האיש והתרגש מאוד. "אתה הצלחת לעשות מה שמאסטרים רבים לא הצליחו", אמר. הוא קיבל השראה כזאת שחידש את שבועתו ואת נחישותו שם במקום. ואז אמר לאיש, "למרות שאין שום הנחיה שתשתוו להנחיה שנתת לי בדוגמתך, אני שמח להציע לך כל עצה שאוכל. אני מציע, איש טוב, שתשאף לתפוש את החווא-טו, "אמיטבהה! מי זה שעכשיו חוזר על שמו של הבודהה?"

כל היום בזמן שעבד, האיש הגה בחווא-טו הזה. ואז, כשהגיע החורף ולא נותרה לו עוד עבודה בשדות, הוא פרש למערה בהר והמשיך לעבוד על החווא-טו שלו. הוא עשה לעצמו מיטה ממחטי אורנים ריחניות. בשביל מזון, הוא ליקט צנוברים וחפר שורשים מן האדמה. מחמר הוא עשה לעצמו סיר ולאחר שאפה אותו, הוא יכול להרתיח בו שלג כדי לבשל תה ומרק.

ליד מערתו על ההר, היה כפר קטן, וככל שהחורף נמשך והאנשים סיימו את מאגריי המזון שלהם, הם החלו לבוא אליו להתחנן לאוכל. הוא נתן להם את מה שהיה יכול, והראה להם איפה האורנים והשורשים הכי טובים נמצאים, אך רבים מהם היו חלשים מכדי לחפש אוכל. גרוע מכך, ברעב שלהם הפכו הם להיות אנכיים ורשעים ולא שיתפו פעולה.

האיש ידע מה לעשות. הוא הכין סיר חמר גדול יותר ולקח אותו למרכז הכפר. אז מילא את הסיר בשלג והדליק מתחתיו אש. באופן טבעי, כל אנשי הכפר באו לראות מה הוא עושה.

"היום", הוא הכריז, "אני הולך ללמד אתכם איך להכין מרק אבנים." כולם צחקו. אי אפשר להכין מרק מאבנים. אך האיש בחר מספר אבנים מההר ולאחר ששתף אותם היטב, הוא זרק אותם לסיר. ואז, מהכיס של מעילו הקרוע, הוא הוציא כמה צנוברים ושורשים יבשים.

אחד מאנשי הכפר אמר, "אתה צריך מלח למרק הזה."

"אה", אמר האיש, "אין לי מלח."

"לי יש", אמר האיש מהכפר, "ארוץ הביתה להבי אותו."

עוד איש מהכפר אמר, "אתה יודע, במקרה יש לי כרוב ישן במרתף. האם תרצה להוסיף אותו למרק?"

"כמובן", אמר האיש. "זה יהיה נפלא!" והאיש מהכפר רץ לביתו להביא את הכרוב הישן.

איש נוסף מהכפר הציע שני גזרים מקומטים ואחר נזכר בבצל ששמר במזווה. חופנים של אורז הגיעו מבתיים רבים. עוד כמה ירקות ישנים, קצת סלרי פראי, קמצוץ פלפל, ואז, לשמחתם של כולם, ניחוח מרק נהדר מילא את האוויר. אנשים הביאו קערות ואכלו בכזה אושר!

היה מספיק מרק לכולם. "איזה בחור חכם", הם הסכימו כולם, "להכין מרק כל כך טוב מאבנים!"

הם הודו לאיש על המתכון שלו, שמרכיביו העיקריים היו אהבה ורוחב לב. כעת האיש חזר למערתו והמשיך לעבוד על החוא-טו, "אמיטבהה! מי זה שעכשיו חוזר על שמו של הבודהה?"

הוא התפרסם כמין "שף מרק אבנים"; וכשאמו ואחותו שמעו על כוחו המופלא, הן באו לבקר אותו, והביאו לו כמנחה סליל של משי מעודן. אך כשנכנסו למערה שלו, הוא היה בסמאדהי עמוק, ולא השיב למחמאות שלהן ולא הכיר במתנתן. מאוכזבות וכעוסות, אמו ואחותו שמו את הסליל ליד הקיר ועזבו.

שלוש-עשרה שנים הוא חי במערה ההיא, ולקראת סוף התקופה, אמו נפטרה ואחותו באה לראותו. היא הייתה נסערת ומדוכאת והרגישה שלחיים אין משמעות אמתית.

כשנכנסה למערה היא הופתעה למצוא את סליל המשי בדיוק איפה שהשאירה אותו. "מהו הכוח הסודי שמאפשר לך להיות כה עצמאי מדבריי העולם?" שאלה אחותו.

"אין לי שום כוח סודי", אמר. "אני שואף לחיות את חיי טבע הבודהה העצמי. אני שואף לחיות את הדהרמה."

זאת לא נראתה לה כמו תשובה טובה במיוחד, והיא קמה ללכת. "קחי את סליל המשי אתך", אמר. "וקחי גם משהו יקר הרבה יותר." והוא נתן לה את ההנחיה היקרה מפז על החוא-טו. "בכל יום, מבוקר עד ערב, אמרי לעצמך, 'אמיטבהה! מי זה שחוזר על שמו של הבודהה?'"

החוא-טו מיד תפס את תשומת ליבה. עוד לפני שהתחילה לעשות איתו התקדמות רוחנית. מחשבותיה, במקום שיהיו מפוזרות וטרודות, לפתע החלו להירגע ולהתמקד בחוא-טו. במקום שתהיה מדוכאת וחסרת מטרה, היא נהייתה מעורבת אקטיבית במציאת פתרון לבעיה. היא התרכזה במשהו חוץ מצרותיה.

האיש, שראה כמה השיטה ריתקה ושמחה את אחותו, הבין שהגיע הזמן שיחזור לעולם וינסה לעזור לאנשים. הוא חזר למנזר שבו עבד בשדות כשהתחיל, וקיבל הסמכה לנזירות. אך הוא סרב לחיות במנזר. במקום, הוא המשיך לסיאמן, עיירה בחוף הדרומי של פרובינציית פוג'יאן, שם בנה לעצמו בקתה בצד הדרך. בכל יום הוא אסף שורשים וירקות פראיים והכין תה, ואת כל אלו נתן, חינם אין כסף, לעולים לרגל ולמטיילים שונים.

בכל פעם שמישהו ביקש ממנו עצה בעניינים רוחניים, הוא חזר על העצה שקיבל מהנזיר המבקר: הוא המליץ על אותו החוא-טו! ואז, במהלך שלטונו של הקיסר וואן לי, הקיסרית האם נפטרה, והקיסר, מוכה יגון, תכנן לווייה מפוארת, כזאת שתכבד את זכרה. אך איזה נזיר היה ראוי לנהל את הטקס? זאת הייתה בעיה! הייתה אמרה ישנה, "היכרות מקרוב מולידה בוז", והקיסר ככל הנראה הכיר את הנזירים בעיר הבירה מקרוב מדי. הוא לא חשב שמישהו בניהם קדוש מספיק כדי לנהל טקס מקודש כזה.

יום אחר יום הוא התאמץ למצוא נזיר מתאים, ואז, לילה אחד בחלום אמו דברה אליו. "במחוז צ'אנג ז'ו שבפרובינציית פוג'יאן, אמרה, "יש נזיר שיכול להוביל את טקס הלוויה שלי." היא לא נתנה לו שום מידע נוסף.

תכף ומיד הקיסר שלח נציגים של הממשל לפוג'יאן כדי למצוא את הכמרים הקדושים ביותר. והנציגים, שלא היו שופטים יותר טובים של קדושה ממה שהם בימינו, פשוט בחרו בכמרים המפורסמים ביותר שיכלו למצוא. באופן טבעי, הכמרים האלו שמחו לזכות בכבוד, ובאופן טבעי, הנציגים שמחו שמילאו את משימתם; וכך קבוצה גדולה של נציגים וכמרים שמחים החלו לצעוד בחזרה לעיר הבירה. בדרך, הם עצרו לתה בבקתה של הנזיר.

"מאסטרים מכובדים", אמר הנזיר, "בבקשה אמרו לי מה הסיבה לשמחתכם הגדולה."

אחד מהכמרים לא הצליח לעצור את עצמו מלהתרברב, "אנחנו בדרך לבירה לנהל את טקס הלוויה של הקיסרית האם."

זה לא נראה כמו מועד לשמחה לנזיר הצנוע. הוא כיבד את הקיסר ואת הקיסרית האם שהיו שניהם בודהיסטים אדוקים. "אני רוצה לעזור לכם", הוא אמר, ושאל, "אוכל ללוות אתכם לבירה?"

כל הנציגים והכמרים התפקעו מצחוק. ואז הכומר המתרברב שאל בחוסר אמון, "אתה באמת חושב שתוכל לעזור לנו לנהל את הטקס?"

"הו, לא", אמר הנזיר. "אני פשוט רוצה לסחוב לכם את המזוודות."

"זה כבר יותר טוב", אמר המתרברב. "בסדר גמור, אתה יכול ללוות אותנו בתור הסבל שלנו."

באותו הזמן, הקיסר תכנן מבחן כדי להכריע מי מבין הכמרים הרבים שזומנו יהיה ראוי לנהל את הטקס. הוא ציווה לחרוט את סוטרת היהלום באבן, וכששמע שהנציגים שלו והנזירים שאיתם מתקרבים לארמון, הוא הניח את האבן במפתנו של שער הארמון.

בצער התבונן הקיסר בעוד, אחד אחרי השני, הנציגים והכמרים צעדו על האבן, בעודם מפטפטים זה עם זה לגבי הדברים שיהפכו את הטקס לכמה שמרשים יותר.

הנזיר הסבל היה האחרון להתקרב לאבן. כשהוא ראה אותה, למרות שלא ידע לקרוא, הוא חש בכתב המקודש. הוא עצר וקרא לאחד הכמרים, "מה אומרות האותיות האלו?"

הכומר הסתובב, השפיל מבט וקרא. "זאת סוטרת היהלום בכבודה ובעצמה!" הוא אמר, מופתע; אך הוא המשיך ללכת ולפטפט עם האחרים. הנזיר, אולם, לא חצה את המפתן. במקום, הוא כרע ברכ מול האבן, ונשאר מחוץ לשער הארמון.

הקיסר צפה בכל זה ואז ציווה על הנזיר להיכנס.

"אדוני", אמר הנזיר, "אני מצטער שאינני ממלא את הציווי שלך, אך איני יכול לבזות את המילים הקדושות האלו בכך שאדרוך עליהן." "אם היית קורא את הסוטרה, היית יכול לאחוז בה בידייך מבלי לבזות אותה, לא כך?" שאל הקיסר.

"לו יכולתי לקרוא, אדוני, להחזיק אותה בידי לא היה מבזה את המילים."

הקיסר חייך. "אם כך, תחצה את המפתן בהליכה על הידיים."

אז הנזיר עשה סלטה ונכנס לארמון כשרק ידיו נוגעות באבן.

הקיסר הכריז שהנזיר הצנוע הזה ינהל את טקס הלוויה. אך כשהקיסר שאל את הנזיר איך הוא מתכוון לעשות זאת, הנזיר פשוט אמר, "אני אנהל את הטקס מחר בבוקר. אצטרך לכך מזבח אחד קטן, דגל טקסי אחד, מעט קטורת, נרות ופירות למנחה."

זה לא היה הטקס המפואר שאותו דמיין הקיסר. אז, בתוספת קיטורים של הכמרים המפורסמים, הוא התחיל להטיל ספק בהחלטה שלו לאפשר לנזיר לנהל את הטקס. מיד הוא חשב על מבחן נוסף. הוא ציווה על שתי פילגשיו היפות ביותר ללכת לחדרו של הנזיר ולעזור לו בהיטהרות שלו לקראת הטקס.

ובאותו ערב, על פי צו קיסרי, שתי הנשים הגיעו לחדרו של הנזיר והחלו לרחוץ ולעסות אותו; אך למרות שהשתמשו בתנועות החושניות ביותר ובבשמים הריחניים ביותר ועשו כל מה שידעו כדי לעורר אותו מינית, הוא נשאר אדיש

למאמציהן. כשהן סיימו, הוא הודה להן בנימוס על עזרתן ואיחל להן לילה טוב. הנשים דיווחו זאת לקיסר, להקלתו הרבה. הוא הורה שהטקס יתנהל בהתאם לתכנון של הנזיר.

במהלך הטקס, הנזיר הלך לארון הקבורה של הקיסרית האם ואמר, "ראי אותי, גברתי היקרה, בתור הפנים המקוריות שלך עצמך. דעי שבמציאות אין שניים מאתנו, אלא רק אחד. למרות שאין מאומה שיוכיל ומאומה שיעקוב, אנא קבלי את הנחייתי ולכי צעד אחד קדימה כדי להיכנס לגן עדן."

הקיסר שמע את זה ושוב התייאש מהפשטות של הפנייה. "האם זה מספיק כדי לשחרר את הוד מלכותה, הקיסרית האם?" שאל. אך לפני שהנזיר הספיק לענות, קולה של הקיסרית האם, שנשמע נרגז מעט, הזהד בכל רחבי הארמון. "כעת אני משוחררת, בני! הרכן את ראשך והודה למאסטר הקדוש הזה!"

הקיסר היה המום, אך כה שמח לשמוע את קול אמו שהוא קרן מאושר. מיד הוא ציווה על סעודה לכבוד הנזיר.

בסעודה קרה דבר מוזר. הקיסר הופיע בלבוש מפואר וכשהנזיר ראה את מכנסיו של הקיסר, שעליהם נרקמו בעידון רב דרקוני שמיים מוזהבים, הוא התפעל מיופיים. הקיסר ראה אותו בוהה במכנסיו ואמר, "מכובד רב-מעלה! אתה אוהב את המכנסיים האלו?"

"כן, אדוני, ענה הנזיר. אני חושב שהם מאוד בוהקים ויפייים. הם זוהרים כמו מנורות."

"כך יהיה לאנשים קל יותר ללכת אחריו", אמר הקיסר, ושם על המקום הוריד את מכנסיו ונתן אותם לנזיר! מאותו יום, הנזיר הזה היה ידוע בשם "מאסטר קיסרי מכנסי-דרקון".

אני מספר לכם את הסיפור הנפלא הזה כי אני רוצה שתזכרו תמיד את אותם מכנסי הדרקון ואת אותו הנזיר הנחוש שקיבל אותם. חברים יקרים, דמיינו שגם אתם לובשים את המכנסיים הבוהקים והיו למנורה לרגליי אחרים, אור זוהר שיוכלו בעקבותיו ללכת.

תמיד זכרו שבדיוק כפי שאותו נזיר שם לב מיד למכנסיו של הקיסר, אחרים ישימו לב אליכם. אל תיכנעו לפיתויים והסחות דעת. תמיד שמרו על החוץ-טו בלבכם. מעולם אל תיפרדו ממנו. הוא יהפוך למקור לתושייה שלכם. וגם, בדיוק כפי שעליכם תמיד לעזור לאחרים, אל לכם להפוך לחסרי ישע.

זכרו: מניע, אמצעים, והזדמנות. שמרו על המניע שלכם! חפשו את האמצעים להארה! מצאו את ההזדמנות לתרגל! אז, כשמישהו ישאל, "מי אשם בהצלחה בצ'אן?" תוכלו לומר, "אני."

פרק 9: תמסורת ללא מילים

הישארו עם הצ'אן! זוהי הדרך היעילה ביותר להגיע להארה.

אל תתנו לעצמכם להתפתות לאמץ שיטות אחרות.

אפילו יונג'ה הודה בעצמו שבזמן רב על התפלספות אינטלקטואלית לפני שניסה את שיטת הצ'אן עם הפטריארך חוי-נג. "בצעירותי", אמר, "למדתי סוטרות ופרשנויות בניסיון בלתי פוסק להבדיל בין שם וצורה. באותה מידה הייתי יכול לנסות לספור את כל גרגרי החול בים. שכחתי את שאלתו של הבודהה, 'האם האיש שסופר יהלומים של אחרים נהיה בעצמו עשיר יותר?'"

שיטת הצ'אן היא ממש כמו חרבו של מלך הואג'רה. במכה אחת היא מסוגלת לחתוך דרך האשליה ולהגיע להארה.

בכל פעם שאני חושב על שנות התרגול שלרוב קודמות לחוויה הרגעית של ההארה, אני נזכר בצ'אן מאסטר שנזאן. כולנו יכולים ללמוד ממנו הרבה.

שנזאן היה מאסטר שלמרבה הצער לא הואר. אין אדם יכול לתת מה שלא ברשותו; וכך, בידיים ריקות, שנזאן עזב את המאסטר הזקן שלו כדי ללכת ללמוד תחת מאסטר פאי ז'אנג.

כעת, תחת הדרכתו של מאסטר פאי ז'אנג, שנזאן הגיע להארה ואז, לאות הוכרה, חזר לבקר את מורו הזקן.

האיש הזקן שאל, "מה למדת אחרי שעזבת אותי?" וכיוון שהואר, שנזאן היה מסוגל לענות באדיבות, "כלום, אף לא דבר." לאיש הזקן, אלה היו חדשות מרירות-מתוקות. הוא הצטער שתלמידו לא למד דבר, אך הוא שמח שהוא חזר אליו. "אם תרצה, אתה יכול להישאר כאן," אמר.

וכך שנזאן נשאר ושירת את המאסטר הזקן שלו.

יום אחד, בזמן שעשה אמבטיה, הזקן ביקש משנזאן לקרצף את גבו שהיה מלוכלך. כששנזאן החל לקרצף הוא אמר, "כאלו חלונות בדולח מצחיקים באולם הבודהה שלך." המאסטר לא ידע למה הוא התכוון. "בבקשה הסבר את ההערה שלך," ביקש.

בעודו מקרצף שנזאן את הלכלוך, הוא אמר, "למרות שאינך יכול לראות פנימה, טבע הבודהה העצמי שולח קרניים כה בוהקות." התשובה הזאת התמיה את המאסטר.

כמה ימים מאוחר יותר, כשהמאסטר ישב תחת חלון מנייר שעווה ולמד סוטרות, גבורה נכנסה והתחילה לזמזם ברחבי החדר; והדבורה, שנמשכה לאור שבחוץ, חזרה והתנגשה בחלון הנייר, בניסיון לצאת מהחדר. שנזאן צפה בדבורה ואמר, "אז את רוצה לצאת ולהיכנס לאינסוף של החלל! ובכן, לא תוכלי לעשות זאת על ידי חדירה לתוך נייר..." ואז הוסיף בפשטות, "הדלת עומדת פתוחה אך הדבורה מסרבת ללכת דרכה. ראה איך היא מנגחת את ראשה נגד חלון סגור. דבורה מטופשת! מתי תבין שהדרך חסומה על ידי נייר?"

כעת ניצוץ של אור החל לחדור לשכלו של המורה. הוא הרגיש שיש משמעות עמוקה יותר למילים של שנזאן. בערמומיות שאל, "נעדרת זמן רב. אתה בטוח שלא למדת כלום בזמן שלא היית פה?"

שנזאן צחק והודה, "אחרי שעזבתי אותך, למדתי תחת מאסטר פאי ז'אנג. דרכו למדתי לעצור את השכל המפלה שלי... להפסיק להיות שיפוטי... להתעלות מעל עולו של האגו. דרכו השגתי את הפרי הקדוש של ההארה."

עכשיו, כשהמאסטר הזקן שמע את החדשות הנפלאות האלו, הוא כינס את כל הנזירים והורה להם להכין סעודה לכבוד שנזאן. הוא היה כה שמח. "אנא הרשה למאסטר הזקן שלך להפוך להיות תלמיד שלך," הוא ביקש משנזאן. "אנא הרצה לי על הדהרמה... במיוחד העניין ההוא עם הדבורים והאמבטיות."

שנזאן צחק. "טבע הבודהה העצמי שלך זורח ממך אפילו כשאינך רואה אותו. הוא תמיד טהור ואין כמות של לכולך שתוכל לטנף אותו. בנוסף, העיניים שלך תמיד מופנות החוצה, מקובעות על דפים מודפסים; אך האינסוף לא ניתן לצמצום למילים. ספרים רק מעסיקים אותנו בדיונים. אם תרמה להשתחרר מהאשליה, עליך להסתכל פנימה. הדרך לאינסוף נמצאת בצד השני של מבטך. הבט פנימה וראה את טבע הבודהה הזוהר שלך!"

לפתע המורה הזקן הבין! פתאום ראה את טבע הבודהה שלו! הוא כה שמח שהכריז כי שנזאן יהיה ראש המנזר. "מי היה מאמין שבזקנתי סוף סוף אצליח לחצות?" צעק.

אך זה הדבר היפה כל כך ברגע הנצחי, הלא כך? קחו צעד אל מחוץ לזמן אפילו פעם אחת, וכל השנים שביליתם בבורות ובסבל מתפוגגות בערפל. הן רק משהו שנדמה לכם שאתם זוכרים. העצמי הקטן הישן נעלם וכל אויביו הישנים והחברים והקרובים וכל חוויותיו הישנות, מרות או מתוקות, איבדו את איבדו את אחיזתן עליו. הן היו כמו סרט בקולנוע... אמינות בזמן שהוא היה בקולנוע, אך לא כשיצא החוצה לאור היום. המציאות הפיגה את האשליה.

בנירוואנה אין אדם זקן או צעיר. הוא פשוט ישנו. ומי אתם? זה פשוט. הבודהה.

פרק 10: העמאי פאנג

לפעמים אנשים מן המניין מקבלים את הרושם שהמשמעות של הצ'אן כל כך עמוקה שרק בני אדם שהוסמכו כנזירים ונזירות יוכלו להבין אותה. אך זה פשוט לא כך. בעצם, אנחנו הכמרים הרבה פעמים מרגישים כאילו אנחנו שקועים עד הצוואר. ומדי פעם, בזמן שאנחנו משתכשכים במים ומנסים להיראות טוב בעודנו טוחנים מים במדים הנחמדים שלנו, פתאום מגיע אזרח שעובר אותנו בחתירה, שוחה כמו אלוף אולימפי. כזה אזרח היה העמאי פאנג. הוא היה זוכה במדליית הזהב של הצ'אן. הוא גיבור לא רק בשביל עשרות דורות של עמאים אחרים, אלא גם, אני מודה, לכל כומר שלמד את הסגנון המנצח שלו.

העמאי פאנג חי במחצית השנייה של המאה השמינית, תור הזהב של הצ'אן. הוא היה איש משפחה משכיל מאוד, ולו אישה, בן ובת. הוא היה מספיק עמיד כדי להקדיש את זמנו ללימוד בודהיזם.

הוא החליט שכדי לעשות מדיטציה ולהגות בדהרמה צריך התבודדות, כך שהוא בנה לעצמו מנזר קטן של חדר אחד ליד בית משפחתו. כל יום הוא הלך לשם כדי ללמוד ולתרגל.

אשתו, בנו ובתו למדו גם הם דהרמה; אך הם נשארו בבית המשפחה, ניהלו את עסקיהם ומילאו את מטלותיהם, ושילבו בודהיזם בחיי היומיום שלהם.

העמאי פאנג שקע כולו בסוטרות ויום אחד גילה שגם הוא, שקוע עד הצוואר. הוא עוד לא למד לשחות. באותו יום, הוא יצא בסערה החוצה מבקתת המנזר שלו, ובתסכול רב התלונן לאשתו, "קשה! קשה! קשה! לנסות להפנים כל כך הרבה עובדות זה כמו לנסות לאחסן גרגרי סומסום על העלים בצמרת של עץ!"

אשתו השיבה, "קל! קל! קל! למדת מילים, אך אני לומדת את הדשא ומוצאת את טבע הבודהה העצמי משתקף בכל טיפת טל."

עכשיו, בתו של העמאי פאנג, לינג זאו, הקשיבה להשתכשכות המילולית הזו, אז היא החליטה לבוא לשחות גם. "שני זקנים מפטפטים בטיפשות!" היא קראה.

"רק רגע!" צעק העמאי פאנג. "אם את כל כך חכמה, תספרי לנו את שיטתך."

לינג זאו חזרה להוריה ואמרה בעדינות, "זה לא קשה, וזה לא קל. כשאני רעבה, אני אוכלת. כשאני עייפה, אני ישנה."

לינג זאו שלטה בצ'אן הטבעי.

העמאי פאנג למד הרבה באותו יום. הוא הבין כל כך הרבה שהוא שם בצד את ספריו, נעל את בקתת המנזר שלו, והחליט לבקר צ'אן מאסטרים שונים כדי לבחון את הבנתו. הוא עדיין לא יכול להתחרות בבתו, אך הוא כבר החל להגיע להישגים די גבוהים.

בסופו של דבר הוא מצא את עצמו על הר נאן יו איפה שמאסטר שי-טו חי במפלט נזירי. העמאי פאנג הלך ישירות למאסטר ושאל, "איפה אני יכול למצוא אדם שאינו דבוק לדברים חומריים?" מאסטר שי-טו הרים את ידו אט-אט וסגר את פיו של פאנג. במחווה בודהית, הצ'אן של פאנג החל לקבל עומק. הוא נשאר בנאן יו חודשים רבים.

כל הנזירים שם התבוננו בו ופיתחו סקרנות מסוימת לגבי הצ'אן הטבעי שלו, קור הרוח המושלם שלו. אפילו מאסטר

שי-טו החליט לשאול אותו מה היה הסוד שלו. "כולם מתפעלים משיטותיך", אמר שי-טו. "אמור לי. האם יש לך כוחות מיוחדים?"

העמאי פאנג רק חייך ואמר, "לא, שום כוחות מיוחדים. יומי מלא בפעילויות צנועות ואני פשוט שומר על נפשי בהרמוניה עם מטלותיי. אני מקבל את מה שבא בלי השתוקקות או דחייה. כשאני פוגש באנשים אחרים, אני שומר על גישה בלתי-שיפוטית, בלי להעריץ ובלי לגנות. בשבילי אדום הוא אדום ולא שני או ארגמן. אז, באיזו שיטה מופלאה אני משתמש? ובכן, כשאני מקושש עצים אני מקושש עצים, וכשאני סוחב מים, אני סוחב מים."

מאסטר שי-טו התרשם, כמובן, מהתגובה הזאת. הוא רצה שפאנג יצטרף לסנגהה, לקהילה שלו. "בחר כמון לא צריך להישאר עמאי", אמר שי-טו. "למה שלא תגלח את ראשך ותהפוך לנזיר?"

ההצעה סימנה את סוף השהייה של פאנג עם שי-טו. בפירוש לא היה לו עוד מה ללמוד מהמאסטר הזה. פאנג הגיב בהערה פשוטה. "אעשה מה שאעשה", ומה שעשה היה לעזוב.

לאחר מכן הוא הופיע על מפתנו של המאסטר האימתני מאצו. שוב הוא שאל את המאסטר, "היכן אני יכול למצוא אדם שאינו דבוק לדברים חומריים?" מאצו קימט את מצחו וענה, "אומר לך אחרי שתבלע את הנהר המערבי בלגימה אחת."

כשהפנים את ההערה הבודדה הזו, פאנג הצליח להשלים את ההארה שלו. הוא ראה שהתודעה הבלתי-שיפוטית לא מספיקה בפני עצמה. תודעתו הייתה צריכה להפוך לעצומה כמו תודעת בודהה; היא הייתה צריכה לכלול את כל סמסארה ונירוואנה, להתרחב לריק של האינסוף. כזו תודעה יכולה לבלוע את האוקיינוס השקט.

העמאי פאנג נשאר עם מאסטר מאצו עד שיום אחד גילה שגם ממנו לא נותר לו מה ללמוד. באותו מקרה, פאנג ניגש למאצו ובעמדו מעליו, אמר, "בחר מואר מבקש ממך להביט מעלה." מאצו בכוונה הביט הישר למטה. פאנג נאנח, "כמה יפה נגינתך על הנבל חסר המיתרים!"

באותו רגע, מאצו אישר שאכן אין הבדל בין בני-אדם, שהם באמת אותו אדם יחיד. כשפאנג הביט למטה, מאצו הסתכל גם הוא למטה. אך אז, בלי דין וחשבון, מאצו הסתכל הישר למעלה ושביר את הכישוף, כביכול. אז העמאי פאנג קד קידה עמוקה ונישאר באותה השתחויה סופית בזמן שמאצו קם והחל ללכת משם. כשהמאסטר חלף על פניו, העמאי לחש, "פקששת את זה, הא... בניסיון להתחכם."

העמאי פאנג הגיע למיומנות מוחלטת, וכל מאסטר שפגש אישר זאת. אך מה שברור למאסטר לא תמיד ברור לנזיר פשוט. יום חורפי אחד, בזמן שפאנג עזב את מנזרו של יאו-שאן, כמה נזירים צעירים, שהביעו בוז כלפי מעמדו כעמאי פשוט, ליוו אותו לדלת הקדמית. כשפאנג הביט החוצה, הוא ראה שיוורד שלג. "שלג טוב!" אמר. "הפתיתים אינם נופלים במקום אחר." נזיר בשם קואן, שהיה חצוף כמו שהיה טיפש, לחלוטין פספס את השגיגות בהערה של פאנג. הוא לעג לעמאי, ושאל בציניות, "איפה אתה מצפה שהפתיתים יפלו?"

עכשיו, פאנג החמיא בנעימות לשלג על כך שלא ירד במטבח או באולם המדיטציה, זאת אומרת, על כך שירד על העצים והדרכים. פאנג ידע שיצטרך ללכת מרחק גדול בשלג הקר נורא, והוא קיבל את העובדה הזו בלי שום תחושת מצוקה.

אך לפאנג הייתה לא רק חכמה של מאסטר, אלא גם מזג של אחד.

כשראה את הלגלוג על פניו של הנזיר הצעיר, הוא חבט בו.

"איך אתה מעז!" אמר הנזיר.

"ואתה נזיר מוסמך?" שאל פאנג בחוסר-אמון. "בחי, אפילו בשערי הגיהנום היו מסרבים לקבל אותך!"

"למה בדיוק אתה מתכוון בזה?" דרש הנזיר.

פאנג חבט בו בשנית. "אני מתכוון שלמרות שיש לך עיניים, אוזניים ולשון, אתה לחלוטין עיוור, חירש ואילם." ואז ברוגע יצא לתוך השלג כאילו היה זה יום שמש בקיץ. הוא נתן לנזיר שיעור רציני.

אך לרוב הוא היה אדיב וסבלני ביותר עם כל מי שהדריך. יום אחד, הוא הקשיב לאיש שניסה להסביר את סוטרת היהלום, ושם לב שהבחור התקשה עם המשמעות של שורה שמתייחסת לאי-הקיום של אישיות האגו. "אולי אוכל לעזור לך," אמר פאנג. "אתה מבין שמה שמותנה וארעי הוא לא אמתי ומה שאינו מותנה ובלתי משתנה הוא אמתי?"

"כן," ענה הפרשן.

"אז לא תסכים שאגו הוא דבר מותנה וארעי, שאין אגו שלא משתנה מדקה לדקה? האם לא כך הדבר שעם כל דקה שחולפת, על פי הנסיבות והתנאים, אנו רוכשים מידע חדש וחוויות חדשות בדיוק כפי שאנו שוכחים מידע ישן וחוויות ישנות?"

"כן," הסכים הפרשן.

"אך מה יש בנו שאינו מותנה ובלתי משתנה?" שאל פאנג.

"טבע הבודהה המשותף שלנו!" ענה הפרשן, שפתאום חיך, פתאום הבין. "רק זה אמתי! כל השאר זו רק אשליה!" הוא חש כזו שמחה שהוא נתן לפאנג השראה לכתוב לו שיר:

כיוון שאין לא אגו ולא אישיות
מי רחוק ומי קרוב?
שמע בעצתי וחדל לדבר על המציאות.
חוה אותה ישירות, בעצמך.
הטבע של חכמת היהלום
הוא אמת בכל טוהרה הייחודי.
אגו בדיוני לא יכול לחלק אותה או לטמא אותה.
הביטויים, "אני שומע", "אני מאמין", "אני מבין",
הם רק ביטויים מועילים,
כלים בידיו של מלטש היהלומים.
כשהעבודה הושלמה, הוא מניח אותם.

העמאי פאנג ובתו לינג זאו טיילו ברחבי סין וכיסו את הוצאותיהם על ידי מכירת כלים מבמבוק שהיו מכינים. הם הזדקנו ביחד, והפכו לאגדות של הארה. מקום מגוריהם האחרון היה מערה בהר.

פאנג ידע שהגיע העת להניח את משאו. הוא היה עייף מאוד ולא היה יכול עוד להמשיך. בתוך המערה הייתה אבן אחת שעליה תמיד נהג לשבת במדיטציה; אז הוא התיישב במקומו, והתכוון ללכת לעולמו. כשהשמש הייתה ישירות מעל ראשו, הוא שלך את לינג זאו החוצה לחכות לרגע שצהרי היום יגיעו. תוך דקות מספר, עם זאת, לינג זאו חזרה למערה חסרת נשימה מרוב התרגשות. "או, אבא," היא צעקה, "אתה חייב לבוא החוצה לראות את זה! יש ליקוי חמה!"

ובכן, זה היה אירוע יוצא-דופן, אם אי פעם היה כזה. פאנג לא היה מסוגל להתאפק מלהעיף מבט. אז הוא קם באבן המדיטציה שלו ויצא החוצה והסתכל, אך לא היה ליקוי חמה. צהרי היום הגיעו, זה הכל. אך היכן הייתה לינג זאו? פאנג חזר למערה ומצא אותה מתה, גופתה יושבת על אבן המדיטציה שלו. "אוח, הילדה הזאת!" זעק פאנג. "תמיד היא הייתה צעד אחד לפניי."

הוא קבר אותה ואז, כעבור שבוע, גם הוא נכנס לנירוואנה. גופתו נשרפה והאפר פוזר במי אגם בקרבת מקום.

פרק 11: בן האלמוות הטאואיסטי

ארבעים ושלושה דורות של צ'אן מאסטרים עברו מאז שהפטריארך השישי אחז גבוהה את מנורת הדהרמה. ארבעים ושלושה דורות של מחפשים מצאו את הדרך, בעזרת ההכוונה של האור שלו.

לא משנה עד כמה אדם מוסמך בדרך אחרת, הוא יכול לקבל הכוונה מהצ'אן. כשהשמש זוהרת דרך החלון, היא לא מאירה חלק אחד של החדר ומשאירה חלק אחר בחשיכה. כל החדר מואר על ידי האמת של השמש. כך, כל אדם, ללא קשר לדרך שבה הוא בחר, יכול להרוויח ממנורת הצ'אן.

קחו כדוגמה את סיפורו המפורסם של בן האלמוות הטאואיסטי לו דונג בין.

לו דונג בין היה הצעיר והבלתי מרוסן ביותר מבין כל בני האלמוות הטאואיסטים. בעצם, אפשר לומר שהוא היה די פרוץ. לפחות כך הוא התחיל.

בימיו כבן תמותה, הוא היה קרוי צ'ון יאנג. הוא היה יליד ג'ינג צ'ואן שחי בסוף שושלת הטאנג. זה היה לפני יותר מאלף שנה, אך אותם ימים לא היו שונים כל כך מימינו. אם אדם צעיר רצה להתקדם בחיים, הוא היה צריך השכלה. בימינו, הוא היה הולך ללמוד לתואר. אך באותם ימים, הוא היה צריך לעבור את מבחן המלומדים מטיל האימה. אם הבחור לא יכול לעבור את המבחן הזה, הוא היה צריך לשקול ברצינות את מקצוע החקלאות.

ובכן, צ'ון יאנג ניסה שלוש פעמים לעבור את מבחן המלומדים, ושלוש פעמים הוא נכשל. הוא היה מיואש ומדוכא. הוא ידע שאכזב את משפחתו, ושלא הועיל לעצמו יותר מדי, גם כן. היה זה עתידו המקצועי שאת גורלו חרץ.

אז צ'ון יאנג עשה מה שצעירים נואשים רבים עושים, הוא החל להסתובב בחנויות יין בניסיון לשתות את עצמו למוות.

הדרך שהאלכוהול לקח הייתה באותו כיוון בשביל צ'אן יונג כמו בשבי כל אחד אחר: ישר למטה. כמו שהולכת האמרה הישנה, קודם צ'ון יאנג שתה את היין, אז היין שתה את היין, ואז היין שתה את צ'ון יאנג. הוא היה במצב די גרוע כשבן האלמוות הטאואיסטי, זונג לי קואן, פגש אותו במקרה באחת המסבאות האלו.

בן האלמוות התעניין בבחור הצעיר. "במקום לנסות לקצר את חיך עם יין", אמר, "למה שלא תנסה להאריך את חיך עם הטאו?"

במקום חיים קצרים ואומללים, זונג לי קואן הציע לצ'ון יאנג חיים שמחים וארוכים. זה נשמע כמו עסקה טובה. צ'ון יאנג אולי לא היה מסוגל להיות בירוקרט ממשלתי, אך היה לו כל מה שדרוש כדי לנסות אלכימיה רוחנית.

לצ'ון יאנג לא היה עוד מה לעשות עם זמנו, כך שהיו לו הרבה הזדמנויות לתרגל. הוא בהחלט היה נחוש. אני מתאר לעצמי שהוא הבין עד כמה נמוך הוא נפל, שהוא הגיע לתחתית, כמו שאומרים. כשאדם מבין שאין לו מה להפסיד משינוי נקודת מבטו, הוא נהיה פתוח יותר לרעיונות חדשים.

אז לצ'ון יאנג היה המניע וההזדמנות. כל מה שנשאר היה לפתח אמצעים. וזה מה שזונג לי קואן הציע לספק לו. הוא עמד ללמד אותו את הטכניקות הנחוצות.

צ'ון יאנג נתן את ליבו ואת נשמתו לפיתוח המיומנות שנקראת המסלול הקוסמי הקטן, תרגול יוגה עוצמתי שמשתמש באנרגיה מינית כדי להפוך את הטבע האנושי הגס לזהב האלמותיות המעודן. הוא התמחה בטכניקה הזו כל כך שהצליח

להפוך את עצמו לבלתי נראה או להופיע בשני מקומות בו-זמנית... זה די טוב.

יום אחד הוא החליט לעוף מעל מנזר הצ'אן חאי-חוי שנמצא על הר לושאן. קדושים ובני אלמוות יכולים לעשות את זה, אתם יודעים. הם כמו טייסים ללא מטוס... או מצנח.

בעת שטס שם למעלה, הוא ראה ושמע נזירים בודהיסטים מזמרים ועובדים קשה, כל הדברים הרגילים שנזירים בודהיסטים עושים. אז, כדי להתרברב בכוחותיו וללעוג לשקדנות של הנזירים, הוא כתב שיר קטן על קיר מגדל הפעמון של המנזר:

עם תכשיט בתוך מטמון ההארה שלי,
כל אמת הופכת לתענוג שלי.
בסוף היום אני יכול להירגע
נפשי בלי חוב או דאגה.
לצ'אן חסר הדעת שלכם תכלית חסרה.

שירה גרועה כזו כלשהי. ואז הוא עף משם. כל יום כשאב המנזר, צ'אן מאסטר חואן-לונג, הסתכל למעלה על מגדל הפעמון הוא היה חייב לקרוא את השירה המזעזעת הזו.

יום אחד בזמן שכן האלמוות לו דונג בין – לשעבר צ'ון יאנג – התעופף בקרבת המנזר הוא ראה ענן סגול בצורת מטריה עולה מהמנזר. זה היה סימן לכך שמהו מאוד רוחני קורה שם כך שלו דונג בין חשב שהוא ירד להעיף מבט.

כל הנזירים הלכו לאולם הדהרמה אז הוא הסווה את עצמו בתור נזיר ועקב אחריהם פנימה. אך הוא לא הצליח להערים על אב המנזר הזקן חואן-לונג.

"אני לא חושב שארצה על הדהרמה היום," נהם חואן-לונג. "נראה שיש בקרבינו גנב דהרמה."

לו דונג בין צעד קדימה וביהירות השתחוה למאסטר. "אם תסכים באדיבותך," הוא אמר בציניות, "להאיר את עיניי למשמעות הביטוי, 'גרגר של חיטה יכול להכיל את היקום כולו ונהרות והרים יכולים להיכנס לסיר קטן'". לו דונג בין לא האמין במצב הריק, נטול האגו. הוא קיבל את נקודת המבט הבדויה שאומרת שהאגו איכשהו שורד את המוות.

חואן-לונג צחק עליו. "ראו! דש מגן על גופה!"

"גופה?" השיב לו דונג בין. "הא! הבקבוק שלי מלא בשיקוי האלמוות!"

"אתה יכול לסחוב את הגופה שלך לנצח מצדי," אמר חואן-לונג. "אך בינתיים, תוציא אותה מפה!"

"אתה לא יכול לענות על שאלתי?" התגרה לו דונג בין.

"חשבתי שיש לך את כל התשובות שאתה צריך," גיחך חואן-לונג. הוא זכר את השיר.

לו דונג בין השיב בזעם. הוא השליך את חרבו הנוראית, את "קוטלת השדים", לעבר חואן-לונג; אך המאסטר הניף אצבע אל מול החרב המעופפת והיא נעצרה בעודה באוויר ונפלה ארצה. בן האלמוות היה המום! הוא מעולם לא העלה על דעתו שצ'אן מאסטר יכל להיות כה חזק. מלא חרטה, הוא נפל על ברכיו בהפגנת כבוד. "בבקשה, מאסטר," אמר "אני באמת רוצה להבין."

חואן-לונג התרכז כלפיו. "בוא נשכח את החלק השני לגבי הסיר," הוא אמר בנדיבות. "במקום, תתרכז בחלק הראשון. אותה התודעה שנותנת צורה לסידורים של חומר שלהם היא קוראת 'גרגר חיטה' היא אותה התודעה שנותנת צורה לסידור של חומר שלו היא קוראת 'יקום'. רעיונות הם בתוך התודעה. 'צ'אן חסר דעת', כפי שקראת לו בעבר, הוא בעצם התרגול של ריקון התודעה מכל רעיון, מכל שיפוט, מכל דעה, מכל אגו." ואז הוא הוסיף כשהוא בטח נזכר בשיר, "במיוחד הרעיון של אגו!"

לו דונג בין הרהר לגבי התשובה עד שלפתע הבין אותה. כל עוד הוא מפלה בין עצמו לאחרים, בין רצוי ללא רצוי, בין חשוב ולא חשוב, הוא עבד לעולם הרעיוני, הוא רק בורר של האשליה. אין אדם שפוי שרוצה להיות כזה! ובטח ששום בן אלמוות טאואיסטי לא ירצה לבלות את חייו, או את הנצח, בהבדלה בין שקרים, מחליט איזה שקר יותר משכנע מהאחר.

מלא שמחה, לו דונג בין עף אל המגדל, מחק את השיר הישן שלו והחליף אותו באחר.

חשבתי שהשתלטתי על השכל הקטן שלי,
אך ההפך היה נכון.
חיפשתי זהב בכספית
אך אשליה הייתה כל שמצאתי.
כשחואן-לונג הצביע על הירח;
ראיתי את האור, האמת שלו הגיעה
והצילה אותי מלהתנגח.

למרבה הצער, ההארה לא הפכה אותו למשורר טוב יותר.

הנקודה היא, בכל אופן, שלו דונג בין, למרות שהיה בן אלמוות טאואיסטי, הרוויח מהצ'אן. הוא כה העריך את שלושת האוצרות – הבודהה, הדהרמה והסנגה – שהוא זכה לתואר מגן הדהרמה. כמובן, לא היה זה נחוץ בשבילו להמיר את דתו ולקרוא לעצמו איש צ'אן. כל השיעור של ההארה שלו הוא שלשמות אין משמעות, אז הוא המשיך להיות בן אלמוות טאואיסטי. רק שעכשיו, בגלל שהוא הבין כל כך הרבה יותר, הוא טיפס בדרגות בני האלמוות; ולמרות שהיה הצעיר מבניהם, הוא הפך להיות הבולט ביותר. תחת הנהגתו מעוררת ההשראה, המסדר הטאואיסטי של הצפון החל ממש לשגשג. לו דונג בין זכה לכינוי פטריארך הטאו החמישי של הצפון.

למטה בדרום, עוד טאואיסט דגול, זי יאנג, גם הגיע להארה אחרי שקרא סותרות בודהיסטיות. הוא זכה לכינוי פטריארך הטאו החמישי של הדרום... אבל זה סיפור אחר.

פרק 12: מו שאן

נשים רבות הצטיינו בתרגול הצ'אן. רבות הגיעו למיומנות מוחלטת והיו כאלו, למעשה, שהצליחו איפה שמאסטרים גברים נכשלו.

קחו את דוגמתה של מאסטר מו שאן. כהרגלם של מאסטרים רבים, מו שאן לקחה את שמה מההר שעליו המנזר שלה היה ממוקם. היא התפרסמה בזכות העומק של הבנת הצ'אן שלה והיכולת שלה להוביל תלמידים אל ההארה.

הנזיר קואן שי, שלימים הפך למאסטר קואן שי, שמע על ההצלחה של שיטותיה; ולאחר שבילה מספר שנים עם לא אחר מאשר מאסטר לינג'י – שנים שבהן הוא למד הרבה אך לא הגיע להארה, קון שי החליט לבקר את מו שאן כדי לראות אם שיטותיה יוכלו לעזור לו.

אני מתאר לעצמי שקואן שי היה קורבן לסוג של גאוותנות שמדביקה כה רבים מתלמידיהם של מאסטרים גדולים. הם חושבים שעדיף להיות תלמיד לא מואר של מאסטר מפורסם מאשר תלמיד מואר של מאסטר לא ידוע. יש כאלו שמרגישים כך לגבי מגדר. הם מניחים שתלמיד לא מואר ממין זכר הוא עליון על מאסטרית מוארת ממין נקבה. אפשר לקרוא לזה מאצ'ואיזם-צ'אן.

בכל אופן, הנזיר התלמיד קואן שי הופיע במנזרה של מו שאן עם טינה מסוימת. הוא היה שאנן, יהיר ומודע מאוד לכך שהוא מתרגל צ'אן נעלה ממין זכר. הוא לא נעמד על רגליו האחוריות והכה בחזהו כמו קופים זכרים, אך הוא התקרב לזה מאוד.

קואן שי נכנס לאולם בדיוק בעת שמו שאן התיישבה במקומה המסורתי, על כס הסמכות המוגבה. הוא היה צריך להשתחוות לה בכבוד ולהתחנן שתיקה אותו כתלמיד שלה; אך הוא פשוט לא הצליח להצניע את עצמו אל מול אישה.

מו שאן בחנה אותו לרגע, ואז קראה לעוזר שלה, "הבחור הזה הוא תייר או מועמד להתלמדות?"

קואן שי ענה בקול רם: "אני לא תייר. אני מתרגל בודהה-דהרמה."

"אה", אמרה מו שאן, בניסיון להראות מופתעת. "אתה מתרגל דהרמה! אמור לי, איך הגעת לפה?"

"צעדתי פנימה, דרך הכביש הראשי."

"האם חשבת שהשארית את הדהרמה מאחור שם על הכביש, שלא ניתן לתרגל או למצוא אותה כאן?"

קואן שי לא ידע מה לומר. הוא קד סוג של חצי קידה שכזו, יותר כדי להסתיר את הבלבול שלו מאשר כדי להביע כבוד.

מו שאן לא התרשמה מההירות המתפשרת הזאת. "לדהרמהקאיה, לאמת האבסולוטית, אין גבולות שאתה יכול להציב כדי לספק את ההירות שלך", אמרה. "כפי שהדהרמהקאיה בכל מקום, כך גם הכללים, החוק, הבודהה-דהרמה. אתה תתאים את התנהגותך כדי לעמוד בתקן המקובל. אתה תעמוד בתנאי הזה."

בחוסר רצון קואן שי השתחוה למו שאן. אך כשהוא התרומם, הוא לא הצליח לעצור את עצמו מלשאול, "מהו התנאי של ראשה של מו שאן?" הוא החליט להתכתש איתה מילולית. מה שרצה לדעת זה אם היא מוארת או לא.

מו שאן חייכה לחוצפה שלו. "מי מתלמידיו של הבודהה הצליח לראות את האוסניסה שלו, את הבליטה המקודשת על קודקוד ראשו?" היא התכוונה, כמובן, שצריך להיות כזה כדי לזהות כזה; ואפ קואן שי לא היה מסוגל לראות שהיא מוארת זה היה בגלל שהוא, עצמו, אינו מואר.

"איפה אני יכול למצוא את האיש שאחראי על מו שאן?" הוא השיב בהתנשאות, כשהוא משחק עם משמעויות שמה, גם "אישה" וגם "מנזר בהר".

"זה שאחראי על מו שאן הוא לא גבר ולא אישה", היא השיבה, וזרקה לו עצם קטנה.

"מי שאחראי צריך להיות מספיק עוצמתי כדי לסיים את תהליך ההשתנות", הוא התגרה, כשהמאצ'ואיזם שלו מנצח את מוחו.

מו שאן הסתכלה עליו בתשומת לב. לאט ובעדינות היא אמרה, "זה שאחראי על מו שאן אינו רוח או שד או איש. למה צריך האחד הזה להשתנות?"

קואן שי פתאום קיבל את המסר! לרגע הוא עמד שם מזועזע מהבורות היהירה שלו. ואז הוא נפל על ברכיו והשתחוה באמת למו שאן. הפעם הוא התכוון לזה.

הוא נשאר במנזר מו שאן עוד שלוש שנים ועבד כגנן. תחת השגחתה של מאסטר מו שאן, הוא הגיע להארה.

שנים לאחר מכן, כשהפך למאסטר והיו לו תלמידים משלו, הוא היה אומר להם, "ההארה דורשת מנה שלמה מהעגלה הגדולה. מאבי הרוחני, לינג'י, קיבלתי רק חצי מצקת. הייתה זו אמי הרוחנית, מו שאן, שנתנה לי את החצי השני; ומאז שנתנה לי אותו, מעולם לא הייתי צמא."

פרק 13: סיכום

לאבותינו הקדומים היו את אותן בעיות שיש לנו. הם אמרו, "הימים עוברים כבוכיר בנו". קודם בכיוון אחד, ואז בכיוון השני. קדימה ואחורה, מצד לצד. לפעמים הם היו אומרים, "ימים עוברים כחצים שעפים מעל הראש". אנחנו עומדים שם וצופים בהם עפים, תוהים לאן הם כולם הולכים.

בפגישת לימוד צ'אן, זמן השיעור עובר מהר. כמו הזמן, רעיונות ודעות הולכות בכל הכיוונים. באיזה צד החוד ימצא את עצמו? חצים של תובנה עפים מעל הראש. האם יצליחו לקלוע למטרה? לא נדע זאת עד חשבון הנפש הגדול בסוף השיעור.

בצ'אן, כמו ברוב הדברים בחיים, אנחנו אף פעם לא בטוחים אם הבנו משהו שלימדו אותנו בדיוק עד שלו בוחנים אותנו. מורים קוראים לבחינות כאלו, "לשלם את החשבון". ביום האחרון של הלימודים, כל התלמידים מתאספים והמורה קורא באקראי קודם לתלמיד הזה, אז להבא, עוד ועוד שואל שאלות נוקבות. זה מה שאנו קוראים לו לתת לתלמיד את החשבון. הוא צריך לעמוד מול כל הכיתה ולהיכנע לחקירה. "כמה למדת? שלם!" למורים משלמים בתשובות טובות.

כמובן, בכל פגישת לימוד, גם אם אדם אחד הגיע להארה, הוא משלם את החשבון בשביל כולם. כולם חולקים באושר כשמישהו מצליח להגשים את האמת.

אז מה למדתם מהשיעורים האלו? אולי שילמתם את החשבון בשביל כולם והגשמתם הארה. אולי אתם לא בטוחים וצריכים קצת זמן לחשוב על זה, להרהר קצת ברעיונות הצ'אן האלו בראשכם, לתת למחשבות לשקוע קצת לפני שתראו מה יצא לכם. קחו את כל הזמן שאתם צריכים – רק אל תפסיקו את תהליך ההרהור. שמרו את הצ'אן בלבכם. סדרו מחדש את סדר העדיפויות שלכם. טפחו סבלנות.

יום קיצי אחד הבודהה החליט לצאת לטיול ארוך ברגל. הוא צעד בכביש לבד, פשוט נהנה מהיופי של כדור הארץ. אז, כשהגיע לצומת, הוא פגש איש שהתפלל.

האיש, שזיהה את התהאגתה, כרע לפניו ברכ ובכה, "אדוני, החיים הם אכן מרירים וקשים! פעם הייתי שמח ועשיר, אך דרך רמאות ותחבולות אלה שאהבתי לקחו ממני הכל. אני דחוי ובזוי. אמור לי, אדוני, "הוא שאל, "כמה פעמים עליי להיוולד מחדש לפני שאזכה סופסוף לדעת את האושר של נירוואנה?"

הבודהה הסתכל סביב וראה עץ מנגו. "אתה רואה את העץ הזה?" שאל. האיש הנהן. אז אמר הבודהה, "לפני שתדע חופש מצער תצטרך להיוולד מחדש מספר פעמים ככמות הפירות על העץ הזה."

עכשיו, עץ המנגו היה בשיא העונה, ועשרות פירות צמחו עליו. האיש השתנק. "אבל אדוני, "הוא מחה, "אני שמרתי על כלליך! חייתי חיים ישרים! למה אני נידון לסבול עוד כל כך הרבה זמן?"

הבודהה נאנח. "כי כך זה חייב להיות." והמשיך ללכת.

הוא הגיע לצומת נוספת ומצא שם עוד איש צעיר מתפלל; וגם האיש הזה כרע בפניו ברכ. "אדוני, החיים אכן מרירים וכואבים," האיש אמר. "ידעתי כזה צער. בתור ילד, איבדתי את הוריי; בתור גבר, איבדתי את אישתי ואת ילדיי היפים. כמה עוד פעמים אצטרך להיוולד לקיום אומלל כזה עד שאזכה להכיר את מפלט אהבתך?"

הבודהה הסתכל סביב וראה שדה של פרחי בר. "אתה רואה את הפרחים בשדה הזה?" שאל. האיש הנהן. אז הבודהה אמר, "לפני שתדע חופש מצער, עליך להיוולד ככמות הפרחים בשדה הזה."

כשראה מאות פרחים, האיש בכה, "אבל אדוני! הייתי איש טוב. תמיד הייתי כנה והוגן, אף פעם לא פגעתי באיש! מדוע עליי לסבול עוד כל כך הרבה?"

הבודהה נאנח. "כי כך זה חייב להיות", והמשיך בדרכו.

בצומת הבאה, פגש עוד איש שכרע ברך לפניו בהפגנת כבוד. "אדוני, החיים הם אכן מרירים וכואבים!" אמר האיש. "ימים של עבודת פרך בשמש, לילות של שינה על אדמה קרה ורטובה. כל כך הרבה רעב, צמא ובדידות! כמה עוד פעמים אצטרך להיוולד מחדש לקיום אומלל כזה עד שאזכה לצעוד אתך בגן העדן?"

הבודהה הסתכל סביב וראה עץ חרובים. עכשיו, לכל ענף של העץ היו הרבה גבעולים, ועל כל אחד מהם היו עשרות רבות של עלים קטנים. "אתה רואה את עץ החרובים הזה?" שאל הבודהה. האיש הנהן. אז אמר הבודהה, "לפני שתדע חופש מסבל עליך להיוולד מחדש כמספר העלים על העץ הזה."

האיש הסתכל על החרוב עם אלפי העלים שעליו, ועיניו התמלאו בדמעות הוכרת תודה. "כמה רחום הוא האדון שלי!" אמר, והוא לחץ את מצחו לאדמה לרגלי הבודהה.

ואז הבודהה אמר, "קום, חברי הטוב. בוא איתי עכשיו."

ועד היום זרעי החרוב הם סמל לנאמנות ולאיפוק.

איננו יכולים להיכנס לחוזים עם היקום. אנחנו לא יכולים לומר, "צייתתי לכללים ולכן מגיע לי לקבל את הגמול." או "אני התמודדתי עם כמות מכובדת מאוד של מזל רע. כעת מגיע לי מזל טוב." היקום אינו מכיר בדרישות הקטנוניות שלנו לצדק. ישנם גיבורים שנתנו את חייהם למען אחרים. אין להם קול כדי להתלונן. אך אנו יודעים שבגלל שהם היו חסרי אנוכיות, הם צועדים בגן עדן.

והאם זאת לא הדרך לאושר? לא ככה מגיעים לנירוואנה? על ידי כך שאנו מאבדים את האגו האישי שלנו וזוכים בטבע הבודהה העצמי האוניברסלי? גן העדן מגיע כשאנו נכנעים לו.



מאסטר סו-יון

אז כשאתם נשאלים, "כמה למדתם?" גם אם אינכם יכולים לחשוב על תשובות מדויקות, תשלמו את החשבון אם רק תאמרו, "לא משנה כמה זמן יידרש, אדבוק בצ'אן. אמשך לנסות לפטור את עצמי מאנוכיות ולא אשכח לשמור את מצחי לחוץ לאדמה לרגלי הבודהה."

הענווה והסבלונות הם מטבעות זהב.

והנה לכם עצה: נסו למצוא את הבודהה בכל אדם שאתם פוגשים ותוכלו לשלם את החשבון בשביל אלפים.

כשזה מגיע לאהבה, היו בזבזנים גדולים!

