

Jeden mesiac, dva mesiace - jednota a bdelosť v učení zenového majstra Dogena

Majster Ungan Donjo v okrsku Tan jedného dňa zametal podlahu.

Majster Dogo Enchi povedal: "Vidím, že robíš svoju prácu veľmi usilovne."

Majster Ungan odpovedal: "Je tu niekto, kto nie je usilovný."

Majster Dogo povedal: "Ak je to pravda, znamená to, že máš dva mesiace."

Vtedy sa majster Ungan zastavil a držiak vedľa seba svoju metlu povedal: "Koľko mesiacov tu je?"

Majster Dogo bez slova odišiel.

Shinji Shobogenzo, kniha 1, Kóan č. 83

Výraz *dva mesiace* (alebo niekedy *dve hlavy*) sa v čínskom budhizme často používal ako výraz stavu rozdeleného vedomia. Stav, keď rozmýšľame o niečom a robíme niečo iné, je jednou z takých možností. Ale budhistický stav je *jednota v akcii* - stav, v ktorom nie je žiaden druhý mesiac. V tomto kóanovom príbehu zo Shinji Shobogenzo, majster Dogo chváli majstra Ungana za jeho usilovnosť. Majster Ungan ale cíti, že tieto slová sú jednostranné, takže ukazuje iný pohľad: "Je tu niekto, kto nie je usilovný." Majster Ungan hovorí, že proste zametá podlahu, jeho činnosť nie je ani usilovná ani lenivá. Je to proste skutočná akcia v skutočnom svete. Ale majster Dogo prekrúti slová majstra Ungana, akoby znamenali prítomnosť oddelenia alebo seba-vedomia v ňom; že teda je tu jeden Ungan, ktorý sa cíti byť usilovným a ďalší, ktorý usilovný nie je. Vyjadri slovami, že majster Ungan musí mať druhý mesiac. Pokiaľ je náš pohľad jasný, na oblohe vidíme jeden mesiac. Keď je náš zrak zahmlený, vidíme dva mesiace, aj keď na oblohe je stále len jeden mesiac. Majster Ungan pridrží vedľa seba svoju metlu, stojac veľmi rovno a koncentrovane sa pýta: "Koľko mesiacov tu je?" Vyzve majstra Doga, aby v jeho správaní našiel nejakú medzeru alebo zlyhanie. Majster Ungan potom odíde bez slova.

Tento jednoduchý príbeh ilustruje podstatu *jednoty v akcii*. Jedná sa o jeden z najdôležitejších aspektov budhizmu, ktorý Dogen vyučuje a preto je dôležité ho preberať znova a znova. Obzvlášť preto, že toto učenie *jednoty* je úzko spojené z konceptom *bdelosti* (pozn. prekl.: anglicky *mindfulness* - doslova "plná myseľ, plné vedomie"). Bdelosť je termín, ktorý západní učiteľ a budhizmu často používajú, aby nás usmernili k správnej akcii.

Mal som to šťastie, žiť v ne-západnej spoločnosti (Japonsko) viac ako 20 rokov. Počas tohoto času sa mi pomaly podarilo uvidieť rozdiel medzi "západným intelektuálnym pohľadom" (mne vlastným) a "východným holistickým pohľadom". A prišiel som k záveru, že práve rozdiel medzi týmito dvoma pohľadmi mátie našu predstavu jednoty v akcii, bdelosť a ostatné budhistické koncepty, ktoré dorazili na Západ, ale pochádzajú z východných kultúr.

Je zaujímavé poznamenať, že Dogen síce hovorí o *jednote v akcii* vo svojich textoch často (jednota subjektu a objektu, jednota jednania a toho, kto jedná, jednota mysle a sveta, jednota času a bytosti), ale termín *bdelosť* (*mindfulness*) spomína len zriedka. Ak to už urobí, napr. v kapitolách Shobogenzo "Osem právd ušľachtilých ľudských bytostí" alebo "Tridsaťsedem elementov Bódhí", termín *bdelosť*, je väčšinou uvedený v citáciách zo starších sútier. V prvej zo zmienovaných kapitol, kde komentuje citát zo sútry, hovorí: "Je bdelosť, ktorá existuje v momente vlastnenia svojho tela a bdelosť, ktorá existuje v momentoch bez mysle. Je vedomá bdelosť a je bdelosť, kde nie je žiadne telo." Z uvedeného citátu je zrejmé, že Dogen nespája nutne bdelosť (*mindfulness*) s myšliou (*mind*). Bdelosť existujúca v momentoch bez mysle, naznačuje bdelosť, ktorú môžeme nájsť v stave mimo oblasti intelektu, kedy na to nemyslíme, ani nemonitorujeme to, čo práve robíme. A naopak bdelosť, pri ktorej nie je žiadne telo, naznačuje stav, v ktorom si evidentne neuvedomujeme, čo robí naše telo.

Jedná sa o popisy "jednoty v akcii". Ďalej v tej istej kapitole, Dogen hovorí: "Bdelosť je sila, ktorá vás surovo potiahne za nosné dierky". Jedná sa o odkaz na kóanový príbeh, v ktorom majster Shakkyo Ezo šklbne majstra Seido Chizo-a za nos, aby mu vysvetlil zmysel priestoru (*Shinji Shobogenzo, kniha 3, kóan č. 49*). Opäť z tohoto príbehu je jasné, že Dogen bdelosť identifikuje s jednoduchosťou a priamou akciou.

Termín v sanskrite prekladaný ako bdelosť je SMRITI (SATI v páli). Každodenný význam slova sanskritu SMRITI je bližšie funkciu zapamätania si, vyvolania si z mysle, koncentrovania sa na myseľ, mať plnú myseľ. Ale je zaujímavé, že význam slova SATI v páli, ktorý je pôvodným jazykom budhistických sútier, tiež obsahuje význam rozpoznanie, vedomia, bdelosti (tu anglicky wakefulness - doslova byť bdely, nespáť), pozornosť, jasnosť. Termín SMRITI/SATI bol preložený do čínštiny a japončiny ako NEN, čo doslova znamená úvahu alebo myšlienku, ale tiež pozornosť alebo starostlivosť. A je jasné, že anglický termín mindfulness (bdelosť) v jeho bežnom slova zmysle silne ukazuje na intelektuálnu zložku a to svojím koreňom "mind" (myseľ), ktorý je previazaný na premýšľanie.

Problém sa odvíja okolo významu slova myseľ v budhizme. V japonštine znak prekladaný ako myseľ je SHIN. Ale SHIN neznamená presne myseľ. Jeho význam je bližšie "pozornému vedomiu", odkazuje sa súčasne na myseľ aj na srdce. Existuje zvlášť termín odkazujúci sa na čisto intelektuálnu aktivitu. Všimnite si, že na rozdiel od angličtiny, japonský termín pre srdce / myseľ (SHIN) a termín pre bdelosť (NEN) sú etymologicky nesúvisiace. Avšak termín SHIN sa v Dogenových textoch vyskytuje často a preto je dôležité pochopiť, čo ním chcel povedať. Napr. čo je to "myseľ Budhov", ktorá sa v Shobogenzo často vyskytuje? V kóanových príbehoch, majstri často hovoria, že "myseľ Budhov sú ploty, steny, škridlice a kamene". Tento zvláštny výrok, proste hovorí, že myseľ, je proste svet pred našimi očami. Jedna strana reality je jej naša mentálna interpretácia (myseľ) a druhá strana sú fyzické javy (ploty, steny, škridlice a kamene). A keď jednáme, vchádzame do stavu, keď nerozdeľujeme myseľ a fyzické javy, práve vtedy vstupujeme do skutočnosti. A formulácia "myseľ Budhov sú ploty, steny, škridlice a kamene" hovorí, že budhistický stav je ten, kde neoddeľujeme myseľ a javy, alebo myseľ a externý svet. Toto tvrdenie je západnej mysli ťažké pochopiť, pretože naša kultúra nás učí, že myšlienka je oddelená a predchádza a riadi naše konanie. Naučili sme sa veriť, že je to verný popis udalostí nášho života a preto prekladáme vyššiu hodnotu premýšľaniu pred a počas akcie, než samotnému konaniu. Takže často "pošpiníme" naše konanie myšlienkami, ako konať správne. Toto je stav, ktorý môžeme popísať ako rozdelenie sa na dvoch, alebo *mať dva mesiace*. Fráza "myseľ Budhov sú ploty, steny, škridlice a kamene" znamená, že ak jednáme, myseľ a externé javy sú nerozdelené alebo úplné. Aj keď "osvietený" stav budhu je často popisovaný ako zvláštny duchovný stav, v Dogenovom učení mentálny stav "prebudenej" osoby je "odlišný od myslenia". Stav v ktorom oddelenie intelektuálnej mysle a telesných vnemov odpadáva. Toto nazýva stav akcie a popisuje ho ako odpadnutie tela a mysle.

V západnom myslení, duševné funkcie sú oddelené od telesných v oveľa väčšom merítke, než na Východe (Čína, Japonsko, Kórea) a toto sa odráža aj v štruktúre našich jazykov. Dalo by sa povedať, že je to výsledok západnej viery (posilňovanej kresťanstvom), že existuje duchovná / duševná osoba, ktorá riadi telo a je od neho oddelená. Tento spôsob premýšľania nevznikol na Východe. Je ho možné spätne vystopovať až ku gréckym filozofom ako Plato, ba dokonca pred ním k učeniám Zoroastriánov. Ak veríme, že existuje myseľ / duša oddelená a kontrolujúca telo, tiež veríme, že táto duchovná osoba by mala dozeráť na naše telo, aby sa uistila, že veci prebiehajú v poriadku. Takže sa musíme rozdeliť na dvoch. A štruktúra európskych jazykov posiluje túto myšlienku viac než čínština alebo japončina. Napríklad: hovoríme: "Musím sa uistiť, že to robím správne", "Dávaj pozor, na to čo robíš," "Premýšľaj, než začneš konať" (pozn. prekl.: v slovenčine možno: "dva krát meraj a raz strihaj") a podobné frázy, ktoré naznačujú duchovnú osobu monitorujúcu telo, aby konalo správne. Veľa ľudí interpretuje bdelosť takýmto spôsobom. Keďže tradičné kresťanské učenia nás povzbudzujú, aby sme sa priblížili k Bohu, prirodzene sa snažíme stať lepšími ľudskými bytosťami,

viac súcitnými, láskavejšími, viac chápanými, viac starostlivými. Nielenže sa chceme stať lepšími v tomto smere, chceme sami seba pri tom ešte pri tomto pozorovať. Nielenže chceme *byť* dobrý a *robiť* dobro, chceme ešte sami seba *vidieť*, ako konáme dobro a *vidieť*, čo sme spravili dobre. Pripadá mi to, ako by sme nevedome tento pohľad, ktorý je v našich kresťanských kultúrach v nás hlboko zakorenený, prenášali aj do nášho pochopenia budhistického učenia.

Ale tento prístup k chápaniu budhizmu je zásadne odlišný od učenia majstra Dogena a verím, že zahmlieva to, čo sa Budha snažil učiť. Je jasné, že Dogen učil, že budhistický stav, je stav, v ktorom nie je žiadna *druhá osoba* monitorujúca konanie tela, tak ako je to ilustrované v kóanovom príbehu. Toto naznačuje, že náš západný spôsob nazerania na konanie, ako na duševnú alebo morálnu osobu monitorujúcu konanie nášho tela, je odlišný od budhistických učení. Čínsky majstri a Dogen nás vyzývajú, aby sme sa zbavili tejto *druhej osoby*. Toto odkazuje na stav kompletnej prítomnosti alebo zapojenia sa do konania, nie na stav, kde premýšľame, alebo sa kontrolujeme, čo akým spôsobom robíme. Tento stav ani nezahŕňa úmysel robiť činnosť dokonale - robiť dobro - ani nezahŕňa úmysel robiť chyby. Skôr je to prirodzený alebo normálny stav, v ktorom jednáme plne a slobodne v momente prítomnosti. Tento stav je ten, v ktorom nemáme starosti, teda prekračujeme pojmy ako dobrý a zlý. Dalo by sa to nazvať "hlúpym" alebo naivným prístupom k činnosti, ktorú máme práve pred sebou, pretože proste odhodíme všetky myšlienky o tom, čo robíme a proste *konáme*. Jednoduchá činnosť v momente prítomnosti, podľa Dogena, nie je výsledkom premýšľania. A správnosť akcie nie je výsledkom naplnenia našej mysle správnymi myšlienkami ako konať, ale je výsledkom nášho celkového duševno-telesného stavu v momente činnosti. V Dogenových slovách, vyvážený celok telo-mysel produkuje správne konanie. Ďalej popiera, že by existovalo niečo ako "správno", čakajúce na niekoho, aby prišiel a vykonal ho. Takže správne alebo morálne konanie pre Dogena je činnosť samotná, nie nejaký abstraktný pojem dobra.

Na Západe pretrváva problém spojený s použitím slova bdelosť (mindfulness) jednoducho preto že, máme dlhotrvajúce a hlboké historické vnímanie mysle / morálnej osoby kontrolujúcej konanie tela. Západná morálka je tiež založená na tomto vnímaní. Vďaka tomuto veľmi silnému vplyvu duality mysle / telo v západnom myslení a náboženstvách, je pre nás extrémne ťažké pochopiť, čo sa nás Dogen snaží naučiť.

Ak sa pozeráme na bdelosť ako na stav, ktorý by sme mali praktikovať a dosiahnuť, pokúšame sa použiť naše duševné schopnosti na to, aby sme sami seba kontrolovali, s cieľom vylepšiť naše správanie. Pokiaľ vidíme jednotu ako stav, v ktorom sa máme kontrolovať spájajúc dokopy dve oddelené časti, ktoré nazývame telo a myseľ, znamená, že sa úmyselne niečo snažíme dosiahnuť. V budhistickom ponímaní je to stav *dvoch mesiacov*. Pokiaľ vidíme bdelosť ako vzdanie sa uvedomovania si tela a mysle, ako jednotu v konaní, ako nás to učí Dogen, potom sa odučujeme rozdelenie tela a mysle, ktoré nás naša kultúra cení si tak vysoko. Je dôležité pochopiť, že bdelosť neznamená stav rozdelenia, ale stav úplnosti a jednoty v akcii. Toto je stav *jedného mesiaca*. Keďže je to stav odstránenia alebo odloženia, mohlo by nám to pripadať skôr ako strata, než ako zisk. Zdá sa to byť viac sklamaním než uspokojením a viac hlúpym, než chytrým. Toto je cesta, ktorú nás učí Dogen.

Interpretujúc *bdelosť* ako jednotu tela-mysle, vykonávajúc jedinou činnosť v prítomnom momente, nie je tu žiadna druhá osoba, ktorá by premýšľala o tom, čo robí a nie je nikto, kto by v tom okamihu hodnotil naše konanie. Duševné procesy sa objavujú v období uvažovania, než naše konanie začne a potom, ako skončí. V okamihu akcie, tieto zahadzujeme a jednáme úplne, plne a v jednote. Dogen nás učí praktike zazenu - sedenia bez úmyslu - toto je metóda, ktorú učil Budha, na odpadnutie oddelenia, ktoré si ľudia zaviedli medzi telom a duchom (mysľou). V zazene sedíme v oblasti medzi telesnom a duševnom. Toto je dôvod, prečo nás Dogen učí, že zazen nie je koncentrácia na telesnú aktivitu ako napríklad dýchanie alebo spievanie sútier. Sediac v stave vyváženej akcie, v stave jednoty sa, *mysel Budhu* objaví úplne prirodzene. A Dogen v kapitole Fukan-zazengi Shobogenzo

hovorí: "Ak budete dlho cvičiť to, čo je nevýslovné, sami sa stanete nevýslovnými. Dom s pokladom sa vám otvorí a vy budete môcť použiť jeho obsah tak, ako budete chcieť."

Michael Eido Luetchford vedie skupinu Dogen Sangha Buddhist Group v Bristole, UK. Môžete sa s ním skontaktovať cez ich web stránku <http://www.dogensangha.org.uk/> alebo na email mjl@gol.com.