

"Όποιος δέχεται τὰ λόγια κατὰ γράμμα, θά χαθεί.

"Αν δοκιμάσει νά ἐξηγήσει μὲ λόγια, δὲ θά πετόχει στὴ ζωὴ του φῶτιση.

☆

Μιά στιγμαία ἀντίληψη βλέπει τὸν ἀτέλειωτο χρόνον.

Ὁ ἀτέλειωτος χρόνος εἶναι μιὰ στιγμή.

"Όταν κανεὶς καταλάβει καλὰ τὴν ἀτέλειωτη στιγμή,

καταλαβαίνει τὸ πρόσωπο ποὺ τὴ βλέπει

☆

Πρὶν γίνει τὸ πρῶτο βῆμα, γεννήθηκε ὁ σκοπός.

Πρὶν ἡ γλώσσα κινηθεῖ, τελείωσε ὁ λόγος.

Πιὸ πολὺ χρειάζεται ἀπὸ λαμπρὴ ἐνόραση, γιὰ νά βρεθεῖ ἡ προέλευση τοῦ σωστοῦ δρόμου.

ΔΕΚΑ ΤΑΥΡΟΙ



1 見牛



2 見牛



3 見牛



4 得牛



5 失牛



6 得牛



7 失牛



8 失牛



9 失牛



10 失牛

☆

"Ἡ φῶτιση ποὺ ἐπιδώκει τὸ Ζέν ἔρχεται ἀπὸ μόνῃ της. Περνάει ὅμως στάδια ποὺ προετοιμάζουν τὸ μύστη του. Ὁ Κινέζος δά-

σκαλὸς Γκουικονάν παραπονέθηκε ὅταν εἶδε μιὰ εἰκόνα τοῦ Μποντιντάρμα μὲ γένια: «Ποῦ αὐτὸς δὲν ἔχει γένια»;

Σ χ ὅ λ ι ο τοῦ Μούμον: "Αν θέλεις νά μελετήσεις τὸ Ζέν, πρέπει νά τὸ μελετήσεις μὲ τὴν καρδιά σου. "Όταν φτάσεις στὴν ἀντίληψη, πρέπει νά εἶναι πραγματικὴ ἀντίληψη. Πρέπει ἐσὺ ὁ ἴδιος νά ἔχῃς τὸ πρόσωπο τοῦ μεγάλου Μποντιντάρμα γιὰ νά τὸν δεῖς. Μιά ματιά θά εἶναι ἀρκετὴ. "Αν ὅμως πρὶς πρὶς τὸν συνάντησεις, ποτὲ δὲν τὸν εἶδες καθόλου. Δὲν πρέπει νά κουνεμπάζεις τ' ὄνειρό σου μπροστὰ στὸν ἀφελή.

Γιατὶ ὁ Μποντιντάρμα εἶχε γένια;

Τὶ ἀνότητα ἐρώτηση!

☆

★ (Ὁ Βουδδας, κατὰ μιὰ σούτρα, εἶπε κάποτε: «Σταμάτα, σταμάτα. Μὴ μιλάς. Ἡ ἔσχατη ἀλήθεια εἶναι οὔτε νά σκέπτεσαι»).

σκαλὸς Κάκουαν, τὸ 12ο αἰῶνα, ἔγραψε τέτοια στάδια σὲ Δέκα ταύρους, (δυσκοινοῦν σὲ παλιότερους τσιουσιτικούς ταύρους) καὶ αὐτὰ σχόλιά τους, τετράστιχα καὶ πεζά. Οἱ ζωγραφιὲς τῶν ταύρων ποὺ παρουσιάζονται ἐδῶ εἶναι τοῦ σύγχρονου καλλιτέχνη Τομκι-τσιρο Τοκουρία.

★

1

"Όντας στὰ δυσκοινοῦν αὐτοῦ τοῦ κόσμου, ἀτέλειωτα παρ' ἑμὲ τὰ ψηλὰ χορτάρια γυροῦντας τὸν ταῦρο

Ἀκολουθώντας ἀνώνυμα ποτάμια, χαμένοις στοὺς μπλεδινμένους δρόμους μακρινῶν βουνῶν,

μὲ λειψή τὴ δύναμή μου καὶ ἐξαντλημένη τὴ ζωντανία, δὲ μπορῶ νά βρῶ τὸν ταῦρο.

Μονάχα ἀκούω τίς ἀκρίδες νά χορτοῦν μὲς στὸ δάσος τὴ νύχτα

Σ χ ὅ λ ι ο: Ὁ ταῦρος ἔχει χαθεῖ. Ποιά ἀνάγκη εἶναι νά ψάχνω; Αἰτία μόνο ὁ χωρισμός ἀπ' τὴν ἀληθινὴ μου φύση ποὺ δὲ μπορῶ νά τὸν βρῶ. Στὴ σύγχυση τῶν αἰσθήσεων χάνω ἀκόμη καὶ τὰ χνάριά του. Μακριὰ ἀπ' τὴν πατρίδα, βλέπω πολλὰ σταυροδρόμια ἀλλὰ καὶ ὁδὸς εἶναι ἡ σωστὴ δὲν ξέρω. Ἀλληστία καὶ φόβος, καλὸ καὶ κακὸ μὲ μπλεδινεῖ.

2

Στὴν ὄχθη τοῦ ποταμοῦ κάτω ἀπ' τὰ δένδρα βρίσκω ἀχνάρια!

Ἀκόμη καὶ κάτω ἀπ' τὸ εὐωδιαστὸ χορτάρι βλέπω τὰ σημάδια του.

Βαθιά μέσα σ' ἀλόμακρα βουνὰ ἀνακαλύπτω ταί.

Αὐτὰ τὰ σημάδια δὲ μποροῦν νά κρυφτοῦν πὸ πολὺ ἀπ' τὴ μύτη σου, ὅταν κοιτᾷς τὸν ὄθρανά.

Σ χ ὅ λ ι ο: Καταλαβαίνοντας τὴ διδασκα-

λία, βλέπω τις πατησιές τοῦ ταύρου. Τότε μαθαίνω ὅτι, ὅπως τόσα σκευή εἶναι φτιαγμένα ἀπὸ ἕνα μέταλλο, ἔτσι καὶ μύριες ὀντότητες εἶναι φτιαγμένες ἀπὸ τὸ ὕψαδι τοῦ ἑαυτοῦ. "Αν δὲν ξεχωρίσω πῶς θὰ διακρίνω τὸ ἀληθινὸ ἀπ' τὸ ἀναληθές; Μὴ ἔχοντας ἀκόμη περάσει τὴν πόλη, ὅμως ἔχω δεῖ τὴν ὁδοῦ.

3

Ἀκούω τὸ τραγούδι τοῦ ἀηδονιοῦ.
Ὁ ἥλιος ξεσταίνει, ὁ ἄνεμος εἶναι μαλακός, οἱ ἱτιές εἶναι πράσινες στὸ μάκρος τῆς ἀκτῆς.

Ἐδὼ ταῦρος δὲ μπορεῖ νὰ κρυφτεῖ!
Ποῖος καλλιτέχνης μπορεῖ νὰ ζωγραφίσῃ αὐτὸ τὸ στέροιο κεφάλι, αὐτὰ τὰ μεγαλοπρεπῆ κέρατα;

Σ χ ὁ λ ι ο: "Ὅταν ἀκούσει κανεὶς τὴ φωνή, μπορεῖ νὰ αἰσθανθεῖ τὴν πηγὴ τῆς. Μόλις οἱ ἔξη αἰσθήσεις ἀναμειχθῶν πέρασες τὴν πόλη. "Ὅπου μπαίνει κανεὶς βλέπει τὸ κεφάλι τοῦ ταύρου. Αὐτὴ ἡ ἐνότητα εἶναι σὰν ἄλατι στὸ νερό, σὰ χρώμα στὴ διαφάνεια. Τὸ πῶς ἐλάχιστο πράγμα δὲν εἶναι χωρία ἀπ' τὸ ἑαυτό.

4

Τὸν ἀδράχσω μ' ἕνα τρομερὸ ἀγῶνα
Ἦ τρανὴ τὸν θέληση καὶ δύναμη εἶναι ἀνεξάντλητες.

Ὅρμασε ψηλὰ στ' ὀροπέδιο πάνω ἀπ' τις ὀμίχλες τῶν νεφῶν
Ἦ σ' ἕνα ἀνέμπατο φαράγγι στέκεται.

Σ χ ὁ λ ι ο: Κατοίκησε μέσα στὸ δάσος πολὺ καιρὸ, ὅμως τὸν ἔπιασε σήμερον! Ἦ μάνα γιὰ τὸ τοπίο ἀλλάζει τὴν κατεύθυνσή του. Λαχταρώντας γλυκότερο χορτάρι, πλανιέται πέρα. Τὸ πνεῦμα του εἶναι ἐπίμονο καὶ ἀχαλίνωτο. Ἀν θέλω νὰ ὑποταχτεῖ, πρέπει νὰ ὑψώσω τὸ μαστίγιό σου.

5

Τὸ μαστίγιό καὶ τὸ σκοινὶ εἶναι ἀπαραίτητα, ἀλλίως μπορεῖ νὰ πλανηθεῖ κάτω σὲ κάποιο σκοτισμένο δρόμο.

"Ὅντας καλὰ ἐκπαιδευμένος, γίνεται φυσικὰ μαλακός.

Τότε, λυτὸς, ὑπακούει τὸν ἀφέντη του.

Σ χ ὁ λ ι ο: "Ὅταν μιά σκέψη σηκωθεί, ἄλλη ἀκολουθεῖ. "Ὅταν ἡ πρώτη σκέψη τινάζεται ἀπ' τὴ φώτιση, οἱ ἀκόλουθες σκέψεις εἶναι ἀληθινές. Μὲ τὴν αὐταπάτη, ὅλα κανεὶς τὰ κάνει ἀναληθῆ. Ἦ αὐταπάτη δὲν προκαλεῖται ἀπ' τὴν ἀντικειμενικότητα· εἶναι ἀποτέλεσμα τῆς ὑποκειμενικότητας. Κράτα τὸν κρίκο τῶν ρουθουνῶν γερό καὶ μὴ ἐπιτρέπεις οὐτε μιά ἀμφιβολία.

6

Ἀνεβαίνω στὸν ταῦρο καὶ ἀργὰ γυρίζω πρὸς τὸ σπίτι.

Ἦ φωνὴ τῆς φλογέρας μου τονίζεται μέσα στὸ βοᾶν.

Μετρώοντας μετὰ παλαμᾶκια τὴν παλλόμενη ἀρμονία ὁδηγῶ τὸν ἀτέλειωτο ρυθμό.

"Ὅποιοι ἀκούσει αὐτὴ τὴ μελωδία, θὰ ῥοθεῖ μαζί μου.

Σ χ ὁ λ ι ο: Τέλειωσε αὐτὸς ὁ ἀγῶνας κέρδος καὶ ἀπώλεια ἔγιναν ἕνα. Τραγουδῶ τὸ τραγούδι τοῦ ξυλοκόπου καὶ παίζω τοὺς ἡχοὺς τῶν παιδιῶν. Μπροστὰ προχωρᾶω, καὶ ἄς μὲ φωνάζει ὅποιος νὰ ναι πίσω.

7

Καβάλλα στὸν ταῦρο φτάνω σπῆτι.

Εἶμαι γαλήνιος. Κι ὁ ταῦρος μπορεῖ νὰ ξεκουραστεῖ.

Ἦ ἀγὴ ἦσθε. Ἀναπαύομαι μακάρια, μέσα στὴν καλαμίσκεπη κατοικία μου ἔχω ἐγκαταλείψει τὸ μαστίγιό καὶ τὸ σκοινί.

Σ χ ὁ λ ι ο: Τὸ πᾶν εἶναι ἕνας νόμος, ὄχι δύο. Κάνουμε τὸν ταῦρο μόνον προσωρινὰ ὑπάκουό μας: Εἶναι σὰν τὴ σχέση τοῦ κουνελιοῦ μὲ τὴν παγίδα, τοῦ ψαριοῦ μὲ τὸ δίχτυ. Εἶναι σὰν τὸ χρυσάφι μὲ τὴ σκουριά ἢ σὰν τὸ φεγγάρι ποὺ βγαίνει ἀπὸ ἕνα σύννεφο. Μιά ὁδὸς καθαροῦ φωτός προχωρεῖ συνεχῶς σ' ὅλο τὸν ἀτέλειωτο χρόνον.

8

Μαστίγιό, σκοινὶ καὶ ταῦρος — ὅλα ἀναμειγνύονται στὸ ἴσιον.

Αὐτὸς ὁ οὐρανὸς εἶναι τόσο εὐρὺς ποὺ κανένα μῆνυμα δὲ μπορεῖ νὰ τὸν κηλιδώσει.

Πόσες νιφάδες χιονιοῦ ὑπάρχουν σὲ μιά ἄγρια φωτιά;

Νὰ οἱ πατησιές τῶν πατριαρχῶν.

Σ χ ὁ λ ι ο: Ἦ μετριότητα πάει. Τὸ πνεῦμα εἶναι καθαρό ἀπὸ περιορισμό. Δὲ γυρεῖται καμιά κατὰστασις φώτισης. Ὅτε μόνον ἐκεῖ ποὺ καμιά φώτιση δὲν ὑπάρχει. Ἀφοῦ δὲν παραινέται οὔτε στὴ μιά οὔτε στὴν ἄλλη θέση, τὰ μάτια δὲ μποροῦν νὰ μὲ δοῦν. Ἀν ἐκατοντάδες πουλιὰ στρώναν τὴν ὁδὸ μου μὲ λουλούδια, τέτοιος ἦμιος θὰ ἦταν χωρὶς νόημα.

9

Πολλὰ δῆματα γίνανε στὸ γυρισμὸ πρὸς τὴ ρίζα καὶ τὴν πηγὴ.

Καλύτερα νὰ ἦταν τιφλότητα καὶ κουφαμάρα ἀπ' τὴν ἀρχή.

Νὰ μένεις στὴν ἀληθινὴ σου κατοικία, ἀδιάφορος γι' αὐτὰ τ' ἀπέξω

— τὸ ποτάμι κυλάει ἡσυχᾶ καὶ τὰ λουλούδια εἶναι κόκκινα.

Σ χ ὁ λ ι ο: Ἀπ' τὴν ἀρχὴ ἡ ἀλήθεια εἶναι καθαρή. Ζυγιασμένος σιωπηλά, παρατηρῶ τις μορφές τῆς ὁλοκλήρωσης καὶ τῆς ἀποκλήρωσης. Αὐτὸς ποὺ δὲν εἶναι δεμένος στὴ «μορφῇ» δὲν εἶναι ἀνάγκη νὰ «ἀναμορφωθεί». Τὸ νερό εἶναι σμαράγδι, τὸ δουνὸ εἶναι λουλάκι καὶ βλέπω αὐτὸ ποὺ καταστρέφει.

Ξυπόλυτος και ξέστηθος ανακατεύεται στο πλήθος τοῦ κόσμου.

Τὰ ρούχα μου εἶναι κορυφωμένα κι ὅλο σκόνη κι εἰμαι μακάριος.

Δὲ χρησιμοποιῶ μαγεία νὰ μακρύνω τὴ ζωὴ μου.

τώρα, μπροστά μου, τὰ δέντρα ζωντανεύουν.

Σ χ ὀ λ ι ο: Πίσω ἀπ' τὴν πόλιν μου, χίλιοι σοφοὶ δὲ μὲ ξέρουν. Ἡ ὁμορφιά τοῦ κήπου μου εἶναι ἀόρατη. Γιατί νὰ φάχνει κανεὶς γιὰ τοὺς πατηστὲς τῶν πατριαρχῶν; Πίσω στὴν ἀγορὰ μετ' τὴν μπουνάλα τοῦ κρασιοῦ μου καὶ γυρνᾶω πάλι μετ' τὸ ραβδί μου. Ἐπισκέπτομαι τὸ κρασοποιεῖο καὶ τὴν ἀγορὰ καὶ ὅποιον κοιτάξω φωτίζεται.

ΚΕΝΤΡΩΣΗ

★

Ἡ Κέντρωση εἶναι μιὰ ἀρχαία διδασκαλία. Ξεκινᾷ ἀπὸ τὴ Βίγλιν Μπαϊράβα κι ἀπ' τὴ Σοισάντα Τάντρα, γραμμένες πρὶν ἀπὸ τέσσερες χιλιάδες χρόνια καὶ, πηγαίνοντας χίλια χρόνια ἀκόμη πίσω, ἀπ' τὴν Μαλίν Πιζάγια Τάντρα —καὶ ἴσως ἀπὸ πρὶν παλιὰ ἀκόμη τὴν κρατοῦν οἱ ἀναχωρητές, ὅπως ὁ Λάκσμαντζού, ἀπ' τὸν ὁποῖο τὴν πῆρε ὁ μεταφραστὴς Πάουλ Ρέλς. Ἡ Κέντρωση εἶναι ἓνα τραγούδι τῆς ζωῆς ποὺ τραγουδᾷ ὁ Σίβα στὴ σύζυγό του Ντέβι καὶ δίνει 112 τρόπους γιὰ τὴν αὐτογνωσία.

★

Η ΝΤΕΒΙ ΛΕΙ:

☆

Ἡ Σίβα, ποῖα εἶναι ἡ πραγματικότητά σου; Τὶ εἶναι αὐτὸς ὁ γεμάτος θαύματα κόσμος;

Τὶ συνιστᾷ τὸ σπέρμα;

Ποιὸς κεντρώνει τὸν κοσμικὸ τροχὸ;

Τὶ εἶναι αὐτὴ ἡ ζωὴ ἡ πέρα ἀπ' τὴ μορφὴ ποὺ διαπερνᾷ τὶς μορφές;

Πόσοι μπαίνουνε μέσα τῆς ὁλοκληρωτικῆς, πᾶνω ἀπὸ διάστημα καὶ χρόνο, ὀνόματα καὶ περιγραφές;

Ἄς καθαρίσουν οἱ ἀμφιβολίες μου!

Ο ΣΙΒΑ ΑΠΑΝΤΑΒΙ:

☆

1. Ἀκτινοβολία, αὐτὴ ἡ ἐμπειρία εἶθε νὰ φωτίζει ἀνάμενα σὲ δυὸ ἀνάσες. Ὅταν ἡ ἀνιπνοὴ ἔρχεται μέσα (κάτω) κι ἀκριβῶς πρὶν γυρίσει πάνω (ἔξω) — ἡ ε ὄ ρ γ ἔ τ η σ η

2. Ὅπως ἡ ἀναπνοὴ γυρίζει ἀπὸ κάτω στὰ πάνω καί, πάλι, ὅπως ἡ ἀναπνοὴ καμπυλώνεται ἀπὸ πάνω στὰ κάτω—καὶ μετὰ τὰ δυὸ αὐτὰ γυρίσματα, ἀ ν τ ι λ ῆ ψ ο υ.

3. Ὅποτε ἡ εἰσποὶα κι ἡ ἐκποὶα ἐνώνονται, αὐτὴ τὴ στιγμή ἀγγίζει τὸ ἀνέντρο γεμάτο ἐνέργεια κέντρο.

4. Ἡ, ὅταν ἡ ἀναπνοὴ εἶναι ὅλη ἔξω (πάνω)

κι εἶναι ἀπὸ μόνη τῆς σταματημένη ἢ ὅλη μέσα (κάτω) καὶ σταματημένη —σὲ μιὰ τέτοια ὁλοκληρωτικὴ παύση, ὁ μικρὸς ἐαυτὸς ἔ ξ α φ α ν ῖ ζ ε τ α ι. Αὐτὸ εἶναι ὁσὸ

λο μόνον γιὰ τοὺς ἀκάθαρτους.

5. Στοιχᾶσαι τὴν οὐσία σου σὰ φωτεινὸς ἀκτίνες ποὺ ὑψώνονται ἀπὸ κέντρο σὲ κέντρο ἀνεβαίνοντας τοὺς σπονδύλους, κι ἔτσι ὑψώνε.

ταὶ ζωτικότητὰ μέσα σου.

6. Ἡ στὰ ἐνδιάμεσα διαστήματα, νιώσε το

σάν κ ε ρ α ν ν ὀ.

7. Ντέβι, φαντάσου τὰ συνσκριτικὰ γράμματα μέσα σ' αὐτὲς τὶς γεμάτες μέλι ἐστίες συνειδητικότητας, πρῶτα σὰ γράμματα, μετὰ μετὰ πρὸ ἀνάερα σάν ἤχους, μετὰ σάν πάρα πολὺ ἀνάερα αἰσθημα. Μετὰ, ἀφήνοντάς τα, γίνε ε λ ὀ θ ε ρ η.

8. Προσοχὴ ἀνάμεσα στὰ φρούδια, τὸ πνεῦμα νὰ εἶναι πρὶν ἀπ' τὴ σκέψη. Ἡ μορφὴ νὰ γιμναίει μετὰ οὐσία ἀναπνοῆς ὥς τὴν κορυφὴ τοῦ κεφαλοῦ κι ἐκεῖ νὰ πέσει κατακλι-

σ ι τ ι κ ἂ σ ἂ φ ῶς.

9. Ἡ φαντάσου τοὺς πεντάχρωμους κύλους τῆς σφῆρας τοῦ παγονιοῦ νὰ εἶναι οἱ πέντε σου αἰσθήσεις στ' ἀπεριόριστο διάστημα. Ἀσε μπλὸν τὴν ὁμορφιὰ τους νὰ λειψῶσι κατὰ μέσα. Ὅμοια, σὲ κάθε σημεῖο στὸ διάστημα ἢ σ' ἓνα τοῖχο—μέχρι ποὺ τὸ σημεῖο νὰ διαλυθῇ. Τότε ἡ ἐπιθυμία σου γι' ἄλλο γίνεται πραγματικότητα.

10. Μὲ τὰ μάτια κλειστά, δὲς τὸ ἐσώτερο εἶναι σου λεπτομερῶς. Ἐτοίμους τὴ φύση σου.

11. Δόσε ὅλη σου τὴν προσοχὴ στὸ νεφρὸ, τὸ ντελικάτο σάν τὸ νεφρὸ τοῦ λωτοῦ, τοῦ κέντρον τῆς ραχοσπονδυλικῆς σου. Σὲ τίττοις μετὰ μορφῶς σου.

12. Κλείνοντας τὰ ἑπτὰ ἀνοίγματα τοῦ κεφαλοῦ μετὰ τὰ χέρια σου, ἔνα διάστημα ἀνάμεσα στὰ μάτια σου γίνετα π α ν τ ο φ ῶ ρ ο.

13. Ἀγγίζοντας τοὺς δολβούς τῶν ματιῶν σὰ φτεροὶ, ἡ ἀνάμεσά τους ἐλαφρότητα ἀνοίγει κ α ρ δ ι ἂ κι ἐκεῖ διαποτίζει τὸν κόσμον.

14. Λοῦσον στὸ κέντρο τοῦ ἤχου, ὅπως στὸ συνεχὲς ἤχο τοῦ καταρράκτη. Ἡ κλείνοντας μετὰ τὰ δάχτυλα τ' ἀφτιά, ἀκου τὸν ἤχο τῶν ἡ χ ὤ ν.

15. Τόνισε ἓνα ἤχο, ὅπως α - οὐ - μ, ἀργά. Ὅπως ὁ ἤχος μπαίνει στὴν ἡχώτητα, ἔτσι κι ἔσθ.

16. Στὸ ἀρχίνισμα καὶ στὴ βαθμιαία ἐκπληρωσὴ τοῦ ἤχου τοῦ κάθε γράμματος ἔξ π η η σ ε.

17. Ὅταν ἀκούς ἑγχορδα ὄργανα, ἀκουε τὸ σύνθετο κεντρικὸν τοὺς ἤχο. ἔτσι, παντοπα ρ ο ν σ ι ἂ

18. Τόνισε ἓνα ἤχο ἀκουστά, μετὰ λιγότερο καὶ λιγότερο ἀκουστά καθὼς τὸ αἰσθημα δοθαίνει σὲ αὐτὴ τὴν ἀ η χ η ἀρμονία.

19. Φαντάσου τὸ πνεῦμα μέσα σου—καὶ γὰρ