

KAITEN NUKARIYA

ZEN

RELIGIA SAMURAILOR

FILOSOFIA ȘI ÎNVĂȚĂTURILE ZEN
CARE DEZVOLTĂ AUTOCONTROLUL,
DISCIPLINA INTERIOARĂ ȘI CLARITATEA MENTALĂ

Traducere din limba engleză:

MARIAN STAN

EDITURA  HERALD
București

CUPRINS

INTRODUCERE	7
CAPITOLUL I	15
Zenul în China	
CAPITOLUL II	41
Zenul în Japonia	
CAPITOLUL III	65
Universul întreg este Scriptura Zen	
CAPITOLUL IV	83
Buddha, mintea universală	
CAPITOLUL V	109
Natura omului	
CAPITOLUL VI	135
Iluminarea	
CAPITOLUL VII	169
Viața	
CAPITOLUL VIII	193
Antrenamentul minții și practica meditației	
ANEXĂ	233
Note suplimentare la text	
BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ	261

INTRODUCERE

Geografic vorbind, budismul este împărțit în două școli: cea sudică, mai veche și mai simplă, și cea nordică, mai târzie și mai sofisticată¹. Prima, întemeiată în special pe textele *pāli*², este cunoscută drept Hīnayāna (Micul Vehicul)³ sau doctrina inferioară; a doua, întemeiată pe diverse texte sanscrite⁴ este cunoscută drept Mahāyāna

¹ Școala de Sud are adepți în Ceylon, Birmania, Siam, Asam etc., în timp ce Școala de Nord s-a răspândit în Nepal, China, Japonia, Tibet etc.

² În principal, ele constau din cele *Patru Nikāya*: (1) *Dīgha Nikāya* (textele *Dirghāgama*, traduse în chineză de Buddhaya în 412–413 d.Hr.); (2) *Majjhima Nikāya* (textele *Madhyamāgama*, traduse în chineză de Gautama Saṅghadeva în 397–398 d.Hr.); (3) *Samyutta Nikāya* (textele *Samyuktāgama*, traduse în chineză de Guṇabhadra la începutul dinastiei Sung, 420–479 d.Hr.); (4) *Aṅguttara Nikāya* (textele *Ekottarāgama*, traduse în chineză de Dharmānanda în 384–385 d.Hr.). Dintre acești scrieri Hīnayāna, Rhys Davids a tradus în engleză 23 de *sutta* în *Cărțile Sacre ale Orientului*, vol. II–III, și alte 7 *sutta* în *Cărțile Sacre ale Orientului*, vol. XI.

³ Budiștii din Școala de Sud nu și-au spus niciodată Hīnayāna. Numele este o invenție a budiștilor de mai târziu, care au simțit nevoia să se numească Mahāyāna pentru a se deosebi de forma anterioară a budismului. Observăm că termenul „Hīnayāna” apare frecvent în textele Mahāyāna, lipsind însă din scripturile Hīnyāna.

⁴ *K' yuen-luh*, un catalog al scrierilor canonice din tradiția budistă oferă titlurile a 897 de *sūtra*, însă maeștrii acestei școli consideră a fi cu adevărat importante doar aproximativ 20 de texte. Dintre ele, Max Müller a tradus în engleză *Marea Sukhāvativyūha-sūtra*, *Mica Sukhāvativyūha-sūtra*, *Vajracchedikā-sūtra*, *Marea Prajñāpāramitā-hṛdaya-sūtra*, *Mica Mica Prajñāpāramitāhṛdaya-sūtra*, iar J. Takakusu

(Marele Vehicul) sau doctrina superioară. Specialiștii occidentali sunt familiarizați mai ales cu preceptele Școlii de Sud. Astfel, când se referă la budism, ei au în vedere doar curentul de gândire sus-amintit. Despre Școala de Nord se cunosc destul de puține lucruri, deoarece majoritatea textelor originare s-a pierdut iar învățăturile izvorâte din aceste texte sunt redactate în chineză, tibetană sau japoneză, limbi greu accesibile cercetătorului nebudist.

Unii se grăbesc să califice întregul sistem al învățăturilor budiste ca fiind „pesimist” sau „nihilist”¹, deoarece budismul a fost adoptat în egală măsură de popoare cu temperamente și niveluri culturale diferite. În decursul a aproape 2 500 de ani, în sânul său s-au ivit concepții foarte variate și chiar diametral opuse. Numai în Japonia există în prezent treisprezece secte principale², budismul fiind aici în plină înflorire, ceea ce nu se poate spune și despre situația din alte țări. Iată de ce Japonia este cel mai bun exemplu dacă dorim înțelegerea modului de viață al unei țări unde

a tălmăcit în engleză *Amitāyur-Dhyāna-sūtra* în seria *Cărțile Sacre ale Orientului*, vol. XXI. *Saddharma-puṇḍarika-sūtra* a fost tradusă în engleză de către Kern în *Cărțile Sacre ale Orientului*, vol. XXI. E util să comparăm aceste texte cu lucrarea *Outlines of Mahāyāna Buddhism* de D. Suzuki.

¹ Curentul Hīnayāna este, în general, înclinat spre pesimism, în timp ce Mahāyāna propune o viziune optimistă asupra vieții. Chiar dacă unele *sūtra* Mahāyāna pledează în favoarea nihilismului, altele promovează idealismul sau realismul.

² (1) Secta Tendai, incluzând trei subsecte; (2) Secta Shingon, incluzând unsprezece subsecte; (3) Secta Ritsu; (4) Secta Rinzai, incluzând paisprezece subsecte; (5) Secta Soto; (6) Secta Obaku; (7) Secta Jodo, incluzând două subsecte; (8) Secta Shin, incluzând zece subsecte; (9) Secta Nichiren, incluzând nouă subsecte; (10) Secta Yuzu Nenbutsu; (11) Secta Hosso; (12) Secta Kegon; (13) Secta Ji. Dintre aceste treisprezece grupări, doar Rinzai, Soto și Obaku sunt afiliate Zenului. Pentru alte informații, se poate consulta volumul *A Short History of the Twelve Japanese Buddhist Sects* de B. Nanjo.

INTRODUCERE

majoritatea populației se supune principiilor călăuzitoare ale Școlii de Nord. A-i studia religia înseamnă a pătrunde în tainele Mahāyāna, un tărâm aproape necunoscut Occidentului. Cercetându-i credințele, nu ne propunem să dezgropăm vestigiile budismului de acum douăzeci de secole, ci să cunoaștem direct tradiția Mahāyāna ce continuă să-i anime pe credincioși chiar și în zilele noastre.

Această carte a fost scrisă pentru a demonstra că perspectiva din care Mahāyāna privește viața și lumea este profund diferită de cea a școlii Hīnayāna, curentul de gândire la care se referă cercetătorii occidentali atunci când vorbesc despre budism. Ea dorește să arate cum religia budistă s-a adaptat condițiilor existente în Extremul Orient și să dea seamă asupra vieții spirituale din această zonă.

Faptul că, dintre cele treisprezece secte din Japonia, am ales să ne ocupăm tocmai de școala Zen¹ se datorează copleșitoare sale influențe asupra întregii națiuni, precum și poziției singulare pe care o deține între religiile lumii. În primul rând, trebuie să știm că Zenul a apărut odată cu budismul însuși, ba chiar anterior acestuia, căci practicile sale meditative nu se deosebesc prea mult de cele ale asceților din India prebudistă. Din acest punct de vedere, Zenul oferă material din abundență pentru studiul comparat al religiilor.

Apoi, în ciuda vechimii lor, ideile promovate de adepții Zenului sunt novatoare, asemănându-se cu preceptele mișcării Noii Budiști.² Această coincidență poate

¹ Zen este o prescurtare a cuvântului *Zenna*, lecțiunea japoneză a cuvântului *ch'an-na* (*ch'an*). Acest termen e, la rândul său, versiunea în limba chineză a termenului sanscrit *dhyāna* sau „meditație”. El se referă la întregul corpus de precepte și tehnici specifice școlii Zen, considerată o ramură a budismului Mahāyāna (Marele Vehicul).

² Grupul intitulat „Noii Budiști” include persoane care au renunțat la

explica ecoul semnificativ de care se bucură în prezent unii tineri reformatori ai budismului japonez.

În al treilea rând, sectele budiste, asemeni tuturor religiilor nebudiste, pun accentul pe autoritatea scripturară; însă Zenul o relativizează, pe motiv că ideogramele (cuvintele) sunt incapabile să exprime pe de-a-ntregul adevărul, pe care doar mintea este menită să-l experimenteze.¹ În consecință, potrivit accepțiunii Zen, adevărul realizat de Śākyamuni odată cu Trezirea sa nu a fost transmis pe cale orală, nici cu ajutorul scripturilor, ci în mod direct, de la mintea maestrului la cea a discipolului, de la o generație la alta, până în zilele noastre. Referindu-se la scripturi, maeștrii Zen nu se sfiesc să vorbească despre „risipă de hârtie”², fapt fără precedent în istoria religiilor lumii.

În al patrulea rând, dacă budismul, ca și celelalte religii, își venerează întemeietorii, considerându-i drept ființe supraumane, pentru practicanții Zen, Buddha este doar un predecesor, al cărui nivel spiritual urmăresc să-l atingă. Mai mult, ei seamănă pe cel rămas în exaltarea specifică stării de budaitate cu cineva legat de un lanț de aur, deplângând această robie. Unii nu s-au sfiit să declare că ființele Buddha și Bodhisattva sunt sclavii și slugile lor³. O astfel de atitudine este greu de imaginat la adepții altor religii.

În al cincilea rând, deși nebudistii etichetează budismul drept idolatrie, Zenul nu are nimic comun cu accepțiunea

vechile precepte budiste. Numărându-se printre curentele cu influență în Japonia, el editează organul de presă *Noul Budism*.

¹ Prin „minte” se înțelege conștiința cosmică profundă *hishiryō* („gândirea de dincolo de gândire”), așa cum se va vedea în capitolele următoare. (*N. tr.*)

² Lin Tsi Luh (Rinzai-roku)

³ „Śākya și Maitreya”, spune Goso, „sunt sclavii altei persoane. Cine este cealaltă persoană?” (*Zen-rin-rui-ju*, vol. I, p. 28).

curentă a termenului. Propunând o viziune foarte elevată asupra Divinității, el este departe de orice formă de idolatrie; ba, uneori, adoptă o atitudine net iconoclastă, precum Tan Hia¹ care, într-o dimineață geroasă, s-a încălzit punând pe foc niște statui de lemn înfățișându-l pe Buddha. Iată de ce suntem convinși că descrierea stării de fapt din interiorul budismului va spulbera prejudecățile întretinute împotriva lui.

În al șaselea rând, încă o particularitate Zen privește modul său unic de a exprima intuițiile religioase de mare profunzime prin anumite gesturi ciudate precum ridicarea unei perii, lovirea unui scaun cu bățul, emiterea unui țipăt puternic și altele de același tip. Grație acestor exemple pe cât de șocante pe atât de grăitoare, cei interesați de studiul religiilor vor înțelege mai bine cât de diferite pot fi formele sub care se exprimă religiozitatea.

Pe lângă aceste caracteristici, Zenul se remarcă și prin tehnicile sale fizice și mentale. S-a dovedit că Zazenul² practicat zi de zi ameliorează sensibil starea fizică a discipolului. Datele istorice arată că, în ciuda unui stil de viață extrem de simplu, maeștrii Zen se bucură de longevitate. Mult mai interesante sunt însă tehnicile sale mentale. Discipolul se menține la distanță egală între tumultul necontrolat al pasiunii și apatia devitalizantă, fără a fi nici sentimental, nici lipsit de inteligență, nici sclav al reacțiilor afective, dar nici insensibil.

Astfel, tehnicile acestea pot vindeca multe boli psihice cauzate de tulburări nervoase, fiind o adevărată

¹ Un maestru Zen chinez, binecunoscut pentru ciudățeniile sale, mort în 824 d.Hr. Pentru detalii asupra acestei povestiri, vezi *Zen-rin-rui-ju*, vol. I, p. 39.

² Meditația Zen în poziție șezândă. Pentru detalii exhaustive, vezi Cap. VII.

hrană pentru un creier obosit, ca și un excelent antidot împotriva somnolenței și a lenei mentale. Ele conduc la autocontrol, reușind astfel să domolească patimi precum mânia, gelozia, ura și altele asemenea, și trezind simțăminte nobile ca generozitatea, compasiunea, mila. Aceste tehnici reprezintă o cale către Iluminarea supremă, întrucât spulberă iluzia și îndoiala. Odată cu depășirea egoismului, dorințele impure dispar, adevărata moralitate se exprimă neîngrădit, și în cele din urmă, înțelepciunea înăscută se poate manifesta.

Nu putem insista îndeajuns asupra importanței istorice a Zenului. După ce a fost adus în China în secolul al VI-lea d.Hr., a câștigat teren în timpul dinastiilor Sui (598–617) și Tang (618–906), bucurându-se de un ecou fără egal printre școlile budiste pe întreaga perioadă a dinastiei Sung (976–1126) și a dinastiei Sung de Sud (1127–1367). Este vremea când confucianismul asimilează anumite precepte budiste, în special Zen, schimbându-se astfel în profunzime și dând la iveală așa-numita filosofie speculativă¹. În timpul dinastiei Ming (1368–1659), celebrul erudit confucianist Wang Yang Ming² adoptă principiile fundamentale Zen și creează o școală grație căreia Zenul va exercita o puternică influență asupra cărturarilor, oamenilor politici și militarilor din China și Japonia.

În Japonia, el a fost introdus mai întâi ca religie specifică samurailor și castei militare, având un rol formator

¹ Vezi *A History of Chinese Philosophy* de Ryukichi Endo și *A History of Chinese Philosophy* de Giichi Nakauchi.

² Pentru a afla mai multe amănunte despre viața acestui mare erudit și militar (1472–1529), a se consulta volumul *A Detailed Life of O Yo Mei A* de Takejiro Takase și, de asemenea, *O-yo-mei-shutsu-shin-sei-ran-roku*.

INTRODUCERE

în viața multor eroi despre care putem citi în cărțile de istorie. Ulterior, datorită literaturii și artei, a reușit să se facă accesibil tuturor claselor sociale, sfârșind prin a influența fiecare aspect al vieții naționale. Japonia modernă i-a recunoscut virtuțile mai ales după războiul ruso-japonez, considerându-l instrumentul perfect pentru educarea tinerei generații.



Bodhidharma, Primul Patriarh al Zenului în China

ZENUL ÎN CHINA

1. ORIGINEA INDIANĂ A ZENULUI

Astăzi, putem găsi discipoli ai Zenului veritabil doar printre budiștii japonezi. Nu-i dăm de urmă în așa-zisa „Evanghelie a lui Buddha” și nici nu-l mai întâlnim în China sau în India. Ceea ce știm cu certitudine este că preceptele Zen provin de la însuși Buddha Śākyamuni, dacă nu chiar din perioada prebudistă. Nu trebuie uitat că inițiații brahmani practicau meditația sau *Dhyāna*¹ încă din timpuri imemorabile.

Reținându-și suflurile, cel ce-și stăpânește toate mișcările va respira încetinit pe nări. Fără greș, înțeleptul își va înfrâna mintea, acest car tras de cai nărăvași.

El va alege pentru exerciții un loc neted, curat, fără pietricele, departe de foc și de praf, învăluit de sunete binefăcătoare, cursuri de apă sau lacuri prin apropiere, umbrit, plăcut vederii, bine adăpostit.

¹ „Dacă înțeleptul își menține corpul cu ale sale trei părți (piept, gât și cap) într-o poziție dreaptă, verticală, întorcându-și atenția către inimă, va trece cu bine prin toate vâltoarele ce pricinuiesc spaima, căci se va afla în luntrea lui Brahman”.

ZEN – RELIGIA SAMURAILOR

Primele forme sub care Brahman se înfățișează celor care practică Yoga sunt: ceața fumegândă, Soarele, focul, vântul, incandescența, fulgerele și o Lună de cristal.

Când apar pământul, apa, lumina, căldura și eterul, când apar virtuțile, cele de cinci feluri, atunci cel care și-a forjat corpul prin focul practicii Yaga nu va mai cunoaște boala, bătrânețea și durerea.

Se spune că primele roade ale practicii Yoga sunt starea de ușurătațe la nivel mental și corporal, lipsa bolii, reechilibrarea interioară, o voce plăcută, o mireasmă dulce și o cantitate redusă de secreții.

(*Svet. Upanișad*, II, 8–13)

Cea mai înaltă stare de conștiință survine atunci când cele cinci instrumente de cunoaștere (simțurile) împreună cu mintea nu mai sunt afectate de stimuli, iar intelectul și-a încetat goana.

Yoga este tocmai această disciplinare completă a simțurilor. Totuși, practicantul nu trebuie să se lase obsedat de absența gândurilor, căci Yoga nu poate fi ținută pe loc.

(*Katha Upanișad*, II, 10, 11)

*

Pentru a se putea concentra asupra obiectului meditației, practicantul va trebui să-și stăpânească suflurile, să-și disciplineze simțurile, să se dedice meditației, să-și focalizeze atenția, să urmeze calea introspecției și să realizeze unirea completă (*samādhi*). Iată cele șase fațete ale Yoga. Experimentându-le, înțeleptul fi

ZENUL ÎN CHINA

va întâlni pe creatorul de culoarea aurului, stăpânul, pe Brahman în persoană, cauza primă; apoi, depășind binele și răul, el va face astfel încât totul [respirație, organe de simț, corp etc.] să fie una în Marele Nemișcat (Brahman).

(*Maitr. Upanișad*, VI, 18)

Iată cum este descrisă altundeva modalitatea de focalizare a atenției spre interior (*dharāṇā*):

Dacă practicantul presează cu vârful limbii în cerul gurii, stăpânindu-și vocea și calmându-și gândurile și fluxul respirator, îl va putea vedea pe Brahman prin cunoaștere discriminativă (*tāraka*). Când, după încetarea activității mentale, el își vede propriul Sine, mai mic ca firul de praf, dar strălucind precum Sinele Suprem, el percepe identitatea dintre Sinele propriu și Sine, devenind lipsit de Sine. Acum, el depășește orice limitare, fiind fără cauză, complet absorbit în starea de conștiință pură. Acesta este misterul ultim, eliberarea finală.”

(*Maitr. Upanișad*, VI, 20)

Amṛtab. Upanișad, 18, descrie trei modalități de a sta așezat, anume, postura Lotus (*Padmāsana*), cu picioarele încrucișate dedesubt; postura diagramei mistice (*Svastik-āsana*); și așa-numita postură favorabilă (*Bhadrāsana*); în vreme ce *Yogaśikhā* recomandă postura Lotusului, cu atenția îndreptată spre vârful nasului, mâinile și tălpile strâns unite.

Însă primii budiști au considerat așa-numitul Zen brahmanic ca fiind heterodox față de cel propus de Buddha¹. Zenul provine din Iluminarea pe care a experimentat-o Śākyamuni la vârsta de 30 de ani, în timp ce medita așezat sub Arborele Trezirii (*Bodhi*). Se spune că, după ce a ajuns la cunoașterea Adevărului ultim, Buddha ar fi afirmat: „Toate formele de existență, însuflețite sau nu, au parte de Trezire deodată”.

Potrivit tradiției², Śākyamuni și-a încredințat misterioasa doctrină „de la minte la minte” celui mai vechi discipol pe numele său Mahākāśyapa cu prilejul conciliului care a avut loc pe Muntele Vulturului Sacru. Fiind recunoscut ca Primul Patriarh, Mahākāśyapa a transmis la rândul-i învățătura celui de-al Doilea Patriarh pe nume Ānanda, ajungându-se astfel la Bodhidharma, cel de-al Douăzeci și optulea Patriarh³. Nu ne putem pronunța asupra acurateței datelor istorice, dar trebuie menționat că lista cu numele celor douăzeci și opt de Patriarhi cuprinde mulți învățați eminenti ai școlii Mahāyāna, ca și ai

¹ Autorul anonim al *Laṅkāvatāra-sūtra* (text fundamental al Zenului) face distincția între Zenul heterodox și Zenul Hīnayāna, apoi între acesta din urmă și cel din Mahāyāna, pe care-l numește Zenul sacru al lui Buddha. Mulți sunt convingși că *Laṅkāvatāra-sūtra* conține doctrina Mahāyāna ce a fost înfățișată ulterior de către Aśvaghōṣa în *Kṛṣṇotpāda Śāstra*. *Sūtra* a fost tradusă inițial în chineză de Guṇabhadra în 443 d.Hr., apoi de către Bodhiruci în 513 d.Hr. și de Śikṣānanda în 700–704 d.Hr. Textul este faimos grație profeției legate de Nāgārjuna, pe care o redăm alăturat: „După *Nirvāṇa* lui Tathāgata/Va fi ceva în viitor/Ascultă-mă bine, o, Mahātmā/Cineva care-mi va vesti Legea/În țara cea mare din Sud/Va fi un venerabil *bhikṣu*/Pe numele său Bodhisattva Nāgārjuna/Ce va spulbera nălucirile despre Āstika și Nāstika/Va propovădui oamenilor Calea (*Yāna*) mea/Legea Supremă Mahāyāna/Și va atinge *Pramuditā bhūmi*”.

² Vezi Anexa, nota *De la minte la minte*.

³ Vezi Anexa, nota *Cei douăzeci și opt de Patriarhi*.

altor școli din interiorul budismului, precum Aśvaghōṣa¹, Nāgārjuna², Kanādeva³ și Vasubhandhu⁴.

2. BODHIDHARMA ADUCE CU EL ZENUL

Un eveniment de primă importanță pentru istoria budismului a avut loc odată cu sosirea lui Bodhidharma în China. În jurul anului 520 d.Hr.⁵, el nu aduce din sudul Indiei niște scripturi lipsite de viață, ci întruchiparea vie a învățaturii legate de Iluminare, spiritul lui Śākyamuni, ceea ce face din el o figură unică în istoria Zenului. Nu trebuie să ni-l închipuim ca pe un misionar dornic să intre în grațiile ascultătorilor. Comportamentul său era total diferit de cel al

¹ Unul dintre fondatorii budismului Mahāyāna, care s-a bucurat de un ecou considerabil în sec. I d.Hr. Biografia sa a fost tradusă în chineză de către Kumārajīva în 401–409 d.Hr. Principalele sale lucrări sunt: *Mahāyāna Kṛṣṇotpāda*, *Mahālaṅkāra-sūtra-śāstra*, *Buddhacarita-kāvya*, *Dvādaśanikāya-śāstra*, *Aṣṭāśācakra-śāstra*.

² Fondatorul școlii Madhyamika din cadrul budismului Mahāyāna, care a trăit în secolul II d.Hr. Biografia lui a fost tradusă în chineză de către Kumārajīva în 401–409 d.Hr. Îi sunt atribuite douăzeci și patru de cărți, dintre care amintim: *Mahāprajñā-pāramitā-śāstra*, *Madhyamika-śāstra*, *Prajñā-dīpa-śāstra*.

³ Numit uneori Āryadeva, el este un succesor al lui Nāgārjuna. Biografia lui a fost tradusă în chineză de către Kumārajīva în 401–409 d.Hr. Dintre operele sale, amintim: *Cūtā-śāstra*, *Śāstra lui Bodhisattva Deva despre respingerea celor patru școli eretice Hinayāna*.

⁴ Fratele mai tânăr al lui Āsaṅga, Vasubandhu este un reprezentant de frunte al budismului Mahāyāna din secolul al-V-lea d.Hr. Lui îi sunt atribuite treizeci și șase de lucrări, dintre care amintim: *Āparimitāyus-sūtra-śāstra*, *Mahāparinirvāṇa-sūtra-śāstra*, *Mahāyāna-Caturdharmavidyā-dvara-śāstra*, *Bodhicittopādāna-śāstra*, *Buddhagotra-śāstra*, *Abhidharma-kośa-śāstra* etc.

⁵ Istoricii budismului nu s-au pus încă de acord asupra datei când Bodhidharma a sosit în China. E utilă o comparație între variantele propuse de Huan Fah Chan Tsung Lun (Denbō Shōju-ron) și Hui Yuen (Egen).