

## Dobosy Antal

# A zen bot



Sokszor halljuk és olvassuk zen kóanokban, hogy a mester botjával megüti a tanítványt, és a tanítvány eléri a megvilágosodást. A tanításnak ez a módszere, az ütés, nekünk már meglehetősen idegen. Sérti az önérzetünket, és önként nem szívesen vállalnánk fel, még akkor sem, ha segítségként fogjuk fel. A mi kultúránkban a botütés megszégyenítő, hiszen egyértelműen büntetésre használták egészen a közel múltig, és örülünk annak, hogy mára kiiktatták az iskolákból. Azonban a zen tanításokban a botütésnek pozitív szerepe van, a bot nem a fegyelmezést szolgálja, elsősorban a szellemi előre jutást van hivatva segíteni. A botot mind a mai napig használják a zen tanítók. Amellett, hogy ez a göcsörtös tanító bot nagyon is valóságos, egyben szimbólum is. Amikor egy tanító Dharma-beszédet tart a tanítványoknak, segédeszközként használja mondanivalójának illusztrálására, máskor meg egy helyzetet mutat fel vele. A botütés hangja, amikor a földre vagy az asztalra csapnak vele, megállítja egy pillanatra a tudatot, előáll egy a hétköznapi életben ritkán előforduló tudatállapot, amire érdemes odafigyelni. De még akkor is a tanítást és a tanulást segíti, ha a mester, nem okozva sérülést vagy fájdalmat, szimbolikusan a tanítvány hátra üti vele. Az abban a pillanatban kialakuló tudati helyzet ugyanis alkalmas arra, hogy felidézze az életben előforduló nehézségeket, és megláthatjuk hogyan is viszonyulunk azokhoz. A bölcs emberek gyakran az által változtak és nemesedtek, hogy a sok kellemetlenség és nehéz élethelyzet, amit átéltek, tanulsággal szolgált nekik, inspirálóan hatott rájuk, így még a bajok is a javukat szolgálták. A zen bot ilyen megváltoztató eszköz, *varázs bot!* Megváltoztatja azt, amire ráütünk, és azt, *akire* ráütünk, de megváltoztatja azt is, aki üt. Másképp látunk a zen bot érintése után, másképp gondolkodunk, és másképp érzünk. Az egész körülöttünk lévő világ megváltozik. Ha tényleg haladni akarunk, ne féljünk tőle, bátran üssünk csak *saját magunkra!* Tudatunkra, céljainkra, eszméinkre, szemléletünkre, értékrendünkre és gondolkodási módszereinkre! Hátha egyszer mi is elérjük a megvilágosodást! 🍻

## Tartalom

<i>Bevezető</i>		<i>Zen Akadémia</i>	
A zen bot • Dobosy Antal	1	4	Kenéz László • Zen művészeti kurzus
<i>Közösségi élet</i>		<i>Gyakorlás</i>	
Események • Dobosy Antal	2	32	Károlyfi Judit • Gyakorlásaim
<i>Történet</i>		3	Sperling András • A gyakorlásról
Szelfibot • Almási Lajos	42	50	Szeremley Anett • Úttalan utakon
Adok-kapok • Von Dó szerzetes	16	<i>Esszé</i>	
<i>Szemleli háttér</i>		38	Dobosy Antal • Lakótelep
A zen négy alapelve • Dobosy Antal	9	24	Ghymes Péter • Interrogatív
Együttértés, együttértés,		15	Hegedűs Péter • A zen, mint
együtt megvilágosodás • Dobosy Antal	19		a lehetetlen művészete
Fából vaskarikák • Szeremley Levente	28	6	Jankovics Zoltán • Bukan tigrise
<i>Tanulmány</i>		44	Mezei József • Kreativitás
A szellemi autózvezetés • Csécs Viktor	45	17	Ódor Máriusz • Energia
Nyugati zen? • Lászlók András	34	52	Sallai Zoltán • Dharma halmozás
<i>Művészet</i>		39	Sallai Zoltán • Bódhiszattva a félreértett
Minden percben • Károlyfi Judit	27		misztikus hős
<i>Történelmi háttér</i>		41	Sallai Zoltán • Mahákásjapa világ(osság)a
A dharmatermesztet dala • Lászlók András	10	18	Sperling András • A rámutatás