



Liść Sangowy

30 kwietnia 2008

www.kannon.pl

info@kannon.pl

*„Oddech wymiata umysł.
Po takim zamiataniu na nowo odkrywasz przestrzeń,
która jest cicha, spokojna, promienna
- i towarzyszy ci od zawsze.”*

Jakusho Kwong Roshi
(Bez Początku Bez Końca)

Najbliższe terminy weekendowych zazen:

WARSZAWA

2-dniowe zazen na Tureckiej w 2008 roku:

9-11 maja.

Zapisy Piotr Boruta:

Tel. 022 610 7117, 501 016 183

TRÓJMIASTO

16 -18 maja – sesshin w Kamionce

Więcej info: www.pustka.pl

POZNAŃ

16 - 18 maja – zendo w Poznaniu

ul. Dolna Wilda 20

Informacje i zapisy: Piotr 509 465 778

<http://www.nowaeducacja.pl/zen.html>

Sonoma i San Francisco. Wspomnienia z Kalifornii. część 2

Jarek Kaiin Chybicki

Siedzenia i ich tematy.

Tym razem siedzenia były jakby tematyczne. To znaczy myślało mi się podczas nich na tematy różne. A tematy te są wyszczególnione poniżej.

Siedzenie 7 luty, przed obiadem.

Nie robię żadnych postępów. Taki temat miało to siedzenie. Załamać się. Siedzi się i siedzi. Do Ameryki jeździ, trudne trudy znosi, siedzi w domu codziennie, czyta masę książek. I nic. Nic podwójne. Po pierwsze nic się nie rozumie z tego świata całego. A po drugie, siedzenie przebiega w rejonach oddalonych od samadhi. Daleko oddalonych. W innej przestrzeni wręcz. W przestrzeni bólu, zamętu w głowie, braku skupienia. Kompletnie z tego nic nie wynika. Siedzenia przypominały mi moje trudne

początki: lęk przed rundą, bóle wszędzie, brak skupienia. Było tak jakbym wrócił kilka lat do tyłu. Niemal doczołgałem się do końca sesshin. Cóż, zmierzyłem się z trudną prawdą: jestem kiepskim studentem Zen. Zacząłem szukać pocieszenia, wręcz ratunku, w teoriach co mi do głowy przyszły.

Pierwsza teoria.

Carl Gustav Jung mówiąc o rozwoju przyrównywał go do wędrówki po spirali, ku jej środkowi. Znaczy to, wedle niego, że w czasie tej wędrówki co jakiś czas mijają się podobne krajobrazy tyle, że widzi się je z nieco innej perspektywy, jest się coraz bliżej środka. Przypomina to ruch po kole, każde okrążenie tej spirali to te same sprawy i problemy tylko każde okrążenie zbliża nas do celu podróży.

Każde okrażenie, pomimo stawiania nas co jakiś czas wobec tych samych, znanych dobrze kłopotów, sprawia jednak, że problemy te są nieco inne, mają inną naturę, oglądamy je na nowo z nieco innego „piętra”, nieco bliżej środka spirali. Wniosek z tego taki, że rozwój, cokolwiek to znaczy, tak naprawdę nie zmienia naszych problemów, nie eliminuje ich. Raczej powoduje, że przeżywając je na nowo, widzimy je z nieco innej perspektywy. Stare problemy zawsze wracają, nasze rozumienie tychże nieco się zmienia. Zgodnie z tym pomysłem, to co się ze mną dzieje musiało się zdarzyć. Jest więc całkowicie naturalne. Mogę się zatem skupić na tym co się dzieje. Może coś nowego w kwestii się objawi. Nie muszę walczyć o lepszą praktykę. Ona jest jaka jest.

Druga teoria.

Roshi Suzuki wielokrotnie, oczywiście inni Mistrzowie także, w tym rzecz jasna Roshi Kwong, powtarza, że praktyka nie powinna mieć celu, powinna być celem samym w sobie czy jakoś tak. Jeśli tylko mamy jakiś cel praktyki, z pewnością tego nie zrealizujemy. Łatwo powiedzieć, trudniej zaakceptować. Jak chcę „tylko” żeby mi się lepiej siedziało, to raczej na pewno nie będzie mi się lepiej siedziało. Pojawił się cel, co spowodowało, że cel stał się niemożliwy do osiągnięcia. Pozostaje zaakceptować, zgodzić się na to co się dzieje, tym bardziej, że i tak nie mam wyboru. Rozgościć się w tych kłopotach, bólach, zamęcie. I praktykować w ten właśnie sposób. Zresztą i tak innej oferty nie miałem. Prawdę mówiąc jestem jaki jestem. Ani lepszy ani gorszy. Jestem perfekcyjnie nieperfekcyjny. Przypomniało się opowieść De Mello, w której Mistrz mówi, że wszystko na świecie jest perfekcyjne. Jeden z uczniów pyta: „A garbus? Też jest perfekcyjny?” Odpowiedź była mniej więcej taka: „Cóż, jako garbus, garbus jest absolutnie perfekcyjny.” Moje siedzenie stało się dokładnie w pełni takie: bolące, ze strachem, zamętem. Perfekcyjność takiego siedzenia polega głównie na tym, że nie za bardzo myślę o tym, że to ja siedzę. Że zapominam o sobie. „Studiowanie siebie, to zapominanie o sobie.” Prawda.

Teoria trzecia.

Shunryu Suzuki pisał w książce „Umysł Zen, Umysł Początkującego” o drabinowym widzeniu rozwoju praktyki w Zen. Nie rozwijał tego tematu, z tego co zrozumiałem zaznaczył, że myślenie o takim sposobie rozwoju własnej praktyki jest błędem. Ołśniło mnie, że właśnie takie mam widzenie szlifowania praktyki, że praktyka będzie coraz lepsza, ale słowo „lepsza” oznacza moje rozumienie rozwoju wypadków. A przecież, prawdę mówiąc, nie mam pojęcia, co znaczy rozwój praktyki, przecież wszystko co się dzieje przeżywam po raz pierwszy, nie wiem co będzie dalej. Może rozwój praktyki polega właśnie na tym co mi się przydarza? To chyba też znaczy, że warto nie za bardzo spodziewać się czegoś, planować. Życie jak wiadomo jest zaskakujące samo w sobie, przebieg praktyki jeszcze bardziej. W zasadzie najlepiej będzie jak przyjmę to co się zdarza, nie za bardzo kombinując, odnosząc to do moich idealnych wyobrażeń. Ponieważ te moje oczekiwania dotyczą czegoś o czym nie mam pojęcia. Trochę mnie to uspokoiło. Problemem nie jest problem, ale mój apetyt, żeby go nie było.

Teoria czwarta.

Skoro w Zendo idzie mi nienadzwyczajnie, skoro jednak chcę praktykować, skoro w zasadzie nie mam wyboru, to może przenieść ciężar praktyki poza Zendo, poza siedzenie? Może poszukać praktyki wszędzie indziej? Praktykować wsiadając do autobusu, kasując w tym autobusie bilety, patrząc z niego przez okna. Medytować w domu, wstawiać nieco wcześniej, żeby choć 10 minut rano usiąść, zrobić choć 27 pokłonów codziennie, wieczorem podobnie. Jak zasiadam do pracy, to zgodnie z radą Chogyama Trungpy, popatrzeć przez kilka chwil w okno i rzec do siebie w duchu: „Jakie to wszystko piękne”, a następnie zacząć pracę. I tak dalej. Zrobić pierwszy krok w decyzji, że rozciągam prawdziwą praktykę poza Zendo. Dokonać jednocześnie dwóch manewrów. Po pierwsze przededefiniować obszar praktyki. A po drugie zacząć robić małe, kilkuminutowe wręcz kroki w praktyce poza Zendo. Ale robić je w sposób zaplanowany, zdecydowany. Co niniejszym czynię.

PS. Jeżeli macie ochotę na przeczytanie całości wspomnień Jarka, zapraszamy na stronę: <http://www.pustka.pl/x.php/1,443/Sonoma-i-San-Francisco.html>, a zdjęcia z pobytu w Kalifornii znajdziecie tu: <http://picasaweb.google.pl/JarekCh64/>

Ango 2008

Jeszcze raz informacje o tegorocznym Ango.

Prosimy zgłaszać się do 18 maja!!!

Termin tegorocznego Ango: 15 czerwca 2008 – 12 lipca 2008.

Prepionierka: 6-8.06.2008

Pionierka: 13-14.06.2008

Sesshin: 28 czerwca – 04 lipca

Obchody XX lecia sanghi: 5 lipca (sobota)

Ceremonia Shiuso: 11 lipca

Finalne pakowanie: 12 lipca

Dni odpoczynku w soboty: 21.06, 28.06, 5.07

Zapisy na pionierki i Ango u Sławka Lipskiego:

slawek@altnom.pl, mumonzan@gmail.com, 601 240 457, 0 22 8414 925 (po 18:00)

Również w tym roku promujemy wcześniejsze zapisy – 10% zniżki od podanych poniżej cen dla osób, które zapiszą się i zrobią przedpłatę na konto (120 zł za każdy tydzień, na który się wybieramy) **do 18 maja** (ta zniżka nie obejmuje specjalnej dopłaty za sesshin). W ten sposób próbujemy was zachęcić do wczesnych zapisów. Niezwykle ważne dla sprawnego zorganizowania Ango jest dostatecznie wczesna informacja o tym kto kiedy przyjeżdża.

Do 18.05. na listę uczestników sesshin przyjmujemy tylko członków sanghi. Po tym terminie także wszystkich chętnych. Inaczej mówiąc do 18.05. członkowie sanghi mają pierwszeństwo. Ale tylko do 18.05, więc nie zaśpijcie.

		Aktywni	Wspierający	Pozostali
1 dzień	do 6 dni	79	89	100
	7-13 dni	66	75	84
	14-20 dni	61	69	77
	21>	58	66	74
1 tydzień		441	513	597
2 tygodnie		817	950	1092
3 tygodnie		1149	1333	1522
Całość		1408	1623	1857

+ 250 złotych dodatkowo za sesshin

Podajemy nr konta:

Buddyjska Wspólnota Zen Kannon

PKO BP II O/W-wa, nr konta 31 1020 1026 0000 1402 0098 5309

Poniżej lista osób organizujących różne aspekty Ango i wizyt. Krzysiek Porzeżyński jest głównym koordynatorem przygotowań, do niego można zgłaszać chęć pomocy. Alek Habrzyk koordynuje podróże gości po Polsce.

Organizacja wizyty i przygotowania do Ango 2008

Sprawa	
Organizacja i koordynacja pobytu Roshiego i Shinko w Warszawie	Joanna Klimas (Kasia To? Ewa Aksa wcześniej pomoc) 26-28 w Wwie, Shinko do 10.07, Roshi do 15.07
Gospodarze domu sprzątanie	- goszczący
Organizacja wycieczki	Alek Habrzyk
Organizacja i koordynacja pobytu gości	
Asystenci Roshiego i Shinko	Joanna Klimas
Asystenci Hoitsu Suzukiego	Agata Sobiecka, Kasia Tomczuk
Opieka nad mnichami	Kasia Tomczuk (Transport od Tomków)
Opieka nad Helgą i Oskarem	Ewa Aksamitowska
Opieka nad Markiem	Przemko
Przygotowanie mieszkań, sprzątanie (także po wizycie)	
Przygotowywanie posiłków	
Transport	Krzyś, Michał, Jurek (od 30), Mikołaj, Joanna (Roshiego)
Organizacja przygotowania Ango	Krzysiek Porzeżyński, Agata (uzgodnić)
Zaplanowanie funkcji na angó	Krzysiek koordynuje
Wyjazd do Wilgi teraz	Tomek Ewa do 19 kwi (czy Piotr Wie)
Drukowanie, powielanie etc.	Krzysiek
Zbieranie zapisów na Ango	Sławek
Organizacja i obsługa dokusan'ów	
Nagrywanie mów, rejestracja kamerą	Tomek Majcherowicz
Rozrywkowa część ceremonii	Piotr, Krzyś Porzeżyński Proponujemy przygotowanie autorskich występów/prac/pokazów: Wiesiowi, Belli, Joannie, Krzysiewi (zdjęcia)
Organizacja pobytu w Wildze przed rozpoczęciem Ango (pionierka)	
Przygotowanie domków w Wildze	Kasia Tom
Pakowanie rzeczy do transportu	
Transport rzeczy na Ango	
Pakowanie rzeczy po Ango	
Rozpakowanie po Ango	
Zakup prezentów	
Foto-serwis	

Za dziedziny związane z poszczególnymi funkcjami odpowiedzialni są funkcjni!

INO	Monika Jakubowicz	DOAN	Kasia Tomczuk
TENZO	Teresa Raczkowska	CZIIDEN	Paulina Gargulińska
SOKU	Beata Hryciuk	SZISUI	Piotr Boruta, Piotr Wieczorkowski
		GOSPODARZ SANGI	Andrzej Bartmański
KOMISJA ESTETYCZNA			
Piotr Wieczorkowski, Magda Bibińska, Kasia Markiewicz, Marian Szmidt, Krzysztof Figielski			

Z Warszawy

W niedzielę 25.05. o 12:00 zapraszamy na spotkanie organizacyjne poświęcone przygotowaniom do Ango. Na koniec obejrzymy wspólnie film buddyjski.

Sławek Lipski

Z Trójmiasta

Witajcie,

W ciągu ostatnich tygodni zaobserwowaliśmy takie oto zjawisko, które nas ogromnie cieszy. Coraz więcej nowych ludzi dołącza się do naszej praktyki. Czasem zajęte są wszystkie maty, a nawet zdarzyło się dostawiać nowe. A wiadomo, że to bardzo wzbogaca naszą praktykę.

Udało nam się też wyjechać do Kamionki. Mimo burzliwego początku np. rozbita szyba w samochodzie Kuby, wszystko potoczyło się dobrze. A oto kilka refleksji. Przyjechały z nami trzy nowe osoby i dzięki temu mocniej odczułam jak to nawzajem od siebie się uczymy, i w sobie i innych odkrywamy. Ogrom wysiłku, aby to sesshin zaistniało i toczyło się swoim rytmem, i wdzięczność dla wszystkich, że się tego podjęliśmy. Zarazem odczucie, że wystarczy do Kamionki przyjechać, a cała praktyka zaczyna naturalnie płynąć. I spostrzeżenie, jak sam dom odżywa dzięki naszym przyjazdom i pięknieje.

To może w maju też nam się uda wyjechać.

Pozdrawiam

Ania Lichota

Z Poznania

Witajcie,

w poznańskim zendo praktyka biegnie w spokojnym rytmie. Kilka osób z poznańskiej grupy, które gdzieś wyjechały, odwiedziło nasze zendo przynosząc wieści ze świata, i pojechało dalej w następną podróż - Michał wrócił ze Sri Lanki (teraz w Chinach) i Agata przyleciała z Sonomy (obecnie w Londynie) i pokazała nam liczne zdjęcia z zimowego anga i nie tylko. A teraz oczekujemy z niecierpliwością przyjazdu Gosi, która jest na Górze Sonoma.

Zorganizowaliśmy też dłuższy blok siedzenia w intencji poprawy sytuacji w Tybecie i planujemy zrobić weekendowe siedzenie 16-18 maja, na które wszystkich serdecznie zapraszamy. No i coraz częściej rozmawiamy i myślimy już o angu, które będzie za niecałe 7 tygodni! Do zobaczenia.

Pozdrawiam serdecznie,

Piotr Czarnik

Ciekawostki

Jeżeli ktoś wybiera się do Warszawy, to Krzysiek Porzeżyński zaprasza na swoją pierwszą wystawę fotografii (zasadniczo inspirowaną zenem :). **Wystawa potrwa do 11 maja.**

Wystawa odbywa się w ramach IV Warszawskiego Festiwalu Fotografii Artystycznej. Green Gallery, ul. Krzywe Koło 2/4, 00-270 Warszawa, www.greengallery.pl



Napisano w zaproszeniu - Izabela Wojciechowska: *Fotografie jak ze snu*

... Słyszałam kiedyś w półmroku szeptów, że są tacy ludzie, którzy potrafią przywołać te senne chwile na nowo. Potrafią, walcząc z bezwzględnością światła, które kradnie obraz, zatrzymać ten srebrny pył. Czarodzieje fotografii. Szczęśliwcy, nie liczą chwil i zapadają się z każdym krokiem w wieczność. Wędrują, wędrują w krainie bez czasu. Czujesz ich, chociaż ich nie widać. Kroczą w bezruchu... Kroczą w bezruchu... Krzysztof Porzeżyński. Fotograf, który ośmielił się zatrzymać nocny czas w dzień po to by trwał wiecznie. Sam pięknie o tym napisał w wierszu pt.

Krocząc w bezruchu

Wędrownka.

Ślady na drodze.

Krajobrazy.

Poranki i wieczory.

Cudownie!

Lecz gdzie podział się wędrowiec?

*Gassio
i do następnego Liścia...
Ewa Kochanowska & Ania Lichota*