

(Kysymysjärjestys vaihteli haastatteluissa)

1. Haastateltavan taustatiedot

2. Zazenin aloittamissytyt

3. Zenbuddhalaisuus ja buddhalaisuus

Oletko zenbuddhalainen?

Mielikuva buddhalaisuudesta ennen harjoittamista

4. Zenharjoitus

Harjoitusaikataulu ja harjoitusmuoto (hengitysharjoitus, shikantaza, kōan)

Harjoituksen kuvausta

Harjoituksen vaikeudet

Harjoitusmotivaatio

Zenin liittäminen päämääräajatteluun

Harjoituksen vaikutukset

5. Zenin määrittelyä

Mitä on zen?

Onko zen uskonto ja mikä uskon merkitys on siinä?

Lukemisen merkitys?

6. Zenharjoitukseen kiinteästi liittyvien tekijöiden kuvausta (lisäkysymyksenä esim.

Pitääkö tärkeänä asiana harjoituksen kannalta?)

Rituaalit

Opettaja

Sesshin

Kenshō

7. Harjoittaminen Suomessa

Sopiiko zen Suomeen (länsimaiseen) yhteiskuntaan? Miksi?

Onko harjoitukseesi suhtauduttu kielteisesti?

Bukkoku-jin päiväohjelma

| | |
|-------------|---|
| 3.50 | herätys |
| 4.00 | zazen |
| 4.40 | lenkki & aamuvoimistelu |
| 5.20 | 2*40 min zazen, jonka aikana dokusan aamuresitaatiot |
| 7.00 (noin) | aamiainen töitä/zazenia |
| 16.00 | iltapäivä resitaatio päivällinen |
| 18.20 | 3*40 min zazen |
| 21.15 | uniaika ¹ |

Luostarin aikataulusta käy ilmi, kuinka pelkkää istumameditaatiota on päivässä yhteisesti 6 * 40 minuuttia, jonka lisäksi riippuen päämunkin harkinnasta sitä on mahdollisesti myös kohdassa töitä/zazenia. Teemu kertoi, kuinka luostarissa asui harjoituskauden aikana yleensä noin 40 henkeä, joista arviolta 50 % oli ulkomaalaisia ja 50 % japanilaisia; sama suhde päti myös miehiin ja naisiin sekä munkkeihin ja maallikoihin. Luostarissa asuminen ei maksanut mitään, sillä sitä tuki 'Danka' –niminen kannatusyhdistys. Luostarin asukkaille annettiin myös taskurahaa. Enimmillään Teemun kanssa oli samassa huoneessa harjoittamassa, syömässä ja nukkumassa 15 henkilöä. Jokaisella oli pieni pala hyllyä, missä kunkin talous oli: *Siinä oli koko mun niin kuin talous sitten ja päivällä ei ollut mitään, että oli pelkkä lattia vaan siinä sitten*².

Luostarissa annettiin erilaisia tehtäviä, jos siellä viipyi pitempään. Teemu toimi mm. keittiössä. Kommunikointi tapahtui osaltaan siellä vierailevan amerikkalaisen Maryn (naimisissa *tendai*-papin kanssa) välityksellä, joskin Teemu oli myös opiskellut kesäyliopistossa japania ja toisaalta Rōshi Sama puhui parempaa englantia kuin antoi ymmärtää.

¹ Teemu 2002b, 2.

² Teemu 2002, 11.

ZAZEN



Lähde

<http://www.worldtrans.org/CyberSangha/ZEN/ZAZEN.GIF>

Seuraavassa on mahāyānabuddhalaisuuden neljä valaa, jotka resitoidaan zentempeleissä kolmesti zazenin jälkeen. Lainausta on HZC:n jäsensivuilta.

Neljä valaa

Vannon, että vapautan
lukemattomat olennot.

Vannon, että hävitän
loputtomat sokeat halut.

Vannon, että läpäisen
rajattomat dharmaportit.

Vannon, että saavutan
Buddhan suuren tien.