

## Herbata uczy spokoju

Tekst: Magdalena Rybak

**Sproszkowaną zieloną sypie się do małego ceramicznego naczynka tak, by na środku powstała równa górka. Potem czerpie się ją bambusową łyżką wzdłuż brzegu. W kształcie, który pozostaje, gość widzi serce gospodarza. A gospodarz widzi serce gościa w sposobie, w jaki on to ogląda.**

Ceremonię parzenia herbaty nazywa się w Japonii „chanoyu”, „chadō” lub „sadō”. „Chanoyu” znaczy dosłownie "wrzątek na herbatę", zaś „chadō” lub „sadō” tłumaczymy jako "droga herbaty". Określenie „sado” podobnie jak np. sztuki walki (aikido, karatedō, jūdō) zawiera element "dō", który oznacza drogę. Słowo "dō" pojawia się także w takich nazwach, jak „kadō” ("droga kwiatów", to inna nazwa ikebany, sztuki układania kwiatów), czy „shodō” (japońska sztuka kaligrafii). Słowo to Japończycy rozumieją dosłownie jako drogę, ale także jako alegorię rozwoju człowieka.

Tradycyjna ceremonia herbaciana odbywa się w pawilonie herbacianym usytuowanym w ogrodzie. Gospodarz wita gości przy furtce i znika. Od tego momentu dobrze, żeby gość wiedział, co ma robić. Do pomieszczenia herbacianego prowadzi ścieżka, przy której stoi misa. W misie myjemy jedną rękę, potem drugą, obmywamy usta i tak oczyszczeni przechodzimy do pokoju herbacianego. Po wejściu zbliżamy się do „tokonoma” - specjalnej wnęki, przeznaczonej do eksponowania przedmiotów. Oglądamy kaligrafię zawieszoną na ścianie, kwiaty w wazonie, palenisko i kociołek i zasiadamy na macie na wskazanych miejscach. Gdy gospodarz słyszy ciszę, rozumie, że wszyscy nasycili się oglądaniem i wchodzi do pokoju wnosząc ciasteczka. Bez słowa stawia je przed pierwszym gościem (najwyższym rangą), składa ukłon i wychodzi. Potem wnosi naczynie z zimną wodą, które stawia obok kociołka. I kolejno wnosi: czarkę, naczynie ze sproszkowaną herbatą, naczynie na zlewki i czerpaczek do wody. Wszystko ustawia na właściwych miejscach, siada przed gośćmi, wyjmuje jedwabną chusteczkę i symbolicznie oczyszcza czarkę. Potem wsypuje herbatę do czarki, zalewa gorącą wodę, rozbija pędzlem i podaje. Po wypiciu oplukuje czarkę zimną wodą, oczyszcza naczynko z herbatą, wraz z bambusową łyżeczką podaje do obejrzenia gościom i wychodzi. To goście decydują, jak długo chcą oglądać sprzęty. Gdy zapada cisza, gospodarz wraca. Jeśli goście chcą się dowiedzieć czegoś o czarce, w której herbata była podawana albo łyżce, która była sypana, pytają, a gospodarz odpowiada. Potem wynosi sprzęty, wraca, goście dziękują i żegnają się.

### Mały krok - daleka droga

- W Japonii dzieci uczy się, by chwyciły przedmioty w odpowiedni sposób, trzymając palce jeden przy drugim – opowiada Iwona, która przez rok uczyła się herbaty w Japonii - Ja, Europejka, zaczynałam naukę herbaty od takich podstaw. I myślałam z zachwytem: to takie proste, trzymasz rzecz w pewny sposób i ci, którzy patrzą na ciebie też to widzą i jeszcze mogą podziwiać sposób, w jaki to robisz.

Iwona wyjechała do Japonii na roczne stypendium. Tam została zaproszona na spotkanie herbaciane u pani Sugimoto. Na tym spotkaniu pani Sugimoto, zaproponowała jej bezpłatną naukę i Iwona zaczęła do niej jeździć na lekcje raz w tygodniu.

- Wtedy herbata składała się dla mnie w głównej mierze z pięknej ceramiki, kimon i kwiatów – opowiada - Teraz wiem, że herbatę można przeżywać na wielu poziomach. Pierwszy to poziom przyjemności – czas spędzony w miły sposób z osobami, które się wzajemnie lubią. Drugi to poziom uważności i szacunku. Zachwyca mnie, że goście nim wejdą do pomieszczenia herbacianego muszą się nawzajem poznać. Uśmiechają się do siebie i witają. Takie wzajemne zauważenie się, które powoduje, że potem myślą o sobie w trakcie spotkania.

Po powrocie do Polski miała ogromną potrzebę przekazywania swoich doświadczeń. Zaczęła opowiadać o Japonii w szkołach. W końcu dała się namówić na uczenie herbaty.

- Znajomy udostępnił nam pokój w swoim biurze przy restauracji japońskiej. Potem ćwiczyliśmy w biurze u moich przyjaciół. Po jakimś czasie znalazłam osobę, która uczyła się pięć lat herbaty w Japonii i wycofałam się z uczenia.

Grupę nazwali „Tombokaj” (ważka, symbol lata). Zaczęli dawać krótkie pokazy. Od 1998 pani Sugimoto zaczęła przyjeżdżać dwa razy do roku, żeby ich poduczać. W 2004. powstał Pawilon Herbaciany w BUW-ie, a grupa stała się Stowarzyszeniem Drogi Herbaty Urasenke Tankokai Sunshinkai. „Sun” oznacza odrobinę, „shin” to serce (w Japonii to siedlisko uczuć, woli, postanowień, umysłu). Jest takie powiedzenie: jeden mały krok może oznaczać daleką drogę.

- Najważniejszy w herbacie jest szacunek – tłumaczy Iwona - Każdą czarkę i każdego człowieka traktuje się z taką samą uwagą. Herbata nauczyła mnie okazywać to wszystkim – w domu, w pracy i na ulicy. W każdym trzeba widzieć kogoś wyjątkowego z jego bardzo ważnym życiem. W herbacie do ozdoby pokoju bierze się pierwszy z brzegu kwiatek, wkłada się go do starego ceramicznego wazonu i tam staje się królem. Jest jeden, jedyny, wyjątkowy. Może opowiedzieć swoją prawdę o sobie.

### **Konkretna czarka dla konkretnej osoby**

- Na temat herbaty miałam wyobrażenie: Japonka w różowym kimono na tle złotego parawanu – opowiada Anna - Myślałam: to nie dla mnie. Nawet, gdy w 99 roku wyjechałam na stypendium do Kioto i nawiązałam kontakt z nauczycielką herbaty Panią Sugimoto. Nawet, gdy ona zabrała mnie na spotkanie herbaciane. Aż poszłam na pierwszą lekcję.

Od nauki, że to powinno stać tu, a to tak, do zaaranżowania całego spotkania jest długa droga. Trzeba do tego podejść bardzo świadomie. Jeżeli jest czas letni, używamy kwiatów i przedmiotów letnich. Czarki ozdobionej irysami mogą użyć tylko w kwietniu i maju, kiedy jest ich czas kwitnienia.

- Wiedza na temat sprzętu i sposobu ich łączenia jest ogromna- mówi Anna - Uczymy się, że to stoi tu, a to tu, ale ważne jest też to, jak te przedmioty do siebie pasują. Bo jeżeli przedmiot jest trochę większy, trzeba go odsunąć, żeby miał swoją przestrzeń. Nie można się tego uczyć mechanicznie, trzeba rozumieć, co się robi i po co. Przed spotkaniem należy też poznać wszystkie przedmioty ze sobą i sprawdzić czy ta łyżeczka bambusowa będzie dobrze leżała na tej czarce? Można na to patrzeć estetycznie, ale można też widzieć więcej. To jest nauka patrzenia na rzeczy i zastanawiania się, co one powiedzą naszym gościom. To jest przyjemność estetyczna, przyjemność obcowania ze sztuką i przyjemność tworzenia kontaktów międzyludzkich.

To nie sprzęty tworzą tę sytuację, tylko my ją tworzymy. Jak nie mamy pieniędzy na słodycze, narwijmy owoców w lesie. Jak nie mamy herbaty, podajmy gorącą wodę, ale całym sercem. Zróbmy wszystko, żeby goście się dobrze czuli i byli zadowoleni. W ten sposób herbata uczy nas myślenia o innych. A gdy takie myślenie pojawi się w herbacie, pojawi się w całym życiu. Zaczynasz do wszystkiego podchodzić ze stosowną uwagą i zaangażowaniem.

- Herbata, jak każda sztuka, wymaga praktyki. To jest forma medytacji w ruchu. Gdy parzysz herbatę, robisz to i nic innego. Herbata uczy spokoju. Uczymy się robić wszystko w odpowiednim rytmie. Nie uczę się szybko podnosić czarkę, uczę się podchodzić do niej w odpowiednim duchu. Gospodarz, który parzy herbatę, myśli o tej konkretnej czarce herbaty, która robi dla tej konkretnej osoby. Japończycy mówią, że to jest droga herbaty. Na początku to jest tylko słowo, a z czasem zaczynamy to poznawać, czuć i rozumieć. Wtedy herbata rzeczywiście staje się drogą.

### **Herbata i zen mają jeden smak**

- Od razu zrozumiałam, że atmosfera „okejko” (lekcja japońskiej sztuki tradycyjnej) bardzo mi odpowiada. Wszyscy są związani etykietą i jednocześnie panuje rozluźnienie – opowiada Ula - Gdy wróciłam do Japonii do pracy, pani Sugimoto zapytała, czy nie chciałabym uczyć się herbaty na poważnie. W firmie spotkało się to z pełnym zrozumieniem. Poszłam do szkoły Urasenke (Wyższej Zawodowej Szkoły Parzenia Herbaty). Skończyłam roczny kurs dla obcokrajowców i kolejny w japońskiej części szkoły. Dostałam imię i uprawnienia do uczenia herbaty.

Wszystkie imiona tej szkoły zaczynają się od imienia Sou (kupiec, który w XVI w. sprowadził herbatę do Japonii, otrzymał imię: Sou Eki). Jako drugi znak Ula dostała „U”, który oznacza kosmos ale też cząstkę, która ma potencjał, żeby stać się kosmosem.

Ula: - Herbata jest zbiorczą sztuką. Łączy kimono, architekturę, kaligrafię, ceramikę, lakę japońską, materiały japońskie, przedmioty z bambusa, drewno, układanie kwiatów, znajomość pór roku i przebieg świąt tradycyjnych. Dzięki temu czuje się powiązanie z cyklem przyrody, tradycją i kulturą. Jest bardzo wiele rzeczy, do których studiowania herbata nas zmusza.

Na przykład używanie czarek do herbaty kieruje ku ceramice, a sztukę ceramiczną winduje bardzo wysoko. Nóżka czarki musi być odpowiedniej wysokości, żeby pozwoliła nam ułożyć wygodnie dłoń i pewnie trzymać. Środek musi być wyprofilowany tak, by powstało zagłębienie na resztki herbaty, które pozwoli nam zobaczyć jak najwięcej środka, a także, by powstało miejsce na rozbijanie lub ucieranie herbaty. Herbata jest sumą takich drobiazgów.

- Każde spotkanie jest niepowtarzalne – tłumaczy Ula - Wybierając miejsce, przedmioty, gości i formę, tworzymy przestrzeń, która się już nigdy nie powtórzy. Jeżeli z takim samym nastawieniem przychodzą nasi goście i tropią nasze ścieżki (dlaczego wybraliśmy taką kaligrafię i taką łyżeczkę bambusową), to dla nich to spotkanie też staje się wyjątkowe. A jeżeli pozostanie to dla nich wspomnieniem na całe życie, to pojawia się uczucie spełnienia, które utwierdza nas na tej drodze.

Bliskość, piękno i szacunek to podstawa herbaty. Nie ma znaczenia, kim jesteś. Przy herbacie spotykamy się czysti, równi i każdy dąży do tego, by się ulepszać.

- Praktyka herbaty daje niezwykle wejrzenie w siebie i w innych. W tych prostych gestach wychodzi nasz charakter i podejście do życia. A trening duchowy powoduje, że się zmieniamy. Powinniśmy być zdolni do tego, żeby zacząć je i przejść w stanie pełnego skupienia. Jest takie powiedzenie, że herbata i zen mają jeden smak. Artysta działający w duchu zen traktuje akt tworzenia jako rodzaj medytacji. Ma go ona przybliżyć do oświecenia. Służy temu m.in. maksymalna prostota oraz surowa i klarowna forma. Ale forma nie może być celem. To jest sam początek drogi. Forma ma pomóc nam wyrazić siebie. Gdy przejdziemy poza nią, otwiera się przed nami nieskończony indywidualny świat.

## **Ramka 1**

Praktyka drogi herbaty uczy:

- porządku w różnych obszarach życia
- koncentracji na jednej czynności
- bycia tu i teraz
- uważnego patrzenia
- czystości zewnętrznej i wewnętrznej
- zaangażowania w nasze działania
- przekraczania ograniczeń
- pracy nad sobą

- służenia innym
- szacunku i wdzięczności
- pracy dla własnego rozwoju i satysfakcji

## **Ramka 2**

Stowarzyszeniem Drogi Herbaty Urasenke Tankokai Sunshinkai – od roku oficjalnie uznany przez głowę rodu oddział szkoły Urasenke. Organizuje spotkania herbaciane w Ambasadzie Japonii w wybrany piątek raz w miesiącu. Informacje na stronie ambasady [www.pl.emb-japan.go.jp](http://www.pl.emb-japan.go.jp). Stowarzyszenie urządza też pokazy na Wydziale Japonistyki [www.orient.uw.edu.pl/pl/japonistyka](http://www.orient.uw.edu.pl/pl/japonistyka). W każdą środę od godz. 10.00 do 15.30 odbywają się ćwiczenia, planowane są kursy. Kontakt: Ula Mach, dyplomowana nauczycielka herbaty, kom.: 0664235936