

## JAK TOMU POROZUMĚT?

Joseph Goldstein

Jsem rád, že jsme se sešli společně tento večer a že můžeme sdílet úvahy o událostech z 11. září 2001. Více než kdy předtím je příhodné a nezbytné vidět hlouběji souvislosti mezi sebou samým, mezi námi navzájem a mezi mnoha trpícími bytostmi ve světě. Otázka, která vyvstává je, jak pochopit to, co se stalo, a to s uvážením a porozuměním.

V souvislostech s nárazy letadel do "Twin Towers", Pentagonu a do pole v Pensylvánii, můžeme vidět ohromnou sílu nenávisti a nevědomosti myslí. Buddha použil velmi jasná slova k popisu těchto stavů myslí. V jeho rozpravě nazvané "Vše hoří" řekl: "Mysl hoří, hoří ohněm chtivosti, ohněm nenávisti a ohněm zaslepenosti." Normálně se nám nezdají být tyto stavy myslí nebezpečné, až dokud se nevyjeví právě takovým jasným a nepopíratelným způsobem. Velikost zkázy, jenž se stala středem pozornosti, je důvodem pro nezbytnou kultivaci našeho srdce a myslí.

Často v takzvaném duchovním či New age světě, slyšíme fráze typu "následuj své srdce". Často ale můžeme jak na sobě, tak i na druhých vidět, že ne všechno v našem srdci je vždy rozumné, laskavé, ušlechtilé a tedy hodné následování. Všichni také máme sklony k sobeckosti a zlosti. Adžán Sumedho, jeden z největších seniorních amerických mnichů thajské lesní tradice, doporučoval smysluplněji porozumět tomuto: "Není otázka jak následovat srdce, ale jak je kultivovat."

Sledování šíře našich pocitů, reakcí a odpovědí, které se staly, objasní ohromný potenciál jak dobra tak i zla, který je obsažen v naší myslí. Lidé z celého širého světa vysílají řadu pocitů ? ohromný smutek, zármutek, bezmocnost a rozhořčení, ale také soucit, lásku a porozumění. V pocitech jsou také zahrnuty výzvy k válce i pro mír, pro rakety i pro shazování jídla z letadel. Jestliže chceme porozumět těmto událostem, musíme porozumět své vlastní myslí.

Když se něco stane v takové míře, která nemůže být přehlédnuta, ať v životě jedince nebo společnosti, přináší to velké výzvy. Je to signál otevřít oči a vidět jasněji v různých souvislostech. "Buddha" je "probuzený" a skrze své učení demonstrovuje odhodlanou ochotu a také schopnost vidět, co je pravda. K tomu ve výcviku směřujeme.

Třebaže vytváříme zdánlivě pevná a bezpečná životní místa a vztahy, všichni sdílíme velkou zranitelnost. Buddha to vyjádřil zcela jasně: "Cokoliv vzniká, také zaniká". Občas věci pominou spořádaným a klidným způsobem, občas ničivým způsobem. Bez ohledu na podmínky, za kterých jevy vznikají, je změna jejich přirozenou vlastností. Můžeme si toho všimnout v běžných změnách v našich životech. Vidíme to na nevyhnutelnosti stáří a nemoci svého těla. Vidíme to na stavu společenského a ekonomického zmatku. Vidíme to na upadajících civilizacích. Vidíme to na explozích hvězd atd. Ačkoliv to všechno rozumově chápeme, že přirozenou vlastností věcí je změna, ne vždy to poznáváme do morku svých kostí.

Buddha ukazoval na vrozenou nestálost měnících se podmínek a utrpení plynoucí z představy, že zůstanou stále stejné. První ušlechtilá pravda utrpení není abstraktně filosofický princip. Odráží otevřenost, upřímnost a ochotu nezbytnou k tomu. postavit se tváří tvář faktu

utrpení, které je tady. Není vždy snadné se takto otevřít. Při sledování záběrů z pohrom bylo často nepříjemné si to připustit. Objeví se pochybnosti, že se to skutečně mohlo stát a občas máme pocit, že jsme sledovali nějaký z Hollywoodských filmů.

Cvičit se v Dhammě znamená mnohem více, než jen žít ve větším klidu a míru. Dhamma odhaluje nejhlubší a nejdůležitější stránky života a smrti, utrpení a svobody. Buddha nás pobízí k procitnutí z naší nevědomosti. Události v New Yorku, Washingtonu a Pensylvanii jsou také výzvou, abychom si uvědomili základní neovladatelnost našich prožitků. To znamená, že věci nastanou, když jsou přítomny příslušné podmínky, ne protože jsme chtěli anebo budeme chtít, aby byly podle nás a našich přání. Naše těla stárnou a onemocní v souladu s příčinami, ať si to přejeme nebo ne. Můžeme si přát, aby nebyla válka, hladomor, nebo násilí, ale tyto situace budou nadále vznikat tak dlouho, dokud tady budou k tomu nezbytné podmínky. Události nejsou pod naší kontrolou jak si představujeme nebo přejeme.

Kontrola všech našich záměrů je velmi náročná. Jestliže věci nebudou takové, jaké chceme, aby byly, mysl může být snadněji naplněna zlostí, pocitem marnosti, vztekem, žárlivostí nebo nenávistí. Děje se to tak jak na osobní, tak, jak je vidno, i na společenské úrovni. Jestliže chceme konec, např. zastavení násilí, musíme porozumět příčinám, které vyvolávají násilí a podmínkám nezbytným k jejich ukončení. Nejde prostě si to přát nebo žádat, aby se tak stalo. Kupodivu, čím více představ "o řízení" opustíme, tím jasněji uvidíme podmínky nezbytné k dosažení svého úmyslu.

Obtížná a složitá otázka nám stále zní. Jaká je patřičná odpověď na hromadné násilí? Z předešlých dlouholetých zkušeností je nám známo, že násilí se nikdy neukončilo násilím. Buddha to samé vyjádřil před 2500 lety a my poznáváme tuto pravdu sami v konfliktech v Severním Irsku, na Šrí Lance, v Izraeli, ve West Bank a na mnoha dalších místech ve světě i ve svém každodenním jednání. Nenávist a násilí pouze plodí to samé. Zapřičiňuje opakování velkého ničení, ze kterého není lehké se vymanit. To však neznamená, že nereagujeme a nechráníme se před násilím. Týden před útoky jsem z kazety poslouchal životopis Winstona Churchilla. Jeho úloha před a během 2. světové války je dobře známá. Mohlo by být zachráněno více životů, kdyby nebyla prováděna politika ústupků. Buddha sám mluvil k laikům o přiměřené sebeobraně.

Ve snaze uspořádat si všechny tyto otázky, přijdeme na nevýrazné a často přehlédnutelné detaily. Jak u jednotlivců, tak i u národa musíme zkoumat motivace za reakcemi, aby se daly určit morální hodnoty. Jsou to naše motivy, které budou určovat dalekosáhlý výsledek. Je možné uvěznit pachatele bez toho, aby vyvolal ohromné utrpení nevinných lidí? Jsem schopni být motivováni moudrostí a soucitem, spíše než nenávistí a pomstou? Nejde o to zahalit se do působivých slov. Potřebujeme se podívat na to, jaké jsou skutečné motivy našeho jednání.

Současná situace je výzvou uvidět podmínky, které jsou základem událostí, jednat moudře a rozhodně v reakcích a zkoumat vlastní mysl, abychom viděli jaké užitečné a neužitečné kvality vycházejí z nás. Síly dobra a zla, které se projevují ve světě se stejně tak projevují v našich myslích a životech.

Je velmi obtížné osvětlit nedovedné stavy mysli. Ne vždy rádi přemýšlíme o svých stinných stránkách a je nám spíše pohodlnější představa, že naše životy a skutky jsou dokonale čisté a dobře cílené. Třebaže mnoho z toho tak opravdu je, jsou také části, které

takové nejsou. Jeden z obrátů při praktikování Dhammy nastane, když raději chceme odhalit své nečistoty myslí, než je vytěsnit. Upřímnost ke svým motivacím je jediným způsobem jak nalézt klíč k moudré odpovědi na zmiňované situace.

Nedovedné stavy pramení z připoutanosti, nenávisti a nevědomosti. Ze strany připoutanosti můžeme vidět, kolik zla ve světě pramení z chtivosti - po zábavě, bohatství, nebo moci. Ohromné utrpení také pramení z představ a názorů: "toto je pravda, vše ostatní je lež" apod., jenž se hodí do výkřiku demagogů a fanatiků. Když si víra činí právo na absolutní pravdu, je pak konflikt nevyhnutelný, protože lidé mají různá hlediska. Až se uvolníme z našich pevně zaujatých názorů, potom nastane možnost naslouchat a učit se navzájem.

Nečistoty také pocházejí z odporu, zlosti a nenávisti. Takto jasně se projevila pustošící síla těchto stavů myslí v zářijových událostech. Navíc, tyto vlastnosti myslí jsou tak ohromně svůdné. Buddha na to poukazoval, když hovořil o "zlosti se zhoubným zdrojem". Zlost a nenávist vznikají z reakcí na bolestivé a nepříjemné události, ať skutečné nebo vymyšlené. Nepatrná nepříjemná událost zapříčiní podráždění mrzutost a smutek. Silná bolestivá událost může vést až k nenávisti a násilí.

Je podstatné, že se učíme připustit si tyto pocity uvnitř sebe tak, že je ani neodmítáme, ani nepotlačujeme, ani je ze zvyku nevyjadřujeme navenek. Je tak snadné uváznout v mocném víru těchto emocí, které jsou často živeny spodními proudy své spravedlivosti, ublížením a strachem. Když se cítíme být skutečně polapeni do vlastní reality, pomůže nám, když si všimneme, čím je tento stav živěn.

V obtížné, nejisté a nestálé době způsobuje strach pocit zranitelnosti. Může to být strach ze ztráty, strach z neznámého, nebo ze smrti. Jestliže neuznáme tyto silné emoce, často nás pak ženou buď do útoku nebo k ústupu. Potřebujeme pevnou a energickou praxi, abychom viděli tyto stavy uvnitř nás samých, abychom nebyli odneseni přílivem emocí. Vědomí toho je procesem přeměny.

Před několika lety jsem vedl zásed, pro studenty práva. V rozhovoru s nimi "O síle nepřátelského", jeden ze studentů řekl, že potřeboval zlost, aby necítil strach. Všímavost nebyla v osnovách pro právnické školy a nikdy ho před tím nenapadlo, že otevření se a přijmutí strachu může být velice mocným a podpůrným zdrojem síly.

Bolest může také vyrůst, když rozpráváme katastrofické scénáře v našich myslích, a pak se v těchto stavech myslí zabydlíme. Ačkoli je snadné představovat si detaily, není to vhodná strategie pro pěstování moudrosti a soucitu. Musíme se otevřít tomu, jak to je, připustit si motivace našich reakcí a jednat z takové prospěšné pozice, jak je to jen možné.

Při existujícím utrpení a násilí ve světě, které poznáváme při práci uvnitř naší vlastní myslí, zůstává hluboká otázka "Kde je místo konečného bezpečí?" Kde je naše skutečné útočiště? Na tyto otázky Buddha odpovídal během 45 let svého učení. Probuzená mysl je útočištěm, učení (Dhamma) je útočištěm, sdružování se s moudrymi je útočištěm. Tyto "tři klenoty" nejsou napodobeninami drahokamů. Jsou opravdovými cennostmi. Poskytují každému místo bezpečí uvnitř zmatku a nepokoje. Thich Nhat Hanh píše o "míru v každém kroku". Můžeme praktikovat mír v každém kroku, v každém nádechu, v každém okamžiku. Záleží to jen na nás.

Můžeme se také cvičit v pozitivním uvažování a všímavosti ku prospěchu vlastnímu i ku prospěchu druhých. Je to pouze dobrotivost a porozumění, které zastaví nenávist. Vyjádření dobrotivosti je nezbytnou podmínkou pro mír. Musíme začít u sebe, v našich vlastních životech a nechat ji vyzařovat ven, jako podporu pro dobro ve světě. Buddhova slova z Mettá sutty jsou silným receptem a prosbou pro naši dobu: Kéž jsou všechny žijící bytosti šťastny a žijí v klidu a míru! Kéž jsou plny radosti a žijí v bezpečí. Kéž jsou všechny bytosti šťastny, ať slabé nebo silné, malé nebo velké, viditelné či neviditelné, blízké nebo vzdálené, narozené nebo rodící se - nikoho nevyjímaje - kéž žijí v klidu a míru. Ať nikdo nepodvádí jiné, nebo neopovrhne jinou bytost v jakémkoliv stavu. Ať nikdo ve zlosti nebo nemoci nepůsobí škodu druhému. Zrovna jako matka hlídá a ochraňuje své drahé dítě, tak ať s neomezenou myslí každý člověk ochraňuje všechny žijící bytosti a vyzařuje přátelství a dobrotivost do celého světa. Ať je kultivováno neomezené a neohraničené dobro, osvobozené od zla a nepřátelství na celém světě.

(c) Joseph Goldstein, 2001 [www.dharma.org](http://www.dharma.org)

(c) Bodhi Olomouc 2002