

# SÍLA BUDDHISMU

Rozhovor s lamou Olem Nydahlem

**Náhodnému pozorovateli buddhismus připadá jako velice různorodá tradice. Existuje pro to nějaký důvod? Jsou tyto tradice něčím více, než co člověk může vidět v médiích?**

Lidé jsou velmi rozdílní. Poté, co před přibližně 2500 lety dosáhl Buddha osvícení, využil celých 45 let k předávání učení. Zároveň měl nesmírně inteligentní žáky. Díky těmto dvěma faktorům – velkému množství času a bystrým a zvědavým žákům – mohl předat 84 000 učení vedoucích k vysvobození a osvícení. Ty byly později sesbírány do 108 tlustých knih, nazvaných Kandžur, a přeloženy do několika východních jazyků. Buddhovi žáci ve starověké Indii, kteří se sami stali učiteli, a jejich žáci pak přidali dalších 254 svazků, aby jeho slova objasnili. Tyto komentáře se nazývají Tendžur.

Disponujeme tedy spoustou materiálu a všechna ta učení mají za cíl rozvíjet potenciál vlastní každé bytosti. Lidé, kteří nepotřebují vedení silné otcovské figury a kteří nahromadili dobrou energii, mají mnoho důvodů vybrat si buddhismus a jeho bohatost udržuje věci svěží a inspirující. Není to nic povrchního, prospěch z něj plynoucí jde velmi hluboko, prostupuje naším životem. Žádné, ani to nejvyšší učení nemůže nic přidat k vrozené buddhovské podstatě bytostí, která je jako prostor. Avšak učení odstraňují závoje, které nám brání ji jako takovou prožívat. Těmi jsou a) iluze odděleného a opravdu existujícího ega, jež způsobuje všechny rušivé emoce, a b) chybná představa reálného, trvale existujícího světa, která nás vězní v dualitě materialismu a nihilismu. Obě tyto překážky brání plnému rozvoji mysli a buddhismus je pomáhá odstranit.

**Takže to je podle tebe podstata učení?**

Ano. To je jádro buddhismu. Odstranit závoje bránící prožitku plnosti mysli. Pravda je vším prostupující, a všechna učení tedy mají za cíl jediné – odstranit veškeré překážky rozpoznání naší buddhovské podstaty.

**Je buddhismus pro všechny nebo jen pro určitý druh lidí?**

Buddhismus je pro lidi, kteří chtějí být nezávislí a přijmout odpovědnost za svůj vlastní život. Proto Buddha vždy dával jen rady, nikdy příkázání. Pokud lidé hledají někoho, komu mohou tuto svobodu postoupit nebo u koho si mohou stěžovat, pak jim samozřejmě může být užitečné teistické náboženství.

Pro ty, kteří chtějí poznat mysl a rozvinout svůj plný potenciál, je však buddhismus ideálním náboženstvím. Jeho zakladatel nestojí



každou nohou v jiném táboře a nepředává nám přání nějaké vnější síly. Jeho jediným cílem je, aby se úplně projevil náš nadčasový potenciál neoddělitelnosti prostoru a blaženosti.

### **Může někdo, kdo není buddhistou, dosáhnout osvícení?**

Buddhista je termín užívaný k označení těch, kteří se drží určitého pohledu a učení. Základ tady tvoří tři druhy důvěry: v cíl (Buddha, plně osvícení), cestu (dharma, Buddhovo učení) a přátele na cestě (sangha, bódhisattvové). To jsou tak zvané Tři klenoty. Tři kořeny růstu užívané pro útočiště v Diamantové cestě pak poskytují dodatečnou porci obrovské síly. Jedná se o lamovo požehnání probouzející důvěru, přenos jeho meditačního prožitku (jidam) a jeho ochrannou sílu (pokud je upřímný a není politicky korektní).

Hlavním důvodem používání pojmu buddhismus je udržet náš pohled, nemíchat přístupy různých náboženství. Je to jako mít americkou a německou motorku. Při údržbě musíme udržovat jejich šrouby od sebe, protože jedny jsou vyrobeny v palcích, zatímco ty druhé v mířích metrické soustavy. Termín buddhismus používáme, abychom se vyhnuli míchání pohledů. Jak jasně ukazuje New Age, míchání náboženství ústí v nejrůznější druhy zmatku.

### **Existuje mnoho způsobů, jak praktikovat buddhismus. Mnoho lidí na Západě si myslí, že buddhismus znamená stát se mnichem či mniškou. Ale máme také laické praktikující, můžeme se doslechnout i o jogínech. Co můžeš říct k těmto možnostem?**

Všechny způsoby jsou dobré. Vše je otázkou nastavení mysli. Někteří lidé vnímají hlavně své vlastní utrpení a v životě prožívají spíše problémy než svobodu. Takoví lidé chtějí vědět o příčině a následku. Když plně pochopí, že vytváří své vlastní životy, chtějí minimalizovat možnost udělat chybu. Podle toho je nastaven životní styl mnichů a mnišek. Dozvíte se o 254 věcech, kterým by se měli vyhnout mniši, a 350, kterých by se měly vyvarovat mnišky. Pokud člověk tyto podmínky dodržuje, je v bezpečí.

Na druhou stranu (a naštěstí pro naši společnost) chce více lidí prožívat pestrost života, zakládat rodiny a být produktivní. Laikové přijímají odpovědnost za život ve světě k užítku mnoha. Svou prací podporují kláštery. V každodenním životě plném kompromisů je jejich motivace důležitější než naprostá čistota praktických činů.

Pak jsou tady jogíni. V tomto případě je pohled králem, dává nádech osvícení motivaci i činům. Jogíni využívají všech aspektů života k rozpoznání mysli. Ve stabilním prožitku prostoru a blaženosti jsou svobodní, a i když možná propijí celou noc a mají mnoho nebo naopak žádné partnery či partnerky, měli by klást důraz na meditaci a jít smysluplným příkladem.

V Tibetu bylo tedy možné snadno rozlišit tři třídy praktikujících. Holohlavé mnichy a mnišky v rudých rouchách, laiky s poměrně dlouhými vlasy a šaty odpovídající oblasti a jogíny, obvykle oděné v bílém či šedém suknu. Pokud jejich vlasy připomínaly čapí hnízdo, poukazovalo to na „velkou“ meditaci.

Způsob praxe byl zvenčí jasně viditelný. Mniši a mnišky ukazovali čemu se v životě vyhnout, laičtí praktikující byli příkladem zručnosti a jogíni demonstrovali způsoby a pohledy překračující dualitu.

Všechny tři životní styly dnes obohacují i Západ. Zatímco mniši a mnišky dodržují neměnné „vnější“ sliby předané Buddhou, laické praktikující a jogíny je v moderním světě mnohem těžší rozlišit. Řekl bych, že mí žáci jsou laickými buddhisty, když jdou do práce a mají své rodiny, ale tráví svou dovolenou meditací, spát přitom ve stanu na hrbolaté zemi, následovat učení a o vše se dělit, to je nepochybně styl jogínů. Dochází tudíž k velmi produktivnímu splývání životní zkušenosti dosažitelů (jogínů) s praktickými dovednostmi a kontakty laických praktikujících.

**V buddhismu Diamantové cesty někdy hovoříme o oddanosti jakožto důležitém aspektu. Jak oddanost zapadá do buddhismu? Co to znamená?**

Oddanost je pro nás něco základního, pramení z vděčnosti. Když vidíte někoho přinášet užitek mnoha lidem a dávat jejich

životům smysl, který předtím postrádali, prostřednictvím sdílení pohledu přinášejícího blaženost, budete vděční, prostě proto, že se děje něco dobrého. Zároveň si uvědomíte, že ten člověk příznivým způsobem ovlivňuje váš život a dává vám nástroje a odvahu potřebné k smysluplnému jednání k užítku druhých. Tato vděčnost přinese ještě větší otevřenost a schopnost jednat podobným způsobem, a to je praktická oddanost. Přesně tohle drží, drželo a bude držet naši vznešenou linii Kagjü pohromadě. Pokud se takový pocit neobjevuje, znamená to, že člověk neobdržel skutečný odkaz. Mějte na paměti, že nejde o víru. Víra znamená věřit něčemu, co neznáte a čím se ze samotné podstaty dualistického myšlení nikdy nestanete. Pokud máte například boha, který se od vás ze své podstaty liší, musíte v tento koncept věřit, protože neexistuje způsob, jak jej plně a trvale prožít. Ale oddanost je něco jiného. Víte, že všechny dokonalé vlastnosti jsou vám již vlastní. Oddanost je jako podívat se do zrcadla a uvidět svou pravou tvář, potenciál a sílu, které mají všichni lidé. Sama o sobě však oddanost nestačí. Nesmí chybět humanismus. Muslimové, kteří v četbě Koránu nacházejí nenávisť a utlačování ostatních, by se měli poohlédnout po lepším zrcadle.

**Znamená to, že můžeme vně vidět jen to, co máme uvnitř?**

Ano, protože to máme uvnitř. Jsme přitahováni tím, co odpovídá našim vnitřním dispozicím. A protože nejhlubší podstatou všech bytostí je vnímající prostor, jenž je ženský, kultury a jednotlivci utlačující ženy nemohou nikdy dojít klidu.

**V Severní Americe připadalo některým buddhistickým skupinám, především v návaznosti na odkaz šedesátých let, že se musejí stávat aktivisty či se zapojit do politiky. Je aktivita spojená s politikou či životním prostředím důležitou součástí života buddhisty?**

Lidé by se měli věnovat tomu, v čem jsou dobří, a buddhisté Diamantové cesty rozumí mysli. Nicméně všichni by si určitě měli být vědomi důležitých aspektů vývoje

světa, jako jsou porodnost, ideologie a rozšiřování různých kultur. Řeknu vám historku, která otřeše všemi Zelenými: Jednou se Tengy rinpočeho, velkého mistra meditace z kláštera Rumtek v Sikkimu, zeptali na životní prostředí. Jeho památná odpověď zněla: „Nemyslím si, že svět by na tom byl hůře než dřív. Myslím, že se dnes rodí více lidí, kteří mají karmu se těmito věcmi znepokojoval.“ Ve skutečnosti obsahují vlasy Římanů z Ježíšovy doby čtrnáctkrát více olova v porovnání s vlasy současných továrních dělníků. Nebo si vezměte Mesa Verde tady v Novém Mexiku, kterou jsme s Hannah během jedné z našich cest napříč Spojenými státy se zájmem navštívili. Lidé zde žili přibližně mezi lety 1200 a 1400 n. l. a místo opustili dlouho před tím, než tam přišli Španělé. Můžete si všimnout, že tito ušlechtilí divoši se navzájem skalpovali a trpěli chorobami, které si dnes nedokážeme ani představit. Kostra ženy v muzeu ukazuje, že musela nepopsatelně trpět. Byla nepohyblivá od hlavy k patě, nemohla pohnout jediným obratlem v páteři. Neustávající tlak na její nervy musel být nepředstavitelně bolestivý.

**Jak důležitá je politická aktivita pro naplňování slibu bódhisattvy?**

Buddhisté mají obvykle sklon přinášet do světa „buď a nebo“ pohled „to i to“ a předcházet mnoha konfrontacím přístupem „každý vyhrává“ (angl. win-win). Takže pokud jsme v něčem přirozeně dobří, měli bychom spontánně pomoci. Svou pomoc však vyloženě nabízíme jen v případě, že jsme již dosáhli úrovně, kdy rušivé pocity zažíváme jen málo či vůbec. Celý svět je místem, kde slepí či politicky korektní vedou jiné slepé či ještě slepější. V závislosti na tom, co jednotlivé kultury dovolí, se tato tendence vyskytuje všude a pro buddhisty je tedy důležité opírat se o ukotvenou filozofii, určitý stupeň realizace a lidského tepla a komplexní pohled, který překračuje poslední módní trendy. Toto historii podložené, dlouhodobé vyhodnocování bytostí, kultur a toho, co je opravdu smysluplné, je nesmírně důležité. Jinak budou buddhisté sice vypadat umírněněji, ale budou stejně hloupí a trapní jako jiní.

### **Někteří lidé vidí v náboženství odpověď na současný svět, zatímco jiní je považují za své podstaty zkažené. Co si myslíš o roli náboženství v dnešním světě?**

Řekl bych, že náboženství je nesmírně nebezpečné. Při pohledu do historie – můžeme říct, že posledních přibližně 2500 let je poměrně přesně zaznamenáno – vidíme, že náboženství zabila více lidí než politika. Mít pohled, který člověku umožňuje propojovat události v určitý vyšší smysl, je tedy obtížný, ale uspokojující luxus. Zároveň je zřejmé, když pohlédneme na dnešní islám, že náboženství mohou přimět bytosti k tomu, aby si navzájem nepředstavitelně ubližovaly. Absolutistická náboženství lidem jednoduše berou odpovědnost a lidskou volbu, říkají – musíš zabít bezvěrce, musíš utlačovat židy či křesťany, musíš volit tak či onak.

### **Jak může člověk udržet soucit bez připoutanosti k výsledku nebo k soucité aktivitě?**

Z počátku je to pravděpodobně velmi těžké, ale pokud se člověk udržuje aktivní a v proudu dění, odezní to. Pokud prožíváte subjekt činu, samotný čin, akt jeho vykonání i jeho objekt jako části jednoho celku, budete jako slunce zářící na všechno kolem. Zmizí rozlišování a rozvinou se přirozené vlastnosti. Budete dělat dobré a pozitivní věci. To je vše.

### **Takže když se snažíme vidět soucitnou aktivitu jako prázdnu, děláme to jen hlavou – myslíme si – opravdu tady není žádná oddělenost? Nebo potřebujeme dělat ještě něco jiného?**

Jakýkoli způsob, jakým to dokážete vyřešit, je dobrý. Ať už ve své mysli aktivujete jakýkoli úhel pohledu, abyste situaci přeměnili v nadosobní, povede k vysvobození a dokonce k osvícení. Zjistěte, co vám funguje. Někteří lidé začnou hlavou, rozebírají intelektuálním pohledem *rangtongu* vše vnější i vnitřní, až nezbude žádná opravdová podstata či existence. Lidé více introspektivní využijí *šentong*, „prázdné a něco navíc“, což znamená, že je tady také ten, kdo prázdnotu prožívá. A nakonec jogíní

řeknou detong, že prožitek prostoru je velmi radostný. Všechny tyto pohledy šíří různé školy tibetského buddhismu, první z nich je doménou především školy žlutých čepic a buddhistických univerzit. Vyberte si, co vám sedí, vyzkoušejte to. Všechny pohledy jsou v pořádku, ale nejvyšší a nejvíce transformativní prožitek je vždy ten nejuplněnější.

### **Co podle tebe znamená v buddhismu meditace?**

Meditace znamená spontánně a přirozeně spočívat v tom, co je: být v okamžiku, vědomě, bez obav a očekávání, zítřka či včerejška, připoutanosti nebo odmítání. To je stav, kterého je třeba dosáhnout.

### **A nakonec, co bys řekl, že je osvícení?**

Pouze v knihách je dalším krokem po vysvobození, které oslabuje iluzi ega. Ve skutečnosti nejde o střet armád, ale o partyzánskou válku za účelem postupného vyhlazení nepřítele ve dvou rozhodujících bitvách – proti egu a proti materialismu/nihilismu. Osvícení je dovedením k dokonalosti všech vlastností prostoru, bezchybné intuice, nadčasové blaženosti a bezprostředního jednání. S mou ženou Hannah jsme byli těmto vlastnostem nepřetržitě vystaveni po dvanáct let, během kterých jsme měli příležitost být žáky 16. Karmapy.

Dalším aspektem je chránit druhé a přimět je důvěřovat vlastním silám a rozvíjet se s neohrožeností, spontánní radostí a soucitnou aktivitou. Jako celek. Je to upuštění od ztuhlých představ, pochopení a prožitek naprostého bohatství jevů. Jako teď a tady, vnímání toho nádherného jezera před námi s horami v pozadí, vše bez konceptů. Nyní je jednoduché spočinout v kráse a harmonii, ale možná na dvorku s graffiti a dětmi produkujícími neužitečné zvuky, když se snažíte meditovat, to může být těžší. Trikem je být zároveň obojím, zrcadlem i obrázky v něm, oceánem i jeho vlnami, prostorem, který ví, a jeho myšlenkami a pocity, které přicházejí a odcházejí. Kdokoli pozoruje a jedná z pozice tohoto prostoru, který ví, vědomí, které si vše užívá, neomezené podstaty, která pracuje pro dobro všech, ten bude manifestovat nejvyšší stav.



**Lama Ole Nydahl**

je učitelem z linie Karma Kagjü, jedné ze čtyř škol tibetského buddhismu. Předává učení, která obdržel během let strávených v Himálaji. Spolu se svou ženou Hannah se stali prvními západními žáky 16. Gjalwly Karmapy, jednoho z největších tibetských mistrů meditace minulého století. Ten je požádal, aby přenesli Buddhovo učení na Západ. Ole Nydahl doposud založil na Západě téměř 700 buddhistických center Diamantové cesty. Díky nezdolné energii, humoru a modernímu přístupu při předávání učení si získal oblibu tisíců západních žáků.