



meditační centrum
BODHIPÁLA

OKRUŽNÍK
2003



Dhamma Centrum Bodhipála
 V zídkách 105
 252 46 Vrané nad Vltavou
 Czech Republic
 tel. +420-257 761 566
 e-mail: bodhipala@volny.cz
 www.bodhipala.cz

Vážení přátelé,

po delší odmlce, která je někdy také potřebná a přínosná, bude dobré si zase trochu popovídat – to bychom se navzájem víc cítili, abychom si uvědomili naši vzájemnost, abychom se společně inspirovali a také informovali zkrátka všechno, co nám umožňuje právě Sangha. Pocit Sanghy, pocit duchovního přátelství a společenství vyvstává ne z toho, co si každý z nás vezme a odnese, nýbrž z toho, co si navzájem dáme, čím si navzájem přispějeme, čím se vzájemně obohatíme. Zcela v tomto duchu probíhal rok 2002. Kromě obvyklých kurzů a přednášek jsme tentokrát otevírali Meditační centrum Bodhipála ve velkém prostorném stavení v Jizerských horách. Mě osobně se na tom nejvíc líbilo, že jsme tam celé ty dva měsíce byli na „vlastní ose“, že jak organizačně, tak i v oblasti zaopatření jsme si vše dělali ve vlastní režii podle svého. Krásné bylo, že po celou dobu provozu byl dostatek dobrovolníků, kterým zjevně dělalo radost přispívat k chodu celého objektu i projektu.

V roce 2002 jsem se aktivně zúčastnil několika Evropských událostí, pobyl jsem i delší dobu ve švýcarském buddhistickém klášteře Dhammapála. Direktní setkávání s různými směry duchovní praxe bylo pro mne velkým obcerstvením. V kanceláři Dhammapály nyní máme

zaměstnanou paní Margrit, která je napojena na učení vietnamského buddhistického mnicha Thich Nhat Hanha. Rád si k ní občas přisednu a nechám si vyprávět o různých principech jeho učení a jeho Sanghy. Jeho duchovní společenství i duchovní cesta sama je hodně o „Vzájemném bytí“ („Interbeing“) – a mě se to vedle vlastní intenzivní praxe meditace velmi líbí. Zřejmě proto, že jsem v 02 „Interbeing“ sám víckrát blíže zažil a bylo mi z toho dobře. Buddha zdůrazňoval ve svém učení dvě okolnosti. Jedna z nich, viveka, znamená samotu, odloučenost od neprospěšných věcí. Intenzivní kurz meditace je v tomto ohledu jeden z nejvyšších stupňů této krásné „samoty“, kdy jsme v ideálním případě hluboko v samé podstatě všeho. Druhá okolnost, kterou Buddha velmi zdůrazňoval, je právě duchovní přátelství kaly-ána-mitta – v širším pohledu právě společenství Sanghy. V roce 02 jsem direktněji pocítil velké přednosti této části duchovního života: být dohromady se spřízněnými lidmi – bez nějakého očekávání, spíš s postojem, že bych rád něčím přispěl – což se později stává úplnou samozřejmostí. Člověk se pak často cítí víc otevřeně a svobodně, víc „Dhamma“, než když je uzavřen sám v sobě se „svou“ meditací. >Moje meditace< – jaká pitomina! Meditace je krásné cvičení i dlení – ale jen když právě nemá svého majitele.

Druhá věc, která u mě v roce 02 vystoupila víc do popředí, je zvýšeně religiózní přístup k meditaci a duchovní praxi. Na podzim 02 jsem jel do Berlína za účelem meditačního víkendu, ale nezůstalo jenom při tom. Využil jsem té příležitosti a navštívil „kolegu“ z různých buddhistických kongresů: korejského Zenového mistra Seong Do, který má v Berlíně své hezké Zenové centrum. Znali jsme se z pódia, pak i z letiště; v Berlíně jsme prohloubili naši vzájemnost nad početnými mističkami korejského oběda. Bylo nám hezky - mistr nás potom pozval do zenově srovnané a čisté meditační haly a věnoval nám svoji slavnostně recitovanou „Diamantovou Sutra“ - se všemi religiózními úkony v klasice asijského religiózního přístupu. Byl to opravdu krásný zážitek. Vybavilo se mi, jak humpolácky někteří meditující v ČR vstupují do meditační haly, jak profánně a materialisticky si upraví sezení, jak nedbale zasednou, aby pak kultivovali nejvyšší transcendentno. Nezvoní to u vás někde? Jsou dokonce lidé, kteří vstupují do meditace s čistou myslí.

Ta Zenová povznášející krása má v sobě někdy až samurajskou úsečnost - to už to zase přepadává na druhou stranu, ale ve své podstatě respekt a religiózní uctívá pečlivost jsou překrásnými dary duchovního světa, odkud to má člověk k Buddhovi zřetelně blíž. Spojení

mysli a těla je veliké, jedno zrcadlí to druhé. Zapišeme si to všichni za uši, ano?

Shodou zákonitostí mi Hynek Sechovský poslal svůj překlad článku od Bhikkhu Bodhi.

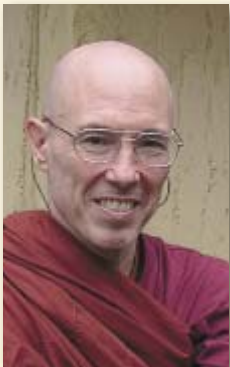
Obsah článku mi dobře zapadá do právě zmíněné tematiky - a tak celý článek zařazuji sem do Okružníku.

Hezké počtení - Ashin Ottama



Dvě tváře Dhammy

Bhikkhu Bodhi - Podzim 1985



Na první pohled v sobě buddhismus obsahuje paradox. Když se k němu přiblížíme z intelektuální strany, bude se nám jevit jakožto výborná platforma pro volnomyšlenkářství: je totiž střizlivý, realistický, nedogmatický, téměř vědecký ve své

formě i metodě. Avšak, přijdeme-li do styku s konkrétní živou praxí Dhammy (hlavně v Asii), brzy zjistíme, že má úplně jinou tvář, která se nám pak může jevit jako antíteze všech našich racionalistických předpokladů. Nesetkáme se s nějakými dogmaty, strnulými přesvědčeními nebo náhodnými spekulacemi, zato budeme konfrontováni s náboženskými ideály odříkání, kontemplace a religiózního uctívání; setkáme se se soustavou doktrín pojednávajících o transcendentnu smyslového vnímání a myšlenek. Co nás snad může nejvíc vyvést z míry je to, že se setkáme s programem cvičení, ve kterých dů-

věra a hlavně víra bude považována za rozhodující ctnost a schopnost, kdy skeptická pochyba bude brána jako překážka, zábrana a pouto.

Budeme-li chtít ujasnit a prohloubit náš vlastní vztah k Dhammě, budeme nakonec nuceni se zabývat jejími oběma tvářemi, budeme nuceni nalézt smysl v obou těchto zdánlivě nesmiřitelných stránkách Dhammy: v empirické stránce obrácené ke světu, která nás vede k prozkoumání a ověření si věcí; a té druhé, náboženské stránce, obrácené k Vyšší skutečnosti, která bude vyžadovat odložení všech pochyb a prohloubení důvěry k Buddhovi a jeho učení.

Jeden způsob, jak můžeme toto dilema řešit, je akceptovat pouze jednu tvář Dhammy, tu pak považovat za autentickou a odmítnout tu druhou tvář jako něco nepravého a nadbytečného. V tradiční asijské velmi silné buddhistické zbožnosti se můžeme dobře napojit na náboženskou stránku Dhammy, rozvinout aspekt víry a oddanosti a odvrhnout přemýšlivý rozumový postoj a světonázor, spojený neodmyslitelně s elementem kritického zkoumání. Nebo druhá možnost, spolu s obhájci moderního buddhismu vychvalovat vysoce pragmatický charakter Dhammy, její téměř vědecký charakter a rozpacitě klopýtat přes její náboženskou stránku.

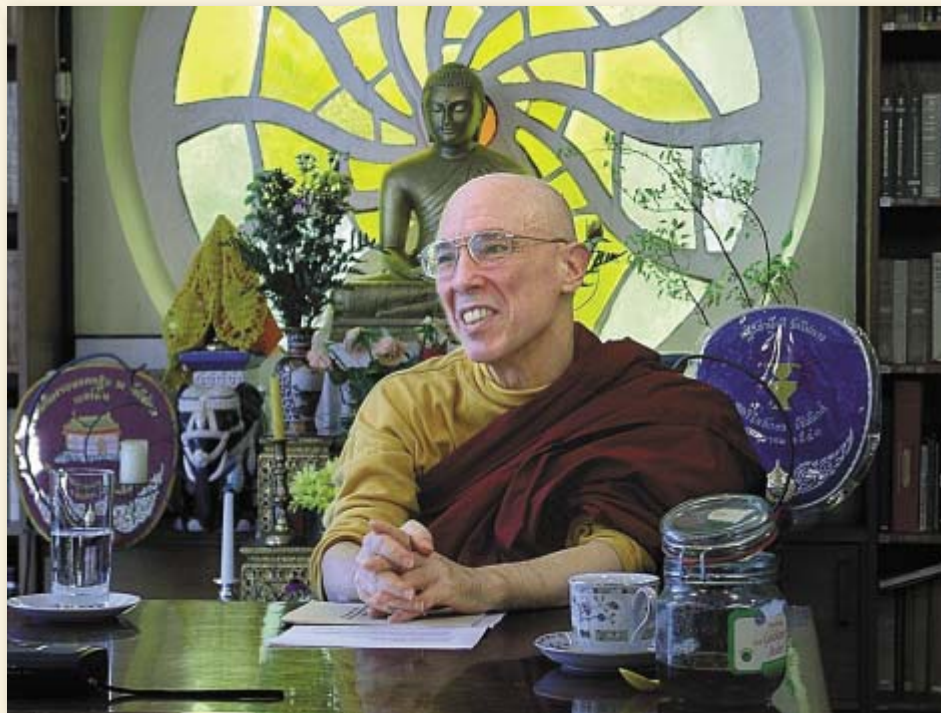
Hlubší reflexe na téma co pravá buddhistická spiritualita opravdu vyžaduje, potřebuje a znamená, nám ukáže, že obě tváře Dhammy jsou stejně autentické, že obě patří k pravé Dhammě. Jestliže se nám nepodaří otevřít se obojímu aspektu Dhammy, riskujeme nejen jednostranné, neúplné pojetí celého učení, ale navíc i to, že celý náš rozvoj v Dhammě bude pravděpodobně bržděn neuceleností, nejednotností a konfliktními postoji.

Jak tedy spojit obě stránky Dhammy dohromady, aniž bychom sklouzávali do protirečí a vnitřních rozporů? Klíč k dosažení konstruktivního propojení obou tváří Dhammy a k zajištění vnitřní konzistence našeho pojetí a praxe spočívá v reflektování dvou základních funkcí Dhammy: za první, její účel být nám průvodcem a vůdcem; a za druhé, její strategie pro dosažení výše zmíněného účelu.

Účelem Dhammy je dosažení stavu osvobození od jakékoliv neutěšenosti a utrpení. Dhamma neslouží k tomu, aby nám poskytovala faktické informace o světě. Přes všechnu svoji kompatibilitu s vědou, její cíle a metody jsou od těch vědních velmi odlišné. Dhamma je v první řadě cesta ke spirituální emancipaci, k osvobození z kruhu opakujícího se zrozování, umírání a utrpení. Dhamma je nám nabízena

jako jedinečný, nenahraditelný prostředek k vysvobození. Z této funkce a pozice proto nehladá náš čistě intelektuální souhlas, ale způsobuje rezonance v naší bytosti, které mají religiózní charakter. Oslovuje nás v samotném základu našeho bytí a tam probouzí víru, oddanost a odevzdanost v míře přiměřené konečnému cíli naší existence.

Víra a oddanost mají v buddhismu funkci pobídky, která nás přivede ke vstupu na cestu, která nás pobízí k vytrvalosti na cestě; náboženská víra a oddanost samy o sobě nemohou člověka dovést až k osvobození. Primární příčinou upoutanosti a utrpení podle Buddhova učení je neznalost skutečné podstaty existence. Proto je v buddhistické strategii osvobození prvořadým nástrojem znalost, vhled a vize, jak věci v podstatě jsou. Objektívni zkoumání a kritické dotazování jsou prvním krokem na cestě k moudrosti. Tázání a zkoumání rozpouští naše pochyby a prohlubuje naše teoretické pochopení pravd, na kterých osvobození spočívá. Ale pochyby a otázky nemohou pokračovat do nekonečna. Když jsme se jednou rozhodli, že Dhamma je naším prostředkem k dosažení duchovní svobody, to je pak moment nastoupit na palubu, zanechat všechno váhání za sebou a začít s praxí, která nás povede od naší důvěry a víry až k osvobuzující vizi a poznání.



Pro ty, kteří přistupují k Dhammě z touhy po intelektuálním nebo emocionálním uspokojení, Dhamma nevyhnutelně bude vykazovat dvě tváře - tu či onu, kde ta druhá tvář pak zůstane divnou záhadou. Jestliže ale jsme připraveni přistoupit k nauce jako k cestě vedoucí k osvo-

bození od utrpení, v tom případě Dhamma přestane mít dvě různé tváře. Místo toho uvidíme pouze to, co zde bylo již od začátku: jedinou tvář Dhammy, která - stejně jako všechny ostatní věci - má dvě navzájem se doplňující strany.

(překlad Ing. Hynek Sechovský)



Probuzení vnitřního učitele

Ashin Ottama

Za léta praxe jsem se setkal s několika dotazy a oznámeními ohledně mého učení mimo fyzickou přítomnost, takřkajíc „na dálku“. Ně-

kolik lidí se, se mnou setkávalo ve snech a ze snových příběhů se snažili vyčíst význam nebo poučení. Jiní zase jakoby slyšeli můj hlas ve své meditaci nebo i přes den. Některým jsem se objevil v noci a přecházel někde poblíž atd. „... chtěla jsem vyzkoušet, jestli ten hlas jste opravdu vy, Bhante. A tak, když jsem se sprcho-

vala, zeptala jsem se, jestli mě vidíte – že to byste vlastně ani neměl, když jste mnich mne takhle vidět nahou. A vy jste mi odpověděl, že tento vnitřní dialog probíhá na úrovni duší. Jako instrukci jste mi mj. doporučil, abych rozvíjela nejčistší úroveň v sobě při komunikaci. ...“

Drazí přátelé, s tímto vším nemám osobně naprosto nic společného. Buďte k těmto věcem velmi opatrní. Něco pochází z vaší fantazie, něco v sobě nese jistá symbolická sdělení, něco poukazuje na probouzení vašeho vnitřního učitele, ale něco také na nebezpečnou okolnost, že nějaké pochybené bytosti si propůjčují a nabírají moji podobu pro své vlastní účely.

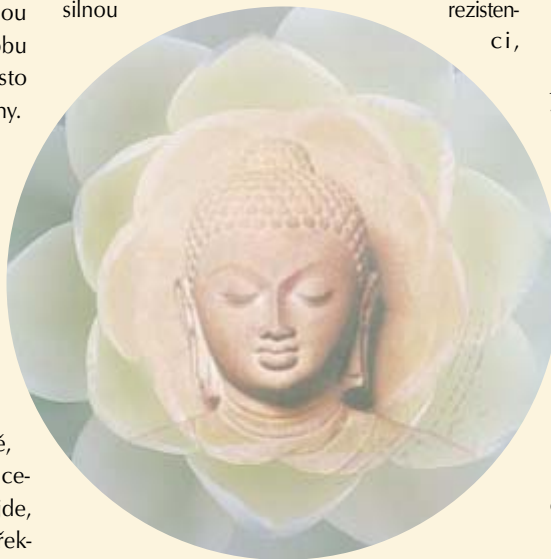
Pozice duchovního učitele má velkou archetypální i symbolickou sílu, mnohé věci se v praktikujícím mohou dát do pohybu. Nakonec, mnohé se potřebuje dát do pohybu – to by mohlo být v pořádku. Jde o to, jakým směrem se věci dávají do pohybu.

To, čemu se bráním, co ale na druhé straně již odedávna přímo nebo nepřímou patřilo k duchovní cestě, je fenomén projekce a transferu ve vztahu žáka a učitele. Nevydávám se nikterak překotně za učitele, spíš jen nabízím radu a pomoc těm, kteří si o ni vyloženě řeknou. Tím redukuji podhoubí k nevázaným projekcím na minimum. Ale i tak stále ještě něco zůstává.

Projekci známe především jako projikování -promítání vlastních zádrhelů a nevyřešeností na jiné osoby, do prostředí okolo sebe. Silná projekce nám pak brání vidět ostatní lidi tak, jak jsou, nutí nás vnímat je překrouceně, disproportčně, vnímat jenom jeden fragment jejich bytosti. V případě žáka a učitele jde většinou o pozitivní projekci, kdy žák projikuje na osobu učitele nejen svoji představu ideálu, ale často i svoje vlastní nežité, vytěsněné ušlechtilé sklony. Pro to všechno se pak duchovní učitel stane projekčním plátnem – násobeno počtem přítomných. Samozřejmě i v případě pozitivní projekce, člověk-učitel není viděn tak, jak je; ve světské oblasti bývá nezodpovědně přeceněn a idealizován, v duchovní ještě vůbec ani nezahlednut.

V duchovní sféře se s fenoménem projekce setkáváme často a snadno to poznáme: žák se chová k učiteli nepřírozeně, v jeho přítomnosti vstoupí do jakési pokroucené mysli a drží stálý úsměv kdykoliv učitel vejde, chichotá se nahlouple čemukoliv, co učitel řekne, někdy začne učitele vnitřně, někdy dokonce i zevně kopírovat – i se všemi vadami, přehnanostmi, gesty apod. U mně s tímto nepochodíte a rychle vás z takových úletů stáhnu na zem. V principu každá projekce je jednostrannost, lež a klam. Na druhé straně pozitivní projekce

se již odedávna s úspěchem využívalo ve vztahu žáka k učiteli k umocnění výsledků. Žák se v plné, nekontrolované důvěře vložil do rukou svému guru, který s ním pak mohl dělat vše, co bylo potřeba pro zprůchodnění žákova ega – to znamená také lámat jeho silnou



resisten-
ci,
Mám dojem, ego sa-
mozejmě klade. že tyto šťastné časy duchovní praxe již dost pomínuly. Nebezpečí totalitního odevzdání guruovi jsou dnes tak veliká, že podobný vztah nemohu nikomu doporučit. Dnešní guru často

s žákem dělá nejen vše co je potřeba, ale i to, co se mu zachce. Žák si musí v dnešní době zachovat alespoň jistý stupeň moudrého přehledu přes situaci.

Na druhé straně mohu jenom konstatovat a potvrdit, že u lidí, kteří jsou spíše nasměrováni na učitele než na učení, učitele ale posuzují pouze vlastním světským úsudkem (jiný totiž ještě nemají k dispozici), posuzují ho podle vlastní představy, jak by měl učitel vypadat a jednat, posuzují ho podle mínění jiných lidí – že tito lidé vykazují většinou malou šanci zřetelnějšího pokroku. Je to logické. Kdykoliv duchovní praxe zatlačí na jejich mentální zauzliny a nečistoty, tito lidé se spolčí se svým egem a příčinu svého problému uvidí v učiteli – přesně v řádu negativní projekce.

Dříve autorizace duchovních učitelů jejich učiteli měla zásadní váhu a platnost; dnes to někdy není tak jednoznačné. Vše se mění, i duchovní lidé se různě dále vyvíjejí, někdy se jejich integrita upevňuje, jindy rozplývá – a „autorizaci“ by myslím bylo potřeba nově uvážit každý druhý rok. Klasické duchovní směry jsou na tom ale v této oblasti ještě relativně dobře.

Ale dál. Ano, existuje něco jako „vnitřní učitel“, je to pravda. U mne to fungovalo velmi dobře a roky jsem byl ve velmi prospěšném



spojení se svým vnitřním hlasem. On to nebyl hlas. Bylo to intuitivní vnímání odpovědí - někdy beze slov, jindy ve formě částečného slovního vyjádření (to ale bylo již moje vlastní převedení intuitivní odpovědi do pojmové řeči). V té době jsem měl již kus duchovní cesty za sebou a různé duchovní možnosti byly dostupné. Kdykoliv vznikla v mysli nějaká nejasnost, stačilo se ztížit a obrátit k tomu klidnému středovému bodu

a hned jsem vnímal „odpověď“, hlas čistého, upřímného srdce.

V podstatě se zde jedná o probouzející se vlastní vnitřní moudrost, které dáme možnost se projevit; naše mysl se otevře tím směrem. Ale opět pozor: i zde se jedná jen o vyšší vlastní moudrost. Určitě je mnohem spolehlivější než ta normální „lidská“, přesto se může také trochu mýlit: nemá plný vhled.

Rozhodně i tohoto vnitřního učitele je třeba citlivě kultivovat a rozvíjet. Zpočátku se nám do hlasu toho vnitřního „ušlechtilého přítele“ bude plést i vlastní ego. Bude to jistě trvat, než se bezpečně naučíme rozlišovat hlas pravého učitele od hlasu ega.

Jedna učitelka dala razantní radu: „Na podkladě vlastní zkušenosti mohu jen doporučit řídit se hlasem ega a přitom si myslet, že jde o vnitřního učitele. Samozřejmě, že člověk ná-

ležitě a pořádně spadne do bláta. Stalo se mi to několikrát a teď vím, že není nad to, poučit se z vlastních omylů. Jednou potom poznáte, že hlas ega má jinou polohu a jinou vibraci než hlas vnitřního učitele.“

Povážlivá situace nastane, když se do tohoto procesu napojí nějaká jiná bytost – ať vyšší nebo nižší. V takovém případě bych silně doporučil s celým tímto cvičením úplně přestat. Rizika jsou příliš veliká. Ten „hlas“ vnitřního učitele je velmi vlastní, vnitřní. To je velmi rozdílné od nějaké jiné bytosti, která se snaží napojit¹.

V průběhu doby se pak pozice vnitřního učitele v mé mysli stávala čím dál samozřejmější, až jsem se v ní ukotvil. Dnes, když odpovídám na nejrůznější otázky na přednáškách a podobně, odpovědi přicházejí z této oblasti mého „vnitřního učitele“ – jestli to tak chceme formulovat. Ale i vnitřní učitel se někdy může ještě mýlit...

¹ Poněkud jinou kategorií je „Boží vedení“, které na sebe někteří vysoce oddaní křesťané nechávají působit a kterým se nechávají vést. Podobné „vedení“, pak existuje i v hinduismu. Osobně bych ale doporučil stejnou opatrnost i v tomto případě. „Čisté spojení“ někdy nemusí být tak docela čisté a málo cvičený člověk by se mohl spálit. Vnitřní učitel vám nebude stále „říkat“, co máte dělat nebo jak se máte v konkrétním případě zachovat a rozhodnout; poradí, ale rozhodně vás nebude stále vodit za ručičku – To ostatně živý učitel také – pokud za něco stojí. Podle buddhismu existuje celá jedna oblast celkem vysokých bytostí, která využívá jiné bytosti pro svoje vlastní účely.

Existují ještě další varianty, jakýsi druh věštění, kdy člověk vysílá dotazy jakoby do vlastní karmy a odtud dostává jakés-takés konkrétní odpovědi – buďte ujištěni, že toto s vnitřním učitelem nemá naprosto nic společného.

Deštivá sezóna v Čechách

E-mail od Andrease Bachmanna

Ze Švýcarska do Čech to není zas tak daleko, a přesto, když jsem v červenci 02 přijel na měsíc meditací na Bodhipálu, ocitl jsem se ve velmi odlišném světě. Věci se zde zdají být jednodušší – nebo bych měl raději říct méně komplikované? Mám rád jednoduchost; jsem přesvědčen, že všechny důležité věci života jsou jednoduché – měly by být jednoduché. Čím složitější se věci stanou, tím více času spotřebujeme, abychom udrželi příslušnou úroveň komplikovanosti.

Josefův důl, malá ves na severu Čech, vypadá v letním čase jako „zapomenutý kout“ – že by kvůli častým deštům? Buď jak buď, mám tu krajinu velmi rád; barevné útulné domečky s malými okénky – tak nějak vypadá pohádková říše víl a skřítků.

Bohužel nebylo mnoho času na toulky okolím, jen tak akorát na procházku vesnicí, ale konec konců, nepřijel jsem na prázdniny. Přece jen jsem musel dohlížet na mysl, která se chtěla vydat na pouť a objevovat všechny ty zvláštnosti onoho kouzelného světa venku. Zabralo mi pár dní než jsem utišil a usadil svou mysl.

Bodhipála je pěkné stavení (dával jsem ale přednost zadnímu traktu), mile vyzdobené buddhistickými obrazy. Z místa, kde dříve byla reklama na pivo, vás nyní provrtává pohledem Ajan Mun. Na druhé stěně zase kresba od Gary Larssena (můj oblíbený karikaturista) – ještě stále by mně zajímalo, co tam bylo v češtině napsáno. Kolem Bodhipály hodně prostoru na meditaci v chůzi a rybníček – tichá setkání s žábou. Ta žába byla tohoto nekonečně deštivého léta jistě velmi šťastná.

Obdivoval jsem se péči a horlivosti všech přítomných, kteří ze sebe dávali to nejlepší. Cítil jsem bezpečí a podporu celé skupiny. Zaujala mne účastnice, která měla původně v úmyslu meditovat, nakonec ale skončila u překládání, vedení lekcí jógy, vaření a pomáhání všude, kde bylo potřeba. Byl jsem dojat všemi těmi lidmi (některé z nich jsem znal z dřívějších kurzů), kteří přijeli praktikovat meditaci, rozvíjet moudrost a kultivovat prospěšné stavy mysli. Zábavné bylo zjištění, že nejen ve Švýcarsku, ale také v Čechách někteří meditující nepřetržitě sledují svou SMS schránku, v noci bylo dokonce slyšet ze zavřeného spacáku vytukávání nové zprávy.

Prvních čtrnáct dnů jsem byl veden a inspirován sestrou Ariya Nani, původem Švýcarkou, která žije jako ordinovaná sestra v Myanmaru



již deset let. Bylo pro mne velmi cenné hovořit o Dhammē a být veden ve svém mateřském jazyce, mluvit rovnou ze srdce, bez neustálého hledání slov v jiné řeči. Máme stejné kulturní zázemí - a to je pevný základ pro vzájemné porozumění - měl jsem z toho radost. Stejně tak mne těšil její laskavý, jemný způsob podpory a naslouchání.

Druhých čtrnáct dnů, učil Bhante U Ottama společně se Sestrou, sdílející s námi svou hlubokou a velmi inspirující znalost Dhammy. Byl jsem neskonale vděčný za jeho jemný, jasný výklad,

kterému nechyběl povznášející humor. Hovořili o stejných věcech a přesto, způsob jejich vyjadřování a předávání znalosti Dhammy byl tak odlišný - přivádělo mne to k úžasu.

Po zhruba třech týdnech, mne přepadla pronikavá bolest srdce. V noci, pokoušeje se usnout, srdce bublalo a skákalo a já si nebyl jist, jestli budu příštího rána ještě mezi živými. Dobře, proč neumřít na meditačním kurzu a proč ne na TOMTO kurzu? Nakonec jsem pak usnul.

Jakmile se smrt jednou dotkne svým kostnatým prstem vašeho krku, způsobí to velkou změnu ve vaší životní perspektivě. Náhle jsem pocítil nekonečnou vděčnost za každou minutu života a ptal jsem se sám sebe, proč tak často plním svou mysl zbytečným, ba dokonce nezdravým obsahem. V meditaci pak jen musím čelit všem těm starým příběhům, zážitkům, imaginárním rozhovorům, dějům z filmů atd., které jsou jak se zdá uskládněny v tom velkém skla-



dišti zvaném „Andreas“. Ach, proč jsem všechny ty věci střádal? A z těchto úvah vyvstala nekonečná touha, vyklidit to skladiště, usilovat o čistotu mysli a srdce – nebo konkrétněji: odjet opět do Myanmaru a zasvětit tento vysoce drahocenný čas a energii systematické praxi Dhammy. Zvládnu to? Rozhovor s Bhante Ottamou mi v tomto bodě velmi pomohl.

A takto končil meditační kurz. Bolest zmizela a naplněn štěstím jsem opustil ten bezpečný ostrov zvaný Bodhipála a vrátil se zpět do nebezpečného oceánu samsáry. Ale naučil jsem se plavat zase o trochu lépe než předtím.

Díky všem. Nechť jste všichni šťastni a děláte rychlé pokroky v meditaci.

(překlad Naďa)

Sitagu Sajadó na Bodhipále

Sajadó U Nyanissara pobyl na Bodhipále jen asi 6 dní. V době jeho návštěvy Filip dostal ordinaci samanery. Sajadó pak pokračoval ve své cestě Západem. Krátce navštívil Berlín, Anglii, potom ale směřoval do USA. V Austinu ve státě Texas má totiž Centrum-Viháru, kde stabilně žijí tři barmští mniši. Z Austinu, jsme pak dostali následující mail:

Drazí přátelé Dhammy, ctihodný příteli Ottamo, samanero Vivekanando, a všichni studenti.

Cestuji nyní po celých Spojených Státech a učím Dhammu. Velmi často vzpomínám na svůj pobyt ve vaší viháře. Vzpomínky na Českou



republiku ve mně vzbuzují pocit klidu a štěstí. Byl jsem svědkem vaší opravdovosti v Dhammě, byl jsem potěšen vaší vřelou pohostinností.

Doufám, že nepolevíte a budete kráčet výše a výše v realizaci Dhammy. Přeji vám všem, aby vás ve vaší praxi naplňoval pocit štěstí, přeji vám, abyste nabyli schopnosti realizovat Pravdu (sačča) již v tomto životě.

Nechť potíže nikdy nezkříží vaši cestu Dhammy. Nechť jste všichni osvobozeni od všeho

nebezpečí. Nechť jste schopni vymýtít zcela a navždy všechna mentální znečištění. Nechť jste schopni zakusit nejhlubší mír skrze realizaci Dhammy.

Podporujte učení Buddhovo a ochraňujte jeho nejvyšší čistotu.

Ashin Nyanissara - Sitagu Sajadó
(překlad Naďa)





Barvy života

Ashin Ottama
(překlad z němčiny)

Ředitelka jedné speciální školy pro problematické děti zkušebně zařadila do programu výuky také krátkou meditaci mettá (meditaci univerzální lásky). Aby se navození krásné a bla-

hodárné atmosféry milující přívětivosti lépe dařilo, mettá-meditace většinou začíná malou reflexí. Každý si má předem vybavit nějaký hezký zážitek z vlastního života, kdy byl hluboce a bezesbytku šťasten. Jeden hoch ze třídy se upřímně snaží, nemůže si ale na žádný takový prožitek vzpomenout. Vedoucí učitelka ho povzbuzuje, aby se podíval hlouběji do pokladnice svých zkušeností: „Určitě i ve tvém životě se najde takový moment, kdy jsi se cítil skutečně hluboce šťastný...“ Několik dní se nic neděje, pak najednou vběhne chlapec vítězoslavně do sborovny: „Paní učitelko, paní učitelko, už to mám, už to mám! Bylo to minulý rok, když jsme s klukama na nádraží zapálili trafikku!“

Je to tak. Radost není vázána na nějaké konkrétní situace nebo objekty. Přichází k nám mnohem spíš ve formě různých druhů vědomí a doprovázejících pocitů. Neustále vystávající příjemné a nepříjemné pocity jsou jako barvy na malířově paletě, které vytváří bohatost našeho života. Ano, dokonce „být bohatý“ je mnohem víc záležitostí pocitů než faktů.

Příjemné a nepříjemné pocity ovlivňují velmi silně náš život, přesto ale nestojí v žádné direktní spojitosti s kvalitou našeho života. Bilance

životních pocitů může u různých lidí dopadnout velmi odlišně; někteří se převážně cítí šťastni, jiní právě naopak. O opravdové kvalitě života tato skutečnost sama o sobě mnoho neříká. Lidé na spirituální cestě vědí nebo alespoň zřetelně tuší, že mnohem víc jde o to, jak se k příjemným nebo nepříjemným zážitkům a situacím stavíme a jak dobře je dokážeme využít pro vlastní růst.

Karmické vybarvení

Také naše karma je dalekosáhle odpovědná za příjemné i nepříjemné okolnosti našeho života. Mnohé radostné zážitky můžeme též chápat jako dobře zasloužené dárky z naší vlastní minulosti.

Když naše dobrá karma zraje a přináší plody, bude nás doprovázet štěstí, hojnost a zdar – a to v rovině pocitů, v rovině událostí, anebo právě v obou úrovních. Možná, že vliv karmy na náš život můžeme chápat ještě obecněji: dobrá karma nám otvírá přístup a spojuje nás s potěšitelnými okolnostmi a událostmi. Špatná nebo neprospěšná karma škrtí přístup k radosti a dostatku. (Kdybychom chtěli být zcela přesní, neměli bychom tady používat výraz „karma“ nýbrž „vipaka“.) Není tomu tak, že by ve světě kolem nás vládl trvalý nedostatek možností

² Je to vyprávění z druhé ruky - ale je to prý skutečný příběh z jedné pomocné školy na Moravě.

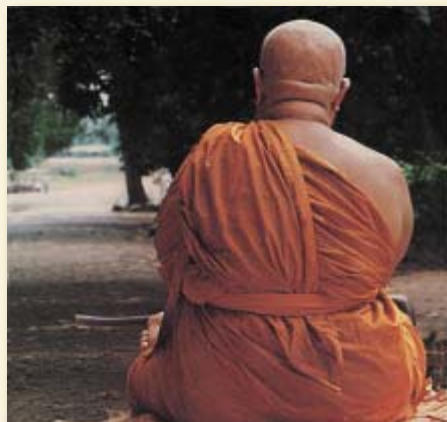
nebo neustálá nouze. Veškerenstvo obsahuje všechno. Ale kvůli naší karmě možná nejsme schopni uvidět, kde je náš prospěch, napojit se na zdroj zdatu a prospěchu nebo nejsme schopni prospěšné a správné okolnosti přijmout. Z té nepřeborné mnohosti možností okolo sebe vidíme a vnímáme, posléze i volíme to chmurné, neutěšené, strastiplné a neprospěšné – pokud nám vůbec ještě nějaká volba zbyde. Karma má enormní vliv na odvíjení našeho života. Tvořit dobrou karmu je proto nanejvýš důležité. Jak? Ani ne tak filosofové jako spíš malé děti to vědí zcela jasně: nenechat se motivovat žádnými negativními emocemi, chtivostí, hloupostí, leností nebo pohodlností, zato přestoupit na pozitivní, soucitné a inteligentní myšlení, slova, jednání a činy. A sice dali-dali!

Buď jak buď, náš co nejčastější zážitek radosti je důležitým balzámem na rány běsnící samsáry. Mějme přítom ale na paměti, že radost sama ještě není žádným skutečným lékem!

Spektrum kvality

Že radost z požitku v sobě nemá žádnou moudrost, to všichni víme velmi dobře. Taková radost je poloslepá. V principu je to pouhé dočasné potlačení druhé poloviny světské skutečnosti: neutěšenosti. Proto je tento druh rado-

sti tak omezený, tak pomíjivý, tak málo uspokojivý. Radost z požitků také vůbec nepřispívá naší bytostné vyspělosti. Mnohem spíš nás tento druh radosti přivádí do společnosti petů – hladových duchů.



Nebeská radost je naproti tomu něco jiného. Osvěžuje a očisťuje mysl. Je to něco jako napojení na kořeny života, skutečný „domov“, koupel v zářícím světle, koupel, která konejší a posiluje naše srdce: ego při tom uvolní svůj škrtící chvat. Pohled do očí malého dítěte, rozkvetlá louka, poezie oblíbené básničky, krása přírody, dobré přátelství... Tato radost je něco jako dotek s hlubší podstatou života, dává nám vnitřní prostornost, spokojenost, pokoj srdce a svěžest.

Božská blaženost ponechává to všechno daleko vzadu. Jemnost a vznešenost blaženosti je z jiné dimenze – podobenství a přirovnání selhávají. Vlny blaha zaplavují neutuchajicně jemnomotnou sféru...

Škrábavé pyžamo

Adžán Buddhadasa k tématu radosti příležitostně používal sugestivní přirovnání: „radost, která pokouše svého majitele“ a „radost, která nepokouše svého majitele“. Smyslová radost bývá v buddhismu často přirovnána k vytváření dluhů: dluhy koušou svého majitele jako pyžamo utkané z kopřiv. Na druhé straně radost, která pochází z osobní disciplíny, etického ohledu a rozvážlivosti, taková radost dělá dobře na všech stranách.

Radost z nesobectví a nezištnosti, i kdyby to byl jenom příležitostný návštěvník naší mysli, taková radost nepokouše nikoho. Radost, která doprovází velkorysost, radost, když se nám podaří přispět ke štěstí ostatních, radost z duševní čistoty, jasnosti a integrity – to je opravdové požehnání pro tento život i pak dál.

Tak také když ve svém srdci správně rozvineme čtyři brahmaviháry: univerzální lásku, univerzální soucítění, univerzální spoluradost a vyváženou vyrovnanost. Tyto čtyři vnitřní

pozice srdce mohou být zřídlem nesmírného požehnání. Zde dokonce přerůstáme náš obvyklý lidský formát. Zde ale také pojem „radost“ se pomalu stává nedostatečný.

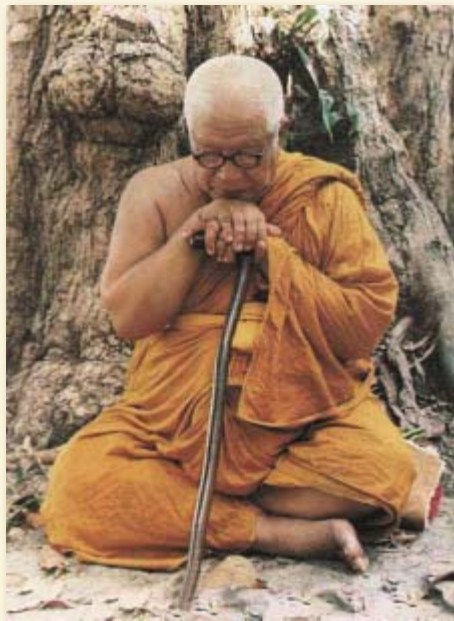
Je to obrovský rozsah radosti, který lidská mysl a vědomí může zakoušet: od smyslových požitků až po nejvyšší mimosvětské druhy blaženosti. A přece, všechny tyto druhy radosti, ať jsou zářivé a sebeprosté, jak jen mohou, vykazují jednu společnou charakteristiku: jsou podmíněné, doprovází je světský nebo mimosvětský pocit.

Pohladit svět

V oblasti Buddhovy nauky bude sublimní radost z osvobození vždy považována a respektována jako to nejvyšší. Jedná se o nevyslovitelné, nevyjádřitelné blaho uzdravení, zahojení, neulpívání, důkladné poznání a uznání okolností tak, jak jsou. „Nevyslovitelné“ a „nevyjádřitelné“ vůbec ne kvůli nějaké totální cizosti nebo exotičnosti takového stavu, nýbrž mnohem víc kvůli jeho naprosto netušené normálnosti, evidentnosti a samozřejmosti, který se nachází v pravém protisměru každého uchopení a pojmového zpracování. Když se naše poranění podmíněnou samsárou začíná hojit, také všechny cesty pojmového uchopení a popsání postupně mizí

– paralelně s jakýmkoliv přáním nebo potřebou definice.

Je to velmi konsekventní, jemné odulpění a vyrovnanost – daleko od lhůstivosti. To od-



ulpění se jistě vztahuje na vnímané objekty, ještě víc ale na podvědomé pudy a sklony. Skutečné osvobození přichází z velké hloubky. Mnohdy se při tom také probudí hluboká důvě-

ra, že věci samy ze sebe mají přirozený sklon se odehrát správným způsobem. Tato nová jistota vyznačuje enormní odlehčení. Způsobuje neočekávané rozšíření volnosti a dobrovolnosti na 360 stupňů.

Podobné zážitky sublimní radosti a míru mohou člověka v řádu intenzity prožitku inspirovat na celý život. Přesto, relativně krátký zážitek – i kdyby byl zářivý jak jen může být (například sotapatti) v praxi se stává mnohem víc skutečným začátkem než koncem duchovní cesty. Než se prožité osvobození, pravost, nekonečná trpělivost a vše pojímající neulpívání plně rozvine až do posledních záhybů našeho denního života – to může ještě pěknou chvíli trvat. Může to být i pořádně dramatická kapitola našeho života. Ale vyplatí se to. Bude to napínavé. Až jednou plody duchovní cesty plně proniknou až do oblasti životní každodennosti, pak se v nitru takového člověka rozhostí překrásný stav opravdové lidské zralosti.

*Die grösste Harmonie aller Klänge der Welt
liegt in der Stille,*

*Největší harmonie všech zvuků světa je
obsažena v tichu.*

Arthur Schopenhauer

Nebývalá záře nad Josefovým Dolem



Bylo to v létě 2002 v jedné malé odlehle vesničce zvané Josefov Důl, která se nachází v kopcovité krajině severních Čech, kde jsem narazil na zcela neobvyklou skupinu lidí. Zdržovali se ve velkém domě, přesto se ale vůbec nechovali jako prázd-

ninová hosté. Když jsem se snesl na velký smrk vpravo od stavení, abych zjistil o co jde, přijelo zrovna červené auto na parkoviště vedle domu. Tři lidé vystoupili: muž, žena a jakási postava v hnědém hávu s holou hlavou. V domě byli již mnozí shromáždění, také jedna další postava bez vlasů s hávem tentokrát červenohnědým. Krátké srdečné pozdravení, ale to již byl čas na polední jídlo. K podivným dvěma bytostem se pak přidala ještě jedna třetí – o poznání mladší – to když



s kovovými miskami přistupovali k nádobám s jídlem. Kuchařici nandali do misek potravu a oni odkráčeli ke svým stolům. Tři oděnci pak melodicky recitovali krásný text, čemuž shromážděná skupina soustředěně naslouchala.

Odpoledne pak přijížděli další lidé, někteří z přítomných zase odjížděli. Z rozhovorů jsem se dověděl, že zahalené postavy jsou buddhistický mnich a mniška, třetí pak novic Vivekananda. Mniška Ariya Nani prý ordinovala před deseti lety v Barmě, kde se dodnes zdržuje a že prý je to Švýcarka; ten malý stát uprostřed západní Evropy dévové často označují jako ráj na zemi.

Dále vyšlo najevo, že Ashin Ottama tu již celý měsíc vede buddhistickou meditaci a že tu také byl barmský Sajadó U Nyanissara a že tento velmi známý učitel v průběhu své návštěvy udělil mladému muži noviciát. To začínalo být opravdu zajímavé, a tak jsem se v tom smrku usadil k pobytu. Pro lesního dévu by samozřejmě pořádný les byl lepší, ale představa, že se tady lze něco přiučit mně hodně přitahovala.

Večer sestra Ariya Nani zahájila další kurz meditace. To jsem

slyšel poprvé něco o buddhistické meditaci. Vipassaná meditace je metoda, jak člověk dojde k poznání podstaty skutečnosti. Tímto poznáním se pak osvobodí od všeho neuspokojivého a strastiplného.

Poučil jsem se, úkolem je

že základním udržet nepřetržitou pozornost. Ta je zaměřena na všechny procesy jak v mysli, tak i v těle. K tomu účelu byl den rozdělen do tří aktivit: rozvíjení pozornosti při nehnutém

sezení, při chůzi a při ostatních denních aktivitách jako např. při vstávání, čištění zubů, sprchování, přijímání potravy atd. V následujících dnech byly instrukce uvedeny v praxi. Bylo překvapující vidět, jak skupina nějakých pětadvaceti lidí celý den od pěti ráno do deseti večer oddaně cvičí a praktikuje. Zajímavou okolností bylo, že nikdo nemluvil – říkali tomu „ušlechtilé mlčení“ – a opravdu to něco ušlechtilého v sobě mělo. Zdálo se, že skupina spolu sdílela prostor ve velké harmonii, jinak obvyklé rozdíly názorů nenalézaly možnost projevu. Meditace v chůzi byla provozována ponejvíce v zahradě; někteří



meditující chodili rovnou pod mým smrkem. Chodili sem a tam, každým dnem jakoby pomaleji. Zesílenou pozornost a prohloubenou koncentrací bylo možno přímo cítit.

Ranní meditace byla uváděna recitací, večer v půl osmé byl každý den přednes Dhammy, ve kterém podstatné body Buddhova učení, byly objasňovány a přiváděny do souvislosti s praxí meditace.

Den končil o půl desáté meditací mettá. Cílem této meditace je rozvinout krásné kvality srdce jako milující dobrotivost, přátelství, bezpodmínečnou lásku. S pokrokem v této meditaci je možné překonat sklony k nenávisti, vzteku, odporu, zlobě a tak nechat srdce zazářit v původní čistotě.

Z mého příbytku na smrku jsem míval dojem, že v tuto dobu se světlo v meditační



hale rozzářilo o poznání silněji – taková jiná záře, která tam přes den nebyla. K tomu občas zazněl melodický recitovaný zpěv.

Po dvou týdnech se osazenstvo rozjízdělo. Obličej účastníků působily nějak odpočinitě, těla jakoby měkčí a uvolněnější. A mluvili o důležitých vnitřních proměnách. Ale to již přijížděla další skupina lidí a Bodhipála startovala další kurz, který vedl Ashin Ottama se sestrou Ariya Nani dohromady. Ale i tento po dvou týdnech bude končit a tak mi nezbude, než táhnout zase dál, abych našel jiné, pokud možno příjemné a míruplné místo na této zemi...

(Úsměvnou povídku nám zaslala

Sestra Ariya Nani)

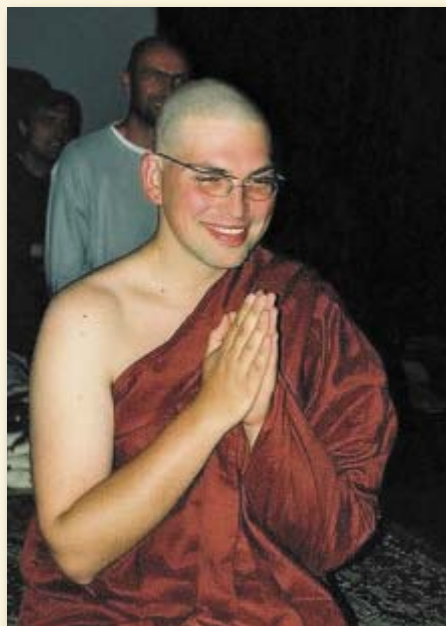
Milí zájemci o meditační pobyt

Začátkem června jsem vystoupil na stanici Antonínov. Stalo se tak až po několika přestupech, po cestě ke konci již neobydlenou a divokou horskou krajinou. Motorák dojížděl prakticky prázdný. Srdce mi bušilo až v krku při pomýšlení, že po několika stech metrech uvidím obydlí, ve kterém jsem podle svých plánů chtěl strávit následující dva měsíce. Různé pochybnosti a strachy mi litaly hlavou. Nezapomněl jsem něco nezbytného k přežití jako budík, ručník, mýdlo, přezůvky, pastelku atd.? A nečekají tam na mne nějaké nepříznivé okolnosti, které mi budou dva měsíce vadit a soustavně mi bourat soustředění?

Milí čtenáři, mohu Vás ubezpečit, že na nepříznivé okolnosti jsem v centru nenarazil – ba naopak. Tehdejší organizátor Petr nás už u vchodu mile přivítal, provedl společenskými místnostmi a ukázal nám naše pokoje. Po prohlídce jsem musel uznat, že objekt poskytuje jistý komfort. Dřevěnka, která hostila meditační centrum Bodhipála předchozí dva roky, byla nepřekonatelná svou romantickou polohou a izolovaností v odlehlem údolíčku, avšak tam téměř úplně chybělo soukromí, poměry byly stísněné a sanitární zařízení nedostačující. Spousta výhod antonínovského obydlí mne brzy přesvěd-

čila, že se jako „Ochránce osvícení“ (což je překlad slova Bodhipála) výborně hodí.

Vnější vzhledem je antonínovské stavení poměrně velká vila v neoempirovém stylu se zahradou dostatečně velkou na to, aby poskytla všem meditujícím rovnou a úměrně dlouhou pěšinku pro meditaci v chůzi. Když člověk vejde zadním vchodem, projde podél dlouhé řady botníků, dostane se do mile ozdobených pro-



stor, kde buddhistické praporky a plakáty s vyrovnanou Buddhovou tvář a jeho prozářeným úsměvem vytvářejí atmosféru, která nechá zapomenout, že objekt přes rok slouží jiným než meditačním účelům. Jedna z příjemností, které jsem si cenil, byl dostatek horké vody, který ve sprchách poskytoval ztuhlým svalům uvolnění i ve večerních hodinách. Další velká úleva oproti dřívějším létům spočívala v zavedení kuchyňských týmů, které se skládaly z dobrovolníků, kteří se na poloviční úvazek ujímali vaření – a musím říct, že většinou velmi úspěšně! Pro běžného meditátora to znamenalo, že ve vaší praxi „nad hlavou jeho soustředění už nevisel meč přípravy oběda“ – čímž básník chce říct, že do krátké aktivní meditace či pracovní periody už spadaly jenom nenáročné úkoly, jako třeba vysávání, vynášení smetí, zalévání květin a tak.

Meditační program byl pestrý se dvěma týdny meditace mettá a zajímavými hostujícími učiteli, kteří se dobře doplňovali s nezaměnitelným způsobem výuky Ashina Ottamy. Co se týká meditace samotné, to Vám milí zájemci tady nepopíšu, to už musíte zažít sami. Možná se sejdeme právě k této příležitosti v meditačním centru Bodhipála, moc bych to každému z nás přál. Mnoho pozdravů a mettá,

Filip Gundlach



Reflexe buddhistického mnicha na téma „Mír“

příspěvek Ashina Ottamy ke Světové mírové konferenci konané ve Vídni, 5. října 2002

Když se díváme na sebe nebo na svět jen povrchně, vidíme a vnímáme pouze povrch, pouze deformovaný zlomek skutečnosti. Bude to jen naše lidská interpretace jedné tenké vrstvy skutečnosti. Jako buddhistický mnich se

snažím vnímat podstatu věcí, vidět celek, vidět do hloubky – jak nejlépe jsem schopen. Jestliže vnímáme jenom malou část pravdy, počínáme si ale jako bychom věděli všechno – to je velmi nesprávný postoj, takový přístup může způsobit mnoho škody a utrpení.

Samotný fakt, že se tato obrovská mezinárodní mírová konference uskutečnila dokazuje, že v tomto světě mnoho míru nemáme nebo, že mír který máme, není příliš jistý a pevný,

anebo že druh míru, který možná máme, nemá dostatečně uspokojivou kvalitu.

Jsem velmi vděčný Swami Maheswaranandovi, že dal podnět k uspořádání této konference. Hinduisté a buddhisté mají možná trochu odlišný přístup k některým oblastem duchovní cesty - vpravdě jde spíše jen o kladení rozdílného důrazu na různé aspekty duchovního rozvoje - ale v podstatných otázkách praktického života jsme zřetelně na stejné straně.

V buddhismu je cílem realizace a posléze i splynutí s Nirvánou. Vysoké spirituální dosahy jsou vždy mimo popis a slovní vyjádření. Chceme-li ale přesto takový stav alespoň částečně vystihnout naším jazykem, můžeme říci, že Nirvána je mír. Z toho vyplývá zcela evidentně, že buddhisté mají mnoho co říct k tématu této konference. Někdy, když chci Nirvánu ještě víc přiblížit našemu lidskému chápání, tak ji přirovnám k zahojení rány. Máme zde infikované hnusající zranění a pomocí správného postupu a péče se nám podaří jej zahojit. To zahojení a výsledná zdravotnost vystihuje stav Nirvány velmi dobře.

Ano, náš svět je poraněný, není míruplný. Lidské srdce je poraněné a nemá mír – my to víme a sami v sobě cítíme. Víme, že mnoho věcí není zcela v pořádku – ve světě, ale i uvnitř v nás samých. Zahojit svět a dát světu mír znamená

také zahojit vlastní srdce a vnést do něj mír. To je úkol, k jehož realizaci nás zve každá dobrá duchovní cesta. Zde vpravdě se duchovní a světská cesta sobě velmi podobají, dalo by se dokonce říci, že se v tomto smyslu i překrývají. Úkolem v obou případech je pracovat na upevnění míru jak uvnitř, tak i vně. Zde se nám naskýtá příhodný moment k malé reflexi: mír není něco, co nám samo spadne do klína. O mír je třeba pečovat, snažit se a pracovat na něm – někdy i velmi tvrdě pracovat.

V buddhismu často hovoříme o tom, že všechno nežádoucí, konfliktní a neprospěšné pochází ze tří kořenů: z chtivosti, nenávisti a z nevědomosti. Dosáhnout míru v našem životě znamená transformovat tyto tři neprospěšné kořeny tak, aby náš život vyvěral ze tří prospěšných kořenů, z nichž pak vzejde všechno žádoucí, harmonické a prospěšné. Jsou to tři opaky výše uvedených neprospěšných kořenů. Opakem sebestředné chtivosti je nežádostivost a ochota sdílet. Místo nenávisti potřebujeme kultivovat laskavost, trpělivost, přátelství a lásku. A třetí vysoce důležitý bod naší transformace nás vede k tomu, abychom místo prohlubování naší omezené jednostrannosti, mělkosti a nevědomosti, v sobě posilovali hluboké porozumění, moudrost a vhled. To je cesta k trvalému míru jak ji učil Buddha.



Zaručeně to není žádná snadná cesta. Jedná se totiž o pročištění a transformaci všech našich omezených sebestředných zájmů a posedlostí. To samo ale ještě nebude stačit. V pokročilejších stadiích tohoto vývoje bude nutné být v míru se všemi příjemnými i nepříjemnými vjemy a prožitky. To je nesmírně náročné. Jestliže nám ale jde opravdu o mír, právě tento bod se stane rozhodujícím. Možná, že v sobě konejšíme představu a iluzi, že jednou dosáhneme veskrze příjemného světa. Naše intuitivní moudrost ale dobře ví, že tomu tak nikdy nebude. Okolnosti tohoto světa se budou stále měnit – to je základní zákon světa.

Pokud jsou v našem životě věci, které prostě nemůžeme vystát, není reálně uvažovat o trvalém míru našeho nitra. Příjemné a nepříjemné pocity budou stále vyvstávat v našem životě;



dokonce i sám Buddha měl příjemné a nepřijemné pocity. Naším cílem není pocity zničit. Naším cílem je s příjemnými a nepřijemnými pocity setrvat v míru. Naším cílem je nereagovat automaticky na tyto pocity slepou chtivostí nebo odporem. Jen si to představme: přihodí se nám něco nejvyšší nepřijemného a zraňujícího a v nás nevystane hněv, žal, sevření, nenávisť, strach nebo deprese. Naše mysl a srdce budou natolik prostorné, že se s takovou situací budeme moci plně setkat – a v nás zůstane prostor pro moudrost, citlivé uvážení, pro aktivní soucit – a k situaci se zachováme nejvyšší inteligentně, nejvyšší prospěšně, nejvyšší efektivně. Jenom si to představme!

Přát mír nám všem i celému světu zní smysluplně; chtěl bych ale silně doporučit pracovat a směřovat k míru skutečně dobré kvality. To se mi jeví jako nejvyšše důležité. Jaký je užitek a hodnota míru, který zítra nebo hned v příští hodině může být rozvrácen hádkou nebo konfliktem. Lidská historie je plna takového „míru“. Přimlouvat se za harmonii a laskavost je zajisté hezké a užitečné – tyto kvality budou rezonovat s prospěšnou stránkou naší bytosti, budou ji probouzet a posilovat. Na druhé straně ale nemůžeme očekávat hlubokou změnu jenom z toho, že nasadíme přátelský obličej. Měst smetí pod koberec pomůže jenom na malou chvíli. Hlubo-

ká meditace, stejně tak i psychologie nás vede k tomu, abychom si uvědomili také tu temnou část našeho srdce, abychom si uvědomili také ty naše divoké, negativní, destruktivní potlačené tendence. Ty jsou totiž velmi nebezpečné. Normálně je nevidíme, nevíme o nich, ale pokud existují, mohou se probudit a ovládnout nás.

Člověk, kterému jde o skutečný mír, uvidí v první řadě potřebu působit a pracovat v oblasti kořenů. Musí to být velmi odvážný, velmi silný, své věci oddaný člověk. Musí mít vůli a odvahu setkat se a vidět svoji vlastní temnou stránku, uvidět hloubku své vlastní chtivosti, své vlastní nenávisti, svého vlastního zatemnění. Současně by měl začít čistit a transformovat tyto tendence svého nitra pomocí hlubšího chápání, moudrosti a soucitu.

Tak i člověk, který chce přinést mír světu by měl pracovat na „kořenech“, měl by mít vůli a odvahu vidět a jasně vnímat i nejhorší věci, kterých je naše globální civilizace schopná – vnímat je s citlivostí, inteligencí, ostrým vhladem tak, aby vzniklo jasné pochopení situace. A potom za pomoci velké moudrosti, inteligence a soucitu by měl lidi probudit a vést k tomu, aby jasně viděli co se děje: ukázat jim tu chtivost, nenávisť a stupeň poblouznění, které se na celé záležitosti podílejí. Myslím, že toto je ten nejlepší způsob jak nastartovat transformační proces, kdy

destruktivní a temné tendence lidí, jejich chtivost, nenávisť a omezenost, se mohou začít měnit na prospěšné vlastnosti vedoucí k obecnému blahu a harmonii. Jedině, když toto vše selže, pak by velké shromáždění zkušených, moudrých, znalých, ne přímo postižených, citlivých a odvažných lidí mohlo rozhodnout o použití násilí.

Mahátmá Gandhižij je jedním z nejlepších příkladů nenásilného, vysoce odvážného, velmi efektivního, hluboce soucitného způsobu jak přistupovat a zacházet s konfliktními situacemi. Vezměme si z něj příklad a nechme se jím inspirovat.

Kandersteg, 10. September 02
(překlad Jitka)



Bodhipáta 2003

V roce 2003 provoz Bodhipály opět zahájíme společným víkendem 14.-15. června. Všichni jsou vítáni – bude to spíš duchovně rekreační víkend, kdy i celé rodiny s dětmi se mohou zúčastnit (Tomáš doufejme vezme sebou zase toho nádherného bernardýna, který ocasem tak výborně zametal schody i s květináčema) – místa je v Bodhipále dost. Trochu upravíme a vyzdobíme chodbu a meditační halu, Bhante Ottama zařadí do volného programu těchto dvou dní 4 přednášky na téma „Proces přerození“. Na tento víkend vezměte sebou potraviny; je dobré se i na tento víkend u Nadi nahlásit, abychom měli představu o počtu lidí.

V neděli večer pak zahájíme první meditační 5ti denní kurz Meditace soustředění a univerzální lásky. Detailní program Bodhipály najdete na přiloženém listu a na internetu. Pro hladký chod meditačního centra opět bude třeba mnoha dobrovolníků, kteří kromě vlastní meditace také rádi aktivně přispějí. Bude třeba mnoho lidí k přípravě jídla, na překlad z angličtiny nebo němčiny a na organizaci. Pro „aktivního“ meditujícího pracovní nasazení obnáší 4 a půl hodiny denně, zato je ale osvobozen od povinného příspěvku na pobyt, které jinak činí 1700,- korun na týden. Kurzy jinak začínají vždy v sobotu v 16⁰⁰ odpoledne (to je

změna oproti minulým létům) a minimální doba pobytu je jeden týden. Výjimku tvoří meditační víkendy 21.-22. červen (učitel Vimalo Kulbarze), 28.-29. červen (Sestra Ariya Nani), 12.-13. červenec (Ashin Ottama,) kdy se zájemci mohou zúčastnit pouze úvodního víkendu týdenních nebo 14-ti denních kurzů. U dvoutýdenních kurzů je rovněž možné přijet jenom na první týden.

Letní provoz potom necháme vyznít týdnem duchovně-rekreačního pobytu (26. červenec až 2. srpen). Do denního programu bude patřit ranní a večerní meditace, budou zařazeny i cvičení Či-kung. Na víkend 26.-27. července totiž přijede Ursula Gürtner, která zájemcům bude prezentovat celý systém relativně jednoduchých cviků. Jsou to vybrané jemné, spíš svižné pohyby těla, které mají blahodárný efekt na mentální i tělesné zdraví. Přes víkend tedy proběhne úvodní seminář Či-kung (asi 4 hodiny denně), v následujících dnech pak budeme tuto metodu denně procvičovat. V tomto závěrečném týdnu se ale již bude mluvit a bude mít celkově oddechový charakter. (Kdyby byl zájem, mohli bychom tyto duchovní „prázdniny“ o týden prodloužit.)

Sestru Ariya Nani již není třeba představovat, mnozí ji zažili na kurzu, mnozí si objednali nahrávky. S Ursulou jsem se setkal na kongresu Německého Buddhistického Unionu, kde ona vedla Či-kung workshop.

Krátce ještě představíme Vimalo Kulbarze, který bude učit v České republice poprvé.

Vimalo byl 25 let buddhistickým mnichem. Je direktním žákem světoznámého barmského mistra Mahasi Sajadó, pod kterým v Rangúnu absolvoval svůj celý meditační výcvik i vyškolení meditačního učitele. Dlouhá léta pak vedl meditační centrum v Německu. Asi před deseti lety pak odložil roucho, aby se více zapojil do civilního života. V současné době také píše knihy o Buddhově učení a aplikaci principů meditace vzhledu do každodenního života.



Velký novoroční kurz 2003/2004



Tradiční novoroční kurz meditace Univerzální lásky a vhledu, pořádáme opět na Kalvárii v Jevíčku, pod vedením Bhante Ashina Ottamy. K aktivnímu hostování je pozván barmský mnich Ashin Nanujota Bhivamasa, přímý žák Sajadó U Pandity. Účastníci novoročního kurzu 2000/2001 si jistě pamatují na všudy přítomnou postavičku mnicha, který při rozhovorech ulehčoval meditujícím neocenitelným smyslem pro humor.

(Podrobnosti k novoročnímu kurzu budou zveřejněny v Okružníku koncem léta 2003, přihlásit se ale můžete již nyní.)



Nejčerstvější zprávy

Milí čtenáři - nemohu odolat a nepřipojit na závěr okružníku foto, které se mi dostalo do rukou úplnou náhodou (náhodou?) v poslední chvíli před odevzdáním k tisku. Mnozí již vědí, že Bhante Ashin Ottama pobývá již od začát-

ku ledna v Barmě. Do Čech zavítá až koncem dubna. Budiž nám tedy tato obrazová zpráva útěchou a povzbuzením v meditaci .

Na fotu zprava Bhante Ashin Ottama, Sister Aggayani (z berlínské viháry) a budete-li počítat hlavičky od Sister směrem doleva šestý vzadu, tam vykukuje Filip toho času Samanera Vivekananda.

Minulého Okružníku jsme nechali tisknout 2000 kusů a jen se po nich zaprášilo. Tohoto Okružníku dáme tedy tisknout ještě víc, takže neváhejte si napsat o další výtisky k rozdávání. Všechny texty, obrázky, layout a tiskové předlohy jsme vytvořili pomocí našich osobních počítačů – a jsme rádi, že jsme naše přístroje mohli zapřáhnout do tak užitečných úkolů jako sestavení Okružníku, ale prosím uvažte, že na tisk tohoto parádního vydání padne velká část finančních rezerv skupiny. Dovolujeme si tentokrát přiložit složenku s doufáním a nadějí, že vašim příspěvím se skupina finančně zase postaví na nohy. Jestli vám Okružník něco dal, jestli máte pocit, že děláme pro nás všechny i pro společnost něco opravdu přínosného, přispějte podle vašich možností.

Při této příležitosti bychom opět také chtěli vyjádřit velké uznání všem, kteří nás podpořili v minulém roce. Dalekosáhle jsme na vaše dary odkázání. Aktivní lidé věnují někdy celý svůj volný čas, jiní zase přispějí finančně. Oba druhy podpory jsou pro naši skupinu a její další činnost existenčně důležité.



*Ať se vám všem
daří na cestách
na vrcholech kopců
i v temných údolích
vidět vše tak jak je*

Roman

Použité obrázky:

Obálka: Trojstrom (Buddha-Dhamma-Shanga)

Str. 1. Náprstník bodhipálový

Str. 2. Buddha z Bodhipály

Str. 3. Bhikku Bodhi

Str. 4. Bhikku Bodhi v knihovně berlínské viháry

Str. 5. Buddha ze Sri Lanky

Str. 8. Bodhipála zezadu

Str. 8. Andreas Bachman

Str. 9. Tajně vyfocená meditace

Str. 10. Sittagu Sajadó a Ashin Ottama

Str. 10. Petr zvažuje slova Sittagu Sajadó

Str. 14. Sister Ayia Nani

Str. 14.-15. Déva bodhipálský

Str. 17. Jokhang - Lhasa, foto Susanne ze Švýcarska

Str. 18. Kocour Dhamapálský

Str. 19. Bhante Ashin Ottama

Str. 20. Vimalo Kulbarze

Str. 21. Ashin Nanujjota Bhivamasa

Str. 21. Přelom roku na Kalvárii

Str. 22. Inward path peace house, Bhante Visuddhacara

Zadní obálka: Sajadó U Pandita - vlevo

Adžán Buddhadasa - vpravo

To be living is to be unfinished....



