

Jack Kornfield

PO EXTÁZI PRÁDELNA

Spiritualita a každodenní život

PORTÁL



Jack Kornfield

PO EXTÁZI PRÁDELNA

Spiritualita a každodenní život

PORTÁL



Původní anglické vydání:

After the Ecstasy, the Laundry: How the Heart Grows Wise on the Spiritual Path
Copyright © 2000 by Jack Kornfield.

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. No part of this book may be used or reproduced in any manner for the purpose of training artificial intelligence technologies or systems. This work is reserved from text and data mining (Article 4(3) Directive (EU) 2019/790).

This edition published by arrangement with Bantam Books,
an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC

České vydání:

Translation © Věra Klásková, 2005, 2025

© Portál, s. r. o., Praha 2025

ISBN 978-80-262-2363-4

Věnováno ctihodnému adžánu Čáovi,
jeho bratru v dharmě, ctihodnému adžánu Buddhadásovi,
a duchovní tradici starších lesa

Pro začátek poklona

Když jsem se před více než třiceti lety ocitl v lesním klášteře v Thajsku, abych se stal buddhistickým mnichem, musel jsem se naučit klanět. Zpočátku to byl pro mě tvrdý oříšek. Pokaždé, když jsme vstoupili do meditační síně, padli jsme na kolena a třikrát jsme s úctou položili hlavu mezi dlaně spočívající na kamenné podlaze. Bylo to cvičení v uctivosti a všímavosti, způsob, jak tělesným pohybem vyjádřit oddanost mnišské cestě prostoty, soucítění a uvědomění. Takhle jsme se klaněli pokaždé, když jsme zaujímali své místo při cvičení s mistrem.

Když už jsem byl v klášteře tak týden dva, jeden ze starších mnichů si mě vzal stranou, aby mi udělil další instrukce. „V tomhle klášteře nestačí klanět se pouze při vstupu do meditační síně či při poučení, jež ti uděluje mistr – zde se musíš klanět i tehdy, když potkáš někoho ze svých starších.“ Protože jsem tam byl jediný člověk ze Západu a chtěl jsem se chovat, jak se sluší a patří, otázal jsem se, kdo jsou moji starší. „Patří k tradici, že tvými staršími jsou všichni, kdo jsou v klášteře delší dobu, ti, kdo jsou mnichy déle než ty.“

A tak jsem se jim začal klanět. Někdy to bylo docela příjemné, poněvadž v tomhle společenství se těch moudrých a ctihodných starších našlo opravdu hezkých pár. Jenže jindy mi to přišlo směšné. Setkal jsem se například s jednadvacetiletým mnichem, který překypoval arogancí a byl

zde jen proto, aby udělal radost svým rodičům anebo se najedl lépe než doma – a já jsem se mu musel klanět, protože vstoupil do kláštera týden přede mnou. Anebo jsem se musel klanět jakémusi ucouranému starému rolníkovi, jenž sem přišel minulý rok, aby si v klášteře užil zajištěného odpočinku; tehle pěstitel rýže věčně přežvykoval betelové sousto a v životě nevěnoval ani jediný den meditaci. Skládat těmhle chlapíkům, těmhle obyvatelům lesa, poklonu tak, jako by to byli velcí mistři, pro mě nebylo nic jednoduchého.

A přece jsem se klaněl; a protože jsem to prožíval rozporuplně, našel jsem si způsob, jak to zaonačit, aby to fungovalo: když jsem se připravil na den plný poklon „svým starším“, nakonec jsem začal u každé dotyčné osoby pátrat po nějakých vlastnostech, které by té poklony byly hodny. Poklonil jsem se vráskám, jež měl kolem očí ten starý rolník na odpočinku – to kvůli všem těm obtížím, které viděl a vytrpěl a překonal. Poklonil jsem se vitalitě a hravosti mladých mnichů, těm neuvěřitelným možnostem, jež mají v životě ještě před sebou.

Klanění se mi začalo líbit. Klaněl jsem se svým starším, klaněl jsem se, než jsem vstoupil do jídelny i než jsem ji zase opustil. Klaněl jsem se, když jsem vešel do své lesní chaty, a klaněl jsem se u studny, než jsem se umyl. Po nějakém čase se mi klanění stalo zvykem – přesně tak jsem to chápal i dělal. Kde se co šustlo, hned jsem se tomu poklonil.

Tuto knihu charakterizuje právě duch poklony. Opravdový úkol duchovního života netkví ve vzdálených místech nebo zvláštních stavech vědomí – spočívá plně v přítomnosti. Žádá po nás, abychom v sobě objevili vstřícného ducha a s moudrým, vlídným srdcem plným úcty přivítali

veškeré dary, jež nám život přináší. Můžeme se klanět kráse i utrpení, svým povinnostem i zmatkům, svým obavám i bezpráví světa. Uctít tímhle způsobem pravdu je cesta ke svobodě. Poklonit se tomu, co je, ne nějakým ideálům, nemusí být vždycky snadné, ale ať už je to sebeobtížnější, lze to chápat jako jedno z nejužitečnějších a nejúčtyhodnějších cvičení.

Poklonit se takové skutečnosti, jakou jsou naše životní smutky a zrady, znamená přijmout je – a prostřednictvím tohoto niterného gesta objevíme, že celý život se dá zvládnout. Až se naučíme klanět, shledáme, že v srdci máme více svobody a soucítění, než bychom si kdy dokázali představit.

Perský básník Rúmí o tom vypovídá následovně:

Toto lidské bytí je dům pro hosty.
Každé ráno přijde někdo nový.

Radost, tíseň, sprostota,
záblesk povědomí o čemsi,
to vše přichází jako nečekaný host.

Uvítej je všechny a bav je,
i kdyby byli jen davem zármutků,
který ti z domu drze vymetá
veškeré zařízení.

S každým hostem zacházej s úctou.
Třeba tě něčeho zbavil,
třeba připravil prostor pro nové potěšení.

Černá myšlenka, stud, potměšilost.
Vyjdi jim ke dveřím vstříc s úsměvem
a pozvi je dál.

Bud' vděčný za každého hosta,
ať už je to kdokoli,
protože každý ti byl seslán jakožto průvodce
z druhé strany.

Pár upřímných otázek

*Když se pták a jeho obrázek v knize neshodují,
vždycky věř tomu ptákovi.*

JAMES AUDUBON

Osvícení skutečně existuje. Je možné dospět k procitnutí. Svoboda bez hranic, radost, jednota s Bohem, probuzení do stavu věčné milosti – tyto prožitky jsou běžnější, než tušíte, a nejsou tak daleko. Platí nicméně ještě jedna pravda: nemají trvání. Ano, naše uvědomění a procitnutí nám sice ukazuje realitu tohoto světa a přináší s sebou transformaci, ale je pomíjivé.

Můžete samozřejmě číst tradiční vyprávění plně osvícených mudrců z Východu anebo zcela neposkvrněných svatých a mystiků ze Západu, avšak ideální příběhy zde mohou být poněkud zavádějící. V našem případě to bude vypadat jinak.

Všichni víme, že po líbáncích následuje manželství, po volbách trudný úkol vládnout. V duchovním životě platí totéž: po extázi následuje prádelna.

Duchovní příběhy zpravidla končí osvícením či poučením. Ale co kdybychom se zeptali, co se stane po takovém zážitku? Co se stane, když se zenový mistr vrátí domů ke své ženě a dětem? Co se stane, když jde křesťanský mystik na nákup? Jak vypadá život po prožití extáze? Jak prožíváme své pochopení celým srdcem?

Abych dokázal tyto otázky zodpovědět, hovořil jsem s mnoha lidmi, kteří pětadvacet, pětatřicet, čtyřicet let svého života věnovali duchovní cestě – zejména s těmi, z nichž se stali západní mistři v meditaci, opati, západní učitelé a lamové naší generace. Ti mi pověděli o počátcích své cesty a o svém procitnutí a pak mi popsali lekce, jež jim uštědřil život v letech následujících, kdy se snažili na tomto světě naplnit opravdovou cestu soucítění.

Zde je vyprávění jednoho ze západních zenových mistrů o jeho iniciálním satori (prožitku osvícení) a o dozvucích tohoto stavu. Takovéto příběhy jsou zveřejňovány jen zřídka, a to kvůli nebezpečí, že by mohly ve čtenáři vzbudit mylný dojem, že ti, kdo prožijí takový zážitek, jakým je osvícení, jsou osoby něčím zvláštní. Přestože ten zážitek sám zvláštní vskutku je, neděje se zvláštním lidem. Potkává kohokoli z nás v případě, že jsou splněny určité podmínky, tedy že necháváme vše plynout a otevřeme své srdce dokořán – v případě, že dokážeme vnímat svět zhola jinak, novým způsobem

Jeden učitel dosáhl osvícení ve věku padesáti osmi roků, po mnoha letech cvičení u několika mistrů v meditaci, zatímco současně si budoval kariéru a vychovával rodinu.

Týdenní zenovou meditaci jsem pokaždé prožíval velmi intenzivně. Cítil jsem hluboké emocionální uvolnění a v mysli mi vyvstávaly silné vzpomínky, jako bych právě znovu přicházel na svět – silné bolesti a tělesná katarze. To mi vydrželo na celé týdny poté, co jsem se zas vrátil domů.

Tenhle týden začal stejně. Během prvních dní jsem bojoval s intenzivními emocemi a s uvolněním energie, jež se mi rozlévala po těle, a pokaždé jsem uviděl mistra, jak tam sedí

nehnutě jako skála, a jeho přítomnost mě držela v kurzu jako kormidlo vedoucí loď po temném zvířeném moři. Měl jsem pocit, jako bych umíral anebo se trhal na kusy. Vybízeli mě, ať se zahlubám do svého kóanu, ať se do něho beze zbytku pohroužím. Nedokázal jsem určit, kde můj život začíná ani kde končí.

Potom do mě začala prosakovat překvapivá sladkost. Z okna jsem spatřil tři mladé břízky a ty byly mou rodinou. Přímou jsem cítil, jak k nim jdu a hladím je po hladké kůře, a pak jsem se sám proměnil v strom, jehož jsem se dotýkal. Má meditace se zalila světlem.

Takovéhle blaho jsem už pocítil: při některých duchovních cvičeních se mi rozlévalo v mocných vlnách tělem poté, co jsem prožil velkou fyzickou bolest; tentokrát to však bylo jiné. Jakýkoli niterný zápas ustal a má mysl začala zářit a sálat, byla nezměrná jako obloha a naplněná tou nejlahodnější vůní svobody – osvícení. Cítil jsem se jako Buddha sedící bez námahy celé hodiny a hodiny pod ochranou celého vesmíru, v jeho objetí. Žil jsem ve světě nekonečného míru a nevýslovné radosti.

Veliké životní pravdy byly tak jasné! Věděl jsem, že příčinou trýzně je držení; že následkem toho, že se řídíme smyslem svého menšího já, toho falešného ega, pobíháme kolem jako malicherný pan domácí, který se handrkuje s nájemníky kvůli nicotnostem. Plakal jsem nad všemi našimi zbytečnými smutky. A pak jsem se celé hodiny nedokázal přestat usmívat a smát nahlas. Chápal jsem, jak je to všechno dokonalé, jak je každický okamžik prodchnut osvícením – vždyť stačí tak málo: otevřít se mu!

V tomhle věčném niterném míru jsem setrval mnoho dní: mé tělo se vznášelo a mysl jsem měl vyprázdněnou. Procítl

jsem ze spánku a mým vědomím proudily vlny lásky a radostné energie. A pak přicházely vhledy a zjevení – jedno za druhým. Viděl jsem, jak se proud života rozprostírá do vzorců, jež vytváříme, jakožto tok naší karmy. Celé pojetí duchovního odříkání jsem viděl jako jakýsi žert, způsob, jak se člověk snaží přimět sám sebe, aby se zřekl normálního života a požitků. Nirvána je ve skutečnosti tak otevřená a radostná! Znamená o tolik víc než každá z těch drobných rozkoší, po nichž se pachtíme! Neodříkejte se světa – a získáte svět.

Takovýhle popis velikého procitnutí se obvykle objevuje na konci duchovního příběhu: přichází osvícení, daná osoba vstupuje do řad moudrých bytostí a všechno pak následuje zcela přirozeně. V podstatě v nás přetrvá dojem, že ona procitnuvší osoba žije od té chvíle šťastně až do smrti. Ale co když budeme v tomhle vyprávění pokračovat a vyžádáme si další kapitoly?

Několik měsíců po téhle extázi se dostavila deprese a s ní i nějaké důležité problémy v práci. Nepřestávaly mě trápit potíže s dětmi a s rodinou vůbec. Ach ano, vyučoval jsem dobře, dokázal jsem inspirativním způsobem přednášet, ale pokud si popovídáte s mou ženou, řekne vám, že postupem času ze mě začal být stejný netrpělivý mrzout jako vždycky. Věděl jsem, že tohle velké spirituální vidění je čirá pravda a že je tu pořád, pod tím vším, jenomže zároveň jsem zjistil, jaká spousta věcí se ani za mák nezměnila. Mám-li být upřímný, musím přiznat, že má mysl a osobnost byly prakticky stejné jako předtím – a moje neurózy také. A snad i horší, protože nyní je vidím daleko zřetelněji. Otevřela se přede mnou kosmická zjevení, a já

přesto potřeboval terapii, jen abych si mohl utřídit každodenní omyly a lekce vyplývající ze skutečnosti, že žiji lidský život.

Co bychom si měli vzít ze svědectví o takovémhle procitnutí a z popisu dalšího dění? Toto vyprávění nám nastavuje zrcadlo, abychom mohli porozumět sami sobě. Posvátné tradice byly vždy ve značné míře uchovávány právě prostřednictvím příběhů: vyprávíme a převypravujeme příběhy o Noemovi, o Bal Šem Tovovi, Muhammadovi, o svaté Terezii, o Milaräpovi, Krišnovi a Árjunovi, o Buddhově hledání, o Ježíšovi. V moderní době se učíme ze života Thomase Mertona, róšiho Suzukiho, Anne Frankové a Martina Luthera Kinga mladšího. Prostřednictvím jiných životů prodchnutých spiritualitou dokážeme jasně nazírat své vlastní možnosti a lépe chápat, jak se dá moudře žít.

Součástí mé duchovní práce je rovněž pozorování lidí. Můj učitel adžán Čá věděl, že klíčem k našemu utrpení i osvobození je náš charakter. A proto soustředěně hleděl na ty, kdo k němu přicházeli, podobně, jako když hodinář snímá z hodinek plášť, aby prozkoumal, jak tikají.

Šťastným řízením osudu mně coby „duchovnímu profesionálovi“ okolnosti umožnily navázat úzký kontakt s mnoha osobnostmi moderního spirituálního života. Žil jsem a učil jsem se spolu se svatými jeptiškami a moudrými opaty z křesťanských klášterů, s židovskými mystiky, s hinduistickými, súfijskými a buddhistickými mistry a s vůdčími osobnostmi jungovských a transpersonálních společenství. To, co člověk může pozorovat a vyslechnout v takovéto společnosti, mu do značné míry odhaluje směr, jímž se odvíjí moderní duchovní cesta, a také obtíže, se kterými se potýkají i ti nejoddanější.

Zde je příklad toho, co se člověk může v takovéto společnosti naučit.

Od počátku devadesátých let jsem se angažoval při svolávání řady shromáždění buddhistických učitelů ze všech významných škol. Jednu takovou sérii setkání hostil dalajlama ve svém paláci v Dharamsale. Sešli se zde západní a asijsí učitelé, aby prodiskutovali způsoby, jak by praktikování buddhismu mohlo pomoci modernímu světu, a také aby se vyslovili stran různých obtíží, s nimiž se setkáváme. Místnost byla plná dobrosrdečných, soucitných zenových mistrů, lamů, mnichů a mistrů meditace, jejichž moudrost, práce a společenství už přinesly užitek tisícům lidí. Hovořili jsme o mnoha úspěších a o tom, jak nás těší být součástí takového dění. Ale když nadešel čas upřímně si promluvit o problémech, které nás trápí, vyšlo najevo, že duchovní život není tak docela harmonický – i on je odrazem našich kolektivních bojů a individuálních neuróz. I v takovéto vznešené a zanícené společnosti se najde dost prostoru pro předsudky a slepotu.

Sylvia Wetzelová, buddhistická učitelka z Německa, mluvila o tom, jak obtížné je pro ženu a pro ženskou moudrost stát se plně součástí buddhistického společenství. Ukázala na spoustu zlatých Buddhů a vynikajících tibetských maleb zdobících místnost, kde se nacházíme, a podotkla, že všechny zobrazují mužské postavy. Potom vyzvala dalajlamu a ostatní lamy a mistry, aby zavřeli oči a meditovali s ní, aby si představili, že vstupují do téhle místnosti, kde mezitím došlo k transformaci v tom smyslu, že se mají poklonit čtrnáctému ženskému vtělení dalajlamy. A toto vtělení je obklopeno mnoha rádci, kteří mají rovněž ženskou podobu, a kolem nich jsou různá zobrazení Buddhy a svatých, všech

přirozeně v ženských tělech. Jistě, v tomhle transformovaném světě nikdy nikdo netvrdí, že být mužem je něco podřadnějšího. Navzdory tomu však tihle muži byli žádáni, aby seděli vzadu, byli zticha a po setkání pomohli v kuchyni. Když na konci její meditace přítomní muži znovu otevřeli oči, dal se z nich vyčíst mírný úžas.

Vzápětí promluvila jemným hlasem Ani Tenzin Palmo, tibetská mniška anglického původu, která byla cvičena ve svém povolání dvacet let, z čehož dvanáct roků strávila v jeskyních na hranicích Tibetu; popisovala duchovní touhu a neuvěřitelné těžkosti, jimž jsou vystaveny oddané ženy, které mají dovoleno pouze živořit na periférii klášterního společenství, často bez výuky, jídla či jakékoli podpory. Když domluvila, dalajlama složil hlavu do dlaní a rozplakal se. Přislíbil, že bude ze všech sil podporovat, aby místo žen v jeho společenství bylo přehodnoceno ve prospěch větší rovnosti. A přece: i v letech, jež od té doby uplynula, se v každé buddhistické zemi najde mnoho starších učitelů, kteří se nepřestávají těmto změnám bránit a bojovat s nimi – někdy ve jménu tradice, jindy z důvodů podmíněných psychologicky či kulturně. Při setkání s dalajlamou se jeden ze starších zenových opatů přiznal, že jeho osobní bolestný vztah vůči matce je příčinou toho, že je pro něj takřka nemožné vést skupinku žen, jež se v jeho chrámu staly duchovními osobami. Své potíže na tomto poli působnosti pak připustili i jiní.

Náš hovor se stočil k dalším podobám slepoty: k sektářství a k silným destruktivním bojům mezi jistými buddhistickými mistry a společenstvími; k izolaci a osamělosti vážícími se k roli učitele; k učitelům, kteří někdy vykořisťují své studenty prostřednictvím toho, že zneužívají moc, peníze

a sexualitu. V neformálních rozhovorech jsme probrali také mnoho problémů osobního rázu: učitelé popisovali trýznivý rozvod, období strachu a deprese, konflikty s rodinou či s jinými členy společenství. Učitelé meditace rozprávěli o stresu a chorobách, o dospívajících dětech, jež vyhrožují sebevraždou, nebo o agresivních pubertácích, kteří chtějí zůstat venku celou noc a postaví se rodičům se slovy: „Ty jsi zenový mistr – a koukni se, jak jsi připoutaný!“ Každý z nás má problémy, které souvisejí s tělem, s osobností, s rodinou a se společenstvím. Pochopili jsme, co máme společné: lidskost.

Naštěstí sdílíme i úžasná dobrodiní, jež nám jsou poskytována duchovními cvičeními, a také radost a svobodu, kterou jsme se naučili nosit s sebou v nelehkých, proměnlivých podmínkách světa.

Pozoruhodná a nová byla upřímnost, s níž jsme spolu rozprávěli. Náš úmysl byl podnícen pokorou a soucítěním, které projevil sám dalajlama, člověk neustále dychtící po poučení – i po poučení z vlastních chyb. Začali jsme chápat, že se můžeme učit od sebe navzájem, že můžeme najít způsoby, jak se vyhnout opakování bolestných omylů, jak docílit toho, aby naše ideály spočinuly v náručí našeho lidství. Bylo to, jako by rozkvétající moudrost a umění jednotlivce procitaly plněji k životu v kolektivu, v rámci celku.

Obtíže, jež v podmínkách moderní doby nastávají při hledání moudrého vyjádření duchovního života, se neomezují jen na východní tradice. Jedna matka představená, milovaná abatyše sto let starého katolického kláštera jeptišek v Maine, vyrůstala v tichu svého kláštera od svých sedmnácti, až dokud nenastala šedesátá léta. Tehdy v duchu reforem změnil papež Jan XXIII. jazyk mše svaté, takže latinu nahradila

angličtina a přísné mlčení řeholních řádů bylo prolomeno. Pro ty, kdo se po celá desetiletí skrývali v nábožném mlčení a naplňovali své dny modlitbou a niternou reflexí, to bylo neuvěřitelně těžké: oni zkrátka nevěděli, jak mají mluvit, a když to věděli, někdy před nimi vyvstávaly překvapivě konfliktní situace. Najevo vycházela nejen jejich láska, ale i skryté předsudky, zakořeněná zášť, malichernost a obavy, jež se vskrytu uchovávaly za hradbou modlitby a mlčení. Sestry byly nuceny vypořádat se se svým duchovním životem nahlas, aniž by předtím byly jakkoli cvičeny v moudré řeči. Mnohé z nich klášter opustily. Tomuhle společenství trvalo spoustu let, než v lidských slovech našlo tutéž milost, jakou jeho členové pociťovali v mlčení. A přesto si duchovní život žádá obojí! Stejně jako dech vstupuje do našeho těla a zase z něj vychází, je nutno sjednotit i naše vnitřní vědění s vnějším vyjádřením. Nestačí dotknout se procitnutí – musíme najít způsoby, jak jeho vize prožít ve vši plnosti.

Dokonalé osvícení se objevuje v mnoha textech, ale co se týče všech těch západních mistrů a učitelů, které znám, lze říci, že u nich se takto bezvýhradná dokonalost nenajde. Období velké moudrosti, hlubokého soucítění a skutečného poznání svobody se střídají s obdobími strachu, zmatku, neurózy a zápasu. Většina učitelů bude tuto pravdu připravena přiznat. Bohužel, najde se i pár lidí ze Západu, kteří prohlašují, že dosáhli dokonalosti a svobody, na níž nelpí žádný stín. V jejich společenstvích bývá zle: tito lidé totiž svou nadutostí často vytvářejí společenství, jež jsou nejvíc ze všech soustředěna na získání moci a na destrukci.

Nejmoudřejší z nás vyjadřují více pokory. Například opati otec Thomas Keating z kláštera Snowmass či Norman

Fischer ze zenového střediska v San Francisku pravidelně říkávají: „Učím se to“ a „Nevím.“ V duchu Gándhího, Matky Terezy, Dorothy Dayové a dalajlamy chápou, že duchovní dokonalost se nerodí sama ze sebe, nýbrž z trpělivosti a lásky, jež se násobí díky moudrosti většího společenství; chápou, že duchovní naplnění a svoboda v sobě zahrnuje také soucítění vůči všemu, co na sebe bere tuto lidskou podobu.

Zde bychom se mohli zeptat: a co staří mistři v Asii? Není možné, že západní zenoví mistři a lamové jsou prostě příliš mladí a zaostalí, než aby byli představiteli skutečného osvětlení? Četní západní učitelé by tenhle názor na sebe označili jako pravdivý. Ale zatímco kdesi daleko odtud třeba žije někdo, kdo zdánlivě naplňuje představu o dokonalém osvětlení, tento zjev může být důsledkem zmatku vládnoucího mezi rovinou tradiční představy a rovinou lidskou. V Tibetu existuje přísloví, že tvůj guru by měl bydlet alespoň tři údolí od tebe. Tato údolí od sebe oddělují ohromné hory, takže než svého učitele uvidíš, máš před sebou mnoho dní náročného putování. Smyslem toho všeho je, že pouze na takovou vzdálenost tě může inspirovat dokonalost toho gurma.

Když jsem si posteskl svému opatovi adžánu Čaovi, jehož miliony lidí považují za velkého světce, že ani on se vždycky nechová, jako by dosáhl dokonalého osvětlení, zasmál se a řekl mi, že to je dobře, „poněvadž jinak by sis mohl pořád ještě namlouvat, že Buddhu můžeš najít mimo sebe. A on tam přitom není.“

Samozřejmě, mnozí z těch nejpůsobivějších, vysoko oceňovaných asijských mistrů hovoří o tom, že i oni sami zůstávají pořád studenty a učí se ze svých chyb. Někteří, jako třeba zenový mistr Šunrjú Suzuki, o sobě dokonce ani nemluví

v souvislosti s osvícením. Róši Suzuki místo toho říká: „Přísně vzato, osvícení lidé neexistují – je pouze osvícená činnost.“ Tohle pozoruhodné konstatování nám sděluje, že osvícení si nikdo z nás nemůže podržet. Ono prostě existuje v okamžicích svobody.

Pětasedmdesátiletý Pir Vilajat Chan, hlava súfijského řádu na Západě, se svěřuje se svým přesvědčením, jež zní následovně:

Kdybychom ty veliké učitele, s nimiž jsem se setkal v Indii a v Asii, dopravili do Ameriky, dali jim dům, dvě auta, partnerku, tři děti, práci, pojištění a daně, všem by jim nastaly těžké časy.

Má-li mít naše počáteční představa o duchovním životě punc ryzosti, je nutno naplnit ji tady a teď, na místě, kde žijeme. Jak vypadá cesta západního člověka uprostřed složité společnosti? Jak se naučili žít ti, kdo zasvětili duchovnímu cvičení pětadvacet, třicet, čtyřicet let života? Tohle jsou otázky, které jsem začal klást těm, kdo se na Západě stali zenovými mistry, lamy, rabíny, opaty, jeptiškami, jogíny, učiteli a jejich pokročilými studenty.

Abychom mohli porozumět duchovnímu životu, začal jsem od samého začátku. Zeptal jsem se, co nás táhne k životu prodchnutému duchovnem a jaké obtíže musíme na své cestě překonat. Zeptal jsem se, jaké dary a jaké procitnutí k nám přicházejí a co je nám známo o osvícení. Potom jsem položil otázku, co následuje po extázi, protože člověk zraje v cyklech duchovního života. Existuje moudrost, která v sobě obsahuje jak extázi, tak prádelnu?

ČÁST PRVNÍ

Příprava na extázi

Baba Jaga a naše posvátná touha

Ve chvíli, kdy jsem vyslechl svůj první příběh, začal jsem tě hledat...

RÚMÍ

*Kde v půli život náš je se svou poutí, procházet musel jsem tak temným
lesem, že pravý směr jsem nemoh' uhodnouti.*

DANTE ALIGHIERI*

Co člověka táhne k duchovnímu životu? Kam až naše paměť sahá, každý z nás dokáže vnímat tajemství spočívající v tom, že žije. Toto tajemství začíná být zřejmé, když jsme přítomni prvním okamžikům života nemluvněte anebo když se o nás otře smrt milované osoby. Je k rozpoznání, když přihlížíme oslnivému západu slunce anebo si v toku životních období najdeme chvíli k tichému zastavení. Spojení se svátostí je snad nejhlubší z našich tužeb a potřeb.

Procitnutí nás volá tisíci způsoby. Jak píše básník Rúmí, „hrozny se chtějí proměnit ve víno.“ Táhne nás to k celistvosti, k tomu, abychom byli plně naživu, a to i když už o tom nevíme. Hinduisté nám tvrdí, že dítě v matčině lůně zpívá: „Nepřipust', abych zapomnělo, kdo jsem!“ Tahle píseň však po narození dítěte dostává novou podobu: „Ach, už jsem zapomnělo...“

* Překlad Otto František Babler

A přece platí, že tak, jako existuje cesta kamsi do dále, existuje i cesta domů.

Po celém světě nacházíme příběhy o téhle cestě, obrazy touhy po procitnutí, kroky na stezce, po níž všichni kráčíme, hlasy, jež volají, sílu zasvěcení, se kterou se třeba setkáme, kuráž, jíž je nám třeba. V srdci každého člověka dřímá původní jistota hledače, který musí po pravdě přiznat, jak nicotná je naše vědomost o vesmíru a jak veliké je neznámo.

Upřímnost duchovního hledání, jež se po nás žádá, je popsána v ruském iniciačním příběhu o babě Jaze. Baba Jaga je stařena divého vzezření, která se podobá čarodějnici; míchá měchačkou v kotli a všechno ví. Bydlí hluboko v lese. Když na ni natrefíme, zmocní se nás hrůza, protože baba Jaga po nás chce, abychom vstoupili do tmy a kladli nebezpečné otázky, abychom vykročili z útěšlivého světa logiky a pohodlí.

Když ke dveřím její chatrče přistoupí celý rozechvělý první hledač, baba Jaga se ho zeptá: „Jsi tu z vlastní vůle, nebo tě posílá někdo jiný?“ Mladík, kterému při jeho hledání dodává odvahy rodina, odpoví: „Posílá mě otec.“ Baba Jaga ho bez meškání hodí do kotle a uvaří. Dalším z hledačů je mladá žena; vidí doutnající oheň a slyší kdákavý chechtot baby Jagy. A baba Jaga už se znovu ptá: „Jsi tu z vlastní vůle, anebo tě posílá někdo jiný?“ Tahle mladá žena se vydala do lesů sama, aby zjistila, co tam může nalézt. „Jsem tu z vlastní vůle,“ odvěti. Baba Jaga i ji hodí do kotle a uvaří.

Potom k chatrči baby Jagy stojící uprostřed lesů přijde třetí návštěvník: další mladá žena, kterou svět přivádí do stavu hlubokého zmatku. Vidí kouř a ví, že tam

číhá nebezpečí. Baba Jaga se jí postaví tváří v tvář: „Jsi tu z vlastní vůle, nebo tě posílá někdo jiný?“ Tato mladá žena odpovídá po pravdě: „Zčásti je to má vlastní vůle, ale zčásti sem jdu i kvůli ostatním. A zčásti sem přicházím proto, že jsi zde ty, a taky kvůli lesu a kvůli něčemu, co jsem už zapomněla, a zčásti vůbec nevím, co tady pohledávám.“ Baba Jaga ji chvíli upřeně pozoruje a potom řekne: „Tak pojd' dál!“ a pozve ji do chatrče.

Do lesů

Neznáme všechny důvody, jež nás táhnou, abychom se vydali na duchovní pouť, ale náš život nás už zkrátka tak nějak pudí, abychom šli. Něco v nás ví, že tu nejsme jen proto, abychom se lopotili při práci. Existuje tajemné puzení vzpomínout si. Důvod, který nás z domova odvede do tmy lesa baby Jagy, může být kombinací různých faktorů. Může se jednat o touhu, kterou v sobě chováme od dětství, anebo o „náhodné“ setkání s nějakou duchovní knihou či osobností. Něco v nás někdy procitne, když cestujeme za cizí kulturou, a ten exotický svět nových rytmy, vůní a barev nás katalpuje mimo naše obvyklé vnímání reality. Někdy je to tak prosté jako procházka po modrozelených horách nebo to, že zaslechneme sborový zpěv tak líbezný, že nám připadá, že inspirací k němu byli bohové. Někdy se jedná o záhadnou transformaci, k níž dojde, když sedíme u lůžka umírajícího a „osoba“ se vytratí z existence a zanechá za sebou jen bezduchý pytel masa a kostí, který očekává pohřeb. K duchu se nám otvírá na tisíc bran. Ať už ta síla spočívá v jiskřivé kráse, nebo v temném lese zmatků a žalu, se stejnou jistotou jako

gravitace nás táhne zpátky do vlastního srdce. A tohle potkává jednoho každého z nás.

Poslové utrpení

Na duchovní půdu vstupujeme nejčastěji prostřednictvím vlastního utrpení a nespokojenosti. Nesčetné duchovní cesty mají svůj počátek v životních překážkách. Pro západní mistry je obvyklým startem trýzeň, kterou v raném dětství a mládí prožívají v rodině: v jejich životním příběhu se mnohdy objevuje rodič alkoholik, rodič, jenž je nějak zneužíval, vážná choroba v rodině, ztráta milovaného blízkého, odtažení rodiče, kteří jsou věčně pryč, popřípadě znesváření příbuzní. Pouť jednoho moudrého, uznávaného mistra v meditaci začala osamocněním a izolací.

Když jsem byl dítě, náš rodinný život byl hotové neštěstí. Všichni na sebe jen hulákali a já jsem měl pocit, že mezi ně nepatřím. Cítil jsem se jako cizinec. Když mi pak bylo asi devět let, začal jsem se opravdově zajímat o létající talíře. Celé roky jsem v noci fantazíroval, že přiletí UFO a vezme mě s sebou, takže mě vlastně unese na jinou planetu. A já jsem si to upřímně přál, protože by to byl únik od mého vlastního odcizení a samoty. Hádám, že právě tohle byl počátek těch čtyř desetiletí mého duchovního hledání.

Všichni víme, jak silně srdce v těžkých časech touží po duchovní stravě. „Važ si toho toužení!“ říká Rúmí. „Těm, kdo tě přimějí k návratu k Duchu, ať už z jakéhokoli důvodu, buď vděčný. Měj starost o jiné, o ty, kdo ti poskytují rozkošné pohodlí, jež tě zdržuje od modlitby.“

I v případě jiného duchovního učitele, lékaře a léčitele, to vypadalo podobně: třicet let niterné práce mělo svůj počátek v rodinných smutcích.

Když jsem byl hodně mladý, rodiče se spolu šeredně hádali a pak se docela drsným způsobem rozvedli. Poslali mě do hnusné internátní školy. Můj rodinný život byl tedy bolestný, budil ve mně pocit samoty, kvůli všemu jsem se trápil a užíral, neměl jsem kouska klidu. Nevěděl jsem, jak vlastně žít.

Jednoho dne jsem uviděl muže v oranžovém rouchu a s vyholenou hlavou, jak na schodech na náměstí zpívá „Hare Krišna“. Naivně jsem se domníval, že je to nějaký moudrý indický světec. Vyprávěl mi o karmě, reinkarnaci, meditaci a možnosti osvobodit se. Po celém těle jsem pocítil opravdové rozechvění. Byl jsem tak vzrušený! Zavolaal jsem matce a povídám jí: „Odcházím ze školy. Chci být mnichem hnutí Hare Krišna.“ Začala se chovat hystericky, a tak jsme udělali kompromis: dohodli jsme se, kde se budu učit meditovat. To mi otevřelo úplně nový svět. Naučil jsem se, jak se zbavit minulosti a soucítit se sebou samým. Meditace mi zachránila život.

Krize je pozvánkou k duchu nejen v dětství, ale kdykoli, kdy náš život prochází obdobím utrpení. Mnoha mistrům se brána k duchovnu otevřela, když je ztráta nebo zoufalství, trýzeň či zmatek přinutily hledat útěchu, skrytou celistvost v srdci. Předlouhá cesta jednoho z učitelů započala v cizině v době, kdy už byl dospělý.

Byl jsem v Hongkongu. S mým manželstvím to šlo od desíti k pěti, mladší dcerka nám před dvěma lety zemřela jako

nemluvně na syndrom náhlého úmrtí; když to vezmeme kolem a kolem, nebyl jsem v žádném ohledu šťastný. Vrátili jsme se do Ameriky a já jsem na Stanfordově obchodní škole zjistil, že je možnost zapsat se do kurzu taj-či, a tak jsem to udělal. Tím se začalo uklidňovat moje tělo, ale v srdci mi i nadále přebýval žal a zmatek. S manželkou jsme se dohodli na rozluce a já zkoušel různé formy meditace, abych se zklidnil. Potom mě přítelkyně představila svému meditačnímu mistrovi, který mě pozval na duchovní cvičení. Jak jsme tam hodinu za hodinou seděli, místnost byla formální a tichá. Druhého dne ráno jsem však najednou spatřil sám sebe, jak stojím a dívám se na hrob své dcerušky, na němž leží pár lopat červené hlíny. Do očí mi vstoupily slzy a začal jsem žalostně kvílet. Ostatní studenti, kteří byli kolem mě, začali syčet a šeptat: „Bud' zticha!“, ale mistr k nim přišel a řekl jim, aby zachovali klid a aby mě chvíli drželi. A já jsem celé dopoledne sténal a brečel, ta bolest nebrala konce. A takhle to vlastně začalo. Nyní, o třicet let později, jsem já tím člověkem, který drží ty, kdo pláčou.

Setkání s utrpením, jež nás vede k tomu, abychom hledali odpověď, je univerzální. Životní příběh Buddhy jakožto prince Siddhárthy vypráví, že budoucího Buddhu chránil před obtížemi světa jeho otec – během jeho útlého dětství ho držel v izolaci v nádherných palácích. Mladý princ nakonec trval na tom, že vyjde ven, aby viděl svět. Když se se svým vozatajem Čhannou projížděl po království, uviděl čtyři obrazy, jež ho zasáhly do hloubi duše. Nejprve Buddha spatřil velice starého, křehkého člověka, který se v předklonu chvěl jak osika. Potom uviděl člověka sužovaného

bolestivou nemocí, o něhož pečovali jeho přátelé. Pak zahlédl mrtvolu. Pokaždé se svého vozataje zeptal: „Komu se tyhle věci stávají?“ A pokaždé Čhanna odpověděl: „Každému, pane můj.“

Těmhle obrazům se říká nebeští poslové, protože tak, jak probudily Buddhu, i nám všem připomínají, abychom hledali vysvobození – abychom v tomto životě pátrali po duchovní svobodě.

Dokážete si vybavit, kdy poprvé jste spatřili mrtvolu nebo na smrt nemocného člověka? Tohle první vskutku blízké setkání s chorobou a se smrtí bylo pro Siddhárthu šokem a zasáhlo celou jeho bytost. „Jak můžeme dobře žít život, který je sužován nemocemi a smrtí?“ uvažoval. Čtvrtý posel přišel, když Siddhártha uviděl mnicha, jak stojí na okraji lesa, poustevníka, jenž celý svůj život v prostotě zasvětil hledání – hledal, kde končí zármutky světa. Při tomhle pohledu si Buddha uvědomil, že i on musí kráčet po téhle stezce – i on se musí postavit tváří v tvář životním smutkům a musí se pokusit najít cestu vedoucí za tuto hranici.

Jedna učitelka vyprávěla, jak ji její putování po městech a vesnicích povolalo jako novodobého Siddhárthu na její stezku.

Po vysoké škole jsem pracovala ve Filadelfii v pečovatelské službě a snažila jsem se pomáhat mnoha rodinám, jež byly v zoufalé situaci: spousta dětí, práce žádná, zchátralé byty, problémy s drogami. Byly dny, kdy jsem přišla z práce domů a plakala. Potom jsem s kamarádem odjela pracovat do Střední Ameriky, do Salvadoru a Guatemaly. Zdálo se, že ti chudáci

rolníci nemají nic než moře strastí: dřeli do úmoru, jen aby svým dětem zajistili dost jídla a léků, a ještě museli snášet vojenské útoky, jež se donekonečna opakovaly. Bylo to nesmírně těžké. Když jsem se odtamtud vrátila, vstoupila jsem na čtyři roky do kláštera – ne abych od toho všeho utekla, ale abych nalezla samu sebe, abych se naučila, co doopravdy dělat, abych tím prospěla tomuhle světu.

Nebeští poslové přicházejí v takové či onaké podobě ke každému z nás, volají nás, abychom se pustili do hledání celistvosti, jež našemu životu chybí. Zjevují se nám nejen jako naše vlastní trápení a zápasy, ale i v podobě smutků světa. Ty mají na nás tak mocný vliv, že jakékoli denní zprávy mohou naše srdce otevřít dokořán. Vytrvalé záplavy v Bangladéši, hlad a boje v Africe, Evropě, Asii, celosvětová ekologická krize, rasismus, bída a násilí v našich městech – i tohle jsou poslové. Je to volání. A stejně jako tyto poslové zapůsobili na Buddhu, i nás teď vyzývají, abychom se probudili.

Návrat k nevinnosti

Pro případ, že se nám to všechno jeví obtížné, mějme na paměti, že síla, která tolik lidí táhne do lesů, má ještě jinou stránku: volá na nás také krása, celistvost, o jejíž existenci víme. Sufijci to nazývají „hlas Milovaného“. Do tohoto světa jsme se zrodili s písní v uších, a přece ji asi začneme rozeznávat, teprve když zaznamenáme, že ji není slyšet.

Žijeme-li bez spojitosti, bez osvětlení duchem, pociťujeme v sobě hlubokou touhu ztraceného děcka, jemné toužení,

jako bychom věděli, že něco základního postrádáme, něco, co tančí na pokraji naší vize, co je vždycky s námi jako vzduch, na který zapomeneme až do chvíle, kdy zafouká vítr. A přece je to tenhle nepostižitelný duch, jenž se nás cele zmocňuje, jenž vyživuje naše srdce a povolává nás, abychom pátrali po tom, co je základem života. Vybízí nás, abychom se navrátili ke své pravé povaze, ke svému moudrému, vědoucímu srdci.

Tato posvátná touha se může poprvé objevit v dětství, což se právě přihodila zenovému mistrovi jednoho velikého společenství z Evropy.

Vzpomínám si, že jsem jako dítě prožíval zázrak ztotožnění se se světem. Cítil jsem jednotu s kopci, viděl jsem je tančit, a řeky s nimi. Jednoho dne jsem si představil, že jsem součástí mocné letní bouřky, jež se přehnala přes naše město. Asi ve dvanácti letech jsem poznal, jak neuvěřitelná hra je život, o kolik větší než všechno, co jsem až do té doby poznal. Potom jsem zapomněl a vrátil jsem se k fotbalu a zábavám s kamarády, dokud to nepřišlo znovu: další okamžik tohoto naivního sladkého otevření se. Později jsem uslyšel indického svámího, jak na univerzitě hovoří o světě přírody a tajemství, a přitom zcela nepokrytě pláče. Dojalo mě to, jako bych slyšel slova Ježíšova, a začal jsem se znovu rozpomínat na to nevinné spojení, jež jsem zažil v dětství. Když si člověk uvědomí, co všechno ztratil, musí ty chvíle, kdy jeho duch poprvé procítl k životu, jít zase hledat.

Během času se stává, že původní tajemství našeho dětství pro sebe uchvátí praktická materialistická společnost. Záhy nás

pošlou do školy, abychom „dospěli“, „zmoudřeli“, a pokud se nevzdáme své dětské nevinnosti, až příliš často se svět pokusí ji z nás vymlátit. Zkušenost tohoto druhu udělal před sto lety americký malíř James McNeill Whistler při hodině technického kreslení na vojenské akademii West Point. Studenti dostali pokyn, aby nakreslili podrobnou studii mostu, a Whistler předložil překrásný náčrt malebného kamenného oblouku, na němž dvě děti chytají ryby. Poručík, který měl právě službu, zavelel: „Tohle je vojenské cvičení. Odstraňte z mostu ty děti!“ Whistler předložil nový výkres: děti teď stály na břehu řeky a lovily ryby odtamtud. „Řekl jsem, abyste ty děti odstranil úplně!“ rozzlobil se poručík. Takže na Whistlerově poslední verzi byla řeka, most a dva maličké náhrobní kameny na břehu.

Jak objevil spisovatel existencialista Albert Camus:

Život není nic jiného než dlouhá namáhavá cesta po důmyslných objíždkách, kterou člověk podniká, aby znovu dosáhl té jedné dvou chvilky, kdy se jeho srdce poprvé otevřelo.

V zenové tradici se toto putování popisuje jako hledání posvátného býka. V starověké Indii byli býci symbolem zázračných mocných vlastností, jež sídlí v každé bytosti a jež procitnou, když objevíme svou pravou povahu. Zenový příběh o býkovi se započíná svitkovým obrazem muže zacházejícího do horských houštin. Obraz nese název „Hledání býka“. Za tím mužem je bludiště cest, které se všelijak křižují: staré silnice ctižádosti a strachu, zmatku a ztrát, chvalořečení a hanby. Tenhle muž na dlouhou dobu ani nevzdechne po korytech tekoucích řek a po horských průsecích, ale

nakonec se rozpomene a začne pátrat po stopách posvátného býka. V srdci ví, že ani v těch nejsráznějších roklinách, ani na nejvyšších vrcholcích se býk nemůže ztratit. Na líbezném místě v lese se zastaví, aby si odpočal. A když pohlédne na zem, spatří první stopy.

Cesta za posvátným býkem začala pro jednu učitelku meditace, již je nyní šedesát let, ve středním věku poté, co vychovala tři děti.

Když jsem byla dítě, vyrůstala jsem v intelektuálním prostředí, kde se o duchovním životě nikdy nemluvalo – ještě tak nanejvýš o Vánocích. Jako by si moji rodiče mysleli, že jsme nad ty nábožné bláboly povzneseni. Tak žárlivě jsem sledovala své kamarády, jak chodí do kostela! V sedmi letech jsem si začala vystřihovat z vánočních pohledů obrázky Panny Marie, andělů a Ježíše. Schovávala jsem si je na dno prádelníku a tam jsem si taky postavila tajný oltář. Každou neděli jsem ty obrázky vytahovala a dělala jakousi vlastní bohoslužbu.

Když mi bylo čtyřicet tři, byla jsem na služební cestě a měla jsem chvilku času, takže jsem navštívila proslulou katedrálu. Vstoupila jsem do rozlehlé chladné prostory a spatřila jsem, jak se skrz barevné okenní sklo line dovnitř sluneční svit. Sbor začal v rámci podvečerní bohoslužby zpívat gregoriánské zpěvy a na oltáři byla nádherná Panna Maria, která vypadala přesně jako ty moje vánoční pohledy. Musela jsem se posadit. Měla jsem pocit, že je mi sedm let, v očích mi stály slzy a srdce mi pukalo. Tahle chudinka holčička duchovně hladověla. Týden nato jsem šla do kurzu jógy a pak jsem se zapsala na meditační cvičení.

Posvátná otázka

První pohled na býčí stopy popisuje Joseph Campbell jako výzvu, abychom procitli, jako niterné puzení. Spolu s ním před námi vyvstává posvátná otázka – pro každého z nás jiná. Někteří z nás bojují s bolestí, jiní prostě chtějí vědět, jak nejlépe žít, další zvažují, co je důležité nebo jaký má život smysl. Jiní se ptají, jak můžeme milovat nebo kdo jsme nebo jak se lze osvobodit. Další si zase v tom každodenním kolotoči kladou otázku: „Nač se tak honit?“

Někteří mistři, kterých jsem se ptal, se při odpovědi obrátili k filozofii, jiní zkusili cestu poezie a umění. Posvátné otázky jsou u kořene mnoha básnických děl. „Rétorika je spor, který vedete s někým jiným,“ píše Yeats. „V poezii se hádáte sami se sebou.“ Povolání k cestě je jako napůl zformovaná báseň, která čeká, až bude dokončena. Kábir, indický básník-mystik, se táže: „Dokážeš mi říci, kdo postavil tenhle náš dům? A kam před smrtí tak spěcháš? Dokážeš najít na tomhle světě něco, co by mělo opravdovou cenu?“

Ať už má takovéto niterné dotazování jakýkoli zdroj, musíme jít tam, kam nás vede. Před jednou buddhistickou učitelkou začaly „ty její“ otázky vyvstávat, když dokončila studia klinické psychologie.

Dodělala jsem si doktorát z psychologie a začala jsem pracovat s mladistvými a v poradně specializované na prevenci sebevražd. Celá léta jsem věřila, že psychologie mi dá odpověď na veškeré otázky, které si kladu. Jenomže při té práci začínala moje víra dostávat trhliny. Protože jsem se setkala s tak ohromným utrpením, pro něž neexistovala úleva,

představa, že psychologie je všelék na každou bolest, mi nakonec připadala směšná. Kam se mám obrátit, abych tenhle život pochopila?

Jednoho dne v roce 1972 jsem zajela do Berkeley za kamarádkou, a jak jsme se tak spolu procházely, dala se do řeči s jakýmsi veselým vtipným cizincem. Později mi vysvětlila, že je to tibetský lama, a pozvala mě na jeho hodinu věnovanou snům. Nechápala jsem z toho všeho ani slovo, ale v jednu chvíli se stalo, že když se ho nějaká žena ptala na soucitné jednání a já viděla, jakým způsobem jí ten muž odpovídá, soucítění už pro mě nebylo pouhým řečnickým obratem. Do samotné své odpovědi vnesl tolik soucítění, že se hluboko v mém srdci cosi pohnulo. Byla jsem úplně omráčená: až do tohoto okamžiku jsem soucítění považovala za libozvučné presbyteriánské slovíčko, které nemá žádný skutečný základ – však víte, za pouhou příjemnou představu. A teď přede mnou vyvstalo s živoucí silou! Dočista mě to fascinovalo. Chtěla jsem vědět, co tohle všechno znamená. A tak se přede mnou otevřely duchovní dveře.

Jedna obchodnice z Chicaga vyrůstala v soudržné rodině a žila životem, který se nijak nevymykal z tradice, a to trvalo tak dlouho, dokud úspěch, jehož navenek dosahovala, postupně nepozbyl obsahu; potom si začala klást otázky.

Byla jsem prostřední z pěti dětí, které se navzájem milovaly, chodila jsem den co den na mši a navštěvovala katolickou dívčí školu. Jako holka jsem se často vroucně modlila. Nabízela jsem ledacos za duše v očistci, vymýšlela si rozmanité neškodné rituály, abych si připomněla Ježíše a to, jak mě miluje.

Potom jsem se provdala – bylo to v bouřlivých šedesátých letech a moje manželství nemělo dlouhého trvání. Zvolila jsem si divočejší život, život děsivější, než jaký jsem dosud poznala. Vystudovala jsem obchodní školu v Chicagu a zároveň jsem několik let docházela na psychoterapii. Když mi bylo třicet, prožívala jsem peklo horoucí: potýkala jsem se s dlouho-trvající těžkou depresí, neměla jsem ponětí, kým bych měla být nebo v co bych v životě měla doufat. Nezmohla jsem se na nic lepšího než se ve dne v noci ubíjet prací a po deseti letech mě na slavnosti v plesovém sále hotelu Carlton vybrali za vice-prezidentku naší firmy – byla jsem první ženou v této funkci. Tenhle úspěch byl zprvu opojný a vynahrazoval mi moje ostatní ztráty. Jenomže kouzlo nakonec vyprchalo, úspěch mi zevšedněl a můj život mi náhle připadal nanejdůležitější. Boháči bohatli stále víc a chudáci klouzali po žebříčku níž a níž a mně došlo, že součástí toho problému jsem i já – a dokonce z bohatství ani nemám radost.

Pak zemřeli dva z mých nejbližších přátel a nedlouho potom mi těžce onemocněla matka. Rezignovala jsem na svou funkci ve společnosti, abych se o ni mohla starat, a zjistila jsem, že možnost pomáhat jí a otci překonat prvotní šok, být při nich a snažit se, aby se z jejich odmítnutí stalo přijetí, je pro mě ten nejspokojivější ze všech úkolů, které mi kdy život uložil. Začala jsem jako dobrovolnice pracovat v hospici a věnovala jsem se meditaci. Utkat se s tím vytrvalým ďáblem prázdnoty poprvé takto přímo pro mě bylo jako návrat domů. Nikdy bych si nebyla pomyslela, že je to vůbec možné, ale teď jsem nejvíc sama sebou, když mlčky sedím a naslouchám. Po všech těch letech zase nacházím své srdce – a s velkou pomocí přátel i odvahu jít, kudy mi řekne.

Volání z neznáma

Otevření mysli a srdce někdy přichází, jako by se jednalo o výzvu bohů, nutkání odjinud, vně hranic našeho všedního života. Jako by nás cosi pohánělo, ať vstoupíme do lesa, vyhledáme babu Jagu – a to cosi jsou síly sídlící za obzorem našeho vědění. V té básni o domě pro hosty, kterou jsme zde již citovali, nám Růmí radí, abychom byli vděční za kohokoli, kdo k nám přichází, „protože každý ti byl seslán jakožto průvodce z druhé strany“.

Tisíce Američanů se duchovně otevřely pod vlivem silného šoku ze smrti, jež byla nadosah. Ve spisku Světlu blíž zachycuje doktor Melvin Morse zážitky dětí, které se ocitly v blízkosti smrti. Holčička se probrala poté, co o vlas unikla utonutí a upadla do kómatu, aby svému žasnoucímu lékaři vyprávěla o zlaté postavě, o andělovi, který ji vytáhl z temné vody a provedl ji tunelem, kde se setkala se svým dědečkem, jenž byl mnoho let mrtvý, a potom s Nebeským otcem. Všechna svědectví dětí vypovídají o tom, že děti „nalezly světlo, které nás všechny stvořilo, a světlo, jež má v sobě veškeré dobro“. Potom děti říkají: „Člověk se nebojí prožít cokoli.“

Jeden súfijský mistr hovoří o tom, jak měl v devatenácti letech nehodu na motocyklu.

Byl jsem v kritickém stavu – měl jsem polámané kosti a různá vnitřní zranění. Jak se mi v hlavě jasnilo, vzpomněl jsem si, že vteřinu po nárazu jsem shlížel na své tělo a na ulici odkudsi seshora; nebylo to ale vysoko. Viděl jsem, ale má existence byla naprosto netělesná. Bylo

to mírumilovné, klidné, cítil jsem úlevu. Věděl jsem, že mám možnost vrátit se do svého těla, anebo vstoupit do téhle překrásné pokojné temnoty. Jenomže když jsem se zahleděl na onu scénu dole, intenzivně jsem pocítil lásku k tomuto tělu a k životu. Zpět mě přivedla láska a radost. V sanitce jsem prý plakal a zároveň se smál. Pocítil jsem skutečnost svobody, jež se prostírá za hranicí fyzického světa, intenzivní radost a štěstí, které jsou motivací mého duchovního života už pětatřicet let. Miluji tuhle skutečnost – šel jsem za jejím hlasem.

Každé volání odjinud po nás žádá, abychom vykročili ze svého obyčejného vnímání světa. Jedna učitelka kundaliní jógy tuto výzvu zachytila v poslední fázi porodních bolestí.

Můj dech se stále zrychloval. Tělo se mi mezi kontrakcemi začalo třást a bylo plné zářivého světla. Otevřít se nepokoušela jen moje pánev, ale i srdce, hlava, každá část mého těla. Cítila jsem se jako své vlastní dítě a rozpínala jsem se, byla ve mně veškerá energie světa. Později mi doktor řekl, že ho to vyděsilo. Oči jsem měla údivem dokořán. Od toho momentu jsem však chtěla vnést tuhle energii do svého života.

Materialistický, vědecky založený svět naší kultury se nás možná snaží ukrýt před tím ohromným zdrojem, z něhož tryská náš život; jeho existenci však popřít nemůže. Znovu a znovu slýcháme kratičké i obsáhlé příběhy o srdci, o duchu, o duši, jež opět procitají k širšímu zření skutečnosti.

Dál nás na naší pouti leckdy popožene choroba. Zde je zážitek jednoho ze západních lamů:

Přijel jsem do Kalifornie, připojil jsem se k jednomu společenství a žil jsem ze dne na den. Potom jsem onemocněl hepatitidou a odešel se léčit do vypůjčené chaty v horách Santa Cruz. Každou noc jsem zvracel; kůži jsem měl žlutou a zdálo se mi, že melu z posledního – fyzicky i emocionálně. Všechno jsem nechal plavat a cítil jsem zmatek ohledně toho, co si mám počít dál.

A pak jsem jednou uprostřed noci zaslechl zpěv. Probudil jsem se a podíval se skrz dešťové kapky na okně vedle lůžka. Spatřil jsem, že venku sedí nějaký tlouštík a ruku má položenou na svém černém klobouku. V hlavě mi nepřestávaly hlasitě znít gongy a zpěv. Muž tam zůstal dlouho. A já jsem nakonec usnul. Druhého dne ráno jsem procítl a podíval se do zrcadla: pokožku jsem měl jasnou – a bylo mi lépe. Poprvé za celé týdny jsem si vyšel ven do lesa, usadil jsem se u potoka a rozplakal se.

Později jsem se dostal do styku s tibetskou hippie divadelní skupinou a jel jsem s ní do Nepálu. Poprvé za třináct let přijel do Káthmándú šestnáctý karmapa, tibetský učitel dharmy, a já jsem šel spolu s dalšími dvěma lidmi ze Západu za ním. Řekl, že naši návštěvu očekával. Užasl jsem: byl to ten muž, co v Santa Cruz seděl před mým oknem! Bylo nám řečeno, že on dokáže vcházet do našich snů a prostřednictvím toho nás uzdravovat z nemocí.

Naše návštěva ho potěšila a po mnoha dnech, jež jsme společně strávili, nám řekl, že my všichni jsme byli v minulém životě Tibeťany a jeho dávnými společníky. Jeden ze

starších lamů mi ukázal obrázek našeho kláštera, a ať už to byla, nebo nebyla pravda, měl jsem pocit, jako bych se vracel domů. Dnes, po uplynutí dvaatřiceti let, je z každého z nás tři lama.

Volání odjinud k nám mohou přicházet v tisíci různých podobách. Nemůžeme tudíž ignorovat vliv, jež na život mnoha moderních mistrů mají halucinogenní drogy. Harvardský lékař Andrew Weil, který studoval užití posvátných substancí po celém světě, píše: „Pozitivní užívání psychoaktivních léků je součástí tradice nejstarších kultur od Číny přes Indii po Řecko a oba americké kontinenty.“ Mnohým z lidí, kteří se oddali duchovní cestě, se brány vnímání rázem otevřely při různých psychedelických zážitcích. Skutečně: spousta současných duchovních učitelů na Západě přinejmenším kousek po této cestě ušla. Větší nebezpečí spočívá ve zneužívání těchto látek – každý z nás už o tom slyšel ledacos tragického –, ale přesto zůstávají součástí našeho dědictví. O účinku experimentů měnících lidskou mysl hovořilo hodně duchovních vůdců, s nimiž jsem se setkal – zenoví beatnici padesátých let, děti květin let šedesátých a sedmdesátých i šamanští adepti let osmdesátých.

Jeden Francouz, učitel meditace, který strávil mnoho let v Indii a v Tibetu, zpočátku neměl o duchovní cestě ani ponětí.

Byl jsem mladý umělec, bydlel jsem kousek od pláže a dychtil jsem po rozkoších, které člověku život nabízí. Potom mi moje přítelkyně dala košem a z Mexika se vrátili jacísi moji kamarádi, vysypali mi do dlaně dvě tablety LSD a řekli: „Sněž to! Už

nikdy nebudeš tím, kým jsi býval.“ A měli pravdu: nikdy už jsem nebyl. Měl jsem vidiny, spatřil jsem duchovní království, umělecká díla, jaká jsem si v životě ani nedokázal představit. A potom jsem zažil veliké otevření se, při němž jsem zemřel a rozpustil se v plovoucím světě: agonie, extáze, pak konec. Věděl jsem, že na konci celého života je duchovní pouť, cesta k návratu k tomuto pochopení. Jakmile to bylo možné, odjel jsem do Indie.

Další učitel, který studoval matematiku na Kolumbijské univerzitě v New Yorku, vzpomíná:

Odjakživa mě zajímaly zákony mysli a to taky přitáhlo mou pozornost k matematice. Jednoho dne mi můj spolubydlící dal velikou omeletu s halucinogenními houbami, a když jsem ji snědl, zvuky a barvy zintenzivněly natolik, až jsem si myslel, že jsem ještě nikdy nic neslyšel. Moje srdce se jaksi rozteklo, otevřelo a já jsem pochopil svět, protože jsem ho procítil – skutečně jsem ho miloval. Uvědomil jsem si, že všechno drží pohromadě díky lásce.

Došel jsem ke starému klášteru v parku Fort Tryon a ty kameny mi prostě zpívaly. Šel jsem navštívit Mertona. Dnes je to už dvacet jedna let, co žiji v trapistickém klášteře, a všechno to začalo toho dne.

Věhlasná zenová učitelka, jejíž duchovní hledání mělo počátek v psychedelických výletech, zjistila, že její prvotní vizionářské zážitky jí jsou málo. Odcestovala do Koreje a do Japonska najít zenového mistra a navštívila četné chrámy, ale žádné z těch míst se jí tak docela nezdálo. V Kjótu, v domově

zenu, vymyslela, že spolyká trochu LSD a zajde do nejposvátnějšího chrámu ve městě.

Byla jsem na cestě, když mě jakási síla podobná obrovské neviditelné ruce zkrátka zastavila. Žasla jsem: jako by mi bohové nedovolili udělat už ani krok! Co jsem mohla dělat? Obrátila jsem se a vstoupila do chrámových dveří, které byly u silnice hned vedle mě. Uvnitř seděl na zkřížených nohách nějaký mužík a jednoduchou angličtinou vykládal o mysli a o srdci tak jasně, jak jsem to dosud nikdy neslyšela. Byl to ten další krok – přesně ten, po němž jsem se pídila. Odložila jsem svoje zavazadla a zůstala jsem tam dvanáct roků.

Většina učitelů si brzy uvědomila, že i v sebelepším případě jsou halucinogeny příliš omezující, protože člověku nenabízejí systematický způsob, jak žít s probuzenou myslí a otevřeným srdcem. Takto se o tom zmiňuje jeden buddhistický učitel:

Halucinogeny byly součástí mých začátků, ale věděl jsem, že tohle nestačí. Rozhodl jsem se, že odjedu do Himálaje. Byl jsem pozván k slavnosti puja, kterou jeden starý tibetský lama pořádal kousek od Dharamsaly. Šli jsme s přítelem snad míli lesem kvetoucích rododendronů, až jsme dorazili na mýtinu u řvoucích vodopádů. Nad námi se tyčily zasněžené horské štíty. Kolem veliké hranice, nad níž byla nádoba s rozpuštěným máslem jakožto oběť, sedělo šest nebo osm lamů v rouchách, zvonili na zvonce, tloukli do ručních bubínků, zpívali a prováděli mudry. A kolem nich se prostíral druhý kruh: asi šedesát kosů. Mysl mi prostě přestala pracovat: cítil jsem, že jsem svědkem čehosi pradávného, co tu bylo ještě předtím, než

se lidé a zvířata od sebe oddělili. Věděl jsem, že jsem přítomen velikému tajemství a že má cesta spočívá v práci s učiteli, kteří žijí v téhle skutečnosti.

Výzva odjinud dovedla mnoho z těch, kdo jsou dnes učiteli, k dobrodružstvím, jaká by si nikdy nedokázali představit. Pir Vilajat Chan, mistr súfijského řádu, vypráví, jak s ním jeho otec, Hazrat Inajat Chan, promluvil, když ležel na smrtelné posteli. Pirovi bylo tehdy pouhých deset let. Hazrat řekl svému synovi, ať v Indii, u pramene posvátných řek Gangy a Jamuny, najde velikého mudrce.

V devatenácti jsem s troškou peněz odcestoval až do Indie. Bylo to velmi náročné. V jednom městě mě uvrhli do vězení, protože mě podezírali, že jsem pákistánský špion. Šel jsem podél toku Gangy a nad začarovanou vesnicí Gangótri jsem našel pozoruhodného mudrce, který seděl v ledové jeskyni. Tenhle mudrc mi vysvětlil, že pramen řek Gangy i Jamuny je tajemství a nasměroval mě k ledovci za Jamnótri vysoko v horách Himálaje.

Šel jsem po stezce, kterou mi ukázal. Byl jsem daleko od všech lidských bytostí, a jak jsem tak kráčel sněhem, ve sněhu jsem objevil stopy. Byly dost velké, takže jsem dostal strach. Myslel jsem, že to bude nejspíš medvěd. Pár hodin jsem se jich však držel, až jsem nakonec došel k rozlehlé jeskyni. A ve vchodu do jeskyně byl fantastický roši – seděl si tam jako král. Udělal na mě posunek, který jsem si vyložil tak, že nemám chodit dovnitř.

A tak jsem se posadil se zkříženýma nohama, zavřel jsem oči, a když jsem je po nějaké době otevřel, on se usmíval. Nějak

věděl, že mluvím anglicky, a povídá mi: „Proč jsi vážil tak dlouhou cestu, abys zjistil, kým bys měl být?“ Odpověděl jsem: „Je nádherné vidět se v tobě.“ Potom řekl: „Ty nepotřebuješ gurua.“ Odvětil jsem: „Guruem je mi můj otec. Gurua nehledám.“ On na to: „Dobrá, když tedy nehleďš gurua, pojď dovnitř.“

Róši pravil: „Támhle je další jeskyně – tam se usad' ty.“ Potom mi zadal cvičení. Měl jsem se dívat do svého srdce třetím okem, dokud neucítím, že se otevírá jako lotos. Udělal jsem, co mi nařídil. Pak řekl: „Odpočívej ve světle – ne v hmotném světle, ani v odražené představě. Dostaň se k opravdovému světlu. To jediné je důležité.“

Nebyl z lidí, s nimiž by se dalo jen tak klábosit. Byl naprosto osvícený a odpočíval v samádhi. Řekl: „Skoro nadešel čas, kdy už róšiové nebudou žít v jeskyních jako já. Nadchází čas, kdy osvícené bytosti budou muset být mezi lidmi tohoto světa.“

Po několika dnech mi povídá: „Už ses naučil dost.“ Uvědomil jsem si, že jsem se naučil výjimečné sebedůvěře, klidu a vnímání perspektivy. Měl jsem báječný pocit štěstí a nechtělo se mi odtamtud odcházet, ale věděl jsem, že se musím vrátit zpátky do světa. Na té cestě, jež trvá celý život, to pro mě znamenalo ohromný krok.

Zdá se nemožné, že by neexistoval duchovní proud, tok potenciálního procitnutí, které čeká v tom pravém okamžiku na každého z nás.

Lama Góvinda o svém životě prozradil mnoho v knize Cesta bílých mračen. Později se zmiňuje o následujícím setkání:

Když jsem v Indii pobýval teprve krátce, uviděl modlitební praporky na mém domě v horách jakýsi starý tibetský

poutník. Vstoupil dovnitř. Já jsem nebyl doma, ale on dal mé milé hospodyni dar, aby ho předala svému „synovi“, a pokračoval dál ve své pouti k posvátným hrobům, jež měla trvat rok. Protože jsem Tibetanův dar, knihu, nedokázal ani přečíst, ani jí porozumět, odložil jsem ho na půdu. Uběhlo mnoho let a ze mě se po dlouhých studiích tibetského buddhismu stal lama; nevěděl jsem však, čím se mám zabývat dál. Pak mě přizvali k úkolu, jenž spočíval v přepracování původního překladu *Tibetské knihy mrtvých*. Bohužel se však mimo území Tibetu nedaly najít žádné exempláře této knihy. A pak jsem tři dny nato na půdě náhodou narazil na ten starý dárek. Byl to originální výtisk *Tibetské knihy mrtvých* tištěný ve Lhase! Kontaktoval jsem Evans-Wentze a bez meškání jsem se pustil do práce. To, co jsem pak za celý svůj život napsal, má celoživotní práce od první do poslední čárky se mohla stát skutečností díky tomu, že mi jakýsi starý poutník „náhodou“ věnoval tenhle dar.

Návrat do vlastního domova

Velká část těchto příběhů rozpráví o putování po vzdálených krajích, ale jejich skutečným tématem je hledání našeho duchovního domova. Takovéto exotické a jaksi kouzelné vyprávěnky nemají za cíl přimět nás, abychom s nimi poměřovali naše vlastní zážitky. Každý z nás má svůj jedinečný příběh, svou vlastní výzvu k návratu. Ale takovéto zprávy v nás mohou vyvolat šok, díky němuž se rozpomeneme – připomínají nám, že každý z nás má tady na zemi cosi důležitého k vyřízení.

Až nadejde čas, musíme se všichni probudit. Procitnutí se možná už celá léta skrývá u nás na půdě a čeká, až odchováme

děti či završíme svou profesní kariéru. Jednoho dne se však zjeví, rozrazí bránu a řekne: „Ať už jsi, nebo nejsi připravený, tady mě máš!“

Už to, že jsme naživu, je samo o sobě výrazem tajemství. Klíč ke své skutečné povaze máme pořád na dosah. Když se otevře mysl, změni se tělo, je pohnuto srdce, ukážou se všechny prvky duchovního života. Velké dotazování, nečekané utrpení, prapůvodní nevinnost – tohle vše od nás vyžaduje, abychom se otevřeli za hranice všednodenní rutiny, abychom „opustili byrokracii ega“, jak radí tibetský učitel Chögyam Trungpa. Každý den s sebou přináší svou vlastní výzvu k návratu k duchu: jsou výzvy nenápadné, mocné, překvapivé, obyčejné.

Jeden ze starších odborníků na zen byl v roce 1969, kdy mu přišla do ruky kniha Alana Wattse o zenu, mladým právníkem a otcem rodiny. Kniha podráždila jeho zvědavost a jeho ducha a připomněla mu, že existuje ještě něco víc, pro co by člověk žil. A tak se podíval do telefonního seznamu pod písmeno Z a našel tam číslo. Za několik minut už mluvil s róšim ze zenového střediska v San Francisku. Obdržel studijní plán střediska a povzbuzen hovorem s mistrem začal cvičit. Uplynulo třicet let a on pořád ještě dychtivě cvičí a říká: „Můj život se změnil od chvíle, kdy jsem měl ten první telefonát.“

Ještě nenápadnější je příběh, který vypráví další mistr meditace, jenž byl před třiceti lety náruživým sportovcem. Jeho nejoblíbenějším sportem byl golf. Při hře si začal uvědomovat, jak výrazně je chod hry určován prací jeho mysli a ducha.

Snažil jsem se uklidnit. Šokovalo mě, jakému rozrušení podléhá má mysl a jak moc je mimo kontrolu. Přítelkyně mi

navrhla, abych s ní šel na kurz jógy a meditace, a přestože jsem se bránil, když mě vybídli, ať se posadím, měl jsem pocit, jako bych se vracel domů.

Ačkoli klíče k záhadě se nám nabízejí den co den, naše rodina a vzdělání nás leckdy naučily předstírat, že nevidíme. Jedna Židovka, nyní rabínka, řekla, že její rodina zcela pomíjela jakékoli duchovní učení. Příležitostné návštěvy jejich chrámu byly zpravidla otázkou společenské zodpovědnosti a soustředily se na židovskou kuchyni. A ona proto musela jít „ku chrámu na Východě, na nějž náš otec zapomněl“, jak praví Rilke. Deset let svou cestu hledala mezi americkými indiány. Potom ji zvědavost dotáhla do Jeruzaléma a tam se setkala s manželkou jednoho starého chasida a ta jí připomněla dědictví těch tisíciletí ducha ukrývající se v její vlastní náboženské tradici.

Když jsme navštívily Zeď nářků, rabínova žena Miriam mě odvedla do zadního pokojíku. Posadily jsme se tam a rozprávěly o jejich prarodičích a o svatém způsobu, jak rozsvěcují svíce, lámou chléb a vychovávají své děti, o tom, že každá část jejich života je podřízena Tóře, o tom, že každý čin je posvátný. Připomínalo mi to americké indiány, které jsem milovala, ale když Miriam vytáhla ty tenké stránky ručně psaných kabalistických spisů, poznala jsem, že i já jsem součástí tohoto pradávného rodu, že dědictví ducha mi koluje v žilách i v srdci.

Baba Jaga nebydlí jen v lese, ale i v našem blízkém sousedství. Je součástí naší vlastní rodinné historie. Můžeme jet do

Indie nebo do Jeruzaléma – a některé z nejzáhadnějších příběhů těchto mistrů v nás možná vzbudí dojem, že duchovní život je nutno zahájit právě takhle. Duchovní život se však započíná i v okamžiku, kdy se věnujeme zahradničení, v tak prostém činu, jakým je návrat domů po dlouhém putování, započíná se dotekem inspirující hudby, poetickou písní, letem ptáka. Každé oči, do nichž pohlédneme, se mohou stát očima Milovaného.

Pokud se jedná o mě, léta dospívání na východním pobřeží pro mě znamenala potěšení při pohledu na světlušky brázdící vzduch letních nocí. Ale moje dcera, která vyrůstala v Kalifornii, neviděla nikdy ani jedinou. Na našich cestách po světě jsme objevili, že světlušky létají za tropických nocí na Bali. Když šla jednou večer spát, přehodil jsem jí přes lůžko síť proti komárům, pak jsem šel ven a pár světlušek jsem nachytl. Dcerka měla zavřené oči. Strčil jsem jí světlušky pod síť a zašeptal jsem, ať se vzbudí. Létały si v síti, dokud jsme je zase nepustili na svobodu, a dcera byla unesená tím, jak za sebou v noční tmě nechávají zářivé stopy. Jak fantastické a neuvěřitelné je, že existuje nádherný hmyz vybavený jemně blikajícím světélkem! A přece to není o nic méně pravděpodobné než naše milující srdce. Naše srdce září stejně jako ty světlušky, září tímž světlem jako slunce a měsíc.

Dřímá v nás tajná touha vzpomenout si na tohle světlo, vykročit z toku času, vycítit, kde je v tomhle roztančeném světě naše opravdické místo. Odtamtud jsme vyšli a do něj se zase vracíme.

Ať už čekáme na svůj poslední den, anebo ho spatříme už dnes, výzva, abychom se tomu tajemství přiblížili, se našim

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy ***Po extázi prádelna***.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.