

USPOŘÁDAT SI EMOCE, VZTAHY A ŽIVOTNÍ STYL PODLE PEMY ČHÖDRÖN

Pema Čhödrön: *Když není úniku: umění milovat sebe a tento svět*, Praha: Grada (Alferia) 2020.

Do nekončících debat, je-li buddhismus náboženstvím, vstupuje nová knížka v rámci aktivit okruhu Alferia v nakladatelství Grada. Jistě nejde o náboženství míněné jako vztah k Bohu. Božské bytosti v posvátných textech buddhistických škol najdeme a některé praktiky s nimi pracují. Člověk Buddha však stojí na vyšší příčce. Jako Probuzený je učitelem bohů i lidí. Božská dlení, stavy myslí, třeba i myslí člověka, vyvolané praxí, ještě nejsou prozřením, odvanutím příčin utrpení a plně probuzenou myslí, realizací univerzálního buddhovství.

Ze zájemců o buddhismus v našem prostředí si někteří vybírají mezi čtyřmi hlavními směry tibetského, víceméně vadžrajánového, tantrického buddhismu, někdy zvaného také lamaismus. Případně sledují duchovní praxe mahámudry nebo dzogčchenu napříč tradičními školami. Bývají to ti, kteří potřebují praxi proloženou bohatou religiózní látkou, jako jsou převtělovaní učitelé, sestupující probuzené bytosti, bohatý a pestrý nábožensko-magický rituál, hierarchii od

dalajlamy jako vtěleného Avalokitéšvary, po posledního mníška a laika, a k tomu tajemně předané a přijaté spisy (termy).

Trochu v tom příznivce tibetského buddhismu zklamává už sám dalajlama, který píše velmi střízlivě, staví se jako prostý mnich (i když při jiných příležitostech rozhoduje o místě jednoho z ochranných božstev v pantheonu), je věcný, praktický, zdůrazňuje spíše stav mysli, etiku a meditativní praxi a občas to proloží informací, že se považuje za marxistu.

Mníška amerického původu ordínovaná v čínské a instruovaná v tibetské tradici Pema Čhödrön (*1936) neposkytuje ani náznak případně očekávané senzace. Nenabízí nic mystériózního, bohatě obřadného. Nepracuje okázale s všemožnými proudy energie a utajenými centry lidské bytosti, posvátnými zvuky, s mandalami a s bytostmi na různých úrovních. Ve svých česky dosud vydaných šesti publikacích je vždy velmi reálná, znalá radostí a starostí běžného života. Ráda připomíná, že je matkou a babičkou z jednoho ze dvou svých dřívějších manželství.

Reprezentuje větev jedné ze čtyř tibetských škol, karma kagjü, pod vedením

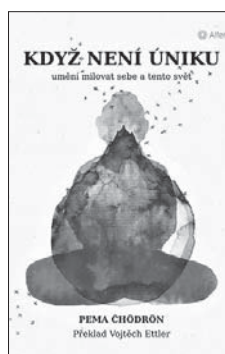
17. karmapy, jehož role v tomto směru je podobná roli dalajlamy ve škole gelug. Ohledně toho, kdo je skutečně převtěleným karmapou, vznikl mezi lamy pověřenými jeho vyhledáním spor, který vedl k tomu, že v současnosti jsou karmapové dva.

Pema Čhödrön patří k linii dalajlamou uznaného karmapy Ogyena Trinley Dordžeho. Nezdůrazňuje však specifické tradice rituálů, manter, iniciací a vztahů duchovního mistra a žáka charakteristické pro tuto školu. Její texty působí především jako doporučení praxe vedoucí k uspořádání emocí, vztahů a životního stylu, tedy jako svérázná psychohygiena či psychoterapie. Sama označuje

svůj přístup jako neteistický a něčí víru (či nevíru) v Boha výslovně činí nezávislou na doporučené praxi. Neřeší na rozdíl od některých jiných buddhistických učitelů na Západě, jaký by mohl být poměr mezi Bohem a univerzální probuzenou myslí.

Jádrem usilování je klasická buddhistická meditace vnoru a všímavosti. Rozlišu-

je, avšak neodděluje samotnou intenzivní meditaci, tedy přesné, jemné a lehce odpoutané sledování dechu, konkrétně v této škole výdechu a jeho rozplynutí do

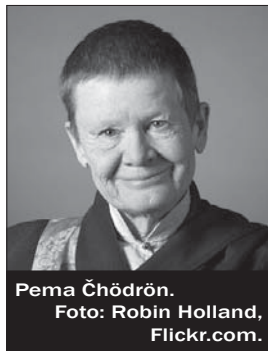


prostoru, a postmeditační stav, bdělého prožívání denních aktivit a reakcí mysli na nesnadné situace.

Čhödrön neučí nemožné. Je zaměřena k transcendentnímu stavu probuzení, a v tom je přece jen spirituální či náboženská, alespoň z našeho západního pohledu. Probuzená či probouzející se mysl v jejím pojetí však není oddělená od trápení a starostí, které popisuje podle běžných zkušeností důvěrně známých člověku západní civilizace. Prvky samsáry, plynutí jevů a elementy buddhovství jsou souběžné, jsou projevem téže životní energie. Probuzený stav je nějak už v nás a jde spíše o to ho aktualizovat.

Knížka je složena z osmnácti promluv při měsíčním meditačním soustředění skupiny mnišek a mnichů a laických praktikujících. Je přehledná. Nevyžaduje ke čtení nějaké zásadní předchozí vědomosti o buddhismu obecně či o jeho tibetské podobě. Nezavaluje čtenáře sanskrtskou a tibetskou terminologií. Navazuje konkrétností a praktičností na školu Šambala založenou na Západě Tibeťanem Čhögjamem Trungpou (1939–1987), tedy na formu spirituality poučenou buddhistickými tradicemi, avšak neodvolávající se výslovně na Buddhu, na jeho či jemu připisované sútry (rozpravy). Nabízí prostě to, co buddhisté chápou jako dharmu, řekněme přirozenou cestu práce na sobě vedoucí k vnitřnímu uzdravení a osvobození identifikovanou někdy i mimo buddhismus.

Srozumitelný překlad Vojtěcha Ettlera ve chvályhodně dobré češtině je nepatrně narušen, bohužel však v názvu knihy. V anglickém originálu se spis jmenuje *Wisdom of No Escape*. Jistě není třeba překládat doslovně, avšak názvu i obsahu knihy odpovídá spíše myšlenka, že duchovní praxe, a tedy moudrost z ní vyplývající není únikem v tom smyslu, jak se někdy náboženství vyčítá, že by bylo opuštěním reálné pozemské skutečnosti směrem do hypotetického duchovna. Autorka chce nabízet praxi, která se sekulárním světem i s občanskou angažovaností, kterou občas připomene, zůstává v kontaktu. Třeba možný název, i když jeho navrhování není úkolem recenzenta: „Uzemněná moudrost“.



Pema Čhödrön.
Foto: Robin Holland,
Flickr.com.

Ivan Štampach