

## VIDÍTE BUDDHU?

**Dzogchen Ponlop Rinpoče**

**T**eprve když pocítíme opravdové a trvalé přání osvobodit se od utrpení a všech jeho příčin, začíná naše duchovní cesta. Toto prvotní přání je velmi mocné a velmi reálné. Je to základ, který nás na cestu přivádí, a který nás také dovede k cíli. Avšak z pohledu tradic mahámudry a dzogčenu není žádné místo, kam cesta vede, není žádný konec cesty, kde jednoho dne utišíme svou žízeň po svobodě. Proč? Protože to, co hledáme - svoboda, probuzení, osvícení - je právě zde, je neustále s námi.

### **Nalézt vlastního buvola**

V tradici mahámudry se vykládá příběh o vesničanovi, který vlastnil buvola. Aniž by mu došlo, že buvol je ve stáji, vesničan si myslel, že se zatoulal a vydal se ho hledat. Když se vydal na cestu, uviděl před svým dvorkem mnoho buvolích stop. „Buvolí stopy jsou všude“, pomyslel si farmář. „Kterým směrem se jen můj buvol mohl dát?“ Vybral si jednu stopu a rozhodl se ji následovat, dokud nedošel vysoko do Himaláje, ale svého buvola tam nenašel. Tak se vydal po jiné stopě, která ho zas dovedla až k oceánu. Ale ani na břehu moře buvola nenašel. Jeho buvol nebyl ani v horách, ani na pláži. Proč? Protože byl doma ve stáji na jeho vlastním dvorku.



Stejně tak hledáme osvícení vně sebe sama. Hledáme svobodu vysoko v Himalájích, na tichých klidných plážích, v úžasných klášterech, a všude nacházíme spoustu stop. Nakonec můžeme nalézt stopy po Milarepově osvícení v jeskyních, kde meditoval či známky Naropova osvícení na břehu Gangy. V různých městech a klášterech nalézáme stopy po osvícení mnoha konkrétních mistrů. Co tam ovšem nenajdeme, je ta jedna věc, kterou hledáme - naši vlastní osvícenou přirozenost. Možná nalezneme osvícení někoho jiného, ale to není totéž, jako nalézt své vlastní.

Bez ohledu na to, jak moc obdivujete realizaci buddhů, bódhisattvů a jogínů minulosti, nalézt vlastní svobodu uvnitř sebe sama, vlastní osvícení a probuzení, je něčím zcela jiným. Když dosáhnete realizace, je to jako kdybyste našli svého buvola. Buvol pozná váz a vy poznáte jeho. Okamžik, kdy vlastního buvola potkáme, je velmi emocionálním a radostným momentem.

Chceme-li nalézt vlastní osvícení, musíme začít tam, kde právě jsme. Musíme hledat uvnitř, nikoliv venku. Z pohledu dzogčhenu a mahámudry je stav svobody či osvícení uvnitř naší vlastní mysli, od času bez počátku je v ní přítomen. Nikdy nás neopustil, tak jako buvol pohodlně odpočívá ve své stáji, ačkoliv si myslíme, že nám utekl. Máme za to, že je teď někde venku a musíme ho hledat. Venku je ale tolik různých stop vedoucích tolika směry, je tolik možností, kde může být, že bychom z toho mohli začít blouznit. Můžeme si začít myslet, že nám buvola ukradl soused, anebo že je zkrátka navždy pryč. A tak začínáme spřádat spoustu mylných představ a nedorozumění.

Shrnout to lze takto: Mimo naši vlastní mysl neexistuje nic, co by se nazývalo „buddha“ či „buddhovství“. Totéž platí i o samsáře: vně naší mysli neexistuje. Proto Milarepa zpívá:

*Nirvánu není třeba odněkud dobývat,  
samsáru není třeba nikam odnášet.  
Jednou provždy jsem rozpoznal, že mysl je buddha...<sup>1</sup>*

Z pohledu dzogčhenu a mahámudry není v samsáře, v našem dualistickém zmatení, nic, co bychom měli opustit, odhodit, zanechat za sebou. Stejně tak nirvána, stav osvícení, není místem, kam bychom měli odejít. Není to žádné místo, které by se nacházelo jinde, než jsme právě teď. Toužíte-li se zřítci samsáry a fyzicky ji opustit, kam se chcete odebrat? Na Mezinárodní vesmírnou stanici, na Měsíc či až až na Mars? Stejně byste byli pořád v samsáře. Jak tedy chcete samsáru opustit?

To, co se snažíme opustit, je dualita, zmatená mysl, náš věčný stav utrpení. Ano, fyzicky můžete odejít z domova na opuštěné místo, do horských jeskyní či klášterů. Vaše tělo bude na jiném místě, ale bude jiná vaše mysl? To, jak funguje vaše mysl když jste v jeskyni, klášteře či doma, určuje, zda se nacházíte ve stavu samsáry či nirvány.

Podle nauk mahámudry a dzogčhenu je osvícení přímo zde, v přirozenosti naší mysli. Tato přirozenost je tím, co se snažíme objevit a s čím se snažíme propojit. Právě tuto přirozenost se snažíme rozpoznat a uskutečnit. V tom spočívá podstata celé cesty.

A jak tuto přirozenost mysli rozpoznat? Zkušenost probuzení, dokonalého osvícení, se může dostavit prostřednictvím mnoha rozličných metod. Existuje přístup hinájány, přístup mahájány a přístup vadžrajány čili mahámudry-dzogčhenu. Tyto tři metody vedou k témuž cíli. Rozdíl nespočívá ve výsledku, ale v době potřebné k jeho dosažení. Pouze poslední ze tří jmenovaných přístupů umožňuje dosáhnout realizace pravé přirozenosti mysli v jediném životě. Ve vadžrajánové liturgii se tomuto způsobu dosažení stavu probuzení říká dosažení „úplného osvícení v jediném okamžiku“. Když si vezmeme instrukce k srdci, náležitě krok za krokem uvedeme do praxe jednotlivé metody a soustředíme se na cestu,

abychom nesešli na cestu vedlejší, pak k tomuto probuzení může dojít v jakýkoli okamžik. V jednu chvíli můžeme být úplně zmatenou, běžnou bytostí a v další chvíli bytostí dokonale osvícenou. Tato překvapivá, ale přitom velmi reálná skutečnost se nazývá náhlé osvícení či „divoké probuzení“.

## **Cesta oddanosti**

Cestě mahámudry se někdy říká též cesta oddanosti. Okem oddanosti ke guruovi, k naší linii a k obrženým pokynům, můžeme spatřit pravou přirozenost mysli. Jakou roli hraje guru na cestě k osvícení? Na jedné straně se říká, že osvícení je přímo v nás. Na druhou stranu se praví, že není osvícení bez oddanosti ke guruovi a k linii osvícených mistrů. Zní to trochu jako protimluv.

Proč je oddanost tak důležitá? A jak funguje? Oddanost je cesta – obratný prostředek, jehož prostřednictvím v sobě rozvineme základní důvěru – důvěru ve vlastní osvícené srdce, v to že naše mysl je naprosto, dokonale čistá a že taková byla odjakživa. Mít v tohle důvěru je oddanost. Vnímáme to prostřednictvím guru a linie. Náš vztah ke guruovi je osobní, ale přitom osobní rovinu překračuje. Je to vztah tak těsný, že se nám zdá jako kdybychom nad ním mohli mít kontrolu, ale zároveň si uvědomujeme, že se naší kontrole vymyká. Podobá se běžným světským vztahům s našimi blízkými, přáteli a příbuznými, ale přitom tyto světské vztahy přesahuje. Pokud jste schopni s tímto vztahem pracovat, otevírají se vám tím dveře ke schopnosti pracovat s každým vztahem na světě. Máte tak k dispozici mocný prostředek transformující negativní emoce a utrpení.



Jde o to, že guru jednoduše plní roli zrcadla. Když pohlédnete do zrcadla, odráží se v něm vaše vlastní tvář. Zrcadlo neodráží sebe sama. Ukazuje nám, jestli je naše tvář čistá nebo špinavá, či zda bychom se neměli nechat ostříhat. Zrcadlo je nezaujaté. Pozitivní i negativní kvality zrcadlí stejnou měrou.

Právě tak když vzhlížíme s oddaností k našemu guruovi, vnímáme své pozitivní i negativní vlastnosti. Vidíme svá selhání, konflikty a vyvstávání rušivých emocí stejně jako v obyčejném zrcadle vidíme špinu na svém obličej. A zároveň prohlédáme hlouběji, za ony nečistoty na povrchu, které lze jednoduše smýt. Nahlížíme svou pravou tvář, svou pravou realitu, kterou je dokonale čistá přirozenost mysli.

Co se ale stane, když sedíme před zrcadlem v zatemnělé místnosti? Zrcadlo má i nadále schopnost odrážet a vy máte i nadále kvality, které by se v něm mohly zrcadlit. Bez přítomnosti světla však můžete před zrcadlem sedět třeba celou věčnost, ale nestane se vůbec nic. Nic neuvidíte. Proto nestačí jen sedět před zrcadlem. Musíme si na to také rozsvítit. A v našem případě je světlem oddanost. Když toto světlo rozsvítíme a zrcadlo gurua je před námi, uvidíme odraz přirozenosti vlastní mysli velmi zřetelně a přesně a přitom nekonceptuálně. Právě v tom spočívá role gurua a line při dosahování osvícení a uskutečnění přirozenosti mysli. Guru nevytváří naše osvícení, nýbrž je pouze podmínkou k tomu, abychom k vlastnímu osvícení dospěli.

Zrcadlo samo od sebe světlo nerozsvítí. Nepřenese nás do místnosti a neřekne nám, abychom se před něj posadili. Neřekne nám: „Dívej se sem!“ Zrcadlo je jen zrcadlo, které zabírá určitý prostor. Vy sami musíte vstoupit do oné místnosti, zapnout světlo, dojít k zrcadlu a pohlédnout do něj. Kdo je tím činitelem? My sami. My jsme aktivním prvkem tohoto vztahu.

Některé tradice říkají, že musíme být pasivní, abychom mohli obdržet milost či získat mystické přožitky. V tomto případě je to však naopak. Abychom přivolali požehnání line, musíme být aktivní. Všechno je na nás. Guru je pouze podmínkou, zrcadlem, které jsme se rozhodli postavit do místnosti. Zrcadlo tam jen tak záhadně nepřistálo. Vybrali jsme si ho a dali ho do místnosti vlastním přičiněním.

Pokyny line rovněž nevytváří naše vlastní osvícení. Jsou pouze další podmínkou. Jsou to mocné a hluboké nástroje, které musíme použít. Tyto instrukce jsou jako když nám někdo popíše cestu k místu, kam se chceme dostat. Například když jsme v budově a chceme z ní ven, ale nejsme si jisti, kde je východ, tak se na cestu zeptáme. S trochou štěstí nám někdo popíše různé cesty, jimiž se můžeme vydat. Některou cestu lze snadno rozpoznat, ale obtížněji se po ní jde. Váš průvodce vám k ní řekne toto: Nejdřív vyjdete po schodech na půdu, kde je trochu tma, ale najdete tam otvor ve zdi, který vás dovede k dalšímu schodišti. To vás dovede do sklepa a pak už půjdete rovnou na konec místnosti, kde je další schodiště do druhého patra, kde najdete východ. To je jedna z možných cest. Hínajánová cesta. Trochu to trvá, ale pokyny jsou velice konkrétní a východ najdete, ať se děje co se děje.

Mahajánové instrukce jsou o něco přímočařejší. Váš průvodce vám sdělí, že existuje ještě další cesta ven: Projdete těmito dveřmi a pak uvidíte další dveře, těmi také projdete a pak projdete ještě jedněmi dveřmi a ocitnete se na parkovišti, kde máte pravděpodobně zaparkované auto.

Instrukce vadžrajány vám řeknou, že východy jsou tady, támhle, všude. A průvodce vám řekne: támhle je okno, můžete jím vyskočit a budete venku hned. Další okno je támhle, nebo

jestli chcete, tak jsou tu postranní dveře ven, vlastně je tady všude spousta východů. Není třeba nic hledat. Stačí si zvolit východ podle toho, jak rychle se chceme dostat ven.

Tyto pokyny jsou jako instrukce linie. Co dokážou? Samy o sobě nic moc. Slyšíme je pořád. Jednu instrukci za druhou. Ale ven z budovy se dostaneme jedině tak, že vstaneme a začneme kráčet po vlastních nohou, ne se spoléhat na nohy gurua či linie. Ostatně žádné nohy gurua či linie, které by nás někam mohly donést, ani neexistují. Musíme být ochotni vstát a vykročit sami. Když tak učiníme, vydáváme se tím na naši cestu ven ze samsáry do krásného prostoru svobody. Tak začínáme nalézat cestu k osvícení.

Z těchto příkladů je patrné, že instrukce plní důležitou roli, nejsou však důležitější než vlastní úsilí. Aktivnější role na cestě připadá na nás. Jsme to my, kdo na základě instrukcí jedná. Instrukce jsou zdrojem veškerých informací které potřebujeme k tomu, abychom se dostali ven, která cesta je nejbezpečnější, která je trochu riskantní, a která je sice nejrychlejší ale zároveň zdaleka nejrizikovější. Když ale neuděláme nic, budeme tou budovou bloudit ještě za několik eonů.

Máme plně na výběr a je v naší moci určovat průběh naší osobní cesty. Takový je buddhistický náhled. Dokonce i z pohledu mahámudry a dzogčhenu jsme středem cesty a osvícení závisí na našem individuálním úsilí. Nezávisí na ničem, co se nachází vně.

### **Použití mysli při odhalování pravé přirozenosti**

Základní přirozenost naší mysli a základní přirozenost všech jevů, které vnímáme jako něco vůči naší mysli vnějšího, je jasné prázdno. Jinými slovy všechny formy, zvuky a tak dále, stejně jako myšlenky a emoce, se jeví, avšak jsou prázdné, prázdné a přesto se jeví. Existují různé přístupy k objevování této přirozenosti mysli, která je neustále s námi.

Z perspektivy mahámudry-dzogčhenu nejprve pohlédneme přímo na objevující se myšlenky a emoce a přesvědčíme se o jejich prázdné povaze. Jejich přirozenost jevení-prázdná je snadno patrná, protože tyto mentální formace jsou prchavé a nehmotné. Jakmile získáme v tento náhled důvěru, můžeme pohlédnout na vnější jevy. Jakmile pronikneme přirozenost myšlenek a emocí, pak se již nahlédnutí pravé přirozenosti vnějšího světa – vnějších objektů které se jeví našim smyslovým vědomím – stane mnohem snazší. Vidíme, že i ony jsou stejně prázdné.

V obecném přístupu hínajány-mahájány, nebo-li sútrajány, je pořadí obrácené. Nejprve zaměříme naši analýzu navenek a ptáme se: V jakém smyslu je forma prázdná? V jakém smyslu je zvuk prázdný? V jakém smyslu je čich prázdný? a tak dále. Prostřednictvím mahájánového procesu dedukce odhalíme, že pravou přirozeností všech těchto forem je prázdno. Jakmile zjistíme, že přirozenost všech vnímaných objektů je prázdná, dojdeme

k závěru, že je prázdná i přirozenost vnímajícího subjektu. Subjekt a objekt existují pouze ve vzájemné závislosti. Mahájánový přístup tedy začíná analýzou vnějších jevů, vnějšího světa, zatímco mahámudrá-dzogchen začíná analýzou vlastní mysli. V tom spočívá rozdíl ve výchozím bodě obou metod.

Z pohledu mahámudry-dzogchenu je snazší a přímočařejší analyzovat nejprve vlastní mysl. Mysl je pro nás velice zjevná. Vlastní myšlenky a emoce známe velmi dobře a zakoušíme je přímo. Nejsou před námi skryté. Nemusíme je odhalovat analýzou. Naše emoce a myšlenky jsou přímo před námi. Když na ně hledíte, zkoumáte je zkušenostně. Není to jen teoretická analýza jako když analyzujeme nějakou vnější formu, ať už je to malý kamínek nebo celý horský masív. Když analyzujeme nějaký vzorec myšlení, jedná se o přímou zkušenost. Někdy je to příliš obnažené, příliš blízké. Mezi námi a zkušeností nic nestojí. Náš problém často nespočívá v tom, že bychom nic neviděli, ale že vidíme příliš mnoho – naše syrové myšlenky a emoce jsou najednou až příliš obnažené.

Když analyzujeme formu nebo zvuk, případně obrátíme mysl k metafyzice semen a výhonků, žádný takový problém nevystává. Je to konceptuální, akademické cvičení. Tímto procesem sice „poznáváme“, ale toto poznání není bezprostřední. Proto z pohledu mahámudry-dzogchenu je tento přístup považován za nepřímou analýzu. Nejde o přímou zkušenost. Z tohoto důvodu jsou hínájána a mahájána nazývány „příčinné či kauzální prostředky“. Zapřičiňují, či-li vedou nás k pozdějším přímým zkušenostem. Tyto metody kauzálních prostředků nás k přímé zkušenosti jednou dovedou, ale ne hned.

Tato analýza se podobá metodám fyziky či dalších vědních oborů, kde výzkum probíhá v laboratorním prostředí. Buddha seděl v samádhi a analyzoval jevy, které se jevily jeho mysli, pomocí pronikavého vhledu. Vědci vstupují do vlastního stavu koncentrace a analyzují jevy vnějšího světa za použití inteligentních technologií a nástrojů. Dokonce vyslali své nástroje na Mars.

Když se cílem analýzy stane objevení absolutní přirozenosti zkoumaného objektu, obě metody dospívají k podobným závěrům. Ani jedna z nich nenachází žádnou konkrétní, reálnou existenci. Moderní fyzika nenachází žádnou hmotnou existenci atomů a alternativní formy energie jako řetězce a kvarky mohou být postulovány pouze teoreticky. Buddha to nazývá prázdňem či *śúnjatou*. Moderní vědecký přístup se tak podobá přístupu sútrajány.

Mahámudrá-dzogchen používá přístup přímé analýzy, která je znám jako „analytická meditace prostého meditujícího“ nebo-li *kusulu*. Prostý zde neznamená duševně méněcenný, ale intelektuálně nekomplikovaný. Sútrajánový přístup k analýze je pak znám jako „analytická metoda učence“ či-li *pandity*, což je teoretická či učenecká analýza. Tento

akademický přístup je sice nezbytný, avšak pokud se spoléháme pouze na něj, nepřinese nám hned přímou zkušenost.

Analýza prostého meditujícího, která začíná tím, že pozorujeme bezprostřední zakoušení naší mysli, je velmi jasná a přináší zkušenosti všem. Když se při použití této metody podíváte zblízka na myšlenku nebo emoci, můžete pozorovat její přirozenost neoddělitelné jasnosti a prázdna. Nenajdete žádnou pevnou či hmotně existující věc. Důvod, proč nic pevného nenacházíme, tkví v tom, že na absolutní úrovni reality nic takovýmto způsobem neexistuje. Proto když to hledáme, nenacházíme to.

Skutečné prázdno však není pouhým „nenacházením ničeho“. Pokud například prohledáte svůj dům abyste se přesvědčili, jestli v něm není slon, podíváte se na půdu, do sklepa, do kuchyně, do obývacího a slona nikde nenajdete. Znamená to, že sloni neexistují? Neznamená. Sloni žijí v zoo i v divoké přírodě.

Jenom tak něco hledat a nenacházet to není tím druhem analýzy, který nás dovede k autentické zkušenosti prázdna. Abychom dospěli k pravé zkušenosti prázdna, naše analýza musí vycházet z něčeho, co vidíme, co se nám jeví být existující, ať už je to externí či interní objekt. Když analyzujeme takový objekt, řekněme slona, díváme se na něj proto, abychom objevili jeho základní realitu. Tuto přirozenost hledáme tím, že zevrubně analyzujeme existenci tohoto slona a každé jeho části – uší, chobotu, očí, velikého těla, nohou a ocasu – dokud nevyčerpáme naše pozorování. Tehdy dospějeme k závěru, že nelze najít žádnou skutečnou existenci této bytosti, která se jeví být pevná. Nicméně tohoto prázdného leč jevícího se slona můžeme nadále vidět, cítit, slyšet a dotýkat se ho. To je metoda analýzy vedoucí k zkušenosti prázdna.

Obdobně když se díváme přímo na myšlenku či emoci, je těžké najít cokoli pevného. Můžeme například zakoušet silný hněv, ale když se podíváme na tyto intenzivní pocity hněvu, nedaří se nám na ně přesně zacílit. Nemůžeme doopravdy určit, kde se nacházejí. Dokonce si ani nemusíme být jistí, že jsme rozzlobení. Po chvíli se hněv rozpustí. V jednu chvíli vztekem sotva popadáme dech. A v dalším okamžiku je zuřivost ta tam, beze stopy se vytratí a nic po ní nezůstane. I když si chceme hněv podržet a dál trápit našeho rivala či nepřítele, je příliš pozdě. Náš prázdno-jevící se hněv je pryč. Ve skutečnosti tu vůbec nebyl.

## **Obyčejná mysl**

Skutečný smysl veškerého našeho úsilí na duchovní cestě, ať už studujeme, meditujeme nebo se angažujeme v sociální pomoci, je vrátit se k přirozenému stavu naší mysli, bytostnému stavu probuzenosti, který je velmi prostý a naprosto obyčejný. To je cíl všech tří prostředků, nebo-li *ján*, na buddhistické cestě.



Hínajánová škola tento stav nazývá nejáství či prázdno. Mahájánová škola ho nazývá veliký prázdňem či *šúnjatou*, svobodou od všeho vytváření a konceptů. Také je znám jako prázdno, jehož podstatou je soucítění, nebo též bódhičitta, sjednocení prázdna s kvalitami soucítění a milující laskavosti. Dále je znám jako buddhovská přirozenost či *tathágatagarbha*, esence všech buddhů nebo-li „takto odešlých“. Ve vadžrajáně<sup>2</sup> se mu říká přirozenost vadžry, někdy též mysl či srdce vadžry, což je odkaz na nezničitelnou kvalitu vědomí. V mahámudře se mu říká obyčejná mysl či *thamal dži šepa* a v dzogčhenu se nazývá holé vědomí či *rigpa*. Význam všech těchto termínů poukazuje na základní realitu naší mysli a jevů, kterou je jasné prázdno. Jinými slovy všechny formy, zvuky a tak dále, stejně jako myšlenky a emoce, se jeví ač jsou prázdňé, jsou prázdňé ač se jeví.

Učí se mnoho metod, které mají vést k dosažení tohoto základního stavu mysli, i když mnoho z těchto metod se může zdát pravým opakem. V určitém smyslu jsou mimořádné, spíše než běžné; abnormální spíše než normální; a složité spíše než prosté.

Například hínajánová cesta je známa tím, že obsahuje mnoho podrobných instrukcí pro praxi a dobu po meditaci. Mnišská tradice obnáší oholení hlavy a odívání se do krásných rouch, což jsou rituály, které mají praktikujícího vést na cestě k nejáství. Praktikující mahájány zase za účelem uskutečnění velikého prázdna provádějí praxi páramit, šesti transcendentních činů štědrosti, kázně, trpělivosti, úsilí, koncentrace (meditace) a rozlišující moudrosti (prádžña). Ve vadžrajáně existuje mnoho komplexních praxí jako je například vizualizace božstev a mandal, které vedou k uskutečnění mysli vadžry.



Přivádějí nás tedy tyto praxe blíže k přirozenému stavu? Hínajánová praxe holení hlavy se zdá být nepřirozená vzhledem k tomu, že nám neustále rostou vlasy. Není to ani zvyklost běžná v naší společnosti. Mahájána zase používá mnoho konceptuálních a občas překvapivých metod k pročištění negativních stavů mysli, například vdechování mentálních nečistot ostatních bytostí.<sup>3</sup> Ve vadžrajáně narozdíl od hínajánové praxe holení hlavy vizualizujeme nejen že máme více vlasů, ale i více hlav, rukou a nohou.

Proč to děláme, když se může zdát, že nás tyto metody ještě více vzdalují běžnému, prostému stavu mysli? Musí přeci existovat nějaké rozumné vysvětlení! Odpověď je prostá: abychom dospěli na úroveň prosté mysli a stavu základní nekomplikovanosti, musíme protnout své zvykové, dualistické tendence označování některých věcí jako normální a jiných jako abnormální. Pokud příliš ulpíváme na normálnosti, na běžné konvenční realitě, musíme toto ulpívání protnout, abychom zakusili mysl takovou, jaká opravdu je.



Abychom protnuli a transcendovali tyto pevné, dualistické koncepce, vytváříme „abnormální“ situace s nimiž na cestě pracujeme. V rámci jógy božstev ve vadžrajáně se například možná vizualizujete v podobě osvícené bytosti s několika hlavami a končetinami a najednou si uvědomíte, že nemáte vůbec ponětí, kdo jste – což je skvělá zkušenost. Obvykle máme příliš mnoho předem daných představ o tom, kým jsme a co je svět kolem nás. Jsme natolik uvízlí v procesu označování že neprohlédneme pod povrch těchto označení k realitě, která je jejich základem.

Hluboké a dovedné metody jako je cesta vadžrajány protínají samotný kořen našich dualistických konceptů. V určitém smyslu tak můžeme říci, že těmito metodami se spoléháme na koncept, abychom koncept překonali; spoléháme se na myšlení, abychom se dostali za myšlení. Dobrým příkladem je vzletající pták. Když chce pták letět, musí nejprve trochu tlačit proti zemi, aby se od země odrazil. Musí se opřít o zemi, aby se nad ni dostal a aby vyletěl k obloze. Stejně tak my se musíme zpočátku opřít o dualistické koncepty, abychom vyskočili do prostoru nekonceptuality a neduality.

Takhle všechna učení fungují. Pomocí slov a konceptů ukazují přirozenost jevů, kterou je prázdno za slovy a koncepty. Kdyby Buddha po uskutečnění pravé přirozenosti mysli a světa nepromluvil a nesdělil svou moudrost v podobě slov, neměli bychom žádnou možnost vstoupit na tuto hlubokou cestu.

V případě cesty mahámudry-dzogčenu však mistři těchto tradic představují běžnou mysl či prosté vědomí naprosto neokázale. Takový mistr třeba žákovi řekne: „Podívej. Květina. Vidíš ji?“ a student odpoví: „Ano, vidím tu květinu.“ Na což mistr řekne: „Vidíš jak dnes venku krásně svítí slunce?“ na což žák odpoví: „Ano, vidím, jak venku krásně svítí slunce.“ A mistr pak řekne: „A to je ono.“

Tohle má být nejvyšší učení cesty mahámudry-dzogčenu. Nejvyšší učení je tak prosté a přímočaré, bez jakýchkoli komplikací. Když jsem studoval v šedře, v mnišské škole, dostal jsem se do situace, kdy se mi zdálo, že se moje koncepty dost rychle množí. Každý den jsem se učil nazpaměť texty a debatoval o filosofických náhledech a moje koncepty zdánlivě rostly natolik, až jsem pocítil, že si o tom musím promluvit se svým mistrem. A tak jsem šel za Khenpo Rinpočem.<sup>4</sup> Řekl jsem mu, že v naukách se hovoří o tom, jak se naše koncepty postupně rozpustí skrze studium a praxi, až budeme od konceptů zcela osvobozeni. Místo toho jsem zakoušel pravý opak! Čím více jsem studoval, tím více se mé koncepty rozvíjely. Když jsem o tom svému mistrovi řekl, on odvětil: „Ano, tak to možná prožíváš, ale skutečnost je taková, že tvé koncepty se začínají zjemňovat.“

Jak to můžeme poznat? Když se díváme například na hrnek, tak obvykle vidíme jen jeho celkový tvar a barvu. Když ho ale vložíme pod mikroskop, uvidíme celou škálu barev a textur, které se zcela vymykají tomu, co jsme viděli předtím – dokonce uvidíme i bakterie, které na hrnku žijí. Stejně tak když se díváme na vlastní myšlenky a koncepty mikroskopem vlastního rozlišujícího vědomí, vidíme je na mnohem jemnější úrovni. Vidíme je proto do mnohem větších podrobností. Místo abychom se vzdalovali realitě, naše jemnější konceptuální pochopení nás přibližuje k jejímu poznání. Začínáme vnímat vyvstávání a zanikání myšlenek. Začínáme vnímat, jak z myšlenek vytryskávají emoce a barví naši mysl energií touhy, hněvu či žárlivosti.

V této fázi si můžeme pomyslet: „Je to beznadějně. Nikdy se mi nepodaří uklidnit tento nekonečný a nezadržitelný pohyb mysli.“ Ale z perspektivy mahámudry-dzogčenu je jasné vnímání aktivity naší mysli považováno za známku úspěchu meditace, nikoliv za selhání. Obvykle nevnímáme neustálé vyvstávání myšlenek, ani to jak se z okamžiku na okamžik transformují a mění. Nevnímáme, jak je následujeme, ani si nevěšujeme okamžiku, kdy nám vědomí vyklouzne a my se úplně ztrácíme. Proto kdykoliv rozpoznáme vlastní myšlenkové vzorce, jedná se o hluboký okamžik, který nás vede přímo ke zkušenosti obyčejné mysli.

Běžně máme pocit, že naše vjemy, myšlenky a emoce jsou příliš obyčejné na to, aby mohly mnoho znamenat. Pouze vidět květinu nebo sluneční svit v krásný den je příliš prosté na to, aby to mohlo být hluboké. Jako meditující chceme něco hlubokého a tak přehlídíme naše každodenní zážitky. Hledáme něco mimořádného. Něco velikého. Chceme něco mahá či velikého, nějakou náboženskou zkušenost o níž máme za to, že se nachází kdesi venku na tajemném místě zvaném „posvátný svět.“ Jenže právě v ten okamžik, kdy začneme vyhlížet směrem ven, odchýlíme se od vlastní osvícené přirozenosti. Začneme se vzdalovat vlastnímu přirozenému stavu mysli – základnímu stavu mahámudry a dzogčenu. „Podívat se ven“ neznamená doslova se sebrat a odejít z domu podívat se na sousedovic dvorek, nebo sbalit si kufry a skočit na autobus do vedlejšího města, nebo si oholit hlavu a vstoupit do kláštera. „Dívat se ven“ znamená *dívat se vně jakékoli zkušenosti, kterou prožíváme.*

Zamyslete se nad tím z perspektivy vlastní zkušenosti. Co děláte, když náhle vyvstane agresivní myšlenka? Můžete se snažit jí zastavit, odrazit její energii tím, že si jí zdůvodníte, nebo se jí snažit opravit a změnit ji z „negativní“ myšlenky na myšlenku „pozitivní“. Všechny tyto věci děláme z pocitu, že myšlenka, taková jaká je, není dost dobrá k tomu, abychom na ní meditovali. Budeme meditovat na příští čistou myšlenku, která se objeví, nebo ještě lépe spočineme v esenci mezery mezi našimi myšlenkami až se příště objeví. Takto neustále míváme přítomný okamžik, ve kterém jsme bdělí právě teď. Problém spočívá v tom, že nikdy nedoženeme bdělost příštího okamžiku, která je bdělostí budoucí. Pokud je například právě přítomna agresivita, pak tato agresivita je ve svém jádru, ve své přirozenosti,

bděle probuzená, prázdná a jasná. Jak by možná řekl náš „prostoduchý“ mistr mahámudry a dzogčenu: „Vidíš to? To je ono.“

Možná byste raději meditovali na Buddhu než na své emoce. Buddha je vždy ve stavu dokonalé relaxace a uvolnění, což je vám velmi příjemné. Když meditujete na své emoce, můžete se začít cítit mírnou nervozitou a nepohodlí. Můžete si začít myslet, že vaše duševní zdraví je ohroženo, nebo že vaše duševní prostředí není vhodným posvátným a povzneseným stavem. Na začátku našeho výcviku může být do jisté míry užitečné meditovat na čisté objekty jako jsou obrazy Buddhy, božstev či velikých mistrů. Pokud si však navyknete spoléhat se na tyto objekty, může to mít negativní důsledky. Když se vám bude zdát, že v sobě nedokážete vyvolat prožívání posvátnosti a propojenosti s vlastní základní osvícenou myslí prostřednictvím každodenních zkušeností či vjemů, pak si vytváříte vážný problém. Vlastní emoce jsou nám blízké, jsou tak běžné jako sluneční paprsky či květina a to je z hlediska uskutečňování běžné mysli skvělá zpráva. Máme mnoho příležitostí. Měli bychom je ocenit a využít je.

To co hledáme – pravá přirozenost mysli – je tu neustále s námi. Právě teď. V tento okamžik. Nauky praví, že pokud dokážeme proniknout k esenci naší přítomné myšlenky – ať je jakákoli – pokud se na ni dokážeme přímo podívat a spočinout v její přirozenosti, pak můžeme uskutečnit buddovskou moudrost - běžnou mysl, holé vědomí, jasné prázdno, absolutní pravdu. Budoucnost zůstane vždy mimo náš dosah. S budoucím buddhou se nikdy nesetkáme. Přítomný buddha je vždy na dosah. Vidíte buddhu? Kam se díváte?

---

<sup>1</sup> *Tři hřeby: zpíváno ve Lví pevnosti Tygří jeskyně v Jolmo v Nepálu.* Složil Vznešený Milarepa. V tibetském textu str.295. Přeložilo Marpa Translation Committee. © 2002 Marpa Translation Committee v *Songs of Realization*.

<sup>2</sup> Když je buddhistická cesta nazírána z perspektivy tří prostředků nebo-li ján – hinájány, mahájány a vadžrajány, pak linie mahámudry a dzogčenu jsou obecně řazeny do vadžrajány. Z jiné perspektivy lze vadžrajánu považovat za aspekt mahámudry známé jako Mantra či Tantra mahámudra. Existují různé systémy klasifikace. Ať použijeme kterýkoli, vadžrajána, mahámudra a dzogčenu mají společné to, že se jedná o „výsledkové prostředky“, nesmírně účinné a rychlé metody pro uskutečnění přirozenosti mysli.

<sup>3</sup> Jedná se o odkaz na tonglen, nebo-li praxi přijímání a vysílání, v níž v duchu dáváme veškeré naše štěstí a blaho druhým a výměnou za to na sebe bereme veškeré jejich utrpení a strast se záměrem zcela je tím osvobodit od utrpení. Při tomto procesu překonáváme naše sobectví a ulpívání na egu, které jsou zdrojem našeho vlastního utrpení a které cloní náš vlastní stav osvícení.

<sup>4</sup> Khenpo Cchultrim Gjamccho Rinpoče byl v době studií Dzogčenu Ponlop Rinpočeho vedoucím učitelem v Institutu Karma Šrí Nálanda v klášteře Rumtek v Sikkim. Kurz v šedě představuje devítiletý program intenzivního studia.

---

Vidíte buddhu?- Dzogčenu Ponlop Rinpoče, upraveno z cyklu přednášek „Divoké probuzení“ předaných ve Vancouveru a Torontu v únoru 2004. Dzogčenu Ponlop Rinpoče © 2006.