

Přeměna železa v ocel

Pemasiri Thera

Jak vypadá zdravý vztah s učitelem?

V dnešní době jsou na Srí Lance i v zahraničí vztahy mezi učiteli a praktikujícími módou, světem, který si kolem sebe vytvářejí. Dnešních učitelů a praktikujících si příliš nevážím. Dnešní učitelé mají spoustu *māna* (domyšlivost). U svých učitelů jsem *māna* nikdy neviděl.

Učitel by měl umět učit podle toho, co se po něm žádá. Nemám na mysli praktikující, kteří sedí hodinu nebo dvě denně. Mám na mysli praktikující, kteří poctivě trénují mnoho hodin denně, třeba dvacet hodin. Praktikující, kteří takto trénují, se denně přichází učitele ptát a učitel by měl být schopen s nimi příjemně komunikovat a učit je to, co chtějí vědět. Na denní bázi.

Praktikující, který intenzivně trénuje, se může na učitele obrátit v kteroukoli denní či noční dobu. Přichází s otázkami a probrat problémy. Nemusí to být nutně ve formálním prostředí rozhovoru. Někdy při procházce po areálu nebo při čekání na koupel dojde k diskusi. Nebo při jakékoli jiné práci. Takto probíhá výuka.

I během cestování se skupinou se může diskutovat o praxi. Samozřejmě, za předpokladu, že všichni ve skupině by byli praktikující. Jinak by učitel o praxi praktikujících nemluvil. Ne, že by učitel a praktikující mluvili celé hodiny na stejné téma. Když se během neformální diskuse objeví otázka týkající se praxe, učitel a praktikující o ní diskutují stejně neformálně.

Praxe je životem praktikujícího. Stává se součástí jeho každodenních činností. S praxí se nezachází nijak odlišně. Například každé ráno zametáte kolem své *kuti* (chatka). I když zametáte, máte zůstat cvičícím praktikujícím. Všechny činnosti provádíte jako cvičící se praktikující.

Nyní již neexistují učitelé, kteří by učili tímto způsobem.

Ty.

A neexistují praktikující, kteří by cvičili dvacet hodin denně. Dnešní praktikující mluví o meditaci. Zastávají názor, že meditace je činnost oddělená od všech ostatních aktivit jejich života. Teprve poté, co se oddělí od všeho a všech, meditují. Tito praktikující nemohou provádět praxi při každodenních činnostech. Po namáhavé fyzické práci si sednou a pustí se do praxe. Ne, před usednutím je důležité provést důkladnou přípravu. Nezačleňují svou praxi do každodenních činností. Dnešní praktikující vnímají meditaci tímto způsobem.

Bylo to vědomé rozhodnutí stát se učitelem?

Ne. Nikdy jsem si nekladal za cíl stát se učitelem. Byl to sled obyčejných událostí. Několik dní po mé vyšší ordinaci (*bhikkhu*) mě můj učitel Sumathipāla Na Himi požádal, abych začal učit. Požádal mě o pomoc s těmi, kteří byli marniví. Tak tomu bylo! Mnoho starších lidí, jako jsou tito muži a ženy, kteří jsou tu dnes, je silně ponořeno do názorů. Jsou nepoučitelní. Každého, kdo není schopen vyučovat, mě požádal, abych učil. Extrémně staré a křehké. Ty, kteří jsou blízko smrti. Nebo ty s postižením. Neslyšící. Nevidoucí. Vzal jsem celou tuhle skupinu na vzdálené místo v centru a velmi hlasitě k nim promlouval. Řval jsem při výuce! Lidé v okolí se divili a mysleli si, že dochází k hádce.

Bylo mi tehdy dvacet let a musel jsem podávat zprávu Sumathipāla na Himi. Zeptal se mě: „Učil jsi ty lidi?“ Neustále jsem musel odpovídat: „Ano.“ Někteří z těchto lidí učení rozuměli, ale se sluchem byl problém. Občas se ukázalo, že sedmdesátiletý, osmdesátiletý nebo starší praktikující je inspirativní, má hluboké porozumění a cvičí jako dvacetiletý.

Vysvětli to, prosím.

Vzpomínám si na jednoho staršího muže, který vynaložil velké úsilí a silně se soustředil. Měl pozitivní vliv na mnohem mladší praktikující. Když mladí praktikující viděli, jak tento starý muž řádně cvičí, byli plní energie. Dostalo se mi jasného vhledu. Tento starší muž nebyl silně ponořen do názorů ani nelpěl na žádném systému, a tudíž byl poučitelný. Bylo snadné ho učit. Byl také výjimkou a opakem mého otce. Můj otec s mnoha silně zakořeněnými názory – nemožné!

Byla tam také stará žena z Ambalangody, která se živila drcením kokosových slupek. Je to těžká práce a ve svém pokročilém věku se při ní velmi namáhala. Neměla žádné formální vzdělání. Byla velmi chudá. Při práci na horkém slunci zčernala. S velkým potěšením jsem ji učil. Ještě teď, po více než padesáti letech, mi pomyšlení na praxi této starší ženy přináší radost. Bylo jí asi sedmdesát let. Slyšela dobře. Ať jsem ji učil cokoli, rychle pochopila a dělala pokroky. Postupovala velmi rychle. Když jsem byl v Kolombu, začala ke mně na učení chodit i její vnoučata.

Nemůžete odmítat lidi s tím, že jsou příliš staří, slabí nebo chudí. Nebo nejsou vzdělaní. Mnoho dobrých praktikujících nezná *sutty*. Neznají *abhidhammu*. Někteří ani neumějí číst nebo psát. To však nejsou překážky pokroku. Možná se nikdy nepodívali do žádné knihy o meditaci. Tato stará žena z Ambalangody navzdory svému těžkému životu velmi rychle chápala.

Díky mnoha zkušenostem s výukou starších lidí jsem v ní viděl potenciál a seznámil ji se Sumathipāla na Himi. Ten jí řekl, aby přicházela každý den, a byl také potěšen jejími pokroky. Neměla ani pořádné bílé oblečení. Poskytli jsme jí vhodné oblečení. Málokdy narazíte na někoho takového.

Co se snažíš říct?

Mezi lidmi je rozdíl ve znalostech a moudrosti. Naše babička z Ambalangody měla značnou míru moudrosti. Také v Buddhově době bylo mnoho moudrých obyčejných mužů a žen všech věkových kategorií. Chodili na praxi a dělali pokroky.

Tak tomu bylo, od prvních dnů, kdy jsem jako *bhikkhu* učil. Byl to přirozený důsledek situace v Kandubodě. Ne že bych chtěl být učitelem nebo vůbec něčím být. Když jsem byl se svým učitelem, tak se to přirozeně stalo. Začal jsem učit.

V meditačním centru Kanduboda pobývali praktikující téměř ze všech společenských vrstev. Někteří byli extrémně chudí, nevzdělaní zemědělci. Někteří univerzitní profesori. Byli tam praktikující z celého sociálního spektra. Zatímco s nimi Sumathipāla Na Himi hovořil, já jsem naslouchal. A protože se to dělo denně, zvykl jsem si na způsob učení Sumathipāla Na Himi. Stal se součástí mého života.

Nebudu trénovat dvacet hodin denně. Jak důležitý je učitel?

Učitel je důležitý. Když učení funguje na maximum, praktikující dosáhnou poznání stezky¹. Mnoho lidí v Buddhově době jednoduše vyslechlo učení a okamžitě dosáhlo stezky. Buddhovo učení se nachází v nesčetných knihách a praktikující používají knihy pro úvodní fáze výcviku. Aby se praktikující dostali dál než do přípravných fází, je nezbytné, aby studovali u dobrého učitele.

Kde jsou dobří učitelé?

Najdou se dobří učitelé. Mnoho učitelů má důkladné znalosti a poznání *sutt*. Opakováním toho, co řekl Buddha, učí obecně a jasně o tom, co je dobré a co špatné. Existují také učitelé, kteří rozumí jemným aspektům *Dhammy* a jdou dál než jen k opakování *sutt*. Není to způsob klášterní výuky. S citlivostí věnují potřebný čas tomu, aby posoudili jedinečný charakter každého praktikujícího a správně přizpůsobili učení.

Praktikující, který pracuje s těmito dvěma typy učitelů, se v širokém a užitečném měřítku naučí mnoho o snižování překážek a poskvrn (nečistot). Učí se o rozvoji spirituálních schopností. Tyto dva typy učitelů jsou dostatečně běžní a snadno se dají najít. Učitelé třetího typu, kteří rozpoznají praktikujícího *nimitta*² a co nejlépe na ni reagují, jsou ovšem vzácní. Tito učitelé znají přesnou úroveň praxe praktikujícího a poskytují nejhodnotnější učení.

Strom, který nese ovoce, po něm můžete házet kameny. Kámen se může trefit a něco spadne, ale také nemusí spadnout.

Existuje vzdělávací program pro učitele?

Tuto práci jsem vykonával dvacet pět let se Sumathipāla na Himi. První tři z těchto pětadvaceti let jsem naslouchal jeho výuce dobrým praktikujícím. Naslouchal jsem pouze jejich diskusím. Praktikující mě neviděli a já jsem neviděl je, ani jsem neřekl jediné slovo o výuce. Zůstával jsem zcela mimo dohled za závěsem, zdí nebo jiným předmětem; to především proto, abych praktikující nerozptyloval. Seděl jsem takto poblíž a vnímal jsem vše, o čem se mezi Sumathipāla Na Himi a jeho mnoha vynikajícími praktikujícími diskutovalo. Nebyli to marní praktikující. Byli učenliví.

¹ **magga-ñāna:** ‚poznání stezky‘, tj. uskutečnění stezky vstupu do proudu, jednoho návratu, nenávratu či arahatství; podrobné vysvětlení k tomu poskytuje Vism. XXII.

² **nimitta:** mentální obraz, představa.

Po třech letech naslouchání Sumathipāla Na Himi, který učil praktikující, mi bylo dovoleno pod jeho dohledem přednést několik základů výuky. Sumathipāla Na Himi a já jsme společně vedli rozhovory s praktikujícími. Zpočátku jsem byl skrytý a poslouchal jsem pouze rozhovory mezi Sumathipāla Na Himi a praktikujícím. V další fázi jsem poskytoval základní výuku, přičemž Sumathipāla Na Himi byl nablízku. Jakmile Sumathipāla Na Himi schválil mé učitelské schopnosti, brzy poté jsem směl bez dozoru učit praktikující každý čtvrtý nebo pátý den. Sumathipāla Na Himi měl ten den volno.

Není to tak, že bych každý čtvrtý nebo pátý den učil jen jednoho praktikujícího. Každý den se v meditačním centru Kanduboda zdržovalo zhruba sto praktikujících. I když jsem jednou za čtyři nebo pět dní učil stejného praktikujícího, každý den jsem učil dvacet pět praktikujících z té stovky. Učil jsem je každý den a stejného praktikujícího jsem učil každý čtvrtý nebo pátý den. Praktikující viděl čtvrtý den spíše mě než Sumathipāla Na Himi.

Časem, tedy po čtyřech až pěti letech, kdy jsem učil praktikující každý čtvrtý nebo pátý den jejich praxe, mi bylo dovoleno učit je každý druhý den jejich praxe. Sumathipāla Na Himi učil praktikující jeden den a já jsem učil téhož praktikujícího druhý den. Někdy učil jeden den on a já následující dva dny.

Čas plynul. Sumathipāla Na Himi učil praktikující jeden den a já jsem začal učit další čtyři dny po sobě. Pak se z tohoto sdílení učení stal jeden den u Sumathipāla Na Himi a deset dní se mnou.

Po nějaké době už bylo jedno, jestli praktikující učil Sumathipāla Na Himi, nebo já. Poměr mezi námi se přetrhl. Oddělení se rozostřilo. Když byl Sumathipāla Na Himi volný, učil praktikující on. Když jsem byl volný já, učil jsem praktikující já. Výcvik musí dospět na tuto úroveň. Nakonec Sumathipāla Na Himi úplně přestal učit mé praktikující a nechal mě jít samotného. Tímto způsobem se musí postupovat.

Učitelé, kteří se takto učí, by měli být schopni vám něco předat! Můžete to zjistit. Mohli by vám vyprávět příběhy o úspěších. Pravděpodobně budou rádi vyprávět o svých vlastních učitelích. Mnoho učitelů vysledovalo svůj rodokmen až k Buddhovi. Pokud učitelé viděli jen několik praktikujících, pak to nelze říci. A pokud se učitelé, jakkoli se zdají být pokročilí, drží aktivit mimo Buddhovu Dhammu, řekněme neustálým vystupováním v televizi, pak je těžké mít k nim důvěru jako k dobrým učitelům. Jednou za čas však mohou dobří učitelé v televizi něco udělat.

Trvá roky, než se naučíte jemnostem vyučování. Během svého působení u Sumathipāla Na Himi jsem byl často na rozpacích, proč se jeho učení pro jednoho praktikujícího naprosto liší od jeho učení pro zdánlivě totožného druhého praktikujícího. Důležité otázky týkající se výcviku jsem hned tak nepokládal. Když byl Sumathipāla Na Himi uvolněný a volný, požádal jsem ho o vysvětlení protichůdných učení. Čekal jsem na vhodnou chvíli.

Jednou jsem se zeptal: „Oba praktikující prožívají bolest. Proč učíš každého jinak?“ Sumathipāla na Himi odpověděl: „Správně, prvnímu praktikujícímu jsem řekl, aby si všímal bolestivých pocitů (*dukkha vedanā*), a druhému praktikujícímu jsem řekl, aby si bolestivých pocitů nevšímal.“ „Proč?“ zeptal jsem se. Sumathipāla Na Himi řekl: „Pro tuto první praktikující platí, že hned od narození může díky svému charakteru růst s *vedanānupassanā* – uvědomělá kontemplace pocitování. Kdežto tento druhý praktikující by pravděpodobně začal ulpívat na pocitování (*vedanā*). Pro ni jsem nedoporučoval *vedanānupassanā*.“

Máš nějaké příběhy o úspěších praktikujících?

I když mohu, ale nemusím vidět nečistoty, nedocházím k závěrům o dosažení, protože praktikující, který mé závěry zjistí, přestane cvičit. Mohu být schopen dovést praktikujícího k bodu prozření. K tomuto bodu je možné dovést většinu praktikujících.

Mohu ti vyprávět o jednom praktikujícím, jehož praxe byla pokročilá. Dočasně ordinoval. Tři měsíce zde byl jako mnich. Když se blížilo období dešťů, šel za svou matkou a požádal ji, aby mohl zůstat jako mnich další tři měsíce. Matka řekla: „Ano, dobře, počkám ještě tři měsíce. Poté se vrať.“ Den poté, co získal povolení zemřel. Takové věci se stávají. Zemřel náhle. Někdy se zde zrodí i vyspělé mysli. Stvořeny v tomto světě.

Cvičí se zdejší praktikující správně?

Znám mnichy, mnišky a praktikující, kteří se cvičili v *samatha*, *vipassanā* a v *samatha* i *vipassanā*. V tréninku na *kasina*³ jsou ti, kteří potlačili překážky a dosáhli určitých úrovní. Ti se cvičili ve znacích. Ve *vipassanā* šli až na vrcholnou úroveň – to je vyrovnanost ke všem formacím (*saṅkhāra-upekkhā*). Jsou zde i tací, kteří trénovali obojí dohromady, *samatha* i *vipassanā*, až na stejnou úroveň. U mnichů, mnišek a praktikujících, kteří pokračují v tréninku, jejich praxe roste. Ti všichni by měli neustále pokračovat ve cvičení.

Když mniši, mnišky a praktikující nepřetržitě netrénují, zaseknou se na tomto bodě. Může se stát, že praktikující najdou problémy ve svém laickém životě. Dojdou ve své praxi do určitého bodu a stagnují. Jsou také mniši, možná jich není mnoho, kteří dospěli na vrcholnou úroveň, a přesto nevidím, že by jejich pochopení bylo přímé nebo čisté. Ti také uvízli na mrtvém bodě. I když jsou jejich překážky potlačeny ve *vipassanā* až k *saṅkhāra-upekkhā*, někteří provádějí rituály a horoskopy. Mnich, který tyto věci dělá, svůj náhled neusměrní.

Ačkoli *saṅkhāra-upekkhā* je určitou úrovní pokroku, pro mnohé není možné tuto úroveň překročit. Když učitel dělá rituály a horoskopy, nemohu s jistotou říct, že může správně učit. Nemohu říct nic určitého o tom, zda to učitel umí, zda ví, že praktikující je takový či onaký a nedoporučoval bych praktikujícím studium u takového učitele. On nebo ona by měli pokračovat ve výcviku.

Jak poznat dobrého praktikujícího?

Učitel neposuzuje vnitřní stránku podle vnější. Někteří praktikující jsou zdrženliví. Dívají se jen na zem a nerozhlížejí se kolem sebe. Chodí tiše. Tyto vnější znaky neodrážejí vnitřní. Jíst pomalu a dýchat pomalu, podle toho učitel nemůže soudit. Někteří praktikující jedí rychle a jsou pokročilí, pokud jde o nečistoty mysli. Podle vnějších znaků je těžké posoudit spirituální dosažení praktikujícího. Trvá dlouho, než si vytvoříte kontakt a poznáte praktikujícího.

Od svého příchodu do Lanka Vipassanā před deseti lety úzce spolupracuji s praktikujícími, kteří řádně cvičí. Nikdy jsem u těchto dobrých praktikujících neviděl žádnou vadu a někdy jsem přesvědčen, že viděli různé věci a dosáhli poznání stezky. Nicméně ani u dobrých

³ **kasina**: je název čistě vnějšího prostředku, který slouží k dosažení a rozvoji soustředění mysli a k dosažení čtyř pohroužení (*jhāna*). Cvičení s kasinami spočívá v soustředění plné a nerozrušené pozornosti na vizuální předmět, který je ‚přípravným obrazem‘ (*parikamma-nimitta*).

praktikujících jsem nikdy nedospěl k závěrům o dosažených poznáních. Nevím. Možná dosáhli. Netvrdím, že nedosáhli. Jen říkám, že takhle neuvažuji.

Proč?

Existují příčiny a podmínky. I když vada nevznikla během těchto deseti let, když se sejdou vhodné příčiny a podmínky, může vada vzniknout. Takže to nemohu s jistotou vědět ani o dobrých praktikujících. Nemohu jednoznačně prohlásit, že praktikující dosáhl poznání stezky. Praktikující, kteří ho dosáhnou, nakonec dojdou k poznání, že jsou osvobozeni od toho a onoho. Když takto mluvím, cítíš se sklíčeně?

Ne. Ne. Je to úleva.

Praktikující, který cvičí *vipassanā* až na vrcholnou úroveň *saṅkhāra-upekkhā*, je srovnatelný s rozžhavením kusu železa do červena. Barva krve. A dokud praktikující prožívá *saṅkhāra-upekkhā*, je to velmi dobré. Překážky jsou potlačeny. Dosažení poznání stezky je jako proměna železa v ocel. Ten kus železa potřebuje určité podmínky a musí projít určitým procesem. Jeho elementární struktura se mění. Praktikující musí jasně vidět *tilakkhaṇa*⁴.

Přidávání uhlíku je součástí procesu.

Pokud se elementární struktura železa nezmění, je po ochlazení opět železem. Samotné zahřátí kusu železa na vysokou teplotu z něj ocel neudělá. Pokud praktikující nevidí *tilakkhaṇa*, nepronikne hluboce do podstaty věcí, nijak zásadně se nezmění. Prožitek *saṅkhāra-upekkhā* není dosažením poznání stezky.

Učitelé se nechávají zmást. V praxi *saṅkhāra-upekkhā* dobrého *vipassanā* praktikujícího nastane chvíle, kdy se zdá, že dosáhl *sotāpatti*. Díky dobrému uvědomění (*sati*), soustředění (*samādhi*), energii (*virīya*) nebo strnulosti a malátnosti (*thīna-middha*) praktikující zažívá stav podobný poznání stezky. Jeho učitel usuzuje: „Dosažení se uskutečnilo. Toto je okamžik poznání stezky!“ Kvůli podobnosti stavů praxe se učitelé dopouštějí chyb. Stav vznikající z jasného vidění *tilakkhaṇa* je poznání stezky. Stav vznikající při *sati*, *samādhi*, *virīya* nebo *thīna-middha* není poznáním stezky. Jeden stav je správný a skutečný. Druhý je nesprávný. Ano, praktikující mohl dosáhnout uskutečnění, ale také ne.

Zahříváním železa na extrémně vysokou teplotu se ocel nevyrábí. Pokud se kus železa nezmění, pak je to po ochlazení stále stejný kus železa. Vrcholnou úroveň pro *vipassanā* je *saṅkhāra-upekkhā*. Někteří mniši, mnišky a praktikující zůstávají na této vysoké úrovni vyčištění po celá léta. Vypadají jako pokročilí. Je to potlačení překážek a nečistot. Pokud nejsou překonány, mají překážky a znečištění tendenci vznikat, když se sejdou vhodné příčiny a podmínky. Z těchto důvodů nikdy nedělám závěry o dosažených úrovních.

Therawan Saranai. Suwapath Wewa. – Kéž Vás Trojí klenot ochraňuje. Kéž jste zdraví a šťastní.

Rozhovor s Pemasiri thera: uskutečnil David Young v Lanka Vipassanā, Mezinárodní meditační centrum, 1998
Přeložila: bhikkhunī Visuddhi

⁴ **tilakkhaṇa**: ‚tři charakteristické znaky existence‘, jsou pomíjivost (*anicca*), strast (*dukkha*) a ne já (*anattā*).