

*Tehdy si brahmínský student Jotipāla pomyslel: „To je krásné, to je úžasné, že si mě ten hrnčičř Ghañākāra, který je jiného rodu, dovolí chytit za vlasy, když jsme si umyli hlavy! To jistě nemůže být nic jednoduchého.“ A řekl hrnčičři Ghañākārovi: „Jdeš tak daleko, můj milý Ghañākāro?“ „Jdu tak daleko, můj milý Jotipālo, neboť si tolik vážím toho, že je dobré vidět Vznešeného Kassapu, dokonalého a plně probuzeného!“ „Tak mě, můj milý Ghañākāro, pusť. Navštívíme ho spolu.“*  
Ghañākāra / Hrnčičřova sutta

## Ustanovení laskavosti a soucitu

**Pemasiri Thera:** Měl jsi svůj čaj?

*David:* Už jsem měl dost čaje! Proč se zlobím na tolik lidí? A někdy mám pocit, že tě opravdu nenávidím, zvláště když se neovládáš a křičíš na lidi. Proč se to děje?

Nenávist je příliš silné slovo, protože nenávist je spojena s touhou někoho zabít a já si nemyslím, že mě chceš zabít. Ne, ty ke mně nemáš nenávist. Jsi spíš jako mladý středoškolák, který je našťvaný na svého učitele. Student chce změnit učitele a učitel chce změnit studenta. Ne, jsi jen našťvaný, což je přirozenost člověka. Hněv, který je předchůdcem zlovůle, vzniká, když se touha a lpění dostanou do rozporu s životní zkušeností. Zřejmě chceš, aby tvé jednání s lidmi bylo vždy uspokojivé a příjemné. Na tomto názoru lpíš, a když lidé nesplní tvé touhy, zlobíš se na ně. Hněv může vznikat také ze strachu, a aby mohl vzniknout strach, musí existovat averze nebo nebezpečí. Pak používáme hněv k tomu, abychom se posílili a ochránili. Zatímco ty jsi se přiblížil k tomu, abys lidi udeřil, jiní zabíjejí. Lidé vidí hada a okamžitě vzniká strach. Vědí, že had je jedovatý a mohl by zaútočit, a tak vnímají nebezpečí. Lidé používají hněv, aby hada zabili.

**Říkáš, že hněv je užitečný?**

Ne, hněv není stav, který je obecně užitečný nebo stojí za to pěstovat. Jen poukazují na to, že existuje hněv, prostě jako aspekt lidského bytí. V Barmě žije obří stonožka, která, přestože je její kousnutí smrtelně jedovaté, je také považována za chutné jídlo. Takže když muž najde tuto stonožku, použije hněv, aby se jí pokusil zabít. Pak se obří stonožka brání a muž se bojí, že bude zabit. V této situaci vzniká hněv a strach společně.

**Způsobuje hněv smutek?**

I když smutek může vycházet ze vzteku, obecně se mísí s našimi touhami a lpěním. Pokud hmyz sežere mé texty, jsem smutný, protože můj majetek je poškozen. Nejsem našťvaný na hmyz. Jsme také smutní, když onemocní přítel. V našem smutku opět není žádný hněv. Můžeme se bát, že náš přítel zemře, ale tento strach je založen na našem lpění na příteli. Strach a smutek vystupují na stejnou úroveň jako lpění. A když nám přátelé úmyslně ubližují, jsme jen smutní, ale nezlobíme se.

*Pokud mi přítel úmyslně ublíží, určitě se rozzlobím a nejsem jen smutný. Musíš být pokročilejší než já. Je to láska, o které mluvíš?*

Musíme si uvědomit, že je v lidské povaze být kritičtí a ne vždy dokážeme pochopit myšlení druhých. Hněv je součástí procesu, který se vyvíjí v rozpoznatelných fázích:

- ☒ Nelibost
- ☒ Mrzutost
- ☒ Hněv
- ☒ Zlovůle
- ☒ Nenávist
- ☒ Krutost
- ☒ Pomsta

Nelibost, mrzutost a hněv jsou spontánní, trvají několik vteřin, minut, hodin nebo třeba i den či dva. Nejsou to nutně špatné nebo nebezpečné fáze. Ano, přiznávám, že se občas rozčílím a občas na někoho i křičím. Pak po krátké době na to, že jsem se rozzlobil, úplně zapomenou. A když ten člověk přijde znovu na návštěvu, třeba o několik hodin, dní nebo měsíců později, pokračujeme dál, aniž bychom vůči sobě chovali nějaký hněv. Náš hněv trval jen krátkou dobu. Pokud hněv trvá dlouho, přeroste ve zlovůli a nakonec v nenávist, což je špatné a nebezpečné stadium, protože nenávist je zdrojem krutých činů. Nenávist je záměrná, vždy obsahuje prvek krutosti a vede ke zničení každého člověka. Druhý člověk je tvůj nepřítel a ty ho chceš zničit. Nejdeš tak daleko, abys zavraždil, ale vymýšlíš způsoby, jak zničit majetek, živobytí a pověst druhé osoby. Na univerzitách a úřadech má nenávist podobu pomluv a útoků na charakter. Na Srí Lance je dnes více nenávisti než před 50 lety. A pak je tu pomsta, což je nesmírně špatná a nebezpečná fáze, kdy se mstíš a případně někoho zabiješ.

## SEMENO NENÁVISTI

Hněv je semínko, které je v každém z nás. Pokud existují vhodné podmínky, toto zlé semínko se rozvine ve zlou vůli, nenávist, krutost a pomstu. Věčně si pěstujeme vhodné podmínky k tomu, aby se náš hněv rozvinul v nenávist. V předchozím zrození před dosažením osvícení žil budoucí Buddha jako asketa Khantivādī. Žil svobodným a klidným životem a putoval po světě sem a tam. Jednoho dne Khantivādī došel do parku, kde se král báječně bavil se skupinou krásných žen. Asketa se ke králi a jeho skupině nepřidal. Místo toho si našel klidné místo k meditaci. Poté, co se král pobavil, byl unaven a ulehl ke spánku. Ženy unavené nebyly a šly navštívit Khantivādī. Asketa s nimi hovořil o trpělivosti, laskavosti a zdrženlivosti.

Když se král probudil a zjistil, že všechny jeho krásné přítelkyně jsou s asketou Khantivādīm, žárlil a zlobil se. Král neztrácel čas posloucháním Khantivādīho slov o prospěšnosti trpělivosti a důležitosti zdrženlivosti, i když je člověk bit a týrán. Ne, místo toho se král postavil Khantivādīmu, vytáhl meč a usekl asketovi uši. Král zařval: „Máš

stále trpělivost? Kde je teď tvá laskavost?“ Khantivādī odpověděl: „Ano, samozřejmě.“ Král hněvem rozhořelým do nenávisti usekl Khantivādīmu ruce a dožadoval se: „A teď? Máš ještě trpělivost a zdrženlivost?“ Na to poustevník odpověděl: „Ano“. Král pak usekl Khantivādīmu nohy. „A teď? Kde je tvá laskavost?“ Khantivādī, zmítaný bolestí, se zmožil jen na gesto směrem ke svému srdci. Král blouznil nenávistí a ukopal vznešeného asketu k smrti. Asketa Khantivādī zemřel klidně, bez jakýchkoli zlostných myšlenek. Král zemřel strašlivě a zrodil se v pekle.

*To je dobrý příběh. Budu si ho pamatovat.*

Meditací zabráníme tomu, aby se hněv, zárodek nenávisti, rozvinul v plnou nenávist a následně v krutost. Neodstraňujeme hněv, protože hněv je přirozenou součástí lidského bytí. Místo toho se snažíme odstranit názory, které náš hněv rozvíjejí v nenávist a krutost. I když se hněv objeví, nereagujeme na něj nenávistí a krutostí. Řekněme, že se tři podnikatelé ostře pohádají kvůli financování nějakého projektu. Během několika následujících dní zůstane první podnikatel na své kolegy velmi rozzlobený. Dlouze a do hloubky o hádce přemýšlí, což jeho hněv rozvíjí v nenávist. Druhý podnikatel je na své kolegy také velmi rozzlobený, ale hádku v hlavě neprožívá, a tak jeho hněv nepřeroste v nenávist. Třetí podnikatel se nezlobí vůbec. Od hádky se drží stranou a nijak se ho nedotýká. Jeho reakce je neutrální. Druhý podnikatel je sice hádkou zasažen více než třetí, stále se na své kolegy zlobí, ale nenechá svůj hněv přerůst v nenávist. Po skončení hádky může druhý podnikatel se svými kolegy spolupracovat. To je cenná vlastnost.

Musíme rozlišovat mezi hněvem a nenávistí: zatímco hněv je spontánní a neúmyslný, nenávist je promyšlená a záměrná; a zatímco hněv nemusí být nutně nebezpečný, nenávist je rozhodně nebezpečná. Nenávist je spojena s krutostí. Hněv je menším zlem a lze ho opustit snadněji než nenávist. Musíme si být vědomi toho, co děláme. Před několika dny mě navštívili čtyři vojáci. Všichni čtyři byli slepí a dvěma chyběli končetiny. Zeptal jsem se jich: „Co cítíte k vojákům LTTE? Chcete se pomstít?“ Jeden voják řekl: „Ne, nechceme se mstít a ani k LTTE necítíme nenávist. Ve skutečnosti nechceme, aby oni nebo kdokoli jiný byl slepý. Je to hrozné.“ Myslím, že ten voják odpověděl upřímně. „Proč jste narukovali?“ Zeptal jsem se. „Narukoval jsem, protože bylo mou povinností sloužit vlasti,“ řekl voják. „Byla to výzva. Později se vojenská služba stala mým povoláním a šel jsem do boje. Nemyslel jsem na to, že bych chtěl někoho zabít nebo být zabit. Jít do bitvy bylo jako jít do pěstního souboje.“ S touto energií tito vojáci bojovali a nesli bolestivé následky. Přesto jsou natolik moudří, že mají s vojáky LTTE soucit. Přinejmenším k nim nemají nenávist.

Na projevy hněvu nelze pohlížet stejně jako na projevy nenávisti a krutosti. Činy hněvu jsou spontánní, začínají a končí rychle, bez jakýchkoli postranních úmyslů nebo myšlenek na zničení. Naproti tomu činy nenávisti a krutosti jsou předem promyšlené: „Udělám tohle“ nebo „Řeknu tohle“. Když matka dítěti vynadá, je určitá dávka hněvu namířena proti dítěti. Obecně však na dítě není namířena žádná nenávist nebo krutost. Stejně je to u učitelů a jejich žáků.

Když jsem byl mladým novicem v původním meditačním centru Kanduboda, na pozemku rostlo mnoho banánovníků. Vzpomínám si na jeden den, kdy se sklízely banány na jedné rostlině. Ačkoli sklizeň je práce pro dělníky, nikoli pro novice, jeden z noviců se

velmi angažoval a dával dělníkům pokyny, jak mají postupovat, když se seká jeden obzvláště velký a krásný trs banánů. Novic dělníkům říkal, jak má být každý řez proveden. Jeden starší *bhikkhu* uviděl novice a řekl: „Podívej se, ze stonku bude kapat mléko a ty ho budeš mít na rouchu. Bude těžké ho smýt. Do sekání banánů ti nic není. Ustup stranou a nech toho muže dělat jeho práci.“ Navzdory varování byl novice příliš zaujat samotným aktem kácení banánů a pokračoval v poučování dělníků. *Bhikkhu* se velmi rozzlobil: „Když nestačí slova, je třeba jednat.“ Vzal tedy limetkovou větev plnou trnů a byl odhodlán dát novicovi pořádný výprask. Zamířil k novicovi. Pak se zastavil, znechuceně odhodil větev na zem a odešel od novice i od situace. Ačkoli v *bhikkhuovi* byl přítomen hněv, nenávist v něm nebyla. Neměl touhu novice zničit.

Je užitečné si uvědomit rozdíl mezi hněvem a nenávistí. Pokud například víme, že něčí chování je založeno na hněvu, a ne na nenávisti, je mnohem snazší s ním žít. Víme, že hněv přejde a že nás nechce zničit. Ve vztahu učitel-žák dělá žák často věci, které učitele rozzlobí. Pokud však student ví, že učitelův hněv vychází ze soucitu a ne z nenávisti, bude mít se svým učitelem i nadále zdravý vztah. Byl jsem svědkem bičování malého mladého novice, který se dopustil vážného přestupku. Jeho učitel nebyl schopný najít žádný jiný vhodný trest, a tak ho bičoval a bičoval a bičoval. Bičoval nepřetržitě, až novice plakal a jeho kůže byla pořezaná a krvácela. Když učitel s bičováním skončil, *bhikkhu*, který tomu přihlížel, byl touto nepříjemnou událostí dojat, vzal novice stranou a nanas mu na rány léčivý olej. Objal plačícího novice a utěšoval ho. Když učitel, který právě vykonal výprask viděl, jak *bhikkhu* novice utěšuje, začal také plakat. Učitel i novice tedy plakali. Když novice viděl svého učitele plakat, uvědomil si, že s ním jeho učitel i přes bičování stále soucítí.

Mnoho studentů i dětí samozřejmě nevidí v hněvu svých učitelů nebo rodičů soucit. Při intenzivním výbuchu může učitel křičet nebo hodit něco na zem a přesto má se žákem soucit. Žák, který prožívá příliš velkou bolest, vidí pouze nenávist a může se dokonce přestat učit, pokud je hněv jeho učitele příliš intenzivní. To může učitele ještě více rozzlobit a jeho hněv pak může přerůst v nenávist a krutost. Krutost nenapraví studentovo chování a pokud je krutost jedinou formou kontaktu studenta s učitelem, student svého učitele odmítne. Učitel se snaží učit podle mentálního stavu studenta. To však nelze udržet donekonečna, celý den a každý den. Učitelé jsou v obtížné situaci. Není to snadné. Proto se někdy stane, že učitel neuspěje a student si myslí, že učitel nemá soucit. Mezi učiteli a studenty vždy dochází k nedorozuměním. A tak student, který dokáže ocenit výzvy, kterým jeho učitel čelí, pak je to dobré.

### ***Jaká je cena nenávisti a krutosti?***

Cena je utrpení teď a tady i v budoucnu. Krutý člověk se rodí v nižších světech. Musíme se vyhnout nenávisti a nechat to vše jen na hněvu.

### ***Jak?***

Protože laskavost a soucit jsou přímým opakem hněvu, používáme je k tomu, abychom zabránili přerůstání hněvu v nenávist a krutost.

## LASKAVOST A SOUCIT

Když se na tebe zlobím, praktikuji milující laskavost, *mettā*. Říkám slova laskavosti a ptám se: „Dáš si šálek čaje?“. „Co tě trápí?“ a „Mohu ti nějak pomoci?“. Kladu ti tyto otázky a velmi se snažím, abych byl při jejich vyslovování upřímný.

### *Co kdyby ses mi prostě vyhnul?*

Ne, to by bylo ještě horší. Musím se snažit být laskavý a vstřícný, i když nejsi přítomen. Jít svou cestou je praxe meditace. Minulý týden jsi nechal svůj notebook v kuchyni a přinesli mi ho. Je to drahé zařízení a nechceš o něj přijít. I když jsem se na tebe zlobil, postaral jsem se o tvůj majetek, aby ti ho nikdo neukradl. Neřekl jsem: „Ach, ten notebook patří kanadskému medituujícímu. Ať se stane, co se má stát. Dělej si s ním, co chceš.“ Ne, staral jsem se o tvůj majetek stejným způsobem, jakým chci, aby bylo pečováno o můj vlastní majetek. To je *mettā*. O *mettā* jsem se naučil od své matky, ne od *bhikkhua*. Moje matka byla velmi laskavá, a i když jsem ji pravidelně rozčiloval, nikdy mě neuhodila ani nemluvila hrubě. Místo toho mi vysvětlovala důsledky mého jednání. Když matce řekli, že mě viděli prát se s jinými dětmi, řekla: „Dělá mi starosti, když se do těch rvaček pouštíš. Trpím tím já, ne ty.“ Když mluvila tímto způsobem, pomyslel jsem si: „To už stačilo. Budu se snažit s nikým se nehádat“. Nemusela křičet ani se uchylovat k žádným fyzickým trestům, jako je bičování.

### *Mám praktikovat mettā vůči těm, kteří se na mě zlobí?*

Ano, *mettā* praktikujeme zejména vůči lidem, kteří jsou plní hněvu a nenávisti. Není to snadné, protože lidé mají poskvrny, které v nich vyvolávají podezření: „Proč je Pemasiri laskavý?“ nebo „Co chce?“. Přestože by dotyčnému moje pomoc prospěla a já za ni nic neočekávám, odmítá ji. Někteří lidé si dokonce myslí, že jsem prostě hloupý, když se pouštím do pomoci druhým. *Mettā* je často špatně chápána.

### *Je snazší se rozzlobit a udeřit člověka.*

Ano. Na hněv společnost obvykle reaguje pořádnou tvrdou ranou. Možná, že v Kanadě můžete své spory vyřešit krátkým pěstním soubojem a váš hněv skončí, když rvačka skončí. Na Srí Lance tomu tak není. Hněv nekončí, když skončí rvačka. Hněv člověka trvá dál a dál, přerůstá v nenávist a nese se v něm možná po celé generace. To se mi stalo mnohokrát, nekonečně mnohokrát.

### *Zastavuje mettā hněv?*

Praxe *mettā* je přímým opakem hněvu a nenávisti. Je to nejúčinnější způsob, jak se vypořádat s hněvem a nenávistí. Medituující, kteří rozvíjejí *mettā* až do úrovně *jhāna*, necítí vůči nikomu hněv. „Šiřte *mettā* mezi všechny bytosti,“ řekl Buddha. Člověk, který má

*mettā*, nemá žádné nepřátele, nemá vůči ničemu hněv. Abychom však byli zcela zbaveni hněvu, musíme dosáhnout stupně *anāgāmi*. Hněv překonáváme také soucitem, v pálijštině *karuṇā*. Praxe *karuṇā* je také často špatně chápána. V jejím základním použití si všimneme, že někdo potřebuje pomoc a pomůžeme mu. V pokročilejší podobě uplatňováním *karuṇā* pomáháme komukoli, ať už je dobrý nebo špatný. Možná nemají *pañca-sīla*, jako jsou vrazi, zloději, cizoložníci, lháři a opilci. Pomáháme člověku, který zavraždil svou matku, pomáháme lidem, jako je Prabhakaran, bývalý vůdce LTTE a pomáháme *arahatům*. Když pomáháme vrahovi a pomáháme Prabhakaranům tohoto světa, mnozí lidé to budou odsuzovat; někteří si určitě budou myslet, že jsme blázni. Člověk, který zavraždil svou matku, je na tom v jednom ohledu hůře než Prabhakaran, přinejmenším Prabhakaran svou matku nezavraždil.

***Zdá se mi, že tento proces meditace vede také k laskavosti a soucitu, a tak je možná jak základem, z něhož vycházíme, tak stavem, k němuž směřujeme? To je velmi podobné učení Ježíše Krista! Moudrost je moudrost.***

Vzpomínáš si na Devadattův pokus o atentát na Buddhu? Hodil po Buddhovi kamenem a lehce ho zranil. Buddha trpěl fyzicky a Devadatta trpěl psychicky. Buddha i Devadatta trpěli. Kdybychom žili v té době a pomohli Buddhovi i Devadattovi, praktikovali bychom *karuṇā*. Mnozí bohatí lidé s velkým potěšením rozmazlují dítě ze své společenské vrstvy. Přesto jim připadá nemožné dotknout se dítěte žebráka. To není *karuṇā*. A na našich ulicích je spousta prašivých psů, plných boláků s odlupující se kůží. Lidé tyto psy odhání, protože je nechtějí ani vidět. Ale psy, kteří jsou krásní, kteří vypadají jako pudřenky, ty lidé hladí a mají je na klíně a možná dokonce nechávají tyto psy spát ve svých postelích. Pro pudřenky není nic dost dobré. Opět to není *karuṇā*. *Karuṇā* znamená, že se o všechny děti a všechny psy staráme stejně.

***Když vidím prašivého psa, cítím bolest a chci mu pomoci. Je to karuṇā?***

Tento stav myslí je *karuṇā*.

***Chci ulevit své vlastní bolesti.***

Můžeš praktikovat *karuṇā*, abys ulevil své vlastní bolesti. A můžeš cvičit *karuṇā*, abys ulevil bolesti psa, aniž bys myslel na sebe. Obojí je *karuṇā*, obojí je soucit.

***Praktikuji karuṇā pro sebe?***

Ano. Když děláš *karuṇā* k psovi, probouzíš ji v sobě. A když jsi v Indii pečoval o malomocné, také jsi v sobě probouzel *karuṇā*. Tvé činy byly prováděny s *karuṇā*. Neuvažoval jsi z hlediska rasy nebo náboženství. Řekněme, že pomáhám pouze sinhálským válečným uprchlíkům a nepomáhám tamilským uprchlíkům, to není *karuṇā*, protože *karuṇā* je univerzální. Pokud praktikuješ *karuṇā*, nepoměřuješ člověka Sinhálcem s Tamilem. Když jsem byl v Sydney v Austrálii, přišla do našeho centra tamilská dívka a všichni jí pomohli. No a pak se ukázalo, že patří k LTTE a odjela ze Sydney, aby se k nim

přidala. To byla její věc. Dělal si, co chtěla. Její činy však na naší *karuṇā* nezanechali žádný rozdíl. Prokázali jsme jí *karuṇā*, protože to byla lidská bytost, která potřebovala pomoc. Jak na naše *karuṇā* reagovala, byla její věc. Budeme mít jen velmi málo příležitostí pěstovat *karuṇā*, pokud budeme věčně poměřovat, zda je člověk upřímný a zaslouží si to. A pokud *karuṇā* nepěstujeme, pokud nemá šanci vzniknout, přijde čas, kdy bude těžké pocítit jakoukoli *karuṇā*, i když budeme potřebovat soucit. Člověk, který očekává *karuṇā*, očekává soucit, soucitu nerozumí. Může to být tak, že chce naše peníze, ať už poctivými, nebo nečistými prostředky. Na tom ale nezáleží. Stále praktikujeme a kultivujeme *karuṇā*.

### ***Miluji toto učení!***

Když jsem byl teenager, můj bratr měl obchod s oděvy a často mi dával nové sarongy. Když mě nějaký žebrák viděl, že mám na sobě nový sarong, požádal mě o něj a já mu ho vždy daroval. Když bratr zjistil, co dělám, odmítl mi dávat další sarongy. Také řekl majitelům ostatních obchodů v našem okolí, aby mi sarong nedávali. I když jsem si ho šel do obchodu koupit, majitel mi ho neprodal. Dlouhou dobu mi nikdo sarong nedal ani neprodal. Nakonec se mi naskytla příležitost koupit si pěkný, červeně kostkovaný hedvábný sarong a moje matka, která bedlivě sledovala mé oblečení, řekla: „Tak teď máš nový sarong. Nezapomeň ho někomu dát.“ Zajisté se brzy objevil žebrák, který chtěl můj nový červeně kostkovaný sarong. Abych se nedostal do problémů s matkou, dal jsem žebrákovi starý bílý sarong. „Ne,“ řekl žebrák, „nechci tvůj starý bílý sarong. Chci tvůj nový, červeně kostkovaný.“ Dal jsem tedy žebrákovi červeně kostkovaný sarong a řekl jsem matce, že jsem svůj nový sarong dal do prádelny. Následující týden přišel žebrák k nám domů a měl na sobě červeně kostkovaný sarong. „Podívejme se,“ řekla moje matka, „prádelna dorazila!“

Při jiné příležitosti jsem se připojil ke skupině poutníků, kteří chtěli vystoupit na vrchol Srí Pāda. Na zpáteční cestě z vrcholu jsme potkali žebráka, který měl na sobě starý roztrhaný sarong a já jsem bez otálení vyměnil nový sarong, který jsem měl na sobě, za jeho starý. Žebrák byl velmi šťastný. Poutníci však byli velmi nešťastní. S mým jednáním silně nesouhlasili a celou cestu domů mi nadávali. Taková je společnost. Lidé nechápou *karuṇā*. Musíme druhým pomáhat, jak jen můžeme, v rámci svých možností a musíme znát svá omezení. Jsou určité věci, které pro druhé udělat nemůžeme. Když nerozumně překročíme svá omezení, ocitneme se v nesnázích. Musíme se naučit, jak pomáhat.

Když jsem pobýval v původní Kandubodě, požádal mě o pomoc jeden mladý muž. Byl chudý a měl jen jednu nohu. Ten muž řekl: „Nemám kde bydlet a chci se oženit.“ Poskytovali jsme mu, co chtěl, peníze, umělou nohu, věci do domácnosti, dům a práci. Po několika měsících se vrátil do Kandubody: „Ztratil jsem věci, které jste mi dali a dům potřebuje opravit. Mohl byste mi poskytnout další pomoc?“ Poskytli jsme mu další pomoc. Provedli jsme nezbytné opravy domu, který se rozpadal a našli jsme mu další práci. „Nedávejte tomu člověku už žádnou pomoc,“ řekl nám přítel. „Je to lhář a podvodník.“ Tak tomu skutečně bylo. Ten muž utrácel všechny příspěvky na to, aby si prostě užíval a nechával svou ženu a dítě žít v mimořádně špatných podmínkách. Dozvěděl jsem se také, že lhal vojákům, kteří obsluhovali nedaleké kontrolní stanoviště. Zrovna nedávno se muž objevil znovu: „Byl jsem voják a přišel jsem o nohu při bojích v Jaffně. Mohli byste mi pomoci?“ Okamžitě jsem ho odehnal. V tu chvíli jsem neměl v hlavě

ani *mettā*, ani *karuṇā*. Nic takového jsem neměl. Za měsíc nebo dva určitě přijde znovu s další historkou. Nebylo správné, že jsem ho odehnal. To jednání bylo špatné, ale přirozené, protože jeho lži opravdu poškodily naše úsilí pomoci mnoha lidem v oblasti Kandubody. Kdybych mu jen řekl, aby odešel, aniž bych se na něj zlobil, bylo by to v pořádku.

### ***Přesně tak. Jsi na něj teď naštvaný?***

Ne, vůbec ne. Vždycky se najdou lidé, kteří budou *mettā* a *karuṇā* využívat. Tenhle člověk nám lhal a získal několik věcí. Když byly jeho lži odhaleny, přerušili jsme s ním kontakt. Není nic špatného na tom, když se od něj prostě držíme dál, aniž bychom se na něj zlobili. Když někomu pomáháme pomocí *karuṇā*, nemáme žádná očekávání, a tudíž ani žádný hněv, když se věci nevydaří. V dětství jsme měli domácího hada. Přestože jsme ho krmili a starali se o něj, stále jsme věděli, že je to had a že se kdykoli může obrátit proti nám a kousnout. Pomáhám lidem, když potřebují pomoc. Jinak je nechávám na pokoji.

### ***A co náprava lidí?***

O to jsem se pokoušel před několika lety. Jeden z pracovníků v Kandubodě měl zlozvyk krást všechno, co mu přišlo pod ruku a museli jsme ho propustit. O rok později se ten člověk vrátil a požádal, zda by mohl dostat svou starou práci zpět. Byl plný pokání a chtěl dostat druhou šanci. V domnění, že ho dokážu napravit, jsem mu práci dal. Členové Kanduboda výboru mé rozhodnutí odsoudili. Nevěřili, že by se ten muž mohl změnit. „Prosím,“ řekl jeden z členů, „nedovol, aby tento muž pracoval v našem středisku.“ Své rozhodnutí bych nezměnil a více než rok byl ten muž neuvěřitelně hodný, neublížil ani mravenci. Všichni s ním byli velmi spokojeni, dokud jednoho dne opět neukradl vše, na co sáhl. Byl to velký problém. A členové mě opět odsoudili.

Domníval jsem se, že mohu změřit charakter člověka: „Tento muž je výjimečně dobrý, tato žena je dobrá z 50 %, tato dívka je dobrá asi ze 60 % a tento muž, no, ten je stoprocentně špatný!“ Když jsem byl požádán, dal jsem výjimečně dobrému muži nebo ženě doporučení k zaměstnání. Někdy se pak ukázalo, že člověk, kterého jsem ohodnotil jako dobrého, je špatný a jeho zaměstnavatel mi to vyčítal: „Toho člověka jsme přijali na vaše doporučení a on nás podvedl. Je to vaše vina.“ A pak byly chvíle, kdy jsem si lidi změřil jako špatné a oni se ukázali být pozoruhodně dobří. Nyní jsem při poměřování lidí opatrnější. Když se mě někdo zeptá na charakter člověka, řeknu: „No, když u nás pracovala, byla dobrá. Nevím, jaká je teď.“ Nebo: „Když jsem ho znal, byl špatný, ale možná se zlepšil.“ Protože mě lidé příliš mnohokrát podvedli, už neuvažuji o úžasných vlastnostech lidí. Je naprosto poklidné rozjímát o stromech a květinách. Ale lidé? Neustále si vybavuji jejich špatné vlastnosti. Proto v těchto dnech rozjímám o vlastnostech Buddhy a *arahatů*, jejichž kontemplace mi přináší spoustu radosti. „Následuj příkladu *arahatů*,“ řekl Buddha.

### ***Je pro mě obtížné stýkat se s lidmi, kteří všechny kritizují.***



Lidé, kteří jsou bez poskvrny, se mohou stýkat s kýmkoli. Nemůžeme za to, že nás druzí různě hodnotí.

### *Co dělat, když na mě lidé křičí?*

Na obtížné situace se díváme s jasným porozuměním a pak jednáme s moudrostí, což znamená používat hodně *mettā* a *karuṇā*. To, co se naučíme z těchto diskusí o Dhammě, musíme uplatňovat v každodenním životě. Je zcela zbytečné, když pouze diskutujeme o nějakém problému a tím to končí. Nemá to smysl. Dhamma je cesta tréninku. Když jsme šťastní, děláme šťastnými i ostatní. Nemohu se tvářit našťavaně.

## MALE VĚCI

I maličkosti, které děláme, mohou lidem hodně pomoci. Jedna starší žena, která žebra v našem centru, mi jednou řekla: „Lidé jsou krutí. Vždycky mě odhánějí.“ Řekla jsem jí: „Starší sestro, jste tu vítána a já budu chodit žebrať s vámi“. Měla velkou radost, že půjdeme žebrať spolu. Přineslo jí to velkou spokojenost. „Ty ses zbláznil,“ řekl jeden muž. „Neříkej jí, že s ní půjdeš žebrať.“ Ale já jsem jí chtěl udělat radost. To je všechno. Až na pár výjimek jsem žebráky nikdy nevyháněl a vždycky jsem si našel čas si s nimi popovídat.

Zrovna nedávno za mnou po cestě přiběhly dvě mladé dívky. Byly nadšené a šťastné, protože právě dokončily maturitu. Radoval jsem se s nimi, dal jim kousky karamelu a vyjádřil jsem radost z jejich úspěchu. Kdybych se neradoval s nimi, obě dívky by to bolelo. Nedávno mi jeden *bhikkhu* vyprávěl o pětileté holčičce, která bydlí nedaleko jeho *ārāṇyi* a kdykoli jde pro almužnu, vždy jí dá vědět, že jde pro almužnu. Jednou jí to zapomněl říct a ona celý den plakala. Byla velmi smutná, že na ni *bhikkhu* zapomněl. Když se *bhikkhu* dozvěděl, že je holčička smutná, hned se vydal k ní domů, promluvil s ní a ona byla zase šťastná. Často není třeba příliš mnoho, aby byli lidé šťastní. Dokonce i zvířata jsou šťastná, když se k nim chováme laskavě. Mnohá zvířata si chtějí jen popovídat.

Existuje nespočet příběhů o tom, jak *bhikkhuové* žijí v souladu se zvířaty v lese. Znal jsem *bhikkhua*, který si velmi přátelsky rozuměl s opicemi, jeleny a slony. Když šel k řece pro vodu, šlo s ním mnoho opic a jedna z nich mu pomáhala odnést vodu zpět do jeho příbytku. *Bhikkhu* držel jednu stranu vědra, opice druhou a společně šli dál. Mnoho stejných opic přišlo na *bhikkhuovy* večerní recitace. Když *bhikkhu* skončil s recitováním, musel jim říci, aby odešly, jinak by opice zůstaly celou noc. Dokonce i jeleni se k němu přidávali na jeho procházkách dolů k řece. A téměř každý den ve stejnou dobu přicházel k *bhikkhuově* chýši slon. Když slon přišel pozdě, *bhikkhu* se ho zeptal: „Proč přicházíš tak pozdě?“ A slon vydával pisklavé zvuky. Tento slon spal jen několik metrů od *bhikkhuovy* chatky. Někdy spal přímo uprostřed cesty vedoucí k záchodu a *bhikkhu* musel slona požádat, aby uhnul z cesty. I v těch chvílích, kdy *bhikkhu* musel kolem slona pospíchat, zůstával slon klidný. Nereagoval. Slon by *bhikkhuovi* neublížil. Nikdy! Tento *bhikkhu* a slon mohli být přátelé, protože *bhikkhu* byl ke slonovi vždy laskavý a jeho roucho vonělo lesem. Po osmdesátce se *bhikkhu* odstěhoval od *ārāṇyi* a vrátil se do meditačního centra

Kanduboda. Spával ve své rakvi! Když do *bhikkhuovy* bývalé *ārāṇyi* přišli vesničané, jejich pachy parfémů a mýdla slona rozrušily a začal být agresivní. Vesničané pak slona zabili.

Zvířata obvykle útočí na lidi, protože cítí nebezpečí. Samita, západní *bhikkhu*, který žil sedm let v lese, však nikdy nebyl zvířaty napaden ani mu nebylo nijak ublíženo. Jednou se mu stalo, že se při jedné ze svých lesních pochůzek ocitl uprostřed stáda slonů. Vedoucí slon zvedl Samitu chobotem a šel směrem k cestě. Když vesničané viděli Samitu ve sloním sevření, mysleli si, že se ho chystá zabít. Slon však neměl v úmyslu zabíjet. Když slon dorazil k silnici, Samitu nezraněného položil na zem. Když Samita nakonec po dlouhé době zemřel, noviny přinesly zprávu, že ho zabil slon. To je lež. Samita žil se slony a dalšími divokými zvířaty vždy v harmonii. Zemřel hlady. Znal jsem policistu, který dal Samitovi jeho poslední jídlo.

*Slyšel jsem, že bhikkhu Samita zemřel na předávkování drogami, že spáchal sebevraždu.*

Při smrti *bhikkhu* Samity se pravděpodobně sešlo několik věcí. Podle lékařů se Samita mohl předávkovat léky, které užíval na různé potíže. Stejně jako Samita jsem i já žil v lesní *ārāṇyi* s různými zvířaty. V jedné *ārāṇyi* navštěvovala mou chýši samice levharta, která u mě někdy nechávala svá mláďata, zatímco si šla hledat potravu. V jiné *ārāṇyi* nás pravidelně navštěvovali divočáci, protože jsme dostávali tvaroh a oni si z něj chtěli trochu vzít. Třetí *ārāṇyu* jsem sdílel se stádem slonů, kde sloní mládě, pořád ještě velké zvíře, jednou uchopilo *bhikkhua*, drželo ho za roucho a nechtělo ho pustit. Matka sloního mláděte přišla a odtáhla své mládě od *bhikkhua*. Jindy jsem zaslechl hlasité rány a po prozkoumání jsem zjistil, že slon vesele rozšlapává velkou hromadu cihel. „Slone!“ Řekl jsem. „Tyhle cihly jsou pro *bhikkhuovu* chýši. *Bhikkhuové*, kteří v těchto chatrčích žijí, vůči tobě praktikují *mettā*. Praktikují *karuṇā*. Prosím, nerozdupávej tyto cihly.“ Slon zvedl hlavu, podíval se na mě a odešel.

\*

Výňatek z knihy *Mango Tree Wisdom*  
Přeložila Bhikkhunī Visuddhi