

Předmluva (výňatky).....	2
Předmluva k českému vydání (výňatky)	2
Úvod.....	3
Trojí Ochrana	4
Pět etických pravidel	5
První ze Čtyř ušlechtilých pravd: Prožité utrpení	6
Druhá ze Čtyř ušlechtilých pravd: Vznik utrpení.....	13
Třetí ze Čtyř ušlechtilých pravd: Konec utrpení.....	16
Čtvrtá ze Čtyř ušlechtilých pravd: Stezka vedoucí ke konci utrpení	18
Osm členů stezky	18
Druhý člen stezky: Právě zamyšlení (sammá–sankappa)	28
Třetí člen stezky: Právě mluvení (sammá–váčá)	29
Čtvrtý člen stezky: Právě jednání (sammá–kammanta).....	30
Pátý člen stezky: Právě životospráva (sammá–ádžíva).....	31
Šestý člen stezky: Právě úsilí (sammá–vájáma).....	32
Sedmý člen stezky: Právě všímavost (sammá–sati).....	34
Osmý člen stezky: Právě soustředění (sammá – samádhi)	44
Anton W.F. Gueth – Bhikkhu Nyánatiloka (1878–1957)	50

Tento text je jediným roku 2003 autorizovaným
českým překladem, dostupným na internetu,
neodpovídá ale zcela textu původní verze knihy
SLOVO BUDDHOVO
© 1993 Dr. Mirko Frýba
ISBN 80–901472–3–2
Informace o nové verzi

Slovo Buddhovo

Systematický přehled Buddhova učení v jeho vlastních slovech

vybral, seřadil a vysvětlil
ctihodný

Nyánatiloka Maháthera

kanonické texty z páli a vysvětlivky z němčiny přeložil

Mirko Frýba

Pubbe č'áham bhikkhave
etarahi ča
dukkhañ č'eva paññápehi
dukkhassa ča nirodham

Jako dříve, žáci,
tak i nyní
učím pochopit utrpení
a jeho ustání

Madždžhima–Nikája, Sutta 22

Předmluva (výňatky)

Slovo Buddhovo, poprvé vydáno v němčině v roce 1906, je vůbec prvním v evropském jazyce sepsaným podáním Buddhova učení, které užívá vlastní slova mistrova. ...Texty pocházejí ze Souboru poučení (*Sutta–Pitaka*), zapsaného v jazyce páli...

V angličtině vyšlo od roku 1907 deset vydání ... Kromě toho byly vydány překlady v dalších jazycích... Páli originály vybraných textů byly vydány 1914 v sinhálském písmu pod názvem *Sačča–Sangaha* a v sanskrtském písmu devanágari pod názvem *Buddha–Vaččana*.

Nyánatiloka (1952)

Nové vydání vychází u příležitosti 100. výročí narození ctihodného autora 19. února 1978. ...
Nyánaponika (1977)

Předmluva k českému vydání (výňatky)

Překlad *Slova Buddhova*, který máte v rukou, byl proveden přímo z jazyka páli – tedy z těch původních textů, které ctihodný Nyánatiloka přeložil do němčiny a později též do angličtiny.

Přítom muselo však být přihlédnuto k tomu, jak jsou v Nyánatilokově překladu texty selektivně zkráceny, hlavně vypuštěním některých opakování, která Buddha užíval z didaktických důvodů. Buddhova slova byla a jsou původně určena k hlasitému předříkávání umožňujícímu důkladné uvážení slyšeného ve vztahu k vnitřně prožívané pravdě (*parato ča ghoso sašša–anusandhi adždžhatañ ča joniso manasikáro*). ...

...

Na mnoha místech shrnul ctihodný Nyánatiloka informace obsažené v komentářích, vlastními slovy do krátkých vysvětlení, která jsou v tisku odlišena menším písmem.

První české vydání *Slova Buddhova* vyšlo v roce 1935 ... Ačkoliv obsahovalo některé chyby, bylo vcelku ale přesnější než různé překlady pozdějších anglických a německých vydání, které u nás kolovaly jako samizdaty.

Druhé české vydání *Slova Buddhova* je tedy souborem textů přeložených přímo z nejstarších dostupných záznamů učení, jež historický Buddha nazýval *Dhamma*. Původní učení Dhammy je uznáváno i všemi později vzniklými školami buddhismu...

Mirko Frýba (1993)

Úvod

BUDDHA znamená “Osvícený” nebo “Probuzený”; je to čestné označení zakladatele osvobozujícího učení, které je západnímu světu známé pod jménem buddhismus. Narodil se v šestém století před naším letopočtem jako syn knížete Sákjů, který vládl v Kapilavatthu, hraniční oblasti dnešního Nepálu. Jeho příjmení bylo Gotama (v sanskrtském překladu: Gautama) a vlastní jméno Siddhattha. Ve věku 29 let se zřekl světského života a, místo aby se stal králem, zvolil životní dráhu poustevníka bez domova. Po šesti letech neuspokojujícího hledání pravdy a bolestné askeze, která byla bez výsledků, konečně dosáhl Plného Probuzení (*Sammá–Sambodhi*) pod Bodhi stromem nedaleko místa Gajā, dnes nazývaného Bodhgajá. Následovalo 45 let neúnavného vyučování. Ve věku 80 let opustil svět nedaleko města Kusináry; tak odešla ona “moudrá bytost, jež se zjevila pro požehnání a blaho tohoto světa.”

Buddha není ani bůh, ani žádný boží prorok, ani vtělení nějakého boha. Je tou nejdokonalejší lidskou bytostí, která “sama sebou poučena” vlastním úsilím dosáhla úplného osvobození od utrpení a tím i nejvyšší moudrosti, čímž se stala velkým vzorem a “neporovnatelným učitelem bohů a lidí.” Stal se “Spasitelem” pouze těm, kdo po cestě spásy, kterou ukázal a učil, skutečně jsou až k jejímu konci. Svrchovanou harmonií moudrosti a soucitu, kterou dosáhl, ztělesňuje Buddha univerzální a bezčasový ideál Dokonalého Člověka.

DHAMMA je Buddhou objevené, uskutečněné a hlávané osvobozující učení, jež spočívá na jasném poznání skutečnosti. Je zaznamenáno v buddhistickém kánonu, zvaném *Ti–Pitaka*, který sestává ze tří souborů (doslova “košů”) textů: 1. *Vinaja–Pitaka*, *Soubor kázně*, který obsahuje řádová pravidla pro mnichy a mnišky; 2. *Sutta–Pitaka*, *Soubor promluv*, který obsahuje vlastní poučení osvobozujícího Buddhova učení v celém jeho rozsahu tak, jak je shrnuto Čtyřmi ušlechtilými pravdami; 3. *Abhidhamma–Pitaka*, *Soubor vyšší nauky*, který systematicky v přísně filozofické formě podává učení obsažené v *Sutta–Pitace*.

Dhamma se obrací výlučně k vlastnímu poznání a prožívání člověka; není tedy žádným zjeveným náboženstvím, které by předpokládalo víru. Nabízí vznešený, avšak realistický systém etiky, pronikavou analýzu skutečnosti a praktické metody cvičení mysli – zkrátka všeobšáhle a spolehlivé vedení na cestě osvobození ode všeho utrpení. Dhamma je učení,

kteřé vyrovnaneř uspokojuje požadavky rozumu a citu. Je to střednř cesta, která vede nade vsechny bezvřchodn a destruktivnř krajnosti myřlen a zpřsobř žívota. To znamená, ře Dhamma m a bude mřt bezčasovou platnost a univerzalnř přitařlivost, kdekoliv jsou srdce a myřli dostatečně zral k ocenn jejřho poselství.

SANGHA je společenství Buddhovřch řkř, a jako takov je vedle dřinistickho řádu nejstarřm mniřskřm řádem na světě. A přv tak jako přvodnř Buddhovo ućen existuje dnes Sangha ve své přvodnř formě na Srí Lance (Cejlonu), v Barmě, Thajsku, Kambodři, Laosu a Āittgongu (Bengálsku). K nejproslulejřm Buddhovřm řkřm pátrá: Sriputta, kter po Mistrovi samm dosáhl toho nejhlubřřho poznání Dhammy; Moggallna, kter vládl největřm nadpřirozenřm silami; nanda, nejoddanjř osobnř pomocnřk Buddhřv; Mah-Kassapa, kter předsedal prvnřmu koncilu Sanghy, konanému krátce po Buddhov umrt; Anuruddha, mistr prav vřřimavosti a jasnozřivosti; Rhula, Mistrřv vlastnř syn.

Sangha jako mniřskř řád poskytuje vhodnř vnjř řmec a přřzniv podmínky pro ty, kdo si vrn přejí bez rozptylování svtřskřm zleřitostmi věnovat svřj cel žívot uskutećen nejvřřřho cíle osvobozen. Kdekoliv spiritulnř vřvoj dosáhne přřsluřn zralosti, m tř Sangha univerzalnř a nadčasovř vřznam.

Trojí Ochrana

Buddha, Dhamma a Sangha jsou pro svoji neporovnatelnou ryzost a proto, ře jsou pro buddhistu tm nejcennjřm na světě, nazřvny Třemi Klenoty (Ti-Ratana), před nimiř se v nejhlubř ućt klan. Vyznn ućty tmto Třem Klenotřm m zároveň ochrann přsoben a je tedy nazřvn Trojí Ochrana (Ti-Saranam). Buddhista hledající ućoćiřt a veden Tří Klenotř si zpřitomņuje svoji ućtu k Buddhovi a poté, dnes stejn jako v době Buddhov, třikrát za sebou v jazyce pl slavnostn recituje formuli Trojí Ochrany:

Namo tassa bhagavato arahato sammá sambuddhassa !
klona jemu vzneřenmu oprořtnmu prav zcela probuzenmu !

Buddham saranam gaćchmi (K Buddhovi pro ochranu jdu)

Dhammam saranam gaćchmi (K Dhamm pro ochranu jdu)

Sangham saranam gaćchmi (K Sangze pro ochranu jdu)

Dutijam pi Buddham saranam gaćchmi (Podruhé)

Dutijam pi Dhammam saranam gaćchmi

Dutijam pi Sangham saranam gaćchmi

Tatijam pi Buddham saranam gaćchmi (Potřetí)

Tatijam pi Dhammam saranam gaćchmi

Tatijam pi Sangham saranam gaćchmi

Tímto prostým aktem úklony, sledovaných formulí Trojí Ochrany se člověk prohlašuje stoupencem Buddhy a jeho učení.

Pět etických pravidel

Po recitaci Trojí Ochrany obvykle následuje formulace rozhodnutí dodržovat jako Buddhův stoupenec Pět etických pravidel (*pañca-síla*), která jsou minimálním základem mravního života, jakož i předpokladem dalšího výcviku a pokroku na cestě osvobození:

1. Pánátipátá veramaní sikkhá–padam samádijámi!

Ničení a zraňování dýchajících bytostí se chci zdržovat

2. Adinnádáná veramaní sikkhá–padam samádijámi!

Braní toho, co není dáváno, se chci zdržovat

3. Kámesu mičchácárá veramaní sikkhá–padam samádijámi!

Smyslné nestřídmosti se chci zdržovat

4. Musá vádá veramaní sikkhá–padam samádijámi!

Zraňujícího a nepravdivého mluvení se chci zdržovat

5. Surámeraja madždža pamádattháná veramaní sikkhá–padam samádijámi!

Zatemňování mysli omamnými látkami se chci zdržovat

Slovo Buddhovo

Čtyři ušlechtilé pravdy

Tak pravil Buddha, Probuzený:

Dlouho jako vy, žáci, i já jsem podléhal opakovaným útrapám koloběhu samsáry, jehož příčinou je nepochopení, neprožití a neproniknutí Čtyř ušlechtilých pravd. Které čtyři to jsou?

Ušlechtilá pravda utrpení (*dukkha*);

Ušlechtilá pravda původu utrpení (*dukkha-samudaja*);

Ušlechtilá pravda zániku utrpení (*dukkha-nirodha*);

Ušlechtilá pravda cesty vedoucí k zániku utrpení (*dukkha-nirodha-gámini-patipadá*)

Dokud jsem nezískal jasné a skutečnosti odpovídající plné pochopení těchto Čtyř ušlechtilých pravd, neměl jsem jistotu, že jsem dosáhl toho nejvyššího úplného Probuzení – onoho Probuzení, jež je nepřekonatelné v celém světě zahrnujícím dobré i zlé bytosti a bohy, zástupy asketů a kněží, božstev a lidí. Jakmile mi však byly tyto Čtyři ušlechtilé pravdy zcela jasné ve vztahu ke skutečnosti, vyvstala ve mně jistota, že jsem dosáhl ono svrchované a nepřekonatelné, úplné Probuzení.

Objevil jsem tuto Dhammu, již je nesnadné postřehnout a proniknout, která je zklidňující a vznešená, nedosažitelná pouhým uvažováním a zřejmá pouze moudrému.

Světské bytosti však staví na základech požitků, mají zálibu v požitcích, jsou okouzleny požitky. Takové bytosti stěží přijmou za základ zákon podmíněnosti, závislé vznikání (*patičča-samuppáda*) všeho; nepochopitelné pro ně bude i ustání všech formací, zřeknutí se každého podkladu znovuzrovnání, vyvanutí žádostivosti, odpoutání, vyhasnutí, Nibbána.

A přece jsou tu i bytosti, jejichž oči jsou jen málo zaneseny prachem. A tyto bytosti jsou schopny překonat netečnost vůči Dhammě a stát se skutečnými znalci Dhammy.

První ze Čtyř ušlechtilých pravd: Prožité utrpení

Co tedy je ušlechtilá pravda utrpení?

Zrod je utrpení, stárnutí je utrpení, umírání je utrpení; strast a nářek, bolest, zármutek a zoufalství jsou utrpení; být spojen s nežádoucím je utrpení a být oddělen od žádoucího je utrpení; nedosáhnout přáníhodného je utrpení; v souhrnu pět skupin lpění je utrpení.

A co je, žáci, zrod? Zrod jakékoliv jednotlivé bytosti v jakékoliv skupině bytostí, početí, objevení se, znovuzrození, zjevení skupin lpění a získávání smyslových základů – tomu se, žáci, říká zrod.

A co je, žáci, stárnutí? Stárnutí jakékoliv jednotlivé bytosti v jakékoliv skupině bytostí, zestárnutí, chátrání, vadnutí, zvrásnění, mizení životní síly a otupování smyslů – tomu se, žáci, říká stárnutí.

A co je, žáci, umírání? Odchod jakékoliv jednotlivé bytosti v jakékoliv skupině bytostí, přechod, mizení, smrt, vyčerpání času, rozpad /pěti/ skupin a zanechání mrtvol – tomu se, žáci, říká umírání.

A co je, žáci, strast? To co při té či oné ztrátě, již člověk utrpí, při tom či onom neštěstí, jež člověka postihne, je strastí, truchlením, smutkem, vnitřním žalem – tomu se, žáci, říká strast.

A co je žáci, nářek? To co při té či oné ztrátě, již člověk utrpí, při tom či onom neštěstí, jež člověka postihne, je nářkem, litováním, oplakáváním, bolestným žalováním a hlasitým naříkáním – tomu se, žáci, říká nářek.

A co je, žáci, bolest? To co je, žáci, tělesně bolestivé, tělesně nepříjemné, co je z tělesného kontaktu bolestivě a nepříjemně pociťované – tomu se, žáci, říká bolest.

A co je žáci, zármutek? To co je, žáci, v mysli bolestivé, v mysli nepříjemné, co je z myšlenkového kontaktu bolestivě a nepříjemně pociťované – tomu se, žáci, říká zármutek.

A co je, žáci, zoufalství? To co při té či oné ztrátě, již člověk utrpí, při tom či onom neštěstí, jež člověka postihne, je sklíčeností a zoufalstvím, neutěšeností a zmalomyslněním – tomu se, žáci, říká zoufalství.

A co je, žáci, utrpení být spojen s nemilým? To co jsou nelibé, nelahodné a nepotěšující tvary, zvuky, pachy, chuti, předměty hmatu a jevy, anebo to co chce ublížit, zahubit, znepríjemnit a znejistit, s takovým se setkat, sblížit, sejít, spojit, sjednotit – tomu se, žáci, říká utrpení být spojen s nemilým.

A co je, žáci, utrpení být oddělen od milého? To co jsou libé, lahodné a potěšující tvary, zvuky, pachy, chuti, předměty hmatu a jevy, anebo to co chce pomoci, chránit, zpříjemnit a sbratřit, s takovým se nesetkat, nesblížit, rozejít, rozdvojit, rozepřít – tomu se, žáci, říká utrpení být oddělen od milého.

A co je, žáci, utrpení nedosáhnout přáníhodného? Tu vzniká přání v těch, kdo jsou podrobeni zrodu.. stárnutí... umírání: “Kéž nejsem podroben zrodu, kéž mě nečeká další zrod!”...

... “Kéž nejsem podroben stárnutí, kéž mě nečeká další stárnutí!”...

... “Kéž nejsem podroben umírání, kéž mě nečeká další smrt!” Toho však nelze přáním dosáhnout.

Tu vzniká přání v těch, kdo jsou podrobeni strasti a nářku, bolesti, zármutku a zoufalství: “Kéž nejsem podroben strasti a nářku, bolesti, zármutku a zoufalství, kéž mě nečeká další strast a nářek, bolest, zármutek a zoufalství!” Toho však nelze přáním dosáhnout.

Toto je utrpení nedosáhnout přáníhodného.

Pět skupin jevů (khandhá)

A co je, žáci, utrpení v souhrnu pěti skupin lpění? To co patří do skupin lpění na tělesnosti, cítění, vnímání, formacích a vědomí – tomu se, žáci, říká utrpení v souhrnu pěti skupin lpění.

Jakékoliv tělesné jevy, ať minulé, přítomné nebo budoucí, vnitřní nebo vnější, hrubé nebo jemné, vznešené nebo nízké, vzdálené nebo blízké, všechny patří do skupiny tělesnosti.

Jakékoliv cítění, ať minulé, přítomné nebo budoucí..., patří do skupin cítění.

Jakékoliv vnímání, ať minulé, přítomné nebo budoucí..., patří do skupiny vnímání.

Jakékoliv (mentální) formace, ať minulé, přítomné nebo budoucí..., patří do skupiny formací.

Jakékoliv vědomí, ať minulé, přítomné nebo budoucí, vnitřní nebo vnější, hrubé nebo jemné, vznešené nebo nízké, vzdálené nebo blízké, patří do skupiny vědomí.

tyto skupiny představují pětídílné členění, do kterého Buddha uspořádal všechny tělesné i mentální jevy – hlavně ty, na nichž neznalý člověk lpí, protože se mu zdá, že jsou jeho “já” či osobnost. Páli text užívá “skupiny lpění” (upádána–khandhá) nebo jednoduše “pět skupin” (pañca–khandhá) podle kontextu. Zrod, stárnutí, umírání atd. jsou obsaženy v těchto pěti skupinách, které v sobě ve skutečnosti zahrnují celý svět.

Skupina tělesnosti (rúpa–khandha)

Co tedy je skupina tělesnosti? Jsou to čtyři prožitkové prvky a tělesnost od nich odvozená. Které čtyři? Prvek pevnosti, prvek tekutosti, prvek tepla a prvek pohybu.

Tyto čtyři prvky (dhátu nebo mahá–bhúta), lidově pojaté jako živly země, voda, oheň a vítr, by měly být chápány jako základní kvality hmoty. V páli se nazývají pathaví–dhátu, ápo–dhátu, tedžo–dhátu, vájo–dhátu, což lze též rozumět jako tíže, přilnavost, vyzařování a vibrace. Všechny čtyři jsou přítomny v každém hmotném předmětu, i když nejsou stejně silně zastoupeny. Když převažuje například prvek země, hmotný předmět je označován “pevný”, a tak podobně.

Ze čtyř prvků odvozená tělesnost (upádája rúpa nebo úpadá rúpa) sestává podle abhidhammy z následujících prožitků dvaceti čtyř jevů a kvalit: oko, ucho, nos, jazyk, tělo, tvar, zvuk, pach, chuť, ženskost, mužskost, vitalita, tělesná základna mysli (hadaja–vatthu), projev posunkem, projev mluvou, prostor (dutiny ucha, nosu, atd.), hbitost, pružnost, poddajnost, růst, souvislost, stárnutí, pomýjivost, potrava. Hmatové vjemy (phothhabba) nejsou zvláště zmiňovány mezi těmito čtyřadvaceti, protože jsou totožné s pevnými, tepelnými a vibrujícími prvky, jež jsou poznatelné prostřednictvím vjemů tlaku, chladu, tepla, bolesti, atd.

1. Co tedy je prvek pevnosti (pathaví–dhátu)? Tento prvek může být vlastní (zevnitř prožívaný) nebo vnější. A co je vlastně prvek pevnosti? Vše co ve vlastním těle poznáváme jako kammicky získanou pevnost či “země”, tedy vlasy, chlupy, nehty, zuby, kůže, maso, šlachy, kosti, morek, ledviny, srdce, játra, bránice, slezina, plíce, žaludek, střeva, výkaly, atd. – to se nazývá vlastní prvek pevnosti. Ať se jedná o vlastní prvek pevnosti nebo o vnější prvek pevnosti, oba jsou jen prvek pevnosti.

A to má být moudře chápáno v souladu se skutečností: “Toto nejsem já, toto mi nenáleží, toto není mé já.”

2. Co je tedy prvek tekutosti (ápo–dhátu)? Prvek tekutosti může být vlastní nebo vnější. A co je vlastní prvek tekutosti? Vše co ve vlastním těle poznáváme jako kammicky získanou tekutost či “vodu,” – tedy žluč, sliz, hnis, pot, krev, tuk, sliny, hleny, sliz, kloubní maz, moč, atd. – to se nazývá vlastní prvek tekutosti. Ať se jedná o vlastní prvek tekutosti nebo o vnější prvek tekutosti, oba jsou jen prvek tekutosti.

A to má být moudře chápáno v souladu se skutečností: “Toto nejsem já, toto mi nenáleží, toto není mé já.”

3. Co tedy je prvek tepla (tedžo–dhátu)? Prvek tepla může být vlastní nebo vnější. A co je vlastní prvek tepla? Vše co ve vlastním těle poznáváme jako kammicky získané teplo či “oheň,” co zahřívá, vysušuje, spaluje to, co bylo snědeno, vypito, sežvýkáno, úplně stráveno, co hřeje nebo sálá atd. – to se nazývá vlastní prvek tepla. Ať se jedná o vlastní prvek tepla nebo o vnější prvek tepla, oba jsou jen prvek tepla.

A to má být moudře chápáno v souladu se skutečností: “Toto nejsem já, toto mi nenáleží, toto není mé já.”

4. Co tedy je prvek pohybu (vájó–dhátu)? Prvek pohybu může být vlastní nebo vnější. A co je vlastní prvek pohybu? Vše co ve vlastním těle poznáváme jako kammicky získaný pohyb či “vítr,” – větry stoupající vzhůru a klesající dolů, větry žaludku a střev, vítr hýbající údy, vdechování a vydechování, atd. – to se nazývá vlastní prvek pohybu. Ať se jedná o vlastní prvek pohybu nebo o vnější prvek pohybu, oba jsou jen prvek pohybu.

A to má být moudře chápáno v souladu se skutečností: “Toto nejsem já, toto mi nenáleží, toto není mé já.”

Jako se “chatrč” nazývá prostor vystavěný a ohraničený dřevem, bambusem, rákosem a jílem, právě tak se nazývá “tělo” prostor vystavěný a ohraničený kostmi, šlachami, masem a kůží.

Skupina cítění (vedaná–khandha)

Existují tři druhy cítění. Které tři? Příjemné cítění, nepříjemné cítění a cítění příjemné ani nepříjemné.

Skupina vnímání (sañña–khandha)

A jaké existuje vnímání? Je šest útvarů vnímání: vnímání tvarů, vnímání zvuků, vnímání pachů, vnímání chutí, vnímání hmatových jevů a vnímání předmětů mysli.

Skupina formací (sankhára–khandha)

A jaké existují formace? Je šest útvarů záměru (četaná): záměr vztažený na tvar, záměr vztažený na zvuk, záměr vztažený na pach, záměr vztažený na chuť, záměr vztažený na hmat a záměr vztažený na předmět mysli.

Skupina mentálních formací (sankhára–dhátu) je pojem zahrnující více funkcí nebo aspektů činnosti mysli, které jsou spolu s cítěním a vnímáním přítomny v každém okamžiku vědomí. Abhidhamma rozlišuje padesát mentálních formací, z nichž sedm jsou stále faktory mysli. Počet a složení ostatních se různí podle typu vědomí. V Řeči o pravém poznání nacházíme tři hlavní představitele skupiny mentálních formací: záměr (četaná), smyslový kontakt (phassa) a pozornost (manasikára). Z nich je to opět záměr, který je hlavním utvářecím faktorem. Je tedy zvláště charakteristický pro tuto skupinu formací a je proto uveden jako její představitel ve výše podané pasáži. Další použití pojmu sankhára jsou uvedena v Buddhistickém slovníku. Tento pojem v nejširším smyslu zahrnuje všechny podmíněné nebo složené věci (sankhatá dhammá) – na rozdíl od Nibbány, která není pomíjivá a na ničem závislá.

Skupina vědomí (viññána–khandha)

A jaké existuje vědomí? Je šest typů vědomí: vědomí tvarů, vědomí zvuků, vědomí pachů, vědomí chutí, vědomí tělesných vjemů a vědomí mysli (doslova: vědomí oka, vědomí ucha, atd.).

Závislé vznikání vědomí

Když je vnitřní základna oka neporušená, ale vnější tvary se nedostanou do zorného pole, nedojde k odpovídajícímu spojení (oka a tvaru) a nevznikne žádný odpovídající druh vědomí. Nebo, třebaže je oko neporušené a vnější tvary se dostanou do zorného pole, ale přesto k

žádnému odpovídajícímu spojení nedojde, v takovém případě také nevznikne žádný odpovídající druh vědomí. Když však je oko neporušeno a vnější tvar se dostane do zorného pole a dojde k odpovídajícímu spojení, jen v takovém případě vznikne odpovídající druh vědomí.

A proto říkám: vznikání vědomí je závislé na podmínkách; a bez těchto podmínek žádné vědomí nevzniká. A podle toho, na kterých podmínkách je jeho vznikání závislé, tak je toto vědomí nazýváno.

Vědomí, jehož vznik závisí na oku a tvarech, je nazýváno vědomím oka (čakkhu–viññána).

Vědomí, jehož vznik závisí na uchu a zvucích, je nazýváno vědomím ucha (sota–viññána).

Vědomí, jehož vznik závisí na čichovém orgánu a pachu, je nazýváno vědomím nosu (ghána–viññána).

Vědomí, jehož vznik závisí na jazyku a chuti, je nazýváno vědomím jazyka (dživhá–viññána).

Vědomí, jehož vznik závisí na těle a tělesných dotecích, je nazýváno vědomím těla (kája–viññána).

Vědomí, jehož vznik závisí na vnitřní základně mysli a vnějších předmětech mysli, je nazýváno vědomím mysli (mano–viññána).

A jakákoliv tělesnost (rúpa) tu vznikne, je zahrnována do skupiny tělesnosti. Jakékoliv cítění (vedaná) tu vznikne, je zahrnováno do skupiny cítění; jakékoliv vnímání (saññá) do skupiny vnímání; jakékoliv mentální formace (sankhára) do skupiny mentálních formací. A jakékoliv vědomí (viññána) tu vznikne, je zahrnováno do skupiny vědomí.

Závislost vědomí na čtyřech ostatních skupinách

Není možné, aby kdokoliv vysvětlil odchod z jedné a vstup do jiné existence, zanikání a vznikání, nebo růst a rozvoj vědomí nezávisle na tělesnosti, cítění, vnímání a mentálních formacích.

Tři charakteristiky existence (ti–lakkhana)

Všechny formace jsou pomíjivé (aniččá), všechny formace jsou podrobeny utrpení (dukkhá), všechny věci jsou bez já (anattá).

Tělesnost je pomíjivá, cítění je pomíjivé, vnímání je pomíjivé, mentální formace jsou pomíjivé, vědomí je pomíjivé.

A to, co je pomíjivé, je podrobno utrpení. O tom, co je pomíjivé a je podrobno utrpení změn, o tom nemůže nikdo ve vztahu ke skutečnosti říci: “ Toto jsem já, toto patří mně, toto je mé já.”

Proto tedy, ať je zde jakákoliv tělesnost, jakékoliv cítění, jakékoliv vnímání, jakékoliv mentální formace a jakékoliv vědomí, ať už minulé, přítomné nebo budoucí, vlastní nebo

vnější, hrubé nebo jemné, vznešené nebo nízké, vzdálené nebo blízké, tak má být moudře chápáno v souladu se skutečností: “Toto nepatří mně; toto nejsem já; toto není mé já.”

Nauka anattá

Bytí jednotlivce, stejně jako celého světa, není ve skutečnosti nic než proces stále se měnících jevů, které jsou zcela zahrnuty v pěti skupinách existence (khandhá). Tento proces trvá od nepaměti – už před zrozením a též po smrti – a bude po nekončící časové období pokračovat tak dlouho, pokud tu pro něj budou podmínky. Jak je vyloženo v předchozích textech, těchto pět skupin jevů v žádném případě, ani jednotlivě, ani dohromady, netvoří žádnou skutečnou entitu já či trvalou osobnost. Ani mimo tyto skupiny nelze najít žádné já, duši či podstatu, představující jejich “vlastníka”. Jinými slovy řečeno, charakteristikou těchto pěti skupin jevů je, že jsou “ne-já” (anattá) a nepatří žádnému já (anattanija). I vzhledem k pomíjivosti a podmíněnosti každé existence musí být víra v jakoukoliv formu já považována za iluzi.

Pro přirovnání: co označujeme jménem “vůz,” neexistuje mimo nápravy, kola, podvozek, oj, atd. a slovo “dům” je pouze domluvené označení pro rozmanité materiály sestavené dohromady podle jistého zvyku tak, aby byla vymezena určitá část prostoru, a žádná vlastní entita domu odděleně neexistuje. Přesně tak to, co nazýváme “bytosť”, “jedinec”, “osoba”, či “já”, není nic než měnící se spojení tělesných a mentálních jevů, jež skutečně nemá žádnou vlastní existenci.

Toto je ve stručnosti Buddhova nauka anattá, tedy učení, že veškerá existence je prázdná (suňña) od jakéhokoliv trvalého já či podstaty. Je to základní buddhistická nauka, kterou nenajdeme v žádném jiném náboženském učení nebo filozofickém systému. Pro správné pochopení Buddhova učení a pro uskutečnění jeho cíle je nevyhnutelnou podmínkou, abychom ji pochopili a pronikli plně, nikoliv jen abstraktním či intelektuálním způsobem, nýbrž neustále ve vztahu ke skutečným prožitkům. Tato nauka anattá je nutný výsledek pronikavé analýzy skutečností, provedené například pomocí nauky o khandhách (skupinách jevů). Prostřednictvím zde zahrnutých textů může být dán jen pouhý náznak, pokyn k provedení této analýzy.

Řekněme, že dobře vidící člověk se dívá na nesčetné bubliny, jež jsou unášeny proudem řeky Gangy, pozoruje je a důkladně zkoumá. Když je důkladně prozkoumá, poznává, že se jeví prázdné, duté a bez podstaty jako pěna. Přesně stejným způsobem provádí mnich pozorování všech tělesných jevů, cítění, vnímání, formací a stavů vědomí, ať už jsou minulé, přítomné nebo budoucí, vlastní nebo vnější, hrubé nebo jemné, vznešené nebo nízké, vzdálené nebo blízké. Pozoruje je a důkladně je zkoumá, a když je důkladně prozkoumá, poznává, že se jeví jako prázdné, nicotné a bez jakéhokoliv já.

Kdo se raduje z tělesnosti, cítění, vnímání, formací a vědomí, ten se raduje z utrpení. A kdo se raduje z utrpení, nedosáhne svobody od utrpení. Tak pravím.

Jak se lze radovat a plesat,

když je tu vše stravováno ohněm vášní?

Obklopeni temnotou, nebudete hledat světlo?

Jen pohled' na tuto nalíčenou loutku,

na toto živořící tělo, jež hromadí neduhy

a je plné tužeb, ačkoli v něm není nic trvalého.

Toto tělo pozná brzy vyčerpanost, je křehké

a hnízdo nemocí; když smrt ukončí jeho život,
rozpadne se v páchnoucí zmet.

Tři varování

Neviděli jste nikdy ženu nebo muže, osmdesát, devadesát nebo sto let staré, slabé, ohnuté jako krov střechy, shrbené k zemi, opřené o berly, vrávorající, vetché, mládí už dávno ztracené, zuby vypadané, vlasy zšedivělé a řídké nebo hlavu zcela holou, vrásčité, s pokřivenými údy? A nepomysleli jste nikdy, že také vy podléháte stárnutí, že také vy tomu nemůžete uniknout?

Neviděli jste nikdy ženu nebo muže, churavé, sklíčené, bolestně nemocné, ležící ve vlastních výkalech, jak jsou zvedáni a ukládáni na lůžko jinými? A nepomysleli jste nikdy, že také vy podléháte nemoci, že také vy tomu nemůžete uniknout?

Neviděli jste nikdy mrtvolu ženy nebo muže dva nebo tři dny po smrti, napuchlou, zmodralou a plnou nečistot? A nepomysleli jste nikdy, že také vy podléháte smrti, že také vy tomu nemůžete uniknout?

Samsára

Nekonečná je samsára, nelze poznat žádný začátek znovuzrození bytostí, které opakovaně kvapí v tomto kruhu poutány zaslepeností a žádostivostí.

Samsára či kolo existence, doslovně “neustálé putování,” je jméno, jež je v páli textech dáno onomu nekonečnému vzdouvání a klesání moře života, které je symbolem nepřetržitého procesu opakovaných zrození, stárnutí, utrpení a umírání. Přesněji řečeno: samsára je nepřetržitý sled kombinací jevů pěti skupin (khandhá), které se stále mění od okamžiku k okamžiku a následují jedna za druhou po nepředstavitelná období. Jeden život představuje pouze nepatrný zlomek této samsáry. Abychom dokázali pochopit První ušlechtilou pravdu, musíme svůj intenzivní pohled zaměřit na samsáru, na celou tuto hrůznou řadu znovuzrození, a ne jen na období jediného životě, který nemusí vždy být příliš bolestný.

Pojem “utrpení” (dukkha) se tedy v této první ušlechtilé pravdě vztahuje nejenom na bolestné tělesné a duševní zkušenosti nepřijemných prožitků, ale zahrnuje všechno, co utrpení způsobuje a co mu podléhá. Pravda utrpení nás učí, že vzhledem k všeplatnému zákonu pomíjivosti dokonce i vysoké a vznešené stavy štěstí ve světě podléhají změně a zkáze, a že všechny stavy existence, jsou tedy neuspokojivé a obsahují – všechny bez výjimky – zárodky utrpení.

Čeho si myslíte, že je více: záplav slz, které jste s pláčem a nářkem prolili na této dlouhé cestě – a když jste se hnali a kvapili tímto koloběhem znovuzrození, spojení s nechtěným a oddělení od žádoucího – anebo vody čtyř oceánů?

Dlouho jste trpěli smrtí otce a matky, synů, dcer, bratrů a sester. A zatímco jste takto trpěli, prolili jste vsutku více slz na této dlouhé cestě, než je vody ve čtyřech oceánech.

Čeho si myslíte, že je více: proudů krve, které jste prolili – když jste byli stínáni – na této dlouhé cestě, anebo vody čtyř oceánů?

Dlouhý čas jste byli chytáni jako lupiči nebo zbojníci nebo cizoložníci, a když jste byli popravováni, protéklo vskutku více krve na této dlouhé cestě, než je vody ve čtyřech oceánech.

Ale jak je to možné?

Nekonečná je samsára, nelze poznat žádný začátek znovuzrozdování bytostí, které opakovaně kvapí v tomto kruhu vázány zaslepeností a žádostivostí.

A tak jste dlouhý čas podléhali utrpení, snášeli mučení, prožívali neštěstí a plnili hřbitovy. Dost dlouho, abyste byli neuspokojeni všemi formami existenci, dost dlouho, abyste se od nich odvrátili, abyste se osvobodili.

Druhá ze Čtyř ušlechtilých pravd: Vznik utrpení

A co je, žáci, ušlechtilá pravda vzniku utrpení?

Ta žádostivost to je, která způsobuje znovuzrozdování. Provázena potěšením a chtíčem, hned tu hned tam nachází rozkoš; totiž coby smyslová žádostivost, žádostivost po rozvíjení bytí a žádostivost po zničení bytí.

Trojí žádostivost

Smyslová žádostivost (káma–tanhá, doslova: “žízeň po smyslnosti”) je touha po požitku z předmětů pěti smyslů.

Žádostivost po existenci (bhava–tanhá) je otuha po neustálém pokračování života nebo po věčnosti. Vztahuje se obzvláště na život ve vyšších světech označených jako jemnomotné a nehmotné bytí (rúpa– a arúpa–bhava). Takováto touha je těsně spjata s takzvanou vírou ve věčnost” (bhava– nebo sassata– ditthi), tedy s klamným názorem, že existuje jakási absolutní, věčná entita já, která přetrvává nezávisle na našem těle.

Žádostivost po nebytí (vibhava–tanhá) je výsledkem “víry ve zničení” (vibhava– či učcheda–ditthi), tedy klamně materialistické představy víceméně reálného já, které je smrtí zničeno, aniž by bylo v jakémkoliv příčinném vztahu se skutečností před smrtí a s dobou po smrti.

Vznik žádostivosti

Kde tato žádostivost, žáci, začíná vznikat a kde se zahnížděna usazuje? Tam, kde je ve světě milé a příjemné, tam tato žádostivost začíná vznikat, tak se zahnížděna usazuje. A co je ve světě milé a příjemné?

Oko, ucho, nos, jazyk, tělo, mysl, tvary, zvuky, pachy, chuti, předměty hmatu a jevy jsou ve světě milé a příjemné, zde tato žádostivost začíná vznikat, zde se zahnížděna usazuje.

Zrakové vědomí, sluchové vědomí, čichové vědomí, chuťové vědomí, hmatové vědomí a myšlenkové vědomí je ve světě milé a příjemné, zde tato žádostivost začíná vznikat, zde se zahnížděna usazuje. A těmto druhům vědomí odpovídající druhy smyslového kontaktu, jim odpovídající citění, vnímání, záměr, touha, myšlenkové pojímání, jemu následující přemýšlení – tyto jsou ve světě milé a příjemné, zde tato žádostivost začíná vznikat, zde se zahnížděna usazuje.

Tomuto se říká ušlechtilá pravda vzniku utrpení.

Závislé vznikání všech jevů

Okem viděný tvar přitahuje, pokud je tento tvar libý, a odpuzuje, pokud je tento tvar nelibý. Sluchem, čichem, chutí, hmatem a myslí vnímané předměty přitahují, pokud jsou libé a odpuzují, pokud jsou nelibé.

Takto prožívá ten, komu chybí všímavost a chápající osvobození myslí, buď přijímá, anebo odmítá, ať už prožívá jakékoliv cítění (védaná), – příjemné nebo nepříjemné nebo neutrální – je tímto cítěním vázán a lne k němu. Tím v něm vzniká poživačnost a žádost (nandí) po cítění. Kde je žádost po cítění, je i lpění (upádána) a lpěním je podmíněn (přítomný) růst bytí (bhava). Na tomto růstu bytí závisle vzniká (budoucí) zrození (džáti). A v závislosti na zrození vzniká stárnutí a smrt (džárá – marana), strast a nářek, bolest, zármutek a zoufalství. Tak vzniká ona celá hromada utrpení.

Tuto krátkou formuli Závislého vznikání (patičča–samuppáda) lze považovat za podrobné vysvětlení druhé ušlechtilé pravdy. Ze dvanácti článků plné formule jsou v předchozím textu uvedeny jen ty, které se vztahují na přítomné závislosti růstu bytí (bhava zde označuje karmický proces kamma–bhava) a jeho budoucí důsledky.

Přítomné důsledky kammy

Kvůli smyslové žádostivosti, na jejím základě a jí vedeni, zcela ovládnutí žádostivostí smyslů bojují králové s králi, vojevůdci s vojevůdci, kněží s kněžími, občané s občany; matka se hádá se synem, syn s matkou, otec se synem, syn s otcem, bratr se hádá s bratrem, bratr se sestrou, sestra s bratrem, přítel s přítelem. Takto v hádce, rozkolu a boji napadají jeden druhého pěstmi, holemi či zbraněmi. A tím podléhají smrti nebo smrtelné bolesti.

A dále, též kvůli smyslové žádostivosti, na jejím základě a jí vedeni, zcela ovládnutí žádostivostí smyslů lidé vnikají do obydlí, loupí, plení, vykrádají celé domy, přepadají a znásilňují. Načež jsou stíháni vladaři a trestáni různými formami násilí. A tím podléhají smrti nebo smrtelné bolesti. V tom spočívají bídné důsledky smyslové žádostivosti, tak vzniká ona celá hromada utrpení v tomto přítomném životě kvůli smyslové žádostivosti, na jejím základě a pod vedením žádostivosti smyslů.

Budoucí důsledky kammy

A dále, též kvůli smyslové žádostivosti, na jejím základě a jí vedeni, zcela ovládnutí žádostivostí smyslů lidé se ubírají špatnou cestou ve skutcích, špatnou cestou ve slovech, špatnou cestou v myšlenkách. A špatná cesta činy, slovy a myšlenkami vede do nízkých stavů bytí, stavů utrpení a zkázy, při rozpadu těla po smrti vede do propasti pekla. V tom spočívají bídné důsledky smyslové žádostivosti, tak vzniká ona celá hromada utrpení v budoucím životě kvůli smyslové žádostivosti, na jejím základě a pod vedením žádostivosti smyslů.

Ani v nekonečném prostoru, ani uprostřed

oceánu, ani uchýlí-li se člověk do horské

jeskyně, nikde v oblasti vesmíru nenajde útulek

před následky svých zlých činů.

Kamma jako záměr

Je to záměr (četaná, akt vůle), co se nazývá “kamma.” A dle záměru jednáme činem těla, řeči, anebo myšlení.

Je to jednání (kamma), které vede k prožívání pekla (niraja–vedanijam), k prožívání zvířeckému (tiračchána–joni–vedanijam), k prožívání příšer (pitti–visaja–vedanijam), k prožívání lidskému (manussa–loka–vedanijam), k prožívání božskému (deva–loka–vedanijam).

Činy mají trojí výsledky (vipáka), které dozrávají buď v tomto přítomném životě, anebo v následujícím životě, anebo v příštích životech.

Dědictví činů (kamma–sakata)

Všechny bytosti jsou vlastníky svých činů, dědici svých činů (kamma, v sanskrtu karma): jejich činy jsou lůnem, z něhož se zrodily, jsou svázány se svými činy a činy jsou jejich útočištěm. Jaké činy vykonají – dobré nebo zlé – takové bude jejich dědictví.

A kdekoliv se tyto bytosti znovuzrodí, tam jejich činy dozrají; a kdekoliv jejich činy dozrají, tam budou sklízet ovoce těchto činů, ať už v tomto životě, anebo v následujícím životě, anebo v některém z příštích životů.

Přijde čas, kdy všechna vodstva vyschnou, zmizí a už nebudou. Přijde čas, kdy mohutnou zemi zničí oheň, zmizí a už nebude. Ale ani to ještě není koncem utrpení pro bytosti, které opakovaně kvapí v tomto kruhu samsáry, na nějž jsou poutány zaslepeností a žádostivostí.

Žádostivost (tanhá) však není tou jedinou příčinou zlých činů – a jimi způsobeného utrpení – v tomto nebo příštím životě; ale kdekoliv je tato žádostivost, tam v závislosti na ní vzniká závist, hněv, nenávisť a mnoho dalších špatných věcí plodících bídu a utrpení. Všechny tyto pohnutky a činy sobecky potvrzující život společně s různými druhy neštěstí, které působí buď nyní anebo v budoucnu, a dokonce všech pět skupin jevů vytvářejících život – to vše má své hlubší kořeny v zaslepenosti a nevědomosti (avidžďzá).

Kamma

Tato druhá ze Čtyř ušlechtilých pravd slouží také vysvětlení příčin zdánlivé nespravedlnosti v přírodě učení, že nic na světě nemůže vzniknout bez důvodu nebo příčiny, a že nejen naše skryté sklony, ale náš celý osud, veškeré blaho a žal, jsou následkem příčin (kamma), které musíme hledat zčásti v tomto životě, zčásti v předcházejících stádiích bytí. Těmito příčinami jsou život potvrzující činy (kamma) těla, řeči a mysli. Je to tedy tato trojí kamma, která určuje povahu a osud všech bytostí. Přesně definováno, “kamma” označuje tyto dobré a zlé volní činy (kusala a akusala četaná) s jim odpovídajícím znovuzrozením. Takže bytí (bhava) – nebo, přesněji řečeno, proces nastávání – sestává z aktivního a podmiňujícího “karmického procesu” (kamma–bhava) a jeho výsledku, “procesu znovuzrození” (upapatti–bhava).

Zde při uvažování o kammě nesmíme ztratit ze zřetele neosobní povahu (anattatá) bytí. V případě bouří hnaného moře to není stále táž vlna, která se žene po hladině oceánu, ale je to stoupání a klesání zcela různých vodních mas. Stejným způsobem by mělo být pochopeno, že nejsou žádné osobní entity, ženoucí se oceánem znovuzrození, ale pouze vlny života, které se – podle své povahy a činů dobrých nebo zlých – projevují tu jako lidé, tam jako zvířata, a někde jinde jako neviditelné bytosti.

Ještě jednou bychom měli zdůraznit, že správně užitý termín “kamma” označuje pouze výše uvedené druhy samotných činů, ale neznamená a nezahrnuje jejich výsledky.

Třetí ze Čtyř ušlechtilých pravd: Konec utrpení

A co je, žáci, ušlechtilá pravda konce utrpení?

Právě této žádostivosti úplné zániknutí ve volnosti; je to nechání, oproštění, osvobození, nezávislost.

Kde však tato žádostivost začíná mizet, kde vykořeněna zaniká? Tam kde je ve světě milé a příjemné, tam tato žádostivost začíná mizet, tak vykořeněna zaniká.

Ať v minulosti, přítomnosti nebo budoucnosti, kdokoliv vidí věci, jež přinášejí potěšení a rozkoš, jako pomíjivé (aničča), podléhající utrpení (dukkha) a bez já (anattá), jako nemoc a hrůzu, ten překonává žádostivost.

Závislé vyhasnutí všech jevů

Právě vyhasnutím žádostivosti (tanhá) a jejím úplným zániknutím ve volnosti (virága) vyhasíná lpění (úpadána); a tímto vyhasnutím lpění vyhasíná proces nastávání (bhava), vyhasnutím tohoto karmického procesu nastávání je znemožněno znovuzrozování; a s vyhasnutím znovuzrozování vyhasíná stárnutí a smrt, strast, nářek, bolest, zármutek a zoufalství. Tak dochází k vyhasnutí veškerého utrpení.

A to je tedy ono vyhasnutí, ustání a překonání tělesnosti, cítění, vnímání, mentálních formací a vědomí, které je vyhasnutím utrpení, ustáním nemoci a překonáním stárnutí a smrti.

Valící se hnutí, které nazýváme vlna – a jež neznalému pozorovateli dává iluzi jedné a téže masy vody pohybující se po hladině jezera, – je vytvářeno a podporováno větrem a udržováno nahromaděnými energiemi. Když ale vítr ustane a žádný nový vítr nebude opět bičovat vodu jezera, ty nahromaděné energie se postupně spotřebují a veškerý vlnivý pohyb ustane. Podobně i oheň, jestliže nedostane nové palivo, po spotřebování veškerého starého paliva zanikne.

A právě tak pokračování pěti skupin procesů (pañča–khandhá) – jež neznalým světským lidem dává iluzi osobní entity, – je vytvářeno a podporováno k životu lnoucí žádostivostí (tanhá) a udržováno po nějakou dobu nahromaděnou životní energií. Když ale palivo (upadána) – tedy žádostivost a lpění na životě – ustane, a jestliže žádná nová žádostivost nerozběhne zase tento proces pěti skupin jevů (khandha), život bude pokračovat tak dlouho, dokud ještě vydrží nahromaděné energie, ale po jejich spotřebování ve smrti dosáhne i tento proces pěti khandhá konečného vyhasnutí.

Takže Nibbána neboli “Vyhasnutí” (v sanskrtu je nirvána odvozováno z předpony nir– a z kořene –vā– znamenajícího “vanutí”) může být posuzována ze dvou hledisek, a to jako:

- “Vyhasnutí nečistot” (kilesa–parinibbána), k němuž dochází při dosažení arahatství či svatosti – což je zpravidla během života – a v suttách je nazýváno sa–upādisesa–nibbána, tedy Nibbána s přetrvávajícím podkladem pěti skupin bytí.
- “Vyhasnutí pěti skupin” (khandha–parinibbána), jež nastává smrtí arahata a v suttách se nazývá an–upādisesa–nibbána, tedy Nibbána bez těchto zůstávajících skupin.

Nibbána

Tento mír je to nejvyšší – je to ustání všech formací, oproštění se od každého podkladu znovuzrovnání; konec žádostivosti, osvobození, vyhasnutí – je to Nibbána.

Posedlý chtivostí, zmítán hněvem a zaslepen nevědomostí, s pobloudilou myslí směřuje člověk ke své vlastní zkáze, ke zkáze druhých, ke zkáze obou, zakouší zármutek a strast. Kdo se ale zbavil chtivosti, nenávisti a nevědomosti, ten nezamýšlí ani svoji vlastní škodu ani škodu druhých ani škodu obou – a nebude tudíž vystaven žádnému výslednému utrpení, žádnému dalšímu zármutku, žádné strasti. Takto je Nibbána zde a nyní viditelná, bezčasová, vlastním vyzkoušením přítomná, cíl znamenající, moudrými osobně přímo prožívaná.

Toto vyhasnutí chtivosti, vyhasnutí nenávisti, vyhasnutí zaslepenosti – to se nazývá Nibbána.

Arahat neboli světec

Pro zcela oproštěného žáka, v jehož srdci je mír, není dalších úkolů, nezbývá už nic, co by měl ještě na cestě vykonat. Jako jednolitou skálou nepohne vítr, tak žádné tvary, zvuky, pachy, chutě, dotyky, žádné žádoucí či nežádoucí jevy nezpůsobí, aby zakolísal. Jasně vidí pomíjivost, neochvějná je však jeho mysl, osvobozená.

Kdo zvažil všechny protiklady světa,
nemůže být už ničím na světě vzrušen,
je v míru, povznesen, prost odporu a přání,
pravím, že přešel za zrození a stárnutí.

To neměnné

Je oblast, žáci, v níž nejsou ani prvky pevnosti, tekutosti, tepla, pohybu, ani prostor, ani vědomí, ani nicota, ani tento svět, ani žádný jiný svět, ani slunce, ani měsíc – taková oblast skutečně je.

Není tam ani přicházení, ani odcházení, ani zůstávání v klidu, ani vznikání, ani umírání. Není tam ani ustání, ani rozvoje, ani předmětu.

Toto je ten úplný konec utrpení.

Pravím, žáci, je Nezrozené, Nevzniklé, Nestvořené, Nezformované. Kdyby nebylo tohoto Nezrozeného, tohoto Nevzniklého, tohoto Nestvořené, tohoto Nezformovaného, nebyl by možný únik ze světa zrozeného, vzniklého, stvořené a zformovaného.

Protože je, žáci, Nezrozené, Nevzniklé, Nestvořené, Nezformované, je tedy možné ze světa zrozeného, vzniklého, stvořené, zformovaného uniknout.

Čtvrtá ze Čtyř ušlechtilých pravd: Stezka vedoucí ke konci utrpení

Dvě krajnosti a střední cesta

Oddávat se smyslovým požitkům je nízké, hrubé, světské, neušlechtilé, neprospěšné. Oddávat se sebetrýznění je bolestné, neušlechtilé, neprospěšné. Oběma těmito krajnostem se vyhýbá střední cesta Dokonalého, která umožňuje pravé vidění i vědění, která vede ke klidu a míru, k moudrému rozlišování, k probuzení, k Nibbáně.

Osm členů stezky

Tato k vyhasnutí utrpení vedoucí Ušlechtilá osmičlenná stezka sestává z následujících členů:

1. Pravé pochopení (sammá–ditthi)	III. Moudrost (pañña)
2. Pravé zamyšlení (sammá – sankappa)	
3. Pravé mluvení (sammá – váčá)	I. Mravnost (síla)
4. Pravé jednání (sammá – kammanta)	
5. Pravá životospráva (sammá– ádžíva)	
6. Pravé úsilí (sammá – vájáma)	II. Meditace (samádhi)
7. Pravá všímavost (sammá – sati)	
8. Pravé soustředění (sammá – samádhi)	

Toto je střední cesta nalezená Dokonalým, cesta, která vede ke klidu a míru, k moudrému rozlišování, k probuzení, k Nibbáně.

Ušlechtilá osmičlenná stezka (arija–atthangika–magga)

Obrazné označení “cesta” (patipadá) nebo “stezka” (magga) vede někdy k tomu nedorozumění, že by se v praxi měly cvičit jednotlivé členy této cesty jeden po druhém tak, jak jsou seřazeny. Jako by pravé pochopení, tedy plné proniknutí pravdy, mělo být uskutečněno nejdříve, ještě předtím, než by směl člověk pomyslet na rozvíjení pravého smýšlení nebo užití pravého mluvení, atd. Ve skutečnosti musí být jako první zdokonaleny ty tři členy (3. – 5.), které tvoří oddíl “mravnosti” (síla); potom je nutno věnovat pozornost systematickému trénování mysli cvičením tří členů (6. – 8.), které patří do oddílu “meditace” (samádhi); teprve takto připravená povaha a mysl člověka je schopna dosáhnout dokonalosti prvních dvou členů (1. – 2.) představujících oddíl “moudrosti” (pañña).

Jisté minimum pravého pochopení je však nezbytné skutečně už na samém začátku, neboť jisté pochopení faktů utrpení je nutné, aby poskytlo přesvědčivé důvody a motivaci pro pilné cvičení cesty. Jistá míra pravého pochopení je nutná také pro uskutečnění dalších členů cesty takovým způsobem, aby se rozumně a účinně projevil jejich jednotlivé funkce při společném úkolu osvobození. Proto a pro zdůraznění důležitosti pravého pochopení bylo dáno tomuto členu první místo v Ušlechtilé osmičlenné stezce.

Již toto počáteční pochopení Dhammy (Buddhovy osvobozující nauky) musí být s pomocí ostatních členů stezky postupně rozvíjeno tak, aby byla nakonec získána ta nejvyšší jasnost vhledu (vipassaná), která je bezprostřední podmínkou pro dosažení čtyř stupňů svatosti a prožití Nibbány. Právě pochopení je proto počátkem právě tak jako vyvrcholením Ušlechtilé osmičlenné stezky.

Prosta utrpení je tato cesta, je nenásilná, bez potlačování a bez sténání, je to dokonalá cesta.

Jen toto je pravá stezka, není jiné,

jež by vedla nezkalenému vhledu.

Vstupte na ni a uniknete smrti.

Vstoupíte-li na tuto stezku, učiníte konec

utrpení. Tuto stezku jsem počal hlásat,

když jsem poznal jak odstranit trn utrpení.

Vy sami musíte vyvinout úsilí, Dokonalí jsou

jen učiteli. Ti, kdož se oddají meditaci,

osvobodí se z pout smrti.

Slyšte pozorně žáci: Nesmrtelnost je dosažitelná! Učím Dhammu, dávám praktické pokyny. Postupujte tedy podle těchto pokynů! A uskutečňte ten nejvyšší cíl svatého života, cíl, pro který odcházejí z domova do bezdomoví synové z těch nejlepších rodin. Osvojte si ten nejvyšší cíl již v tomto životě, přímým poznáním ho uskutečňte, dosáhněte ho a spočívejte v něm!

První člen stezky: Právě pochopení (sammá-ditthi)

Co tedy je Právě pochopení?

Znalost (ñána) Čtyř ušlechtilých pravd

1. Znat utrpení, 2. znát původ utrpení, 3. znát konec utrpení, 4. znát cestu vedoucí ke konci utrpení – to se nazývá Právě pochopení.

Znalost blahodárného a zhoubného

Když ušlechtilý žák pozná, co je blahodárné a je kořenem prospěšné kammy, když pozná, co je zhoubné a je kořenem neprospěšné kammy, tak má Právě pochopení.

A co je zhoubné (akusala), co je kořenem neprospěšné kammy?

1. Ničení živých bytostí je zhoubné.

činy tělem (*kája-kamma*)

2. Kradení je zhoubné.
3. Nestřídmá smyslnost je zhoubná.
4. Lhaní je zhoubné. činy mluvou (*vačī-kamma*)
5. Pomlouvání je zhoubné.
6. Hrubá mluva je zhoubná.
7. Pošetilá mluva je zhoubná.
8. Chamtivost je zhoubná. činnost mysli (*mano-kamma*)
9. Zlovůle je zhoubná.
10. Bludné názory jsou zhoubné.

Toto je deset druhů zhoubného způsobu jednání (*akusala-kamma-patha*).

A které jsou tedy kořeny neprospěšné kammy? Chtivost (*lobha*) je kořenem neprospěšné kammy, nenávist (*dosa*) je kořenem neprospěšné kammy a zaslepenost (*moha*) je kořenem neprospěšné kammy. Proto říkám že tyto neprospěšné činy jsou tří druhů: způsobené chtivostí nebo způsobené nenávistí nebo způsobené zaslepeností.

Za zhoubný (*akusala*) je považován každý volný čin těla, mluvy nebo mysli, který koření v chtivosti, nenávisti nebo zaslepenosti. Je považován za *akusala*, tedy neprospěšný či neobratný, protože působí zlo a má bolestné následky v této nebo některé budoucí existenci. Stav vůle či záměru je skutečně to, co platí jako čin (*kamma*). Může se projevit jako čin těla nebo mluvy; když se projevuje navenek, označuje se jako činnost mysli.

Stav chtivosti (*lobha*), jakož i stav nenávisti (*dosa*), je vždy spojen s nevědomostí (či zaslepeností, *moha*), která je prvotním kořenem všeho zla. Chtivost a nenávist však nemohou spoluexistovat v jednom a témže okamžiku vědomí.

A co je blahodárné (*kusala*)?

1. Neubližovat je blahodárné. činy tělem (*kája-kammaú*)
2. Nekrást je blahodárné.
3. Střídmost je blahodárná.
4. Nelhat je blahodárné. činy mluvou (*vačī-kamma*)
5. Nepomlouvat je blahodárné.
6. Mluvit vlídně je blahodárné.
7. Mluvit spolehlivě je blahodárné.
8. Nelakomost je blahodárná. činnost mysli (*mano-kamma*)
9. Smířlivost je blahodárná.
10. Právě pochopení je blahodárné.

Toto je deset druhů blahodárného způsobu jednání (*kusala-kamma-patha*).

A které jsou tedy kořeny prospěšné kammy? Štědrost (*a-lobha* = nesobeckost) je kořenem prospěšné kammy, laskavost (*a-dosa* = dobrotivost) je kořenem prospěšné kammy, nepřítomnost zaslepenosti (*a-moha* = moudrost) je kořenem prospěšné kammy.

Poznání tří charakteristik (*ti-lakkhana*)

Kdo chápe, že tělesnost, cítění, vnímání, mentální formace a vědomí jsou pomíjivé (podrobeny utrpení a bez jakéhokoliv já), ten má též Právě pochopení.

Neužitečné otázky

Kdyby někdo prohlašoval, že si nepřeje vést svatý život pod vedením Vzneseného, dokud mu Vznesený nezodpoví: zda je svět věčný nebo dočasný, konečný nebo nekonečný; zda životní princip je totožný s tělem nebo je něco odlišného; zda Dokonalý pokračuje po smrti atd. – takový člověk by zemřel dříve, než by mu Dokonalý toto všechno mohl říci.

Podobně jako kdyby byl někdo zasažen otráveným šípem a jeho přátelé, společníci nebo příbuzní by poslali pro chirurga, avšak tento člověk by prohlásil: “Nenechám si ten šíp vytáhnout, dokud se nedozvím, kdo je ten muž, který mne zranil: zda je to šlechtic, kněz, obchodník nebo sluha, jaké je jeho jméno a z jaké rodiny pochází, zda je vysoký nebo malý nebo prostřední postavy.” Takový člověk by určitě zemřel dříve, než by mohl všechny tyto věci zjistit.

Kdo skutečně své štěstí hledá,

ten sám z rány si šíp tahá

ten šíp nářku, bolesti a smutku.

Ať už jsou či nejsou názory a teorie, že svět je buď věčný anebo dočasný, konečný nebo nekonečný... – avšak určité je zrození, je stárnutí, je smrt, určité je strast a nářek, bolest, žal a zoufalství, jejichž překonání již v tomto životě učím.

Pět pout (samjodžana)

Představme si, jak je tomu u nepoučeného světského člověka, který nemá úctu ke světcům, nezná jistotu učení svatých a není cvičen v ušlechtilé nauce Dhammy. Jeho mysl je posedlá a ujařmena (1.) klamem já, jeho srdce je zmítáno (2.) pochybovačností, je omezen (3.) lpěním na pravidlech a prázdných obřadech, je poután (4.) žádostí smyslů a (5.) zlovůlí – a ve skutečnosti neví, jak se z toho všeho vyprostit.

Klam já (sakkája-ditthi) se může projevit jako: 1. eternalismus (bhava – nebo sassata-ditthi, “víra ve věčnost”), tedy víra, že vlastní ego, jakási instance já nebo duše existuje nezávisle na materiálním těle a pokračuje dokonce i po rozložení těla. 2. anihicionismus (bhava- nebo učcheda-ditthi, víra v úplné zničení”), tedy materialistická víra, že tento přítomný život konstituuje vlastní ego, které je zcela zničeno při smrti hmotného těla.

Nemoudré uvážení (ajoniso manasikára)

Kdo ale nezná jevy hodné pozornosti a uvážení, uvažuje o tom, co si nezasluhuje pozornost, a nikoliv o tom, co je hodno uvážení. A tak nemoudře uvažuje takto: “Byl jsem v minulosti? Nebo jsem nebyl v minulosti? Co jsem byl v minulosti? Jak jsem existoval v minulosti? Z jakého stavu do jakého jiného stavu jsem se změnil v minulosti? Budu v budoucnosti? Nebo nebudu v budoucnosti? Co budu v budoucnosti? Jak budu existovat v budoucnosti?” A taktéž přítomnost ho naplňuje pochybnostmi: “Jsem? Nebo nejsem? Co jsem? Jak vůbec jsem? Odkud pochází tato bytost? A kam půjde?”

Šest názorů o já (attá-ditthi)

A s takovýmto nemoudrým uvažováním přijímá ten či onen ze šesti názorů, který se pak stává jeho přesvědčením a pevnou vírou: “Mám já” nebo “Nemám já” nebo “Tímto já vnímám já”

nebo “Tím, co není já, vnímám já” nebo “Tímto já vnímám to, co není já” nebo přijímá následující názor: “Toto mé vlastní já, které myslí a cítí a které zde či onde zakouší ovoce dobrých nebo zlých činů – toto mé vlastní já je trvalé, stálé, věčné, nepodléhá změně a zůstane navěky stejné.”

Kdyby skutečně existovalo nějaké já, existovalo by též něco, co patří tomuto já. Ve skutečnosti však nemůže být nalezeno ani žádné já, ani nic, co by patřilo tomuto já.

“To je svět, to jsem já; já budu po smrti stálý, trvajícím a věčný” – může být takový názor ve skutečnosti něčím jiným, než naukou úplných bláznů?

Toto vše jsou pouze neskutečné názory, splet' názorů, divadélko názorů, síť' názorů, léčka názorů.

Tak tedy nepoučený a nevědomý světský člověk, který je chycen pouty těchto názorů, se neosvobodí od znovuzrození, od stárnutí a smrti, nezbaví se strasti a nářku, bolesti, žalu a zoufalství; neunikne utrpení.

Moudré uvážení (joniso manasikára)

Avšak poučený ušlechtilý žák, jenž má úctu k světcům, zná učení vznešených a je dobře cvičen v ušlechtilé nauce Dhammy, ten chápe, co je hodno pozornosti a uvážení, jakož i co pozornosti hodno není. A tak uvažuje o tom, co si zasluhuje pozornost, co je hodno uvážení, a nikoliv o tom, co uvažování hodno není.

Co je utrpení, to s důkladnou pozorností moudře uvažuje; co je původ utrpení, to s důkladnou pozorností moudře uvažuje; co je vyhasnutí utrpení, to s důkladnou pozorností moudře uvažuje; co je cesta vedoucí k vyhasnutí utrpení, to s důkladnou pozorností moudře uvažuje.

Sotápanna neboli “Ten, který vstoupil do proudu”

A takovýmto moudrým uvažováním jsou překonána tři pouta: klam já, pochybovačnost a lpění na pravidlech a obřadech.

Ti žáci, kteří tato tři pouta překonali, všichni “vstoupili do proudu,” který směřuje k úplnému probuzení.

Více než všechna světská moc, více než všechny

nebeské radosti, lepší než ovládat celý vesmír

jsou plody tohoto Vstoupení do proudu.

Deset pout (samjodžana)

Je deset pout, jimiž jsou bytosti připoutány ke kolu existence (samsára). Jsou to: 1. klam já (sakkája–ditthi), 2. pochybovačnost (vičikičchá), 3. ulpívání na pravidlech a obřadech (sílabbata–parámása), 4. žádost smyslů (káma–rága), 5. zlovůle (vjápáda), 6. žádost po jemnohmotné existenci (rúpa–rága), 7. žádost po nehmotné existenci (arúpa–rága), 8. domýšlivost (mána), 9. nepokoj (uddhačča), 10. nevědomost (avidžžá).

Ušlechtilí (arija–puggala)

Ten, kdo je osvobozen od prvních tří pout, je nazýván “Ten, který vstoupil do proudu” (sotápanna), tj. do proudu vedoucího k Nibbáně. Má neofesitelnou důvěru v Buddhu, v nauku (Dhamma) a obec (Sangha) a je neschopen jednat proti Pěti etickým pravidlům (Pañča-síla). Bude znovuzrozen nejvýše sedmkrát, ale nikdy ve stavu nižším, než je lidský svět.

Kdo oslabí neboli částečně překoná čtvrté a páté pouto v jejich hrubších formách, je nazýván sakadágámí, doslova “Ten, který se ještě jednou vrátí,” bude tedy už jen jednou znovuzrozen ve sféře smyslů (káma-loka) a poté dosáhne Svatosti.

Anágámí, doslova “Ten, který se už nevrátí,” je úplně zproštěn prvních pěti pout, jež vážou k znovuzrovnání ve sféře smyslů. Po smrti bude znovuzrozen v jemnomotné sféře (rúpa-loka), kde pak dosáhne cíle.

Arahat, dokonale “Svatý,” je osvobozen od všech deseti pout.

Každý ze zmíněných čtyř stupňů svatosti se skládá ze stezky (magga) a jejího plodu (phala), například ze “stezky vstupu do proudu” (sotápatti – magga) a “plodu vstupu do proudu” (sotápatti-phala). Podle toho existuje tedy osm typů a čtyři páry ušlechtilých osob (arija – puggala), jež dosáhly stupně svatosti. Přitom “stezka” spočívá v jednom jediném okamžiku vstoupení do příslušného stupně. “Plodem” jsou míněny ty okamžiky vědomí, které následují okamžitě jako výsledek stezky, a které se, za jistých okolností, mohou opakovat nesčetněkrát během života.

A proto říkám, že jsou dva druhy Pravého pochopení:

Světské a nadsvětské Pravé pochopení

Co je světské Pravé pochopení (lokiya-sammá-ditthi)? Pochopení, že almužny, oběti a dary nejsou zbytečné, že jsou plody a výsledky dobrých a zlých činů, že existuje život jak v tomto světě, tak v následujícím světě, že otec a matka, jakož i bytosti spontánně zrozené (v nebeských světech) nejsou pouhá slova, že jsou na světě mniši a kněží, kteří jsou bez poskvrny, jakož i ti, kdo mohou vysvětlit tento život a život příští, protože je přímo znají – to je světské Pravé pochopení, které poskytuje světské plody a přináší dobré následky.

Co je nadsvětské Pravé pochopení (lokuttara-sammá – ditthi)? Všechny při pěstování ušlechtilé stezky vzniklá moudrost, schopnost moudrého usměrňování mysli, rozlišování jevů na stezce (sotápanny, sakadágámího, anágámího nebo arahata), tedy veškeré Pravé pochopení, jež vzniká v mysli odvrácené od světa a spojené se stezkou – to je nadsvětské Pravé pochopení, které není z tohoto světa, ale je částí nadsvětské stezky.

Rozlišují se tedy dva druhy osmičlenné stezky: 1. Světská (lokija) stezka, na níž se cvičí světské osoby (puthudždžana), tedy všichni ti, kdo ještě nedosáhli prvního stupně svatosti. 2. Nadsvětská (lokuttara) stezka, uskutečňovaná ušlechtilými osobami (arija-puggala).

Spojení s ostatními členy stezky

Kdo poznává špatné pochopení jako špatné a pravé pochopení jako pravé, ten uskutečňuje Pravé pochopení (1. člen stezky), a když vynakládá úsilí k překonání špatného pochopení a k uskutečnění pravého pochopení, uskutečňuje Pravé úsilí (6. člen stezky), a když všímavě překonává špatné pochopení a všímavě spočívá v pravém pochopení, tak cvičí Pravou všímavost (7. člen stezky). Tak se tedy tři věci vzájemně doprovázejí a následují: Pravé pochopení, Pravé úsilí a Pravá všímavost.

Osvobozen od všech teorií

Kdyby někdo položil otázku, zda vůbec připouštím nějakou teorii, mělo by se mu odpovědět takto: Dokonalý je oproštěn od jakékoliv teorie, protože Dokonalý pochopil, co je tělesnost, jak vzniká a zaniká. Pochopil, co je cítění, jak vzniká a zaniká. Pochopil, co je vnímání, jak vzniká a zaniká. Pochopil, co jsou mentální formace, jak vznikají a zanikají. Pochopil, co je vědomí, jak vzniká a zaniká. Proto říkám, že Dokonalý získal úplné osvobození vyhasnutím, vyvanutím, zmizením, zavržením a zbavením se všech názorů a mínění, všech sklonů vytvářejících mínění jakéhosi “já” či “moje.”

Tři charakteristiky

Ať už se Dokonalí (Buddhové) ve světě objeví nebo neobjeví, jedna vlastnost jevů, jedna neměnná skutečnost zůstává a pevný zákon platí: všechny formace jsou pomíjivé (aničča), všechny formace jsou podrobeny utrpení (dukkha), všechno je bez já (an–attá).

V jazyce páli: sabbe sankhára aniččá, sabbe sankhára dukkhá, sabbe dhammá anattá. Slovo sankhárá (formace) zde shrnuje všechny věci, které jsou podmíněné či “vytvořené skutečnosti” (sankhata–dhammá), tedy všechny možné tělesné a mentální složky existence. Slovo dhammá (množné číslo, proto – á) má však jen širší použití a je vlastně všezahrnující, protože v sobě zahrnuje i ono takzvané Nepodmíněné (asankhata, nevytvořené) tedy Nibbánu. Z tohoto důvodu by bylo nesprávné říci, že všechny dhammy jsou pomíjivé a podrobeny změně, protože Nibbána je dhamma trvalá a osvobozená od jakékoliv změny. Ze stejného důvodu je správné říci, že nejenom všechny sankháry (= sankhata–dhammá), ale všechny dhammy, včetně asankhata–dhamma, jsou bez já (an–attá).

Tělesný jev, cítění, vnímání, mentální formaci nebo vědomí, jež by bylo trvalé a stálé, věčné a nepodrobeno změně – takovou věc žádný moudrý v tomto světě nevidí; a já také říkám, že není žádná taková věc.

A je nemožné, aby nějaká bytost, která má Pravé pochopení, mohla něco považovat za já.

Názory a diskuse o já

A tak kdyby kdokoliv řekl, že cítění je jeho já, mělo by se mu odpovědět takto: “Existují tři druhy cítění, příjemné, bolestné a neutrální. Které z těchto tří cítění považuješ za své já?” Protože v okamžiku zakoušení jednoho z nich není možné zakoušet ty druhé. Tyto tři druhy cítění jsou nestálé, vznikají podmíněně, jsou podrobeny stárnutí a rozplynutí, ustání a vyhasnutí. Kdokoliv při cítění jednoho z těchto tří druhů myslí, že toto je jeho já, bude muset po ustání tohoto cítění připustit, že jeho já se rozpadlo. Bude tedy považovat své já již v tomto přítomném životě za pomíjivé, smíšené s potěšením a bolestí, podrobené vzniku a zániku.

Kdyby kdokoliv řekl, že cítění není jeho já, a že jeho já je nepřístupné cítění, mělo by se mu odpovědět takto: “Nuže, je možné říci ‘Toto jsem já tam, kde nic necítím?’” Nebo kdyby někdo jiný řekl: “Cítění sice není moje já, ale není pravda, že moje já je nepřístupné cítění, protože je to moje já, jež cítí, mé já je moje schopnost cítění.” Tomu by se mělo odpovědět takto: “A kdyby cítění úplně vyhaslo a zmizelo, bylo by možné říci ‘Toto jsem já po vyhasnutí cítění?’”

Říci, že mysl nebo předměty mysli nebo vědomí mysli ustavují já, je nepodložené tvrzení. Protože i zde je vidět vznikání a zanikání; kdo vidí vznikání a zanikání těchto jevů, musí dojít k závěru, že jeho já vzniká a zaniká.

Bylo by lépe pro nepoučeného světského člověka, kdyby považoval za své já své tělo, vybudované ze čtyř prvků, spíše nežli svoji mysl. Protože je naprosto zřejmé, že toto tělo může trvat rok, dva, tři, pět nebo deset let nebo sto let a více, avšak to, co se nazývá myšlení nebo mysl nebo vědomí, nepřetržitě dnem i nocí vyvstává jako jedna věc a odchází jako jiná věc.

Veškeré jevy tělesnosti, cítění, vnímání, mentálních formací nebo vědomí, ať už minulé, přítomné nebo budoucí, vlastní nebo vnější, hrubé nebo jemné, vznešené nebo nízké, vzdálené nebo blízké, by tedy měly být pochopeny v souladu se skutečností a pravou moudrostí: “Toto nepatří mně; toto nejsem já; toto není mé já.”

Za účelem zdůraznění neosobnosti a naprosté prázdnoty veškeré existence jsou ve Visuddhi Magga (XVI.kapitola) citovány následující verše:

Utrpení je, ale není žádný trpící,

čin není konán žádným činitelem,

Nibbána je, bez osoby do ní vstupující,

stezka je, ale poutníka nenaleznem.

Minulé, přítomné a budoucí

Kdyby se někdo ptal: “Existovali jste v minulosti, a je nepravdivé tvrdit, že jste neexistovali? Budete existovat v budoucnosti a je nepravdivé tvrzení, že nebudete existovat? Existujete nyní, a je nepravdivé tvrzení, že neexistujete?” – můžete odpovědět, že jste existovali v minulosti a je nepravdivé tvrdit, že jste neexistovali; že budete existovat v budoucnosti a je nepravdivé tvrdit, že nebudete existovat; že existujete a je nepravdivé tvrdit, že neexistujete.

V minulosti pouze minulé existence byla skutečná, ale neskutečná byla v onom momentě budoucí i současná existence. V budoucnosti pouze budoucí existence bude skutečná, ale neskutečná bude v onom momentě minulé i současná existence. A nyní pouze přítomná existence je skutečná, ale neskutečná je v tomto daném momentě minulé i budoucí existence.

Kdo ve skutečnosti vidí Závislé vznikání (patičča–samuppáda), vidí pravdu, a kdo vidí pravdu, ten vidí Závislé vznikání.

Je tomu, žáci, právě tak, jako v následujícím přirovnání: z krávy pochází mléko, z mléka smetana, ze smetany máslo, z másla ghí (přepuštěné máslo), z ghí pochoutková pěna; a v daném momentě se mléko nepovažuje za smetanu nebo máslo nebo ghí nebo pochoutkovou pěnu, ale pouze za mléko, a když je to máslo, je to považováno za máslo.... – a právě tak byla moje minulé existence v onom momentě skutečná, ale neskutečná byla budoucí a nyní přítomná existence; moje budoucí existence bude skutečná, ale neskutečná bude minulé a nyní přítomná existence; v tomto daném momentě je moje přítomná existence skutečná, ale neskutečná je minulé a budoucí existence. Toto vše jsou však pouze běžná označení a výrazy, pouhé konvenční řeči, pouhé pojmy. Dokonalý je užívá, aniž by na nich lpěl.

Kdo nechápe tělesnost, cítění, vnímání, mentální formace a vědomí ve shodě se skutečností (tedy jako prázdne jakéhokoliv já, bez osobnosti) a nechápe jejich vznikání, jejich zanikání a

cestu k jejich ustání, ten má sklon věřit, že Dokonalý pokračuje po smrti, anebo že nepokračuje po smrti... a tak podobně.

Dvě krajnosti (víra v úplné zničení a víra ve věčnost) a nauka středu

Drží-li se někdo názoru, že životní princip (džíva) je totožný s tělem, tak pro něj svatý život skutečně není možný; anebo drží-li se názoru, že životní princip je nemožný; anebo drží-li se názoru, že životní princip je něco zcela odlišného od těla, ani v tomto případě svatý život není možný. Těmto dvěma krajnostem se Dokonalý vyhnul a vyložil Dhammu, nauku středu, která říká:

Závislé vznikání (Patičča–samuppáda)

Na nevědomosti (avidžždžá) závisí vznik kammických formací (sankhárá). Na kammických formacích závisí vědomí (viññána; počíná vědomím znovuzrození v lůně). – Na vědomí závisí mysl a tělo (náma – rúpa). – Ny masli a tělu závisí šest smyslových základů (sal–ájataná). – Na šesti smyslových základnách závisí smyslový kontakt (phassa). – Na smyslovém kontaktu závisí cítění (vedaná). – Na cítění závisí žádost (tanhá). – Na žádosti závisí lpění (upádána). – Na lpění závisí nastávání (bhava). – Na nastávání (zde: kamma–bhava neboli kammický proces) závisí znovuzrození (džáti). – Na znovuzrození závisí stárnutí a smrt (džará – marana), strast, nárek, bolest, žal a zoufalství. Tak vzniká veškeré utrpení. Toto je nazýváno Ušlechtilá pravda o vzniku utrpení.

K tomu jsou ve Visuddhi Magga (kapitola XIX.) citovány verše:

Žádný Brahma a žádný bůh není tvůrcem

tohoto koloběhu života a smrti,

jen prázdné jevy tu pokračují,

závislé na hromadění podmínek.

Avšak žák, když překonává nevědomost (avidžždžá) a získává moudrost, nehromadí ani záslužné, ani nezáslužné, ani klidné kammické formace.

Pojem sankhárá byl zde přeložen jako kammické formace, protože v kontextu Závislého vznikání označuje kammicky prospěšné a neprospěšné záměry (četaná), či volní činnosti, stručně řečeno kammu. Trojí dělení podané v předchozím odstavci zahrnuje kammickou činnost ve všech sférách existence nebo rovinách vědomí. Záslužné kammické formace zasahují i do jemnohmotné sféry (rúpávačara), zatímco klidné kammické formace (áneñdža–abhi–sankhárá) se vztahují pouze k nehmotné sféře (arúpávačara).

Tak úplným vyhasnutím a zánikem nevědomosti zanikají kammické formace. – Zánikem kammických formací zaniká vědomí. – Zánikem vědomí zaniká mysl a tělo. – Zánikem myslí a těla zaniká šest smyslových základů. – Zánikem šesti smyslových základů zaniká smyslový kontakt. – Zánikem smyslového kontaktu zaniká cítění. – Zánikem cítění zaniká žádost. – Zánikem žádosti zaniká lpění. – Zánikem lpění zaniká nastávání. – Zánikem tohoto nastávání zaniká znovuzrození. – Zánikem znovuzrození zaniká stárnutí a smrt, strast, nárek, bolest, žal a zoufalství. Tak zaniká veškeré utrpení. Toto je nazýváno Ušlechtilá pravda zániku utrpení.

Kamma působící znovuzrození

Protože bytosti, které jsou zaslepeny nevědomostí (avidžždžá) a chyceny v osidlech žádosti (tanhá), tu i onde usilují o stále nová potěšení, proto nastávají stále nová znovuzrození.

A čin (kamma), který byl vykonán z chtivosti, nenávisti a zaslepenosti (lobha, dosa, moha), čin, který z nich pramení, má v nich svůj kořen a počátek – tento čin dozrává tam, kde jsme znovuzrozeni; a kdekoliv tento čin dozrává, tam zakoušíme plody tohoto činu, ať už to je v tomto životě nebo v příštím nebo v některém budoucím životě.

Ustání kammy

Avšak vyhasnutím nevědomosti, vyvstáním moudrosti, zánikem žízně je způsobeno, že už žádné budoucí znovuzrození nenastane.

Protože činy, které nebyly vykonány z chtivosti, nenávisti a zaslepenosti, činy, které z nich nepramení, které v nich nemají svůj kořen a počátek – takové činy jsou, pro nepřítomnost chtivosti, nenávisti a zaslepenosti, oproštěny a vykořeněny, tak jako palma, vytržená z půdy, je zničena a neschopna se znovu ujmout.

Z tohoto hlediska někdo o mně může zcela správně říci, že učím zničení, že předkládám svou nauku za účelem zničení, že v tom cvičím své žáky – neboť já zničení učím, a to zničení chtivosti, nenávisti a zaslepenosti, jakož i zničení nezčetných forem zla a věcí neprospěšných.

Patičča–samuppáda, neboli Závislé vznikání, je nauka o podmíněnosti všech tělesných a mentálních jevů, nauka, která společně s naukou ne–já (anattá) tvoří nevyhnutelnou podmínku pro skutečné pochopení a uskutečnění Buddhova učení. Tato nauka ukazuje, že různé tělesné a mentální životní procesy, konvenčně nazývané osobnost, člověk, živočich atd., nejsou pouze hrou slepé náhody, ale jsou výsledkem jistých příčin a podmínek. Především ale Patičča–samuppáda vysvětluje, jak je vznikání znovuzrození a utrpení závislé na podmínkách; v druhé části pak ukazuje, jak odstraněním těchto podmínek veškeré utrpení nutně zmizí. Patičča–samuppáda tedy slouží k osvětlení druhé a třetí Ušlechtilé pravdy, a to tím, že je vysvětluje od jejich samých základů a dává jim pevnou filozofickou formu.

Diagram znázorňuje, jak se dvanáct členů formule Závislého vznikání vztahuje na tři po sobě následující existence: minulou, přítomnou a budoucí.

Členy 1–2 společně s členy 8–10 představují proces kammy, který obsahuje pět kammických příčin znovuzrození.

Členy 3–7 společně s členy 11–12 představují proces znovuzrození, který obsahuje pět kammických výsledků.

minulá existence	1. nevědomost (avidžždžá)	kammický proces (kamma–bhava); pět příčin: 1.,2.,8.,9,10
	2. kammické formace (sankhárá)	
přítomná existence	3. vědomí (viññána)	proces znovuzrození (uppatti–bhava) pět výsledků: 3.,4.,5.,6.,7.
	4. mysl a tělo (náma–rúpa)	
	5. šest základem (sal – ájatana)	
	6. smyslový kontakt (phassa)	
	7. cítění (vedaná)	
	8. žádost (tanhá)	
		kammický proces (kamma–

	9. Ipění (upádána)	bhava)
	10. nastávání (bhava)	
budoucí existence	11. (znovu)zrození (džáti)	pět příčin: 1.,2.,8.,9.,10. proces znovuzrození (uppatti–bhava); pět výsledků:3,4,5,6,7
	12. stárnutí a smrt (džárá–marana)	

Visuddhi Magga (kapitola XVII) cituje k tomu následující verše z Patisambhidámagy:

Patero příčin bylo v minulosti,

patero plodů sklízíme v tomto životě.

Patero příčin nyní tvoříme,

patero plodů sklídíme v budoucím životě.

Druhý člen stezky: Pravé zamýšlení (sammá–sankappa)

Co tedy je Pravé zamýšlení?

1. Zamýšlení oproštěné od chťiče (nakkhamma–sankappa), 2. zamýšlení oproštěné od zlovůle (avjápada – sankappa), 3. zamýšlení oproštěné od krutosti (avihimsá–sankappa).

Toto se nazývá Pravé zamýšlení.

A Pravé zamýšlení je dvou druhů:

Světské a nadsvětské Pravé zamýšlení

- Zamýšlení, jež podléhá světským vlivům, ale je prosté chťiče, zlovůle a krutosti – to je světské Pravé zamýšlení (lokija–sammá–sankappa), které nese světské plody a přináší dobré výsledky.
- Jakékoliv ušlechtilé myšlení, myšlenkové pojmání, zamýšlení, úmysl, rozvažování, rozhodnutí a zaměření mysli – veškeré takovéto slovní činnosti mysli (vačí–sankhára), při nichž je mysl odvrácena od světa a spojena se stezkou – to je nadsvětské Pravé zamýšlení (lokuttara–sammá–sankappa), které není z tohoto světa, ale je částí nadsvětské stezky.

Spojení s ostatními členy stezky

Kdo poznává špatné zamýšlení jako špatné a pravé zamýšlení jako pravé, ten uskutečňuje Pravé pochopení (1. člen stezky), a když vynakládá úsilí k překonání špatného zamýšlení a k uskutečnění pravého zamýšlení, uskutečňuje Pravé úsilí (6. člen stezky), a když všímavě překonává špatné zamýšlení a všímavě spočívá v pravém zamýšlení, tak cvičí Pravou

všímavost (7. člen stezky). Tak tedy jsou tři věci, které doprovázejí a následují Pravé zamýšlení, jsou to: Pravé pochopení, Pravé úsilí a Pravá všímavost.

Pojem sankappa lze překládat jako zamýšlení, rozhodnutí nebo smýšlení, které spočívá v uvědoměném postoji myslí a je rozhodující pro způsob myšlení, mluvení a jednání.

Pro metodický rozvoj Pravého zamýšlení se používají různá cvičení moudrého uvažování (joniso–manasikára) a meditace, například pěstování takzvaného vznešeného dlení (brahma–vihára–bháváná) v dobrotivosti (mettá), soucitu (karuná), sdílené radosti (muditá) a vyrovnanosti (upekkhá). Při meditaci brahma–vihára se postupuje ve třech stupních: 1. rozvíjení záměru činit dobré (kusala–katu–kamjatá–čhanda), 2. překonání pěti překážek (nívarana) znemožňujících dosáhnout pohroužení a 3. rozvoj plného soustředění (appaná–samádhi – viz vysvětlení 8. členu stezky).

Postupy moudrého uvažování (joniso–manasikára) a meditace vznešeného dlení (brahma–vihára–bháváná) podrobně vysvětluje M. Frýba: *Umění žít šťastně – Buddhova Abhidhamma v praxi meditace a zvládnání života* (Argo, Praha 2003).

Třetí člen stezky: Pravé mluvení (sammá–váčá)

Co tedy je Pravé mluvení?

1. Zdržování se lhaní, 2. zdržování se pomlouvání, 3. zdržovat se hrubé řeči, 4. zdržovat se planého hovoru – to se nazývá Pravé mluvení.

Zdržení se lhaní

Kdo se zdržuje lhaní, vyhýbá se mu a zcela se ho zdrží, ten hovoří pravdu, je oddán pravdě, je spolehlivý, hoden důvěry a nezavádí lidi. Jestliže je na nějakém setkání nebo mezi lidmi nebo uprostřed svých příbuzných nebo ve společnosti nebo v královském paláci a je vyzván adotazován jako svědek, aby řekl, co ví, tak pravdivě odpoví. Když neví nic, řekne “Nevím nic,” a jestliže ví, odpoví “Vím”; jestliže neviděl nic, odpoví “Neviděl jsem nic,” a jestliže viděl, odpoví “Viděl jsem.” Nikdy tedy vědomě neřekne lež, ani pro svůj vlastní prospěch, ani kvůli prospěchu jiné osoby, ani kvůli jakémukoliv jinému prospěchu.

Zdržení se pomlouvání

Kdo se zdržuje pomlouvání, vyhýbá se mu a zcela se ho zdrží. Co slyšel zde, neopakuje jinde a nezapříčiní neshodu; a co slyšel tam, neopakuje zde a nazapříčiní neshodu. Tak sjednocuje ty, kteří jsou rozdělení, a ty, kteří jsou sjednoceni, povzbuzuje. Svornost ho těší, raduje se a těší ze svornosti, a svornost šíří svými slovy.

Zdržení se hrubé řeči

Kdo se zdržuje hrubé řeči, vyhýbá se jí a zcela se jí zdrží. Hovoří taková slova, která jsou mírná, konejšivá, láskyplná, která jsou k srdci a jsou zdvořilá, přátelská a příjemná mnohým.

Láskyplná slova, jdoucí k srdci (hadajam gamá), jsou projevem myslí prosté nenávisti (adosa citta), kterou lze meditací kultivovat až do pohroužení v dobrotivosti (mettá–džhána) – viz 8.

člen stezky, Pravé soustředění. Ve 21. suttě Madždžhima Nikáji používá Buddha v této souvislosti známé rčení o pile:

Dokonce, mniši, kdyby vám lupiči a vrazi rozřezávali pilou končetiny a klouby, kdokoliv by přitom dával průchod zlobě, nechoval by se podle mé rady. Proto byste se měli takto cvičit: “Nerozrušena zůstane naše mysl, žádné slovo neunikne našim rtům, laskaví a plní soucitu zůstaneme, se srdcem plným lásky, bez nenávisti. Myslí osvobozenou od hněvu a nenávisti, osvobozenou od jakéhokoliv skrytého záští, prostoupíme tuto osobu, láskyplnou myslí (mettá–citta), širokou, hlubokou, bezmeznou.”

Zdržení se planého hovoru

Kdo se zdržuje planého hovoru, vyhýbá se mu a zcela se ho zdrží. Hovoří v pravý čas, v souhlase se skutečností, hovoří, když je to užitečné, hovoří o nauce Dhammy a řádových pravidlech; jeho řeč je jako poklad, je pronesena v pravý čas, zdůvodněná, přiměřená, smysluplná.

Světské a nadsvětské Pravé mluvení

A Pravé mluvení je dvojího druhu: Pravé mluvení, jež podléhá světským vlivům, ale je záslužné a přináší dobré výsledky, a Pravé mluvení, jež je prosto vlivů, ušlechtilé a nadsvětské.

- Zdržovat se lhaní, zdržovat se pomlouvání, hrubé řeči a planého hovoru – to je světské Pravé mluvení (lokija–sammá–vácá), které nese světské plody a přináší dobré výsledky.
- Ale vyhnoutí se těmto čtyřem druhům špatného mluvení, jejich odstranění, odmítnutí, úplné vzdání se jich, při čemž je mysl čistá, odvrácená od tohoto světa, spojená se stezkou a následuje ušlechtilou stezku – to je nadsvětské Pravé mluvení (lokuttara – sammá–vácá), které není z tohoto světa, ale je částí nadsvětské stezky.

Spojení s ostatními členy stezky

Kdo poznává špatné mluvení jako špatné a pravé mluvení jako pravé, ten uskutečňuje Pravé pochopení (1. člen stezky), a když vynakládá úsilí k překonání špatného mluvení a k uskutečnění pravého mluvení, uskutečňuje Pravé úsilí (6. člen stezky), a když všímavě překonává špatné mluvení a všímavě spočívá v pravém mluvení, tak cvičí Pravou všímavost (7. člen stezky). Tak tedy jsou tři věci, které doprovázejí a následují Pravé mluvení, jsou to: Pravé pochopení, Pravé úsilí a Pravá všímavost.

Čtvrtý člen stezky: Pravé jednání (sammá–kammanta)

1. Zdržovat se zabíjení, 2. zdržovat se kradení, 3. zdržovat se nezákonného pohlavního styku – to je Pravé jednání.

Zdržení se zabíjení

Tu se žák vyhýbá zabíjení živých bytostí a zcela se ho zdržuje. Neozbrojen ani holí ani mečem, je ohleduplný a laskavý a spočívá v soucítění se všemi živými bytostmi.

Zdržení se kradení

Vyhýbá se kradení a zcela se ho zdržuje. Bere jen to, co mu je dáváno, trpělivě čeká, bez úmyslu si to přivlastnit spočívá v čistotě svého srdce.

Zdržení se nezákonného pohlavního styku

Vyhýbá se nezákonnému pohlavnímu styku a zcela se ho zdržuje. Nemá pohlavní styk s osobami, jež jsou pod ochranou otce, matky, bratra, sestry, příbuzných nebo chráněny zákonem, zasnoubeny a provdány.

Světské a nadsvětské Pravé jednání

A Pravé jednání je dvojího druhu: Pravé jednání, jež podléhá světským vlivům, ale je záslužné a přináší dobré výsledky, a Pravé jednání, jež je prosto vlivů, ušlechtilé a nadsvětské.

- Zdržování se zabíjení, kradení a nezákonného pohlavního styku – to je světské Pravé jednání (lokija–sammá–kammanta), které nese světské plody a přináší dobré výsledky.
- Ale vyhnutí se těmto třem druhům špatného jednání, jejich odstranění, odmítnutí, úplné vzdání se jich, při čemž je mysl čistá, odvrácená od tohoto světa, spojená se stezkou a následuje ušlechtilou stezku – to je nadsvětské Pravé jednání (lokuttara–sammá–kammanta), které není z tohoto světa, ale je částí nadsvětské stezky.

Spojení s ostatními členy stezky

Kdo poznává špatné jednání jako špatné a pravé jednání jako pravé, ten uskutečňuje Pravé pochopení (1. člen stezky), a když vynakládá úsilí k překonání špatného jednání a k uskutečnění pravého jednání, uskutečňuje Pravé úsilí (6. člen stezky), a když všímavě překonává špatné jednání a všímavě spočívá v pravém jednání, tak cvičí Pravou všímavost (7. člen stezky). Tak tedy jsou tři věci, které doprovázejí a následují Pravé jednání, jsou to: Pravé pochopení, Pravé úsilí a Pravá všímavost.

Pátý člen stezky: Pravá životospráva (sammá–ádžíva)

A co je pravá životospráva?

Když se ušlechtilý žák vyhýbá špatnému způsobu života a vydělává na své živobytí pravým způsobem – to je Pravá životospráva.

Živit se podvodem, lstí, triky, věštěním, lichvou a čímkoliv, co ubližuje jiným, je špatný způsob živobytí.

Živit se obchodováním se zbraněmi, živými bytostmi, masem, omamnými nápoji a jedy – tomu se ušlechtilý žák vyhýbá.

Světská a nadsvětská Pravá životospráva

A Pravá životospráva je dvojího druhu: Pravá životospráva, která podléhá světským vlivům, ale je záslužná a přináší dobré výsledky, a Pravá životospráva, která je prosta vlivů, ušlechtilá a nadsvětská.

- Když se ušlechtilý žák vyhýbá špatnému životu a vydělává na své živobytí pravým způsobem života – to se nazývá světská Pravá životospráva (lokuja–sammá–ádžíva), která nese světské plody a dobré výsledky.
- Ale vyhnutí se špatnému živobytí, zdržení se ho, odmítnutí, úplné vzdání se ho, přičemž je mysl čistá, odvrácená od tohoto světa, spojena se stezkou a následuje ušlechtilou stezku – to je nadsvětská Pravá životospráva (lokuttara–sammá–ádžíva), která není z tohoto světa, ale je částí nadsvětské stezky.

Spojení s ostatními členy stezky

Kdo poznává špatnou životosprávu jako špatnou a pravou životosprávu jako pravou, ten uskutečňuje Pravé pochopení (1. člen stezky), a když vynakládá úsilí k překonání špatné životosprávy a k uskutečnění pravé životosprávy, uskutečňuje Pravé úsilí (6. člen stezky), a když všímavě překonává špatnou životosprávu a všímavě spočívá v pravé životosprávě, tak cvičí Pravou všímavost (7. člen stezky). Tak tedy jsou tři věci, které doprovázejí a následují Pravou životosprávu, jsou to: Pravé pochopení, Pravé úsilí a Pravá všímavost.

Šestý člen stezky: Pravé úsilí (sammá–vájáma)

Co tedy je Pravé úsilí?

Jsou to čtyři úsilí: 1. úsilí předcházet, 2. úsilí překonat, 3. úsilí rozvinout, 4. úsilí zachovat.

Úsilí předcházet (samvara–padhána)

A co je úsilí předcházet? Žák vyvíjí záměr nenechat vzniknout dosud nevzniklé zlo zhoubných jevů; snaží se, vynakládá svou vůli, namáhá k tomu svou mysl, usiluje.

Když vnímá žák okem tvar, uchem zvuk, nosem vůni, jazykem chuť, tělem předmět hmatu nebo myslí jakýkoliv jev, nelpí ani na celku, ani na jeho částech. Kdyby takto nehlídal a neovládal své smysly, vznikaly by chtivost anebo zármutek, vznikalo by zlo zhoubných jevů. A tomu předchází tím, že chrání a hlídá své smysly.

Když takto ovládá své smysly, prožívá radost, do níž nemůže vniknout nic zlého.

Toto se nazývá úsilí předcházet.

Úsilí překonat (pahána–padhána)

A co je úsilí překonat? Žák vyvíjí záměr překonat již vzniklé zlo zhoubných jevů; snaží se, vynakládá veškerou vůli, namáhá k tomu svou mysl, usiluje.

Když vznikne zlá myšlenka chtivosti nebo nenávisti nebo krutosti, žák ji nenechá ustálit. Opakovaně vznikající zlé jevy nenechá ustálit, překonává je, odstraňuje, ničí je a nechává je zaniknout.

Toto se nazývá úsilí překonat.

Pět metod překonání zlých myšlenek

Když při některé představě předmětu žákovi vznikají zlé zhoubné myšlenky spojené s chtivostí anebo nenávistí a klamem, tak postupuje následovně:

- Nejprve se snaží ve vztahu k témuž předmětu získat jiné představy, které jsou dobré a blahodárné.
- Nedaří-li se to, uvažuje o zhoubných následcích takto: “Jsou to opravdu hanebné myšlenky, přinášející zkázu!”
- Nepomáhá-li to, záměrně odvrací od těchto zlých myšlenek pozornost a ignoruje je.
- Když ani to nepomáhá, zjišťuje příčiny vzniku a složení těchto zhoubných myšlenek.
- Nevede-li ani to k úspěchu, tak se zaťatými zuby a jazykem přitisknutým k dásním, veškerou silou své mysli potlačuje a přemáhá tyto zhoubné myšlenky.

Takto se dosahuje překonání zlých zhoubných myšlenek, které jsou spojeny s chtivostí anebo nenávistí a klamem; a když jsou vykořeněny a zmizí, mysl se zklidní, usadí a soustředí se.

Úsilí rozvinout (bhávaná–padhána)

A co je úsilí rozvinout? Žáka vyvíjí záměr, aby vznikly dosud nevzniklé blahodárné jevy; snaží se, vynakládá veškerou vůli, namáhá k tomu svou mysl, usiluje.

Takto rozvíjí odloučenost (viveka), volnost (virága, ustáním chťice) a vyhasínáním (nirodha) podpořené členy probuzení (bodždžhanga), vedoucí k osvobození, jmenovitě: člen probuzení všímavost (sati–sam–bodždžhanga), člen probuzení rozlišování dle Dhammy (dhamma–vičaja–sam–bodždžhanga), člen probuzení vůle (virija–), nadšení (píti–), klid (passadhi–), soustředění (samádhi–) a člen probuzení vyrovnanost (upekkhá–sam–bodždžhanga).

Toto se nazývá úsilí rozvinout.

Úsilí zachovat (anurakkhana–padhána)

A co je úsilí zachovat? Žák vyvíjí záměr udržet již vzniklé blahodárné jevy, pěstovat, rozvíjet a plně je užívat v meditaci; snaží se, vynakládá veškerou vůli, namáhá k tomu svou mysl, usiluje.

Takto upevňuje ve své mysli blahodárný předmět soustředění, který již vznikl, jako například představu kostry nebo zmodralé mrtvoly plné červů a již hnijící.

Toto se nazývá úsilí zachovat.

Žák, který má důvěru (saddhá) v Mistrovo učení, které již pochopil, uvažuje takto: “Ať mi třeba kůže, svaly a kosti odumřou, ať vyschnou maso a krev mého těla – nevzdám se svého úsilí, dokud nedosáhnu toho, co je dosažitelné lidskou vytrvalostí, vůlí a úsilím!”

Předcházet, překonat, rozvinout a zachovat
tato čtyři úsilí učil skvělý Syn slunce.
Jimi dosáhne horlivý žák konce utrpení.

Sedmý člen stezky: Pravá všímavost (sammá–sati)

Co tedy je Pravá všímavost?

Čtyři podklady všímavosti (satipathána)

Tou jedinou cestou, žáci, k očistě bytostí, k překonání žalu a nářku, k zániku utrpení a strádání, ke vstupu na pravou stezku a k uskutečnění Nibbány jsou tyto Čtyři podklady všímavosti. Které čtyři?

Tu pobývá žák v těle a sleduje tělo, horlivě a s jasným poznáváním všímavě, když ve světě překonal chtivost a zármutek;

pobývá v citech a sleduje city, ...

pobývá v mysli a sleduje mysl, ...

pobývá v jevech (předmětech) mysli a sleduje jevy mysli, horlivě a s jasných poznáváním všímavě, když ve světě překonal chtivost a zármutek.

Sledování těla (kája–anupassaná)

A jak pobývá žák při sledování těla v těle?

Všímání nádechu a výdechu (ána–apána–sati)

Tu se žák odebere do lesa, k patě stromu nebo do prázdného přístřeší, složí si nohy, vzpřímí tělo a udržuje před sebou všímavost.

Tak všímavě nadechuje a všímavě vydechuje. Když dlouze nadechuje, rozpoznává “nadechuji dlouze;” když dlouze vydechuje, rozpoznává “vydechuji dlouze;” když krátce nadechuje, rozpoznává “nadechuji krátce;” když krátce vydechuje, rozpoznává “vydechuji krátce.”

“Celý tělesný průběh (sabbe-kája) prožívaje budu nadechovat”, tak se cvičí; “celý tělesný průběh prožívaje budu vydechovat” – tak se cvičí.

“Tělesné formace (kája-sankhára) zklidňuje budu nadechovat” – tak se cvičí; “tělesné formace zklidňuje budu vydechovat” – tak se cvičí.

Tak pobývá uvnitř při sledování těla v těle, nebo pobývá zvenku při sledování těla v těle, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování těla v těle.

Pobývá při sledování vzniku jevů v těle, nebo pobývá při sledování zániku jevů v těle, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v těle.

“Tělo je tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. Tak pobývá žák při sledování těla v těle.

Sledování nádechu a výdechu (ánápánasati) je jedno z nejdůležitějších cvičení pro dosažení čtyř meditačních pohroužení (džhána) při rozvíjení klidu (samatha-bhávaná – viz následující kapitolu), jakož i při rozvíjení vhledu (vipassaná-bhávaná). V rámci satipatthány je užíváno pro počáteční zklidnění a soustředění, které je nutné pro následující rozvíjení vhledu.

Po dosažení určité míry klidu a soustředění, anebo jednoho ze čtyř pohroužení, poznává vhledem podmíněnost jevů. Zjišťuje například, že nádech a výdech jsou podmíněny tělem. Tělo je ale souhrnné označení čtyř prvků (dhátu) a z nich odvozené tělesnosti (upádá-rúpa), jako například smyslové orgány atd. V závislosti na smyslovém kontaktu vzniká vědomí a spolu s ním ostatní tři skupiny (khandha) netělesných jevů, jmenovitě citění, vnímání a mentální formace. Takže přímým vhledem poznává: “Není tu žádné já, v závislosti na různých podmínkách vzniká pouze tento proces mysli a těla (náma-rúpa.” Zjišťuje, že všechny tyto jevy jsou pomíjivé, podrobené utrpení a bezjá – tedy prožitkově poznává tři charakteristiky veškerého bytí a konečně dosahuje osvobození.

Polohy těla (irija-pátha)

A dále ještě, když žák jde, ví “jdu;” když stojí, ví “stojím;” když sedí, ví “sedím;” když leží, ví “ležím.” Ať se jeho tělo nalézá v jakékoliv poloze, tak to ví.

Žák chápe, že zde není žádná bytost, žádné skutečné já, které by chodilo, stálo atd., že to je pouhý způsob vyjadřování, když se říká “Já jdu,” “Já stojím” atd. – vysvětluje komentář.

Jasně uvědomování (sati-sampadžaňña)

A dále ještě, když žák přichází a když se vrací, činí tak s jasným uvědoměním. Při upření i při odvrácení zraku, činí tak s jasným uvědoměním. Při ohýbání a narovnávání, činí tak s jasným uvědoměním. Když jí, pije, žvýká a chutná, činí tak s jasným uvědoměním. Koná-li

přirozenou potřebu, činí tak s jasným uvědoměním. Když jde, sedí, usíná a budí se, mluví a mlčí, činí tak s jasným uvědoměním.

Při všem, co žák dělá, si jasně uvědomuje 1. cíl a účelnost (*sa-atthaka-sampadžañña*), 2. vhodnost a použitelnost (*sappája-sampadžañña*), 3. oblast prožívání a povinnost jak v ní jednat (*gočara-sampadžañña*), 4. nezaslepené pojetí skutečnosti (*a-sam-moha-sampadžañña*). Podrobně toto cvičení všímavosti a jasného uvědomování vysvětluje Mírko Frýba: *Umění žít šťastně – Buddhova Abhidhamma v praxi meditace a zvládnutí života* (Argo. Praha 2003).

Části těla (kája-gatá-sati)

A dále ještě, právě toto tělo kůží ohraničené, plné nečistot různého druhu, od paty nahoru a od konce vlasů dolů žák takto prohlíží: “V tomto těle jsou vlasy, chlupy, nehty, zuby, kůže, maso, šlachy, kosti, morek, ledviny, srdce, játra, bránice, slezina, plíce, blány, jícn, žaludek, střeva, lejno, žluč, sliz, hnis, krev, pot, tuk, slzy, mísa, sliny, hleny, kloubový maz, moč.”

Právě tak jako by to byl vak s otvory na obou koncích naplněný nejrůznějšími druhy zrní jako horská rýže, rýže, zelené fazole, červené fazole, čočka, sezam, kdyby ho člověk s dobrým zrakem uvolnil, prohlížel by: “Toto je horská rýže, toto rýže, toto jsou zelené fazole, toto červené fazole, toto je sezam” – právě tak uvažuje žák právě o tomto těle ohraničeném kůží a plném nejrůznějších nečistot: “V tomto těle jsou vlasy, chlupy, nehty, zuby, kůže, maso, šlachy, kosti,…”

Tak pobývá uvnitř při sledování těla v těle, nebo pobývá zvenku při sledování těla v těle, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování těla v těle.

Pozorování prvků (dhātu-manasikára)

A dále ještě, žák prohlíží toto tělo v jeho poloze a pohybu jen z hlediska prvků tělesnosti: “V tomto těle je prvek pevnosti (země), prvek tekutosti (voda), prvek tepla (oheň) a prvek pohybu (vzduch).”

Tak jako když zručný řezník nebo řeznický tovaryš porazí a rozporcuje krávu a začne ji rozprodávat na křižovatce čtyř hlavních cest, zrovna tak prohlíží žák toto tělo v jeho poloze a pohybu jen z hlediska prvků tělesnosti: “V tomto těle je prvek pevnosti, prvek tekutosti, prvek tepla a prvek pohybu.”

Visuddhi-Magga vysvětluje toto přirovnání: Řezníkovi, který vede krávu na jatka, přivazuje ji, zabíjí ji a poraženou prohlíží, tak dlouho nezmizí představa krávy, dokud ji nerozřeže na kusy. Jakmile ji ale rozřeže na kusy a posadí se k prodávání, mizí představa krávy a vzniká představa masa. A nemyslí si: “Prodávám kousky krávy” nebo “Kupují si krávu.” Právě tak nezmizí představy bytosti, já, muže či ženy u žáka, dokud je bláhovým světským člověkem. Jakmile se ale naučí vidět tělo, když jde i když stojí, jako rozložené na prvky, mizí mu představa bytosti a jeho mysl se ustálí v pozorování prvků.

Uvážení nečistého (asubha-paččavekkhaná)

A dále ještě, stejně jako by žák mohl vidět na pohřebišti odložené tělo, mrtvé jeden den, dva nebo tři dny, napuchlé, s mrtvolnými modrými skvrnami a rozkládající se, zaměří se na (své) tělo: “Věřu, i toto (mé) tělo podléhá takovému zákonu, a tomuto dění neunikne.”

A dále ještě, stejně jako by žák mohl vidět na pohřebišti odložené tělo, které vrány, jestřábi, supi, psi, šakali a různé druhy červů ožírají, zaměří se na (své) tělo: “Věřu, i toto (mé) tělo podléhá takovému zákonu, a tomuto dění neunikne.”...

A dále ještě, stejně jako by žák mohl vidět na pohřebišti odložené tělo, pozůstávající už jen z kostry s masem a krví, pohromadě udržované šlachami,.. už jen z kostry bez masa, zkrvavené... už jen z kostí uvolněných z vaziva, rozházených v různých směrech – kost ruky, kost nohy, kost holenní, kost stehenní, kost kýčle, kost páteře a lebka – každá na jiném místě... už jen z kostí bílé barvy ... z kostí léta starých, nakupených na hromadě ...

A dále ještě, stejně jako by žák mohl vidět na pohřebišti odložené tělo, pozůstávající z kostí zpráchnivělých a rozpadlých v prach, zaměří se na (své) tělo: “Věřu, i toto (mé) tělo podléhá takovému zákonu, a tomuto dění neunikne.”

Tak pobývá uvnitř při sledování těla v těle, nebo pobývá zvenku při sledování těla v těle, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování těla v těle.

Pobývá při sledování vzniku jevů v těle, nebo pobývá při sledování zániku jevů v těle, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v těle.

“Tělo je tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak pobývá žák při sledování těla v těle.

Desatero dobrodiní

Je-li takto cvičena, rozvíjena, často opakována a zdokonalována všímavost zaměřená na tělo, až je s ní žák důvěrně obeznámen, a stane se mu prostředkem i základem, pak může očekávat desatero výsledných dobrodiní:

Ovládá libost a nelibost; nemůže být přemožen nelibostí, ale překonává ji hned při vzniku.

Ovládá strach a úzkost; nemůže být přemožen strachem a úzkostí, ale překonává je hned při vzniku.

Snáší chlad a horko, hlad a žízeň, vítr a slunce, jakož i útoky ovádů, komárů a plazů; trpělivě snáší zraňující i zlovolnou řeč. Vydrží tělesné bolesti, když ho přepadnou, i když jsou pronikavé, ostré, trpké, odporné, nepříjemné a životu nebezpečné.

Dle své vůle a bez obtíží dosahuje čtyři pohroužení (džhána), která očišťují mysl a působí již zde štěstí.

Šest psychických sil (abhiňhá)

Dosáhne různé magické síly (iddhi–vidhá).

Nebeským uchem (dibba–sota), očištěným, nadlidským, může slyšet oba dva druhy zvuků, nebeské i pozemské, vzdálené i blízké.

Svou myslí poznává mysl jiných bytostí (parassa–četoparija–ňána), jiných osob.

Získá vzpomínky na mnohá předchozí zrození (pubbe–nivás´ – ánussati – ňána).

Nebeským okem (dibba–čakkhu), očištěným, nadlidským, může vidět, jak bytosti mizí a znovu se objevují, nízké i vznešené, krásné i ohyzdné, šťastné i nešťastné; vidí, jak se bytosti znovuzrozuji podle svých skutků.

A po vyhasnutí podových vlivů (ásava–khaja) pozná již v tomto životě čisté a bezvadné osvobození mysli, osvobození moudrostí.

Naposled uvedených šest dobrodiní (5–10) jsou takzvané vyšší psychické síly. Prvních pět z nich jsou světské (lokíja) jevy a proto mohou být dosaženy i světským člověkem (puhuddžžana), zatímco poslední abhiñña je nadsvětská (lokuttara) a je výhradně rysem arahata neboli svěťce. Teprve po dosažení všech čtyř pohroužení (džhána) může člověk plně uspět v ískání pěti světských psychických sil. K tomu je nutno pěstovat čtyři iddhi–páda, neboli základny pro získání magických sil: soustředění vůle, soustředění energie, soustředění mysli a soustředění zkoumání.

Sledování citů (vedaná–anupassaná)

A jak pobývá žák při sledování citů v citech?

Tu, když žák prožívá příjemný cit, poznává “prožívám příjemný cit;” když prožívá nepříjemný cit, tak poznává “prožívám nepříjemný cit;” když prožívá ani–příjemný–ani–nepříjemný cit, tak poznává ani–příjemný–ani–nepříjemný cit.”

A když prožívá na smysly vázaný příjemný cit, poznává “prožívám na smysly vázaný příjemný cit;” když prožívá na smysly nevázaný příjemný cit;” když prožívá na smysly vázaný nepříjemný cit, poznává “prožívám na smysly vázaný nepříjemný cit;” když prožívá na smysly nevázaný nepříjemný cit, poznává “prožívám na smysly nevázaný nepříjemný cit;” když prožívá na smysly vázaný ani–příjemný–ani–nepříjemný cit, poznává “prožívám na smysly vázaný ani–příjemný–ani–nepříjemný cit;” když prožívá na smysly nevázaný ani–příjemný–ani–nepříjemný cit, poznává “prožívám na smysly nevázaný ani–příjemný–ani–nepříjemný cit.”

Tak pobývá uvnitř při sledování citů v citech, nebo pobývá zvenku při sledování citů v citech, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování citů v citech.

Pobývá při sledování vzniku jevů v citech, nebo pobývá při sledování zániku jevů v citech, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v citech.

“City jsou tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak pobývá žák při sledování citů v citech.

Podle Abhidhammy jsou city spojené s viděním, slyšením, čicháním a chutnáním vždy neutrální, příjemné a nepříjemné mohou být pouze city tělesné (kájika) a city spojené s činností mysli (četasika).

Pobývat u citů zvenku, znamená vcítění do prožívání druhých.

Sledování mysli (citta–anupassaná)

A jak pobývá žák při sledování mysli v mysli?

Tu poznává žák mysl s chťicem jako mysl s chťicem; mysl bez chťiče jako mysl bez chťiče; mysl se zlou vůlí poznává jako mysl se zlou vůlí; mysl prostou zlé vůle poznává jako mysl prostou zlé vůle; mysl zaslepenou poznává jako mysl zaslepenou; mysl bez zaslepení poznává jako mysl bez zaslepení; mysl staženou poznává jako mysl staženou; mysl rozptýlenou poznává jako mysl rozptýlenou; mysl vyvinutou poznává jako mysl vyvinutou; mysl nevyvinutou poznává jako mysl nevyvinutou; mysl vznešenou poznává jako mysl vznešenou; mysl obyčejnou poznává jako mysl obyčejnou; mysl soustředěnou poznává jako mysl soustředěnou; mysl nesoustředěnou poznává jako mysl nesoustředěnou; mysl osvobozenou poznává jako mysl osvobozenou; mysl neosvobozenou poznává jako mysl neosvobozenou.

Tak pobývá uvnitř při sledování mysli v mysli, nebo pobývá zvenku při sledování mysli v mysli, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování mysli v mysli.

Pobývá při sledování vzniku stavů mysli, nebo pobývá při sledování zániku stavů mysli, nebo pobývá při sledování vzniku stavů a zániku stavů mysli.

“Mysl je tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění.

A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak pobývá žák při sledování mysli v mysli.

Čitta znamená mysl nebo stav mysli, je to synonym vědomí (viññána) a psychiky (mano); nemůže být tedy překládána jako “myšlenka” nebo “myšlení”. Myšlení a myšlenky patří totiž k tak zvaným verbálním funkcím (vačī–sankhārā) mysli a jsou identifikovány jako myšlenkové pojímání (vitakka) nebo uvažování (vičāra). Ve srovnání s vědomím jsou obě tyto funkce sekundární a chybí jak ve vědomí smyslů, tak ve druhém, třetím a čtvrtém pohroužení (džhāna).

Sledování jevů mysli (dhammá – anupassaná)

A jak pobývá žák při sledování jevů v jevech?

Tu pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při pěti překážkách.

Poznání pěti překážek (nivarana)

A jak pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při pěti překážkách?

Tu, když je v něm smyslná touha (káma–čhanda) přítomná, poznává: “Je ve mně smyslná touha;” není-li v něm přítomná, poznává: “Není ve mně smyslná touha.”

Poznává též, jak nevzniklá smyslná touha vzniká a jak vzniklá smyslná touha zaniká i jak zaniklá smyslná touha v budoucnu již nevzniká.

Je-li v něm zlovůle (vjápáda), poznává: “Je ve mně zlovůle;” není-li v něm, poznává: “Není ve mně zlovůle.”

Poznává též, jak nevzniklá zlovůle vzniká a jak vzniklá zlovůle zaniká i jak zaniklá zlovůle v budoucnu již nevzniká.

Jsou-li v něm strnulost a malátnost (thína–middha), poznává: “Jsou ve mně strnulost a malátnost;” nejsou-li v něm strnulost a malátnost, poznává: “Nejsou ve mně strnulost a malátnost.”

Jsou-li v něm nepokoj a výčitky (uddhačča–kukkučča), poznává: “Jsou ve mně nepokoj a výčitky;” nejsou-li v něm, poznává: “Nejsou ve mně nepokoj a výčitky.”

Je-li v něm pochybovačnost (vičikičchhá), poznává: “Je ve mně pochybovačnost;” není-li v něm pochybovačnost, poznává: “Není ve mně pochybovačnost.”

Poznává též, jak nevzniklá pochybovačnost vzniká a jak vzniklá pochybovačnost zaniká i jak zaniklá pochybovačnost již v budoucnu nevzniká.

Pobývá při sledování vzniku jevů v jevech, nebo pobývá při sledování zániku jevů v jevech, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v jevech.

“Jevy jsou tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při pěti překážkách.

Rozlišování pěti skupin lpění (upádána–khandha)

A dále ještě pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při pěti skupinách lpění.

A jak pobývá při sledování jevů v jevech, totiž při pěti skupinách lpění? Tu žák (rozlišuje):

“Toto je tělesnost (rúpa).” “Toto je vznik tělesnosti, toto je zánik tělesnosti.”

“Toto je cítění (vedaná).” “Toto je vznik cítění, toto je zánik cítění.”

“Toto je vnímání (saññá).” “Toto je vznik vnímání, toto je zánik vnímání.”

“Toto je formace (sankhára).” “Toto je vznik formace, toto je zánik formace.”

“Toto je vědomí (viññána).” “Toto je vznik vědomí, toto je zánik vědomí.”

Tak pobývá uvnitř při sledování jevů v jevech, nebo pobývá zvenku při sledování jevů v jevech, nebo pobývá uvnitř i zvenku při sledování jevů v jevech.

Pobývá při sledování vzniku jevů v jevech, nebo pobývá při sledování zániku jevů v jevech, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v jevech.

“Jevy jsou tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak, mniši, pobývá mniši při sledování jevů v jevech, totiž při pěti skupinách lpění.

Rozlišování smyslových základů (ájatana)

A dále ještě, mniši, pobývá mniši při sledování jevů v jevech, totiž při šesti vnitřních a vnějších smyslových základnách.

Tu poznává žák oko a poznává tvary; poznává též, jak= pouto jimi oběma podmíněno vzniká. Poznává i to, jak dochází ke vzniku dosud nevzniklého pouta, poznává i to, jak již vzniklé pouto je překonáno, a poznává i to, jak překonané pouto v budoucnosti již nevzniká.

... poznává ucho a poznává zvuky; ... poznává nos a poznává pachy; ... poznává jazyk a poznává chuti; ... poznává tělo a poznává předměty hmatu; ... poznává mysl a poznává jevy; poznává též, jaké pouto jimi oběma podmíněno vzniká. Poznává i to, jak dochází ke vzniku dosud nevzniklého pouta, poznává i to, jak již vzniklé pouto je překonáno, a poznává i to, jak překonané pouto v budoucnosti již nevzniká.

Sedm členů probuzení (bodždžhanga)

A dále ještě pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při sedmi členech probuzení.

Tu poznává žák, když je v něm přítomen člen probuzení všímavost (sati): “Je ve mně přítomen člen probuzení všímavost.” Když v něm není přítomen člen probuzení všímavost, poznává: “Není ve mně přítomen člen probuzení všímavost.” Poznává i to, jak nevzniklý člen probuzení všímavost vzniká, a poznává též, jak pěstováním vzniklý člen probuzení všímavost dosáhne plného rozvoje.

... dále poznává, když je v něm přítomen člen probuzení rozeznání jevů (dhamma–vičaja): “Je ve mně přítomen člen probuzení rozeznání jevů.”

... poznává, když je v něm přítomen člen probuzení nadšení (píti): “Je ve mně přítomen člen probuzení nadšení.”

... poznává, když je v něm přítomen člen probuzení klid (passaddhi): “Je ve mně přítomen člen probuzení klid.”

... poznává, když je v něm přítomen člen probuzení soustředění (samádhi): “Je ve mně přítomen člen probuzení soustředění.”...

Tu poznává žák když je v něm přítomen člen probuzení vyrovnanost (upekkhá): “Je ve mně přítomen člen probuzení vyrovnanost.” Když v něm není přítomen člen probuzení vyrovnanost, poznává: “Není ve mně přítomen člen probuzení vyrovnanost.”

Poznává i to, jak nevzniklý člen probuzení vyrovnanost vzniká, a poznává též, jak pěstováním vzniklý člen probuzení vyrovnanost dosahuje plného rozvoje.

Čtyři ušlechtilé pravdy (arija–sačča)

A dále ještě pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při Čtyřech ušlechtilých pravdách.

A jak pobývá žák při sledování jevů v jevech, totiž při Čtyřech ušlechtilých pravdách?

Tu poznává žák ve vztahu ke skutečnosti (jathá–bhúta): “Toto je utrpení;” poznává ve vztahu ke skutečnosti: “Toto je vznik utrpení;” poznává ve vztahu ke skutečnosti: “Toto je konec utrpení;” poznává ve vztahu ke skutečnosti: “Toto je cesta vedoucí ke konci utrpení.”

Tak pobývá uvnitř při sledování jevů v jevech, nebo pobývá zvenku při sledování jevů v jevech, nebo pobývá při sledování vzniku jevů a zániku jevů v jevech.

“Jevy jsou tu” – tak je jeho všímavost zpřítomňována pouze v rozsahu nutném pro poznání a uvědomění. A pobývá nezávislý a nelpí na ničem na světě. I tak, mniši, pobývá mnich při sledování jevů v jevech, totiž při Čtyřech ušlechtilých pravdách.

Tou jedinou cestou, mniši, k očistě bytostí, k překonání žalu a nářku, k zániku utrpení a strádání, ke vstupu na pravou stezku a k uskutečnění Nibbány jsou tyto Čtyři podklady všímavosti.

Tyto čtyři meditace satipatthána se vztahují na všech pět skupin jevů; sledování těla na skupinu jevů tělesnosti (rúpa–khandha), sledování citů na skupinu citů (vedaná–khandha), sledování stavů mysli zahrnuje všechno vědomí (viññána – khandha), a sledování jevů, jež jsou předměty mysli, zahrnuje skupiny vnímání (saññá–khandha) a formací (sankhárá–khandha).

Podrobně vysvětluje meditaci satipatthána–vipassaná Mahási Sayadó: Meditace všímavosti a vhledu (Stratos, Praha 1993)

Osvobození sledováním nádechu a výdechu (ánápánasati)

Sledování nádechu a výdechu (ánápánasati), je–li takto cvičeno a rozvíjeno, vede k dokonalosti ve čtyřech podkladech všímavosti; tyto čtyři podklady všímavosti, jsou–li cvičeny a rozvíjeny, vedou k dokonalosti sedmi členů probuzení; těchto sedm členů probuzení, jsou–li cvičeny a rozvíjeny, vede k dokonalosti osvobození moudrostí.

A jak vede sledování nádechu a výdechu, je–li cvičeno a rozvíjeno, k dokonalosti ve čtyřech podkladech všímavosti (satipatthána)?

I. V době, kdy se žák cvičí (1.) všímavě nadechovat a vydechovat, a při tom rozpoznávat “nadechuji dlouze” a “vydechuji dlouze,” (2.) ... “nadechuji krátce” a “vydechuji krátce,” (3.) ... “celý průběh dechu prožívá budu vydechovat,” (4.) ... “tělesné formace zklidňuje budu nadechovat” a “tělesné formace zklidňuje budu vydechovat” – v této době, poté co překonal světskou chtivost a zármutek, horlivě, všímavě a s jasným věděním spočívá žák ve sledování těla. Neboť nadechování a vydechování je jedním z tělesných jevů.

II. V době, kdy se žák cvičí všímavě nadechovat a vydechovat, a při tom rozpoznávat (1) prožívání nadšení (píti), a dále rozpoznávat (2) prožívání štěstí (sukha), a dále rozpoznávat (3) funkci mysli (čitta – sankhára) a (4) její ztišování (passambhaja) – v této době, poté co překonal světskou chtivost a zármutek, horlivě, všímavě a s jasným věděním spočívá žák ve sledování cítění. Neboť plně pozorné (sádhuka manasikára) prožívání nádechu a výdechu, tak pravím, je jedním z jevů cítění (vedanā).

III. V době, kdy se žák cvičí všímavě nadechovat a vydechovat, a při tom rozpoznávat, že (1) jasně prožívá mysl (čitta–pati–sam–vedī), (2) radostně vyjasňuje mysl, (3) soustřeďuje mysl a (4) osvobozuje mysl – v této době, poté co překonal světskou chtivost a zármutek, horlivě, všímavě a s jasným věděním spočívá žák ve sledování mysli. Neboť sledování nádechu a výdechu je jedině možné při jasném uvědomění neroztěkané mysli.

IV. V době, kdy se žák cvičí všímavě nadechovat a vydechovat, a při tom rozpoznávat (1) všech jevů pomíjivost, ... (2) ustání chťiče,.. (3) vyhasnutí,.. (4) odvrácení – v této době, poté co překonal světskou chtivost a zármutek, horlivě, všímavě a s jasným věděním spočívá žák ve sledování jevů (dhammā).

Když takto překonal chtivost a zármutek, pohlíží na vše s moudrostí a je naprosto vyrovnaný.

Sledování nádechu a výdechu (ánápánasati), je-li takto cvičeno a rozvíjeno, vede k dokonalosti ve čtyřech podkladech všímavosti; tyto čtyři podklady všímavosti, jsou-li cvičeny a rozvíjeny, vedou k dokonalosti sedmi členů probuzení. A jak vedou čtyři podklady všímavosti k dokonalosti sedmi členů probuzení (bodždžhanga):

I. V době, kdy žák cvičí všímavě sledování těla, cítění, mysli a jevů, potom co překonal světskou chtivost a zármutek, horlivě, všímavě a s jasným věděním – v této době je jeho všímavost přítomná a neporušená. V této době, kdy je jeho všímavost přítomná a neporušená, je žák vybaven členem probuzení všímavost (sati–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

II. Když takto všímavě spočívá a moudře rozlišuje jevy, porovnává a zkoumá je – v této době je žák vybaven členem probuzení rozlišování jevů dle Dhammy (dhamma–vičaja–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

III. Když takto rozlišuje a zkoumá jevy dle Dhammy, jeho vůle je pevná a neotřesná – v této době je žák vybaven členem probuzení vůle (virija–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

IV. Při takto pevné vůli v něm vzniká nadsmyslná radost. V této době je žák vybaven členem probuzení nadšení (píti–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

V. Při nadchnuté mysli zklidňuje tělo i mysl. V této době, když se tělo i mysl zklidní, je žák vybaven členem probuzení zklidnění (passadhi–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

VI. Zklidněnému a šťastnému se soustředí mysl. V této době, se zklidněnou a šťastnou myslí, je žák vybaven členem probuzení soustředění (samádhi–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

VII. Takto soustředěnou mysl prožívá s úplnou vyrovnaností. V této době, kdy žák zcela vyrovnaně prožívá mysl, je vybaven členem probuzení vyrovnanost (upekkhá–sam–bodždžhanga). A pak rozvíjí tento člen probuzení dále, až dosáhne úplné dokonalosti.

Takto vedou čtyři podklady všímavosti k dokonalosti sedmi členů probuzení (bodždžhanga).

A jak těchto sedm členů probuzení vede k dokonalosti osvobození moudrostí (vidždžá–vimutti)?

Tu žák rozvíjí všímavost, rozlišování jevů dle Dhammy, vůli, nadšení, klid, soustředění a vyrovnanost jako členy probuzení, založené na odloučení, ustání chůře a vyhasnutí, vedoucí k osvobození. Tak vede těchto sedm členů probuzení, jsou-li cvičeny a rozvíjeny, k dokonalosti osvobození moudrostí.

Právě tak jako když lovec slonů zatluče mohutný kůl do země a řetězem k němu připoutá za krk divokého slona, aby z něho vypudil jeho navyklé chování a sklony, jeho divokou nezvladatelnost, umíněnost a prudkost, aby ho přizpůsobil prostředí vesnice a naučil ho takovému chování, jaké je vyžadováno mezi lidmi – právě tak připoutá ušlechtilý žák svou mysl pevně k těmto čtyřem podkladům všímavosti, aby ze sebe vypudil své navyklé světské chování a sklony, svou navyklou světskou nezvladatelnost, umíněnost a prudkost, aby získal pravou stezku a dosáhl Nibbány.

Osmý člen stezky: Pravé soustředění (sammá – samádhi)

A co je Pravé soustředění?

Definice

Směřování mysli k jednomu předmětu (cittassa ekaggatá, doslova “jeden vrchol mysli”), to je soustředění.

Pravé soustředění (sammá–samádhi) je v nejširším pojetí takové soustředění mysli, které je přítomno v každém blahodárném stavu vědomí (kusala–citta) a je též doprovázeno Pravým záměrem (2. člen stezky), Pravým úsilím (6. člen stezky) a Pravou všímavostí (7. člen stezky). Špatné soustředění (mičchhá–samádhi) je přítomno ve zhoubných stavech vědomí, a je tedy možné pouze v oblasti smyslů (kāma–loka). Když je výraz samádhi použit samostatně, znamená v suttách vždy sammá–samádhi neboli Pravé soustředění.

Rozvoj soustředění

Čtyři podklady všímavosti jsou předměty soustředění, čtyři Pravá úsilí jsou nástroji soustředění. Cvičení, rozvíjení a pravidelné pěstování těchto jevů (dhammá) se nazývá rozvoj soustředění (samádhi–bhávaná).

Pravé soustředění (sammá–samádhi) má dva stupně rozvoje: 1. přístupové soustředění (upačara–samádhi), které se přibližuje prvnímu pohroužení, aniž ho však dosahuje, a 2. plné soustředění (appaná–samádhi), které je

přítomné ve čtyřech pohrouženích (džhána). Tato meditační pohroužení jsou stavy mysli mimo oblast činnosti pěti smyslů, které jsou dosažitelné pouze v odloučenosti a nepolevující vytrvalosti při cvičení soustředění. V těchto stavech je zastavena veškerá činnost pěti smyslů. Nedochozí v nich k žádným zrakovým nebo sluchovým vjemům a nejsou v nich přítomny žádné tělesné pocity. Přestože všechny vnější smyslové vjemy ustaly, mysl zůstává aktivní, dokonale čilá a plně bdělá.

Dosažení těchto pohroužení není však předpokladem pro uskutečnění čtyř nadsvětských stezek Svatosti; a ani přístupové soustředění ani plné soustředění neumožňují samy o sobě vstup na tyto čtyři nadsvětské stezky. Dosaženo čtyř nadsvětských stezek lze jen vhladem (vipassaná) do pomíjivosti (aničcatá), utrpení (dukkhatá) a neosobnosti (anattatá) všech jevů tohoto procesu bytí. Tento vhled je dosažitelný pouze v přístupovém soustředění, a nikoliv v plném soustředění.

Ten, kdo uskutečnil některou ze čtyř nadsvětských stezek bez předchozího dosažení těchto pohroužení, je nazýván sukha–vipassaka nebo suddha–vipassaná–jánika (ten, kdo použil čistě jen vhled jako prostředek). Ten však, kdo dosáhl jedné z nadsvětských stezek po předchozím pěstování pohroužení, je nazýván samatha–jánika (ten, který použil klid jako prostředek).

Pro podrobnější vysvětlení viz Mahási Sayadó: *Meditace všímavosti a vhledu* (Stratos, Praha 1993)

Čtyři pohroužení (džhána)

Odloučen od smyslových a zhoubných jevů, žák vstupuje do prvního pohroužení, které je spojeno s myšlenkovým pojmáním a uvažováním, jakož i s nadšením a štěstím, které jsou zrozeny z odloučení (viveka–džam).

Toto je první ze čtyř pohroužení náležících k oblasti tvaru (rúpa–avačara–džhána). Je dosaženo, jen když je silou soustředění dočasně zastavena činnost pěti smyslů a taktéž dočasně potlačeno pět překážek (nívarana). Předmětem vědomí je soustředěním vytvořená a ustálená představa (nimitta).

Toto první pohroužení je osvobozeno od pěti věcí a pět věcí je přítomno. Když žák vstoupí do prvního pohroužení, je překonáno pět překážek: smyslná touha (kámačchanda), zlovůle (vjápáda), strnulost a malátnost (thína–middha), nepokoj a výčitky (uddhačča–kukučča) a pochybovačnost (vičikičchhá); přítomny jsou: myšlenkové pojmání (vitakka), uvažování (vičara), nadšení (píti), štěstí (sukha), a soustředění (čittékaggatá = samádhi).

Těchto pět mentálních faktorů přítomných v prvním pohroužení se nazývá členy pohroužení (džhán´–anga). Vitakka (počáteční zaznamenání předmětu neboli jeho pojmání mysli) a vičara (diskursivní myšlení nebo uvažování o předmětu) jsou verbálními funkcemi (vačí–sankhára) mysli, vnitřním mluvením. Visuddhi–magga (kapitola IV.) vysvětluje vitakka jako zachycení předmětu myšlenkou, které zaznamenává jeho pojetí; charakteristikou vitakka je prvotní upevnění mysli v představě předmětu; vičara jsou následující pohyby a kroužení mysli, které se projevují jako druhotné pokračování její činnosti. Tamtéž se srovnává vitakka s držetím kotlíku a vičara s jeho vytíráním. V prvním pohroužení jsou obě tyto funkce přítomny, ale jsou zcela soustředěny na předmět meditace; vičara má zde nikoliv diskursivní, ale spíše “výzkumnou” povahu. Obě tyto funkce jsou zcela nepřítomny v následujících pohrouženích.

Po ztišení nadšení žák uvolněně spočívá ve vyrovnanosti, všímavě a s jasným vědomím, a prožívá štěstí, o němž Ušlechtilí říkají “vznešeně blažen je vyrovnaný” – tak vstupuje do třetího pohroužení.

Ve třetím pohroužení jsou přítomny dva faktory pohroužení: vyrovnané štěstí a soustředění.

Když překoná rozlišování příjemného a nepříjemného, dříve již překonav radost a žal, vstupuje do ani–příjemného–ani– nepříjemného (adukkham–asukha) čtvrtého pohroužení, které je očištěno vyrovnaností a všímavostí.

Ve čtvrtém pohroužení jsou přítomny dva faktory pohroužení: soustředění a vyrovnanost (upekkhá).

Visuddhi–magga vypočítává a podrobně vysvětluje čtyřicet meditačních předmětů (kammathána, doslovně pracovišť), které umožňují dosáhnout následujících výsledků.

Všechny čtyři pohroužení:

- všímání nádechu a výdechu,
- 10 barevných terčů (kasina),
- spočívání ve vyrovnanosti (čtvrté dlení brahma–vihára).

První tři pohroužení:

- spočívání v dobrotivosti (mettá), soucitu (karuná) a sdílené radosti (muditá), což je cvičení prvních tří dlení brahma–vihára (pro stručné vysvětlení viz 2. člen stezky).

První pohroužení:

- uvážení nečistého (asubha–paččavekkhaná), takzvané hřbitovní meditace,
- vnímání částí těla (kája–gatá–sati).

Přístupové soustředění (upačára–samádhi) je dosahováno

- rozjímáním o Buddhovi, Dhammě a Společenství žáků (Sangha),
- rozjímáním o mravnosti a štědrosti, o nebeských bytostech (devatá), o klidu a míru (= Nibbána),
- rozjímání o smrti (maraná),
- rozjímání o ošklivosti potravy,
- pozorováním čtyř prvků tělesnosti (dhátu–manasikára).

Čtyři tvaru prostá pohroužení (arúpa–džhána nebo áruppa), která vycházejí ze čtvrtého pohroužení, jsou dosažena meditací předmětů, od nichž jsou odvozena jejich jména: 1. oblast nekonečnosti prostoru (ákasa–anañča–ájatana), oblast nekonečnosti vědomí (viññán´– aňča–ájatana), 3. oblast nicoty (ákiñčaňña–ájatana) a 4. oblast ani–vnímání–ani– ne–vnímání (neva–saňňá–na–asaňňá–ájatana).

Postupy se všemi čtyřiceti předměty meditace jsou podrobně vysvětleny ve Visuddhi–magga.

Rozvíjejte soustředění, žáci, protože soustředěný poznává dle skutečnosti (jathá–bhúta)! A co poznává dle skutečnosti? Vznikání a zanikání tělesnosti, vznikání a zanikání citění, vznikání a zanikání vnímání, vznikání a zanikání formací, vznikání a zanikání vědomí.

Těchto pět skupin lpění (upádána–khandhá) musí být moudře proniknuto přímým poznáním (abhiňňá pariňňejjá); nevědomost (avidžďzá) a žádostivost (tanhá) musí být přímým poznáním překonány (abhiňňá phátabbá); klid (samatha) a vhléd (vipassaná) musí být přímým poznáním rozvíjeny (abhiňňá bhávetabbá); vědění (vidžďzá) a osvobození (vimutti) musí být přímým poznáním uskutečněny (abhiňňá sačchikátabbá)!

Toto je střední cesta, již Dokonalý, nejvyšší Buddha objevil, která viděním a věděním vede k míru, k moudrosti přímým poznáním, k probuzení, k Nibbáně.

Vstupte na tuto cestu, učiňte konec utrpení!

Postupné uskutečnění Ušlechtilé osmičlenné stezky

V sutách často nalézáme stejnou formulaci stupňů vývoje Buddhova žáka. Je ukazováno, jak tento vývoj zákonitě pozvolna postupuje: počínaje první informací o Buddhově učení, získáním důvěry, a pak vývoj od prvních zárodků skutečného porozumění až ke konečnému osvobození. Pro rozvíjení stezky je vždy nutná rovnováha všech jejích členů, osobní vývoj však vyžaduje postupně rozvíjení jednotlivých členů stezky.

Důvěra a pravé zamyšlení (druhý člen)

Tu slyší Buddhovo učení otec rodiny nebo jeho syn nebo někdo z jiného světského stavu, a po jeho vyslechnutí je naplněn důvěrou v Dokonalého. A naplněn touto důvěrou si myslí: “Plný překážek je světský život, jak hromada smetí, ale mnišský život v bezdomoví je cestou volnosti. Není snadné pro toho, kdo žije doma, plnit ve všech bodech pravidla svatého života. Co kdybych si nyní ostříhal vlasy a vousy, oblékl žluté roucho a odešel pryč z domova do bezdomoví? A v krátkém čase, když se vzdal svého majetku, velkého či malého, a opustil velký či malý okruh příbuzných, ostříhá si vlasy a vousy, oblékne žluté roucho a odejde pryč z domova do bezdomoví.

Mravnost (třetí, čtvrtý a pátý člen)

Takto opustí světský život a plní pravidla mnichů. Vyhýbá se zabíjení živých bytostí a zcela se ho zdržuje. Neozbrojen ani holí ani mečem, je ohleduplný a laskavý a spočívá v soucítění se všemi živými bytostmi. Bere jen to, co mu je dáváno, trpělivě čeká, bez úmyslu si to přivlastnit spočívá v čistotě svého srdce. Vyhýbá se necudnosti, žije cudně a zcela se zdržuje pohlavního styku. Vyhýbá se lhaní a zcela se ho zdržuje. Mluví pravdu, je oddán pravdě, je spolehlivý, hoden důvěry, neklame lidi. Vyhýbá se pomlouvání a zcela se ho zdržuje. Co slyšel zde, neopakuje jinde a nezapříčiní neshodu; a co slyšel tam, neopakuje zde a nezapříčiní neshodu. Tak sjednocuje ty, kteří jsou rozdělení, a ty, kteří jsou sjednoceni, povzbuzuje. Svornost ho těší, raduje se a těší ze svornosti, a svornost šíří svými slovy. Vyhýbá se hrubé mluvě a zcela se jí zdržuje. Hovoří taková slova, která jsou mírná, konejšivá, láskyplná, která jsou k srdci a jsou zdvořilá, přátelská a příjemná mnohým. Vyhýbá se planému hovoru a zcela se ho zdržuje. Hovoří v pravý čas, v souhlase se skutečností, hovoří, když je to užitečné, hovoří o nauce Dhammy a řádových pravidlech; jeho řeč je jako poklad, je pronesena v pravý čas, zdůvodněná, přiměřená a smysluplná.

Vyhýbá se ničení rostlin a zárodků života. Přijímá potravu pouze v jeden denní čas (dopoledne), zdržuje se potravy večer, nejí v nevhodný čas. Zdržuje se tance, zpěvu, hudby a návštěv představení; odmítá květiny, voňavky, masti, jakož i každý druh šperků a okras.

Nepoužívá vysoká a nádherná lůžka. Nepřijímá zlato a stříbro. Nebere syrové zrní a maso. Nepřijímá ženy, otrocky, otrokyně, kozy, ovce, drůbež, dobytek, slony nebo koně, ani půdu nebo zboží. Nechodí na pochůzky a nekoná služby posla. Zdržuje se kupování a prodávání. Nemá nic společného s falešnými mírami, kovy a váhami. Vyhýbá se křivým cestám podplácení, podvodu a lsti. Neúčastní se vražd, bití, spoutávání, přepadání, loupení a znásilňování.

Je spokojen s rouchem, jež ochraňuje jeho tělo, a mísou na darované jídlo, jímž se udržuje naživu. Kamkoliv jde, má s sebou tyto dvě věci – tak jako okřídlený pták při letu s sebou nese svá křídla. A při dodržování tohoto ušlechtilého mravního kódu (síla – khandha) cítí v srdci nezkalené štěstí.

Ovládání smyslů (šestý člen)

Když vnímá okem tvar, uchem zvuk, nosem vůni, jazykem chuť, tělem předmět hmatu nebo myslí jakýkoliv jev, nelpí ani na celku, ani na jeho částech. Kdyby takto nehlídal a neovládal své smysly, vznikaly by chtivost anebo zármutek, vznikalo by zlo zhoubných jevů. Tomuto tedy předchází tím, že chrání a hlídá své smysly. A tímto ovládním smyslů (indrija–samvara) cítí v srdci nezkalené štěstí.

Všímavost a jasné uvědomění (sedmý člen)

Když přichází a když se vrací, činí tak všímavě s jasným uvědoměním. Při upírání i při odvracení zraku činí tak všímavě s jasným uvědoměním. Při ohýbání a narovnávání činí tak všímavě s jasným uvědoměním. Oděv, plášť a mísu nosí všímavě s jasným uvědoměním. Když jí, pije, žvýká a chutná, činí tak všímavě s jasným uvědoměním. Koná-li svoji přirozenou potřebu, činí tak všímavě s jasným uvědoměním. Když jde, sedí, usíná a budí se, mluví a mlčí, činí tak všímavě s jasným uvědoměním.

A takto vybaven ušlechtilou mravností (síla), vybaven tímto ušlechtilým ovládním smyslů (indrija–samvara) a naplněn touto ušlechtilou všímavostí a jasným uvědoměním (sati – sampadžaňña), zvolí si opuštěné místo v lese, u paty stromu, na kopci, v rokli, v jeskyni, na hřbitově, pod širým nebem nebo na hromadě slámy. A když se vrátil z obchůzky za almužnou, po jídle usedne se složenýma nohama a tělem vzpřímeným, a udržuje před sebou všímavost.

Překonání pěti překážek

Zbavil se smyslné touhy (káma–čhanda) a prodlévá bez ní, očišťuje své srdce od smyslné touhy. Zbavil se zlovůle (vjápáda) a prodlévá bez ní, pěstováním lásky a soucitu ke všem žijícím bytostem očišťuje své srdce od zlovůle. Zbavil se strnulosti a malátnosti (thína–middha), prodlévá osvobozen od strnulosti a malátnosti, miluje světlo a všímavě s jasným uvědoměním očišťuje svou mysl od strnulosti a malátnosti. Zbavil se nepokoje a výčitek (uddhačča–kukkučča), prodlévá s nerušenou myslí a srdcem plným míru, očišťuje tak svou

mysl od nepokoje a výčitek. Zbavil se pochybovačnosti (vičikičchá), prodlévá bez pochybovačnosti, pln důvěry v dobro očišťuje své srdce od pochybovačnosti.

Pohroužení (osmý člen)

Když se zbavil těchto pěti překážek (nívarana), těchto znečištění mysli, které brání rozvoji, odloučen od smyslových vjemů a zhoubných stavů, vstupuje postupně do čtyř pohroužení (džhána).

Vhled (první člen)

Veškerou tělesnost, cítění, vnímání, mentální formace a vědomí – to vše vidí jako pomíjivé (aničča), podrobené utrpení (dukkha), špatné jako vřed, trn, bídu, břemeno, utlačovatele, vyrušení, jako prázdné (suññata) a bez jakéhokoliv já (anattá). Odvrací se od těchto věcí a takto zaměřuje svou mysl k Nesmrtelnosti: “To je vpravdě klid a mír, toto je to nejvyšší, totiž zklidnění všech formací, vzdání se každého podkladu znovuzrození, konec žádostivosti, odpoutání, vyhasnutí, Nibbána.” A v tomto stavu dosahuje zastavení vlivů (ásava–khaja).

Nibbána

A tak vidí, že jeho srdce je osvobozeno z vlivu smyslnosti (kámásava), vysvobozeno z vlivu bytí (bhávásava), vysvobozeno z vlivu nevědomosti (avidžžásava). “Jsem svoboděn,” toto vědění vzniká v takto osvobozeném, a též ví: “Vyčerpáno je znovuzrozování, naplněn je svatý život; co mělo být vykonáno, bylo vykonáno; nezůstává už nic víc, co bych měl v tomto světě vykonat.”

Neotřesitelné je mé osvobození! Toto bylo poslední zrození, nehrozí žádné další bytí.

Toto je vskutku ta nejvyšší ušlechtilá moudrost: vědět, že vyvanulo všechno utrpení.

Toto je vskutku ten nejvyšší ušlechtilý klid a mír: utišení chtivosti, nenávisti a klamu.

Ztichlý myslitel

“Já jsem” je marná myšlenka; “Toto jsem já” je marná myšlenka; “Budu” je marná myšlenka; “Nebudu” je marná myšlenka. Marné myšlenky jsou nemoc, vřed, trny. Ale po překonání všech marných myšlenek je člověk nazýván “ztichlý myslitel.” A tento myslitel, tento “ztichlý” už nikdy nepříjde, už nikdy neodejde, už se nebude strachovat, nebude toužit. Neboť v něm není nic, čím by mohl opět vzniknout. A nevznikne-li více, jak by mohl znovu stárnout? A nebude-li už nikdy stárnout, jak by mohl znovu umřít? A neumře-li nikdy více, jak by se mohl strachovat? A nebude-li se nikdy více strachovat, jak by mohl mít žádostivost?

Pravý cíl

Účel svatého života tedy nespočívá v získávání darů, důstojnosti nebo slávy, ani v dosažení mravnosti, soustředění nebo vědění. Neotřesitelné osvobození srdce – to je pravý smysl svatého života, to je jeho podstata, to je jeho cíl.

I ti kdo v minulosti byli Svatými a Probuzenými, i tito Vznešení ukázali svým žákům tentýž cíl, jaký jsem já ukázal svým žákům. A kdo v budoucnosti budou Svatými a Probuzenými, i tito Vznešení ukážou svým žákům tentýž cíl, jaký jsem já ukázal svým žákům.

Může se stát, žáci, že si budete (po mém vyvanutí) myslet: “Je pryč učení našeho Mistra. Nemáme už Mistra.” Neměli byste to však takto myslet, protože Dhammy a Vinaja (řád), které jsem učil, budou i po mém odchodu vašim mistrem.

Dhamma je vaším útočištěm,

nehledejte jiné útočiště,

Dhamma vás povede!

Proto, žáci, dobře uchovávejte a chraňte toto Učení,
ať pokračuje pro věky, pro dobro a prospěch mnohých!

PÁLI REJSTŘÍK VĚCNÝ REJSTŘÍK

V této verzi textu chybí rejstříky a odkazy na výskyt páli termínů
Rejstříky jsou dostupné jen v tištěném textu ISBN 80-901472-3-2,
který má copyright © 1993 Dr. Mirko Frýba

Tato verze textu SLOVO BUDDHOVO byla korigována 26.6. 2003

Anton W.F. Gueth – Bhikkhu Nyánatiloka (1878–1957)

Anton Gueth byl pětadvacetiletý houslista, když přijel 1903 do Indie, aby se stal mnichem. V Bombaji mu řekli, že v Indii už žádný buddhistický řád neexistuje, aby šel na Cejlon, jak se tenkrát anglicky říkalo Srí Lance. Tam v Kandy svolil ctihodný Sílananda Thera v Malvatte Vihára, že mu dá ordinaci novice (*pabbajá*). Avšak v Colombu se seznámil s advokátem Pereirou, jehož syn Dr. Cassius A. Pereira se později stal známým Bhikkhu Kassapa, který

mu vyprávěl, že se nedávno jejich přítel z Londýna Allan Bennett McGregor stal mnichem v Barmě, kde je moc spokojen. Tak se za ním Anton Gueth vypravil do Barmy a v srpnu 1903 získal *pabbajá* u ctihodného Thery Ásabha. V jeho klášteře Ngada Khi bydlel pak několik měsíců ve stejné místnosti se ctihodným Ánanda Metteyyou, jak se Allan Bennett jmenoval jako mnich. V únoru 1904 se Anton Gueth stal bhikkhu s vyšším vysvěcením (*upasampadá*) u ctihodného Thery Kumára v klášteře Kyundaw Kyaung a dostal jméno Nájatiloka.

Koncem roku 1904 se Bhikkhu Nyánatiloka vypravil do Sagaing v horní Barmě, kde se učil v jednom z tamních jeskynních klášterů pod vedením mnicha považovaného za arahanta meditaci soustředění a vhledu (*samathá vipassaná*). Ani o metodě ani o výsledcích této meditace není nic bližšího známo. V roce 1905 přijel Bhikkhu Nyánatiloka zpět na Srí Lanku a tam se po krátkém hledání usídlil dohromady s jedním thajským mnichem na ostrůvku Galgodiýána v moři poblíž města Mátara na jihu Srí Lanky. V této době též přeložil první část kanonické sbírky *Anguttara–Nikáya*. Už v roce 1906 tam za ním přijeli jeho první žáci holanďan Bergendahl a němec Stange a stali se mnichy se jmény Suňño a Sumano.

Během své krátké návštěvy v Barmě 1906 ctihodný Nyánatiloka dal ordinaci novice skotovi McKechnie, který pak už jako Bhikkhu Sílačára přeložil do angličtiny z němčiny Nyánatilokovo *Slovo Buddhovo*. Další ordinaci *pabbajá* se jménem Dhammánusári dostal Walter Markgraf, který ale 1907 odložil mnišskou róbou a vrátil se do Evropy, kde založil v Břeclavi buddhistické nakladatelství. Krátce nato pak pozval do Švýcarska ctihodného Nyánatiloku a spolu se švýcarem Bignani založili nedaleko Lugana v italském kantonu Ticino malý klášter. Další švýcar Bergier postavil nedaleko Lausanne ve francouzském kantonu Vaud větší klášter Charitas Vihára. Tam byla provedena pro německého malíře Bertela Bauera, který dostal jméno Kondaňño, první ordinace *pabbajá* na evropské půdě.

V roce 1911 se ale ctihodný Nyánatiloka vrátil na Srí Lanku v doprovodu několika svých nových žáků, se kterými založil známou Ostrovní poustevnu Polgasduva. Tam se pak stali ve třicátých letech mnichy naši Siegmund Feniger a Martin Novosad se jmény Nyánaponika a Nyánasatta. V Evropě ještě nebyla doba zralá, aby se tam buddhistické mnišství uchytilo. Jedním z důvodů jistě bylo, že buddhističtí mniši tehdy nabízeli jen společenskou organizaci s rituály a k tomu filosoficko intelektuální náplň, nikoliv ale meditaci a na meditaci založené postupy Dhammy pro zvládnutí každodenního života. Není-liž ale přesto úžasné, co se během pouhých sedmi let mnišství podařilo ctihodnému Nyánatilokovi pro Evropu udělat — samozřejmě s podporou těch inteligentních mužů a žen, kteří chápali užitečnost Buddhova učení, neuměli však Dhammu aplikovat v praxi. Je nyní na konci století v Evropě jiná situace?

Tak to slyšel v osmdesátých letech od ctihodných Therů Nyánaponiky a Nyánasatty Mirko Frýba, který přeložil Nyánatilokovo *Slovo Buddhovo* do češtiny a vydal jej v nakladatelství Stratos, Praha 1993.

Tento životní medailon Nyánatiloky byl napsán jako dodatek pro druhé vydání *Slova Buddhova* (pro které 1998 před odjezdem z Evropy překladatel v Praze deponoval bezvadné předlohy pro tisk). V roce 1999 se však na knižním trhu objevilo nové pokažené vydání *Slova Buddhova* s mnoha chybami a neautorizovanými změnami textu, ve kterém je také uveden rok 1993. Toto podvodné vydání má hnědočervené desky a je v něm číslo ISBN 80-85962-00-4. Rovněž na internetu koloval pokažený text překladu *Slova Buddhova* bez uvedení překladatele a bez copyrightu.

Jediný autorizovaný český překlad **původní verze**
Nyánatilokovy knihy **Slovo Buddhovo**
© 1993 Dr. Mirko Frýba
má žluté desky a číslo ISBN 80-901472-3-2