

Buddhismus a věda

V moderní vědě se stále více loučíme s přístupem k člověku jako pouhé biochemické továrně. Původní předpoklad, že mozek „vyrobí“ vědomí, byl nasnadě, protože jej bylo snadné začlenit do materialistického způsobu myšlení a evropské historie poznání psychy.² Mozek byl vnímán jako složitá soustava zpracovávající vědomosti a vědomí bylo omezeno na příslušnou kontrolní instanci. Tento přístup však ponechává mnoho oblastí nevysvětlených. A k tomu se přidal zásadní problém, že mysl disponuje vlastnostmi, které nevykazují materiální povahu.

V posledních letech se však výzkum mozku stále více odpoutává od tohoto čistě materiálního pohledu a rozšiřuje horizont prožívání za to, co je popsitelné pouze neurobiologicky. Důvodem není jen fakt, že mnoho pozorování nelze biologicky vysvětlit, ale především výzkumy prožitků blízkosti smrti (PBS, angl. NDE), které opakovaně dokázaly, že je možné mít jasné prožitky nezávisle na mozku. Vědomí nelze omezit – mozek je spíše umožňuje, než vytváří. Lidé, kteří měli zkušenost blízkosti smrti, při dotazování shodně uvádějí pocity klidu a míru (cca 90 procent), vnímání světla (cca 77 procent) nebo prožitky mimotělního vnímání.³

² Problém „tělo-duše“ je evropský, např. filozofické tradice v Asii považují toto rozdělení na mysl a tělo za iluzorní nebo bezvýznamné.

³ Kardiolog Pim Van Lommel se na deseti nizozemských klinikách dotazoval 344 pacientů, kteří byli po zástavě srdce klinicky mrtví a byli úspěšně oživeni. Van Lommel dochází k závěru, že:

a) jasné vědomí je možné i ve fázích zástavy srdce a úplného přerušení prokrvení mozku,

b) vědomí nelze chápat jako výsledek mozkové aktivity.

Srovnej Van Lommel, P.: *Endloses Bewusstsein. Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung*, 2009, str. 170 a následující (angl. original: *Consciousness Beyond Life, The Science of Near-Death Experience*).

Podobně jako kvantová fyzika i výzkum mozku se dnes mílovými kroky vzdaluje pohledu, že existuje pouze skutečnost, kterou lze změřit nebo vnímat smysly. Dnešní výzkumníci mozku stále častěji vycházejí z toho, že lidské vnímání je do velké míry výsledkem mentálního utváření. Například odhlédneme-li od aktivace smyslových orgánů, je aktivita mozku bezmála stejná, když skutečně vidíme východ slunce nad mořem nebo si jej pouze představujeme se zavřenými očima. Existuje značné množství důkazů, že vědomí není vytvářeno mozkem, nýbrž že je neomezené časem, prostorem a místem.

Z buddhistického hlediska je zajímavé především setkávání neurověd a kvantové fyziky. Mnohé jejich závěry a pohledy totiž doplňují z 500 let stará Buddhova učení. Zatímco tradiční fyzika vychází z existence objektivní skutečnosti, kvantová mechanika a teorie relativity se s touto představou rozcházejí⁴. Podobně jako v buddhismu se stále častěji vychází z toho, že neexistuje svět nezávislý na prožívajícím, neboli, jak to vyjádřil A. Einstein: „Realita je iluze, ale velmi úporná.“⁵

Kvantová fyzika i buddhismus vykračují mimo dualistický pohled, vyhýbají se extrémům „buď, anebo“ a namísto toho dávají přednost přístupu „to i to zároveň“. Před 1 200 lety to v severní Indii prakticky vyjádřil dosazitel Saraha: „Kdo věří, že svět je skutečný, je hloupý jako kráva.

⁴ Zřejmě nejednodušším příkladem nedualistické kvantové logiky a logiky „to i to zároveň“ je dualita částice a vlnění: světlo může být podle různého přístupu chápáno jako vlnění, nebo jako částice. Nejzajímavější vlastnost kvantové teorie polí se ukazuje v Casimirově jevu: i když se zdá být nějaké místo v prostoru zcela prázdné, „hemží“ se v něm virtuální částice, které se objevují z prostoru, po krátkou dobu existují, a pak se opět ztrácejí v prostoru.

⁵ Rosenkranz, Z., Wolff, B.: *Albert Einstein: The Persistent Illusion of Transience*, 2007.

Kdo věří, že je neskutečný, je ještě hloupější." (Protože někdo takový jde na podmíněné úrovni proti zákonu příčiny a následku – karmě.)

Prostor je vnímán jako sám o sobě prázdný a bez charakterizujících vlastností, přesto vše spojuje, obsahuje všechny informace a není od ničeho oddělený. Rupert Sheldrake nechal na univerzitě v Cambridgi na podzim roku 2004 skupinu lidí, aby odhadovali, kdo ze čtyř možných a jim známých účastníků experimentu jim právě volá. Výsledky dalece přesahovaly 25 procent očekávaných na základě statistiky pokusu a omylu a činily kolem 42 procent.⁶

Kvantový fyzik Anton Zeilinger z vídeňské univerzity chápe kvantovou mechaniku jako teorii informace a například díky pokusu s „provázaností částic“ (fotonů) dokázal, že v prostoru se může na různých místech ve stejném okamžiku objevit stejná informace bez fyzických přenosových cest.⁷ I proto se musí badatelé často dělit o Nobelovu cenu, protože nezávisle došli ke svým objevům ve stejnou dobu v různých zemích.⁸

Náš vesmír je v konečném důsledku informací, proto se vědy silně utvářené materialismem otrásají v základech a zároveň se potvrzují Buddhova učení, že vše obklopující

⁶ Sheldrake, R.: Journal of the Society for Psychical Research 68, 168-172, 2004.

⁷ „Myslím si, že se musíme oprostit od představ, že hmota nebo energie jsou primární. Dost možná je primární právě informace.“ Srovnej mimo jiné Zeilinger, A.: Einsteins Schleier – Die neue Welt der Quantenphysik, 2003. takéž: Einsteins Spuk – Teleportation und weitere Mysterien der Quantenphysik, 2005.

⁸ Nobelova cena za fyziku 2007: objev jevu obří magnetorezistence (GMR, Giant Magnetoresistance) Abert Fert (nar. 1938 ve Francii) a Peter Grünberg (nar. 1939 v SRN). Grünberg a Fert objevili nezávisle téměř zároveň GMR (giant magnetoresistance) v letech 1987/88.

prostor je spíše nádobou než odděleností, že není černou dírou, ale něčím, co bytosti objímá a spojuje.⁹

Když opustíme doposud vyučované pochopení světa a budeme sledovat nejnovější poznatky kvantové fyziky, neurovědy a výzkumu mozku, ukáže se koncept znovuzrození jako prozíravý. Můžeme použít přirovnání k rádiu: i když je přístroj rozbitý, rozhlasové programy dále existují. Když se přijímač – mozek – postupně rozpadá, jak tomu je během umírání, a dokáže přehrávat stále méně programů, nemizí celý člověk, ale pouze jeho materiální projev, všechny jeho vlastnosti zůstanou zachovány. To, co máme, pomine, to, čím jsme – prožívající všech jevů, žije dále, mimo čas a prostor. Smrt, stejně jako zrození, je pouze přechodem do jiného stavu vědomí. Prožívající všech jevů se po mezistavu (skt. *antarābhava*, tib. *barḍo*), ve kterém se projeví nejsilnější uložené dojmy, spojí s odpovídajícím novým tělem ve světě, který odpovídá obsahu těchto dojmů.

Naše vědomí – to, co se nyní dívá našima očima a slyší našima ušima, cítí pokožkou a myslí na věcejšek nebo zítřek, naše mysl, která tohle všechno dokáže, je ze své skutečné podstaty nadčasová a neomezená. Je jako zrcadlo, ve kterém se objevují a mizí obrázky, sama se však nemění. Je jako moře, ve kterém vznikají a mizí vlny, zatímco moře samotné zůstává beze změn. To znamená, že naše vědomí, ze kterého vše pochází, nebylo nikdy vytvořeno, a proto se ani nemůže rozpadnout. Prožívající se nenarodil, a proto nemůže zemřít. Umírat budou jen naše těla, protože jsou podmíněná.

⁹ Zeilinger, A. v osobním rozhovoru se mnou 3. dubna 2006: „Zdá se, že informace je něco, co přesahuje čas a prostor.“

Mysl je tím, co všechno poznává, ale není ničím z toho omezená. Je jako prostor. Proto je všechno, co se děje, její svobodnou hrou. Ať jevy vznikají, nebo zanikají, objevují se, nebo mizí, všechno je projevem bohatství mysli. To, co je absolutní, je přítomné ve všech časech a na všech místech. Mysl si neustále hraje sama se sebou, nechává v sobě a ze sebe vznikat vlnám, stavům, tendencím a vnitřním prožitkům myšlenek a pocitů. Když se vně nebo uvnitř nic neobjevuje, ukazuje se prostor mysli a v něm tkvící potenciál. Když je něco prožíváno nebo se něco děje, ukazuje to na jasnost mysli a její schopnost svobodně si hrát. To, že může být přítomné oboje zároveň, ukazuje na její neomezenost.

Čím více chápeme, že mysl sama o sobě je nezníitelná, tím dříve se rozpustí obavy a očekávání a my budeme moci svobodně spočívat nebo jednat v přítomném okamžiku. Budeme stále méně zachyceni ve světě vlastních představ o minulosti a budoucnosti a budeme si stále méně myslet, že bychom měli něco dokazovat nebo se omlouvat. Postupně se objeví pohled, že vše je zajímavé už proto, že se to děje, a je projevem možností mysli. Namísto obav a očekávání najednou vnímáme prostor a svobodu vně i uvnitř a s blažeností prožíváme, kolik bytosti mají a dokáží předat nadbytku a síly a kolik bohatství se může rozvinout. Ať už se něco objevuje na základě mládí, síly a lásky, nebo se ztrácí kvůli stáří, nemoci a smrti, obojí ukazuje bezbřehou hru mysli a je projevem neomezených možností, které v ní tkví.

Bez začátku a konce

Po tisíce let si lidé utvářejí představy o světě, životě, smrti a o tom, co přijde pak. Rozvinulo se ohromné množství názorů, domněnek a předpokladů. Mezi nimi je široce

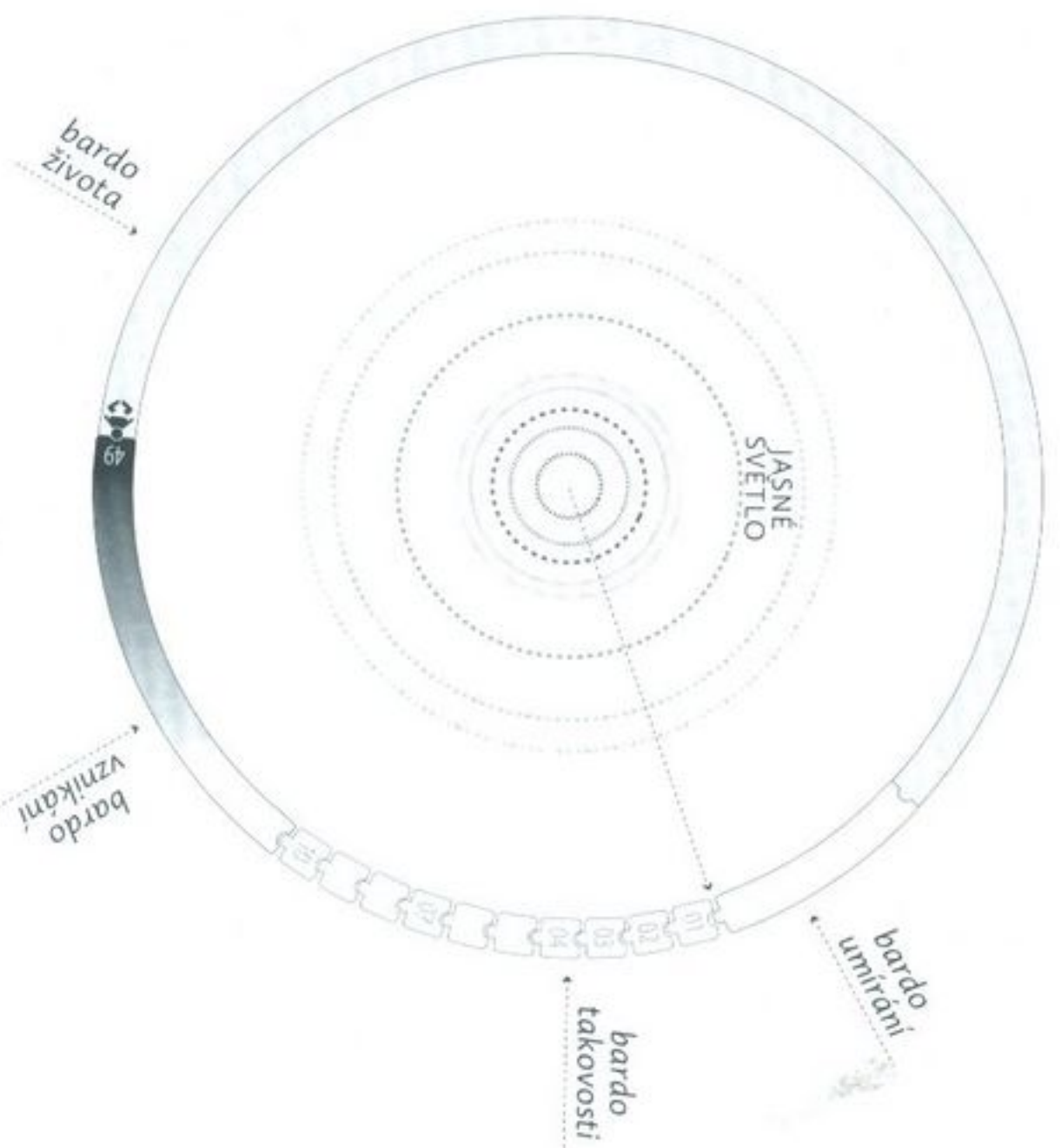
rozšířená představa, že existuje počátek a konec světa. Nalezneme ji u Vikingů i u starých Řeků nebo u tří velkých náboženství víry Blízkého východu, ve kterých se setkáváme s vyvolenými národy na cestě do země zaslíbené, s často komplikovanými bohy. Zatímco u náboženství víry je původcem a konečným smyslem světa osobní bůh, buddhismus a další náboženství prožitku jako hinduismus a taoismus vycházejí z neustálého koloběhu vzniku a zániku (koloběh života).

Svět není výtvořem vyšší moci nebo něčeho objektivně vnějšího, neustále jej vytváří naše vnímání a činy. Proto se z něj může každý vysvobodit díky rozvoji nadosobního pohledu. Místo hledání prořešků nebo viníka protivensství života a naděje na něco za tímto světem se díváme na dané okolnosti a následky a zaměřujeme se na rozvoj toho, co máme k dispozici v tomto životě i po něm. Na základě tohoto přístupu pak obecně v náboženstvích prožitku, a zde především v buddhismu, nacházíme rady pro zvládnutí života, smrti a šťastné znovuzrození.

Aby bylo možné pochopit různé stavy a chování mysli, buddhistická učení koloběh života rozdělují. Skládá se sice z nepřetržitého řetězce na sebe navazujících okamžiků, ale lze jej rozdělit na mezistavy. Takové mezistavy, trvající od určitého počátečního až do určitého koncového okamžiku, se označují pojmem *bardo*. Doslova přeloženo znamená bardo „mezeru“ nebo „mezi“. Bard existuje nekonečné množství, protože vše se neustále mění. Z tohoto pohledu se až do osvětlení nacházíme neustále v přechodu z jednoho stavu do druhého. Obecně bardo popisuje mezistav mezi nynějším životem a znovuzrozením v následujícím životě. Pouze ve stavu, ve kterém vědomí rozpozná svou nadčasovost – vysvobození nebo osvětlení, není žádné bardo.

V Tibetské knize mrtvých se na některých místech píše pouze o dvou bardech: bardu života a bardu smrti. Jinde se zase hovoří o čtyřech: bardu života, bardu umírání, bardu takovosti a bardu vzníkání. V případě ještě přesenějších vysvětlení se v mezistavu života rozlišují dvě další barda, takže se mluví celkem o šesti bardech: bardu bdělého stavu, bardu snu, bardu meditace, bardu umírání, bardu absolutní podstaty a bardu vzníkání.¹⁰

Šest bard zahrnuje tři neustále se opakující stavy vědomí od narození až do okamžiku, kdy nezvratně začne



Obr.1 Koloběh života

¹⁰ Tsele Natsok Rangdröl: Wegweiser durch die vier Bardos, 2009. Tenga rinpoche: Übergang und Befreiung, 1996.

proces umírání, a tři po sobě následující mezistavy, které se odehrávají mezi smrtí a dalším životem.

Bardo života (skt. *džatjantarābhava*, tib. *rangzin bardo*): v bdělém stavu pracujeme všichni se společně vnímaným světem smyslů prostřednictvím těla, řeči a mysli. Uvědomujeme si, dokážeme myslet a přemýšlet. Svět je prožíván jako pevný a logický. Během dne prožíváme společný, třebaže vlastním přístupem zabarvený svět. Společné je to, co nám umožní prožít dosah našich smyslů a otevřenost kultury, ve které žijeme, vůči tomu, co prožíváme, a individuální je naše „nasazení“ vyrůstající z našich vlastních přání a očekávání. V tomto období lze vědomě měnit svůj život, ovládat jej a pracovat s myslí (srovnej Cesty ke štěstí a *Znovuzrození*). Tady se můžeme pomocí buddhistických metod nejlépe připravit na budoucnost, a tím na všechny ostatní mezistavy.

Bardo snu (skt. *svapanāntarābhava*, tib. *milam bardo*): fáze snu během spánku se označují jako druhé bardo v rámci barda života. Patří k němu také stavy opojení vyvolané nepsychedelickými drogami nebo alkoholem. Ve snu prožíváme během tří fází noci tři druhy prožitků: nejprve probíhá zpracovávání dojmů z předchozího dne, poté se mohou během fáze hlubokého spánku dostavit fyzické prožitky a krátce před probuzením je mysl občas otevřená krátkým událostem, během kterých bývá při nerušeném a nepřerušovaném delším spánku možné předvídat události týkající se vzdálené budoucnosti. Sný jsou prožívané se stejnou skutečností jako denní svět, přestože se vše děje zcela svobodně a nezávisle na čase, místě a tělu a nejsou sdíleny s ostatními. Týkají se jenom mysli a neprobíhají v časové posloupnosti. Během hlubokého spánku, kdy vědomí spočívá ve středu těla, panuje úplná

nevědomost. Vědomě ho prožívají pouze dosažitelé pomocí určitých meditačních praxí.

Bardo medítace (skt. *samādhyāntarābhava*, tib. *samten bardo*): pokročilý buddhista pravidelně medituje s cílem rozpoznat mysl. Během dne udržuje při každodenních činnostech co nejčistší pohled a prokládá jím každodenní, většinou návykový tok prožívání. Tak se učí méně a méně reagovat na rušivé pocity, vědomě spočívat v přítomném okamžiku, a postupně se mu daří prožívat nadčasové vlastnosti mysli. Po ukončení sezeného meditačního pohroužení, když se přihlásí běžné životní povinnosti, se snaží tuto úroveň co nejlépe udržovat. S každou meditací se tak učí nejenom lépe poznávat mysl, ale otevřené vědomí „to i to zároveň“ mu také umožní lepší přehled o tom, co prožívá. Pojem bardo medítace se používá pouze tehdy, když se skutečně jedná o přímé prožívání podstaty mysli. Teprve pak jsme schopni rozlišovat mezi meditací a fází po meditaci. Jak se s lety stále lépe seznamujeme s přechodem jedné oblasti prožívání v druhou (spánek/meditace), lze později, pokud je to fyzicky možné, vědomě procházet i umíráním a podle schopností tyto zkušenosti co nejlépe využít do budoucna (srovnej *Cesty ke štěstí a Vědomé umírání*).

Každodenní zkušenosti nejsou však jedinými mezistavy, které prožíváme. Když pomínou podmínky umožňující život, nedokáže tělo již mysl udržet. Její energie-vědomí ho opustí a s velkou silou se objeví tři další barda.

Bardo umírání (skt. *mumūṣāntarābhava*, tib. *chika bardo*): první z těchto mezistavů, bardo umírání, je samotným procesem umírání, tedy krátkým obdobím před klinickou smrtí, během ní a po ní, který všichni opakovaně

prožívají od času bez počátku a budou jej tak prožívat až do osvícení (srovnej *Umírání*).

Bardo takovosti (skt. *dharmaśāntarābhava*, tib. *choñi bardo*): během druhého mezistavu, barda takovosti, existuje možnost splynout s jasným světlem mysli. To znamená rozpoznání podstaty mysli a osvícení. Pokud tento okamžik nevyužijeme, následuje u dnešních dobře vzdělaných lidí zhruba 68 hodin bezvědomí. Jakmile se z něho probudíme, mohou se buddhisté během následujících sedmi dnů setkat se svými učiteli a formami buddhů, se kterými si vytvořili spojení díky iniciacím nebo vedeným meditacím, a mohou vstoupit do jejich energetických polí nejvyšší radosti (srovnej *Rozhodující okamžik*).

Bardo vznikání (skt. *bhāvāntarābhava*, tib. *sipa bardo*): pokud jsme nedokázali využít možnosti dosáhnout nadoborního stavu v předchozím bardu, dostaneme se od desátého dne po smrti do dalšího mezistavu, barda vznikání. Dojmy ze shromažďovacího vědomí sestávající z tendencí a karmy vytvářejí stále pevnější vzorec, který nás během následujících 39 dnů sváže s novým životem v podmíněném světě (srovnej *Znovuzrození*).

Tibetská kniha mrtvých

Na Západě jsou velmi známé především pokyny Tibetské knihy mrtvých¹¹ (tib. *Bardo thödol*, Vysvobození v bardu skrze naslouchání). Je součástí buddhistického spisu z 8. století, který je přisuzován zakladateli tibetského buddhismu Guru Rinpočemu a dostává se jí, mimo jiné díky podobnosti líčených světelných úkazů s prožitky

¹¹ Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol. Praha, Argo, překlad Josef Kolmaš, 2006 (1. vydání).

ŠEST MEZISTAVŮ			
bardo života		<ul style="list-style-type: none">• mezi počtím a začátkem procesu umírání• místo narození, motivace, fyzické dispozice jsou následky karmických příčin• vytváření a odstraňování karmy	
bardo smu		<ul style="list-style-type: none">• dočasné vědomé stavy během spánku• ze shromažďovacího vědomí částečně vycházejí karmické dojmy, které jsou prožívány jako sen• žádné smyslové vnímání	
bardo meditace		<ul style="list-style-type: none">• bezprostřední prožívání podstaty mysli• spočívání v „teď a tady“ / splývání s lamou nebo buddhou• spočívání ve vlastním středu, aniž bychom se nechali rozptylovat myšlenkami a pocity, udržování tohoto pocitu i mezi meditačními sezeními; je prožíváno od první úrovně bódhisattvy	
bardo umírání		<ul style="list-style-type: none">• od prvních příznaků až do doby, kdy mysl opustí tělo* (cca 30 min)• ztráta těla, rodiny, přátel, majetku a představ• mizí smyslové vjemy• rozpouštění živlů: postupně se objevují prožitky bílé (objevení se), červené (stoupání) a černé (dovršení) barvy	
bardo takovosti		<ul style="list-style-type: none">• od opuštění těla až po uvědomění si, že jsme mrtví* (cca 10 dní)• možnost splýnout s jasným světem mysli nebo s formami ze světa• nejlepší možnost pro phowu, začátek tohoto barda nebo 3 dny poté	
bardo vznikání		<ul style="list-style-type: none">• od okamžiku pochopení, že jsme mrtví, až po opětovné spojení se s podmíněným světem a jednou z jeho šesti oblastí existence*• na začátku pokračování dojmů z předchozího života• cca od 25. dne* určují dojmy ze všech životů ve shromažďovacím vědomí další znovuzrození	
*průměrné časové údaje, individuálně se mohou podstatně měnit			
Lobpön Cheču rinpočhe: „Ve skutečnosti se celý koncept barda vztahuje k času, po který jsme chyceni samsárou, protože základem pro ni je naše nevědomost. Až do doby, kdy se ji zbavíme, tedy do osvětlení, je toto vše stav barda, stav nevědomosti.“ (Radhy, Dánsko, 1992)			

*průměrné časové údaje, individuálně se mohou podstatně měnit
 Lobpön Ccheču rimpoche: „Ve skutečnosti se celý koncept barda vztahuje k času, po který jsme chyceni samsárou, protože základem pro ni je naše nevědomost. Až do doby, kdy se jí zbavíme, tedy do osvětlení, je toto vše stav barda, stav nevědomosti.“ (Radby, Dánsko, 1992)

Obr. 2: Šest mezistavů

blízkosti smrti popisovanými dnešními badateli, širokého uznání. Obsahuje učení o průběhu umírání a znovuzrození a vysvětluje možnosti, jak se vymanit z koloběhu smrti a znovuzrození. Ve třech starých školách tibetského buddhismu se kniha četla za života, aby si s její pomocí umírající během umírání a v mezistavu vzpomněli na pokyny a mohli bezprostředně dosáhnout vysvobození. Kniha se předčítala i již zemřelým v mezistavu, aby bylo možné je lépe vést na cestě k lepšímu znovuzrození.

Nicméně i tady se vyplatí nezapomínat na zdravý rozum. V Tibetu totiž vládly až do čínské okupace v roce 1959, která přinesla ještě více utrpení, středověké poměry s minimem police a ochránců veřejného pořádku. Úřady, do velké míry ovládané majiteli půdy ve Lhase a třemi okolními velkými kláštery, se proto pokoušely pomocí zachování jisté úrovně strachu ve společnosti udržet obyvatelstvo poddajné, což se v případě mírných obyvatelů centrálního Tibetu také dařilo. Podle toho se také zdůrazňovalo utrpení při umírání a následující pekla. Když vezmeme v úvahu současné poznatky výzkumu prožitků blízkosti smrti, vyplývají z nich, jistě nejenom kvůli dnešním dobrým lékům proti bolesti a civilizovaným společností západních zemí, mnohem lepší vyhlídky. Dojmy a obrázky objevující se v mysli po smrti závisí totiž výhradně na motivaci a způsobu života.

Obsáhlý vzhled do rozmanitých prožitků a procesů probíhajících po smrti až po opětovné znovuzrození nabízejí buddhističtí učitelé (tib. lamové) především tří „starých“ tibetských škol meditace, neboli škol „červených čepic“. Tito velcí mistři meditace, zvaní také dosažitelé, jsou přitom také základem a zdrojem učení. Mysl dokáže nejenom vytvářet nové prožítky, ale také schraňovat staré, a proto si dosažitelé dokáží díky své jasnosti vzpomenout

na prožitky z minulých životů. Umí mnohé vysvětlit, což přináší neochvějnou jistotu.

Buddhova učení, výrocky Guru Rinpočeho, zkušenosti buddhistických mistrů a vhledy dalších, kteří možná v minulých životech vykonávali buddhistické meditace, potvrzují hluboké naděje: existují nadčasové „nadosobní“ úrovně vědomí nejvyšší radosti a metody, které je možné se naučit za života, jak v okamžiku smrti mysl trvale zbavit každé bolesti. A pokud se podaří rozpoznat poté se objevující jasné světlo jako vlastní podstatu – dokonce dosáhnout osvícení. Tyto praxe zahrnující tělo, řeč a mysl se tibetsky nazývají *phowa*, a ta nejjednodušší a pro každého přístupná je popsána v kapitole *Vědomé umírání*. Tato meditace oslabuje již za života strach ze smrti a ty, kdo se ji naučili, vede automaticky do takzvaných „čistých zemí“, to znamená vysvobozených a nesmírně radostných úrovní vědomí, ze kterých již není možné klesnout.

Pokud by někdo chtěl rozvinout všechny schopnosti a vlastnosti tkvící v těchto úrovních mysli, měl by se závčas rozhodnout využít k tomu proces umírání. Neexistuje jiný okamžik, ve kterém by se scházely tak příznivé podmínky pro obrovské skoky v rozvoji: když odpadnou všechny smyslové dojmy, rozpustí se návyky a uvolní se všechny energie, otevře se cesta k nesmírnému rozvoji. Podle svého vhledu a odvahy pak budeme svou mysl poznávat stále hlouběji jako nadčasovou pravdu, spontánní radost a aktivní lásku.

2. CESTY KE ŠTĚSTÍ



I kdybychom měli stejně dobré podmínky, jako měl před 2 500 lety Buddha – království, přátele, partnery, služebnictvo, vzdělání, pohybové aktivity, zdraví a radostnou mysl, museli bychom jednoho dne pochopit, že pomíjivost se nezastaví před naším prahem a že všechny vnější radosti neustále pomíjejí. I kdybychom měli štěstí a nebyli vůbec nemocní, jistě se nám nevyhne stárí a smrt. Buddhovi bylo dvacet devět let, když se poprvé setkal s nemocí, stárím a smrtí. Následující dlouhou noc plnou marného přemýšlení probděl a došlo mu, že tento bolestný proces je nevyhnutelný. Druhý den ráno se podíval do očí jednoho dosažitele a pochopil: za prožitky je nadčasový prožívající, na kterého je vždy a všude spolehnutí. Přišlo mu, že dosažení tohoto bdělého vědomí pro dobro všech je tím nejsmysluplnějším cílem, a proto se vydal na cestu, aby tohoto cíle dosáhl.

Čtyři vznešené pravdy

Po dosažení osvícení ve věku třiceti pěti let začal Buddha, „Probuzený“, svou učitelenskou činnost trvající čtyřicet pět let čtyřmi základními prohlášeními:

„Existuje utrpení.“ Tento výrok není tak pesimistický, jak by se mohlo na první unáhlený pohled zdát a jak je ještě dnes chápán na mnohých univerzitách. Při bližším zkoumání ukazuje na nekonečné bohatství skryté v mysli.