

Kdysi vyprávěl Buddha svým mnichům následující příběh:

Jednou dvojice akrobatů předváděla své cviky na bambusové tyči. Tehdy řekl mistr svým žákům: „Nyní si vylezte na má ramena a vyšplhejte na bambusovou tyč.“ Když tak žáci učinili, mistr řekl: „Teď mne dobře sledujte a já vás ochráním! Když se budeme navzájem chránit a sledovat, budeme schopni úspěšně předvádět naši obratnost a bezpečně se dostaneme z bambusové tyče dolů.“ Ale učeň řekl: „Ne zcela mistře! Vy, mistře, byste měl chránit sám sebe a také já bych měl chránit sám sebe. Takto budeme, pomocí sebeochrany a sebekontroly, bezpečně provádět naše cviky.“

„To je ten správný způsob,“ řekl Vznešený a dále promluvil takto:

„Je to přesně jak řekl učeň: ‘Budu chránit sám sebe’ - takto by měly být praktikovány základy bdělé pozornosti (*satipatthána*). ‘Budu chránit druhé’ - takto by měly být praktikovány základy bdělé pozornosti. Sám sebe chráním, chráním druhé; druhé chráním, chráním sám sebe.“

„A jak může člověk, chránit sám sebe, chránit druhé? Opakovanou a častou praxí meditace (*ásévanája bhávanája bahulikamména*).“

„A jak může člověk, chránit druhé, chránit sám sebe? Trpělivostí a tolerancí, nenásilným a ohleduplným životem, milující laskavostí a soucitem.“

*Samjutta Nikája 47:19*

Tato *sutta* je důležitou částí Buddhova učení a je stále skryta jako pohřbený poklad, neznámý a nepoužívaný. Nicméně tento text má pro nás důležitý vzkaz a skutečnost, že je označen královskou pečeti *satipatthány*, poukazuje na jeho důležitost.

### **Jedinec a společnost**

Tato *sutta* se zabývá vztahem mezi námi a ostatními bytostmi, mezi jedincem a společností. Krátce tak shrnuje buddhistický postoj k problémům etiky jedince a společnosti, egoismu a altruismu. Podstata tohoto postoje je obsažena v následujících dvou stručných větách:

„Sám sebe chráním, chráním druhé.“

(*Attánam rakkhantó param rakkhati*)

„Druhé chráním, chráním sám sebe.“

(*Param rakkhantó attánam rakkhati*)

Tyto dvě věty jsou propojené a neměly by být chápány nebo citovány odděleně. V dnešní době, velmi zaměřené na sociální služby, mohou lidé klást důraz pouze na druhou větu. Ale každá takováto jednostranná citace může vést k nepochopení Buddhova stanoviska. Je třeba mít na paměti, že v našem příběhu Buddha výslovně potvrdil učňova slova, že člověk má nejprve opatrně sledovat své vlastní kroky, pokud si přeje chránit druhé před újmou. Kdo se sám propadl do bažiny, nemůže z ní pomoci druhým. V tomto smyslu ochrana sama sebe vytváří nezbytný základ pro ochranu a pomoc poskytovanou druhým. Ale ochrana sama sebe není sobeckou ochranou. Je to sebekontrola, etické a duševní seberozvíjení.

V případě takto obsáhlých a hlubokých pravd nám může připadat, že jejich význam se neustále rozšiřuje v závislosti na míře jejich pochopení a užívání. Takovéto pravdy jsou použitelné v různých úrovních pochopení a jsou platné v rozmanitých souvislostech našeho života. Po dosažení první nebo druhé úrovně bude člověk překvapen, že se mu znova a znova otevírají nové perspektivy porozumění, objasněné tou stejnou pravdou. Toto také platí pro významnou dvojici pravd našeho textu, na které bychom se nyní měli podívat detailněji.

„Sám sebe chráním, chráním druhé“ – pravdivost tohoto výroku začíná na velice jednoduché a praktické úrovni. Tato první materiální úroveň je tak evidentní, že o ní není třeba říci více než pár slov. Je zřejmé, že ochrana našeho vlastního zdraví úzce souvisí s ochranou zdraví druhých v našem okolí, obzvláště pokud se to týká nakažlivých chorob. Obezřetnost a uváženost veškerého našeho konání a aktivit ochrání druhé před újmou, která by mohla vzejít z naší nepozornosti a nedbalosti. Pozorným řízením auta, zdržováním se alkoholu, sebekontrolou v situacích, které by mohly vést k násilí – ve všech těchto a mnoha dalších případech bychom měli sebeochranou ochránit i druhé.

## **Etická úroveň**

Nyní přejdeme k etické úrovni této pravdy. Morální sebeochrana ochrání druhé, jedince i společnost, před našimi vlastními nekontrolovanými vášněmi a sobeckými podněty. Pokud připustíme, aby se „tři kořeny“ zlého – chtivost, nenávist a zaslepenost – pevně uchytily v našich srdcích, potom se jejich výhonky rozšíří daleko a široko, jako popínavá rostlina, přičemž udusí mnoho zdravého a ušlechtilého porostu kolem. Pokud se ale ochráníme před těmito třemi kořeny, naši blízcí budou také v bezpečí. V bezpečí před naší lehkovážnou touhou po majetku a moci, před naším nekontrolovaným chtíčem a smyslností, před naší závistí a žárlivostí; v bezpečí před zhoubnými následky naší nenávisti a nepřátelstvím, které může být ničivé nebo dokonce vražedné; v bezpečí před našimi výbuchy hněvu a následnou atmosférou nepřátelství a konfliktů, které mohou učinit našim blízkým život nesnesitelným.

Škodlivé následky naší chtivosti a nenávisti nejsou omezeny na dobu, kdy se druzí stali pasivními objekty či oběťmi naší nenávisti nebo kdy se jejich vlastnictví stalo objektem naší chtivosti. Obojí, chtivost i nenávist, mají nakažlivou sílu, která nesmírně násobí jejich zlé následky. Pokud nemáme v mysli nic než chtění, zisk a vlastnění, držení a lpění, potom můžeme probouzet a zesilovat tyto vlastnické sklony v druhých. Naše špatné chování se může stát normou pro naše okolí – pro naše děti, přátele, spolupracovníky. Naše chování může přimět ostatní přidat se k běžnému uspokojování nenasytných tužeb; také můžeme v druhých probouzet pocit závisti a rivality. Pokud jsme plní smyslnosti, můžeme v nich také rozdmýchat oheň žádostivosti. Naše vlastní nenávist může druhé vyprovokovat k nenávisti a pomstě. Můžeme se také s druhými spojit nebo je navádět ke společným činům pocházejícím z nenávisti a nepřátelství. Chtivost a nenávist jsou vskutku jako nakažlivé choroby. Pokud ochráníme sami sebe před těmito zlými nákazami, budeme alespoň do jisté míry chránit také druhé.

## **Ochrana prostřednictvím moudrosti**

U třetího kořene zlého, zaslepenosti nebo nevědomosti, víme velmi dobře, kolik škody může být způsobeno hloupostí, nepozorností, předsudky, zdáním a chybným názorem jediného člověka.

Pokusy ochránit sebe sama a ostatní bez moudrosti a znalostí obvykle selžou. Člověk často vidí nebezpečí příliš pozdě; nezajistí se před budoucností; nezná vhodné a účelné způsoby ochrany a pomoci. Proto má sebeochrana prostřednictvím moudrosti a znalostí největší význam. Nabýváním pravé moudrosti a znalostí můžeme chránit druhé před škodlivými následky naší vlastní nevědomosti, předsudky, nakažlivým fanatismem a chybným názorem. Historie nám ukazuje, že velká a ničivá hromadná zaslepenost často bývá rozdmýchána jediným člověkem nebo malou skupinou lidí. Sebeochrana prostřednictvím moudrosti a znalostí ochrání druhé před zhoubnými účinky těchto vlivů.

Krátce jsme naznačili, jak silný dopad má náš vlastní soukromý život na životy druhých. Pokud ponecháme nevyřešené zjevné nebo latentní zdroje společenského zla v nás, naše vnější společenská činnost bude buď neplodná nebo výrazně neúplná. Proto, pokud jsme vedeni duchem společenské odpovědnosti, nesmíme zanedbávat nesnadnou úlohu morálního a duševního sebevývoje. Společenská angažovanost nesmí být omluvou nebo útekem před první povinností – zamést si před vlastním prahem.

Stejně tak ten, kdo se svědomitě věnuje sobě, aby se morálně a duševně sebezdokonalil, bude silnou a aktivní silou dobra ve světě, dokonce i pokud nevstoupí do žádné vnější společenské služby. Jeho tichý příklad sám o sobě pomůže a podpoří mnohé, jako názorná ukázka toho, že idea nezištného a ohleduplného života může být žita a není to jen předmět kázání.

## **Meditační úroveň**

Nyní postupujeme k další, vyšší úrovni výkladu našeho textu vyjádřené následujícími slovy *sutt*: „A jak může člověk, chráníc sám sebe, chránit druhé? Opakovanou a častou praxí meditace.“ Morální sebeochrana nebude stabilní, pokud zůstane strnulou sebekázní, která je vynucena v boji proti konfliktním návykům v myšlení a chování. Vášnivé touhy a sobecké sklony mohou zesílit, pokud se je snažíme utišit čistě silou vůle. I když se nám dočasně podaří potlačit vášnivé či sobecké podněty, nevyřešené vnitřní konflikty zabrání morálnímu a duševnímu rozvoji a pokříví charakter. Navíc vnitřní nesoulad zapříčiněný násilným potlačením podnětů se projeví ve vnějším chování a člověk se stává podrážděným, rozčileným, despotickým nebo agresivním k druhým. A takto mohu špatnou sebeochranou přivolat újmu jak sobě, tak druhým. Pouze pokud se sebeochrana stane přirozenou funkcí, stejně přirozenou jako přivření očních víček před prachem - pouze tehdy náš morální postoj zajistí opravdovou ochranu a bezpečí nám i druhým. Takovéto přirozené morální chování nepřijde jako „dar z nebes.“ Musíme ho získat opakovanou praxí a rozvíjením. Proto je v naší *suttě* řečeno, že opakovanou praxí se sebeochrana stává dostatečně silnou, aby ochránila i druhé.

Avšak pokud se opakovaná praxe dobrého odehrává pouze na úrovni jednání, emocí a rozumu, její kořeny nebudou dostatečně pevné a hluboké. Opakovaná praxe musí také dosáhnout úrovně meditačního rozvoje. Prostřednictvím meditace se tyto volní, citové a intelektuální motivy morální a duševní sebeochrany stanou naším osobním vlastnictvím, které již jen tak neztratíme. Proto zde naše *sutta* zmiňuje *bhāvanā*, meditační rozvíjení mysli v jeho nejširším významu. Toto je nejvyšší forma ochrany, které můžeme na světě dosáhnout. Ten, kdo rozvinul svoji mysl meditací, žije v míru sám se sebou i se světem. Žádná újma nebo násilí od něj nepovstane. Mír a čistota, kterou vyzařuje, bude mít inspirující, povznášející sílu a bude požehnáním pro svět. Bude pozitivním prvkem společnosti, dokonce i pokud bude žít v odloučení a tichosti. Když se ze společnosti vytratí pochopení a rozpoznání společenské hodnoty meditativního života, bude to jeden z prvních příznaků duchovního úpadku.

## **Ochrana druhých**

Je nutné uvážit i druhou část Buddhova prohlášení, která je nezbytným doplňkem první části: „Chráníc druhé, chráním sám sebe. A jak? Trpělivostí a tolerancí, nenásilím a ohleduplným životem, milující laskavostí a soucitem (*khantijā avihimsāja mettatāja anuddajatāja*).“

Ten, jehož vztah k ostatním bytostem je řízen těmito zásadami, takto sám sebe ochrání lépe než by mohl fyzickou silou nebo mocnými zbraněmi. Ten, kdo je trpělivý a tolerantní, se vyhne konfliktům a sporům a vytvoří si přátele z těch, jež zahrnul trpělivým pochopením. Kdo se neuchyluje k použití síly nebo nátlaku, se za běžných podmínek zřídka stává původcem násilí, stejně jako nedává příčinu ke vzniku násilí u ostatních. A pokud bude konfrontován s násilím, potom způsobí jeho brzký konec, stejně jako nebude prodlužovat nepřátelství užitím pomsty. Ten, kdo chová lásku a soucit ke všem bytostem a je prost nepřátelství, přemůže zlo vůči ostatních a zbaví je násilí a krutosti. Soucitné srdce je záchranou pro celý svět.

Nyní bychom měli lépe chápat, jak jsou tyto dvě vzájemně se doplňující věty našeho textu propojené. Sebeochrana je nezbytným základem. Ale opravdová sebeochrana je možná jen v případě, kdy není v rozporu s ochranou druhých; kdo se snaží o sebeochranu na úkor druhých, ten poškodí a ohrozí sám sebe. Zároveň platí, že ochrana druhých nesmí být v rozporu se čtyřmi principy: trpělivostí, nenásilím, milující laskavostí a soucitem; také nesmí být druhým překážkou jejich svobodného duševního rozvoje, což by se mohlo stát v případě některých autoritářských nauk. V buddhistickém pojetí sebeochrany je tak jakékoli sobectví nepřijatelné a v případě ochrany druhých nemá násilí a omezování žádné opodstatnění.

Sebeochrana a ochrana druhých se slučuje s významnou dvojicí kvalit buddhismu, a to s moudrostí a se soucitem. Pravá sebeochrana je vyjádřením moudrosti, pravá ochrana druhých je vyjádřením soucitu. Moudrost a soucit, které jsou základními prvky Probuzení (Osvícení), byly dovedeny k nejvyšší dokonalosti dokonale Probuzeným, Buddhou. Důslednost v jejich harmonickém rozvíjení je charakteristickým znakem *Dhammy*. Setkáváme se s nimi ve čtyřech vznešených dleních (*brahmavihára*), kde vyrovnanost koresponduje s moudrostí a sebeochranou, zatímco milující laskavost, soucit a sdílená radost korespondují se soucitem a ochranou druhých.

Tyto dvě významné zásady sebeochrany a ochrany druhých jsou stejně důležité jak pro morálku jedince, tak pro morálku společnosti, a spolupůsobení obou vede k harmonii. Nicméně jejich přínos nekončí na etické úrovni, ale přibližuje jedince k nejvyšší realizaci *Dhammy* a současně zajišťuje pevné základy blaha společnosti.

Autor je přesvědčen, že pochopení těchto dvou významných zásad sebeochrany a ochrany druhých, coby projevu dvojice kvalit moudrosti a soucitu, má zásadní význam v buddhistické výchově pro mladou i starší generaci. Jsou to základní kameny utváření charakteru a zasluhují si ústřední postavení v dnešním celosvětovém úsilí o buddhistické obrození.

„Budu chránit druhé“ - takto bychom měli budovat základy uvědomění a s takovýmto záměrem bychom se měli věnovat praxi meditace za účelem vlastního osvobození.

„Budu chránit sám sebe“ - takto bychom měli budovat základy uvědomění a s tímto záměrem bychom měli usměrňovat naše chování trpělivostí, ohleduplností, milující laskavostí a soucitem, pro prospěch a blaho mnohých.