

Buddhovo učení je stále živé

Do prostějovské árámy už jezdím několik let, kde jinde lze najít příhodnější místo k poznávání své mysli a seznámení se s Buddhovým učení než tady. Seriózní zájemci o praxi zde mají možnost nahlédnout do mnišských pravidel naučit se je respektovat a hlavně přijmout pravidla pro praktikující laiky. Vstupem do árámy bychom měli přestat uvažovat „světsky“ a snažit se o pochopení, proč tomu tak je a co se vlastně po nás žádá. Zatímco náš život v běžném světě ubíhá velmi hekticky a ve stresu, zde se ocitáme ve světě ticha, hlavně toho vnitřního. Teď máme jedinečnou možnost zkoumat nánosy a nečistoty v naší mysli. Jsme na to opravdu připraveni a chceme to? Jaký je náš opravdový záměr? Nebo tu jsme jen ze zvědavosti,



podívat se, jak vypadá buddhistická mniška a jak vlastně funguje klášter? Na to si každý musí odpovědět sám, hlad po senzačních zážitcích dnes převládá nad opravdovým záměrem pochopit to, co učí Buddha.



Během let jsem nabyla jistoty, že jeho učení je stále živé a aktuální. Dnes, kdy pojmy etika a moudrost ztrácejí na významu, cítíme stále víc, jak potřebujeme smysluplně fungovat. Buddha nás k tomu všemu vede. Jednotlivé sutty se zabývají tím, co je to správný názor, jaké jsou nečistoty v naší mysli, co je prospěšné a neprospěšné. Jak dosáhnout nibbány. Tím, že meditujeme a snažíme se proniknout do vlastních nečistot a uvidět je, oslabují se a jdeme v našem duchovním vývoji kupředu.

Pro mě bylo velmi přínosné hlouběji proniknout a snad i pravdivě si prožít věci jako jsou pochyby, výčitky a uvědomit si, jak je hloupé na těchto věcech ulpívat a jak je osvobozující, je opouštět. Do této doby pojmy, o kterých jsme si četli v suttách, se stávají najednou mnohem více živé a pochopitelné. Zpětnou vazbou je pravdivější prožívání emocí v běžném životě, kdy jim nedáváme takový prostor. Naopak naše pozornost se více zaměřuje na věci prospěšné a máme tendence opouštět věci neprospěšné.



Naším meditačním úsilím nás celý týden provázela a vedla velmi soucitná bytost ctihodná Visuddhi, které bych tímto chtěla moc a moc poděkovat.

Mettá,

S. Fišerová

Můj první desetidenní pobyt v Áramě



Jezdím se za buddhistickou mniškou, ctihodnou Bhikkhuni Visuddhi, učit meditovat a studovat suttý (Buddhovy rozpravy) asi 1,5 roku. Na desetidenní retreat v červenci jsme přijely tři ženy a hned na začátku jsme byly poučeny pravidly Áramy. Pravidla v klášteře jsou striktně daná. Například jedno z nich bylo mezi sebou zbytečně nehovořit, pouze pokud se to týkalo činnosti, kterou jsme právě vykonávaly. Nebo jsme mohly požádat ctihodnou o interview. Člověk se v klášteře učí pokoře, která je základním pomocníkem pro lidi, kteří se rozhodli kultivovat

svou mysl.

Každá jsme zakotvila pozornost své mysli u sebe. A to nejen při meditaci, ale také hlavně při běžných domácích činnostech jako je ranní či večerní hygiena, chystání stravy a úklid Áramy. Pobyt u ctihodné mě učil rozšířit svoji všímavost na celý den a každou minutu.

Díky sdružení Karuná Sevena, což v překladu znamená "příbytek soucitu", a hlavně díky ctihodné Bhikkhuni Visuddhi se mění můj život. Opustila jsem to, v čem jsem již neviděla smysl. A co to bylo? Vrcholový sport, kterému jsem se věnovala téměř 25 let. Posledních 10 let pouze jako reprezentační trenérka boxu žen. Díky studování Dhammy moje energie a nadšení pro tento druh sportu vyhořely. Důvod byl jednoduchý. Pomalu jsem ve své bývalé činnosti začala vidět velké etické a morální nebezpečí, a tak jsem boxerské rukavice pověsila na hřebíček. Bojové sporty mě již nemotivují tak, jako mě motivuje trojí klenot, který do naší země přijela sdílet a učit Bhikkhuni Visuddhi. Všichni máme díky ctihodné velkou šanci pochopit realitu života a „Samsáru“ (neboli koloběh znovuzrovnání a utrpení), tak jak je učil kdysi před 2500 lety Buddha.

Kéž tato motivace mně nikdy nevyhoří, kéž i Vám trojí klenot pomáhá a ochraňuje Vás.

Šárka



Doma alebo v kláštore?

Rozdiel obrovský, ale predsa som sa v kláštore Karunā Sevena cítila ako doma. Myslím domov, miesto kde patrím, a kde cítim, že som správne. Pred pobytom som si nejasne predstavovala, že skúsenosť bude obdobná ako na klasických meditačných zásedoch. Meditovanie v sede, meditovanie v chôdzi, a zaistenie pár ďalších potrieb. Zážitok, prežívanie a pochopenie však boli celkom iné. Nevieam, či sa to dá predať ďalej, dotyk Dhammy sa dá len prežiť, pocítiť. Myslím, že skúsenosť bola tak komplexná, že sama ešte úplne nechápem a nevidím, kde presne a do akých dĺžok sa v mojom živote odrazí. Ochranné prostredie ārāmy mi poskytlo nevidané útočisko, ktoré si spätne plne uvedomujem až teraz. Tu v mojom pokojíčku v Olomouci alebo hoci aj doma v Žiline mi chýbajú sochy a sošky Buddhu, krásnej a súcitnej Quan Yin a môjho obľúbeného bodhisattu Ksitigarbhu. Už teraz mi je za nimi smutno, a to som ešte len jeden deň doma! Ťažko predstaviteľné akú liečivú a upokojujúcu moc má ich prítomnosť.



Celý pobyt bol Dhamma. Bola aj v tých, sprvu neviditeľných, okamihoch. Kláštorný režim má svoje opodstatnenie, a aj keby sa vám chcelo nad niečím firflať, argumentácia je zbytočná. Napokon aj tak zistíte, že všetko je usporiadané tak, aby to bolo vám ku prospechu a pokroku. To je práve to, čo som na prvý pohľad nevidela a ani nemohla. Dhamma je proces, a stále v nej zrejme a zrejme a zrejme a zrejme...

Bez Ctihodnej, ako predstaviteľky Sanghy v Česku aj na Slovensku, by mi to šlo len veeeelmi pomaly. Alebo ešte pomalšie. Buddhovo učenie sprostredkúva vo veľmi čírej podobe. A to je vzácne. To, kým pre mňa Ctihodná je, je až nepatričné dávať na papier lebo ľudskými slovami to

neviem vyjadriť tak presne a čisto. Mám k nej veľkú úctu ako k mníške, a lásku ako k blízkej priateľke. Dáva mi dar Dhammy, ten najlepší zo všetkých darov.

Viedla nás láskyplne a trpezlivo, aj keď sme občas pekne prestrelili. Ťažko sa mi do nej vžiť, nie som mníška a ani zatiaľ nemám také kvality, ale viem, že keby som ja mala stále niekoho „za zadkom“ a nemala chvíľku pre seba, moja trpezlivosť by bola už dávno v kýbli, o milom slove a úsmeve ani nehovoriac.

Veľmi dôležitú vec, ktorú som si uvedomila je, že celý pobyt bol tréning a Ctihodná bola tá, ktorá nás cvičila ako sa kultivovať. Takže aj keď nás poučovala, alebo za niečo pokarhala, bolo to s cieľom pomôcť nám uvidieť našu nečistotu, patológiu mysle, nie ventilovať pôžitky z kritizovania, ako to väčšina z nás má. Viem, že jej na nás záleží a praje si naše dobro a šťastie. V tom cítim istotu, a hĺbku lásky. Zámery Ctihodnej sú čisté, a tak som pochopila, že sa neoplatí argumentovať a presadzovať si svoje patológie.



Samozrejme, väčšinou mi to dôjde až spätne, keď situáciu reflektujem, ale myslím, že sa to bude stále zlepšovať ☺ Hovorím si, že musím mať sakra dobrú kammu, keď mám príležitosť praktikovať pod vedením Ctihodnej a pobývať v jej kláštore. Pobyt skutočne vidím ako JEDINEČNÚ príležitosť sa kultivovať, a dať viac priestoru pokore a menej egu. Cítim hlbokú vďaku, a snáď to raz budem môcť oplatiť všetkým bytostiam, ktoré mi pomáhajú. Ctihodnej prajem veľa trpezlivosti, kým sa všetci pekne dopracujeme do nibbāny. Čaká nás veľa roboty, tak zvýšme úsilie!

Mettā,

Petra

