

KÓDÓ SAWAKI



ZEN  
JE TA  
NEJVĚTŠÍ  
LEŽ VŠECH  
DOB

## **KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR**

Sawaki, Kōdō, 1880-1966

[Ikiru chikara toshite no zen. Česky]

Zen je ta největší lež všech dob / Kódó Sawaki ; přeložili Vítězslav Štembera a Šimon Grimmich. -- První vydání. -- Praha : Alferia, 2020. -- 233 stran

Název německého překladu: Zen ist die größte Lüge aller Zeiten

Přeloženo z německého překladu japonského originálu -- Vydal Nakladatelský dům Grada pod značkou Alferia. -- Obsahuje bibliografické odkazy

ISBN 978-80-271-1020-9 (brožováno)

\* 244.82 \* 24-1/-9 \* 244.82-583 \* 244.82-584.5 \* 244.82-582/-587 \* 24 \* (0.062)

– zen-buddhismus

– učení buddhismu

– zazen

– duchovní cesta -- buddhistické pojetí

– sebepoznání -- buddhistické pojetí

– populárně-naučné publikace

22/24 - Náboženství Dálného východu. Indická náboženství. Hinduismus. Buddhismus [5]

Copyright © Kushiaya Shusoku, 2003

Translation © Vítězslav Štembera, Šimon Grimmich, 2020

Czech edition © Grada Publishing, a.s., 2020

ISBN 978-80-271-1020-9

# Obsah

Proč číst tuto knihu 7

1. Najít sám sebe a stvořit svůj vlastní život 10
2. Sawaki potřebuje prostě být jen Sawakim 14
3. Sedmikráska je sedmikráska je sedmikráska 18
4. Čím více ze sebe vydáš, tím budeš klidnější 23
5. Moudrost je jako housenka 27
6. Setkat se s pravým já 33
7. Zazen je starý patriarcha, který je zároveň tvým zcela novým „já“ 38
8. Se svým univerzem se narodím a se svým univerzem zemřu 43
9. Pan Sawaki dělá rád, co mu právě přijde na mysl, já se však tohoto pana Sawakiho vždycky na jeho názor neptám 46
10. Užít si štěstí a svobody bláznů 51
11. Nechceš jít do pekla? Žádný strach, v pekle je zábava! 55
12. Ponořen hluboko do iluze, kráčeš jednoduše vpřed 59
13. Já? Jsem jako plíseň rostoucí ve vlhkém koutě 63
14. Buddhova dharm je věčná a neomezená – jak by se mohla vtěsnat do tvého úzkého rámce vymezeného štěstím a spokojeností? 67
15. Zen není nic spirituálního, zen se praktikuje tělem 71
16. Hledáš duševní klid? Dělej si raději nejdřív pořádné starosti! 74
17. Velevážené publikum! Pohleďte na tohoto příkladného mnicha! 79
18. Držení těla se odráží v celém životě 83
19. Sílu žít získáš ze svého náboženství 87
20. Satori? To neznamená nic jiného než ztrácet 91
21. Chceš se dožít osmdesátky? Žij raději věčný život! 96
22. Tvůj život? Až skončí, tak skončí 100
23. Proč jsi vůbec přišel na svět? 104
24. Chceš satori? Jako kroužek do nosu, jímž by ses nechat ovládat? 109
25. Zůstaň chudý, jinak sejdeš z cesty 112
26. Náboženská praxe znamená: oprostít se od utkvělých pojmů a představ 116
27. Člověk, který zbloudil je zároveň Buddhou – jde o to žít hloubku a dynamiku tohoto vztahu 121

- 28.** Kdo by tě postrádal, kdybys minulý rok zemřel? 126
- 29.** Už žiješ v nirváně – a stále řešíš svůj měsíční příjem? 131
- 30.** Chceš být svému osvícenému mistrovi tak blízko jako veš ve spodkách? 136
- 31.** Celé univerzum není nic než probuzený duch 140
- 32.** Můj zazen zahrnuje Trumana stejně jako Mao Ce-tunga 145
- 33.** Zazen je vznešený, protože univerzum je vznešené 150
- 34.** Neexistuje žádný problém, který by se ihned nevyřešil, pokud bys odhlédl od sebe sama 154
- 35.** Tvůj pád začne ve chvíli, kdy se oddělíš od univerza jako celku 158
- 36.** Tvé iluze nejsou nic než světlo moudrosti 163
- 37.** Zmizíš v zazen? Nebo cvičíš zazen jen sám pro sebe? 167
- 38.** Zazen znamená potvrdit nejnovější já 171
- 39.** Zazen znamená hrát Buddhu 175
- 40.** Chceš zdravý a dlouhý život? To ti asi přeskočilo! 179
- 41.** Všichni buddhové vězí hluboko v nevědomosti a trpící bytosti se nacházejí na vrcholku osvícené moudrosti 183
- 42.** Nic nepřekoná to, co je k ničemu 187
- 43.** Buddhova cesta tebou prochází od vrcholku hlavy až k chodidlům 190
- 44.** Nesmíš brát buddhismus příliš doslova 195
- 45.** Dnešní den objevíš tam, kde ještě nejsou žádné myšlenky 200
- 46.** Za své zrození jsi nic nezaplátil, a teď bys dokonce ještě chtěl peníze zpátky? 204
- 47.** Od luku a šípů k atomové bombě, aneb co lidé nazývají „pokrokem“ 208
- 48.** Zmocnil se tě ďábel? Seber mu zase jeho kořist! 211

Doslov Kóšó Učijamy 215

Doslov Šúsoku Kušiji 218

Doslov překladatele z japonštiny do němčiny 227

Poznámka překladatelů do češtiny 231

Anglická transkripce 232

Seznam vybraných zenových center 233

## Proč číst tuto knihu

Chcete vědět, co je zen? Přečtěte si tuto vzácnou knihu. Že jste po jejím přečtení nic nepochopili? Přečtěte si ji znova. Ani po druhém čtení se vám nevyjasnilo? Potom si prostě sedněte.

V 60. letech dorazila na Západ velká vlna zenového buddhismu, především prostřednictvím překladů knih takových autorů, jakými byl D. T. Suzuki. Zen se stal populárním a zenová centra se rozrůstala jako houby po dešti, zenová estetika dokonce pronikala i do užitého designu a interiérů.

Od té doby uplynulo 60 let a módní vlny orientální duchovnosti se přelévaly ze strany na stranu. Západ objevil také théravádový buddhismus a buddhismus tibetský, podíváme-li se dnes na mapu popularity, je společnost doslova zavalena praxí mindfulness, vycházející z meditace všímavosti, jejíž původ se odvozuje právě z théravádového buddhismu. Zen ustoupil trochu do pozadí, možná proto, že se jeho odkaz poněkud rozmělnil.

Sawakiho kniha nám znovu připomíná, co je na zenu tak přitažlivé, a že zájem Západu o zen nebyl zdaleka nahodilý. Zatímco totiž jak théraváda, tak i tibetský buddhismus svádějí k rozbušení metafyzických a intelektuálních spekulací, snaží se ryzí zen, který právě Sawaki reprezentuje, všemi prostředky takovému bujení zabránit a obrazně řečeno nám „strčit nos“ do žívlu Buddhova učení samotného. Zen je přímočarý, kolmý a jde „rovnou na věc“, do

prožitku. A to je přesně to, co západní člověk, přetížený myšlenkami a spekulacemi, hledá. A Sawakiho text tuto přímou cestu doslova krystalicky zosobňuje.

Předkládáme vám tedy knihu zcela výjimečného zenového učitele linie Sótó, Kódó Sawakiho. Podrobný životopis Kódó Sawakiho, žijícího mezi lety 1880 a 1965, naleznete v doslovu této knihy. Zde řekneme jen tolik, že nepatřil mezi osobnosti známé pouze úzkému okruhu zasvěcenců, ba právě naopak. Svými častými cestami po celém Japonsku, na kterých se věnoval šíření zazenu a Buddhova učení, a také díky svému charismatu, byl znám i široké veřejnosti. Jeho zásluhou bylo povědomí o zazenu velmi rozšířeno. Byl znám mimo jiné důrazem na intenzivní praxi prostého sezení, což se v jeho domovském klášteře Antaidži mimo jiné projevilo zavedením intenzivních pětidenních seššinů, pořádaných jednou měsíčně. Během těchto soustředění dosahovala intenzita praxe šestnácti padesátiminutových sezení denně! Jeho promluvy k žákům byly zapisovány, vycházely v novinových sloupcích na pokračování a daly též vzniknout japonskému originálu této knihy<sup>1</sup>.

Významným žákem Kódó Sawakiho je Kóšó Učijama, který se stal po smrti Kódó Sawakiho opatem slavného klášteře Antaidži. Českým čtenářům je znám hlavně prostřednictvím knihy *Uvolnit sevření mysli*, která vyšla ve výběrném překladu Kamila V. Zvelebila v roce 2000 v nakladatelství DharmaGaia. K dalším, v Evropě známým

---

1 *Ikiru čikara tošte no zen*, Daihorinkaku, 2003 a 2018.

žákům Kódó Sawakiho, patří i Taisen Dešimaru, který přišel v roce 1967 do Francie, kde založil zenový klášter La Gendronnière.

Kvalitní literatury o zen-buddhismu není mnoho, a kvalitní literatury o zen-buddhismu v českém jazyce je ještě méně. Věříme, že vás živý a osobitý text Kódó Sawakiho zaujme a inspiruje.

Evropští čtenáři se dodnes měli možnost seznámit jen s německým překladem japonského originálu, protože tato kniha, k našemu překvapení, na svůj anglický překlad stále čeká. Vydání této knihy v češtině je tedy bezesporu výjimečným počinem.

*Šimon Grimmich,  
Vítězslav Štembera,  
Tomáš Vystrčil*

# 1.

## **Najít sám sebe a stvořit svůj vlastní život**

Jeden je lepší než druhý – dá se to skutečně říct? Každý z nás vyčnívá jako skalní stěna vysoko do nebe. Zde není možné žádné srovnání: ty jsi ty a já jsem já.

Všichni si z tebe utahují, protože jsi k ničemu? Musíš jen najít sám sebe. Najdi své vlastní silné stránky. Pevně se o sebe opři, spočín pevně v sobě samém.

Líčení – nezapíráš svou vlastní tvář tím, že se měníš v jiného člověka? Působíš pak jen jako přízrak. Umění líčení spočívá ve schopnosti pochopit a přijmout svou nenalíčenou tvář, a potom jen některé rysy této tváře líčením zvýraznit. Vědec žije jako vědec, nevzdělanec žije jako nevzdělanec. Důležité je jen to, udělat z tohoto života ten nejlepší. Nesmíš svůj čas promrhávat.

Když procitneme sami k sobě, tak se nám konečně podaří udělat z našeho života ten nejlepší. S tímto úsilím však nesmíme přestat. Musíme s tím začínat každý den znovu.



Nacházíš se v neustálém procesu změny, přesto jsi v každém jednotlivém okamžiku plně svým pravým já. Ne jako obraz na plátně, spíše jako odraz měsíce na vodní hladině. Stále v pohybu, a přesto jen v tomto okamžiku. Proto své já snadno ztrácíš z očí. Právě tento okamžik je však jedinečný a neopakovatelný jako celý život. Ztratíš-li ho z očí, ztratíš tím svůj život – a co se stane s tím, co tady říká Sawaki? Celé to zmaříš!

Děláš *zazen*<sup>2</sup> už pět nebo deset let? A co je na tom! Každý den musíš hledat svoji cestu zcela znovu.

Stane-li se Buddhova cesta tvou vlastní cestou, zjistíš, že se každý den mění. Jak mám v tomto okamžiku a v této situaci kráčet po takové věčné cestě? V každém okamžiku se musíme znovu probudit a v každém okamžiku praktikovat zcela nově.

Kdo ví, jestli bude zítra ještě naživu? Kdo si ještě pamatuje včerejší den? Skutečně důležité je, co dělám v tomto okamžiku. Moje chodidla musejí stát tak pevně, aby skrze ně bylo celé mé tělo zakotveno v zemi.

Jít cestou Buddhy znamená přestat s neustálým napodobováním ostatních. Cestu Buddhy nemůžeš po nikom napodobit, musíš touto cestou jít sám, zcela svým vlastním způsobem. Ani klid ducha nemůžeš po nikom napodobit – jakpak bys chtěl imitovat *satori*<sup>3</sup> ostatních? Jde právě o tebe, v tomto okamžiku a na tomto místě. V čem ti to

---

2 *Zazen*, jap.; spojení znaků *za* a *zen*, doslova meditace vsedě.

3 *Satori*, jap.; probuzení, nazření.

pomůže, když se budeš odvolávat na satori svého mistra? Je to TVŮJ život, to není věc Buddha. Praktikovat cestu Buddha znamená stvořit svůj vlastní život, což znamená najít svou vlastní cestu, jak tento život žít.

Co se dnes nazývá náboženstvím, to jsou jen krásná slova, která nejsou k ničemu – prázdné řeči, které jsou omíláný z paměti, aniž aby měly s naším životem něco společného.

Uslyšet učení znamená naplnit zpočátku prázdnou pumpu trochou vody. Běžný člověk je jako prázdná pumpa plná vzduchu – nemůže čerpat vodu ze studny. Když ovšem do pumpy shora nalijeme trochu vody, pumpa oživne a začne čerpat vodu z hlubin. Tímto způsobem začne voda nalít do pumpy proudit zase ven. A voda, která pak z pumpy potече, nebude pocházet ani od mistra, ani od Buddha, ale z hloubi naší vlastní studny.

Jít cestou Buddha znamená rozvíjet svou vlastní přirozenost.

Bylo by hloupé, kdyby si Sawaki nasadil masku Buddha Šákjamuniho. Sawaki ručí zcela sám za sebe. Nenechá se od Šákjamuniho nebo Maitréji zastupovat. Neboť to, co tento Sawaki dokáže, by na jeho místě nedokázal ani *Avalókitéšvara*<sup>4</sup> ani Šákjamuni. Až rozpoznáš, že také ty disponuješ něčím, v čem tě nikdo nemůže zastoupit, pak budeš žít svůj život, aniž bys byl pro ostatní přítěží. Měl jsi to již

---

4 Avalókitéšvara – bódhisattva soucitu.

od té nejhlubší minulosti. To je to, co je na tobě samém to nejdůležitější.

Hodnota člověka se neodvíjí od jeho měsíčního příjmu. Co je ale skutečnou hodnotou člověka? Budeš-li ji hledat, musíš nejprve nalézt sám sebe. Když se člověk na tuto cestu vydá, nalezne největší možné lidské štěstí. Poznat sám sebe – co může být většího než toto?

Jako žáci Bódhidharmy<sup>5</sup> se neučíme od druhých. Necvičíme jako děti, které chodí na hodiny klavíru. Naším výchozím bodem je náš trup s hlavou, rukama a nohama. Musíme se sami sebe stále ptát, není-li naše praxe domýšlivá nebo není-li prováděna mechanicky. Naše štěstí musí spočívat v tom, že nalezneme pevnou oporu v sobě samých – to znamená být Buddhou.

Co je cílem naší praxe? Na základě učení buddhů a patriarchů každý den znovu stvořit sebe sama, v tomto životě, v každém jednotlivém dni, který je vždy tím úplně prvním. V tomto neomezeném životě jde o to, jak sami sebe stvoříme – zcela nově, bez napodobování kohokoli jiného a bez toho, že bychom se odvolávali na něco mechanicky naučeného. Stvoř sám sebe, stvoř svůj vlastní život nově!

---

<sup>5</sup> Bódhidharma byl indický buddhistický mnich žijící v letech 483–540. Dle tradičního podání byl posledním indickým patriarchou zenu (čínsky *čchanu*), který toto učení přinesl do Číny.

# 5.

## Moudrost je jako housenka

Jeden lékař mi řekl: „Jsem doktorem medicíny, během studií jsem byl vždycky nejlepší. Když jsem si otevřel praxi, byl jsem si zcela jistý, že se stanu jedním z nejuznávanějších doktorů v Japonsku. Ale žádný pacient, který ke mně přišel, neodpovídal popisům v učebnicích. Kdybych svou medicínu neobjevil zcela znovu, neměl bych nic, čím bych svým pacientům mohl pomoci.“ Takový je život. Když se zenový mnich spolehne na to, že jeho včerejší satori platí i dnes, pak je ve velkých iluzích.

Každý jednotlivý okamžik je vždy tím prvním ve tvém životě, každý jednotlivý okamžik je ve tvém životě i tím posledním. Pravda se mění v každém okamžiku a současně je pravda věčným životem.

V tomto okamžiku prolétáš celým univerzem, to ale neznamená, že jsi prolétl každým jeho místem. Zbývá zde ještě dost prostoru k dalšímu letu, dost prostoru k letu pro celý tvůj život.

Jednou zažiješ satori a pak už bude vše v pořádku? Ne, tak jednoduché to bohužel není. Satori platí jen v tomto okamžiku. V dalším okamžiku je už po něm, je mrtvé. Čím více se natahuješ po buddhismu, tím více ti uniká, čím více si nad ním lámeš hlavu, tím těžší je k pochopení. „Jít za Buddhu“ znamená pronikat nekonečnou hloubkou až na kořen. Není tu žádný konec, kterého bychom mohli dosáhnout.

Pokud věříš, že jsi vyšplhal až úplně nahoru a dosáhl svého satori, tak potom vede cesta už jen dolů. Zenová praxe však znamená šplhat vzhůru celý život. Chceš-li praktikovat zen, musíš být dost klidný na to, aby sis mohl říct, že tato praxe bude trvat celý život.

Moudrost se často přirovnává k housence. Nesetrvává u prázdnoty jako prázdnoty. Nesetrvává u bytí jako bytí. Jako housenka se neustále pohybuje všemi směry. Na cestě Buddhy neexistují žádné „správné odpovědi“.

Co se jednou vlije do formy, je mrtvé. Jako nahrávka na magnetofonovém pásku. Nic pro lidi z masa a kostí, kterým jde o život.

Chcete si nahrát mé promluvy, abyste si je později poslechli v *rōšiho*<sup>14</sup> „fanklubu“? Vše, co říkám, platí jen v tomto okamžiku!

Vyslechnout si promluvu o dharmě je jako dát si jídlo: za chvíli dostaneš zase hlad.

---

14 Rōši, jap.; titul, doslova starý učitel.

Nasloucháš-li učení, musíš ho přijímat s duchem, který je tak jasný a široký jako sama obloha. Když se tvůj duch takto rozšíří, pak budeš jedno s univerzem a rozpustíš se v bezmezném samádhi. Tomu se říká „naslouchat učení“.

Kdyby mi nikdo nenaslouchal, nemusel bych si ani dělat žádné starosti, o čem bych měl mluvit. Jen bych si snil a tu a tam zíval. Proto je pro mě důležité, že mě někdo poprosil, abych předával učení, a že mi u toho naslouchá. Jsem za to vděčný. A když si dělám starosti o to, o čem bych měl zítra mluvit, teprve tehdy získá učení ve mně jasnou formu.

Tento okamžik nesmí být pokračováním předešlého. Musíš udělat tlustou čáru a tento rok začít žít tento rok zcela nově. Tento měsíc musíš začít žít tento měsíc zcela nově. A dnes musíš ještě jednou zcela nově začít žít tento den.

S každým jednotlivým dnem se dnes setkáváš poprvé. Věčně existuje jen tento jeden okamžik, věčně teď a tady. Tento bezmezný okamžik je tvým současným životem, který je vždy zcela novou skutečností. Dokonce i minulost je, je-li nahlížena ze současného okamžiku, zcela novou minulostí.

Právě dnes praktikuješ zazen poprvé ve svém životě. Přistupuj proto ke každému dni s tak čerstvým duchem, jaký máš na Nový rok. V zazení je každý den Novým rokem. Vše nejlepší do nového roku! Otázkou a náplní tvojí praxe v tomto okamžiku musí být, jak se s každým jednotlivým okamžikem setkat nově.

Někteří se při mnišské ordinaci ptají: „Budu skutečně schopen vydržet u mnišského způsobu života po celý svůj život?“ Nedělej si zbytečné starosti! Buď jednoduše mnichem jen pro tento jeden den. Buď každý den mnichem na jeden den. Tak prožiješ svůj život jako mnich, den za dnem.

Každý den je prvním dnem života. Žij tento den tak, jako bys dnes přišel na svět.

Máš svůj vlastní úkol. Dnešní den přináší svůj vlastní úkol. Otevřeš-li oči pro tento okamžik – tady a teď, i když stále v pohybu – zjistíš, že mu nic nechybí. Dnešní den je zcela dnešním dnem: je dokonalý a v sobě završený.

Dokonce i ve svém věku jsem v zazenu ještě začátečníkem. Když se naproti tomu začneme pokládat za pokročilé, klameme jen sami sebe. „Zazen pro pokročilé?“ Neříkej blbosti! Zazen musí být vždy zcela nový. Proto je nejlepší stále cvičit s duchem začátečníka. Nevěř tomu, že je tvoje praxe zralá, když se staneš „pokročilým“.

V zazenu zůstaň prosím vždy začátečníkem. Nikdy nezapomeň na pocit, který jsi měl, když jsi poprvé vstoupil do *zendó*<sup>15</sup>. Tento pocit úcty nás k zazenu přibližuje. Nikdy nezapomeň na svůj úplně první zazen, nikdy se nestaň „zenovým profesionálem“.

Tvoje praxe se určitě nebude prohlubovat jen proto, že zestárneš. Cvič zazen teď, dokud jsi na něj ještě dost mladý. Cokoli děláš, dělej se svěží myslí a s plnou silou.

---

15 *Zendó*, jap.; meditační síň, ve které se praktikuje zazen.

Buddhu nikdy nespatriš definitivně. Musíš vždy zcela znovu objevovat svěžího Buddhu. Zde není čas na přestávku. Stále musíš slyšet zcela nové učení. Buddha naplňuje celé širé univerzum. Otázka je: kolik z něj pojme náš pohled? Buddhu nesmíme nikdy ztratit z pohledu. Dokonce i když čteme Marxe nebo Engelse, musíme u nich zároveň rozpoznávat Buddhu.

Buddha znamená život, který žijeme v souladu s velkou přirozeností. Buddha znamená skutečnost, že univerzum samo je živé. Každou minutu i sekundu tohoto života žije tvoje lidské tělo tímto univerzálním životem, z něhož ti osobně nepatří ani zlomek. To je to, co nazýváme pravou tváří. Být Buddhou znamená žít svou pravou tvář a ne svůj osobní, individuální život. Proto pro Buddhu neexistuje žádné zastavení se.

Věřit v řetěz příčin a následků znamená věřit v neomezeno. Znamená to věřit v nepřetržitou změnu neomezeného. Uvnitř těchto nezměrných změn je náš život jen jedním výřezem z celku.

Největší rozpor mezi zákonem příčiny a následku a nezávislým vznikáním a zanikáním v každém jednotlivém okamžiku spočívá v následujícím: vznikání a zanikání v každém jednotlivém okamžiku znamená, že tento moment se zcela liší od předchozího a že následující moment se zcela liší od nynějšího. Naproti tomu rozpoznáváme zákon příčiny a následku v tom, že naše moč obsahuje stopy včerejšího jídla. Jakkoli se budeš snažit skrýt, že sis včera na-



cpal břicho hovězím s cibulí, prozradí tě dnes zápach moči. Z tohoto pohledu je dnešní den pokračováním včerejšího a zítřek je pokračováním dneška. A přesto každý okamžik vzniká a zaniká nově. Pokusíš-li se tento rozpor řešit intelektuálně, nepodaří se ti toto neomezené svou hlavou nijak pochopit. To, co dokáže tento rozpor vyřešit, se nazývá „nemyšlením“ nebo jak stojí v pojednání Šódóka<sup>16</sup>: „Jediným skokem se vrhnout přímo do světa *tathágy*<sup>17</sup>.“

Stará slivoň kvete i letos. Co je věčně staré, je i stále nové. Tam, kde se nové setkává se starým, naraziš na skrytý smysl Buddhovy dharmy.

---

16 Šódóka (*Zpěv o stvrzení Cesty*), text, připisovaný čínskému mistrovi jménem Genkaku Jóka (665–713).

17 Tathágata, sanskrt; doslova „přicházející tak, jak jest“, volně „v pravdě přicházející“, označení buddhů.

# 11.

## **Nechceš jít do pekla? Žádný strach, v pekle je zábava!**

Od narození až do smrti je tvůj život ovládán iluzemi. Každý den se snažíš probojovat lokty ke korytu svého bližního. Někteří dohnali své iluze dokonce tak daleko, že doufají v dlouhý a šťastný život!

Jak žijeme tento lidský život? Někteří by odpověděli: „Co je mi potom? Byl jsem vhozen do tohoto světa, aniž by se mě někdo ptal. Co mi teď zbývá jiného, než se každý den cpát svým chlebem, dokud nezdechnu?“

Co je na tomto životě tak velkolepého? Je jedno, jestli jsi bohatý nebo chudý, státní úředník nebo prostý dělník, tvůj život se nakonec skládá jen ze zraní a sraní! Důležité jen je, jestli ty sám se s plným odhodláním vrhneš do řeky života. Necháš-li se bezcílně vláčet životem a budeš-li vyčerpaně lapat po dechu, anebo jestli jako první ze všech skočíš do proudu. Jestli svůj život vnímáš jako trápení nebo potěšení se rozhoduje právě zde.

Byl jednou jeden neurotik, který měl strach, že neudělá státní zkoušku. Když za mnou přišel s kruhy pod očima a ustaraným obličejem, řekl jsem mu: „Předpokládejme, že jsi zkoušku neudělal – co to znamená kromě toho, že existuje dost kandidátů schopnějších než ty? Není to důvod k radosti? Kdyby naproti tomu někdo jako ty zkoušku udělal, znamenalo by to, že není dost kandidátů lepších než ty, a pak by na tom naše země nebyla dobře.“

Nechceš jít do pekla? Žádný strach, v pekle je zábava!

My běžní lidé pokládáme své vlastní mínění o sobě samých za skutečnost: dnes věříme, že jsme šťastní, zítra řekneme, že jsme nešťastní... Takhle promrháme celý svůj život, a přitom: není to jen naše představa, která nám říká, že jsme „šťastní“ nebo „nešťastní“? Není to ve skutečnosti zcela nepodstatné?

Taháme s sebou své vlastní, osobní představy, které nás neustále ovládají. Když je jednoduše pustíme, budeme jedno s univerzem, budeme jedno s Buddhou. Proč se celý svět neustále točí jako blázen v kruhu? Protože pro všechny je důležitý jen jejich vlastní, osobní osud. Když se, tak jako já, odhodláš strávit celý svůj život jako chudý mnich, přestaň s tímhle divadlem.

Celý život jsem si jen užíval. Cestování je mou zálibou, a když lidi, kteří si přijdou vyslechnout mé promluvy, povzbudím na cestě Buddhovy dharmy, nedělám to proto, že za to dostanu spropitné. Je to pro mě zábava. Lidé by si

vůbec měli vše víc užívat, namísto toho boje, který podstupují, jelikož věří, že musejí pracovat.

Nikdo tě nenutí, abys se svým tělem nebo duchem něco dělal. Ale ty přesto zarytě věříš, že tvoje práce je prací a chceš za ni výplatu. Já si naopak nikdy nedělám starosti o svou výplatu, neboť to pro mě není žádná „práce“, ale zábava.

Nejšťastnější budeš, když se pro tebe práce stane hrou. Studenti střední školy v Kumamotu mi vždycky říkali: „Když pozorujeme váš každodenní život, je těžké říct, jestli je to zrovna práce nebo zábava. Člověk by si mohl myslet, že zábava je vaší prací. Tak dobře jako vy to na světě nezvládá nikdo. Opravdu vám závidíme!“

Existuje sútra, která pojednává o minulých pěti stech životech Šákjamuniho, než se narodil jako Buddha. Kdysi žil životem poustevníka, bráhmana, filozofa, jednou žil jako kuň a jindy jako žába. To vše byla Šákjamuniho hra. To, co ve svých předchozích životech ztělesňoval, byla skutečnost, že vše, co děláme – kdykoli a kdekoli, v jakékoli formě a za jakýchkoli podmínek, s jakoukoli rolí a v jakékoli konstelaci – je pouhá hra. Hrát si znamená tvořit sebe sama.

# 16.

## **Hledáš duševní klid? Dělej si raději nejdřív pořádné starosti!**

„Jak prosím? Duševní klid? A co bys s ním potom dělal, takhle mladý? Nebo věříš, že se ti v životě bude dařit lépe, když nejprve nalezneš duševní klid? Dělej si raději pořádné starosti! Je mi už přes sedmdesát a pořád si ještě dělám starosti. Probud' se konečně ze svého snu!“ *(slova opata kláštera Horindži)*

Celý život si musíme dělat starosti o Buddhovo učení: co mohu udělat pro cestu, jak mám žít? Zde musí začínat naše starosti. Když si nebudeme dávat pozor, zvykneme si s věkem na to, že jsme mniši, a přestaneme si dělat starosti.

Věříš, že mám díky zazení spoustu energie v hara a silné srdce, a to ze mě udělalo energického člověka? Neříkej blbosti! Žiju svůj život tak, jako bych našlapoval po tenkém ledě: s nejvyšší opatrností a s nejhlubším respektem. A to právě proto, že praktikuji zazen.

Měli bychom se zabývat tím, co můžeme udělat, abychom se nestali pro ostatní přítěží. Není nic důležitějšího, než nestát ostatním v cestě. Pokud nemáš jasno v tom, jak moc svému okolí lezeš na nervy, nedosahuje tvá praxe ani hínajány! Není nic horšího.

Měl by sis uvědomit, že není všechno takové, jaké bys to chtěl mít. A že to tak bude po celý tvůj život. Musíš to prostě přijmout. V podstatě neexistuje vůbec nic, co bys přijmout nemusel, neboť ani jediná věc se neřídí podle směru, kterým ukazuje TVŮJ nos.

Rozčiluješ se, protože věříš, že ti tvoje tělo patří. Přitom je to jen smradlavý balík masa, plný moči a výkalů. Opravdu ti patří? Patří vůbec někomu? Pokud víš, že toto tělo není TVÝM tělem, není ani žádný důvod se dál rozčilovat.

Přizpůsob se svému okolí, dělej ostatním radost. Žij svůj život tak, aby tvůj soused mohl být spokojený. Cvič totéž i v manželství nebo při setkání s rodiči či dětmi. Žij svůj život, jako bys byl mrtvý; tak nikomu nepolezeš na nervy.

To platí i pro mě: pokud nejsem ještě opravdu mrtvý, hned se začnu rozčilovat. „Být mrtvý“ znamená, že mi toto tělo nepatří. Patří všem společně a já ho přenechám lidem, aby si s ním mohli dělat, co se jim zachce. Měli by si přece s touto mrtvolou užít trochu zábavy!

Chceš-li nalézt cestu, musíš toto tělo hodit přes palubu. Probudíš se přesně v tom okamžiku, kdy své tělo úplně pustíš.

Nikdo nemůže porazit toho, kdo své tělo zcela pustil. I kdybyš ho kopnul do zadku, nemáš proti němu šanci.

Někteří se domnívají, že osvobodit se od života a smrti znamená totéž jako riskovat život. Ale riskovat svůj život, to není žádné velké umění, bandité všech dob to dělali neustále. Osvobodit se od života a smrti znamená něco jiného: znamená to vyjasnit si Buddhovo učení v jeho celku.

Jednou, po svém návratu z války, jsem byl svědkem výbuchu muničního skladu. Neumíte si představit, jak se mi leknutím scvrkly koule! Během války jsem se vždycky hodně chlubil svým bojovným duchem, při zpětném pohledu to však nebylo nic víc než lehkomyšlnost vůdce zbojníků, jakým byl Čúdži Kunisada.<sup>38</sup> Odvahu rozvíjíme vždy, když máme soupeře, se kterým můžeme bojovat. Pokud ale sedíme v naprostém tichu a sami v zazenu, tak když se pod námi najednou začne otřásat zem, naše odvaha ani bojový duch nám nepomůže. Klid, který nalezneme v Buddhově učení, nemá s nadutostí Čúdžihho Kunisady nic společného. Buddhovo učení musíme praktikovat úplně jinak. Když jsem to poprvé pochopil, přestal jsem s ostatními soupeřit o to, kdo je nejlepší a nejodvážnější.

Nejprve si sedni. Není třeba spěchat. V klidu zaujmi správnou pozici. Toto je výchozí bod: pozoruj celý svůj život z pozice zazenu, vydej se na cestu, abys vrhnul na svůj život světlo.

---

38 Čúdži Kunisada (1810–1851), slavný japonský zbojník z konce období Edo.

Běžný člověk, který se stane svatým, je pak jen produktem karmy. Umění zazení spočívá v tom jednoduše sedět, aniž bychom se zaobírali čímkoli jiným. Cena prostého sezení spočívá v tom, že je transparentní a bez jakékoli příchutě.

Zazení nezbuzuje pozornost. Lidé chtějí neustále vzbuzovat pozornost, proto jim zazení nic neříká. To, co lidé chápou jako Buddhovo učení, nemá s Buddhovým učení ve skutečnosti vůbec nic společného.

Neexistuje jediná věc, která by nebyla projevem pravého učení. Na tom vidíme, jak je pravé učení čisté a jasné. Problém je, že lidé nechtějí vidět věci takové, jaké jsou, vše si chtějí přibarvit.

*Celý den*

*tiše sedí*

*starý světec*

(Masaoka Šiki)

Když čtu tyto verše, mám pocit, že mi klesá krevní tlak. Přeneseno do praxe to znamená zazení.

Neproniknutelné znamená žádný zisk. A v běžné řeči: zazení nic nepřináší!

Jaký život může být bezstarostnější než ten, ve kterém není co získat? To, že zazení nic nepřináší, spočívá v tom, že prostě sedíme, bez jakéhokoli záměru. Celý život až dodnes jsem takto žil: bez myšlenky na jakýkoli zisk.

Jednou se někdo zeptal člověka, který recitoval Buddhova jména: „Přineslo ti něco dovolávat se Buddha?“ Odpověď



byla: „Ne, vůbec nic.“ S mým zazenem je to stejné: všichni se prostřednictvím zazenů snaží dosáhnout osvícení, ale mně je teď sedmdesát a zazen mi zatím nepřinesl ani to nejmenší.

Cesta Buddyho udělá rázem se vším konec, včetně iluze, včetně osvícení.

K čemu to bylo, že ses narodil? Děláš, jako bys byl něco naprosto zvláštního, ale co na tom vlastně je? Naprosto nic nemá žádnou cenu. Proto říkáme: „nic k uchopení“, „žádný zisk“.

„Žádný zisk.“ Co může být na člověku krásnějšího?

# 22.

## **Tvůj život? Až skončí, tak skončí**

„Jak žít jako člověk?“ Ty netušíš, tvá žena netuší, tvé děti netuší. Svět je plný lidí, kteří nemají nejmenší tušení, jak by měli žít.

„Nemáš už chuť k životu? Tak prostě zemřel!“ Když jsem to jednomu člověku řekl, zatvářil se naprosto zděšeně. Žiješ, abys pracoval, nebo pracuješ, abys žil? Zdá se, že většina lidí tráví celý život tím, že si dělá starosti o svou každodenní obživu. Tímto způsobem žiješ svůj život defenzivně, bojuješ předem prohranou bitvu. Když žiješ, žij pro nějaký úkol, a pro tento úkol bys měl také jíst.

Jako člověk by ses měl v určitém okamžiku zamyslet nad tím, pro co vlastně žiješ svůj život. Proč žiješ? Máš jasno o smyslu tohoto života? A jsi rád, že jsi jako člověk přišel na svět?

Žijeme jako děti, hrající si v lese na honěnou: hledáme, chytáme a jsme chytáni. Při hře se noříme stále hlouběji

a hlouběji do lesa a předtím, než si v tlačenci stačíme někoho chytit, ocitneme se zase v rakvi.

Rozlišuješ mezi tím, co máš rád a co rád nemáš. Za tím, co máš rád, se honíš. Od toho, co nemáš rád, utíkáš. Tvoje iluze je jako hra na schovávanou. Žít uvolněně a nebojácně znamená přestat s hrou na schovávanou. Dokonce ani uprostřed utrpení nesmíš doufat v něco lepšího. Nepokoušej se utrpení zmírňovat, utíkat od něj nebo se honit za něčím jiným. To je pravý klid.

Kdo chce stále ochutnávat nové lahůdky, tomu se nevede dobře, když mu dojdou. Kdo si chce neustále užívat života, tomu toto potěšení jednou zhořkne. Štěstí najde ten, kdo se narodí chudý a projde tvrdou školou. Ten rozumí, že nouze není vždy nutně nouzí a radost není nutně vždy radostí. Jenom běžný člověk dělá velké divadlo kvůli ničemmu. Stále se točí v kruhu, utíká za tím, co má rád, a utíká od toho, co rád nemá. Největší štěstí znamená prostě se plně odevzdat tomu, co přichází.

Kdo si chce neustále užívat života, tomu tento zážitek jednou zhořkne.

*(Na nemocničním lůžku:)* Nejsem skutečně nemocný. Moje nohy se téměř nehýbou. Ale co to znamená?

Není nutné celý život hledat „klid ducha“, jako kdybychom hledali noru, do které bychom se mohli skrýt. Jestliže je tvůj každodenní život plný starostí, pak klid ducha najdeš právě uprostřed těchto starostí.

Pokoušet se získat osobní satori, jen pro sebe, je velká chyba. Ani tvé tělo nepatří jen tobě. Nežiješ od ničeho oddělen. Satori musí být základem, který sdílíš s nebem i zemí, satori je jediným tělem, které vlastníš spolu s deseti tisíci věcmi. Proto je vše, co vlastníš individuálně a osobně, bezcennou iluzí, bez ohledu na to, jak moc si toho ceníš.

Když prší, tak prší. Když fouká vítr, tak fouká. Kdo ví, jestli je to dobré nebo špatné? Rozčiluješ se kvůli tomu? No a? Toto „no a?“ musí být tvým výchozím bodem.

Dřeme se a hledáme v tomto světě cosi, co v tomto světě nelze nalézt...

Pořád sebou zmítáme a toto zmítání nazýváme našimi „emocemi“. Přestaň se zmítat a budeš mít klid. Jen proto, že sebou nepřestáváš zmítat, nenacházíš klid.

Svět rozličnosti není nic než fata morgána. Žijeme v tomto světě jako ten, který uvnitř svého snu inscenuje divadlo, aniž by si všiml, že jen sní.

Pro běžného člověka neexistuje žádná skutečnost. Uprostřed skutečnosti všech věcí vidí jen halucinace.

Ve světě neexistuje štěstí ani neštěstí. Je to jako kdyby ses ve snu zamiloval nebo se se svojí milou rozešel – když se probudíš, zjistíš, že se nic z toho nestalo. Byl to jen přelud.

Proč se ve světě vyjevuje deset tisíc fenoménů přesně takovým způsobem, jakým se vyjevují? Pokud se ptáš na důvod, zjistíš, že neexistuje ani ten nejmenší. Jaký smysl má to, že každý z nás je právě takový, jaký je? Absol-

lutně žádný! Všechno je takové, jaké to je – beze smyslu a účelu.

Život je melodií nenarozených. Nemá žádný „smysl“. Neříkej, že je to „kyselé“ nebo „sladké“, „krásné“ nebo „náročné“. Jak zní tato melodie? La la li la, li la la. Nic víc.

*Mu*<sup>44</sup> neznamená *nic*. *Mu* znamená to, co si jako lidé neumíme představit.

„Od narození po smrt: jen toto, toto!“ (mistr Sekitó Kisen<sup>45</sup>) Co máš nebo nemáš rád, nehraje žádnou roli. Věci jsou takové, jaké jsou. Neexistuje tu prostor pro preference. Plevel si nedělá žádné starosti, prostě si roste.

Je jedno, jestli sníš o pekle nebo o nebi. Když spíš, tak spíš. Tvůj sen je jenom snem...

V noci sníš o všem možném, i o tom, co je mládeži nepřístupno. Když se však ráno vzbudíš, zjistíš, že se nic z toho nestalo.

Chceš se dožít osmdesátky? Až tvůj život skončí, tak skončí. Tak nebo tak!

---

44 Japonský znak *mu* lze do češtiny přibližně přeložit jako *nic*, *bez*, *ne*. Také označuje prázdnotu.

45 Sekitó Kisen (700–790), čínsky Š‘-tchou Si-čchien, autor slavného textu *Sandókai*.

# 25.

## **Zůstaň chudý, jinak sejdeš z cesty**

„Chci vyzkoušet zazen, abych se stal opravdovým mužem.“ Takovým lidem říkám: „Z tebe nikdy opravdový muž nebude!“ Zazen je ten nejnudnější způsob, jak je možné trávit čas. Jen pokud jsi ze svého života opravdu hodně unavený, můžeš s ním začít. Protože u zazenu jde o to odvrátit se od bytí člověkem. Zazen není nic, co by lidé dokázali vymyslet.

Zazen není nic pro běžného člověka. Vylepšit sám sebe, šplhat po žebříku výš – to jsou techniky všedního světa, kterými se lidé k zazenu nepřiblíží.

Lidé od zenu očekávají zážitky vhledu. Pokud máš takový zážitek, je to prostě jen zážitek, ale není to zen. Každý chce být ten první, kdo to zažije, vědci stejně jako zenoví praktikující. Ve skutečnosti ale všechno to, co bys mohl osobně zažít – a mohlo by se ti to zdát jakkoli velké nebo důležité – nestojí za nic.

Jako mladý mnich jsem vsadil vše na to, abych dosáhl satori. Tehdy mi dal róši Rjóun Fueoka<sup>48</sup> jedno poučení na zbytek života: „Není důvod nervózně spěchat, Kódó. Chováš se jako ten, kdo má kus hovna na nose a přitom se ptá: ‚Kdo si to tu prdnu!?’ Dokud budeš hledat tímto způsobem, nikdy to nenajdeš!“

Róši Rjóun Fueoka: „Buddhova cesta není žádný žebřík, po kterém bys mohl přičku po přičce šplhat. A satori není jako sušenky, které jíš jednu za druhou, ani jako kóany, které řešíš jeden za druhým. Satori není kvantifikovatelné.“

Kdo chce satori? „Já!“ Satori, které se točí kolem tohoto „já“, je bezcenné.

Zdá se, že mladí, kteří hloubají nad svými kóany, věří v to, že je satori něco individuálního: chtějí satori sami pro sebe. Jak by však mohlo být to, co vyplňuje celé univerzum, individuální?

Existují lidé, kteří si postaví dům s výhledem na nádherný cedrový les jen proto, aby pak tento dům obehnali vysokým dřevěným plotem a na předzahrádce si pěstovali vlastní cedrové bonsaje. Lidé chtějí mít všechno jen pro sebe.

Pokládáš za skutečnost jen to, co zapadá do tvého úzkého rámce? Skutečnost vyplňuje celé univerzum!

Když se v rakvi ještě naposled zamyslíš nad sebou a nad tím vším, co jsi v tomto životě nahromadil, zjistíš, že ti nic

---

48 Zenový mistr Rjóun Fueoka (1845–1923).

z toho nepatří. Byly to jen hračky, které ti byly na dobu života zapůjčeny.

Nemyslím, že je nějaká zvláštní čest být povolán do služby v *kančo*.<sup>49</sup> Buddhovy následovníci si všechno své jídlo vyžebřali. Jaký význam mohou mít tituly a postavení pro někoho, kdo odejde do bezdomoví?

„Jsem žák mistra toho a toho!“ Takovým lidem záleží jen na jménu jejich mistra. Obal je pro ně důležitější než vlastní obsah.

Lidé se to snaží někam dotáhnout dokonce i v zazenu. I na cestě Buddha se stresují.

Lidé se zajímají pouze o nádheru a okázalost. Budou-li tě pro to obdivovat, nestojí to za nic. Protože ti, kdo tě takto obdivují, ničemu z Buddhovy dharmy nerozumějí. Obdivují tě maximálně jako umělce života. Praxe Buddhovy cesty musí být nenápadná a skromná. Nesmí tu být nic, co by se dávalo na odív.

Existovali mniši, kteří byli zabiti mečem, jiní zemřeli hladem. Otázka, co nám tento život přináší, nehraje na Buddhově cestě žádnou roli. Nevěř tomu, že ti Buddhova dharna přinese uspokojení, a také se nesnaž si pomocí Buddhovy dharmy vylepšit svůj život.

Mnišský život, cesta víry, spočívá v tom postavit člověka do služby Buddhovi.

---

49 Nejvyšší úřad školy Sótó.



Mistr Dógen se ani v nejmenším nezabývá otázkou, co je a co není užitečné. Říká: „Zůstaň co nejchudší a před úspěchem se měj na pozoru!“

# 29.

## **Už žiješ v nirváně - a stále řešíš svůj měsíční příjem?**

Honosíš se svým jménem a postavením, a přitom ani nevíš, kdo skutečně jsi. Nevíš, jaké náhodě vděčíš za své zrození, a také nevíš, proč dýcháš. Než ses zaopatřil, zamiloval ses do nějaké dívky, a najednou tu jsi se ženou a dítětem – a pořád nic nevíš.

Není třeba, abys tolik přemýšlel o tom, zda jsi šťastný nebo ne a jestli tě život baví nebo ne. I toho, co tě baví, budeš mít jednou dost, a v tom, co tě tolik nebaví, zase můžeš najednou najít zalíbení. Zkrátka: všechno je prázdnota.

Nirvána je svět, ve kterém se prázdnota ukazuje jen jako prázdnota. Není tu absolutně nic. Jen lidé spěchají od jedné věci ke druhé. Přitom ve skutečnosti není nic, čeho by se dalo dosáhnout, a ani žádné místo, kde by se dalo schovat.

Žiješ uprostřed nirvány – a necháš se starostmi o svůj příjem vláčet na vodítku.

Jak v rámci tvého vědomí, tak i v rámci tvého života je především důležité nezbláznit se z hromady zbytečného balastu. A přece, když tě někdo chválí, jsi celý bez sebe, a když tě nechválí, cítíš se mizerně. Piješ více, než je tvá žízeň a nevíš, kdy už máš dost. Každou věcí se necháš vláčet na vodítku, až nakonec vůbec nevíš, o co v tvém životě vlastně jde.

Černý pes řekl bílému: „Hele, ty bíle! Pokud pověsti nelžou, tak se bílí psi po smrti narodí znovu jako lidé. Přál bych si být jako ty: jako člověk bych mohl jíst nožem a vidličkou a chodit po dvou nohách, to by bylo něco! Jakou mám šanci, že se jako černej pes jednou znovuzrodím jako člověk?“ Na to bílý pes v slzách odpověděl: „To mi tvrdí všichni, a já tomu, že se příště zrodím jako člověk, i věřím. Jen o jedno si dělám starost...“ – „A o co?“ – „Kladu si otázku, jestli jako člověk dostanu k žrádlu dost hoven, abych mohl přestát letní vedra.“ Psí svět se liší od lidského. Když pes během letních veder nesežere výkaly, dostane úžeh. Ale který člověk by jedl výkaly? To měl na mysli také mistr Nišiari<sup>59</sup>, když řekl, že vysvětlit Buddhovu dharmu běžnému člověku je stejně složité, jako probudit v kojenci zájem o pornografii.

---

59 Bokusan Nišiari (1821–1910). Většina současných mistrů školy Sótó odkazuje na učení Bokusana Nišiariho, důležité postavy předmoderní školy Sótó. Tento mnich představuje archetyp „specialisty na *Šóbó genzō*“ (jap. *genzōka*), který tráví většinu svého života studiem zenových textů, konkrétně těch od mistra Dógena. V jeho životopise se píše, že dosáhl osvícení ve chvíli, kdy Gettan během formálního vyučování pronesl větu ze *Súrangama sūtry*: „Vědění a vhled nezávisí na pojmech.“

Někteří lidé pijí čaj a jedí sušenky, aby se tak utěšili a aby si ohledně svého života něco nalhávali. S každou sušenkou jednu iluzi zamaskují, s každou sušenkou se objeví nová.

Kůň se nikdy nechová hůře než kůň. Člověk má volbu a může překročit své lidství; místo toho dává přednost tomu podléhat svým zvířecím pudům.

Zemřeš. A přesto se zajímáš jen o peníze a dobré jídlo. Než zemřeš, chceš si nahrabat, kolik jen jde. To je příčina tvého utrpení.

Místo toho, abys věřil tomu, že tvé peníze z tebe udělají něco zcela výjimečného, zamysli se na chvíli nad slečnou pracující za bankovní přepážkou: té procházejí peníze rukama neustále.

Čím vlastně trpí lidské bytosti? Davovým šílenstvím. Tolik peněz k životu vůbec nepotřebuješ, přesto tě davové šílenství vede k tomu věřit, že ještě nemáš dost. A touha po tom udělat kariéru je také výrazem tohoto davového šílenství.

Musíš se stát člověkem, který se ničím v životě nenechá zotročit. Proč také? Nejsi přece žádná hloupá ryba, která chňapá po každé návnadě. Naneštěstí se běžný člověk nechá snadno nalákat na návnadu; proto si při své praxi musíme dávat pozor zejména na to, abychom se ničím ani nikým nenechali držet na vodítku.

Velká přirozenost nezná žádný shon, to jen lidé jsou neustále ve stresu. Jak je možný tento rozpor? Domnívám

se, že je to tím, že jen lidé si lámou hlavu, proč jsou tak nešťastní a co mají dělat, aby žili šťastněji.

Lidé jsou neustále na útěku. Skrývají se tady, skrývají se támhle, stále hledají lepší úkryt. Kdy se ten útěk konečně zastaví? V rakvi.

Nejde o to utéct tak daleko, aby nás naše starosti a trápení už nemohly dosáhnout. Ani se nesnažíme utíkat za nějakou věcí tak dlouho, dokud ji konečně nezískáme. Jde o to, abychom s tímto tělem – takovým, jaké je – žili pevně zakotveni v Buddhově učení. Podstata Buddhova učení je manifestovat nirvánu uvnitř samsáry.

Když slunce svítí, nech ho svítit; když padá sníh, nech ho padat. Musíš se dívat na celek krajiny, ne jenom na svůj osobní výřez z ní. Lidé však raději něco vymýšlejí, namísto toho, aby přijímali přirozenost takovou, jaká je.

Tvé tělo, takové, jaké je, vyzařuje světlo pravdy. Jediné, co tomuto světlu stojí v cestě, je tvoje mysl, která do vyčerpání kuje pikle. Kdybys jen zapomněl na své skryté záměry a plány a s otevřenými očima a ušima se rozhlédl kolem, aniž by ses čehokoli chystal, zjistil bys, že všechno je dobré takové, jaké to je.

Volavka, která uvolněně máchá křídly, nemluví o „duševním pokoji“ a ani si nestěžuje na „starosti a trápení“. Neletí za ničím a ani od ničeho neodlétá.

Nic na světě nemá skutečný význam: peníze nemají cenu, tvoje kariéra nemá cenu, co ti chutná nebo nechutná je

bezvýznamné. Není nic nezajímavějšího než to, co zajímá lidi. Katastrofy? To není nic. Rjókan dokonce říkal: „V neštěstí se musíš setkat s neštěstím. Až budeš umírat, tak umři! Tímto úžasným způsobem můžeš uniknout každé katastrofě.“

Když zavřeš oči a zamyslíš se nad tím, co bylo, zjistíš, že všechno je prázdnota. Nahlíženo z přítomného okamžiku, to nebylo ani „dobré“, ani „špatné“.

# 34.

## **Neexistuje žádný problém, který by se ihned nevyřešil, pokud bys odhlédl od sebe sama**

Dávej pozor, abys určitý druh vytržení, ve kterém se cítíš blažený a v bezpečí, nezaměnil za ducha víry<sup>66</sup>. Cítíš se během zazenu dobře? Rozhodně si nemysli, že tento „dobrý pocit“ během zazenu je samádhi! Je to stejná iluze, která se tě zmocní, když se nějakým způsobem cítíš úplně blažený a v bezpečí. Právě Buddhovo učení začíná v momentě, kdy se z této extáze probereš. Pro „duchovní“ osoby však toto vytržení představuje nezanedbatelný zdroj peněz. Proto také nikoho z nich nenapadne, aby říkal to, co vám tu říkám já.

To, co považuješ za „povznesenost“, je jen nějakým druhem vzrušení. Buddhovým učním, které zde kážu, ti pomohu se z tohoto vytržení probat. Žádný div tedy, že ti nepřipadám „povznesený“.

---

66 „Duch víry“ je překlad japonského *šin*, stejně jako v názvu díla *Šindžinmei*, což lze přeložit jako *Píseň ducha víry*.

Mít ducha víry znamená jít za rozlišující myšlení a nenechat se vláčet svými názory a přáními sem a tam. Jinými slovy: znamená to věřit v to, čím skutečně jsi.

Neustále se něčím necháváš vodit za nos: výtvary svého vědomí. Přestaň s tím pošetilým hraním. Musíš konečně zcela vykročit ze sebe a podívat se na sebe očima světa. Podívej se na sebe očima hory: hora tě nechválí, hora ti nic nevyčítá a ani na tebe nevyplazuje jazyk.

Měsíc se na tebe dívá: kamkoli na světě se zkusíš ukrýt, tvá tajemství vyjdou na světlo.

Budeš-li si vědom pomíjivosti, bude v tvém životě opravdovost a síla. Přestaneš zabíjet čas a nebudeš si nic nalhávat. Nic si nenalhávat znamená vést zbožný život: bez dvojí morálky, transparentní, v jednotě s univerzem.

Duch víry je ryzí duch, transparentní duch, duch, který je jasný jako nebe.

Zazen znamená stát se průsvitným. Nikde jinde se sebou nebudeš tak nemilosrdně konfrontován jako v zazen. Uvidíš na sobě všechno to, co bys raději neviděl. A čím ryzejší bude tvůj zazen, tím průsvitnějším se staneš. Čím průsvitnějším se staneš, tím jasněji se ti budou tvé znečištěné stránky zjevovat před očima. Jen pokud opravdu chceš poznat sám sebe, praktikuj zazen.

Musíš praktikovat zazen uprostřed iluzí. Zazen vrhne světlo pravdy na tebe samotného, který se utápíš ve zmatku. Uprostřed tvých iluzí tě obejmě Buddha, a čím jasněji



budeš vidět Buddhu, tím jasněji také rozpoznáš, jak hluboko jsi zapleten ve svých iluzích a jak skutečně žalostně žiješ svůj život. Věřit znamená udělat si v tichu jasno o sobě samém.

Zamysli se jen nad tím, jaký vliv by na tvoje jednání mělo, kdyby Bůh přihlížel všemu, co děláš. Žít zbožný život znamená dívat se vlastnímu životu zpřímá do očí. Podívej se na sebe jednou Božíma očima: pocítíš lítost.

Lítost znamená zcela popřít sám sebe a být zcela bez ega. Tímto způsobem se rozplyneš v univerzu. To znamená nerozlišitelně se spojit s Buddhou.

Modlit se neznamena prosit Boha o místo v ráji ani čekat na něco, jako je „satori“. Ve skutečné modlitbě se jakýkoli žebrák v tvém srdci, který tě neustále tahá za rukáv a žadoní o to či ono, naprosto vytrácí. Modlitba by neměla pramenit z tvých osobních přání a nadějí. Pravá modlitba by měla vycházet z pramene, který máš společný se všemi deseti tisíci věcmi na nebi i na zemi. Taková modlitba tě nerozlišitelně spojuje s neomezeným, tak jako bílou volavku, která usedne do sněhu.<sup>67</sup>

Když při uctívání Buddhy padáme na zem, tak přitom Buddhu nevnímáme jako někoho, kdo stojí proti nám a ke komu směřujeme své prosby. Opravdová úcta, kterou vůči Buddhovi chováme, se musí projevat v našem každoden-

---

67 Odkazuje na báseň *Hokjó Zan Maie* (*Samádhi vzácného zrcadla*) čínského čchanového mistra Dongshan Liangjie (jap. Tózan Rjókaí): „Na stříbrné pláni se hromadí bílý sníh. Měsíční svit zahaluje bílou volavku.“ Vyjadřuje splnutí se vším, stav jednoty.

ním životě: musíme Buddhu nosit ve svém břiše. To znamená, že musíš s Buddhou splynout, a pak už nebude ani „ty“, ani „Buddha“.

Když před sebou dva lidé vzájemně skloní hlavu, tak to znamená, že svému egu dávají krátkou přestávku. Na druhou stranu to však také znamená, že svému egu musíme dát přestávku, abychom před někým skutečně mohli sklonit svou hlavu. Ti dva, kteří se před sebou takto sklánějí, jsou v tom okamžiku navzájem nerozlišitelně spojeni. Jak ten, kdo se uklání, tak ten, kdo úklonu přijímá, překračují dalece okruh pocitů běžného člověka.

Nejdůležitější na životě je žít ho s respektem. Dokonce i tvé rodinné problémy se rozplynou, kdybys jen deset dní zkusil druhým projevoval respekt.

Mít ducha víry znamená dát si přestávku. Celý svět nařiká v slzách nebo propuká ve smích, od toho si musíš dát krátkou přestávku. Ke konfliktům dochází jen proto, že trváš na svém hledisku. Přestaneš-li lpět na představě „sebe sama“, vyřeší se i všechny tvoje problémy. Protože dosáhnout *ne-mysli*<sup>68</sup> jednoduše znamená odhlížet od sebe. Není jediný problém ve tvém životě, který by se nevyřešil, pokud bys odhlédl od sebe sama.

---

68 Ne-mysl, jap. *mušin*; stav vědomí související s *fuširjó*, žádná myšlenka.

# 42.

## **Nic nepřekoná to, co je k ničemu**

Běžný člověk dělá celý svůj život velké divadlo kolem své reputace, svých preferencí, své kariéry a kolem toho, co se mu právě líbí. Pořád jako pes čmouchá kolem v naději, že někde udělá malý výhodný nákup. Co z toho však nakonec má? Nic! Když opravdu pochopíš, že to nic nepřináší, není nic dalšího, co by bylo třeba hledat. Nalezneš pokoj v zazení, v oproštění se od těla a mysli.

Ty děláš zazení? Ne, zazení musí dělat tebe!

Když si člověk chce odpočinout, musí si mezi prací udělat přestávku. Zařadit si mezi práci přestávku znamená vzít si dovolenou od bytí člověkem. Znamená to přestat být běžným člověkem. Když si děláš přestávku od běžného lidství, jsi Buddhou. Proto se rozumí samo sebou, že se Buddha netěší žádnému respektu u běžných lidí.

Buddhovo učení nemá obdobu. Nemá nic společného s tím, co baví běžného člověka. To, co mají lidé nejméně rádi, je Buddhovo učení.

Zazen nic nepřináší. Zazen není nějaké lidské nářadí. Lidské nářadí bývá lidmi zase ničeno. Naproti tomu to, co je věčné, se s lidmi nezahazuje.

Nedovolávej se Buddhova jména v naději na almužnu. Když se dovoláváš Buddhova jména, nesmíš za to nic chtít.

Musíme obětovat tělo a duši na oltář ničeho. Nic nepřekoná to, co je k ničemu. Jen to, co je k ničemu, je absolutní. Jestliže se však snažíš z toho udělat něco, nebude z toho nic.

Všechno na světě něco stojí. Nic není zadarmo. Proto nám také nedává smysl, máme-li něco dělat úplně zadarmo. Nic nevyžaduje větší odhodlání, než udělat nějakou věc zcela zadarmo.

Praktikujeme-li Buddhovu cestu tak, jako kdybychom díky ní měli něco získat, pak tím pouze zvětšujeme své ego.

„Prostě dělat“ nemá žádný další význam než prostě dělat. Prostě mluvit, prostě sedět v zazenu, prostě svačit. Prostě dělat znamená žít, aniž bychom se nechali pobláznit očekáváním odměny.

Někdo se mě zeptal: „Jde ti skutečně o to vysvobodit všechny živé bytosti ze zaslepenosti?“ Dělán prostě to, co je tady a teď potřeba udělat. Jestli to má co dělat s vysvobozením ze zaslepenosti nebo ne, to je otázka, kterou budou muset později rozhodnout ostatní. Já teď prostě dělám jen to, co je skutečně třeba udělat. Ne kvůli společnosti, ani kvůli něčemu jinému. Dělán to ze svého ducha, který se neptá, co to přinese.

Všechno, co děláš, prostě dělej. Pro nic! Když pečuješ o druhého, prostě to dělej, pro nic. Když se modlíš, prostě se modli, pro nic.

Pravé porozumění znamená nepřemýšlet o zásluhách. Znamená to prostě odhodit toto tělo a odevzdat se Buddhovi.

Když člověk odhodí sám sebe pro dharmu, není tu váhání ani otálení. Když vše bezezbytku odhodíš, sedíš rovně a prostě, bez váhání a otálení.

Kódó Sawaki

## **ZEN je ta největší lež všech dob**

Přeloženo z druhého aktualizovaného německého vydání *ZEN ist die größte Lüge aller Zeiten* vydaného nakladatelstvím Angkor Verlag, Frankfurt, 2017. První vydání z roku 2006 vycházelo z japonského vydání *Ikiru chikara toshite no zen* vydaného v nakladatelství Daihorinkaku v roce 2003.

Přeložili Vítězslav Štembera a Šimon Grimmich.

Návrh obálky Marta Červáková  
Sazba Magda Kadlecová  
Jazyková redakce Tomáš Vystrčil  
Odpovědná redaktorka Lenka Kubelová

Počet stran 240  
První vydání, Praha 2020

Vydal Nakladatelský dům Grada  
pod značkou Alferia  
U Průhonu 22, Praha 7  
jako svou 7771. publikaci.

Vytiskla tiskárna Tisk Centrum s. r. o.

ISBN 978-80-271-1020-9