

THICH NHAT HANH

DOPIS z Lásky

Láskyplný vzkaz Matce Zemi od jejích dětí



DOPIS Z LÁSKY

Thich Nhat Hanh

DOPIS Z LÁSKY

Láskyplný vzkaz Matce Zemi
od jejích dětí

Thich Nhat Hanh

Přeložil Lumír Mikulka



*Nakladatelství děkuje panu Martinu Augustínovi
za laskavé poskytnutí obrazu na obal knihy.*

Copyright © 2013 by Unified Buddhist Church
Translation © Lumír Mikulka, 2014
Cover Art © Martin Augustín, 2012
(Na obálce použit obraz *Eden, vyhnanie z raja*)
Czech edition © Metafora, 2014

All rights reserved

ISBN 978-80-7359-843-3 (PDF)

Obsah

Jedna		
ZEMĚ, TO JSME MY		7
Dvě		
KROKY K UZDRAVENÍ		25
Tři		
VÍTEJTE DOMA		41
Čtyři		
UMOCNĚME SVOU SÍLU		51
Pět		
CVIČENÍ:		
ZAMILUJME SE DO MATKY ZEMĚ		57
Šest		
LÁSKYPLNÝ DOPIS		
PLANETĚ ZEMI		73

Jedna

ZEMĚ,
TO JSME MY



Právě v této chvíli se Země nachází pod vámi, je kolem vás a máte ji i v sobě. Možná jste si o Zemi zvykli uvažovat pouze jako o souši, jenže voda, semena rostlin, stejně jako všechno ostatní, co máme kolem sebe, pochází rovněž ze Země. Všechno kolem nás i v nás samých má svůj původ v Zemi. Je přitom tak snadné zapomenout na skutečnost, že právě planeta, na níž žijeme, nám poskytla všechny ingredience, z nichž vznikla naše těla. Voda v našich sva-
lech, kosti i všechny mikroskopické buňky uvnitř našich těl... to všechno pochází ze Země a je to i její součástí. Země není pouze prostředím, které obýváme. My sami jsme Země. Jsme její součástí a ona sama je v nás. Což znamená, že ji v sobě neustále neseme.

Pohlédneme-li na Zemi, zjistíme, že se jedná o uskupení složené z prvků pocházejících z vesmíru – ze Slunce a z dalších hvězd. Zadááme-li se do nitra květiny, poznáme, že také ona se skládá z mnoha prvků. Znamená to, že i květinu můžeme označit za uskupení. A v této jediné květině pak lze nalézt veškerý vesmír. V jediné květině

můžeme spatřit slunce, půdu, déšť a třeba i zahradníka. Podíváme-li se na naši Zemi, spatříme, že je jako překrásná květina, v níž je přítomen celý vesmír. A jestliže nakonec pohlédneme do nitra sebe samých, uvidíme Matku Zemi i v nás. Nemyslete si proto, že tato Matka Země je kdesi mimo vás. Matka Země se nachází ve vás. Stejně jako je ve vás i matka, která vás kdysi porodila.

Pokud si doopravdy uvědomíme, že Země je naší součástí, pochopíme spolu s tím i cosi úžasného: že Země je skutečně živá. A že my sami jsme živými, dýchajícími projevy této nádherné a štědré planety. Jestliže si toto dokážeme uvědomit, změní se i náš vztah k Zemi. Budeme pak po této planetě chodit jinak než dřív, budeme o ni jinak pečovat a také se do ní dokážeme skutečně zamilovat. A zamilujeme-li se do někoho či do něčeho, zmizí současně všechno, co by nás od objektu naší lásky oddělovalo. Uděláme pro něj vše, co je v našich silách. A ten, koho takto milujeme, nám bude současně přinášet nezměrné štěstí a bude se na oplátku starat o nás. Právě takovýto vztah musí každý z nás navázat se Zemí, máme-li přežít – my i ona.

V Zemi je obsažen celý vesmír

Pohlížíme-li na Zemi pouze jako na prostředí, které nás obklopuje, vnímáme sami sebe a Zemi jako navzájem oddělené a samostatné entity. O Zemi pak uvažujeme pouze ve světle toho, co pro nás může udělat. Je ale nezbytné, abychom dospěli k poznání, že lidé i tato planeta jsou jedno a totéž. Země se skládá z prvků, z nichž některé nejsou pozemského původu. Své příspěvky tak poslaly sem k nám, na naši planetu, i jiné oběžnice a hvězdy. Stejně jako je květina složená z prvků, které nevznikly v ní sa-

motné, skládá se i Země z prvků, jež nevznikly na Zemi. A tak je rovněž zmíněná květina, stejně jako celá planeta, utvářena z prvků, jež nepocházejí výhradně ze Země. Jestliže tímto způsobem nahlédneme do samé podstaty květiny, spatříme v ní celý vesmír.

Velká část našeho strachu, odcizení, nenávisti a zloby pramení z představy, že existujeme odděleně od planety. Sami sebe vnímáme coby střed všeho a chceme mít zdravou Zemi pouze proto, abychom na ní my sami dokázali přežít. Chceme dostatečně čistý vzduch, abychom mohli dýchat. Chceme dostatečně čistou vodu, abychom měli co pít. Ve skutečnosti ale nestačí zachránit jeden strom nebo používat netoxické produkty. Je nutné změnit celý náš vztah k Zemi. My sami jsme Země a naše vědomí je rovněž vědomím Země.

O Zemi jsme si zvykli uvažovat jako o neživé hmotě. To je ale zavádějící přístup, za který může fakt, že jsme se Zemi odcizili. Odcizili jsme se dokonce i vlastním tělům. Den co den trávíme mnoho hodin tím, že zapomínáme na skutečnost, že vůbec nějaké tělo máme. Natolik jsme se již nechali polapit počítači a vlastními problémy, až zapomínáme na to, že jsme i něco víc než jen naše vlastní mysl. Mnohé z nás souží nemoci, protože jsme zapomněli věnovat pozornost vlastním tělům. A stejně je tomu i se Zemí. Zapomněli jsme, že Země je naší součástí a že my jsme zase součástí její. V důsledku toho jsme my i ona onemocněli. Jelikož se o Zemi nestaráme, je nemocná. A jsme nemocní i my sami.

Jestliže se pozorně zadíváme na stéblo trávy nebo strom, můžeme si všimnout, že nejde jen o pouhou hmotu. Vše v sobě nese svou vlastní moudrost. Drobná semínka například vědí, jak mají vyrůst, aby z nich vznikla rostlina s listy, květy a plody. Borovice není pouhá hmota. Uchovává v sobě své vlastní vědění. A ani smítko prachu

není jen hmota. Každý z atomů má svou vlastní inteligenci a je živoucí realitou.

Všechno na Zemi v sobě nese svou moudrost. Stejně jako ji má každá naše buňka. Pokud bychom chtěli tvrdit, že naše planeta Země není nic než jen hrouda hmoty, mýlíme se. Planeta Země rozdává život a stará se o něj. A má tudíž i svou moudrost.

Toto proniknutí do hlubší povahy věcí se v sanskrtu nazývá *advaita džňána*. Jde o schopnost nahlížet u věcí za hranice pouhých pojmů. Klasická věda je založena na víře, že existuje reálný svět, jenž se nachází mimo nás, mimo naši mysl. Bez ohledu na to, zda tato mysl existuje či ne, je podle klasické vědy ona objektivní realita stále zde. V buddhistické tradici nicméně tvrdíme, že existuje jednak mysl a pak objekty, jež tato mysl vnímá. Mysl i zmíněné objekty přitom existují a projevují se současně a není možné je od sebe oddělit.

Pochopíme-li, že Země je živoucí bytost, dokážeme se uzdravit a dokážeme vyléčit i samu Zemi. Pokud naše fyzické tělo ochoří, pomůže nám, když se zastavíme, odpočineme si a věnujeme mu pozornost. Můžeme přestat myslet na cokoli jiného, soustředíme se na nádechy a výdechy a navrátíme se domů, do vlastního těla. Jestliže budeme schopni pohlížet na vlastní tělo jako na zázrak, budeme jako zázrak vnímat i Zemi a tělo Země se začne uzdravovat. Můžeme se vracet domů, do Země, abychom vyléčili svá vlastní těla a pomohli uzdravovat i ji samotnou. Země je připravena nás kdykoliv přijmout, aby nás pomáhala vyživovat a léčit.

Země je překrásná planeta. Najdeme na ní život, vegetaci, barvy, zvuky i vzduch. Je snadné přesvědčit se o její nádheře. Rozhlédněte se kolem sebe. Viděli jste nějakou jinou planetu, která by byla krásnější než ta naše? Na obloze zahlédneme záři Venuše i vzdálených hvězd.

Právě tak se ale můžeme kochat nádherou naší planety Země a také tím, jak krásní jsme my sami. Naše mysl je současně moudrostí matky Země i vědomím vesmíru. To vesmír dal vzniknout nádhernému lidskému druhu. Pomocí silných teleskopů dnes dokážou lidé pozorovat vesmír v celé jeho kráse. Neseme v sobě odlesky vzdálených galaxií. Hledíme na hvězdy, jejichž obrazy musely překonat miliony světelných let, než dolétly na Zemi. Zářivý a elegantní vesmír, který můžeme pozorovat, je v nás, v našem vědomí, a ne kdesi mimo ně.

Země je zázrak

Meditujete-li o planetě Zemi, můžete dospět k poznání, že je obdařena mnoha ctnostmi. První z nich je stabilita. Dokáže unést spoustu věcí a je schopná absorbovat mnoho střetů a srážek.

Druhou ctností Země je její obrovská tvořivost. Umožňuje zrod spousty skvostných druhů, včetně lidí. Mezi námi žije množství talentovaných skladatelů a hudebníků. Hudba, jakou skládá Země, je ale nejnádhernější ze všech. Někteří z nás jsou vynikající umělci a malíři. Je to nicméně planeta Země, která vytvořila ty nejnádhernější krajiny. A zahledíme-li se ještě pozorněji, objevíme spoustu dalších divů, které nám Země nabízí. Dokonce ani ti nejgeniálnější z vědců nejsou schopni stvořit třeba takové překrásné okvětní lístky třešně či magnolie.

Třetí ctností je schopnost nerozlišování. Znamená, že Země neposuzuje, zda je něco dobré nebo špatné. Mísoto toho si je vědoma svého vztahu ke všemu ostatnímu. My lidé se dopouštíme mnoha lehkovážných činů, které Zemi ohrožují. Ona se na nás ale nezlobí. Díky ní jsme se zrodili a ona sama je připravena nás uvítat, až se k ní zase

navrátíme. Země je tedy obdařena ctnostmi, jakými jsou trpělivost, stabilita, tvořivost a umění nerozlišovat. Pokud si dokážete toto uvědomit, znamená to, že vnímáte spojení mezi sebou a Zemí.

Pokud nahlédnete do podstaty věcí a ucítíte, jak jste propojeni se Zemí, zmocní se vás pocit obdivu, lásky a úcty. A když si uvědomíte, že Země není pouze okolní prostředí, přiměje vás to, abyste ji chránili stejně jako sebe samé. Jste děti Země. A Země je ve vás. Víte již, že mezi vámi a Zemí není žádný rozdíl. A ve stavu tohoto splynutí si napříště nebudete navzájem připadat odcizení.

Naše živoucí dýchající matka

Lewis Thomas je severoamerický biolog, který napsal knihu *Lives of a Cell (Životy buňky)*. Píše v ní, že naše planeta je jako buňka v lidském těle. Má inteligenci a obsahuje mnoho různých forem života. Studoval buňky v těle a uvědomil si, jak je každá z nich úžasná. A dospěl k názoru, že naše Země je rovněž živoucí bytost. Trpí. Je smutná. Má svou moudrost. Umí mnoho věcí. Matka Země není netečnou hmotou. Kdyby jí byla, jak by mohla být obdařena tolika talenty a schopnostmi? A jak by mohla dát život tolika bytostem?

Pokud hovořím o Zemi jako o „ní“, je tomu tak proto, že ji nepovažuji za cosi neživého. Máme sklon antropomorfizovat věci, které vidíme. Často rovněž mluvíme o naší planetě jako o Matce Zemi. Země není osoba, je to však matka, díky níž se zrodily miliony živoucích druhů včetně lidí.

Naše Matka Země se o nás stará. Díky ní jsme se narodili, poskytuje nám vzduch, který dýcháme, dává nám

teplo, aby se ohřála naše těla, i vodu k pití. Naše planeta je velice štedrá matka, která se o nás stará a dává nám všechno, co potřebujeme. Díky ní jsme se narodili. A až jednoho dne v naší současné podobě zemřeme, zase se k Matce Zemi vrátíme. A ona nás opět přivede nazpátek, abychom se projevíli znovu, v jiné formě.

V Číně, Vietnamu a mnoha dalších zemích bývá Země personifikována coby matka a Slunce jako otec. Slunce je pro nás nejbližší hvězdou v této galaxii. Poskytuje nám světlo a energii. Slunce je jako Buddha rozdávající nám každíčkou minutu teplo a život. Každý z nás v sobě má sluneční světlo. Bez Slunce by nemohly existovat žádné živé bytosti. Musíme jen pocítit sluneční světlo ve svých nitrech, abychom si to vše uvědomili. Můžeme o Slunci a Zemi uvažovat jako o skutečných rodičích svého biologického otce a vlastní biologické matky, stejně jako o rodičích všech našich předků. Buddha, Mohamed, Ježíš Kristus a všichni naši skvělí učitelé jsou dětmi této planety. My všichni jsme dětmi Země a Slunce.

Nejvyšší forma modlitby

Můžeme se cítit přemoženi velikostí nezměrné energie vesmíru a snad si i chceme myslet, že to vše stvořil někdo, kdo je podobný nám, lidským bytostem. Personifikujeme si proto síly, které vyvolávají příliv a odliv, díky nimž duní hrom a jež nám přinášejí deště. Je snadné propadnout dojmu, že nejtvůřivější ze všech sil by mohla mít podobu lidské bytosti.

Energie probuzení, míru, porozumění a lásky však není přítomna pouze v každém člověku, ale také v každém druhu žijícím na Zemi. V buddhismu učíme, že každá vnímající bytost v sobě nese schopnost dosáhnout

hlubokého probuzení a dokáže proniknout do pravé povahy věcí. Hovoříme o buddhově podstatě v každé bytosti. Jelen, pes, kočka, veverka i malý ptáček... ti všichni v sobě nesou onu buddhovu podstatu. (Malým a velkým písmenem se v českých textech obvykle odlišuje Buddha jako konkrétní osoba a buddha ve smyslu „osvícený“, *pozn. red.*) Ale jak to je s druhý, jež nenáleží do živočišné říše, jako je třeba borovice na dvorku před vaším domem? Nebo třešeň, mangovník či citronovník? Coby součást naší živoucí Matky Země v sobě i ony nesou buddhovu podstatu. Když nad Zemí vyjde slunce, všechny rostliny i zvířata přijímají život a buddhovu podstatu. Znamená to, že na Zemi se nacházejí miliardy potenciálních projevů buddhy představujících velice mocnou dávku vnímavosti, která nám může přinést mnoho štěstí. Každé stéblo trávy, každý strom, každá rostlina, velká i malá, ti všichni jsou dětmi planety Země. Země má buddhovu podstatu. A tudíž i všechny děti planety Země mají buddhovu podstatu. Všichni jsme obdařeni schopností vést šťastný život a uvědomovat si vlastní odpovědnost vůči Matce Zemi.

V Bibli praví Ježíš: „Já jsem v Otci a Otec ve mně.“ (Jan, 14:11) Taková formulace se silně blíží myšlence vzájemnosti obsažené v prohlášení „Já jsem v tobě a ty jsi ve mně.“ Podle Buddhova učení jsme my všichni součástí všeho ostatního. Celý vesmír je obsažen v Zemi. Pohlédneme-li do svých těl, spatříme v sobě Matku Zemi. A jejím prostřednictvím je tak v nás obsažen i celý vesmír. Dokážeme-li vnímat tuto vzájemnou existenci, jsme schopni navázat i skutečnou komunikaci se Zemí. Což je nejvyšší forma modlitby. A jestliže porozumíme svému vlastnímu niternému vztahu se Zemí, dostane se nám dostatečné dávky lásky, síly, probuzení a podpory, abychom mohli zdárně prospívat.

Lidé, kteří mají nějakou náboženskou víru, věří zpra-

vidla v existenci nějaké formy božstva. Věřit ale můžeme pouze v případě, že onu víru máme. Předmětem naší víry musí být cosi nádherného a prospěšného. Současně to musí být obdařeno i jistou mocí, protože pokud trpíme, potřebujeme se dotýkat čehosi silného, co nám dokáže pomoci, abychom trpěli méně.

Jestliže trpíme, potřebujeme lásku a porozumění. Sami v sobě nemáme dostatek ani jednoho. V utrpení tedy hledáme pochopení a lásku kolem sebe. Je samozřejmé, že někdo, kdo v sobě lásku i porozumění má, pro nás může rovněž ztělesňovat dobro, pravdu a krásu. Víme rovněž, že jistou dávku dobra, pravdy a krásy v sobě neseme i my sami. Možná jí ale není dost na to, aby nám dokázala přinést štěstí. A nevíme ani, jak těmto ctnostem pomoci, aby se proměnily v moudrost.

Země však všemi uvedenými ctnostmi oplývá. A tak jsou uvnitř v nás stejně jako kolem nás.

Svou vděčnost a modlitby ale nemusíme směřovat k jakémusi vzdálenému božstvu, s nímž by pro nás bylo obtížné či rovnou nemožné navázat kontakt. Vděčností a modlitbami můžeme zahrnovat i Matku Zemi. Matka Země je přímo zde, s námi. A poskytuje nám vše, co potřebujeme. Nikdo nebude popírat, že pomeranč či mango, které jíme, jsou plody naší Země.

Nejkrásnější bódhisattva

Bódhisattva je živá bytost, která v sobě nese štěstí, probuzení, porozumění a lásku. Každá bytost, u níž se tyto vlastnosti projevují, může být zvána bódhisattvou. Bódhisattvové jsou všude kolem nás. Třeba mladý člověk plný lásky, dosud neokoralý a překypující porozuměním, jenž nám dokáže nabídnout vrchovatou dávku štěstí, je bódhisattvou.

Bódhisattvové však nemusejí být nutně lidské bytosti. V Buddhových předchozích životech, jak o nich vyprávějí *Džátaky*, byl také on nazýván bódhisattvou. Ve zmíněných příbězích vystupuje v podobě jelena, opice, stromu či skály. Bódhisattvové tedy mohou mít i tyto formy. Strom může být šťastný a neokoralý. Nabízí nám kyslík, úkryt a nádherný pohled. Strom může dodávat živiny jiným tvorům. Může se stát útočištěm ptákům a mnoha dalším stvořením.

Když se podíváme na svoji planetu, pochopíme, že právě Země je nejnádhernějším bódhisattvou. Je matkou mnoha úžasných bytostí. Jak by mohla pouhá hmota učinit všechny ty nádherné věci, které Země dokázala? Nehleďte proto bódhisattvu ve svých představách. Máte jej totiž zde, přímo u vlastních nohou. Matka Země není jakousi abstraktní či neurčitou představou. Matka Země je zde coby důkaz, na který se můžete podívat, na nějž si lze sáhnout, který si lze poslechnout a který můžeme i ochutnat. Dává nám život. A my se k ní pak vracíme, načež nás ona na oplátku navrací znovu a znovu nazpátek do života. Lidé se občas chovají pošetile, jsou Zemí znuděni a modlí se, aby se narodili někde jinde. Nemají přitom ale vůbec tušení, zda nějaké jiné místo existuje či ne. Astronomové dokážou dohlédnout svými teleskopy k mnoha vzdáleným galaxiím, ale zatím jsme ještě nikde nenašli nic tak nádherného, jako je planeta Země. Kam jinam byste chtěli jít, když je zde planeta Země, připravená uvítat vás doma?

Zemi můžeme nazývat bódhisattvou, který všechno očisťuje a vrací sílu všemu, co na ní existuje. Můžeme na Zemi hodit vonící květinu, ale právě tak na ni můžeme pohodit výkaly. Země nerozlišuje. Má obrovskou schopnost vše vydržet a nabízí toho spoustu, co nám dodává sílu.

Země je matkou spousty buddhů, bódhisattvů a světců. Je matkou nás všech. Třebaže není bódhisattvou v lidské podobě, dokáže nám dávat život, starat se o nás, krmit nás a léčit. Vyznačuje se odolností, trpělivostí a trvalostí. *Lotosová sůtra* se zmiňuje o „zemním bódhisattvovi“ jménem Kṣitigarbha. Má tytéž vlastnosti jako Země: trvalost, odolnost a též velkou sílu. Přísahal, že se bude vydávat na nejtemnější místa, aby ochraňoval bytosti v zoufalých situacích, stíhané nespravedlnostmi a ohrožované konflikty. Nikdy nepolevil ve svém odhodlání chodit tam, kde je ho nejvíce zapotřebí. Do věznic, míst sužovaných válkami a končin podobných peklu.

Bódhisattva Matka Země má schopnost tvořit, hýčkat a starat se o ty nejnádhernější bytosti včetně buddhů, bódhisattvů, světců i lidí obdařených bezpočtem dovedností a talentů. Svou lásku dokáže rozdávat nespočtu různých druhů. Když pijeme vodu, víme, že tato voda přichází coby dar Země. Když dýcháme, víme, že též vzduch je darem Matky Země. Když jíme, je nám jasné, že i naše jídlo nám darovala Matka Země. Obracet se k Matce Zemi, dotýkat se Země a vzdávat poctu Zemi je čímsi naprosto přirozeným.

Slunce je rovněž velkým bódhisattvou. Bez Slunce by nebylo světlo, teplo a nebyl by ani žádný život. Slunce je tak bódhisattvou nekonečného života a nekonečného světla, jenž sám rozdává život a umožňuje, aby mohl život na naší planetě existovat. Slunce a Země jsou skutečnými bódhisattvy. Nenacházejí se však jen mimo nás. Jsou rovněž v nás. Nemusíme je hledat někde jinde.

Občas, když dojde k přírodním katastrofám, hurikánům nebo udeří vlny tsunami, dávají lidé vinu Zemi a tvrdí, že odhodila svou vlídnost a že se mstí. Když nám ale Země nabízí déšť, sluneční svit a úrodnou půdu, vzdáváme jí hold. Uvědomujeme si, co všechno od ní máme,