

## Kultivace ctností

Arthur Zajonc

Když meditační výcvik poprvé dorazil z Asie na Západ, jednou z prvních skupin, která začala využívat jeho výhody, byla izraelská obdoba CIA - Mosad. V Mosadu zřetelně rozpoznali prospěšnost *samadhi* čili „jednobodové koncentrace“, ale cíle, na které se jejich pozornost upínala, byly utajeny. Mnohé vojenské organizace, sportovní týmy či firmy od té doby využívají meditační techniky k redukci stresu a dosažení svých cílů. Stručně o tom pojednám, protože chci probrat otázku vhodnosti vyučování meditačních technik ve vojenských jednotkách (v martických uměních se odedávna kombinuje meditace a martické činy), a také proto, že chci poukázat na skutečnost, že kontemplativní praxe může být zcela oddělena od etiky. Meditace, a to dokonce i meditace jako doplněk, automaticky nezaručuje, že meditující bude mít správné mravní úsudky či bude žít eticky.

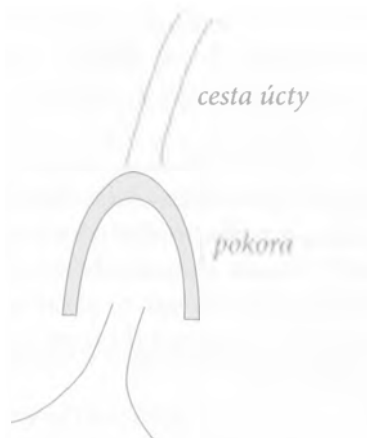
### ***Hodnota meditační praxe a úsilí o morální rozvoj***

Příběhů na toto téma je bezpočet. O indickém mudrci Milarepovi (1052-1135) se vypráví, že využil zázračné psychické síly neboli siddhi k tomu, aby zničil lakotného feudálního pána, který zacházel nemilosrdně s jeho rodiči. Zvládnání hněvu vždy bylo evidentně problémem, a to dokonce i mezi velkými mistry. V nedávné době se zdálo, že snad každou spirituální tradici sužují sexuální či finanční skandály. Před těmito pokušeními nejsou imunní ani zkušení učitelé s dobrými záměry. To vše poukazuje k fundamentální pravdě, zvláště v případě meditační praxe, že její hodnota jako pozitivního příspěvku ke světu musí stát na zvláštním úsilí o morální rozvoj. V buddhistické tradici se ctnosti přezdívá *sila* a je považována za úhelný kámen vznešené osmidílné stezky. Správná mluva, správné jednání a správný způsob obživy jsou v této tradici považovány za esenci mravního vývoje. U těch, kteří v buddhistické praxi podstupují meditační výcvik, se tato etická pravidla či doporučení sledují, pět jich platí pro laiky a 227 pro plně ordinované mnichy.

Striktní lpění na souboru pravidel (a nezáleží na tom, jak pečlivě jsou zformulována a dobře zamýšlena) v naší době oprávněně narušuje naši autonomii. Zajisté můžeme ocenit mravní vedení, ale posledními arbitry v otázce mravního úsudku se nakonec musíme stát my sami. Pokud utišíme vášně, máme možnost v jakékoliv situaci zřetelně rozpoznat správnou volbu. Když středověká mystička Marguerite Porete napsala o ctnostech: „Vzdala jsem se vás“, byla upálena na hranici za „herezi svobodného ducha“. Předběhla svoji dobu tvrzením, že její láska k Bohu plně dostačuje k vedení životem. Své postoje spojovala s proslulým předchůdcem sv. Augustinem, jehož slavný výrok citovala na svoji obranu: „Miluj, miluj a čiň, co chceš.“ To však nepomohlo. Církev si dokázala pouze představit, jaký chaos by vypukl, kdyby každý jednal na základě vlastního úsudku o tom, co je dobré a co špatné. Jakkoli tento postoj můžeme chápat, zdá se v současnosti zřetelnější, že morální podmínky kontemplativní praxe nemohou a ani nemají být uloženy zvnějšku. V tomto smyslu jsme (nebo bychom měli být) heretiky svobodného ducha.

## **Brána pokory a stezka úcty**

Místo pravidel by praktikující měl zušlechťovat řadu naladění či fundamentálních postojů, které vedou k ctnosti. Když je praxe zakořeněna v naladění a postojích, člověk může cítit, že byl položen správný mravní základ. První naladění se týká *pokory*. Steiner nazývá pokoru bránou či vchodem, kterým musí kontemplující projít. Skrze pokoru odkládáme sebestřednost a rozpoznáváme vyšší hodnotu ostatních. Pokora nás vede na „cestu úcty“. Zde nemám na mysli ani tak úctu k druhým osobám, jako úctu k vyšším principům, jež se snažíme ztělesnit. Bytostné naladění pokory a úcty je neslučitelné s egoismem, který je zdrojem dalších mravních zmatků.



Jak tento přístup rozvíjet s ohledem na praktický výstup během cvičení? Zde, ostatně jako vždy, je třeba počítat s naší individualitou. To, co pomáhá jednomu, nemusí pomoci druhému. Pro středověké mystiky byla bezpečným vstupem modlitba, tak jako mnozí dnes i oni užívali slov Písma, aby rozvíjeli zbožnost a pokoru. Pro jiné současné kontemplující se může spojení s tradičními náboženstvími zdát natolik problematické, že je pro ně modlitba jednoduše nemožná. Mnozí naleznou cestu k pokoře a úctě mnohem snadněji skrze cestu úžasu a zázraku, inspirovanou nádherou přírody. Zaměřit mysl k hvězdné noci nebo k azurové klenbě nebes nebo možná k oblíbenému útočišti v osobně vybraném stromu, skále nebo k říčnímu břehu - to vše nám může pomoci nalézt vlastní cestu k bráně pokory a k stezce úcty.

Z mnoha lidí, se kterými jsem pracoval, jsem cítil hluboký mír a prostou radost, kterou zakoušeli z toho, že našli prostor vnitřní zbožnosti, když strávili určitý čas praxí modlitby či meditace spojené s přírodou. Často si přáli na tomto místě prodlévat a prohloubit svoji oddanost, a rozvíjet ji nikoliv jako krok na cestě kontemplativního výzkumu, ale jako svoji vlastní řádnou praxi. O této možnosti pohovořím ještě později, nyní vzhledem k našim záměrům vezmeme v potaz sílu pokory, úcty a oddanosti a poznáme, že tyto postoje nabízejí seriózní mravní základ meditace. Jejich kultivace je praxí ctnosti. Každé cvičení kontemplativní praxe by mělo projít bránou pokory a nalézt stezku úcty.