

Zrození tichého já

Arthur Zajonc

Ve stati napsané pro studentské noviny popsal Thomas Merton význam tvůrčího ticha, v němž se člověk odvrací od toho, co nazývá „společenské já“, k „hlubšímu, tichému já“ - klidnému kapitánovi lodi nebo svědkovi na svahu kopce. Martin Luther King našel cestu k tomuto tichému, hlubšímu já nesčíslněkrát, a proto z něj hovořil a jednal a nikdy nepodléhal mentalitě davu. Abychom se probudili, jak nás k tomu vyzývá Thoreau, musíme zrodit toto tiché já uprostřed našeho běžného života tužeb a povinností. Zušlechťování tohoto hlubokého vnitřního pramene existence může kulminovat ve zrození tichého já, jež je obvykle skryté a zapomenuté.

Básník Juan Ramón Jiménez zachytil tajemství naší nejhlubší identity, našeho tichého já, v básni „Já nejsem já“.

*Já nejsem já
Já jsem ten,
kráčející vedle mě, kterého nevidím,
za kterým si to občas namířím,
o němž čas od času nemám ponětí.
Ten, který zůstává zticha, když já hovořím,
Ten, který odpouští a je milý, když já nenávidím,
Ten, který se občas zatoulá tam, kam já ne,
Ten, který zůstane, až já zemřu.*

Mystéria naší pravé identity a obrat k ne-já

Jiménez se zde dotýká velikého mystéria naší pravé identity. Její tajemství nerozpleteme v několika řádcích, ale tato zkušenost je nepochybná. Musíme projít bránou pokory a nalézt stezku úcty, narůstající mír myslí spolu se zvyšující se pozorností - tak utišíme společenské já. V kontemplativním vesmíru, který se v nás otevírá, naše běžné ego vyvane a my začneme pracovat s tím, co Jiménez nazývá ne-já. Je charakteristické, že pouze to nepovšimnuté vytrvá, pouze to zůstane, až já zemřu. To znamená, že všechny vnější aspekty mé osoby (pohlaví, zaměstnání, faktografické znalosti) zmizí a setrvá pouze ne-já.

V buddhismu se jedná o obrat k anatmanu neboli ne-já. V křesťanství běží o zkušenost sv. Pavla, že „nežiji již já, ale Kristus ve mně“. Je tomu tak, jako když naladění vědomí přesouváme ze středu na periferii a vše nově zakoušíme. Se zrozením ne-já se jednání podnícené hněvem nebo setkání rozněcující touhu posouvá do jiné roviny. Než jsme se obrátili k ne-já, mohli jsme hněv ospravedlnit a dokonce cítit pocit morálního zadostiučinění. Nicméně jakmile v sobě zrodíme ne-já, začneme vnímat vztek a utrpení odlišně - tak, jako když se King setkal s rozrušeným davem.

Básník a mystik Rúmí

Rúmí začal svůj život nikoli jako básník a mystik, ale jako učenec zabývající se islámskou literaturou a filosofií. V sedmatřiceti letech se seznámil s mystikem Šamsem z Tabrízu a započala u něj hluboká transformace. Po třech letech došlo k tragickému Šamsově zmizení, jež u Rúmího vyvolalo neovladatelný žal, který spustil stavidla poezie, písní a spirituálního spojení. Tento stav trval mnoho měsíců a Rúmí se odvrátil od svého já, které vidělo pouze ztrátu, k ne-já neboli tichému já, které bylo schopno znovu objevit niterný vztah k Šamsovi dokonce i po jeho odchodu. Když budeme číst Rúmího báseň „Dům pro hosty“, vzpomeňme si na hloubku jeho utrpení a žalu.

*Tato lidská existence je dům pro hosty.
Každé ráno nový příjezd.*

*Radost, tíseň, lakota,
náhlý záblesk čehosi,
to vše přichází jako nečekaný host.*

*Uvítej je všechny a vesel se s nimi,
i kdyby byli jen davem zármutků,
který ti z domu drze vymetá
veškeré zařízení.
S každým hostem zacházej s úctou.
Třeba tě něčeho zbaví,
možná připraví prostor novému potěšení.*

*Temná myšlenka, stud, potměšilost,
Vyjdi jim ke dveřím vstříc s úsměvem
a pozvi je dál.*

*Bud' vděčný za každého hosta, ,
ať je to kdokoli,
protože každý ti byl poslán coby průvodce
z druhé strany.*

Všechno, co od Rúmího máme, jeho poezie a dervišské tance, vzniklo se zrodem jeho tichého či vyššího já, jež nemá nic společného s konvenčním společenským já. Dokonce i ztrátu svého milovaného Šamse se Rúmí naučil uvítat a zacházet s ní se vznešeností. Skutečně - jeho setkání se Šamsem, s opravdovým duchovním přítelem, bylo sesláno z druhé strany, avšak totéž platí i pro jeho odchod. Od okamžiku jeho zmizení se začaly řinout tisíce veršů, z nichž se skládá jeho největší básnické dílo Masnáví, po staletí známé jako „Korán v pehleví“.

Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že praktikujeme-li cvičení Martina Luthera Kinga v tichu kontemplace, pak se v reálném životě budeme setkávat se situacemi tomu přiměřenými a budou pro nás dostupné nové zdroje. V životě budeme i nadále potkávat svou Nemesis i to, čeho se je třeba obávat, hrozivé konflikty, ale od nynějška, jakmile se vynoří naše emoce a začnou námi cloumat spodní vody, automaticky se obrátíme k vyšší rovině věcí. Začneme hledat a také najdeme přímou cestu vedoucí k tichému já, cestu, kterou jsme dříve postrádali. Když udeří nápor, budeme kráčet cestou, kterou je třeba očistit od destruktivních emocí, aby byla ušlechtilá. Naše slova a činy budou následkem toho vyvěrat z odlišného zdroje, ze zdroje, který usiluje o vzájemné porozumění a usmíření, nikoliv o vítězství. Můžeme také zjistit, že tento způsob bytí v mžiku vyvolá podobnou reakci v osobě, která stojí proti nám. Lidé, s nimiž máme spor, náhle zjišťují, že mluví neobvykle velkoryse. Někdy se pak přihodí, že místo násilí se vynoří úcta k druhému a s ní nový začátek vztahu.

Tato praxe hovoří sice pouze k jednomu problematickému aspektu vnitřního života, avšak může být nesmírně nápomocná, jestliže je rozvíjena a procvičována nepřetržitě. V třetí kapitole popíšu jiné techniky vnitřního pramene bytí. Prostřednictvím této praxe v posledku neusilujeme jen o ovládnutí emocí, ale především o to, abychom natolik proměnili sebe sama, že se ve svém životě staneme přirozeně ušlechtilými a laskavými. Místo toho, abychom pouze řídili své emoce, stáváme se jinými lidmi, v nichž jsou tyto pozitivní vlastnosti inherentně přítomné. Takové změny nenastanou hned. Jsme bytostmi, jež pozoruhodně odmítají změnu. Pokud bych měl použít metaforu sochy, tak jsme ve stejném okamžiku nepoddajný kámen, proměňující dláto i umělcovy tvořící ruce. Fyzik Erwin Schrodinger napsal:

A tak by se na každém kroku, v každém dni našeho života, mělo něco z tvaru, jímž jsme doposud disponovali, změnit, být překonáno, zničeno a nahrazeno něčím novým. Odpor naší primitivní vůle je psychickou obdobou odporu existujícího tvaru vůči proměňujícímu dlátu. Neboť jsme sochou i dlátem, přemáhajícími i přemáhanými zároveň - to je skutečné, neustálé „sebe-přemáhání“ (Selbsterwindung).

Pokud na cestě k cíli, byť jen částečně, postoupíme, my sami i svět kolem nás se změní. Tuto změnu přivítáme s radostným a vyrovnaným, otevřeným srdcem a budeme se cítit jakoby vyživováni skrytým proudem; jsme trpěliví a projevujeme se dobrými úsudky. První žalm musel být napsán v takovémto rozpoložení mysli.

*Blaze mužům a ženám,
kteří překonali svoji lačnost,
a kteří přestali nenávidět
a živit iluze.*

*Budou potěšeni tím, jak věci jsou,
a jejich srdce zůstanou otevřená dnem i nocí.
Jsou jako stromy zasazené u tekoucí vody,
a tyto stromy rodí ovoce v pravý čas.
Jejich listí nepadne ani neuvadne.
Vše, co podniknou, se zdaří.*