

ĀYUKUSALA PAÑHĀ

Otázky ESA – ACES Questions

Buddhovi následovníci, jež sdružuje Evropská Sangha Áyukusala (ESA), chápou Dhammu jako dovedný (*kusala*) způsob života (*āyu*). Buddhaova Vznešená Osmičlenná Stezka umožňuje kultivaci charakteru a zvládání každodenních situací (*sīla-sikkhā*), meditační trénink (*samādhi-sikkhā*) a rozvoj moudrosti (*paññā-sikkhā*). To platí pro laiky i pro mnišský řád (*sangha*). ESA následují původní Buddhovo učení (Buddha–Dhamma) zaznamenané v Páli kánonu a stále živé v nepřerušené tradici Theraváda. ESA se však nepodřizují žádným sektám (*nikāya*) různých národních buddhistických institucí. Oba aspekty Dhammy, teoretický (*pariyatti*) a praktický (*paṭipatti*) — jak je chápe Áyukusala — jsou nejstručněji formulovány v odpovědích na pět následujících otázek:

The Buddha's followers assembled in the Āyukusala Central European Sangha (ACES), hold the Dhamma to be skillful (*kusala*) living (*āyu*). The Buddha's Noble Eightfold Path provides for character cultivation and handling everyday situations (*sīla-sikkhā*), meditation training (*samādhi-sikkhā*) and developing wisdom (*paññā-sikkhā*). This applies to both the lay and monastic orders (*sangha*). The ACES are following the original Buddha–Dhamma recorded in the Pāli Canon and kept alive in the unbroken Theravāda tradition; however, the ACES are not compliant to any particular sect (*nikāya*) of the various contemporary national Buddhist institutions. Both the theoretical (*pariyatti*) and the practical (*paṭipatti*) aspects of the Dhamma — as understood in the Āyukusala — are most concisely formulated in the answers to the following five questions:

eka nāma kiṃ // satī sabhāva-dhammā-paṭiṭṭhita

jedno je jmenovitě co? // všímavost [jedině] skutečně existující jevy za podklad [si bere]
one is namely what? // mindfulness [takes only] really existing phenomena as its basis

Všímavost (*sati*) bere jediné skutečně existující jevy (*sabhāva-dhammā*) jako svou potravu. Rozlišuje jevy tak, že každý spadá do oblasti jednoho ze čtyř podkladů všímavosti (*satipaṭṭhāna*). Když je všímavost používána v nepřerušném procesu zaznamenávání a označování (*vitakkana*) jevů, vzniká skrze zaznamenávání (*sallakkhana*) jejich charakteristik vhléd (*vipassanā*).

Kdykoliv uvědomování (*citta-vīthi*) sklouzne do obsahů mysli, všímavé zaznamenávání procesu myšlení mizí. Abstrakce, jako jsou koncepty, nejsou předmětem všímavosti. Zatímco pozornost (*manasikāra*) je charakterizovaná aktivním (*karana*) přístupem, je pro všímavost (*sati*) charakteristická přijímající (*patiggahana*) otevřenost mysli.

Mindfulness (*sati*) takes only really concrete phenomena (*sabhāva-dhammā*) as its nutriment (*āhāra*). It distinguishes each phenomenon as falling within the sphere of one of the four foundations of mindfulness (*satipaṭṭhāna*). When it is applied in continuously noting and naming (*vitakkana*) the phenomena, insight (*vipassanā*) arises through noticing (*sallakkhana*) their characteristics.

Whenever awareness (*citta-vīthi*) strays into conceptual thinking, mindful noticing of the thought process ceases. Abstractions such as concepts are not the object of mindfulness. Whereas attention (*manasikāra*) is characterized by an active (*karana*) approach to the object, mindfulness (*sati*) is characterized by receptive (*patiggahana*) openness of mind. Mindfulness is thus neither some kind of “awareness” nor any special form of “attention”.

dve nāma kiṃ // nāma-rūpa

dvě je jmenovitě co? // poznání a poznávané (mysl–a–tělo)
two is namely what? // knowing and known (mind–and–body)

Poznání a poznávané (*nāma-rūpa*) jsou dvě stránky každé zkušenosti v pokročilé meditaci vhledu (*vipassanā*). Musí být viděny ve spojení a zároveň též rozlišeny v jejich polaritě — to je známo jako proniknutí jednoty mysli–a–těla (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*). Taková znalost vhlédem vyvstává pouze v procesu nepřerušovaného všímavého zaznamenávání.

Žádný pokrok v meditaci vhledu (*vipassanā*) není možný bez zkušenostního proniknutí jednoty mysli–a–tělo (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*).

Mind–and–body (*nāma-rūpa*) are two–sided aspects of every experience in the advanced insight meditation (*vipassanā*). They have to be seen jointly and also simultaneously distinguished in their polarity — this is known as penetrating the unity of mind–and–body (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*). Such insight knowledge arises only out of moment by moment mindful noticing.

No progress in insight meditation (*vipassanā*) is possible without experientially piercing the unity of mind–and–body (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*).

tīṇi nāma kiṃ // tayo jhāna–vihāra

tři je jmenovitě co? // trojí meditační dlení
three is namely what? // three meditative dwellings

Jsou tři cíle pokročilé meditace, jež Buddha učil jmenovitě jako božské dlení (*dibba–vihāra*), vznešené dlení (*brahma–vihāra*) a ušlechtilé dlení (*ariya–vihāra*). Meditující by měl vědět, které meditační dlení prožívá.

Technické postupy těchto tří jsou jasně rozdílné a neměly by být směřovány.

There are three goals of advanced meditation taught by Buddha, namely the divine dwelling (*dibba–vihāra*), the godly dwelling (*brahma–vihāra*), and the noble dwelling (*ariya–vihāra*). A meditator should know which he is experiencing.

The technical procedures of these three are distinctly different and should not be muddled up together.

cattāri nāma kiṃ // cattasso vipassanā–paṭipadā

čtyři je jmenovitě co? // čtyři postupy vipassany
four is namely what? // four procedures of vipassanā

Buddha učil čtyři kombinace extatického zklidnění (*samatha*) a vhledu (*vipassanā*). Jmenovitě to je čistý vhled (*sukkha–vipassanā*) prováděný bez extáze (*jhāna*), vhled prováděný po extázi (*samatha–pubbangama–vipassanā*), vhled prováděný společně se soustředěním (*samatha–vipassanā–yuganaddham*), vhled dosažený při zklidňování vzpoury jevů (*dhamma–uddhacca–viggahīta–vipassanā*).

Jednu z těchto kombinací učí kompetentní mistr meditace každému pokročilému meditujícímu podle jeho sklonů. Neexistuje jedna technika pro všechny lidi.

There are four combinations of tranquility (*samatha*) and insight (*vipassanā*) taught by Buddha, namely pure insight (*sukkha–vipassanā*) practised without ecstasy (*jhāna*), insight practised after ecstasy (*samatha–pubbangama–vipassanā*), insight practised on the verge of ecstasy (*samatha–vipassanā–yuganaddham*), insight achieved while pacifying an upheaval of phenomena (*dhamma–uddhacca–viggahīta–vipassanā*).

A competent meditation master teaches one of these combinations to each advanced meditator according to that individual's predisposition. There is no one technique for all people.

pañca nāma kiṃ // pañca–vasiyo

pět je jmenovitě co? // patero mistrovství
five is namely what? // five types of mastery

Je patero mistrovství (*pañca–vasiyo*), tvořených deseti meditačními dovednostmi (*jhāna–kusala*), které učil Buddha. Tato mistrovství spočívají ve volbě a přípravě meditace (*āvajjana–vasī*), metodickém zahájení meditace (*samāpajjana–vasī*), dodržení rozhodnutí pro délku a předmět meditace (*adhiṭṭhāna–vasī*), metodickém zakončení meditace (*vuṭṭhāna–vasī*), reflektování procesu meditace (*paccavekkhanā–vasī*).

Toto patero mistrovství je stejné pro všechny postupy pokročilé meditace.

There are five types of mastery (*pañca–vasiyo*), produced by the ten skills of meditation (*jhāna–kusala*) taught by Buddha. They consist in the choice and preparation of the meditation (*āvajjana–vasī*), the methodical start of meditation (*samāpajjana–vasī*), the abiding by the decision for time and object of meditation (*adhiṭṭhāna–vasī*), the methodical ending of meditation (*vuṭṭhāna–vasī*), the reviewing of the meditation process (*paccavekkhanā–vasī*).

These five steps are the same for all advanced meditation procedures.

ACES e-mail:

ayukusala@gmx.ch

<http://www.ayurama.eu>

<http://www.ayukusala.org>

