

Povídání o snech se ctihodným Áyukusala Therou

Otázky klade ctihodná Ayyá Vajirá [VA]

Áyukusala Assama, Hokandara, Srí Lanka, 29. ledna 2006

Ayyá Vajirá: Ctihodný pane, problematika snů je zajímavá pro spoustu lidí. A jak je to se sny v Buddhově nauce? Položím ti k tomu několik otázek, které se týkají jednak výskytu snů v páli a jednak snů v mé vlastní zkušenosti, tedy toho, co jsem zažila a jak jsem s tím pracovala.

Áyukusala Thera: Dobře, ctihodná Vajiro, s jakými páli texty jsi se setkala, ve kterých se vyskytuje tematika snů?

VA: Tak, především jsem se setkala s Metta-Suttou. To je rozprava o prospěchu provádění meditace *mettá*, co z ní plyne...

AT: ... je to ta Buddhova promluva ve sbírce Anguttara-Nikáya o výsledcích praxe *mettá*?

VA: Ano. A pak z doslechu vím, že je tematika snu zpracována v knize Milinda-Pañhá, ale k tomuto se tě chci zeptat až později.

AT: Dobře. Hm.

VA: A v tom překladu Metta-Sutty je uvedeno jedenáct bodů, které Buddha zmiňuje jako blahodárné důsledky praxe *mettá*.

AT: Ano.

VA: A jedním z nich je to, že člověk, který dělá *mettá*, nemá zlé sny. Že vlastně ten spánek je narušen a...

AT: ... doslovně: Nevidí zlé sny, *pápa supinam na passati*. Jo.

VA: Ano, ano.

AT: Takže páli termín pro sny, pro snění je *supinam passati*, doslova vidění snu, jo, vidění ve spánku. Hm.

VA: Takže slovo sen jako takové tam v páli není...

AT: Hm.

VA: Když jsem tu suttu překládala, tak mi to vlastně dělalo velmi dobře. Překládala jsem to v době, kdy mi nebylo úplně nejlépe. A vím, že mi už jen samotné obsahy, které se mi při tom překladu pod těmi pojmy vybavovaly, tak mně dělaly vlastně strašně dobře. Říkala jsem si, že to je hezké, že tu *mettá* vlastně můžu vůbec dělat. Nebo na ní si aspoň vzpomenout.

AT: Hm, hm, hm.

VA: ... že si můžu vlastně vytáhnout ty situace, kdy mi bylo dobře, nebo vzpomínku na to, kdy se mi podařilo udělat dobře meditaci *mettá*.

AT: Ano, dobrý.

VA: Takže to pro mne bylo velmi odměňující...

AT: Takže ve své vlastní zkušenosti jsi potvrdila to, co Buddha říká tak, jak je to zaznamenáno ve sbírce Anguttara-Nikáya, tedy právě v té Metta-Suttě, kterou jsi přeložila do češtiny.

VA: Ano. A tím se vlastně dostávám k další otázce, a to je vlastní zkušenost při práci s přerušáním snu. A k tomu mám několik podotázek. Jednak jsem ve svém životě udělala zkušenost, že pokud jsem měla dobře zregulovaný den, tak se mi vlastně pak i dařilo dobře zreflektovat a uzavřít den meditací *mettá*. A pak jsem i dobře usínala. I když třeba byl ten spánek přerušovaný, tak jednak tam nebylo žádné násilí ani trestání se za to, že jsem se vzbudila. Vlastně i to přerušování spánku bylo v té *mettá* náladě, v tom dobrotivém rozpoložení *mettá*.

- AT: Tak to je vlastně takové konkretizování toho, co Buddha říká v té Metta-Suttě. Že ten, kdo praktikuje *mettá*, pak má těch jedenáct výhod, že ho nepoškodí oheň, že není napaden a tak dále — no a mezi těmi výhodami je taky to, že dobře klidně spí. No a ty sny, které pak přicházejí u takového člověka, tak to jsou většinou příjemné sny, ve kterých se nějak třeba ještě zpracovává zbytek dobrotivého prožívání toho dne. Ta mysl to ještě nějak znovu zpracovává. To je takové to přežívání, jo. My jsme vlastně v naší mysli přeživkavci.
- VA: Já si, Bhante, vzpomínám, že jedna tvoje dobře meditující žákyně na Srí Lance měla radost z toho přirovnání ke krávi, která rychle přes den nasbírá trávu a pak lehne a přežvykuje...
- AT: To si ani nevzpomínám.
- VA: To bylo v Kananvile před několika lety, tehdy jsi nás učil pracovat se sny.
- AT: Ano. A jaké máš ty, ctihodná Vajiro, zkušenosti z práce se sny, teda s tím přerušáním snu, nebo s těmi sny po dni naplněném *mettá*?
- VA: No, tak vím, že už jako dítě jsem měla třeba zlý sen a vždycky, když jsem se probudila, tak tam byl takový strach znova usnout. Buď musela přijít máma, a to bylo pak lehké usnout, ale pokud máma nebyla, tak jsem to pak musela vlastně nějak zvládnout sama. Vlastně mi šlo o vrácení se znova do toho spánku - protože přeci nebudu nespát celou noc.
- AT: No, ano.
- VA: A kupodivu jsem se sama naučila takový hák, že jsem znova ten sen nastartovala v bdělém stavu vědomě s tím posledním obrázkem a nechala jsem to projet o něco dál a pak jsem to ukončila.
- AT: Tak to už je hezká práce se sny. Podobnou práci se sny jsem učil v rámci satiterapie a v rámci workshopů na Bernské univerzitě v sedmdesátých letech. Hlavním principem při tom bylo najít vědomě možnost pokračování a tím překonat ten pocit bezvýchodnosti. Ale já bych teďka tu práci se sny nechal stranou. Zůstaňme u toho, co víš o snech v páli. Hm?
- VA: Hm. No takže v kánonu páli to je hlavně ta Metta-Sutta, co jsme ji zmiňovali...
- AT: Ano. A co ještě?
- VA: A pak je to téma těch snů Bodhisatvy. Před tím, než Bodhisatva Siddhartha dosáhl probuzení k buddhovství, tak měl tři předvídací sny.
- AT: Ano, a ty jsou taky v Anguttara-Nikáyi...
- VA: Já to znám z tvého vyprávění. Já jsem to přímo v té Anguttara-Nikáyi ještě nečetla. Ale vím, že jsi nám říkal, že Bodhisatva měl sny před tím, než dosáhl probuzení, a že předjímající sny...
- AT: Ano.
- VA: A my jsme se tenkrát k té tématice dostali právě na základě toho, že já jsem při své intenzivní meditaci s tebou sdílela, že jsem měla taky předjímající sen.
- AT: Takže to je jeden z druhů snů, o kterých Bodhisatva vypráví, říká, že měl *pubbebhāganimitta*, předjímající představu, kdy viděl spoustu červených mravenců a také bílých mravenců a že si to vykládal tak, že bude mít hodně žáků, bíle oblečených upásaků a hodně mnichů, kteří budou nosit právě tu červenou nebo oranžovou róbu. Takže to jsou ty předjímající sny, jak o nich mluví Buddha v Anguttara-Nikáyi.
- VA: No a v páli zpracovává tuto tematiku kniha Milinda-Pañhá, o které jsi se právě zmiňoval tehdy v Kananvile oné sinhálské upásice. Mohl bys mi k tomu i dnes něco říct?
- AT: Ano. No tak to je ta kapitola Supina-Pañho, neboli Otázka o snech, která je v té knize Milinda-Pañhá, Otázky krále Milindy, neboli řecky krále Menandra. Pokud vím, tak to je asi tak jediný systematizující výčet různých druhů snů, které nalézáme v páli literatuře. V páli komentářích a subkomentářích, tedy v *atthakatá* a v *tíká* jsou sice sny různě zmiňovány, ale jediným textem o snech, který se považuje za součást Páli kánonu, je obsáhlá kniha Milinda-Pañhá. Přestože to je

text pozdější, který vznikl pět set let po Buddhovi, Milinda-Pañhá je považován za součást Ti-Pitaky. Ano, a jediné tam je ta systematika těch šesti druhů snů, když ctihodný Nágasena na otázku toho krále Milindy odpovídá „*cha ime mahárāja supinam passanti*“. V překladu tedy: „Takovýchto šest snů lze vidět, velekráli.“ A pak vyjmenovává ty první tři druhy: „*Vátiko supinam passati, pittiko supinam passati, semhiko supinam passati.*“ No a tady, jak vidíš, ctihodná Vajiro, se zase vyskytuje *váta, pitta, semha*. Odkud to znáš?

VA: Bhante, to znám přece z toho interview, který jsme dělali o áyurvedě. Tam to jsou *tun dosa*, takzvané tři druhy poruch nazývaných *dosa*.

AT: Ano. No a v páli?

VA: V páli to je *pitta, semha*...

AT: No a kde? V které suttě?

VA: To je přeci Girimánanda-Sutta.

AT: Ano, v Girimánanda-Suttě. Takže vlastně Girimánanda-Sutta, promluva o léčbě ctihodného Girimánandy souvisí jak s problematikou těch tří poruch *dosa*, tak i s problematikou snů. Zase ty tři typy poruch se tady vyskytují jako typy snů. A když jsi zmiňovala, že někdy byl tvůj spánek přerušen, tak za to byly zodpovědné právě tyto tři typy poruch. Může to být *vátiko supinam*, sen, který je nabuzený tou poruchou větrnosti, nadýmání, má charakter jako větroplach, tak, že v tom člověk lítá. Takže to je *vátiko supinam*, anebo pak je to *pittiko supinam*. To je, když převládá *pitta*, když je tam...

VA: Oheň, ohnivost.

AT: Ohnivost, vzrušení, horečnatost. Že jo? Takže to je rozdělení snů podle tematiky. *Vátiko*, to je sen větroplašný, *pittiko* sen horečnatý a *semhiko* — *semha, šlesma*, anebo taky *khapa* — to je takový ten bahnitý, takový ten žlučovitý, jo, těžkopádný sen. No, a já právě předpokládám, že ti staří ayurvedičtí doktoři mniši právě dokázali i ty sny používat, či lépe řečeno výklad snů používat také pro diagnostické účely.

VA: Hm, hm.

AT: Jaké poruchy, nebo jaký typ poruchy se vyskytuje u toho člověka, záleží na tom, s čím je ten člověk konfrontován. No, a v tom textu Milinda-Pañhá, v kapitole Supina-Pañho o snech je typologie šesti snů: *vátiko, pittiko, semhiko*, a pak další je *dévatupasamhárato* sen, jo. *Déвата* ho způsobují, je jimi zprostředkován *upasamhárato*. *Hárato* to znamená, že je přinášeny těmi *dévy*, jo, bohy. A o tomto typu snů by se dalo říct, že je výsledkem mentálního zpracování situace toho snícího. Ukazuje, v jaké situaci se ten člověk nalézá ve svém každodenním životě. Takže je to právě ten výsledek toho zpracování, toho vyhodnocení té situace, který nabývá formu božské bytosti *déвата* jako symbolu. Je to obraz významu, Sinnbild bych řekl německy, znázornění, jakožto zobrazení té situace, hm. Takže *déвата* přinášejí sen, ve kterém je shrnuta a zobrazena situace toho člověka. Tak to by byl ten čtvrtý druh snů. No?

VA: Bhante, já se tě ještě k předchozímu zeptám. Větroplašný — je to, že člověk se jako tak vznáší v tom snu? Může to být to, že tam je nějaký pocit jako ulítávání do nějakého prázdného prostoru nebo průlet nějakou dírou?

AT: Ano, ano. I tohleto by do toho patřilo, ale to větroplašné, toto *vátiko* znamená spíš jakousi celkovou rozlitanost, jako...

VA: Jako nějaké takové neuchopení? ... roztržitost taková?

AT: Roztržitost... jakési to motýlkovitě.

VA: Aha.

BH: Němci například při takovém pocitu říkají, že mají motýlky v břiše. Schmetterlinge im Bauch. Anebo v angličtině je to fluttering, rozechvění, mávání, rozlitaný jako motýlek...

VA: Takový neuchopitelný prostě.

AT: Ano, a takový neuspořádaný. Jo. To je to *vátiko*. *Váta* je ta porucha větrná. Na rozdíl od toho je ta horečnatá *pitta* spíš takové agresivní rozpoložení ve smyslu „a tvrdě na to...“

VA: Tak podobně jsi to popisoval i v tom interview o áyurvedě, jako ty tři poruchy.

AT: Ano. Takže to je to trojí tematické rozlišení snů: *vátiko*, *pittiko*, *semhiko*. Ta témata odpovídají náladám a jsou určována tím, v jakém celkovém stavu ten člověk je.

VA: A ty ostatní tři druhy snů?

AT: No, pak je ten druh snů přinesených *dévy*, božstvy. To je právě ta symbolizace zhuštěného významu. Dále pak jsou to ty sny nazvané *samudácinnato*, které jaksi vše shrnují. Ten výraz *samudácinnato* znamená „dohromady složený“. V takovém snu se vlastně všechny ty jednotlivé složky nějak podílejí. Ale především jsou to zpracované zbytky prožitků ze dne. Hm. Takže, když někdo ve snu vidí snůšku všehochuti, tak je to *samudácinnato supinam passati*. A pak je tu ještě ta šestá kategorie snů, ve kterých přichází ta *pubbe-bhága-nimitta*, ta předjímající představa. A v tom textu Milinda-Pañhá jsou tyto sny nazvány *pubbanimittato*. Takže *pubba nimittato supinam passati* znamená, že vidí sen, nebo že vidí ve snu představu, která předchází něčemu, co se teprve stane. A tady je zajímavé, že ten ctihodný Nágasena říká tomu králi Menandrovi: *tatra, mahárája, yam pubbanimittato supinam passati, tam yeva saccam*, říká „Toto jsou pravdivé sny, velekráli.“ Hm. Tedy ty ostatní nejsou pravdivé...

VA: Takže, to mně teďka nasedá i na to, že Bodhisatva měl ty sny, které předjímaly, jak to bude potom s těmi červenými a bílými mravenci...

AT: Nejenom předjímání...

VA: Nejenom?

AT: Tam byla ještě i ta ostatní témata naladění a symbolizace.

VA: A mně se k tomu, Bhante, teďka napojilo to... hezky jsi mi nahrál na něco, co jsem sice nechtěla původně do tohoto interview zahrnout. A můžeme to pak při editování třeba i vynechat, když na to tak přijde, jo. Vloni proběhla ta aféra, která vedla ke krizi v tradici Áyukusala, která byla předjímaná ve snech. Víím, že několik tvých bývalých mnišských žáků — jsou to teda bývalí mniši, kteří jsou tvými žáky i nadále — několik tvých bývalých mnichů mělo sny, které vlastně předjímaly, co se stane. Zprvč to byl ten sen, ve kterém nás mnichy v Evropě pronásledovala nějaká banda zločinců.

AT: Aha. To byl ten sen, který měl ctihodný Atari.

VA: Ano. Ten měl ctihodný Atari a pak také ctihodný Ákása... Ctihodný Atari měl ten sen ještě jako mnich tady na Srí Lance. A ctihodný Ákása to měl až potom, co odjel do Evropy jako laik. Pak sdílel ten svůj sen, že viděl v tom snu...

AT: Aha, o tom pak napsal...

VA: ... prostě viděl v tom snu bandu lidí, kteří byli převlečení za mnichy a mnišky a oddávali se sexuálním hrátkám, jakýmsi méněcenným orgiím, a on tam byl jako mnich a snažil se je nějak usměrnit a křičel na ně, ale oni ho ignorovali. On pak šel městem a snažil se tě někde najít a ptal se na cestu k tobě, ale nikdo mu nedokázal odpovědět. On se stále cítil mnichem, měl na sobě i čívaru, ale nikdo ho jako mnicha nebral. A pak, když se koukl na sebe, tak z té čívary mu dole koukaly nohavice kalhot a normální boty a taky měl dlouhé vlasy...

AT: No jo, tak to byl pravdivý sen bývalého ctihodného Ákásy, který měl krátce předtím, než jsem poslal jemu a ostatním laickým učitelům tu žádost, aby pomohli usměrnit „naše hloupé mnišky“, které se do čehosi zamotávaly... Jo, tady po několika měsících tréninku začaly naše mnišky produkovat erotické fantazie a jedna byla dokonce přesvědčena, že po třech měsících mnišství otěhotněla. Vlastně z našich mnichů se tehdy ještě do toho nezamotával nikdo. Jo. No a bývalý

ctihodný Ákása, nyní už Lukáš, byl vlastně jediný z laických učitelů, který na to reagoval hned a velmi dobře, inteligentně. Pak později ještě reagovali také ostatní bývalí mniši, kteří měli na základě vlastní zkušenosti porozumění pro to, že ty mnišky ulítly do světů svých erotických představ, že se do těch představ zamotávaly, místo aby se všímavě postavily nad jejich obsahy a zakotvily se ve skutečnosti...

VA: Ano. Napsal jim dopis, hm, ten dopis je někde archivován...

AT: V tom dopise žádá ty naše hloupé mnišky, aby se nesnažily rozesíláním e-mailů vynášet své problémy mezi přibuzenstvo a známé, ale aby šly do konfrontace se skutečností, do konfrontace se svými učiteli. Hm. Radil jim, aby probraly ta svá témata v rámci mnišské sanghy. Jedna z nich žila v tématu manželky, věřila, že se mništvím připravuje na manželství. Druhá měla téma děvky, které rozvíjela na základě vzpomínek na to, že byla servírka. Jo. Třetí mniška, která věřila, že bez pohlavního styku otěhotněla, měla téma sociální pracovnice nebo korespondentky, která zachraňuje druhé. Ta napsala tenkrát asi 40 e-mailů...

VA: ... to už během prvního měsíce. Tenkrát jsme ještě netušili, že se z těch osobních problémů a fantazií vyvine aféra vedoucí k mezinárodnímu poškozování buddhistické sanghy.

AT: ... během necelého měsíce rozeslala spoustu šílených e-mailů, zkrátka a dobře se snažila řešit s lidmi v Evropě své problémy, které vznikly ve špatně neupřímně pojatém mnišství. Nojo. Takže to byla ve fantazii rozvíjená témata, kterým jsme tehdy nepřikládali důležitost. Nečekali jsme, že ty mnišky budou na základě těch fantazií agovat navenek. A pak přišel ten pravdivý sen, předjímající sen, ve kterém zpracoval bývalý ctihodný Ákása to hrozící nebezpečí. Tento pravdivý sen předjímal, že v Evropě budeme vystaveni útokům, když se budeme snažit ukázat, že Dhamma je nauka vedoucí k zjednodušení života, že mnišství vyžaduje upřímnost a jednoduchost. Jednoduchý mnišský život je jedna oblast reality, fantazijní světy a sny jsou jiné končiny reality, které je nutno rozlišovat jako různé oblasti prožívání, které Buddha nazýval *gocara*. A naše mnišky zapoměly na toto rozlišování. A že přitom jde o pravdivost...

VA: ... že tam jde o to, nepoškozovat druhé a nepoškozovat sebe sama v mezilidské společensky sdílené skutečnosti.

AT: Tenkrát jsme ještě netušili, že vlastně tato Buddhova Dhamma bude uchopena některými lidmi tak, že se ji budou snažit použít jako zbraň proti nám mnichům nebo proti bývalým mnichům tak, jak to viděl ctihodný Ákása ve snu. Předvídal, že budeme pronásledováni, že dojde ke spiknutí. Což se pak tedy skutečně naplnilo a došlo ke spiknutí, které však bylo motivováno taky zlodějskými záměry. Někteří laici, dokonce i laičtí učitelé tradice Áyukusala a někteří naši žáci, kteří se nechali temporálně ordinovat za mnichy, chtěli ukrást ten projekt Dhammaráma. Snad chtěli zbohatnout zneužíváním Dhammy, když se dozvěděli o těch milionech korun. A když se jim to nedařilo ukrást, zašli až tak daleko, že rozpoutali orgie nenávisti a ničení. Jo. Po svém zpočátku jen pomateném řádění se pak snažili úplně zničit svého učitele Dhammy, který pro ně zřejmě zosobňoval jejich špatné svědomí. Hm. To je psychosociální problematika v souvislosti se sny. Takže to byly tedy ty předjímající negativní sny ctihodného Atari a ctihodného Ákásy. Ale jsou i předjímající pozitivní sny.

VA: No, a k tomu vlastně mám další otázku. Bhante, máš sny? Předjímáš své projekty Dhammy ve snech? No a jestli máš, ...

AT: Velmi zřídka mám sny, jo. No a teďka jsem měl nějak minulý týden jeden dobrý sen, který byl zřejmě předjímající sen. Takže...

VA: Ano, tys mi ho vyprávěl vlastně jenom zhruba, že to bylo setkání s dvěma mnichy v tom snu. A že to byl buď ctihodný Walpola Rahula, anebo ten druhý — a to už si nepamatuji to jméno.

AT: Ne, ne, ne. To jsem ti u snídaně jen zmínil, že jsem měl sen.

VA: ... a že mi ho chceš vyprávět.

- AT: No, a ještě jsem se k tomu nedostal. Já tedy použiji tuhleto příležitost, abych ti vyprávěl ten zřejmě předjímající sen.
- VA: A mně právě v souvislosti s tím, co jsi mi již vyprávěl, že jsi se ve snu setkal s tím mnichem, vlastně napadlo, že jsem si říkala: No třeba na Bhaného ten mnich čeká v Brahmaloka a odtamtud mu posílá tu zprávu. Takže by to byl sen *deviko*, či *dévatupasamhárato*...
- AT: Božstvem zprostředkovaný sen, *devata upasamhárato*.
- VA: Anebo možná je to sen předjímající? Ale mě právě k tomu napadá...
- AT: Takže ty si myslíš, že už brzo umřu a odejdu z tohoto světa do Brahmaloka? (směje se)
- VA: Já nevím, ale je to tak možný. Ale v tom případě bych tě chtěla požádat, zda by sis teď někdy nenacvičil, až budeš mít klid, odchod z Brahmaloka sem mezi lidi, jak se vtělovat do lidské podoby jako to dělají tibetští *tulku*, abys i nadále znovu tady mezi námi mohl působit.
- AT: Tedy tak, jako to udělal ten ctihodný Nágasena, který pak tady v lidském světě odpovídal tomu králi Milindovi?
- VA: Ano, ale on to vlastně udělal i Brahma Sahampati, kvůli kterému pak Buddha začal učit.
- AT: No, tak to jsou problémy bohů a to... No. Já ti nevím, jestli bych ještě měl tu chuť k tomu a tu sílu se ještě jednou vrátit do tohoto světa. Myslím, že už ne. Ale to necháme stranou. Já bych spíš vyprávěl ten sen, který jsem měl minulý týden. A pak bych k tomu také zmínil něco k té práci se sny. K tomu mám několik bodů, kroků postupu. První je, že když mám sen a ráno se probudím, tak si ho jenom krátce označím a odložím.
- VA: Hm. Jo. To je to satiterapeutické zakonzervování snu.
- AT: Takže tím ten sen dostane rukověť, anglicky handle, sen pak má označení a je konzervován, je odložen - a s ním je zakonzervováno, odloženo vše, co s ním prožitkově souvisí a existuje jako tělesný fokus. Jo. Takže je to zakonzervování fokusu. No a tuto techniku jsem učil během těch sedmdesátých let... během dvaceti let... v sedmdesátých až devadesátých letech jsem učil psychoterapeuty, jak se pracuje se sny pomocí metody focusing.
- VA: No, takže ten sen, to vědomí toho snu, ta vzpomínka na ten sen se metodicky odloží.
- AT: ... a to shrnutí snu chci označit a odložit a sice proto, aby ten den nebyl určován tím snem. Jo. Aby se dal začít ten den. A tohleto bylo konkrétně u mne tak, že jsem měl ten sen, já jsem si ho označil, jo, jako „poválečné setkání s úctyhodným mnichem“. Jo. To bylo to moje označení, které jsem ti zmínil. Protože ten mnich, s kterým jsem se setkal byla taková kombinace mezi ctihodným Walpola Rahulou, se kterým jsem se setkal na univerzitě v Oxfordu, a kombinace profesora Viktora Frankla, jehož poslední univerzitní přednášku než zemřel jsem překládal na univerzitě v Brně. A sice bylo to v tom Bílém domě komunistů. Komunistická strana měla svoje centrum v takzvaném Bílém domě v Brně. Tam byla ta přednáška, jo, a na závěr té přednášky mi pak profesor Viktor Frankl říkal „To, co jsme tady dneska spolu udělali“ — podívej se, ctihodná Vajiro, jak mi teďka z této vzpomínky běhá husí kůže — „To, co jsme tady dneska spolu udělali, dlouho ponese dobré ovoce.“ Jo. Hm. Takže takhle buddhisticky to profesor Frankl ohodnotil. A právě v tom snovém setkání s tou osobou, s tím mnichem, tam jsem měl stmelěného dohromady ctihodného Walpola Rahulu, který mi po mé oxfordské přednášce, jo, řekl něco podobného. Tato přednáška byla o té Meditativní kultuře srdce.
- VA: Aha. The Meditative Culture of Heart je anglicky namnožena pro rozdávání.
- AT: Jo. Tak právě tyhleto... Takže já jsem si tu snovou scénu označil jako ctihodného profesora mnicha. A nebyla to jedna osoba, ale...
- VA: Kombinace.
- AT: Kombinace Walpoly Rahuly a Viktora Frankla, který přežil ty hrůzy koncentráku...
- (Interview je zde přerušeno vytím a štěkotem, posléze pak znovu navázán.)

VA: Zahnali jsme pejsky, Bhante, a můžeme pokračovat.

AT: Já jsem nejprve jen označil tady tu poruchu jako „štěkot, pes, pes“, ale pak jsem přece jen vstal a ty psy, kteří nám tady štěkali pod verandou, jsem zahnal. Jo. Tak ať je jim dobře, ale ať si jdou štěkat jinam. No. Takže to byla metodická práce s poruchou, s ukončením poruchy, vyřešení rušivé situace a vrátíme se zpátky do situace naší kreativní práce. Stejně tak se předchází tomu, že by se sne stal poruchou určující pak celý průběh dne. Takže já jsem si ten svůj sen označil, zakonzervoval ten fokus s tím spojený a sedl jsem si pro svoji ranní meditaci. Jo. Ráno od páté do sedmé hodiny jako vždy. No a pak po sedmé hodině u snídaně jsem to sdílel. Jo. Ale jenom tak zhruba, jen to označení. Takže práce se sny znamená zapamatování a označení zaprvé. A s tím souvisí to zakonzervování. Osvobození se od té tematiky snu, tak, abychom mohli utvářet ten den, ten bdělý den dle vlastního rozhodnutí. To je velmi důležitý bod. Potom přijde případné sdílení. Hm. A to právě je to, co Buddha zase učí jako *ajhattam yoniso ca manasikára*, jednak vnitřně povšimnout, tedy moudré zaznamenání *yoniso manasikára* vnitřního prožívání, v myslí moudře označit, *manasikára*, zaznamenat, a jednak navenek *bahiddham parasso ca ghoso*. Jo, navenek hlas druhého, tedy meziosobní sdílení. Jo. Takže zakotvení v prožívané skutečnosti a pak sdílení s druhou osobou.

VA: Je to jako při psychoanalytické práci se sny?

AT: Podobně. Nejprve pracuje naše mysl na vytvoření snu a formulaci zprávy o snu. A pak teprve přichází další zpracování - a právě v tomto smyslu Sigmund Freud mluvil o primární snové práci a sekundární snové práci. Ta primární snová práce, to je zpracování, jejímž výsledkem je ten sen. Jo. A to je právě to zpracování, které je pak přineseno, ten výsledek té primární snové práce je to, co ty *devové* či bozi *upasamháranti*. Jo. To, co ti *devové* přinesou. Jo. Takže to je výsledek té primární práce a ten zaznamenáme, zakonzervujeme tím označením. No a pak je to teprve to sekundární zpracování, které může probíhat s psychoterapeutem nebo s učitelem, s ušlechtilým přítelem, nebo s učitelem, nebo s ušlechtilou přítelkyní. Takže jsem ti to krátce vyprávěl, tam bylo samozřejmě ještě moje reflektování toho, s kým to chci sdílet. Jo. A každý sen je zasazen do nějakého životního tématu, do nějakého životního údobí. Jo. A to samozřejmě hraje roli v té druhotné práci, v té sekundární práci se snem, jak jsem sen zpracoval podle toho, v jakém stavu jsem byl. To bylo vlastně den potom, kdy jsem přijel sem do Áyukusala Assamy z té jeskyně v mém klášteře Walagambha Áráňňa, kde jsem předtím byl nějakou dobu v ústraní...

VA: Ano, to byl ten den vlastně... Walagambha Áráňňa a pak v sobotu...

AT: ... a na sobotu jsem měl sen. Jo. A tak jsem si zreflektoval nejenom ten sen, ale i to současné životní údobí. Je to údobí, kdy přijíždím z lesního kláštera, kde jsem několik dní žil v jeskyni a kam jsem sebou vzal našeho nového mnicha ctihodného Revatu. Odtamtud se vracím do naší centrály, na základu Áyukusala Assama. Hm. A tys mě tu přivítala, udělala jsi mi velkou vandaná, jo, rituálně jsi potvrdila náš vztah a já jsem si uvědomil „Ano, tato ctihodná bhikkhuni je moje ušlechtilá přítelkyně, se kterou mohu sdílet.“ Ušlechtilé přátelství není Buddhou nikde definováno tak, že by muselo být výhradně homosexuální, že by to nesměl být ušlechtilý vztah mezi mužem a ženou.

VA: Bhante, tohleto je asi vůbec jedno z nejméně pochopených témat. Ta polarizace muž - žena, kterou jsme zpracovávali v jednom předchozím interview...

AT: To bylo za Buddhových časů tematizováno velmi často, třeba když mniška svému bývalému manželovi přednáší *síla-samádhi-pañña*. Jo. Nebo když ctihodný Ánanda pracuje s mniškami potom, co se tak usilovně zasazoval proto, aby směl být založen řád mnišek. To interview o vztahu mezi mužem a ženou, jak jej vysvětloval Buddha...

VA: ... jsou k tomu udělané i webové stránky www.volny.cz/nangi

AT: ... jo, jo, jo. Ale já jsem teď jenom tady u toho, že jsem vrátil se z lesního kláštera, z jeskyně do naší centrály, jo. A teďka my dva jsme tady spolu sdíleli, bavili jsme se o tom, jak vypadá naše Áyukusala Sangha teďka po té aféře, kterou rozdmýchali někteří škůdci buddhismu.

VA: A která znova teďka nabývá zase na...

AT: ... která má nějaké dozvuky, ale která je pro nás vlastně více méně vyřešená. A to je zajímavé, že v tom snu, jo, jsem měl tu *nimittu*, jako že ta aféra je vyřešená, že je to po válce. Ten sen — co jsem si těch pár bodů zapamatoval a co jsem pak zpracovával — tak ten se odehrával v poválečné krajině na severní hranici Švýcarska.

VA: Bhante, prosím tě, to že tu aféru rozpoutali Češi, má to nějakou souvislost?

AT: To tam v tom snu nebylo. Pro mne to byla taková situace, která byla nějak po ukončení druhé světové války, kde Hans Vogt, můj bývalý tchán, právě jako švýcarský voják se angažoval v tom rozbitém Německu a přešel do služby pro Američany. Jo. A to se mi pak při zpracování snu vybavilo, jo, jako proč právě severní hranice Švýcarska. Je tam Schwarzwald a Karlsruhe, Freiburg im Preissgau. Jo. Takže tato krajina tam byla a bylo to tam vše zničené, mnoho škod naděláno, někteří z těch šilenců škůdců válečníků stále ještě někde operovali.

VA: Operovali Banderovci po válce třeba v Čechách, v Sudetech?

AT: Ano, například. Vraceli se vojáci z fronty, jo, vraceli se z ruského zajetí, byli rádi v americkém zajetí, z koncentráků byli propuštěni lidi. A teďka já jsem si tam připadal jako ten můj tchán, jo, který vlastně protože mluvil dobře anglicky, německy, francouzsky, tak v tom Alsasku, severní krajině od Švýcarska působil. V Alsasku se mluví jednak řečí podobnou švýcarštině, jednak francouzsky, jo, a v tom Schwarzwaldu se mluví německy a Plattdeutsch, jo. A já jsem si do jistý míry připadal jako ten Hans Vogt, jo, který umí všechny ty jazyky a tady teďka začíná tu práci té znovuvýstavby Wiederaufbau, jo, a pracuje pro UNRA, pro americkou společnost. No tak to je k té situaci, kde to bylo. Takže ve skutečnosti to bylo v tom, že se vracím z jeskyně, z lesního kláštera do naší koordinační základny Áyukusala Assama, ale v tom snu to byla ta Landschaft, tam byla ta krajina poválečná na severu Švýcarska. Bylo to na hranicích, jo. Já jsem operoval z toho neutrálního nepoškozeného Švýcarska. Jo. Takže v tom snu jsem byl nepoškozen, i když samozřejmě se mě ty škody, které byly udělány buddhismu, a které byly udělány celosvětově, tyto škody se mě týkaly. Jo. Ty mi nebyly jedno. A teďka já se tam setkávám... A tam byl ještě další zajímavý moment. Tam bylo nějaké kongresové centrum, ale to kongresové centrum mně připomínalo to centrum na Monte Veritas u Locarna, kde se konaly ty Eranos-Tagungen, které organizoval Karl Gustav Jung. A Monte Veritas, Hora Pravdy, jo, ...

VA: Tam jsi se přece v Tesinu setkával se ctihodným Nyánaponikou, že jo?

AT: Ctihodný Nyánaponika, když přijel do Locarna, tak tam býval u toho doktora Kreuzbergera, a naše první setkání bylo na Monte Veritas. A pak znova a znova jsme se tam setkávali. Takže to je to kongresové centrum, a já jsem teďka v tom kongresovém centru po té válce prováděl nějaké workshopy a měl jsem tam přednášku. A teďka tam přišel po té jedné přednášce ke mně ten mnich, který byl kombinací ctihodného Walpola Rahuly, s kterým jsem spolupracoval na Oxfordské univerzitě, a profesora Viktora Frankla, se kterým jsem pracoval na univerzitě v Brně. A tato osoba se se mnou setkává a dává mi podporu, říká „Jen tak dál!“ jo. „A teďka začne opravdu ta nová práce, jo, sice ve zničené, ale zato tím vyjasněné krajině.“

VA: A ty si mně, Bhante, říkal, když jsi přijel z té Walagambha jeskyně. Když jsem Ti udělala tu velkou *vandaná*, tak jsi říkal „My to v té Evropě ještě rozjedeme!“

AT: Vážně? To si ani nevzpomínám. To jsem ti řekl, jo? Já jsem přijel naplněn dobrým pocitem z Walagambhy. I to jméno je významné, je to jméno krále, který po urputné válce nechal poprvé v historii zapsat celou Tipitaku a taky založil lesní klášter Walagambha Áráňňa...

VA: To je dobré místo! Během své návštěvy jsem se tam skvěle cítila.

AT: Takže tohleto byl sen z té noci. No a samozřejmě to ušlechtilé Walagambha přátelství s tebou, s mniškou, která mi tady pomáhala vychovávat, cvičit jak mnichy tak i mnišky, hm... Já si vzpomínám, když sem přišli, jak jsi jim předávala — to je zachyceno na fotkách — jak jsi jim předávala mísu, jak jsi pro ně připravovala róby...

VA: Bhante, vždycky znova a znova.

AT: ... jak jsi je učila jíst rukama. Jo. No a samozřejmě si nechci zapřít, nechci vytěsnit ani ty vzpomínky, že třeba ten chudák tebou trpělivě opečovávaný pacient, onen ostravský Zdeněk, se pak hrubě proti tobě otočil a hloupě štvál proti tobě.

VA: Já ani nevím, co o mně psal. Víš, ale to je jedno, to se mu jen samo vrátí.

AT: Nebo ten Honza, chudáček, který nevěděl co a jak, který se nikdy neuměl začít chovat jako mnich. A tys ho učila jíst mnišským způsobem, no a teďka tady straší v té mnišské róbě, ale je to vlastně intrikant, který tady dál něco organizuje, asi jak ukrást projekt Dhammáráma.

VA: Jsou to chudáci zneužití těmi intrikantkami z Prahy a Prostějova. Cítím s nimi jen soucit.

AT: Takže tyhlety asociace jsou součástí té situace, do níž je vsazen význam mého snu. Tohleto všechno se mi v tom stmelilo a to ušlechtilé přátelství vůči tobě, ctihodná paní, jako nosný princip, jo, princip lásky, kterou já vůči tobě cítím a která ale není ničím nízkým zanešená. Je to láska, která není zašpiněna žádnou chtivostí či vypočítavostí. Jo. Je to vztah ušlechtilého přátelství, který mi dává podporu, oporu. Jo — i když někdy samozřejmě jsi problematická a máš problémy jako každý člověk, který není arahant — jo, tak přece jenom je to něco velmi cenného, co mi dáváš ty jako mniška, která mi dává oporu stejně jako ten mnich ctihodný Vijitasiddhi, který nyní trénuje našeho nového mnicha Revatu. No a bylo tam v tom snu zastoupeno i vědění o tom ušlechtilém přátelství s našimi bývalými mnichy ctihodným Ákásakusalou, ctihodným Atarikusalou a ctihodným Hitakusalou...

VA: a Yasakusalou a Tíranakusalou...

AT: Ano. Tak to jsou ušlechtilé osoby, to jsou opravdoví *sappuriso*. Jo. Takže tato nosná síla toho ušlechtilého přátelství se mi aktivovala tím, že ti *devové* to sjednotili, že to shrnuli do té krajiny mého snu. A na pozadí této snové krajiny jsem pak viděl tu *nimittu* té budoucí práce, jo, která přichází, která bude možná. No a tam bylo zajímavé to, že jsem cítil, že budu jednat podobně jako ctihodný Walpola Rahula, kterého si velmi vážím.

VA: A jak ten jednal, Bhante?

AT: To byl gentleman v róbě, mnich v univerzitním prostředí. Muž, který opravdu žil to mnišství plně, ale nebyly v tom žádné opičárny, žádný buddhistický fundamentalismus, žádné lži, žádné předstírající svatouškovství. No, a to samé profesor Frankl. Žid, který se ale nijak nevázal na Talmud, na židovskou víru, on vystupoval přímo buddhisticky se svou logoterapií. Učil logos jako smysl, jako vědomí cíle. Dává ti to smysl?

VA: Dává. Hm. Máš tedy, Bhante, jasné vzory.

AT: Takže právě ta snová krajina, to bylo to, co přinesli ti *devové*. To jejich shrnutí. Nebyly tam ani *váta*, ani *pitta*, ani *semha*. Nebyly tam žádné poruchy.

VA: Takže rozumím tomu dobře tak, že ve snech můžou být kombinovány všechny ty typy snů nějakým způsobem dohromady a mají význam podle aktuální situace toho člověka. Aha.

AT: Přesně tak. Tu snovou krajinu, tu mi vytvořili ti *devové*, kteří zpracovali tu situaci, ve které teďka jsme po té aféře, po válce. A v té snové krajině je *devy* zpracována i ta předjímací vize toho kongresového centra, kde se setkávám v minulosti se ctihodným Nyánaponikou a kde si беру do budoucna za vzor ctihodného Walpola Rahulu a Viktora Frankla, hm. No a teďka tam mám něco nového realizovat tak, jak je snem předjímací. Hm. No. Takže to byl můj poslední sen teďka minulý týden. Takže to bylo celé vypravování, abych ti odpověděl na tvou otázku, ctihodná paní. Ano, měl jsem nedávno sen. Jinak mám sny velmi zřídka.

VA: A jaké jiné sny míváš, a kdy, Bhante?

AT: No, někdy se stane, že je to nějaký zbytek prožívání toho dne, ale to si zapamatuju. Vše, co děláme všímavě, si lehce pamatujeme. To spíš se mi stává, že zbytky dne zpracovávám ve

večerní meditaci, v reflektování, že se mi to v meditaci vynoří jako porucha, kterou hned zpracuju. Zcela klasicky to bývá porucha klidu *samathá*, která se pak eventuálně stává meditačním předmětem analýzy prostřednictvím *vipassaná*. No. Takže...

- VA: Takže to jsou tvoje sny a to je ten předjímající sen, který jsi se mnou sdílel. No. A mně teďka k tomu přichází ještě jedna další otázka. Ty už jsi to částečně nakousnul v jedné předchozí odpovědi. A sice: Práce se sny. Jak je ta práce se sny důležitá pro praxi Dhammy?
- AT: No, tak to je velké technické téma, které by si zasloužilo separátní interview.
- VA: Já osobně mám zkušenost, že ještě než se Zdeněk Trávníček stal ctihodným Atarikusalou, já než jsem se stala mniškou Vajirou, tak jsme byli spolu v Anglii na jedné farmě. Víím, že jsme si tam hodně porozuměli. Byl tam s námi také Roman Hytych, budoucí ctihodný Hitakusala. A když jsme se bavili o snech, tak Zdeněk, nebo snad Roman, zmínil, že s tebou pracoval na snech. Ty jsi jim prý říkal, že se sny nemáme zabývat pro praxi Dhammy, že stačí to, s čím se musíme vypořádat ve všedním dni. Že to je dostatečná nálož práce.
- AT: Asi jsem je zrazoval od přílišného zabývání se se sny. Ale ne, abychom sny úplně vyloučili. V každodenním vědomém bdělém životě jsme konfrontováni s tolika situacemi, které můžeme moudře pojímat *yoniso manasikára* a inteligentně řešit. Takže věnovat se tomu, jak utváříme svůj každodenní život. No a to by bylo to, co jsi vlastně dneska říkala během té první otázky. *Mettá* a dobře uspořádaný každodenní život je daleko důležitější než práce se sny. Samozřejmě přijde něco ve snu, ale spousta věcí nám dobije nebo dojde v meditaci, jo, a to je pak ta psychohygienická funkce meditace.
- VA: Já bych tedy zmínila jednu svoji zkušenost. Ještě než jsem vůbec začala s meditací, tak jsem se zabývala freudovskou psychoanalýzou na základě Tavistockých přednášek Sigmunda Freuda, které vyšly v češtině. A tam je právě zmíněná ta primární a sekundární práce se sny. A ta sekundární práce je vlastně zaměřená na postupy analýzy jako vytáhnout z toho snu konkrétní prvky nebo konkrétní celky, jak to tomu člověku nasedá pak na asociace k tomu, co to dává za význam. Takto hledá ten člověk nové významy.
- AT: Ano.
- VA: Takhle jsem si analyzovala jeden svůj sen, který se týkal skutečné situace ve skupině, ve které jsem se v té době pohybovala, odkryla jsem si sama takhle svoji skutečnou motivaci.
- AT: Skutečnou? Snad motivaci, kterou sis nepřipouštěla. Protože všechny motivace, které nás motivují, jsou skutečné.
- VA: Dobře. Tak motivaci, kterou jsem si nechtěla tehdy připustit, že by to tak bylo. A mně to tehdy pak vyskočilo z toho, že jsem si to odkryla vlastně tou analýzou toho snu.
- AT: A to jsi dělala sama bez pomoci nějakého psychoanalytika?
- VA: Ano, to jsem dělala sama bez pomoci psychoanalytika, jenom právě s tou knížkou, ve které byl krok za krokem popsán ten postup.
- AT: No jo. To je možné, ale já bych nedoporučoval se do takových věcí moc pouštět.
- VA: Upřímně řečeno, potom co mě to takto zaskočilo, tak jsem si říkala, že by to pro mne mohlo taky být nebezpečné, že bych si s tím taky jednou nemusela sama vědět rady.
- AT: Aha. No právě tam je ta důležitost toho ušlechtilého přátelství, *kalyána mittatá*, o kterém jsme předtím mluvili, ctihodná Vajiro.
- VA: Tak, Bhante, já myslím, že to je asi všechno k tomu snění a vůbec k problematice snů v rámci praxe Dhammy. Děkuju, bylo to hezké interview.

