

Rami Shapiro

UMĚNÍ
MILUJÍCÍ
LASKAVOSTI




portál

Rami Shapiro

UMĚNÍ
MILUJÍCÍ
LASKAVOSTI



portál

Biblické citace jsou převzaty z *Českého ekumenického překladu*,
pokud není uvedeno jinak.

Původní anglické vydání:

The Sacred Art of Lovingkindness

© 2006 by Rami Shapiro

All Rights Reserved. This translation published
under license with the original Publisher Turner Publishing

České vydání:

Translation © Monika Kittová, 2018

© Portál, s. r. o., Praha 2018

ISBN 978-80-262-1413-7

OBSAH

| | |
|---|-----|
| Předmluva | 6 |
| Úvod: Co je milující laskavost? | 10 |
| 1 Obraz a podoba Boha | 13 |
| 2 Bůh jako tvořivá síla | 24 |
| 3 Nebojácné soucítění | 32 |
| 4 Jak se angažovat v životě prostřednictvím milosti | 45 |
| 5 Vyrovnanost v daném okamžiku | 65 |
| 6 Skutky milosrdenství a dávání | 80 |
| 7 Pravda našeho příběhu | 104 |
| 8 Jak pro svět uchovat laskavost | 115 |
| 9 Pocity a odpuštění | 128 |
| 10 Očistěte se od klamu, abyste viděli jasně | 141 |
| 11 Největší překážka milující laskavosti | 148 |
| Závěr: Staňte se skrytými svěťci | 162 |
| Doporučená četba | 167 |
| Rejstřík modliteb a praktik | 171 |
| Poděkování | 172 |

Tato kniha je věnována všem přátelům a učitelům – o některých z nich se zmiňuji na následujících stránkách, o jiných nikoli –, kteří mi v průběhu svého života ukazovali, co je doopravdy milující laskavost.

PŘEDMLUVA

Milující laskavost patří k tématům, o nichž moc ráda čtu. Je to nesmírně *povznášející* vlastnost. Dočtu knihu a povzdychnu si, protože bych si přála, abych mohla být například jako některý z těch známých buddhistů, jejichž jméno samo je synonymem milující laskavosti. Vždyť kdo by to nechtěl? Problém spočívá v tom, že jsem to, o čem jsem si četla, příliš neuplatňovala v praxi. Ach ano, cvičila jsem si svou verzi milující laskavosti s plným nasazením jeden dva dny, ale záhy jsem se vrátila ke své nižší přirozenosti a třeba si přála, aby toho neuvěřitelně drzého muže, který mě předběhl ve frontě na poště, potkalo něco zlého.

Nedávno jsem si uvědomila, že pokud mám vůbec někdy zapojit tuto vznešenou vlastnost do svého běžného života, potřebuji jednoznačně něco podniknout. Tak jsem udělala zase to, co obvykle dělám, když je potřeba akce: přečetla jsem si další knihu. Tentokrát to však bylo jiné. Autor knihy mi totiž poskytl dva základní nástroje, jak se naučit praktikovat milující laskavost – řadu jasných cvičení, kterým jsem se opravdu chtěla věnovat, a také naději, že zušlechťování života, jež je typické pro milující laskavost, není pro pouhého smrtelníka, jako jsem já, něco nedosažitelného. Za obojí vděčím rabimu Ramimu Shapirovi. *Umění milující laskavosti* dokázalo to, co se nepodařilo ještě žádné knize: povzbudilo a přesvědčilo mě, že ten člověk,

kterým chci být, je zároveň člověkem, kterým se doopravdy mohu stát.

Mám také podezření, že tuto knihu odlišila od mnoha dalších prací napsaných na dané téma také skutečná lidskost rabiho Ramiho. Rabi se přiznává, že ono posvátné umění zatím sám nezvládl; tvrdí o sobě, že je jako „dítě v mateřské škole, které maluje prsty“. Při malování prsty se člověk může pěkně umazat, jak si vzpomínám, ale mám dojem, že ve třídě bývá vždycky dítě, které je sice špinavé od barev jako ostatní, ale kterému se ze všech těch kudrlinek a spirál podaří vytvořit opravdu skvělý obrázek. Tipovala bych, že v mateřské škole byl budoucí rabi Rami právě takovým dítětem – protože tady vytváří krásný obraz milující laskavosti, kterou lze úspěšně žít i v každodenním chaotickém životě uštvaných, roztržitých a vystresovaných lidí.

Takových obrazů vlastně namaloval třináct, přičemž každý z nich představuje jeden ze třinácti judaistických atributů milující laskavosti, což je učení, s nímž jsem se během svých více než třiceti let studia náboženství a psaní o těchto tématech jako novinářka nikdy nesetkala. Těmto obrazům dodává rabi Rami košatost a hloubku tím, že čerpá z největších náboženských tradic a začleňuje jejich učení a metody do svého vlastního pojetí milující laskavosti. A činí to s takovou velkorysostí, že si kladu otázku, jak může být vůbec schopen malovat – nebo psát – s rukama rozpráženými v srdečném gestu otevřenosti a vstřícnosti.

Je to samozřejmě právě otevřenost, která nám umožňuje uplatňovat milující laskavost, a to především otevřenost vůči Bohu. Když se rozhodneme přimknout k Bohu, pohroužit se v životě do království Boha lásky, soucítění, laskavosti, pravdy, odpuštění, milosrdenství a mnohého dalšího, otevíráme se právě těmto vlastnostem. Každý okamžik každého dne disponujeme Bohem danou

schopností zvolit si lásku místo nenávisti, soucítění místo apatie, laskavost místo krutosti. V takových momentech si můžeme velice jasně ověřit, zda nás otevřenost Bohu otevřela také změně. Protože pokud si myslíme, že můžeme uplatňovat milující laskavost bez toho, že bychom dovolili Bohu, aby nás proměnil, jenom si něco nalháváme. Milující laskavost totiž k většině z nás nepřichází sama od sebe.

Otevřete se Bohu, otevřete se změně a nakonec se otevřete i druhým... Právě to ovšem představuje ten nejožehavější úkol. Vždyť jak bychom si mohli pěkně žít v tom povznášejícím stavu milující laskavosti, kdyby v našem životě nebyli všichni ti bídáci! Ale právě tady je třeba uplatňovat a žít milující laskavost: v našich vztazích s druhými. Ve všech našich vztazích – dobrých, špatných, vlažných. Pokud k sobě budeme upřímní, většina z nás si bude muset přiznat, že v tom, jak se chováme k lidem, které *máme rádi* a které *milujeme*, nejsme až tak skvělí, a že tedy naše milující laskavost není úplně „na jedničku“. Jak ale potom můžeme čekat, že se budeme chovat k lidem, které *rádi nemáme*? Může to snad být lepší, než jak se chováme ke svým milovaným? Pochopitelně že ne – přinejmenším do té doby, dokud nezačneme žít na místě, kde se setkávají nebe a země, kde je náš život natolik protkán Bohem, že se Boží milující laskavost stává i naší milující laskavostí. Naštěstí je nyní snazší takové místo najít díky tomu, že nám na následujících stránkách laskavý rabín ukazuje, jak do svého života zahrnout právě ty duchovní postupy, které nás tam dovedou. Nebo ještě lépe: ukazuje nám, jak on sám uplatňuje tyto postupy ve svém vlastním zaneprázdněném pozemském životě v 21. století, takže se už nebudeme mít na co vymlouvat. A činí tak s pokorou a humorem, což jsou pro mě dvě vlastnosti, které s milující laskavostí souvisejí.

K mé práci patří, že musím přečíst přes sto knih ročně. Můj čas je proto vzácný a takřka nikdy nečtu žádnou knihu víc než jednou. Teď jsem si ale přečetla *Umění milující laskavosti* dvakrát – dokonce ještě *dřív*, než kniha vyšla – a mám v plánu si ji letos přečíst potřetí, jakmile se mi podaří přemluvit svůj čtenářský kroužek, aby přeskočil knihu, která je právě na řadě, a místo ní zařadil tuto. Jsem přesvědčena, že do té doby už budu mít v malíčku umění přemlouvat druhé se zdvořilostí a vlídností.

Ráda bych vás povzbudila k tomu, abyste si udělali čas alespoň na jedno přečtení. I toto jediné přečtení vás bezpochyby zásobí spoustou nových podnětů k přemýšlení, reflexí ke kontemplaci, duchovních aktivit čekajících na uplatnění v praxi. Je tu toho tolik, že to stačí na celý život – život překypující milující laskavostí.

Šalom!

Marcia Ford

ÚVOD

CO JE MILUJÍCÍ LASKAVOST?

*Je poněkud trapné zabývat se celý život lidskými problémy
a nakonec zjistit, že člověk nemůže nabídnout jako radu
nic víc než toto: Snažte se být trochu laskavější.*

Aldoux Huxley

Jak mohu psát knihu o něčem, co jsem sám nezvládl? Pokud jde o umění milující laskavosti, nejsem ani Rembrandt, ani Picasso. Podobám se spíše dítěti v mateřské škole, které maluje prsty. Avšak důvodem k napsání této knihy je prostě mé přesvědčení, že může mít smysl, když se zmíněné umění zkoumá z hlediska amatéra. Budete tak ušetřeni kázání, morálního machrování i povýšenosti učitele nad žákem. Místo toho se s vámi podělím o svou vlastní cestu, na níž jsem absolvoval mnoho objížděk, nabídnu vám pár směrovek a upozorním vás na metody pocházející z různých náboženských tradic, které mi pomáhají v mém usilování o to, aby svět byl trochu laskavější zkrátka proto, že jsem se do něj narodil.

Podstatu této knihy tvoří otázka: Budete se v tento okamžik věnovat milující laskavosti, nebo krutosti? Lásce, nebo strachu? Štědrosti, nebo nedostatku? Radosti srdce, nebo zahořklosti?

To je totiž pouze na vás a nikdo jiný to za vás nemůže rozhodnout. Zvolíte-li si laskavost, lásku, štědrost a radost, objevíte díky této volbě Království Boží, nebe, nirvánu a spasení již na tomto

světě. Pokud se rozhodnete pro krutost, strach, nouzi a zahořklost, pak v této volbě objevíte pekelné stavy, o nichž hovoří mnohá náboženství. To nejsou ontologické skutečnosti, jež by se nalézaly kdesi ve vesmíru – jsou to existenciální skutečnosti, které se odehrávají v naší mysli. Nebe a peklo se totiž nacházejí v nás. Právě naše volba rozhoduje o tom, kde se ocitáme a v čem žijeme.

Při psaní této knihy jsem se rozhodl pro nebe, a když jsem se takto rozhodl, vydal jsem se hledat, jak podle toho žít. Vzhledem k tomu, že jsem rabín, bylo pro mě jen přirozené se nejprve porozhlédnout po vhodných pomůckách v rámci židovství. Co jsem tam našel, mi poskytlo jakousi kostru pro to, co se zde dočtete. V judaismu se mluví o třinácti atributech neboli aspektech milující laskavosti a každý z nich je zkoumán v následujících kapitolách. Některé kapitoly jsou věnovány pouze jednomu atributu, kdežto jiné pojednávají o vícero.

Tyto atributy pocházejí z knihy Exodus. Mojžíš žádá o to, aby mohl spatřit Boží slávu, to, jak se božství projevuje v tomto světě (Exodus 33,11). Bůh souhlasí: „Všechna má dobrota přejde před tebou...“ (Exodus 33,19) Bůh poté přechází kolem Mojžíše (Exodus 34,5–7) a vyvolává postupně jednotlivé aspekty dobroty: (1) uvědomění si božství sebe samého, (2) uvědomění si božství druhého, (3) pěstování tvořivosti, (4) projevování soucítění, (5) nacházení milosti, (6) jednání s vyrovnaností, (7) vytváření laskavosti, (8) vnášení pravdivosti, (9) zachovávání laskavosti, (10) odpouštění nespravedlnosti, (11) odpouštění svévolnosti, (12) odpouštění pochybení a (13) očištění se od klamu. Společně se jim říká třináct atributů milující laskavosti nebo též třináct atributů milosrdenství. Pro účely této knihy jsem převedl tyto atributy do praktik, metod a postupů, které můžete uplatňovat a jejichž pomocí můžete realizovat Boží slávu prostřednictvím svého projevování milující laskavosti.

Tyto atributy milující laskavosti se během různých typů bohoslužeb rovněž zpívají, zvláště pak během Vysokých svátků Roš Hašana (židovský Nový rok) a Jom Kipur (Den smíření). Lidem se tak připomíná nekonečné Boží soucítění i jejich povinnost projevat je ve svém životě.

Mimo společné modlitby lze třináct atributů používat jako mantry k soukromé meditaci. Ve své každodenní meditační praxi zpívám tyto atributy opakovaně v hebrejštině a žádám, aby se zakořenily v mé duši a abych byl v jejich službě proměňován. Vedle zpívání všech třinácti se obvykle každý týden zaměřím zvlášť na jeden atribut milující laskavosti a věnuji speciální pozornost metodám s ním souvisejícím, abych tak mohl trvale posilovat svou schopnost tento aspekt žít. Na konci třináctitýdenního cyklu začínám znovu od začátku.

I když od vás nežádám, abyste těchto třináct atributů milující laskavosti zpívali, je mým cílem vám prostřednictvím této knihy pomoci pěstovat tyto atributy ve vašem vlastním životě. V jistém smyslu lze knihu považovat za jakousi kuchařku milující laskavosti, jež vám nabízí recepty, jak se přičinit o to, aby váš život byl láskyplnější a laskavější – pokud to pro vás představuje nějakou skutečnou hodnotu. Posbíral jsem tyto recepty z různých náboženských tradic. Žádné náboženství nemá na milující laskavost monopol a každé může něco nabídnout těm, kteří se rozhodli pro nebe. Rád bych vás povzbudil, abyste důkladně studovali světová náboženství a přizpůsobili si z nich to, co potřebujete.

Nestačí být zběhlí pouze v jednom náboženství. Jste dědici celého spektra lidské spirituality. Přestože některé náboženství s vámi může rezonovat silněji než ostatní, můžete se ze všech učit a přizpůsobit si praktiky z každého, aby tak obohatily vaši způsobilost projevat milující laskavost. Kéž pro vás tato stručná kniha znamená vykročení po nikdy nekončící cestě moudrosti.

KAPITOLA PRVNÍ

OBRAZ A PODOBA BOHA

Uvědomte si božství sebe i druhých

Tao, které lze postihnout slovy, není věčné a neměnné tao.

Tao-te-ťing

Krátce poté, co během tsunami v prosinci 2004 přišly o život stovky tisíc lidí v Indonésii i jinde, uspořádala Americká gospelová hudební asociace (GMA) ve spolupráci s hudebními interprety country, jazzu a hip-hopu v Nashvillu koncert, jehož výtěžek byl určen obětem přírodní katastrofy. Vzhledem k tomu, že to sponzorovala GMA, bylo pochopitelné, že organizátoři pozvali i několik místních duchovních, kteří měli k tisícům návštěvníků promluvit. A vzhledem k tomu, že žijeme ve Spojených státech, považovali organizátoři za moudré, aby v této skupině duchovních byl i rabín. Tím šťastným pozvaným jsem byl já.

Začátek koncertu měl asi pětačtyřicetiminutové zpoždění. Po celou tuto dobu jsem seděl v rohu a pozoroval desítky účinkujících – z nichž téměř všichni byli ve světě country music pojmy –, jak se tam proplétají a zubí se na kameru. Nevěděl jsem, kde jsou ostatní duchovní, a nikdo se o mě nijak zvlášť nezajímal, a tak jsem měl spoustu času, abych si lámal hlavu, co vlastně budu říkat. Neměl jsem totiž nic připraveného.

Pomalu jsem se vydal po schodech na samotný koncert. Hudba byla fenomenální, ale přesto se věnovala velká pozornost tomu, aby nikdo nezapomněl, kvůli čemu tam jsme. Když byl pozván na podium první duchovní, začal svůj stručný projev tím, že řekl, že se právě vrátil z Indonésie, kde jeho farnost aktivně pomáhá na zasaženém místě. Mluvil nejen ze srdce, ale také na základě toho, co znal z první ruky. Udělalo to na mě dojem a dojalo mě to.

Když už trval koncert asi hodinu a půl, vyhledal mě jeden z manažerů a řekl mi, že za deset minut vystupuji. Velmi vážná mladá žena mě odvedla do zákulisí a já jsem začal zkoumat, kudy se dostanu na podium. Na podlaze ležela spousta černých kabelů a různých přístrojů a já se bál, že o něco zakopnu a nakonec projev přednesu vleže, tváří dolů, uprostřed hadího klubka z drátů.

Náhle spolukonferenciérka večera, nashvillská hvězda Kathy Mattea, ohlásila mé jméno a můj „manipulant“ mě jemně postrčil dopředu. Viděl jsem se na obřím jumbotronu, jak si to mířím na scénu.

Na okamžik jsem zapomněl, že jsem si vůbec nepřipravil, co řeknu. Oněměl jsem. Nebyl jsem v Indonésii, neudělal jsem nic na pomoc nikomu, kdo byl zasažen tsunami, a nikdy jsem nehovořil před tak velkým davem. Uplynul okamžik a já začal mluvit.

„Rabíni se učí jedné věci, a tou je vyučovat Tóru. A tak se teď pojdme pár minut společně věnovat Bibli. Kniha Genesis nám říká, že jsme stvořeni k obrazu Boha, k jeho podobě. Přesto co se týče našeho stvoření, hovoří Tóra pouze o obrazu Božím, a ne o podobě. Podívejme se, co tyto pojmy znamenají a proč jsou rozdíly mezi těmito slovy důležité.“

Co to znamená být obrazem Božím? Být obrazem Božím znamená, že jsme projevený Bůh. Stejně jako vlna je prodloužení

oceánu v čase a prostoru, tak je i každý z nás v čase a prostoru prodloužením Boha.

Co to znamená být Boží podobou? Být Boží podobou znamená, že máme potenciál jednat božským způsobem. Znamená to, že se můžeme, i bez ohledu na naši ideologii, teologii a politiku, v každém okamžiku k sobě navzájem chovat s milující laskavostí.

Podle Genese Bůh chce, abychom byli božští, abychom ctili jeho obraz tím, že budeme uskutečňovat jeho podobu. To není metafora. Hebrejské Jméno Boží, čtyřpísmenné Jméno J-H-V-H, *jod-hej-vav-hej*, má, když se napíše vertikálně, tvar lidské bytosti. Každý z nás je vtělené Jméno Boží.“

V ten okamžik jsem všechny požádal, ať ti, kteří mohou vstát, vstanou a otočí se ke svému sousedovi. Potom jsem je za použití jumbotronu jako svého vizuálního pomocníka nechal nakreslit na tělo svého souseda hebrejské Jméno Boží.

„Písmeno *jod* vypadá tak trochu jako sedmička (bez přeškrtnutí). Začneme na pravé straně čela svého souseda, vedeme prst přes čelo, potom dolů k nosu, přes rty až k bradě. To je písmeno *jod*, první písmeno svatého Božího Jména. Nakreslete ho a vnímejte ho na svém těle.

Druhým písmenem Božího Jména je *hej*. Toto písmeno má tvar ramenou a paží. Začněte oběma rukama na hrudní kosti svého partnera a poté nakreslete čáru směrem ven přes ramena a dolů po obou pažích, přičemž uděláte malou mezeru mezi pravým ramenem a pravým loktem.

Třetím písmenem je *vav*. Vede dolů trupem nebo páteří. Nakreslete prstem čáru od hrudní kosti k pánvi. U pánve se ale nezdržujte.“ Všichni se zasmáli.

„Čtvrtým a posledním písmenem Božího Jména je další *hej*. Nakreslete čáru přes boky svého souseda a dolů po obou nohou až k chodidlům.“

Když dostali všichni šanci jméno nakreslit a nechat si je nakreslit, řekl jsem: „A teď kousek od svého souseda odstupte a představte si Boží Jméno jako jeho tělo. Nepředstavujte si ho ale napsané na těle tak, jako by zářilo zevnitř. Samotné tělo je Boží Jméno. A nyní zavřete oči a vnímejte totéž u svého těla. Jste Jméno Boží. Jste obraz Boha. Teď otevřete oči a poklepejte co nejvíc lidem na čelo a řekněte jim: ‚Obraze Boží!‘“

Světla se rozsvítila a já jsem s úžasem sledoval, jak tisíce lidí radostně volají: „Obraze Boží! Obraze Boží!“

„Obraz Boží,“ pokračoval jsem, když většina zase seděla, „avšak ještě ne podoba Boží. Narodili jste se jako obraz Boží, ale žít jako Boží podoba je otázka rozhodnutí. A vy se právě teď rozhodujete. Jste tady, v tomto sále jsou vás tisíce – a další tisíce to poslouchají v rádiu –, abyste pomohli lidem, které většina z vás nikdy nepoznala. Lidé zasažení touto tragédií nevypadají jako vy. Nemají stejnou víru jako vy. Nemají ani stejnou kulturu, ani nemluví vaším jazykem, neposlouchají ani tutéž muziku jako vy. Už by ani nemohli být odlišnější než vy. Přesto jste však tady, jste zasažení jejich tragédií a vaše peněženky jsou otevřené, aby posloužily k tomu, aby se z ní mohli vzpamatovat. Proč? Protože ve chvílích, jako je tahle, nevidíme ve druhém cizího člověka, cizince, ale svého bližního. Vidíme v něm Boží obraz. A když vidíme v druhých Boží obraz, nemůžeme si pomoci, ale jednáme jako podoba Boží.

Jsmo tady, protože skutečnost lidského utrpení je hlubší a přesvědčivější než jakákoli teologie. Jsmo tady, protože když svou realitu zakořeníme do svého těla, a nikoli do své mysli, do skutečností existence, a nikoli do fantazií, kterými se zaobíráme, víme bez jakékoli pochyby, že jsmo všichni Boží obraz. A toto poznání nás nutí jednat z milující laskavosti, která je podstatou Boží podoby. Otočte

se ještě jednou ke svým sousedům, poklepejte je jemně na srdce a pošeptejte jim do ucha: „Podobo Boží!“

Diváci ještě jednou udělali to, oč jsem je požádal, ale tentokrát už se nesmáli. Začali se objímat a z očí jim tekly slzy. Poděkoval jsem všem za možnost promluvit, nabídl jsem jim Boží požehnání a zamířil jsem z podia pryč.

Neušel jsem ale ani dva metry, když mě zastavila Kathy Mattea a objala mě. Stáli jsme tam a objímali se, zatímco jumbotron se postaral o to, aby nás všichni viděli. Potlesk byl ohlušující. Usmála se na mě, nechala mě jít a šla na podium, aby představila dalšího hudebníka. Hlas se jí zlomil a řekla, že ji velmi dojalo, co říkal ten rabín, a celá budova zase vybuchla hlasitým potleskem. Připouštím, že jsem byl v pokušení jít zase na podium, uzdravovat nemocné, popadnout kytaru a začít novou kariéru jako nashvillská hvězda, ale můj asistent mě už chytl za rameno a vedl zpátky ke schodům.

Jak jsem tak šel po schodech dolů, ptal jsem se sám sebe, proč bylo to, co jsem řekl, tak působivé. Proč to bylo tak dojemné? Odpověď přišla stejně rychle jako otázka: protože to byla pravda. V hloubi srdce víš, že svým způsobem není teologie schopna člověka zasáhnout, že jsi jedno s Bohem, Zdrojem a Podstatou všeho života, a tudíž i se vším živým. A když víš, kdo jsi, pak je milující laskavost možná.

Pro to, abyste mohli žít s milující laskavostí, je zásadně důležité, abyste věděli, kdo jste. Milující laskavost totiž nelze předstírat. Autentická milující laskavost je přirozená reakce na prostou skutečnost, že jste jedno se všemi živými bytostmi v Bohu, s Bohem a jako Bůh. Jste Bůh, který se projevuje jakožto vy. Proto je prvním ze třinácti atributů milující laskavosti J-H-V-H – aby se vám připomnělo, kdo doopravdy jste: Bůh. Nebo jak je to uvedeno v upanišadách: *tat tvam asi*, to jsi ty.

V souvislosti s tímto prvním atributem asi nelze říct nic lepšího než to, co napsal ve 13. století kabalista Abraham Abulafia: „Hle, ty jsi Bůh a Bůh je ty, neboť tak důvěrně lneš k Bohu, neboť se nemůžeš žádným způsobem oddělit od Boha, neboť jsi Bůh. Hleď nyní, že já – dokonce i já – jsem Bůh. On je já a já jsem On.“

Kabalista hovoří z perspektivy *mochin de-gadlut*, prostorné myslí, a nikoli *mochin de-katnut*, úzké myslí. Tyto pojmy pocházejí ze slovníku chasidů, východoevropských židovských mystiků žijící v 18. století. I když nechci nijak naznačovat, že snad existovala historická souvislost mezi polskými chasidy a učenci v Asii, je zajímavé si povšimnout, že tyto pojmy používají obě tradice, a podobným způsobem.

Úzká mysl si představuje sebe jako oddělenou od světa. Je izolovaná, často odcizená, a chápe svět jako hru s nulovým součtem, v níž úspěch jednoho je podmíněn neúspěchem někoho jiného. Svět *mochin de-katnut* je definován nedostatkem a nouzí; jeho primární emocí je strach a jeho nejběžnějším projevem hněv.

Prostorná mysl v judaismu či buddhismu chápe sebe jako součást Celku: *Já jsem v Otci a Otec je ve mně*. Jako taková se prostorná mysl zapojuje do života z pozice vzájemné závislosti a soucítění. Pro svět, jak jej vnímá *mochin de-gadlut*, je typická hojnost. Vzhledem k tomu je jejím citovým základem láska, a nikoli strach, a její definující charakteristikou je milující laskavost, a nikoli hněv. Když rozvíjíme třináct atributů milující laskavosti, neustále přecházíme od úzké myslí k té prostorné. Ne že by prostorná mysl negovala úzkou mysl, ale zahrnuje a začleňuje ji do širší perspektivy. Tímto způsobem se vaše pojetí já osvobozuje od strachu a hněvu a vy dostáváte sílu angažovat se ve světě svým jedinečným projevem milující laskavosti.

Ježíš hovoří v Janově evangeliu (14,8) o tomtéž:

Filip mu řekl: „Pane, ukaž nám Otce, a víc nepotřebujeme!“
Ježíš mu odpověděl: „Tak dlouho jsem s vámi, Filipe, a ty mě neznáš? Kdo vidí mne, vidí Otce. Jak tedy můžeš říkat: Ukaž nám Otce? Nevěříš, že já jsem v Otci a Otec je ve mně? Slova, která vám mluvím, nemluvím sám od sebe; Otec, který ve mně přebývá, činí své skutky.“

V tomto oddíle Filip nechápe ani pravou přirozenost Ježíše, ani pravou přirozenost svoji. Stále si představuje, že Bůh je jiný než všechno. Jméno Boží, *jod-hej-vav-hej*, které se manifestuje jako vaše tělo, je forma hebrejského slovesa *být*. Bůh není bytost, dokonce ani Nejvyšší bytost. Bůh je bytí samo. Vše, co bylo, je a bude, je Bůh. A vzhledem k tomu, že Bůh se rovněž nazývá *Ajin*, *Nic*, které obsahuje všechno, nebytí a bytí jsou Bůh. Bůh je to, co je a co není na dosah každý okamžik. Nebo, abych použil pojem z buddhismu, Bůh je *tatháta*, Takovost, Realita – ve vás, kolem vás, jako vy.

Filip chce, aby Ježíš ukázal na Boha, kdežto Ježíš ví, že on a my jsme Bůh. „Chceš se podívat na něco a nazvat to Bohem,“ říká vlastně Ježíš. „Tak se podívej na mě. Jsem v Bohu a Bůh je ve mně. Bůh je všechno ve mně, ačkoli já nejsem celý Bůh. Stejně jako je oceán celý z vln, a přesto není vlna celý oceán, tak i ty a já a všechno je Bůh, ale ne celý Bůh.“

Právě tohle je to, co znamená být Boží obraz. Avšak nikoli podoba. Ježíš se snaží poučit Filipa – a prostřednictvím Filipa každého z nás –, že vědět, že jste Bůh, nestačí – musíte též božsky jednat. Proto existuje také druhý ze třinácti atributů J-H-V-H, aby vám připomněl, že i všechno ostatní je Bůh.

Když nahlížíme svět jako Filip, když se díváme na svět z úhlu pohledu úzké mysli, spatřujeme různorodost bez jednoty. Možná i tušíme, že jsme Bůh, ale nemáme ponětí, že Bůh je také ten druhý člověk. Věci se jeví jako vzájemně nesouvisející, nezávislé a vzájemně neslučitelné. Svět se zdá být ovládán představou „hledáme, kdo je tady jednička“. Život se odehrává ve stylu „člověk člověku vlkem“. Úspěch je hra s nulovým součtem: pokud vyhraji já, ty musíš prohrát.

Když se ale díváme na svět tak, jako se na něj díval Ježíš, když jej nahlížíme z perspektivy prostorné mysli, vidíme větší jednotu, která zahrnuje a transcenduje různorodost. Svět je integrální a vzájemně na sobě závislý. Hledat, kdo je tady jednička, je možné, jen když se také rozhlížíme, kdo je dvojka, trojka a čtyřka. Z toho vyplývá slib *bódhisattvů*: „I když je cítících bytostí nespočet, slibuji, že je zachráním všechny.“

Na úzké mysli není nic špatného. Také ona je projevem Boha a je nezbytná. Jak řekl Ježíšův rabínský současník Hilel před dvěma tisíci lety: „Jestliže já nejsem pro sebe, kdo bude pro mě?“ Úzké mysli jde výlučně o to, být pro sebe. Problém vyvstává tehdy, když se starost o sebe děje na úkor druhých.

Prostorná mysl mluví ke druhé polovině Hilelova aforismu: „Když jsem jenom pro sebe, co jsem?“ Bez prostorné mysli jste ustrašení, úzkostní, odcizení a osamocení.

Prostorná mysl nabízí odlišný pohled: *Pochop teď, že já, dokonce i já jsem Bůh. Bůh je já a já jsem Bůh*. Právě k prostorné mysli hovoří Bůh, když říká: „Buďte svatí, neboť já jsem svatý.“ (Leviticus 19,2) Než budeme schopni se chovat svatě, musíme však sebe samé chápat jako svaté. Dokud nepochopíme svou pravou podstatu, nemůžeme na základě této podstaty jednat. Dokud vezíme v úzké mysli a nejsme schopni zažívat druhé i sebe z perspektivy prostorné mysli, nikam se nedostaneme.