

# Úvod do Dzogčenu

## Čhogyal Namkhai Norbu Rinpoče

Čo je Dzogčhen? Pravdu povediac, Dzogčhen je naša kondícia. Keď sa zídeme, aby sme robili retreat, to čo celý čas vysvetľujem je porozumenie našej kondícii. Dokonca aj keď to vysvetľujem rôznymi spôsobmi, to čo voláme Dzogčhen, veľká dokonalosť je naša vlastná kondícia. Keď toto chápete, potom tu je skutočný základ pre rozvoj. Keď nám chýba takéto Poznanie, volá sa to marigpa (ma rig pa) „nevedomosť.“

V Dzogčhene nie je nevedomosť to, čo normálne chápeme ako nevedomosť. Nevedomosť všeobecne znamená nedostatok vzdelania. V náuke Dzogčenu však môže byť vzdelaný človek nevedomý, zatiaľ čo nevzdelaný človek nevedomý byť nemusí. Nepopierame hodnotu vzdelania ani netvrdíme, že je základom nevedomosti. Ak vieme, ako vzdelanie využiť, môže byť veľmi užitočné. Ale obyčajne je prekážkou.

Zoberme si napríklad človeka, ktorý je dosť jednostranne zameraný na východnú filozofiu. Prečo sa k nej tak upína? Je to preto, že západná filozofia celkom nezodpovedá jeho situácii a neuspokojuje ho. Následkom toho sa chce hlbšie zaoberať ešte inými vecami aj keď aj toto vyžaduje štúdium a myšlienkovú analýzu. Tento človek môže vraviť, že súhlasí s tým, čo povedal Buddha alebo Nágárdžúna, alebo môže povedať, že sa mu zdá, že to dáva väčší zmysel než západná filozofia. Ale veriť istému spôsobu videnia vecí je len mentálne rozhodnutie. Takíto ľudia chcú spoznať Buddhizmus, Hinduizmus a Konfuciánske zmyšľanie, sú presvedčení o tom, čo by mali študovať na poli východnej filozofie. Deň za dňom rozvíjajú a prehľbujú toto presvedčenie a cítia sa byť „bohatí v poznaní“, ale v skutočnosti sa len podmienili svojou ideológiou. Ak je niekto presvedčený o všetkom, čo povedal Nágárdžúna v buddhistickej filozofii, tak sa ten človek vlastne stal dokonalým otrokom Nágárdžúnovej filozofie. To znamená, že nebude súhlasiť s ostatnými buddhistickými školami alebo s hinduistickou filozofiou. Možno sa zdá, že je to niečo skvelé, ale je to vskutku falošné, lebo akýkoľvek pohľad vytvorený skrz štúdium a ideológiu sa môže jednoducho rozpadnúť.

V Dzogčhene by ste nemali vytvárať nič falošné. Musíte chápať skutočnú kondíciu a to, čo robíte. Ak hovoríme o tawa, spôsobe videnia, myslíme tým objavenie toho, čo skutočne je. Obecne sa tawa berie rôznymi školami ako spôsob vysvetlenia filozofie ich konkrétnej školy. Napríklad v Mahájáne, sa považuje náhľad Nágárdžúna za dokonalý. Nieкто, kto sa ho naučil bude mať sklon kritizovať náhľady, ktoré nesúhlasia s tým, čo učil Nágárdžúna. Ak nieкто viac inklinuje k tradícii Ňingma (rnyng ma), bude sa snažiť naučiť, to čo učil Longčhenpa. Ak ľudia kritizujú Ňingmapu, použije text od Longčhenpu, aby ju bránil. Toto sa normálne myslí pod tawou, náhľadom.

Náhľad v Dzogčhene, však nie je o pohľade von a posudzovaní. To, čo sa uplatňuje v Dzogčhene je ocitnúť sa v stave poznania. Spomedzi všetkých príkladov používame príklad zrkadla a okuliarov. Okuliare sú na pozeranie von na vonkajšie objekty, to je príklad dualizmu. Princípom v Dzogčhene je zrkadlo: mali by sme sa naňho pozeráť, aby sme objavili nás samých.

Keď sa rozhodnete nasledovať majstra, nemali by ste slepo veriť všetkému, čo povie. Majster nie je špeciálny veliteľ, na ktorého každé slovo skočíte hovoriac: „Áno pane!“ Ani by ste nemali ísť za majstrom len preto, aby ste sa (s ním) hádali. Je chybou začať s majstrom diskusiu len za účelom diskusie, lebo to je len ďalšie mentálne odvodňovanie. Používali sme intelekt od nepamäti a k ničomu sme sa nedobrali. Proces znovuzrodzovania (transmigrácie) nezastavíme ďalším odvodňovaním. Dôležité je, aby ste sa pokúsili pochopiť, to, čo sa majster snaží objasniť. Majster vám nevytvára ďalšie mentálne konštrukcie. Jednoducho sa len pokúša vám dať metódu k tomu, aby ste objavili sami seba. To už je potom na vás, aby ste sa pokúsili pochopiť a aplikovať metódu. Prirodzene, že majster môže dať mnoho rôznych rád, metód a praxí, aby vám pomohol dôjsť k poznaniu, ale určite nemôže urobiť zázrak, aby vás zmenil a dal vám okamžité osvietenie. Mnoho ľudí má pocit, že roky nasledovali rôznych učiteľov a nič nevyriešili. Počujú o nejakom ďalšom majstrovi, tak sa ženú za ním v nádeji, že teraz už konečne môžu byť osvietení. Ale žiadny majster nič také nedokáže. Sila majstra spočíva v jeho schopnosti vysvetliť učenia. Keď človek dostal metódu, použil ju a skutočne vstúpil do stavu poznania, tak majster vykonal skutočný zázrak.

Niekedy je však pre majstra ťažké toto urobiť, lebo žiak tiež musí mať určitú kapacitu. Napríklad, keď som bol v Nepále, prišlo za mnou mnoho šerpov, aby mi darovali ryžu, peniaze a biele šály, ktoré sa volajú khatag (kh a .bt a gs.). Dostali nejaké požehnanie a odišli bez toho, aby požiadali o akékoľvek učenie. Vedel som, že mohli mať úžitok z toho, keby pochopili nejaké učenia, ale, čo som mohol robiť, keď nemali záujem? Tí ľudia len pasívne prišli myslieť si: „Wow, tento majster je veľká reinkarnácia, mal by som vytvoriť (s ním) dobrú príčinu a dobrý vzťah, tým že mu ponúknem nejakú ryžu alebo peniaze. Mal by som si ísť po nejaké požehnanie a všetko bude vporiadku.“ Isteže, sa dá vytvoriť dobrá príčina darovaním, ale dobrú príčinu môže vytvoriť aj pes alebo mačka. Keď ľudská bytosť, ktorá môže hovoriť, môže uvažovať a má vyššiu kapacitu než pes, príde len pre toto, je to veľmi smutné. Nesmiete byť takto pasívni. Musíte vedieť, že to, čo majster učí, je na to, aby ste to pochopili a uplatnili v praxi. Je jeden veľmi známy výrok Buddhu Šákjamuniho: „Dám vám cestu, ale realizácia závisí na vás.“ Dokonca aj Buddha, ktorý je úplne osvietený so všetkým možným a kapacitami, vševediaci a majúci neobmedzený súcit s utrpením všetkých bytostí, nás nemôže osvietiť. Ak mohol dať len učenie a prax, ako by mohol niekto druhý urobiť niečo lepšie?

Obecne je učenie zhrnuté do troch princípov: do základu, cesty a plodu. Toto je typické nie len pre náuku Dzogčhenu ale aj pre buddhistickú Sútru a Tantru. V buddhistickej Sútre sa hovorí, že základom je pochopenie dvoch pravd: absolútnej pravdy a relatívnej pravdy. S touto bázou je (ďalej) povedané, že na ceste sú dve nazhromaždenia, nazhromaždenie zásluh a nazhromaždenie múdrosti. Nazhromaždenie zásluh je spojené s relatívnou pravdou v relatívnej úrovni nášho tela, reči a mysle. Pre telo to znamená konať pozitívne činy ako sú poklony, pre hlas recitovanie mantier, modlenie sa a vyhýbanie sa negatívnym činom ako je urážanie a provokovanie ľudí; a pre myseľ rozvíjanie súcitu a vyhýbanie sa negatívnym myšlienkám ako je nenávisť. Takto hromadíme zásluhy spojené s tromi aspektami našej existencie.

Výsledkom tohto je odstránenie prekážok a tiež to pomáha na ceste múdrosti. To je tiež dôvod prečo sa v praxi Tantry robí ngöndro (sngon.'gro.), alebo „prípravné cvičenia“, aby sme prekonalí prekážky a očistili sa. Potom môžete vstúpiť do praxe meditácie a kontemplácie, na cestu múdrosti: V sútre je hlavnou metódou nasledovať cestu nazhromaždenia dobrých činov a očisty, než príjete na cestu múdrosti. Avšak Sútra nepovažuje nazhromaždenie zásluh za dôležitejšie z týchto dvoch. Len tvrdí, že bez nazhromaždenia zásluh nie je ľahké, aby človek vstúpil na cestu múdrosti a robil v nej pokrok. Buddha povedal v Sútre: „Našiel som žiarivú cestu, ktorá je mimo vysvetlenie a koncept. Keď sa ju pokúšam vysvetliť, nikto tomu nerozumie.“ Prečo nikto nerozumel? Lebo skúsenosť na ceste múdrosti je mimo vysvetlenie. V zúfalstve Buddha povedal: „Idem meditovať do lesa.“

V náuke Dzogčhenu je invocácia v ktorej sa hovorí, že na vysvetlenie tohto významu je aj Buddhov jazyk veľmi slabý. To neznamená, že Buddha nemal dokonalú komunikáciu, lebo Sútra hovorí, že Buddha má šesťdesiat kvalifikácií hlasu. Skôr to znamená, že táto skúsenosť je za relatívnou úrovňou a ani Buddha nemá spôsob, akým by ju vysvetlil.

Pokiaľ sa jedná o absolútnu pravdu v Sútre, jej aplikácia sa volá cesta múdrosti. Napríklad v čínskom Čchane, alebo v japonskom Zen Buddhizme, sa kladie menší dôraz na nazhromaždenie zásluh, ale viac na priame vstúpenie na cestu múdrosti, pochopenie absolútnej pravdy. Preto máme takzvanú graduálnu a negraduálnu cestu. Môžeme vstúpiť na cestu múdrosti buď graduálne, tak že najprv nazhromaždíme zásluhy a urobíme očistnú prax alebo negraduálne, tak že priamo vstúpime na cestu múdrosti.

Či už nasledujeme graduálnu alebo negraduálnu cestu, vždy hovoríme o plode, výsledku praxe. Plod je v oboch prípadoch úplná realizácia a osvietenie. V Buddhizme často hovoríme o dimeziách osvietenia ako o káji. Kája znamená „dimenzia“, teda kondícia celej existencie. Nie je to „telo“ ako sa to obyčajne chápe. Často hovoríme o dvoch alebo troch „telách“, akoby tu boli rôzni Buddhovia, ktorí dosiahli osvietenie rôznym spôsobom. V skutočnosti má každý z nás esenciu Buddhu, rôzne káje alebo dimenzie v sebe samom. No nedokážeme to pochopiť práve kvôli našej nevedomosti. Preto potrebujeme vysvetlenie základu a cesty.

V Sútre obyčajne hovoríme o dvoch dimenziách, alebo dvoch manifestáciách. V sanskrte sa volajú Dharmakája Rúpakája. Dharma znamená existencia, poznanie a pochopenie existencie a je to tiež cesta. Ak je treba niečo pochopiť, tak je aj spôsob, ako to pochopiť a to je cesta. My sami sme existenciou. To je poznanie, ktoré učil Buddha. To je to, k čomu sa vzťahuje Dharma a nie nejaké obmedzené náboženstvo. Dharmakája sa teda vzťahuje k dimenzii pochopenia existencie.

Rúpa znamená forma a Rúpakaja sa vzťahuje na osvietenú dimenziu formy. V Tantrizme sa Rúpakája delí na Sambhogakáju a Nirmanakáju, lebo môžu byť dva druhy formy, čistá a nečistá. Osvietené bytosti, ktoré sa manifestujú skrz svetlo sa považujú za čistú formu. Obyčajné bytosti sa následkom karmy manifestujú fyzicky, ako človek, pes, mačka a tak ďalej a považujú sa za nečistú víziu. Keď hovoríme o Rúpakáji tak tam niet takého odlišenia. Môže to byť prvý alebo druhý typ vízie.

Čo znamená, že osvietená bytosť má formu človeka alebo zvieratá? Sú tu dva veľmi rozdielne princípy: bytosť, ktorá si slobodne vyberie prijať fyzickú podobu, ako napríklad (formu) ľudskej bytosti a bytosť, ktorá ju prijíma na vrub karmy. Ak sa Buddha manifestuje ako slon, aby učil slonov, tak ten slon a obyčajný slon sú veľmi odlišní, lebo Buddha nebol nútený prijať tú formu následkom svojej minulej karmy. Ničmenej sa takto manifestuje svojou vlastnou vôľou, zatiaľ čo ostatné bytosti prijímajú formu slona a tá sa stáva karmickou víziou práve tak ako u iných bytostí. Buddha prijíma túto formu dobrovoľne a to je dôvod pre ktorý sa osvietená bytosť môže objaviť na úrovni nečistej vízie Rúpakáje. Pretože sa Sútře báza vysvetľuje v rámci dvoch právd sú tu na ceste dve nazhromaždenia a plodom je tam manifestácia Dharmakáje a Rúpakáje - dvoch dimenzií.

Podobne v Tantrizme je tiež základ, cesta a plod. Princíp Tantrickej náuky je založený na dvoch silách, mužskej a ženskej alebo lunárnej a solárnej. Preto sa Tantra učí a vysvetľuje skrz manifestáciu energie. Tento princíp je založený na E a WAM, ktoré sú prázdnotou a manifestáciou. Tieto sa príslušne volajú tab (thabs.), „metóda“ a šerab (shes.rab.), „múdrost“.

Ako vstúpiť do tohto porozumenia a poznania a ako ho rozvinúť? Na ceste sú dva spôsoby aplikácie: kjerim (bskyed.rim.) „štádium rozvoja“ a dzogrim (rdzogs.rim) „štádium zavŕšenia“ a je možné ich vysvetliť rovnakým spôsobom ako v Sútře, prostredníctvom dvoch dimenzií. V Tantrizme je tiež možné vysvetliť základ skrz „tri vadžry“, ktoré tvoria skutočný stav existencie nášho tela, hlasu a mysle. V rámci cesty sú tu solárne a lunárne sily, ktoré sú reprezentovaké ako kejrímom tak aj dzogrimom, ako aj zungdžugom (zung.'jug.), ktorý je zjednotením týchto dvoch. Keď nakoniec hovoríme o plode, hovoríme o Dharmakáji, Sambhogakáji a Nirmanakáji, troch dimenziách.

Niektoré typy Tantrizmu sú založené na piatich agregátoch. V rámci cesty, používame päť vášní a transformujeme ich na päť múdrostí. Nakoniec sa tieto manifestujú ako päť dimenzií osvietenia: obvyklé tri a k nim novoňičiku (ngo.bo.nyid.kyi sku), alebo Svabhavikakája, ktorá je dimenziou existencie jednoty prvých troch dimenzií a dordže ku (rdo.rjei. sku .), alebo Vadžrakája, ktorá je dimenziou vadžry, predstavujúca stav prejavový, ako integrácia s manifestáciou. V Tantrizme sú teda rôzne spôsoby, ako vysvetliť základ, cestu a plod. Z týchto príkladov môžeme pochopiť, že tieto tri princípy sú prítomné v Sútře a Tantre ako aj v Dzogčhene.

Dzogčhen je cesta samooslobodenia. V tomto prípade je základom každý jednotlivec, jeho prvotný stav. Pre tých, ktorí súviac v spojení so Sútrou, hovoríme o esencii tathágatu. Ak sme viac oboznámení s Tantrizmom hovoríme o vadžre. Napríklad mnoho ľudí hovorí o sempa dordže (sems.dpa'. rdo.rje), o „vadžre mysle“ alebo o viac zahrňujúcom mene „prirodzenosť mysle“. V Dzogčhene hovoríme o „prvotnom stave“ a tiež používame veľa iných mien, ktoré ho reprezentujú. Samotné meno Dzogčhen (rdzogs.chen.) samo o sebe znamená základ. Dzog (rdzogs.) znamená dokonalý, čo značí, že nič nechýba a všetko je zahrnuté. Čhen (chen.) ktoré obyčajne znamená „veľký“ alebo „rozsiahly“ tu znamená úplný. Dzogčhen znamená, že v tomto prvotnom stave, nič nechýba, všetko je dokonalé. Nezávisle na mene, ktorým to nazveme, tu však vždy existuje transmisia od majstra, ktorá otvára v človeku tento stav poznania. To neznamená, že sa stane niečo zázračné a všetko bude dobré. Skôr je to stav poznania, ktorý musí byť uskutočnený, alebo inými slovami realizovaný. Za týmto účelom existuje mnoho druhov metód a tak majster vysvetľuje a odkazuje poznanie a metódy a spolupracuje s jednotlivcami, aby im pomohol.

Mnoho ľudí sa zaujíma, prečo by mali nasledovať majstra, ak chcú nasledovať náuku Dzogčhenu? Prečo si nestačí prečítať knihu, ktorá všetko správne vysvetľuje? To neznamená, že kniha nemá žiadnu hodnotu, ale to veľmi závisí na osobe. Vždy si myslíme, že ľudia, ktorí nasledujú náuku Dzogčhenu majú dobrú a presnú príčinu, ktorá ich k tomu priviedla, inak by určite náuku nestretli. Ak niekto nemá tú presnú príčinu, ale aj tak má určitú vlastnosť prebudenia, potom môže byť čítanie knihy veľmi užitočné. V ideálnom prípade by sme sa mali pokúsiť nasledovať majstra, lebo majster má živú transmisiu, ktorá mu bola odovzdaná zo zdroja náuky. Môže túto transmisiu použiť, aby pracoval s jednotlivcom na úrovni tela, hlasu a mysle. Preto je pre človeka omnoho ľahšie ocitnúť sa v stave poznania a už nie je viac zmätený. V tibetštine hovoríme, že ten človek už nie je viac ako malý psík

v hmle, ktorý nevie, kam ísť. Majster tiež vie ako rozvíjať a pokračovať v aplikácii poznania používajúc množstvo rôznych metód v závislosti na potrebách.

Náuka Dzogčhenu je živé poznanie, ktoré sa odovzdáva a aplikuje. Nie je to nástroj špecialistu na duchovno. Náuka je užitočná tým, ktorí chcú žiť svoj život. Ak má niekto v ňu viac dôvery, je ešte užitočnejšia. Tí, ktorí v nič neveria a myslia si, že po smrti nič nie je, môžu mať aspoň pokojnejší život. Aby ste našli skutočný klud, musíte mať skúsenosť stavu poznania a vedieť, ako sa uvoľniť. Keď sami objavíte skutočnú kondíciu a ocitnete sa naozaj v tejto kondícii, tak konečne objavíte skutočný význam uvoľnenia. Dovtedy aj keď si myslíte, že ste uvoľnení, je to ešte stále výtvar mysle.

Vždy používame toto slovo „uvoľni sa.“ Je veľmi ľahké povedať: Uvoľni sa, uvoľni sa. Nebuď stuhnutý!“ ale väčšina ľudí vôbec nechápe, ako sa uvoľniť. Niektorí ľudia vedia, ako trochu uvoľniť telo, tak, že ležia na posteli. Iní môžu vedieť, ako uvoľniť energiu tela robením nejakých dychových cvičení. Ale toto sú relatívne spôsoby uvoľnenia, lebo tento druh uvoľnenia je na relatívnej úrovni spojený s časom a čas je spojený s druhotnými podmienkami.

Teraz som uvoľnený. Každý ku mne chodí a hovorí: „Veselé Vianoce.“ Prinášajú mi koláče alebo darčeky. Prečo by som mal byť ztuhnutý? Okolnosti sú veľmi pozitívne. Ale zajtra môže začať snežiť. Možno ani nebudem môcť chodiť. Niekto za mnou môže prísť a miesto toho, aby mi dal darčeky sa začne so mnou hádať. Určite je za takých okolností ťažšie sa uvoľniť. Podmienky na relatívnej úrovni sú spojené s časom, takže všetko sa mení. Môžete byť schopní uvoľniť vaše telo, reč a myseľ, ale to bude aj tak vždy dočasné. Preto je náuka tak potrebná.

Buddha učil, že samsáru charakterizuje utrpenie. To je skutočné, nie je to len niečo, o čom sa hovorí. Či už pozorujeme seba samých alebo ostatných. Môžeme vidieť, že je tam vždy utrpenie. Ktokoľvek nevie, ako sa uvoľniť bude ešte stuhnutejší, keď sa objaví problém. Vieme, že keď sa ponáhľame staneme sa napätými a nič neurobíme. Niektorí ľudia ráno vstanú neskoro a potrebujú ísť do kancelárie. Keďže je neskoro, náhli sa. Oblečú si nohavice predkom dozadu, čo normálne nerobia. To isté robia, keď si obliekajú vestu. A potom, keď chcú ísť von, nemôžu nájsť kľúče. Každý má takéto skúsenosti. Ukazuje to, že keď máme problémy, sme rozrušení a veci sa stávajú komplikovanými. Môžete sa intelektuálne naučiť, že: „Nesmiem byť rozrušený. Musím sa uvoľniť!“ Ale to nie je také ľahké. Potrebujete určité poznanie, ktoré sa dá uplatniť a to všetko potrebuje základ. Môžeme povedať, že náuka Dzogčhenu je spôsob ako sa úplne uvoľniť. Teda môžete chápať, prečo je učenie sa, aplikácia a prax Dzogčhenu nevyhnutná pre každého jednotlivca.

*Zo šiestich veršov Vadžry  
od Namkhaia Norbu, 1990*

*Z angličtiny preložil: Andrej Vergun*