

Seminární práce do kurzu: Hollywoodský buddhismus

Téma: Umírání a smrt z pohledu buddhismu Diamantové cesty, komiksové zpracování

Dne: 10. 1. 2007

Vypracovala: Marková Pamela

Umírání a smrti je v tibetském buddhismu věnována velká pozornost, a to z teoretického i praktického hlediska. Existuje hned několik textů zabývajících se právě touto tematikou. Od nejznámější *Tibetské knihy mrtvých* (tib. Bardo thödol)¹ považované za jeden ze skrytých pokladů (terma) připisované Padmasambhavovi, po upravované a překládané verze tohoto spisu až po novodobé texty inspirované TKM jako např. *Tibetská kniha o životě a smrti* od Sogjala Rinpočeho. TKM představuje především názory nejstarší tibetské školy Ňingma a jak uvádí J. Kolmaš, není v Tibetu považována za obecně známý thanatologický text a nemá ani všeobecnou závaznost.² Nic na tom však nemění fakt, že na Západě se TKM těší velké oblibě; objevují se její nejrůznější interpretace a je používána celou řadou nových západních uskupení vycházejících z buddhismu. Právě umírání a smrt patří mezi hlavní témata hnutí vycházejícího z vadžrajánového buddhismu, Diamantové cesty³ (založené roku 1972), jejímiž zakladateli jsou Ole a Hannah Nydahlovi. Vzniku hnutí předcházely jejich cesty po Asii (po Indii a Nepálu), kde se stali na tři roky praktikujícími v rámci linie Kagjü⁴, v její větvi Karma Kagjü.⁵ Od 16. Karmapy této linie Rangdzung Rigpā Dordžeho získal Ole Nydahl titul lama a za úkol šířit nauku na Západ. Založil 450 meditačních center po celém světě, která fungují pod přímým vedením 17. Karmapy Thaje Dordžeho (Orgjān Thinklā Dordže).⁶ Krátce charakterizuje Ole Nydahl Diamantovou cestu a její cíle takto:

Obečně se dá říci, že Diamantová cesta stojí na třech základních pilířích. Těmi jsou prověřené informace zbavené všech dogmat, meditace a konečně metody jak upevnit již dosažené úroveň vědomí. To činí z Diamantové cesty nejúčinnější metodu buddhismu, která je přístupná modernímu světu a pomáhá rozvinout vlastní vnitřní bohatství pro dobro všech bytostí.⁷

¹ „Vysvobození v bardu skrze naslouchání“ (tib. *Bar do thos grol*). Viz *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 18. Dále v textu pouze zkratka TKM (*Tibetská kniha mrtvých*).

² *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 12.

³ Dále v textu pouze zkratka DC (Diamantová cesta).

⁴ Zakladatel Gampopa (1079-1153).

⁵ Zakladatelem je žák Gampopy Düsum Khjenpa (1110-1193).

⁶ www.diamondway-service.org/centerlist/centerlist.asp (14. 12. 06).

⁷ www.lama-ole-nydahl.cz/diamantova-cesta.htm (18. 12. 06).

Zaměření Diamantové cesty na thanatologické otázky je jednou z mnoha oblastí, kterou se zabývá a prezentuje Západu. Jedná se především o metodu phowa⁸ (překlad DC značí „vědomé umírání“ či „přenos vědomí“)⁹, jejímž držitelem je jako poslední v linii právě Ole Nydahl¹⁰, kde učí, jak poté co se objeví známky smrti, vyslat vědomí vzhůru skrze lebku, jak vědomě projít vlastní smrtí a projít do čisté země.¹¹ Přijetí nauky phowa a její praktikování popisuje O. Nydahl následovně:

V zimě roku 1972 zkontaktoval Karmapa mne a Hannah s mistrem phowy Ajang tulkuem. Chtěl, abychom se tuto praxi naučili a později ji předali obrovské spoustě lidí s nimiž máme karmický kontakt. To teď dělám na žádost nejvyšších učitelů Karma Kagjü. K této praxi mám potřebnou sílu a jsem šťasten, že z těch, kdo se ji naučili, se nestali sobci a nepřestali pracovat pro druhé, jak si někdy myslí lidé s kupeckým uvažováním, ale namísto toho využívají objevený přebytek podle hesla šlechtictví zavazuje. Tito lidé se o svou nalezenou důvěru a sílu dělí se svým okolím. Phowa uvolňuje velmi dobré lidské vlastnosti. Potvrzuje to 27 000 lidí, kterým jsem tuto zkušenost předal na více než 100 kurzech během posledních 10 let. Lidé jsou úžasnější a schopnější než připouští prodávací pochyb a pokorného životního stylu. A ještě jinak: pro lidi, kteří jsou dostatečně zralí, nejsou buddhistické praxe ničím jiným než aplikovaným zdravým rozumem.¹²

Phowa, kterou učí, pochází z tradice longčhen ňingthig školy ňingma tibetského buddhismu. Longčhen ňingthig obsahuje nejhlubší učení mahá ati¹³ - Velké dokonalosti.¹⁴ Tradicí je považována za jednu z šesti nauk Náropy, přenesené do Tibetu Marpou.¹⁵ Od 80. let 20. stol. pořádá kurzy phowa po celém světě, ideální délku kurzu uvádí pět týdnů. Po

⁸ Phowa (tib. pho-ba), „ejekce, vystřelení, přemístění“, jedno z učení Náropy, uvedené do Tibetu v 11. století Marpou. Cvik phowa představuje speciální techniku, sloužící volnému dosahování přenesení vědomí v okamžiku smrti do čisté buddhovské říše. Adept phowy se na tento okamžik připravuje již zaživa používáním určitých manter a meditačních cvičení. Pojem phowa: Kolmaš, J., *Lexikon východní moudrosti...*, Praha: Victoria Publishing - Olomouc: Votobia 1996, s. 342.

⁹ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 32-33.

¹⁰ Ole Nydahl je v pořadí posledním 28. držitel odkazu phowa. Jako první je uváděn Küntu Zangpo (Ádi Buddha Samantabhadra, dosl. „všeobjímající dobro“, jeden z nejvýznamnějších bódhisattvů mahájanového buddhismu. Blíže viz *Lexikon východní moudrosti. Buddhismus, hinduismus, taoismus, zen*, přel. Filipický, J. – Liščák, V. – Heroldová, H. – Kolmaš, J. – Vavroušková, S., Praha: Victoria Publishing - Olomouc: Votobia 1996, s. 374), dále pak např. jako 8. Guru Rinpoče, 9. Thisong Decän. *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 35.

¹¹ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 27.

¹² www.lama-ole-nydahl.cz/zivy-buddhismus.htm (18. 12. 06).

¹³ Mahá ati a mahámudra jsou v buddhismu považovány za nejvyšší učení - za praktiky, s jejichž pomocí může člověk dosáhnout osvícení ve velmi krátké době. Mahá ati se používá speciálně jako nástroj pro typ lidí, jejichž nejsilnějším rušivým pocitem je zlost nebo pýcha. Mahámudra je předávána lidem, jejichž nejsilnějším rušivým pocitem je touha. Madhjamaka je považována za cestu, která je o dost pomalejší, svědomitá a intelektuální; Buddha ji vytvořil jako učení pro lidi, kteří jsou zmatení. Nejnítěnější a nejhlubší učení mahá ati se nazývají "Ňingthig", což doslova znamená "kapka srdce". www.karmapa.cz/historie/phowa.htm (14. 12. 06).

¹⁴ www.karmapa.cz/historie/index_phowa.htm (18. 12. 06).

¹⁵ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 33.

absolvování získává adept dle Ole Nydahla tzv. vnější znak: zřetelný otvor na temeni hlavy procházející lebkou, svalstvem a kůží a tzv. vnitřní znaky: náhlé prožitky velkého štěstí, úlevy, dále se uvolňující intenzivní vzpomínky nebo hluboký strach ze smrti, který po realizaci praxe phowa mizí.¹⁶ Dle DC je možné díky praxi phowa připravit se na smrt již za života a dostat se tak do „čisté země“¹⁷ již v okamžiku smrti.¹⁸ Dle O. Nydahla má učení Diamantové cesty mnoho styčných bodů s medicínou, jako příklad uvádí zážitky blízké smrti, klinickou smrt či hypnózu.¹⁹ Nepovažuje však v souladu s buddhistickou naukou vědomí jako produkt mozku, ale jako jeho transformaci. Mozek je v tomto smyslu přijímačem a ne vysílačem.²⁰

Jedno z čísel českého časopisu Diamantové cesty *Buddhismus dnes*²¹ bylo celé věnováno tématu umírání a smrti a mimo jiné obsahovalo komiksové zpracování mezistavů mezi smrtí a znovuzrozením, jak je chápán v tibetském buddhismu, resp. v podání Diamantové cesty. Moderní grafika a zjednodušené zpracování pro „obyčejného a buddhismu neznalého Západana“ přináší jak informace o přechodných stavech (jak se mysl chová během smrti, umírání a znovuzrození), tak o tom, jak se v nich správně zachovat. Samotný Ole Nydahl prezentuje vlastní vzpomínky ze svých minulých životů (uvádí, že během svého minulého života v Tibetu při ochraně obyvatel a mnichů zneškodnil mnoho čínských vojáků)²² a návštěvy mrtvých, které se dle jeho slov shodují s texty a učením tibetského buddhismu.²³ Uvádí nejen TKM (avšak dodává, že jeho vlastní zkušenosti se právě s tímto textem plně neshodují)²⁴, ale také text ze 17. století *Zrcadlo vědomí* od Cchele Nacchog Rangdola a jeho přepracovanou podobu Lobpön Cechu Rinpočeho. V této přepracované podobě jsou uváděna pouze čtyři barda (tohoto života, umírání, dharmaty, zrození) - na rozdíl od vadžrajány - která uvádí barda zrození, mezi zrozením a smrtí, snění, meditace, okamžiku smrti, poznávání vlastní prapodstaty, vznikání.²⁵

¹⁶ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 33-34.

¹⁷ Čistá země (skt. Sukhávati, tib. Devačhen /*bde ba čan*/) je manifestací buddhy Nezměrné světlo (skt. Amitábha, tib. Öpagme), je ideálním místem nového zrození jakožto předstupeň nirvány. Pojem Sukhávati: Keown, D., *Dictionary of Buddhism*, Oxford: University Press 2003, s. 282

¹⁸ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 36.

¹⁹ Tamtéž, s. 51.

²⁰ Tamtéž, s. 51.

²¹ Obdoba amerického časopisu Buddhism Today, dále německý Buddhismus Heute a polský Diamentowa droga. www.buddhismusdnes.cz/new/index.php?folder=english&page=about_us (18. 12. 06).

²² *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 51.

²³ Tamtéž, s. 27

²⁴ Tamtéž, s. 29.

²⁵ Blíže viz *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 13-14.

Komiksové zpracování nazvané Laman: cesta smrtí

Vychází a inspiruje se TKM, která hovoří o posledních třech bardech (tzv. posmrtných mezistavech)²⁶: okamžiku smrti, prapodstaty, vznikání. Následný text se společně s popisem jednotlivých částí pokusí na jejich základě částečně srovnat pojetí Diamantové cesty s Tibetskou knihou mrtvých. Vzhledem ke komplikovanosti a obsahové šíři TKM bude další srovnání spíše náznakem možných odlišností, které vychází z předložené komiksově podoby. DC je zaměřena na západního člověka, určitým způsobem „zjednodušuje“ či „přizpůsobuje“ nauky buddhismu těmto potřebám, o čemž svědčí i přiložený komiks. Popisuje putování bardy „obyčejného člověka“ (neobeznámeného s naukou, nepřipraveného na smrt a nepraktikujícího již za svého života), pro kterého je možné pouze další zrození. V tomto případě se jedná tedy spíše o karmický buddhismus (o snahu za lepší zrození), je však nabízena i cesta osvobození se z koloběhu životů pomocí praxe phowa.

1. část komiksu počíná smrtí jedince, který hned po smrti získává průvodce dalšími stavy (bardy). Průvodce je vyobrazený jako rytíř v brnění s helmou nad níž se tyčí vadžra (tib. dordže). Dle TKM je nejlepším průvodcem samotný guru²⁷, od kterého dostával zemřelý instrukce již zaživa nebo bratr v dharmě či ctnostný přítel téže duchovní tradice.²⁸ Průvodce je důležitý i pro DC, připravuje na procesy umírání a prožitky objevující se po smrti, zmírňuje strach z ní: vysvětluje, že mysl je sama o sobě jasným světlem a prostorem, a tedy je nezničitelná.²⁹ Zmírnění strachu ze smrti je vyjádřeno i v TKM větou, kterou používá i DC: „Neměj strach, všechno je to jenom tvoje vlastní mysl.“³⁰

²⁶ Dosl. „uprostřed (*bar*) dvou (*do*)“ nebo „mezi dvěma“, lze chápat jak ve smyslu prostorovém tak časovém. *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 13.

²⁷ Guru je zde chápán v podobě „trojího těla“ (tib. *sku gsum*). *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 31.

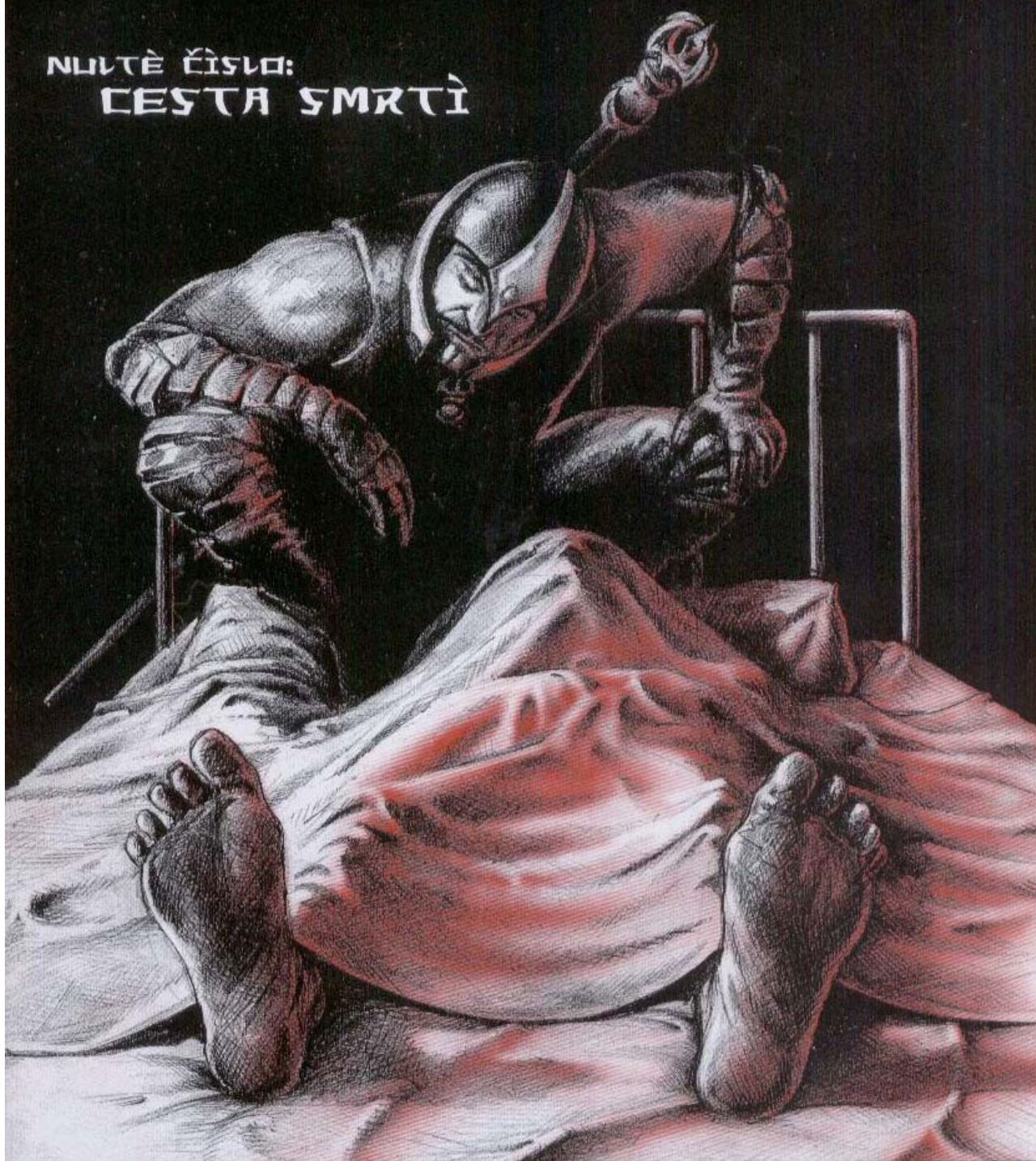
²⁸ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 39.

²⁹ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 51-52.

³⁰ Tamtéž, s. 53.

LAZAR

NULTÈ ĀISLO:
CESTA SMRTĪ



Každého to potká, dříve nebo později. Po plodném životě naplněném dobře anebo hůře placenou prací, radostným stáří s hezkou ošetrovatelkou po boku, obklopen několika generacemi potomků. Anebo potom, cos zplodil bůhvíkolik synů, postavil dům a zasadil strom. Ať už je to, jak chce, prostě jsi mrtvý!

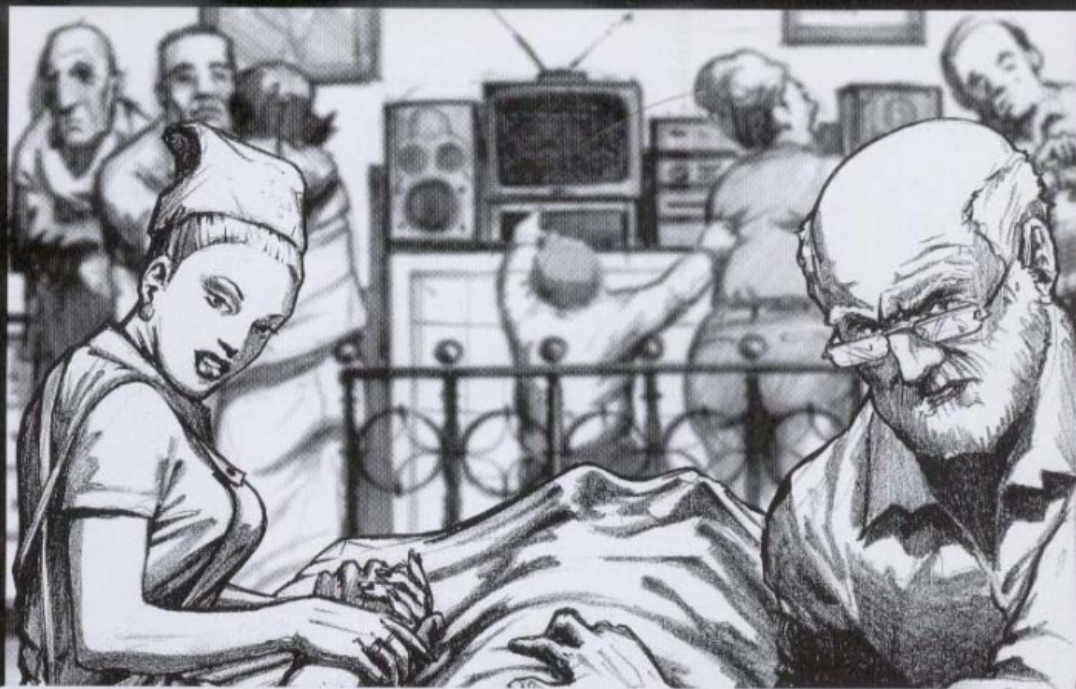
V následující **2. části** je umírající ještě v nemocničním prostředí, kde mu dělají společnost lékaři a pozůstalí. Negativní stránky života ztělesňují chamtiví příbuzní, dostává však i poslední rady³¹, jak se dále zachovat (radící pár je nápadně podobný manželům Nydahlovým). Umírající se vzdaluje tělesnému světu a míří do první fáze posmrtného mezistavu - do tzv. barda hodiny smrti (tib. *'chi kha'i bar do*). Dle TKM závisí délka na stupni dosaženého duchovního pokroku a uvádí se trvání tři a půl dne než mysl opět nabude vědomí. Ole Nydahl uvádí 68 hodin.³² Podle TKM ustane nejprve vnější dýchání (tib. *phji dbugs*), avšak vnitřní dech - pulsace (tib. *nang dbugs*) dosud pokračuje. Okamžik ustání dýchání je první a nejlepší příležitostí, jak dosáhnout osvobození.³³ DC uvádí tři poslední výdechy.³⁴

³¹ O. Nydahl uvádí radu: „Tibeťané si představují to nejlepší, co je nad jejich hlavou. Tam se chtějí dostat. Zkus to.“ Dále pak uvádí jako důležitou pomoc recitaci mantry ÓM AMI DÉVA HRÍ. (ÓM-slabika značící nekonečno, dosl. tak jest; AMI-pravděpodobně Amitábha; DÉVA-bůh; HRÍ (ŠRÍ-krásný). Viz *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 51-52.

³² *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 29.

³³ Srov. viz praxe phowa.

³⁴ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 30.



Děje se něco divného. Přátelé jsou smutní, nepřátelé veselí a můj lékař chce zaplatit předem. Do toho mi příbuzní pořád strkají pod nos nějaký papír k podpisu.



Strýčku,
tady dole se nám podepiš.
Budeš nám moc
chybět...

Smrt není žádná
černá díra, neboj se,
nikde nezmizíš.
Jdi za nejsilnějším
světlem.

Dědo,
představ si to
nejhezčí, co znáš,
nad svou
hlavou

Jsem
tu s tebou,
medvídku!

Přestávám pocítovat tělo. Vidím stále hůř. Něco slyším, ale připomíná to bzučení. Všechno je čím dál méně jasné. Teče mi z očí, úst a nosu. Je mi zima. Nemůžu pořádně dýchat...cha...at.

Přirozené smrti předchází postupná ztráta kontroly nad tělem a jeho funkcemi, následují častější krátké výpadky vědomí a nakonec třikrát krátké vydechnutí, po kterém už nepřichází nadechnutí...

3. část popisuje návrat energie do centrálního kanálu (dle TKM již nemá tato energie možnost návratu zpět a opouští tělo temným otvorem, tzv. Brahmovým otvorem po třech a půl dnech).³⁵ DC popisuje po posledním vydechnutí vize nejdříve bílého světla - spojeno se semenem otce (10-15 min.) za zvuku slabiky HANG a následného mizení 33 pocitů pocházející z hněvu a projasnění mysli; dále červené světlo-spojené s vajíčkem matky (10-15 min.), slabika ÁH a ztráta 40 pocitů vzniklých z touhy a radostné prožívání mysli. V další fázi (20-30 min. po smrti) dochází ke smísení bílé a červené barvy, všechno zčerná a mizí 7 pocitů vzniklých z hlouposti.³⁶ Následně je popisován silný zážitek jasného světla. Pokud je zemřelý schopen zážitek udržet, je možné dosáhnout osvobození již nyní (dle DC je možné stát se buddhou), v opačném případě nastává na tři dny bezvědomí.³⁷ TKM hovoří o tzv. světle prapodstaty³⁸ prvního barda, po němž následuje druhé jasné světlo, umožňující nazřít pravou podstatu bytí. Pokud v této chvíli nedochází k osvobození, uvádí TKM jako další bardo prapodstaty (tib. *chos nid bar do*).³⁹

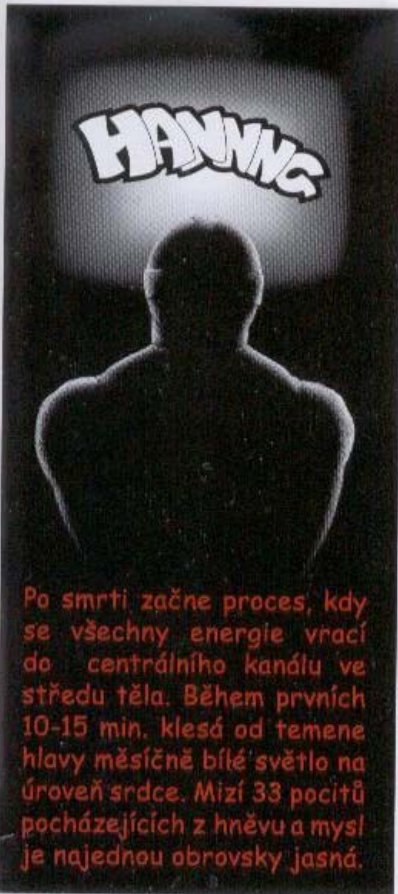
³⁵ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 40-41.

³⁶ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 53.

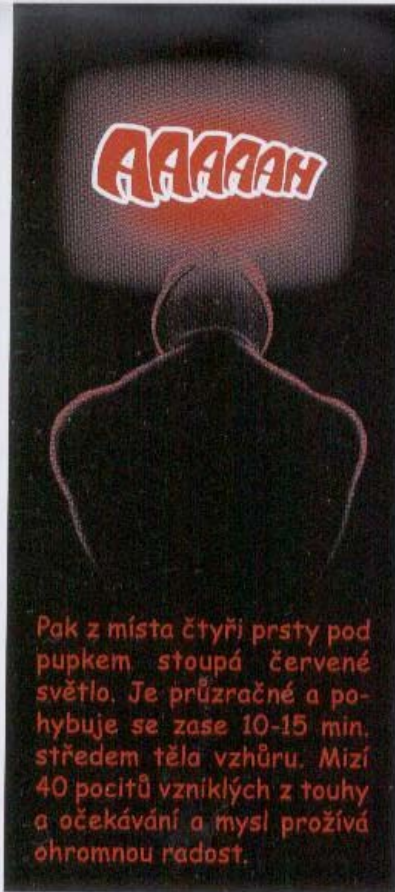
³⁷ Tamtéž, s. 54.

³⁸ Prapodstatou je myšlena prázdnota (skt. šúnjatá, tib. tongpañid), pochopení prázdnoty jakožto pravé podstaty všeho bytí vede k osvobození (ušetření dalšího putování bardem a zakoušení jeho muk). *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 37.

³⁹ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 46.



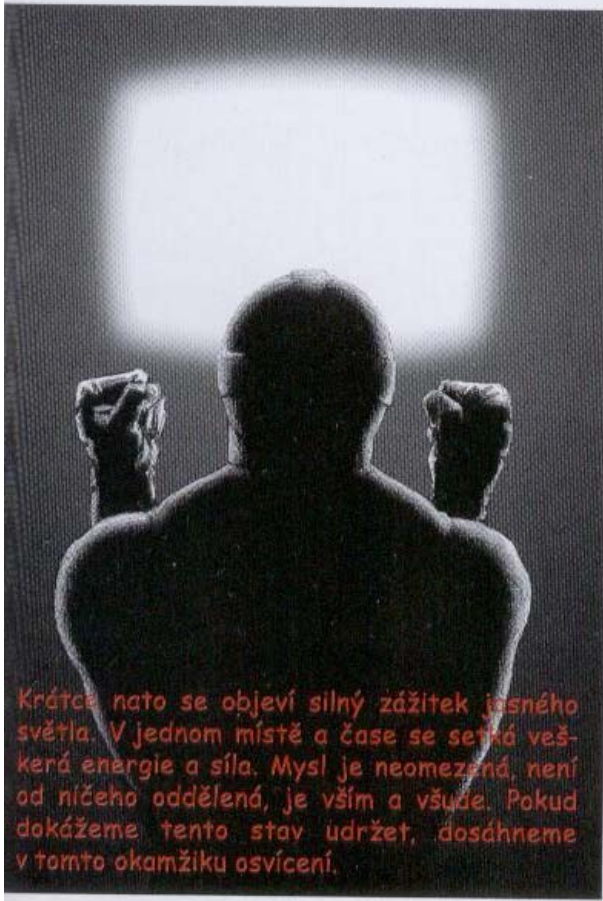
Po smrti začne proces, kdy se všechny energie vrací do centrálního kanálu ve středu těla. Během prvních 10-15 min. klesá od temene hlavy měsíčně bílé světlo na úroveň srdce. Mizí 33 pocitů pocházejících z hněvu a mysl je najednou obrovsky jasná.



Pak z místa čtyři prsty pod pupkem stoupá červené světlo. Je průzračné a pohybuje se zase 10-15 min. středem těla vzhůru. Mizí 40 pocitů vzniklých z touhy a očekávání a mysl prožívá ohromnou radost.



Když se bílá a červená energie setkají v srdečním centru, všechno zčerná. Rozpouští se 7 pocitů souvisejících s nevědomostí.



Krátce nato se objeví silný zážitek jasného světla. V jednom místě a čase se setká veškerá energie a síla. Mysl je neomezená, není od ničeho oddělená, je vším a všude. Pokud dokážeme tento stav udržet, dosáhneme v tomto okamžiku osvětlení.



Většina lidí se však intenzivního jasného světla lekne a ztratí přibližně na 68 hod. vědomí. Tibetská kniha mrtvých mluví o 3-4 dnech, ale podle některých lamů je velký rozdíl mezi časem, který na tento přechod potřebuje např. kočovník z Tibetu a člověk, který žije v moderním světě.

4. část popisuje opětovné probuzení mysli, která si však ještě neuvědomuje vlastní smrt a následující týden je snahou pokračovat v minulém životě.⁴⁰ Dle DC nastává první fáze (3.-10. den), kdy si zemřelý nepřipouští vlastní smrt a snaží se navázat kontakt s pozůstalými, kteří ho však nevnímají.⁴¹

Stejně tak TKM hovoří o bardu prapodstaty jako stavu, v němž se zjevují „karmické preludy“ (tib. *las kji 'khrul snang*) v podobě nejrůznějších postav, zvuků, světél, aj., nahánějící strach. Zjasnělé vědomí získává iluzorní nehmotné tělo (tib. *sgju lus*), disponující nadpřirozenými schopnostmi. Zemřelý však nemůže komunikovat s okolím.⁴² Pokud však je poznáno světlo druhého barda, je taktéž možné dosáhnout vysvobození.⁴³ Pokud ne, přichází vize (tib. *snang ba*) nejdříve pokojných božstev (tib. *ži ba 'i lha*), 1.-7. den⁴⁴ a posléze (vlivem špatné karmy) vize hněvivých božstev (tib. *khro bo 'i lha*), 8.-14. den.⁴⁵

⁴⁰ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 54.

⁴¹ Tamtéž, s. 29.

⁴² *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 46.

⁴³ Tamtéž, s. 48.

⁴⁴ Tamtéž, s. 50-74.

⁴⁵ Tamtéž, s. 75-97.

Po těchto třech dnech se mysl zase budí, ale neví a nechce vědět, že jsme mrtví. Další týden, do desátého dne po smrti, prožíváme „pokračování“ svého skončeného života na základě nahromaděných návyků. Mluvíme na lidi okolo, ale oni nás neslyší a nereagují. To nás hluboce frustruje.

Mami, a kde je vlastně dědeček

Dědeček odešel tam, kde je mu dobře

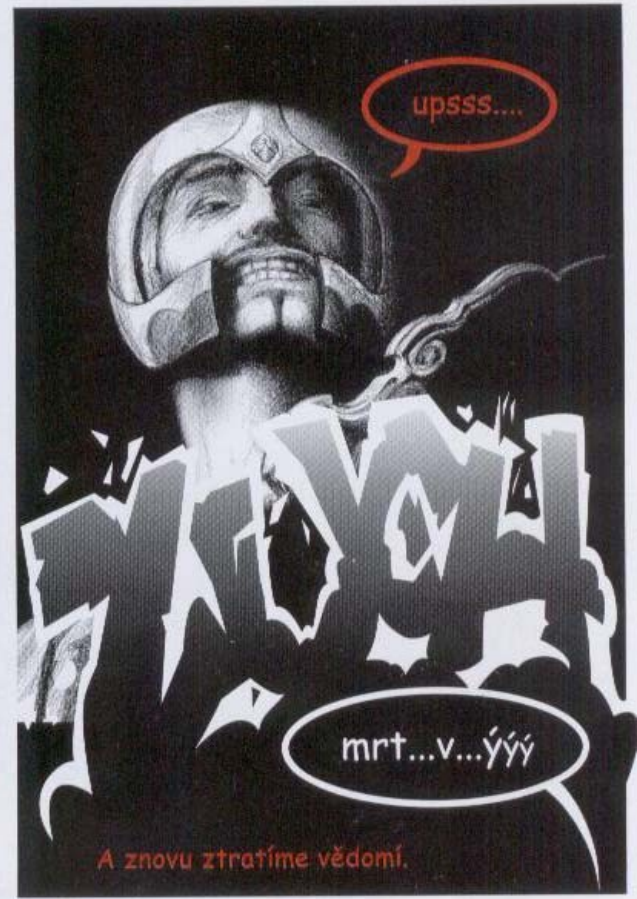
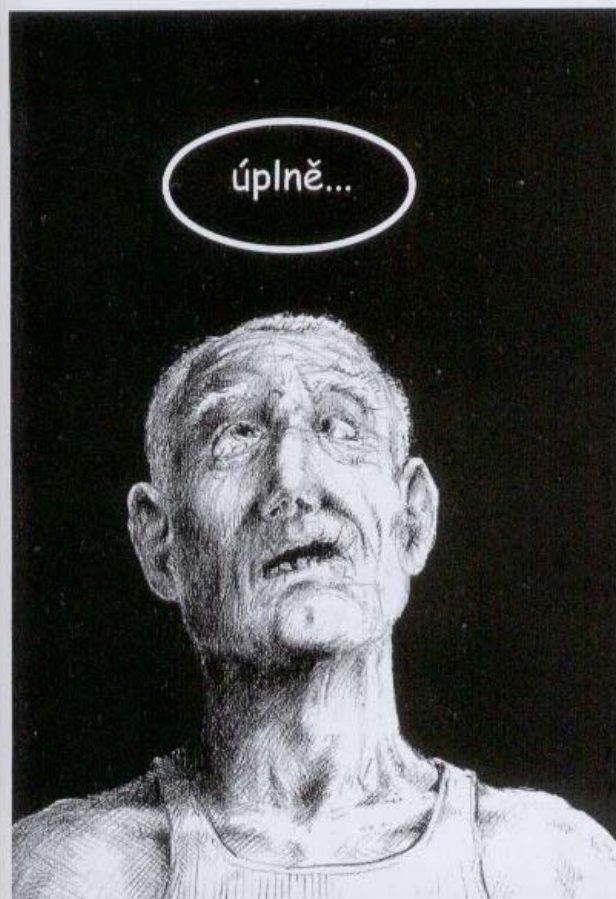
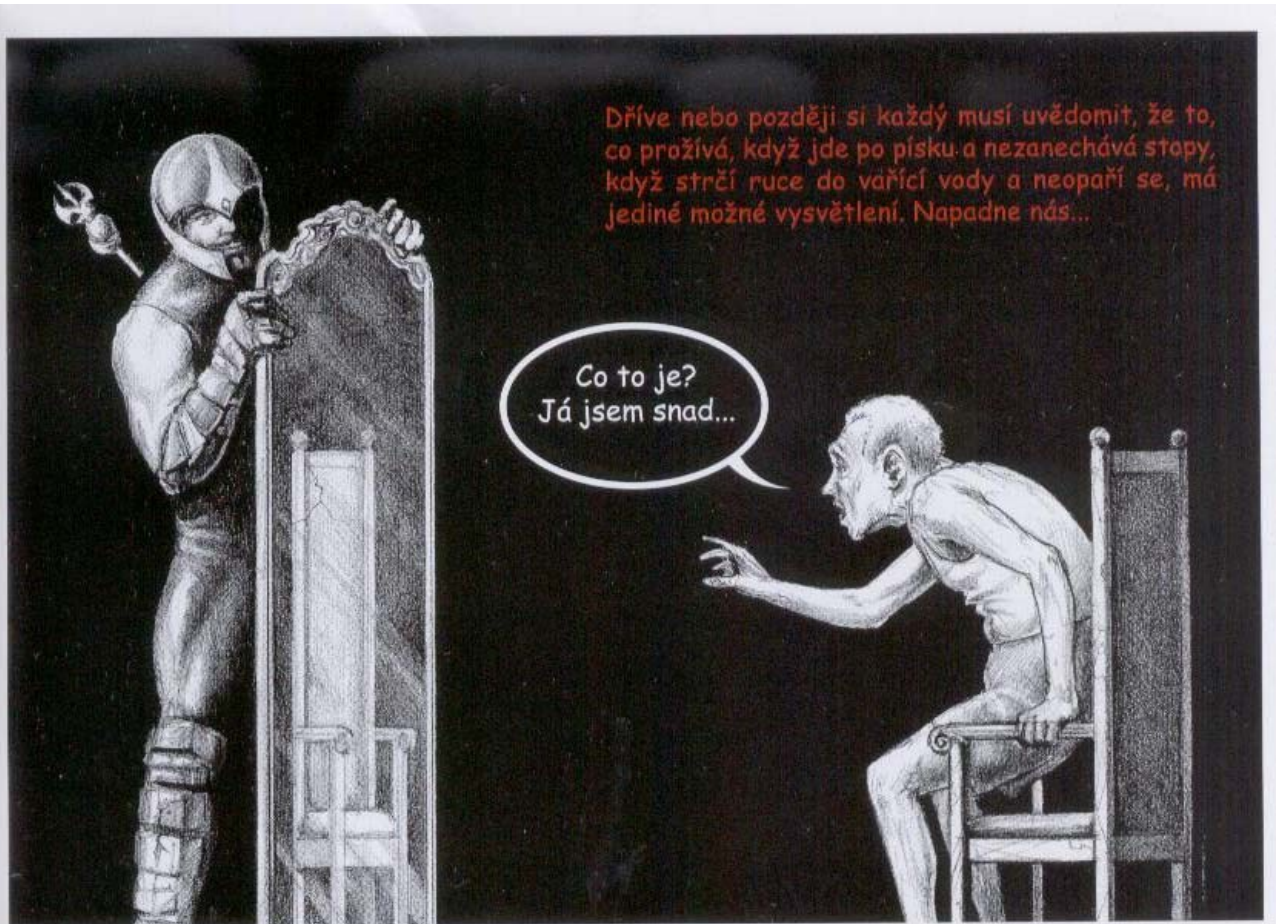
Ale vždyť já jsem přece tady!

Mysl je teď mnohem inteligentnější, ale také daleko zmatenější. Protože už nefunguje skrze tělo, ocitá se na místech, na která pomyslí. Vše slyší, ví, co si lidé myslí. Cestuje bez pasu a víza, nedobrovolně a bez zastavení...

5. část představuje druhou fázi (10. den), kdy si zemřelý uvědomuje vlastní smrt. Následuje šok ze smrti, pochopení nefyzičnosti a upadnutí do opětovného bezvědomí. Po krátké době přichází vědomí opět k sobě, doznívá proud vjemů z minulého života a nastupuje na dobu asi pěti a půl týdnů podvědomí (objevují se nejsilnější a nejhlouběji uložené dojmy z minulých životů).⁴⁶ Zde je člověk připraven na nový lidský život, který ovlivňují myšlenky, slova a činy života minulého. TKM nazývá poslední mezistav bardo vznikání (tib. *srid paí bar do*), nastává, pokud nebyla pochopena vize pokojných a hněvivých božstev a představuje fázi hledání nového vtělení.⁴⁷

⁴⁶ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 29.

⁴⁷ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 101.



6. část naznačuje možnost dalšího zrození. Zastupuje ji bhavačakra (kolo bytí/existence): uprostřed 3 kořeny zla (skt. lóbhā,dósa, móha) a oblast žádosti (skt. káma-avačara) totožná částečně s dílem Visuddhimagga (Cesta očisty) od Buddhaghósy. Chybí však řetězec podmíněného vznikání (skt. pratítjasamutpáda, tib. *rten cing 'brel bar bjung ba*) typický pro bhavačakru. Další zrození je podmíněno dominancí některých charakterových vlastností za života. Uváděny jsou:

- Pýcha-příjemné, ale ne absolutní božské stavy (srov. déva-lóka).
- Žárlivost-polobohové (srov. asura-lóka) či lidský svět (manuša-lóka).
- Nevědomost-zvířecí svět (tiračchána-lóka).
- Chtivost-svět hladových a žiznivých duchů (préta-lóka).
- Hněv-prožitky extrémního chladu a horka (srov. jama-lóka).

Pro TKM bardem vznikání zčásti končí možnost vysvobození se z „koloběhu životů“ (skt. sansára, tib. *'khor-ba*) a začíná hledání nového vtělení. Stále se zemřelý nachází ve stavu iluzorního těla, ale začíná se postupně probírat z bezvědomí a v důsledku vlivu skutků z minulého života začíná toužit po nové existenci, po hmotném těle.⁴⁸ Pokud však nepodlehne vizím světa do kterého má být zrozen, má ještě šanci se ze sansáry vymanit. Podlehnutí a postupné směřování do matčina lůna je možné zastavit i zde jeho odmítnutím. V případě špatné karmy je však znovuzrození nevratné a v nejlepším případě dochází ke zrození v lidském těle.

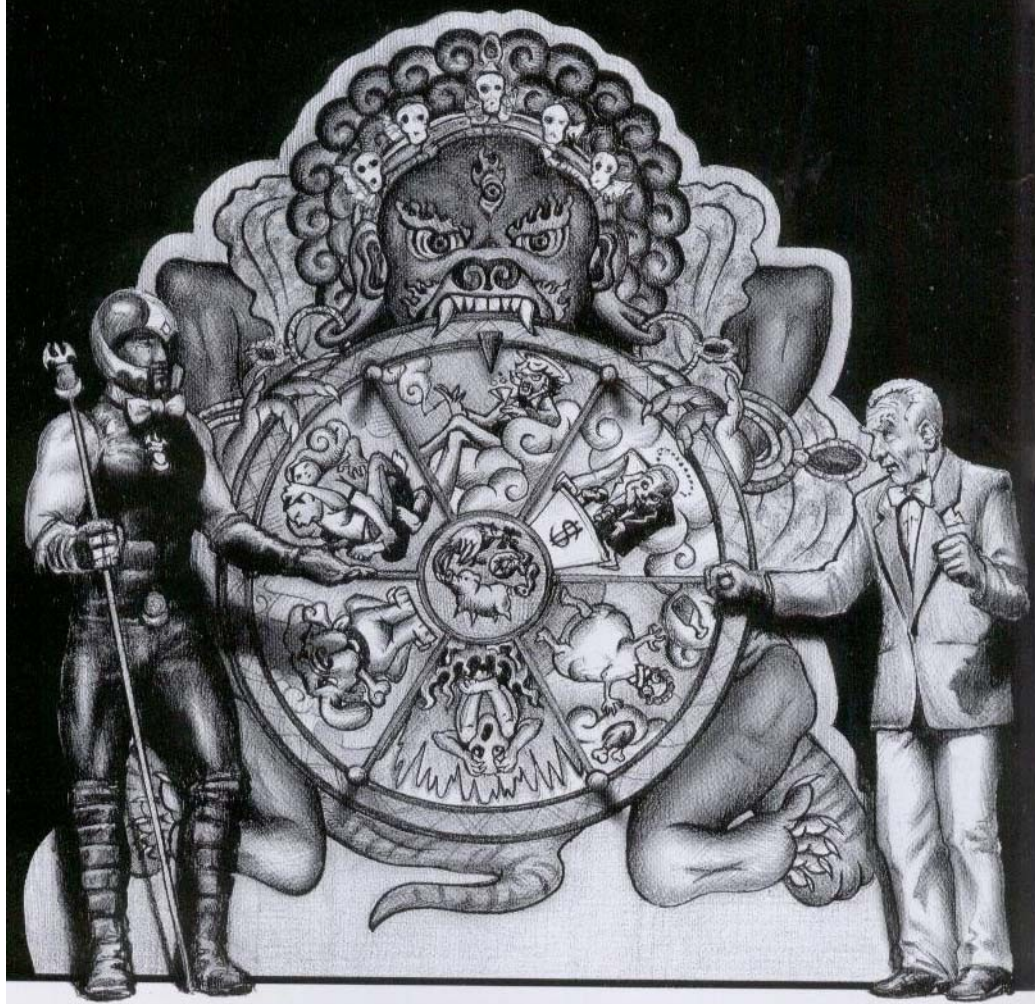
⁴⁸ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 101.

Když se mysl znovu probere, dojmy z posledního života skončily a začínají se stále výrazněji projevovat dojmy ukládané od času bez počátku do našeho shromažďovacího vědomí.

Během následujících týdnů začíná dominovat nejsilnější informace. Podle toho, jestli je to pýcha, připoutanost, nevědomost, žárlivost, lakota, nebo hněv, nás „pošle“ do některého z podmíněných světů.

Pýcha do velmi příjemných, ale ne absolutních božských stavů, žárlivost mezi neustále bojující polobohy a připoutanost do světa lidí. Čtyři tlapy a kožíšek na zimu i na léto je důsledkem nevědomosti. Chtivost vede ke zrození v oblasti hladových a žíznivých duchů a hněv má za následek stavy paranoie spojené s prožitky extrémního chladu a horka.

Mysl již nemá nad tímto procesem žádnou kontrolu, je hnána „větrem karmy,“ ale každý sedmý den ode dne úmrtí může pomoci někdo, kdo umí phowu. Tehdy je nejjednodušší s „mrtvým“ navázat kontakt. Pomůže ale i dobré přání anebo dobrá věc vykonaná ve jménu zemřelého.



7. část popisuje nejpozdější 49. den kdy bardo končí, dozrávají ve shromažďovacím vědomí (zde je použito srovnání s pojmem podvědomí) nejsilnější sklony (srov TKM a touhu po hmotném těle) a mysl se opět rodí do jedné z šesti oblastí. Okamžik spojení spermatu (bílá energie) s vajíčkem (červená energie) a následné vyvíjení plodu, je první fází, kdy se připojuje vědomí (Tibetáné chápou zrození již po oplodnění, ne až od porodu), které je proudem návyků a zkušeností z minulých životů.⁴⁹ Energie se dále usazují , bílá nad temenem hlavy a červená pod pupek, následně prochází tato energie vnitřkem těla a skrze pět center se rozbíhá do těla celého. Těchto pět center dále určuje psycho-fyzickou výbavu nového jedince.⁵⁰

Dle TKM je návrat do lidského světa spojen s možností výběru brány lůna (vstup do života skrze matku), avšak při tomto výběru existuje nebezpečí omylu, když je na dobrou bránu lůna pohlíženo jako na špatnou a naopak.⁵¹

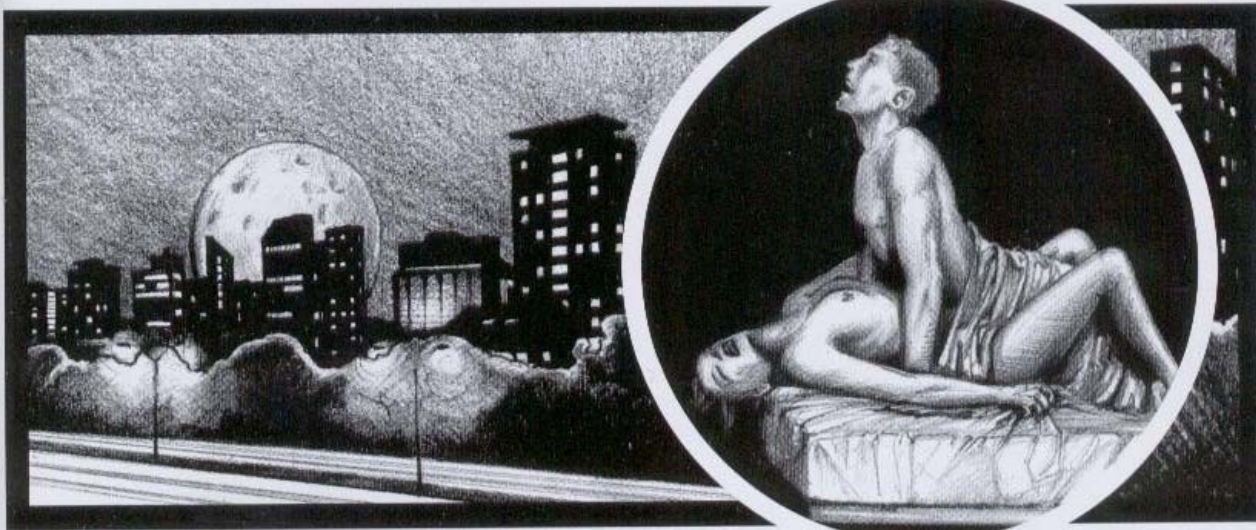
⁴⁹ *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 28.

⁵⁰ Tamtéž, s. 28.

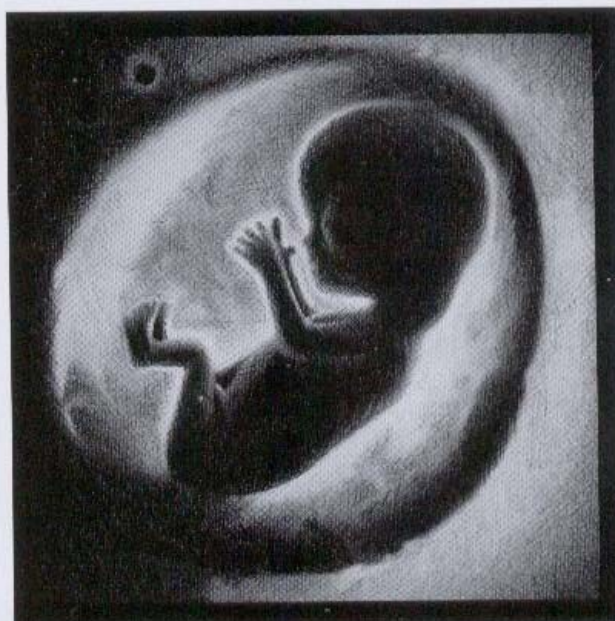
⁵¹ *Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol*, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991, s. 131.



Nejpozději 49. den bardo končí a mysl se opět rodí v jedné z šesti oblastí. Karma a tendence ji přivedou na odpovídající místo, k odpovídajícím rodičům a mysl se rodí do odpovídajícího těla. Jedná-li se o vzácné lidské tělo, můžeme tak dosáhnout osvícení pro dobro všech.



Když se spojí spermie s vajíčkem, stoupá bílá energie otce současně s vývojem těla vzhůru k temeni hlavy a zastaví se 8 palců od vlasové linie. Červená energie matky klesá dolů a zastaví se 4 palce pod pupkem. Objeví se celý energetický systém 5 center a 72 000 kandíků.



8. část je doporučením praxe phowa, která umožňuje vyhnout se procesu znovuzrození a možnost narození se v lepších sférách. Kurzy Ole Nydahla probíhají po celém světě, sám uvádí, že ze 60 000 lidí, které od roku 1987 vyučoval, muselo pouhých 200 jet na druhý kurz zdarma, aby měli na temenech hlavy jasné vnější znaky.⁵² V České republice se kurz phowa uskutečnil poprvé v roce 1995 a zúčastnilo se ho cca 450 lidí, v roce 2005 již bylo 1500 zájemců⁵³. Každým rokem se koná okolo dvanácti kurzů v Evropě, Americe, Austrálii a Asii.⁵⁴ Ole Nydahl hovoří o 4-5 dnech strávených meditací phowy:

(...), jako o nejdůležitějších dnech našeho života-každý musí zemřít a nikdo z nás neví, kdy to bude. Nejde však jenom o smrt; omezení nebo úplné odstranění strachu ze smrti také podstatně zlepší kvalitu našeho života. Doporučujeme před kurzem absolvovat nesmírně užitečnou přípravu, která spočívá v odříkání 100 000 manter OM AMI DEVA HRÍ během meditace na buddhu Neomezené světlo.⁵⁵

⁵² *Buddhismus dnes: Diamantová cesta*, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006, s. 36.

⁵³ Tamtéž, s. 40.

⁵⁴ www.buddhismudnes.cz/new/index.php?folder=english&page=about_us (18. 12. 06).

⁵⁵ www.bdc.cz/phowa/ (14. 12. 06).

Díky návyku získanému praxí phowy je možné se celému utrpení, zmatku a strachu spojenému se smrtí a procesy, které po ní následují, vyhnout. Kontakt s buddhou Neomezené světlo a nezlomené svazky s lamou nás celým bardem provedou daleko rychleji. Návyk praxe phowy automaticky způsobí, že nebudeme vydáni všanc našemu podvědomí. Můžeme také se smrtí a umíráním pomoci známým a blízkým. Především se ale znovu narodíme v čistých zemích, kde neexistuje prožívání z úrovně já a není možné z tohoto stavu klesnout. Naopak je možné se rychleji a efektivněji rozvíjet směrem k osvícení a vědomě se znovuzrokovat pro dobro všech bytostí.



Použitá literatura a internetové adresy:

Buddhismus dnes: Diamantová cesta, Pardubice: Bílý deštník, duben 2006.

Keown, D., *Dictionary of Buddhism*, Oxford: University Press 2003.

Lexikon východní moudrosti. Buddhismus, hinduismus, taoismus, zen, přel. Filipický, J. – Liščák, V. – Heroldová, H. – Kolmaš, J. – Vavroušková, S., Praha: Victoria Publishing - Olomouc: Votobia 1996.

Sogjal Rinpoče, *Tibetská kniha o životě a smrti*, Praha: Pragma 2003.

Tibetská kniha mrtvých. Bardo thödol, přel. Kolmaš, J., Praha: Odeon 1991.

Werner, K., *Náboženské tradice Indie. Od Indie po Japonsko*, Brno: Masarykova univerzita 2002.

www.lama-ole-nydahl.cz/lama_ole_nydahl_zivotopis.rtf (18. 12. 06).

www.lama-ole-nydahl.cz/prace.htm (18. 12. 06).

www.buddhismusdnes.cz/new/index.php?folder=english&page=about_us (18. 12. 06).

www.lama-ole-nydahl.cz/diamantova-cesta.htm (18. 12. 06).

www.diamondway-service.org/centerlist/centerlist.asp (14. 12. 06).

www.bdc.cz/phowa/ (14. 12. 06).