

Svět nenásilí

Obnovování tkaniny
lidského společenství
Miki Kashtan



Alferia

Lidem budoucnosti



Alferia

Svět nenásilí

Obnovování tkaniny
lidského společenství
Miki Kashtan

Překlad Miro Záleta

KATALOGIZACE V KNIZE — NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Kashtan, Miki

[Reweaving our human fabric. Česky]

Svět nenásilí : obnovování tkaniny lidského společenství / Miki Kashtan ; překlad Miro Záleta.

-- První vydání. -- Praha : Alferia, 2022. -- 282 stran

Přeloženo z angličtiny -- Vydal Nakladatelský dům Grada pod značkou Alferia. -- Obsahuje bibliografii a bibliografické odkazy

* 172.4 * 316.485.2 * 323.25 * 316.772.4 * 159.923.5 * 316.462 * [316.6:159.922.27]-027.522
* 316.42 * (0.062)

- nenásilí
- nenásilná komunikace
- rozvoj osobnosti
- moc
- kolektivní vědomí
- společenská transformace
- populárně-naučné publikace

316.4/.7 - Sociální interakce. Sociální komunikace [18]

ISBN 978-80-271-4875-2 (ePub)

ISBN 978-80-271-4874-5 (pdf)

ISBN 978-80-271-3500-4 (print)

© Miki Kashtan, 2014

© Miro Záleta, 2022

© Marcela Vorlíčková, 2022

© Nakladatelský dům Grada, 2022

Předmluva autorky

Tato kniha snoubí vizi s praxí.

Na úrovni vize popisuje, jak by mohla vypadat životaschopná budoucnost: svět, ve kterém budou lidské potřeby v centru všech systémů a podsystémů, všech institucí a všech vztahů.

Na praktické úrovni nám kniha ukazuje, jak lze žít a jak se zapojit do společenské změny, založené na hlubokém odhodlání k nenásilí¹ a ke spolupráci s ostatními. Najdete v ní mnoho podrobností o tom, jak může vzniknout svět, který se stará o potřeby všech (jak to výstižně vyjádřil Shariff Abdullah)², počínaje dneškem, každým z nás.

Kniha se zrodila po boku mé druhé knihy *Spřádání vláken radikálního žití* jako úkol, který jsem dostala od anglického náboženského učenice a učitele mystických tradicí Andrewa Harweye: napsat knihu, do které bych vložila celý svůj vzkaz světu – bez oklešťování, bez úprav či zdrženlivosti. Andrew konkrétně jmenoval to, co on sám nazval mou prorockou vizí, spolu s praktickými aplikacemi, osobními potížemi, které mě zformovaly, a vším, o čem jsem přesvědčena, že může být ostatním k užítku. Rozhodla jsem se tuto výzvu přijmout, i když nazývat mé představy o možné budoucnosti jako prorocké se mi zdálo opravdu nadsazené – o to větší to byla výzva.

Když se projekt stal nezvladatelným, věděla jsem, že ho budu muset rozdělit do dvou knih.³ První, pod názvem *Spřádání vláken radikálního žití*, je všezahrnující výpověď začínající tím, jak nás odmítání a potlačování našich potřeb dovedlo do dnešního světa a jak se toto dědictví odcizení mezi lidmi a přesvědčení o nedostatku zdrojů pro všechny každou novou generací znovu a znovu obnovuje. S tímto vzhledem nám kniha ukazuje, co každý z nás jako jednotlivec může dělat pro naplnění a vzkříšení důležitosti našich lidských potřeb. Můžeme se začít osvobozovat od dědictví minulosti, jak kolektivního,

1 „Nenásilí“ je kontroverzní a paradoxní slovo. Jako ostatní lidé jsem mu ani já příliš nedůvěřovala, dokud jsem ho plně nepochopila. Dnes už nejsem ani v nejmenším ochotná se ho vzdát, když jsem si uvědomila ohromnou krásu, kterou tento přístup k životu představuje a pro který neznám lepší výraz. K hlubšímu pochopení toho, jak a proč toto slovo používám, se prosím podívejte na stranu 22.

2 Dobře známý americký autor, advokát a profesor si v roce 2014 do svého příjmení přidal ještě jedno písmeno f.

3 České vydání bude rozděleno do čtyř svazků: každá ze dvou knih je rozdělena do dvou dílů. Poznámka redakce.

tak osobního, přestože svět okolo nás i nadále funguje na bázi odcizení, nedostatku a bezmoci.

I když svazek *Obnovování tkany lidského společenství* jistým způsobem logicky následuje po *Spřádání vláken radikálního žití*, uspořádala jsem knihy tak, abyste k pochopení jedné nepotřebovali tu druhou.

Jestliže bude prožitek, který vám tato kniha přinese, takový, v jaký doufám, potom vše, co kdy vykonáte pro změnu společnosti, může vypadat jinak než dnes – přinejmenším ve třech základních směrech:

Budete mít konkrétnější představu o vizi možného světa, k němuž se snažíte přiblížit. Jasná vize, jak věřím, vám dodá ohromné množství energie pro práci na sociální změně, abyste ji dokázali dělat s větší houževnatostí a nadějí.

Můžete si posílit svou schopnost spolupracovat s ostatními, jako jednotlivci i jako součást skupiny nebo organizace.

Můžete najít způsob, jak se lépe sladit s vědomím nenásilí a pracovat, i v těch nejkontroverznějších situacích, s láskou v srdci místo hněvu.

Úvod

... trápení zde je opravdu obrovské, a přece pozdě večer, když den už dávno zmizel za obzorem, když se procházím kolem ostnatých drátů, jako by mě něco nadnášelo, a najednou to znovu a znovu tryská z útrob mého srdce – nemůžu s tím nic dělat, je to prostě tak... jako nějaká elementární síla – pocit, že život je nádherný a úchvatný a jednou budeme stavět úplně nový svět. Proti každé nové urážce a každé nové hrůze postavíme další kousek lásky a dobroty, čerpající sílu z vlastního nitra. Můžeme trpět, ale nesmíme podlehnout.

Etty Hillesumová, *Přervaný život* (zápis z deníku z tranzitního tábora v Holandsku krátce před odjezdem do Osvětimi a zabitím, 1943)

Schopnost představit si jinou realitu bez ohledu na naši situaci, tak mocně vyjádřenou slovy Etty Hillesumové, a ochota přistoupit s láskou v srdci společně s ostatními k jejímu vytváření, jsou jádrem toho, čemu se v této knize věnuji.

Není to lehký úkol. Žijeme v době, ve které vize téměř vymizela, láska chybí v mnoha našich interakcích s ostatními a přijali jsme přesvědčení, že jediná možná změna je změna uvnitř každého z nás.

I když spolu s jinými pracujeme na společenské transformaci, činíme tak často z hněvu spíše než z lásky, nebo se o lásku snažíme, ale nevíme, jak spolupracovat, a vytváříme tak hnutí a organizace plné svárů. A nakonec i když vyhrájeme, znovu vytváříme struktury, které v zásadě fungují na stejných principech jako ty, které jsme odstranili.

Chci přispět k jinému výsledku a věřím, že se silnou vizí a s odlišným přístupem to můžeme dokázat. Proto jsem napsala tuto knihu.

Předpokladem zůstává, že když (1) umístíme lidské potřeby do centra života, (2) umožníme jim vést náš vnitřní život a naše vztahy a (3) zvolíme si je i jako základní stavební prvek všech institucí – poskytne nám to klíčové ujištění, že můžeme úspěšně vytvořit svět, který se stará o potřeby všech.

Protože koncept lidských potřeb je tak silně zatížen předsudky a negativními asociacemi, chci ho čtenáři trochu objasnit – základní kostru uvádím v dalším odstavci. Pohled na svět skrze sdílené lidské potřeby je základem všeho, co dělám. Doufám, že jasnější obraz o lidských potřebách si postupně vytvoříte při čtení knihy samotné, zejména když se ponoříte do příběhů o tom, jak by svět mohl vypadat, kdyby byl organizován na základě sdílených lidských potřeb.

Co mám na mysli pod pojmem „potřeby“?

Navždy zůstanu vděčná Marshallu Rosenbergovi – člověku, který vyvinul praxi nenásilné komunikace (NVC, z anglického *Nonviolent Communication*), jež formuje vše, co dělám, jak v práci, tak v osobním životě – za to, že umístil potřeby do centra všeho dění. Toto je aspekt NVC, který zpochybňuje převládající teorie o lidské přirozenosti; pilíř, který skupině lidí umožňuje efektivní spolupráci; klíč k zahojení životních traumat, které prožíváme skrze empatickou přítomnost; mechanismus, na kterém je založena účinná mediace konfliktů; cesta k osobnímu osvobození a, jak věřím, střed, okolo kterého mohou být organizovány i ty největší instituce a celý globální systém.

Lidské potřeby dokážu nejjednodušeji popsat skrze rozlišení mezi tím, co děláme a *jak* to děláme na jedné straně a *proč* to děláme na straně druhé. Z tohoto pohledu potřeby odpovídají na to, proč děláme všechno, co děláme.

Spíše než aby se tento pohled pokoušel o nějakou abstraktní definici lidských potřeb, nabízí toto odlišení mezi „Co?“ a „Proč?“ dynamický postup k porozumění a spojení mezi dvěma lidmi prakticky v jakékoliv situaci. Toto odlišení lze popsat i tak, že jako lidé máme nekonečné množství způsobů, jak uspokojit relativně malý počet potřeb, které sdílíme se všemi ostatními lidmi. Uvedu prostý příklad: peníze jako všestranná strategie, která dnes slouží jako prostředek pro uspokojení velké části našich potřeb, před několika tisíci lety ještě nebyly a přece všechny potřeby, jejichž uspokojení peníze zprostředkovávají, již existovaly.

Na potřeby se můžete podívat i takto: potřeby jsou primárními motivátory všech našich činů jako i to, co dává smysl všem našim prožitkům. Tragédií života zůstává, že zatímco naše potřeby jsou tak veledůležité, většina z nás projde životem bez toho, abychom si jejich uvědomování pěstovali, a bez toho, abychom chápali rozdíl mezi potřebou a strategií. Málokdy se ptáme, proč něco chceme, jaký smysl má naše bolest, nebo si klademe jiné otázky, které nás mohou spojit s našimi potřebami nebo potřebami druhých. A proč tragédií? Protože když odpověď na naše „Proč?“ důkladně prozkoumáme, tak se nám otevře o mnoho víc možností posunout se dál. Ukázat vám tyto možnosti je důležitou součástí toho, co se vám v této knize pokusím představit.

Většinou jsme naučeni vnímat potřeby jako výraz své sebestřednosti nebo sobectví. Když se místo toho podíváme na potřeby jako na vše, co člověk potřebuje uspokojit, aby opravdu prosperoval a žil plnohodnotný a smysluplný život,

vnímat uspokojování potřeb jako projev sobectví začne být poněkud omezující. Stejně jako chceme být milováni, toužíme lásku i dávat, toužíme společnosti přispívat svým talentem, mít na ostatní pozitivní vliv. Vězte, potřeby nejsou o pouhém přežívání. Potřeby jsou o nefalšované prosperitě.

Ničím z výše uvedeného se nesnažím naznačit, že se nechováme destruktivně – jako jednotlivci, jako skupiny, a dokonce i jako živočišný druh. Znamená to jen, že každé chování lze zpětně vztáhnout k relativně malému počtu potřeb, jež jsou všechny ve své podstatě životodárné. Některé strategie opravdu uspokojí potřeby, které jsme vědomě nebo nevědomě uspokojit chtěli. Jiné je uspokojí pouze částečně, anebo vůbec. Večeře s přáteli může uspokojit naši potřebu nutričně hodnotného jídla, dodat nám potřebnou energii, uspokojit naši lidskou potřebu spojení s jinými lidmi, potřebu cítit radost a podobně. Může však také vést k přejídání, opíjení se, ke hněvu či smutku – což jsou všechno indikátory nenaplněných potřeb.

Některé strategie naše potřeby uspokojí, avšak zároveň brání v uspokojení potřeb jiným lidem. Jiné strategie neuspokojují ničí potřeby.

Na základě mnoha zkušeností, vlastních i jiných lidí (sama jsem pracovala s tisíci jedinci a tucty organizací), jakož i na základě neustálého studia a výzkumu tvrdím, že když se nám spolu s ostatními podaří proniknout ke sdíleným potřebám, které leží pod vrstvami soutěživých či destruktivních strategií, skoro vždy dokážeme najít jinou strategii, která má potenciál uspokojit mnohem více potřeb mnohem většího počtu lidí. A když se taková cesta objeví, většina lidí se po ní neváhá vydat.⁴

Jedna z cest k příznivé budoucnosti je pěstování naší schopnosti najít a realizovat takové strategie, které se snaží uspokojit potřeby všech lidí v dané situaci a jsou v této snaze stále úspěšnější.

V této knize popisují, jak jen to nejlépe dovedu, jak by mohla vypadat společnost vytvořená tak, aby uspokojovala potřeby všech svých členů. Nabízím zde zkušenosti a vhledy do toho, jak můžeme žít a jak se k sobě můžeme chovat, které nás i v dnešní realitě (založené na zcela odlišných principech) mohou k takovému světu posunout o poznání blíž.

Podívejme se teď na knihu samotnou.

4 Jako malý příklad mohu uvést toto: výcvikový program pro muže, kteří v minulosti fyzicky napadli svou partnerku, vytvořený mým kolegou Eddiem Zacapou, vedl k nulové recidivě v průběhu pěti let po skončení programu – stupeň úspěšnosti, o kterém předtím v profesionálních kruzích nikdo neslyšel. Informaci potvrdil úřad státního zastupce okresu El Dorado a byla zveřejněna v novinách *The Mountain Democrat*, Placerville, CA, ze dne 30. 4. 2014.

Struktura této knihy

I když jsem přesvědčena o tom, že vize je základem veškeré práce, kterou se snažíme dělat, neboť nám poskytuje účel, energii a směr, začínám knihu praktickými stránkami. K tomu mám několik důvodů.

Jedním z nich je, že vizi nabízím formou fiktivních příběhů a ty nemusí být schopné ukázat to, co se ukázat snaží, pokud již neznáte některé základní principy a informace o nenásilí. Nemám k dispozici jiný způsob, jak popsat vizi světa, který ještě neexistuje než právě prostřednictvím vymyšlených příběhů.

Druhým důvodem je to, že praktická část knihy je svým způsobem také vizi-onářská. Naučit se, jak spolupracovat na naplnění všech potřeb v dnešní společnosti, je absolutně nevyhnutelné i k tomu, abychom toho byli schopni i ve společnosti budoucí, protože nyní i v budoucnu používáme stejné nástroje a máme stejné úmysly – i když to teď třeba není na úrovni celé společnosti. Je to trochu odlišná vize: vize toho, jak bychom mohli efektivně pracovat spolu s ostatními, i když se celospolečenské změny, které spolupráci podporují, ještě neuskutečnily. Mnoha lidem navíc vyhovuje začít spíše s praktickou aplikací než s poněkud vzdálenou vizí.

Ovšem pokud chcete začít rovnou s příběhy, klidně to udělejte. Možná vám unikne mnoho nuancí, ale i tak to pro vás může být velmi užitečné.

I. Od základu přestavěná společnost*

Tato kniha se zabývá paradoxním dilematem. Když se zaměříme pouze na transformaci společnosti, aniž budeme pracovat i na tom, jak jsme internalizovali systém, ve kterém dnes žijeme a který se snažíme změnit –, je pravděpodobné, že vytvoříme podobný, v jádru stejný, systém a návyky. A současně platí i to, že odhodlání pracovat na osobním růstu bez zaměření na společenskou transformaci skoro jistě povede k přizpůsobení se světu, v němž žijeme, k naší adaptaci na vnější poměry, protože sociální struktury mají na každého z nás obrovský a neustálý vliv – bez ohledu na to, jestli jsme si toho vědomi nebo ne. Jedna cesta bez druhé je silně omezená. Nemůžeme změnit základy společenského systému, pokud od základu nezměníme i sami sebe, a to je prakticky nemožné, pokud významně nezměníme společenské struktury. K vytvoření světa našich snů je nutné změnit zároveň vnější i vnitřní „systém“.

5 V češtině je to tato kniha.

Proto se tato část knihy věnuje oběma stránkám. Nabízí nástroje a techniky pro použití praxe nenásilí a vzájemné závislosti mezi lidmi - jak uvnitř každého z nás, tak i při transformaci společnosti. Těm, kteří chtějí své síly a zdroje věnovat sociální změně, nabízí uvědomění a nástroje k tomu, aby jejich práce byla v plném souladu s předloženou vizí. Výzva je to obrovská: všichni jsme částečně uvězněni v paradigmatu, ve kterém jsme vyrostli, a potřebujeme se navzájem podržet, abychom se mohli společně posunout dál. Jestli chceme vytvořit instituce plně ukotvené v pohledu na svět, který je od základu odlišný, způsob, jakým na tom pracujeme, je stejně důležitý jako změna samotná.

Tato část textu nezahrnuje žádné konkrétní strukturální změny nebo cíle ani kampaně k dosažení takových změn. Namísto toho nabízí nový přístup k uplatňování moci a k vedení, k rozhodovacím procesům a k rozdělování zdrojů, jež jsou v souladu s primární úlohou sdílených lidských potřeb. Tato část knihy vám poskytuje konkrétní praktiky, které nám v malé, ale rostoucí míře ukazují kousek světa, který chceme vytvořit. Kdyby tento přístup přijala za svůj třeba i menšina aktivistů, významně by to změnilo prakticky každou kampaň za strukturální změnu, značně by to snížilo interní rivalitu i rivalitu mezi skupinami aktivistů a od základu by to transformovalo vztah mezi aktivisty a lidmi u moci.

II. Poučné příběhy z budoucnosti⁶

Druhá část knihy vám představuje, jak by svět mohl vypadat, kdyby se lidské potřeby staly základním organizačním principem při vytváření institucí, společenských struktur i globálního vedení. Všechny příběhy jsou napsány tak, jako by transformace, kterou tato kniha navrhuje, již proběhla – i když nikdo neví, a ani nemůže vědět, jak.

Celá tato část je založená na mé víře, že projekt vytváření světa, který budeme moci milovat opravdu všichni, začíná u jasné vize toho, jakou by tento svět mohl mít podobu.

V takovém světě bude změna paradigmatu, o které v této knize píší, završena. Kromě teoretického výkladu tato část textu nabízí detailní podobu institucí globálního vedení, jakož i způsob rozdělování zdrojů, jež se vědomě zaměřují na uspokojování sdílených potřeb namísto zaměření na profit, autoritu a tradici.⁷

6 V češtině vyjde jako samostatná kniha.

7 Samozřejmě že profit, autorita a tradice jsou strategie, které uspokojují aspoň některé potřeby mnoha lidí. Mé studium historie a současných událostí mě přivedlo k přesvědčení, že se tak ovšem děje na úkor jiných potřeb mnoha jiných jedinců.

Nenašla jsem v dnešní době mnoho příkladů systémů, které ztělesňují takového hlubokého ducha snahy o to, aby věci vyhovovaly opravdu všem. Proto jsou tyto příběhy fiktivní: ukazují, jak by společná práce bez vzájemného odcizení a zcela dobrovolná účast na všech aspektech života mohly vypadat. To by mohl být svět, který bychom mohli milovat opravdu *všichni*. Na všech úrovních, od té nej-osobnější až po tu globální, tyto příběhy vykreslují obraz společnosti, který se plně opírá o vědomí, že životodárné lidské potřeby lze nalézt za každou lidskou emocí, touhou a chováním a že uspokojování lidských potřeb je nejen možné, ale poskytuje nám tu nejlepší záruku pro udržování lidské soudržnosti a schopnosti vytvářet pevné vztahy mezi lidmi.

Chci zde nabídnout konkrétní a podrobnou vizi, jejíž obraz se již léta postupně zaostřuje. Chci se o ni podělit s co nejvíce lidmi v naději, že se mi podaří inspirovat dost jedinců k tomu, abychom jí společně dosáhli.

Všechno by v takové společnosti bylo nastaveno tak, aby byly naplňovány lidské potřeby. Okolí by se k nám chovalo s respektem a péčí od okamžiku našeho narození. Měli bychom všechny důvody důvěřovat tomu, že na našich potřebách a blahu opravdu záleží. Denně bychom se přesvědčovali o tom, že zdroje jsou používány ku prospěchu všech. V malém měřítku jsem prostředí, v nichž se tyto změny udály, již zažila, a mohu vám říct, že výsledek je vskutku kouzelný.

Nenásilí a budoucnost

Nenásilí je největší síla, kterou má lidstvo k dispozici. Je mocnější než nejmocnější zbraň, kterou kdy člověk vynalezl...

Mahátma Gándhí

Mnozí z nás nosí v srdci vizi světa, který je uspokojivý pro všechny, v němž záleží na potřebách všech a o lidi i planetu je skutečně pečováno. Nikdo z nás neví, co nás k takovému světu může dovést nebo co nás k němu přivede. Bude to zázračné zjevení jednoho lídra, který dokáže transformovat kulturní premisy a praktiky? Bude to světový kolaps, který vytvoří vakuum a tím i příležitost k restrukturalizaci společnosti? Bude to kritická masa lidí, kteří vytvoří odlišnou formu lidských vztahů? Bude to nenásilná revoluce? Budou to alternativní struktury, které postupně přilákají více a více lidí a zdrojů? Anebo to bude něco zcela jiného, co si dnes nedokáže ještě nikdo představit?

I když si s pokorou uvědomuji, že nikdo z nás nemůže vidět do budoucnosti, věřím, že v době, jako je tato, kdokoliv, komu byl dopřán dar a výsada vize, je svým způsobem povolán k tomu, aby překonal zábrany a vyjevil vše, co vidí, jakkoliv neúplný a předpojatý takový vhled bude, a nabídl to svým vrstevníkům, studentům i učitelům.

Situace je příliš vážná na to, abychom čekali na dokonalé řešení, na moudrého vůdce či na cokoliv jiného, co nám brání v tom, abychom bez zábran vyjadřovali to, co máme na srdci i na duši. S dávkou troufalosti i pokory proto volím tuto cestu a nabízím čtenáři vše, co jsem se naučila, a vše, o čem jsem přesvědčena, že by nám mohlo pomoci vyhnout se potenciálnímu kolapsu

a otevřít cestu k udržitelné budoucnosti – naši i všech ostatních tvorů, kteří s námi sdílejí tuto biosféru.

Cesta i cíl začínají podle mého názoru u dědictví nenásilí.* Stejně jako Gándhí a Martin Luther King nevidím ani já jinou cestu k transformaci dědictví minulosti než cestu nenásilí. Tito dva muži nás toho naučili tolik, že jsme teprve na začátku úplného pochopení toho, nakolik nezadržitelnou moc způsobit sociální změnu mají nenásilné metody. Oba narazili na masivní opozici vůči své vizi osvobození a překonali ji. Oba uspěli při odstraňování ohromných bariér a lidem, se kterými společně trpěli, pomohli nastolit do té doby nepředstavitelnou svobodu.

Platí však i to, že ani jednomu z nich se nepodařilo dosáhnout toho, o čem opravdu snili. Hnutí, v jejichž čele stáli, se po jejich smrti rozpadla. Indie se zmítala v brutální válce, Afroamerické hnutí za občanská práva⁹ ztratilo svůj nenásilný náboj a rozpadlo se do několika frakcí. Gándhího a Kingova hluboká touha transformovat odcizení mezi lidmi do jejich vzájemného propojení – v to, co Martin Luther King nazýval „milovaná komunita“ – téměř zemřela s nimi, navzdory jejich obdivuhodným úspěchům. Ačkoliv mnoha lidem se podařilo rozběhnout i udržet projekty inspirované Gándhím nebo Kingem, jen málo jedinců si dokázalo jejich velkolepou vizi udržet a aplikovat ji v masovém měřítku.

Tento fakt považují částečně za projev jistých hranic v přístupu, které Gándhí a do menší míry i King použili. Já sama tento přístup vnímám tak, že se opírá o morální váhu jednotlivce vyzývajícího lidi, aby již teď žili podle své vize, i když zatím není uskutečnitelná v celé společnosti a i když jejich vědomí ještě nebylo transformováno. V některých případech se Gándhí v zájmu velkého ideálu rozhodl odmítnout čistě politické, kompromisní řešení.¹⁰ Lidé stáli za jeho ideály, protože mu věřili, ne proto, že se ztotožňovali s jeho pohledem nebo že dokázali v daných podmínkách projít podobnou transformací, jakou prošel on sám.

V tomto směru si myslím, že se Gándhího hnutí lišilo od Hnutí občanských práv v USA, kde bylo zaměřeno na praktické výsledky neochvějnou součástí hnutí. Připadá mi, že dr. King a jeho příznivci měli větší víru v to, že navzdory

8 Pokud chcete vědět víc o tom, co vše nám nenásilí v historii přineslo, podívejte se na film *A Force More Powerful* (*Silnější než moc*) Petera Ackermana a Jacka Duvalla.

9 Civil Rights Movement, pozn. překl.

10 Asi nejvýznamnějším příkladem bude jeho odmítnutí dvoukomorového parlamentu, který požadoval Bhímráo Rámddži Ámbédkar a byl podpořen většinou lidí v jeho týmu. Až Gándhího náhlá smrt přivedla všechny k tomu, aby přijali jeho přání, která byla motivována vírou v jednotnou Indii – odtud pochází i idealizovaná verze toho, co by bylo možné. Dodnes ho za to mnozí považují za nepřítele dalitů. Viz můj článek „Gandhi and the Dalit Controversy: the Limits of the Moral Force of an Individual“ (*Gándhí a otázka nedotknutelných: limity morální síly jednotlivce*) v internetovém časopise *Waging nonviolence* z února 2012.

tomu, že bílé obyvatelstvo té doby navržené změny ještě vnitřně nepřijalo, legálně-politické řešení mohlo přinést hmatatelný rozdíl do života znevýhodněných skupin.¹¹

Gándhího volbu nechat lidi zakládat svá rozhodnutí na jejich obdivu a péči o něho samotného vidím jako jednu z pravděpodobných příčin, proč se mu nakonec nepodařilo dosáhnout svého základního cíle, a to vytvořit jednotnou, svobodnou a rovnostářskou Indii, navzdory tomu, že uspěl ve vytvoření nezávislé Indie. Morální síla jednotlivce není udržitelná a částečné zisky takto vydobyté mohou mít krátkou životnost.

Já sama si přeji, abychom se z jejich zkušeností všichni poučili – jak z toho, co fungovalo, tak i z toho, co nefungovalo. Opakované vytváření v principu stejných struktur tak bude stále méně a méně nevyhnutelné. Přestože třeba nevíme, co vytváří společenskou a politickou transformaci, víme něco o tom, jak lze nenásilí udržovat. Chci se hluboce zamyslet nad paradoxem, který zde spatřuji. Na jedné straně mohou být bez podstatné velkoplošné transformace vědomí i významné zisky na poli sociální změny ztraceny, když inspirativní jednotlivec zemře. Na druhé straně je transformace vědomí velmi obtížná i pro jednotlivce, natož v masovém měřítku, a o to obtížněji se provádí v podmínkách masivního odcizení, války, útlaku nebo pouhého „mlýnku každodenního života“. Jak se potom vůbec můžeme pohnout kupředu?

Vzhledem k tomu všemu pochybuji, že v této knize mohu ještě něčím užitečným přispět k tématu nenásilné rezistence – aspektu nenásilí, které King i Gándhí dovedli téměř k dokonalosti. Není jistě náhoda, že jejich metody byly na *materiální úrovni*¹² častokrát s úspěchem použity mnoha jinými lidmi. Chci dodat jen toto: nenásilný odpor, jak mu rozumím, spočívá v tom, postavit se těm lidem u moci, kteří odmítají dialog, kteří se drží své moci navzdory naší usilovné snaze je do dialogu zapojit a kteří svou každodenní činností významně přispívají ke společenské destrukci. Zatímco mě mnohé příklady nenásilného odporu inspirují, vkládám ještě větší naděje do představy, jak by tyto snahy vypadaly,

¹¹ V této diskusi ponechám stranou otázku, zda změny ve vztazích mezi etniky zrozené v dobách Hnutí za občanská práva vyústily do závažných změn v každodenním životě Afroameričanů v USA.

¹² Viz *Why Civil Resistance Works (Proč občanská neposlušnost funguje)*, což je důkladná studie o rozsahu a příčinách úspěchu nenásilných hnutí od autorek Eriky Chenowethové a Marie Stephanové.

kdyby byly podpořeny principy, praxí a metodologií nenásilné komunikace,¹³ která tvoří kostru veškeré mé práce. Ráda bych viděla NVC aplikovanou v organizacích aktivistů, mezi jejich podporovateli a odpůrci, při komunikaci s veřejností i uvnitř každého z nás. Jeden z možných pohledů na tuto knihu je i ten, že nabízí praktická vodítka minimalizující riziko, že vytvoříme takové nové struktury, které budou ve své podstatě stejné jako ty, které se snažíme nahradit.

Chtěla bych ještě něco dodat ke druhému aspektu Gándhího dědictví – k tomu, čemu říkal *konstruktivní program*. Mám k tomu tři důvody.

Prvním je, že zatímco principy nenásilného odporu jsou víceméně neměnné jak v čase, tak v prostoru, konstruktivní programy na sebe berou jedinečnou formu v závislosti na konkrétních podmínkách, na geografické poloze a na dané populaci – je tedy nutné, aby se vždy znovu vytvořily úplně od začátku.

Druhým důvodem je, že zatímco nenásilná rezistence byla důkladně studována a mnohokrát použita, konstruktivní aspekty Gándhího práce nebyly ani zdaleka tak podrobně probádány a aplikovány.

Třetím, a asi nejdůležitějším, důvodem je, že nenásilný odpor je nutný, jen když je moc používána tak, že vede k ubližování nebo poškozování života. Zatímco konstruktivní program vnímám jako „pralátku“, z níž je utkán svět, který se stará o potřeby všech, a bude si ho tedy nutné ocenit jako takový a „vetkat“ ho do našich institucí.

Třetím aspektem nenásilí je spolu s nenásilným odporem a konstruktivním programem moc dialogu. Dialog jako disciplína nebyl studován nebo popsán ani Gándhím, ani Kingem, i když oba ho de facto vedli právě s těmi lidmi, proti kterým byl jejich nenásilný odpor namířen. I když dialog jako takový byl rozsáhlé a důkladně studován, transformativní moc dialogu v kontextu filozofie nenásilí začala být zkoumána, až když Marshall Rosenberg začal provádět své experimenty s nenásilnou komunikací. Dnes díky jeho práci i vývoji v jiných směrech máme o vztazích, jazyku a kompetencích dialogu již podstatně více znalostí než v dobách Gándhího a Kinga.

13 Účelem této knihy není představit nenásilnou komunikaci (NVC) těm čtenářům, kteří ji neznají. Pro bližší seznámení s konceptem se můžete podívat třeba na webovou stránku baynvc.org/reference.php. Kromě toho již existuje poměrně velké množství knih, které tomuto účelu slouží a které plně doporučuji. Najdete je například na webové stránce nonviolentcommunication.com vydavatele Puddle Dance Press. Pokud se chcete zúčastnit výcviku s trenérem, nahlédněte na stránky Centra pro nenásilnou komunikaci – cnvc.org. NVC se můžete učit i v pohodlí domova skrze NVC Academy na nvctraining.com, která nabízí jak on-line, tak telefonní interaktivní trénink. Já sama zde trénink pravidelně nabízím. (Český a slovenský čtenář se může obrátit na nenasilnakomunikace.org, pozn. překl.)

Tato kniha zkoumá potenciál nenásilí k tomu, aby se stalo klíčovou filozofií a přístupem ve světě vyhovujícím každému, a to skrze jedinečné prizma lidských potřeb – jak při dialogu, tak při vytváření sociálních struktur sloužících lidským potřebám.

Tato kombinace procesů, které umožňují vnitřní i vnější transformaci a jsou v plném souladu s nenásilím i s vizí od základu přestavěných institucí, mi dává naději, že se můžeme (pokud nenásilí jako přístup přijmeme na všech úrovních) posunout z místa, kde dnes jako společnost stojíme, k budoucnosti, kterou si můžeme zatím jenom představovat.

Níže uvádím, co naleznete v této knize.

1. Základy praxe nenásilí

Jakmile lidé slyší o nenásilí a společenské změně, často si vzpomenu na myšlenku „být změnou samotnou“. Zde také tato část knihy začíná: co to znamená uplatňovat Gándhího principy v každodenním životě.

Nenásilí, Gándhího metoda a životní filozofie, je srdcem všeho, co dělám a k čemu svým psaním a učením zvu i ostatní. Při zavádění Gándhího principů do života se setkáme s mnoha výzvami – očekávanými i zcela nečekanými. Už jen proto, že kontext nenásilí vytváří zcela odlišné požadavky na to, jak jsou láska, pravda a odvaha – jeho tři základní kameny, o kterých se zmíním později – v různých prostředích aplikovány.

Gándhí nám slouží jako vzor při uplatňování nenásilí na poli sociální změny – aspektu nenásilí, k němuž se vrátím později. V tomto kontextu je primárním cílem transformovat organizační principy a systémy na co nejvyšší úrovni. Výzvou se potom stává otázka, jak systém transformovat a současně si udržet absolutní otevřenost a lásku vůči právě těm lidem, proti jejichž pravidlům a rozhodování stojíme.

Naproti tomu kontextem první části knihy je mondní, každodenní život jednotlivce.¹⁴ Co to znamená žít nenásilně v takovémto prostředí? Jak můžeme žít svůj život a současně ztělesňovat nenásilnou budoucnost? Když se s realitou

¹⁴ Chtěla bych zde vyzvednout, že každodenní život mnoha lidí je na hony vzdálený „obyčejnému“ životu tak, jak ho známe třeba ze života střední vrstvy ve „vyspělých“ oblastech. Násilí je pro mnoho lidí denním chlebem, buď kvůli situaci daného jednotlivce, anebo kvůli tomu, že patří do specifické skupiny lidí, případně že žije v podmínkách války. Upraveno překladatelem.

okolo nás budeme pokoušet bojovat, nevyhnutelně nakonec vytvoříme v principu stejný systém, který se snažíme změnit. Překlenout propast mezi dnešní realitou a naší vizí o budoucnosti vyžaduje ohromnou lásku a odvahu. V této části knihy se pokouším zmapovat souvislosti mezi nenásilnou komunikací a klíčovými principy, na kterých Gándhí postavil svůj přístup. Tímto způsobem se snažím ilustrovat, jak nenásilí vypadá v každodenním životě, mimo kontext konkrétních politických kampaní. Každý uvedený princip nejdříve sleduji ke Gándhího vlastním slovům a činům a poté se snažím ukázat, jak je daný princip aplikován v rámci učení a praxe nenásilné komunikace.

Tato část textu dalece přesahuje naše individuální životy a zve nás ke zvážení toho, jak by praxe nenásilí mohla vypadat, když ji uplatníme při kontaktu se strukturální mocí.

2. Spolupráce, moc a vedení

Mám naději, že jakmile si uvědomíme, jak naše instituce fungují, jak jsou nastaveny a jak obtížné je pro nás v takových podmínkách žít smysluplný a plnohodnotný život v lásce a v souladu s naším přesvědčením, poskytneme nám to dostatečnou motivaci k překonání naučené tendence hledět v první řadě na své vlastní zájmy. Díky tomu se pak zaměříme také na transformaci společenských struktur, které ve výsledku hrají tak velkou roli v utrpení každého jednotlivce.

Premisou této knihy je, že žádná míra vnitřní změny, ať je jakkoliv hluboká, sama o sobě nemůže stačit ke změně „pravidel hry“. Když chceme změnit společenské struktury, musíme pracovat přímo na nich – ne pouze na našem vnitřním růstu a ne pouze na našich vztazích s jinými jednotlivci. Práce na systému nás nevyhnutelně postaví do situací, které budou vyžadovat, abychom na společné vizi spolupracovali s druhými.

V tomto bodě se naše schopnost již dnes žít podle naší vize budoucnosti stává naléhavou. Pokud chceme vytvořit instituce, které budou věrně ztělesňovat transformované vědomí, *způsob*, jakým na změně budeme pracovat, je stejně důležitý jako změna samotná. I když skoro všichni nějakým způsobem spolupracovat s ostatními opravdu chceme, málokdo s tím má relevantní zkušenosti a ví jak na to. Tato část knihy se věnuje některým změnám na úrovni

vědomí a konkrétním praktikám, které napomáhají efektivní spolupráci při vytváření různých seskupení, komunit a organizací.

Dříve nebo později se setkáme s těmi nejsložitějšími otázkami ohledně moci a vedení. Transformace našeho vzájemného odcizení – naučeného přesvědčením o nedostatku zdrojů a bezmoci v kontextu vytváření nových modelů moci a vedení je svět sám pro sebe a naučit se, jak vést dialog bez donucování nebo jak spojovat moc s láskou – bude pravděpodobně vyžadovat mnoho individuálních i kolektivních sil. Doufám, že vám tato část knihy při učení pomůže.

3. Konkrétní kroky ke společenské změně

Předpokládejme, že se nám podaří vytvořit organizace, ve kterých budeme schopni účinně spolupracovat a používat moc s láskou a společně s ostatními. Stejně budeme stát před otázkou, kde a jak začít se změnou systému. Vycházíme z pohledu, který nám nabídla ekofilozofka Joanna Macyová, se v této části nejdříve podíváme na typy nenásilí, které Gándhí a King demonstrovali při své cestě za svobodou, a prozkoumáme vztah mezi dialogem a nenásilným odporem. Potom se krátce podíváme na to, jak vypadá vytváření alternativ v kontextu nenásilného hnutí, a propojíme to s Gándhího snahou o vytvoření konstruktivního programu. A nakonec kruh kroků k nenásilné budoucnosti uzavřeme návratem k transformaci vědomí jako integrální části společenské transformace a prozkoumáme, jak můžeme vyzvat i jiné lidi k takovému stupni uvědomění, které by mohlo dokázat změnu vytvořit.

4. Další generace

Někteří z vás budou bezpochyby překvapeni tím, že se v knize věnované transformaci společnosti věnuji novorozencům, dětem a rodičovství. I když se to zdá neobvyklé, domnívám se, že toto téma je v tomto kontextu stejně případné jako třeba transformace vědomí. Vzhledem k tomu, jak se kvůli našim návykům ve výchově vzájemné odcizení mezi lidmi přenáší z generace na generaci, může pár vodítek k alternativnímu přístupu k výchově přispět těm, kteří se z bludného kruhu snaží vyvázat. Tato část knihy tak nabízí návrhy na radikálně odlišný pří-

stup k dětem, v jehož rámci jsou jejich potřeby, a zvláště pak jejich autonomie, uctívány, a při kterém je spolupráce základním principem vztahu již od prvních dnů lidského života.

5. Případové studie

Tato kapitola se snaží oživit některé starší snahy o změnu systému prostřednictvím prozkoumání hnutí Occupy¹⁵ a dvou organizací v Indii, aplikujících Gándhího principy. Kromě toho, že nám tyto příklady ukazují, jak v praxi může vypadat realizace toho, co probírám v předchozí části knihy, dostáváme zde i příležitost zamyslet se nad tím, co je efektivní a co není a co se můžeme z úspěchů i nezdarů naučit.

6. Odsud až tam

Poslední část knihy končí zkoumáním některých neprobádaných vod. Položím v ní několik nezodpověditelných otázek týkajících se záhady, jak by transformace mohla ve skutečnosti proběhnout. Jelikož druhý díl knihy předpokládá, že transformace již proběhla, a protože nikdo z nás nemůže vědět, jakým způsobem to bude, končím tuto část mezerou, kterou lze vyplnit pouze našimi budoucími činy.

¹⁵ Česká Wikipedie používá výraz Occupy Wall Street (OWS), viz https://cs.wikipedia.org/wiki/Occupy_Wall_Street, pozn. překl.

Část první

Základy praxe nenásilí

1.1 Gándhího principy pro každodenní život

Jedna z nejčastějších otázek, která je mi kladena, když mluvím o nenásilné komunikaci, je: *Proč nenásilná?* Lidé často slyší slovo „nenásilný“ jako kombinaci dvou slov – negaci násilí. A protože sami sebe nepovažujeme za násilné, slovo „ne-násilný“ ztrácí intuitivní smysl a připadá nám cizí.

Nějakou dobu to slovo nesesedělo ani mně. Byla jsem spokojenější, když lidé používali sousloví „soucitná komunikace“, protože mi to připadalo pozitivnější. Jako mnoho jiných lidí jsem nevěděla o dlouholeté tradici nenásilí, odkud název konceptu nenásilné komunikace původně pochází. Potom jsem se blíže seznámila s Gándhího prací a s Afroamerickým hnutím za občanská práva¹⁶. V té době jsem si název, který Marshall Rosenberg pro NVC vybral, doslova zamilovala. Tato láska se léty ještě prohloubila. Teď je pro mě nenásilí základním přístupem k životu. Dnes již nejsem ochotna sousloví soucitná komunikace přijmout, protože ve slově „nenásilí“ vidím prvky pravdy a odvahy. Slova „soucit“ ani „láska“ nám neukazují tak jasně to, kolik vnitřní práce je potřeba, abychom si stáli za tím, v co pevně věříme, a současně si udrželi láskyplný přístup. „Nenasilí“, toto nemotorné slovo, je opravdu jediné, o kterém vím, že dokáže obsáhnout tak hluboký a široký význam.

V této části knihy se skrze prizma nenásilné komunikace podíváme na klíčové principy Gándhího přístupu k nenásilí a prozkoumáme, jak mohou být použity v každodenním životě a v souladu s naším přesvědčením. Pouštím se zde do úkolu popsat, jak se nenásilí týká společenské transformace, kterou se budeme zabývat později.

¹⁶ Civil Rights Movement (Hnutí za občanská práva) – série nenásilných protestů v padesátých a šedesátých letech 20. století v USA, kde asi nejznámějším vůdcem byl Martin Luther King, pozn. překl.

Nenásilí jako láska

Slovo „nenásilí“ je nejbližší doslovný překlad sanskrtského slova *ahimsa*, který byl Gándhí schopen najít. V sanskrtu se negace někdy používá v tom smyslu, že daný koncept nebo kvalita jsou příliš důležité nebo veliké na to, aby byly vyjádřeny přímo. *Ahimsa je bezpodmínečná láska*, píše ve své předmluvě ke knize *Gándhí člověk* duchovní učitel a spisovatel indického původu Eknath Easwaran. *Slovo, které překládáme jako „nenásilí“, je centrální i pro buddhismus: Ahimsa, úplná absence násilí ve slově, v činu, ba i v myšlence. To zní negativně, tak jako „nenásilí“ zní pasivně. Ale podobně jako slovo „bezchybný“, ahimsa emanuje dokonalost.* Jako další příklad může posloužit sanskrtské slovo *avera*, což znamená láska a jehož doslovný překlad je „ne-nenávist“¹⁷.

Hinduismus není jediná tradice, která ctí nepojmenovatelné. Judaismus má podobnou praxi. Slovo „Bůh“ je v hebrejštině nevyslovitelné, skládá se pouze ze souhlásek a neexistuje žádný návod, jak ho vyslovit. Některé věci se slovům vymykají. Nenásilí je jednou z nich.

Gándhí při své práci často používal ještě jedno slovo – *satyagraha*, což se dá přeložit jako „síla pravdy“. Jindy použil výraz „síla ducha“. Ať už však Gándhí používal jakýkoliv výraz jasně řekl, že nenásilí je síla pozitivní, nikoli negativní.

Satyagraha znamená „držet se pravdy v každé situaci“. Je to ahimsa, což je víc než pouhá absence násilí, je to intenzivní láska.

Eknath Easwaran, *Gandhi the Man*¹⁸

Satyagrahi¹⁹ má nekonečnou trpělivost, nesmírnou víru v ostatní, hodně naděje...

Mahátma Gándhí, *Young India*²⁰ (19. 3. 1931)

Proč jsou nenásilí a láska vnímány jako to samé? Je zřejmé, že tato láska se liší od lásky, která se v některých případech stala impulzem pro velké násilí (vzpomeňte si třeba na Othella). Jaká je to láska?

17 V originále „no-hatred“, pozn. překl.

18 *Gándhí člověk*, pozn. překl.

19 *Člověk praktikující satyagrahu*, pozn. překl.

20 *Mladá Indie*, týdeník vydávaný Gándhím v letech 1919–1932, pozn. překl.

Připadá mi, že Ježíš, Gándhí, Rosenberg – i mnozí z nás, kteří krácejí ve šlépějích jejich dědictví a snaží se o praktikování principů nenásilí a nenásilné komunikace – vnímali a vnímají lásku jako bezpodmínečné, radikální *přijetí lidskosti každého člověka* bez ohledu na to, jak nespokojeni jsme s jeho počínáním, jeho slovy nebo myšlením.

A Gándhí skutečně řekl: „O nenásilí můžeme hovořit pouze tehdy, když milujeme i ty, kteří nás nenávidí.“²¹ Tato slova se nápadně podobají klíčovému principu učení Ježíše Krista: *Milujte své nepřátele a modlete se za ty, kdo vás pronásledují* (Matouš, 5:44). Oba promlouvají k vizi našeho srdce, které je otevřené každému, zvláště pak našim „nepřátelům“. I Marshall Rosenberg, zakladatel NVC, potvrdil podobné tvrzení, když řekl, že koncept nenásilné komunikace vyvstal z jeho snahy pochopit, co je to láska.

Já sama chápu tuto lásku jako předsevzetí chovat se takovým způsobem, který vyzvedává, nebo přinejmenším podporuje, lidskost každého z nás. To znamená pečovat o blaho druhého, i když máme opačný postoj, i když jsou v sázce i ty nejcennější hodnoty. Toto je jedna z podstatných kvalit, kterou nenásilí představuje.

Všechno ostatní vyplývá z tohoto principu. Připomíná mi to jeden z talmudských příběhů o pohanovi, který přišel za Hilelem, jedním ze slavných rabínů, a požádal ho, aby ho naučil Tóru, zatímco bude stát na jedné noze – což byl navyklý způsob, jak požádat o extrémně krátký souhrn. Hilel údajně odpověděl: „Co sám nenávidíš, nedělej jiným. To je celá Tóra. Zbytek jsou jen dodatky. Jdi a uč se to.“ Podobně lze na oba přístupy – jak na Gándhího nenásilí, tak na nenásilnou komunikaci – pohlížet jako na prohlubování tohoto klíčového principu: ať je situace jakákoliv a bez ohledu na vše ostatní, jsme odhodláni pečovat o blaho všech.

Praxe NVC, má vlastní cesta, dává tomuto předsevzetí konkrétní formu. Do transformace strachu a morálního posuzování zapojujeme svá srdce, zaměřujeme na ni své vědomí a věnujeme jí aktivní pozornost. Pronikáme do prostoru za našimi návyky a zkoumáme je, abychom pochopili své potřeby a zjistili, které touhy, sny a hodnoty spoluvytvářejí naše reakce na druhých. To nám umožňuje dotknout se srdcí druhých a udržet si vlastní srdce otevřené jejich potřebám. Když s plnou empatickou přítomností dokážeme vyslechnout druhé, jejich prvotní, neredukovatelná lidskost zazáří naplno. Považuji tuto základní kvalitu

.....
²¹ Viz *Gandhi the Man* (Gándhí člověk, pozn. překl.).

otevřeného srdce a péče o blaho druhého, bez ohledu na jeho nebo její činy, za ústřední součást lásky, kterou chci žít.

Zatímco píšu tyto řádky a poslouchám dojemnou hudbu, naplňuje mě hoře, že taková láska nám v dnešní době jde spíše proti srsti. Ve „vodách“ dnešní dominantní kultury si lásku spíše přisvojujeme anebo ji krotíme a vymezujeme. Láska, o které zde píšu – základní láska nenásilí –, boří všechny bariéry mezi lidmi, jde přímo proti odcizení a staví všechny na roveň.

Věřím také, že tato schopnost milovat je jádrem všeho, co je potřebné pro ten druh transformace, který mě tak vášnivě přitahuje. V poslední části knihy tuto vizi podrobně popisují. Budu pro tuto vizi prozatím používat frázi Shariffa Abdullaha, která mnohé z nás tak oslovuje: svět, který se stará o potřeby všech. Z velké části tuto knihu píšu jako pozvání pro každého čtenáře, aby se s touto vizí seznámil a uchopil do rukou moc²², která takový svět může vytvořit.

Již jsem to nejednou vyjádřila – s pokorou chci říci, že nevím, jak se k takové vizi dopracovat, a nemám na tuto otázku skoro žádné odpovědi. Myslím si, že to platí pro nás pro všechny. Domnívám se, že není možné změnu „naplánovat“. Jsem však přesvědčena, že je možné vytvořit infrastrukturu, vybudovat vztahy a vyvinout strategické myšlení, které nás na případné příležitosti ke změně připraví. Více k tomu později. Teď chci vizi a sociální změnu pouze propojit s láskou, protože mám hluboký, intuitivní pocit, že láska je pro takovou změnu absolutně nevyhnutelná.

Abych trochu osvětlila, s čím se zde snažím vypořádat: pomáhá mi, když pomyslím na to, jak obtížné je transformovat třeba jen jeden vztah mezi dvěma lidmi. Je mi jasné, že pokud jsou oba protagonisté odhodláni pečovat o blaho druhého a když mají oba potřebné dovednosti k tomu, aby své odhodlání dokázali přeměnit na praktické kroky, potom každý z nich potřebuje pouze polovinu potřebné dovednosti a polovinu potřebné lásky. Mám tendenci věřit tomu, že všichni jsme se narodili s dostatečnými vnitřními zdroji k tomu, abychom mohli „hrát takovou hru“ – pokud i všichni ostatní jsou schopni ji „hrát“. Téměř všichni máme za takových podmínek dost lásky a dost dovedností. Jako extrapolaci si potom mohu představit, že skoro všichni by mohli pečovat o potřeby vlastní i o potřeby druhých – pokud by to tak dělali i všichni ostatní.

22 Miki Kashtan definuje moc jako schopnost mobilizovat vnitřní nebo vnější zdroje. Moc tedy vnímá jako základní lidskou potřebu a chce, abychom ji měli úplně všichni. Miki odlišuje moc samotnou od jejího použití. Používat ji lze jak pouze k vlastnímu prospěchu, tak i ku prospěchu všech – včetně nás samých, pozn. překl.

Jestliže je však k péči o druhého odhodlán jen jeden z dvojice, potřebuje dvojnásobek lásky a dvojnásobek dovednosti, aby dokázal vykompenzovat nedostatek na straně toho druhého. Není to nemožné, je to jen o mnoho těžší. Být v takovém vztahu znamená, že je nutné milovat za oba. Je nutné mít i dovednosti za oba. Většina z nás tolik lásky a dovednosti nemá.

Když to zevšeobecním, jedná se o situaci, do které jsme se skoro všichni narodili. Narodili jsme se do světa, v němž většina lidí nepohlíží na konflikty jako na dilemata, na kterých pracujeme společně. Takové podmínky vyžadují výjimečné dovednosti, výjimečnou schopnost milovat a výjimečnou odolnost, abychom se mohli vůbec pokusit žít v souladu s vizí světa, který se stará o potřeby všech.

V tomto spatřuji dilema transformace světa: můžeme najít a vypěstovat dostatek lásky a dovednosti k tomu, abychom mohli udělat to, co je potřeba? Milovat druhé a milovat i za ty, kteří ke své lásce ztratili přístup? Může si dostatečný počet lidí vypěstovat dostatečnou kapacitu, odolnost a dovednost stát vzpřímeně „ve větru“ nedůvěry, odsuzování, ba i fyzického násilí a udržet si svůj láskyplný postoj?

Věřím tomu. Je to bezpochyby velice těžké. A přece tomu věřím.

Vidím okolo sebe víc a víc lidí, kteří se stávají agenty lásky, aniž by věřili ve férovost, ve „správnou“ a „nesprávnou“, bez fixace na výsledek a s plnou vášní a s přesvědčením o společné vizi.²³ Namísto těchto tragických kategorií může být naše láska motivována naší výsadou (vidět, co mnozí jiní nevidí) a pocitem štěstí, že se nám dostalo daru uvědomění. Může být motivována naší touhou sdílet tento dar s ostatními, touhou vyplnit mezery v magickém poli lásky, dokud jí nebudou schopni i ostatní – a to všechno, aniž bychom zlomili hůl sami nad sebou.

Poslední bod je pro mě klíčový. Lásku na vlastní úkor nepovažuji za pravou lásku. Když se otevřeme tak hluboké lásce, může nás to svádět ke ztrátě důvěry vůči schopnostem ostatních. Můžeme si myslet: *Ten druhý už milovat nedokáže a to znamená, že mu prostě dám, co chce*. Můžeme se tak dostat do začarovaného

23 Protože Gándhí používal slova jako „bitva“, „správný“ a „zlo“, chci toto téma trochu rozvést. Mohu se zde spolehnout na svou vlastní intuici, podpořenou četbou o Gándhím. Myslím si, že tato zjevná divergence vyrůstá ze dvou zdrojů. Jedním z nich je, že v kontextu toho, co Gándhí dělal – což byly viditelné a veřejné kampaně, kde každé slovo, které použil, bylo vybráno tak, aby mu pomohlo při jeho snahách –, bylo absolutně klíčové, aby mu druzí rozuměli. Druhý zdroj spočívá možná v tom, že takový pohled na nenásilí, který představil až Marshall Rosenberg a který se opírá o opravdovou absenci morálního posuzování (Marshall zde odlišoval morální posuzování od posuzování stavu našich potřeb nebo jině druhy posuzování, jako např. jak daleko od nás je příjíždějící auto apod.), nebyl v té době Gándhímu k dispozici. Navzdory výběru jeho slov nemám pochyb o tom, že by neměl výhrady k tomu, co zde píši ohledně toho, co nenásilí znamená, obzvlášť pak v kontextu každodenního života.

kruhu nekonečného empatizování, naslouchání, věnování se potřebám toho druhého a zcela se tak vyčerpat a nevědomě v sobě pěstovat skrytý hněv. Opravdová láska, aspoň pro mě, znamená respektovat druhého do takové míry, abychom byli schopni důvěřovat, že někde uvnitř, možná pod mnoha vrstvami traumat a návyků, má každý z nás schopnost milovat jiné – včetně nás samých. Přeji si, abychom pro tuto lásku vytvářeli příležitosti a ohleduplně ji zvali mezi sebe, když vycítíme příležitost – bez ohledu na to jak dalece se nám či ostatním daný jedinec odcizil. Vybízet druhé, aby se otevřeli, aby si nás vyslechli, aby se chopili příležitosti, je bezpochyby stejně důležité jako jim naslouchat a porozumět jim. Pokaždé když nad někým druhým zlomíme hůl a pomyslíme si, že lásky již není schopen, lásku tím oslabujeme – už jen proto, že má láska pomáhá druhým najít jejich vlastní srdce.

Uvědomuji si, že po nás všech vyžadují opravdu hodně. Jednoduše nechci dělat žádné kompromisy, když přijde na vizi toho, co je možné. Chci, abychom k sobě všichni zůstali citliví a dokázali se plně přijmout i s našimi omezenými schopnostmi a kapacitou – aniž bychom si mysleli, že to už nikdy nebude jiné. Chci se přijmout v bodě, v němž se zrovna nacházím, a nechat své srdce a touhu otevřené větší a větší lásce, dokud jí nebude dost na to, aby se věci opravdu změnily.

Nenásilí jako odvaha

Historie nenásilí je plná příkladů lidí ochotných snášet extrémní následky, aby žili v souladu se svými hodnotami. Zvláště pak Gándhího tradice zahrnuje ochotu zemřít pro zachování nenásilného postoje i v případech odporu vůči takovým strukturám moci, které neváhají násilí použít.

Tak jak se člověk musí naučit zabít, když se připravuje na násilí, tak se člověk musí naučit umírat ve své přípravě na nenásilí. Nenásilí neznamena osvobození se od strachu, ale spíše hledání cest, jak bojovat s jeho příčinou. Na druhé straně – nenásilí nemá důvod ke strachu. Ten, kdo nepřekonal všechen strach, nemůže praktikovat ahimsu.

Jivatram Bhagwandas Kripalani, *All Men are Brothers*²⁴

I za cenu svého života – musím se podrobit zákonu lásky.

Mahátma Gándhí, *Golden Treasury of Wisdom*²⁵

On či ona by neměli dělat to, o čem ví, že je nesprávné, ale snášet následky, ať jsou jakékoliv – toto je klíč k užívání síly ducha.

Mahátma Gándhí, *Hind Svarádž*²⁶

Když se podíváme hlouběji, uvidíme, že je to naše vnitřní odezva na okolnosti, jmenovitě na náš strach, jenž nám neustále brání konat podle naší vnitřní pravdy. Pochybuji, že Gándhí se snažil říct, že musíme žít *beze* strachu. Věřím spíše tomu, že se zaměřoval na ochotu strach *překonávat*. Když si Gándhího výroky pozorně přečteme, jsme schopni vidět, že to, co odvahu stimuluje, je přesvědčení o pravdě a snaha konat v souladu s tím, v co věříme, spojené s trvalou důvěrou v moc lásky. Intenzita lásky a předsevzetí milovat slouží jako plamen schopný propálit se skrze vrstvu strachu. Tato láska je zcela nezávislá na chování druhých. Taková láska přežívá i násilí vůči sobě samým.

24 Všichni lidé jsou bratři, pozn. překl.

25 Pokladnice moudrosti, pozn. překl.

26 Indická samospráva, pozn. překl.

Strach samotný s praktikováním nenásilí nemizí. Co se však mění, je naše schopnost strach snášet a navzdory strachu stále volit lásku a odvahu. S přibývajícími zkušenostmi a odhodláním se k chování ze strachu uchylujeme stále méně.

A opravdu, Gándhí, který se neúnavně pokoušel žít podle principů vlastního učení, se při uskutečňování svých plánů znovu a znovu vystavoval nebezpečným situacím. Například v průběhu občanské války, která vypukla ke konci kampaně za nezávislost mezi hinduisty a muslimy, Gándhí (ve svých sedmdesáti letech) procházel těmi nejnebezpečnějšími a nejnásilnějšími zónami (ve státu Bihár a oblasti Noakhali), aby „žil pravdu, kterou přinášel“.

Není vyloučeno, že budeme muset vydržet všechna příkoří, která si dovedeme představit, a před tím, než se k čemu zavážeme, je moudré si uvědomit, co vše, a mnohem víc, budeme muset přetřpět...

Ekhnath Easwaran, *Gandhi the Man*²⁷

Praxe nenásilné komunikace aplikuje principy nenásilí primárně na vztahy mezi jednotlivci a na dialog. Málokdo z těch, kteří ji používají, se dostává do života nebezpečných situací. Bez ohledu na to, zda jsme fyzicky ohrožováni nebo ne, nás praxe NVC vyzývá k hluboké emocionální zranitelnosti. Je to právě naše emocionální já, které může být „zraněno“ nebo může „zemřít“, když se při interakcích s jinými otevřeme lásce a pravdě.

V mnoha z nás tyto interakce stimulují intenzivní strach, který *prožíváme* jako ohrožení života. Například když nás někdo ve všedním životě tvrdě odsuzuje, velice nás to na životě pravděpodobně neohrožuje, a přece se často vzepneme k tak silné obraně, jako by v sázce byl náš život. Zůstat otevřený, klidný, ba i milující a zvědavý tváří v tvář kriticismu, obviňování a odsuzování vyžaduje mnoho praxe. A je to právě praxe, která nás může dovést k bezpodmínečné lásce, kterou nenásilí vyjadřuje.

Praxe otevření se čemukoliv, co nás může potkat, má i jeden nečekaný užitek. Postupně se naučíme, že naše emocionální já ve skutečnosti ohroženo *není*. Naše duše, naše lidská podstata, pravda o tom, kdo jsme, jsou častým vystavováním se zranitelnosti významně posílněny.

.....
27 Gándhí člověk, pozn. překl.