

Jóga Vasišta Sára

ESENCE JÓGY VASIŠTY

(zveřejněno na www.rudolfskarnitzl.cz)

Jóga Vasišta je starobylé advaitické pojednání o stezce vedoucí k poznání Sebe Sama.

Vycházela v The Mountain Path, později ji vydal Ramanášram souborně tiskem v angličtině.

Praxe jejího učení vede přímo k poznání Skutečnosti.

Vydavatel: Šrí Ramanášramam, P. O.

Tiruvannamalai, 606603

South India

Přeloženo pouze pro soukromou potřebu.

JÓGA VASIŠŤ A SÁRA

Kapitola první

Oproštěnost od žádostivosti

- 1) Buď pozdravena ty klidná záře, nekonečná a neomezená prostorem, časem apod., ty čiré Vědomí, poznatelné jen zkušeností.
- 2) Ten, kdo je zcela neznalý, ani ten, kdo zná Pravdu, není způsobilý studovat toto dílo. Způsobilý je jen ten, kdo pociťuje v mysli názor: „Jsem nesvoboden, musím se stát svobodným“.
- 3) Dokud člověku nepožehná nejvyšší Pán, nenajde pravého Gurua, ani správné Písmo.
- 4) Ó Rámo, jako se pevný člun dá získat od člunaře, tak způsob, jak přeplout oceán samsáry, se naučíme jen ve spojení s velkými dušemi.
- 5) Mocným lékem na dlouhodobou nemoc samsáry je zkoumání „Kdo jsem já?“, „Komu přísluší tato samsára?“, což ji zcela vyléčí.
- 6) Ani den by se neměl strávit na místě, kde neroste strom moudrého znalce Pravdy, bohatý lahodnými plody a chladivým stínem.
- 7) Mudrce je třeba vyhledávat. A i když neučí, pak i to, co řekne v lehkém tónu, obsahuje moudrost.
- 8) Společnost mudrců mění prázdnotu v plnost, smrt v nesmrtelnost a neštěstí ve štěstí.
- 9) Kdyby se mudrci starali jen o své vlastní štěstí, kde by hledali útočiště ti, kdo jsou sužováni žalem samsáry?
- 10) Ó dobrá duše, pravému žáku, který dosáhl bezžádostivosti, je předávána opravdová moudrost; to je pravým smyslem svatých textů.
- 11) Obvyklou metodou vyučování se pouze zachovává tradice. Čiré uvědomování pochází pouze z jasného porozumění žáka.
- 12) Pána nelze spatřit pomocí svatých textů, ani pomocí Gurua. Své pravé Já uzříme jen pomocí čirého intelektu.
- 13) Všechny dovednosti, které člověk nabyt, ztrácí, když je nepoužívá, ale umění moudrosti, jednou nabyté, roste neustále.
- 14) Nosíme náhrdelník kolem krku, ale v zapomnětlivosti jej považujeme za ztracený, a až když si

svou chybu uvědomíme, je znovu náš. Podobně tomu pomocí slov Gurua (když rozptýlil naši nevědomost) nalézáme své pravé Já.

- 15) Opravdu nešťastný je člověk, když nezná své vlastní pravé Já a raduje se ze smyslových požitků. Takový se podobá tomu, kdo si příliš pozdě uvědomil, že jídlo, které pozřel, bylo otrávené.
- 16) Zvrácený člověk je ten, který i potom, co poznal, že světské objekty jsou klamné, stále ještě na ně myslí. To je osel, ne člověk.
- 17) I ta nejnepatrnější myšlenka utápí člověka v žalu; je-li prost myšlenek, zakouší nekonečné blaho.
- 18) Jak ve snu, trvajícím hodinu, klamně prožíváme stovky let, tak také zakoušíme hru máji v bdělém stavu.
- 19) Ten člověk je šťastný, jehož mysl spočívá v klidném nitru, oproštěn od připoutanosti a nenávisti a pohlíží na svět jako pouhý divák.
- 20) Kdo dobře porozuměl, jak se vzdát všech myšlenek na přijímání a odmítání, a který realizoval Vědomí v samém nitru srdce, ten žije osvícený život.
- 21) Při rozpuštění těla přestává existovat pouze prostor (vědomí) omezený srdcem. Lidé zbytečně naříkají, že pravé Já vyhaslo.
- 22) Když se rozbije džbán, prostor, který byl uvnitř, splyne s neomezeným prostorem. Podobně, když přestane existovat tělo, pravé Já zůstává věčné a nedotčené.
- 23) Nikdy a nikde nic neumírá, ani se nerodí. Jedině brahman se klamně jeví ve formě světa.
- 24) Pravé Já přesahuje prostor; je čisté, jemné, neporušené a šťastné. Jak by se mohlo zrodit či zemřít?
- 25) Vše, co zažíváme, je ono Jediné, které je bez počátku, prostředku a konce. O tom nelze říci, že existuje nebo neexistuje. Poznej to a buď šťasten.
- 26) Ó Rámo, opravdu je vznešenější se potulovat ulicemi zavržených a žebrat s hliněnou miskou v ruce, než žít život v nevědomosti.
- 27) Ani nemoc, ani jed či protivenství, nebo cokoliv jiného na světě nezpůsobuje více utrpení, než hloupost zplozená v našich tělech.

Kapitola druhá

Neskutečnost světa

- 1) Jako se ztišil ohromný oceán mléka, když se zastavila hora Mandara, s kterou jej bohové a démóni čeřili, tak i klam samsáry přestává, když je mysl ztišená.
- 2) Samsára vyvstává činností mysli a přestává jejím ztišením. Kontrolou dechu ztiš proto svou mysl i latentní sklony (vásany).
- 3) Tato bezcenná (dosl. vyhaslá) samsára se rodí naší představivostí a zaniká, když představivost není. Je určitě zcela nepodstatná.
- 4) Představou (živého) hada se přestaneme zabývat, když zjistíme, že byl uměle vytvořen, to jest, když je zjištěna pravda. Podobně přestane existovat samsára (když je Pravda realizována), i když se dále projevuje.
- 5) Dlouhověký přelud samsáry je výtvozem oklamané mysli člověka a je příčinou jeho utrpení, když o ní uvažujeme, mizí.
- 6) Ó Rámo, mája přináší potěšení svým vlastním zničením; svou povahou je nevyzpytatelná. Přestává existovat, když ji pozorujeme.
- 7) Milý hochu, májá je vskutku skvělá, když klame celý svět. Její zásluhou si neuvědomujeme své pravé Já, i když prostupuje všemi částmi těla.
- 8) Vše, co vidíme, ve skutečnosti neexistuje. Je to jako mýtické město Gandharvů; jen klamné zrcadlení podobné fata morgáně.
- 9) To, co nevidíme, ačkoliv se to nachází v našem nitru, je věčné a nezničitelné pravé Já.
- 10) Tak jako stromy na břehu jezera se zrcadlí ve vodě, tak podobně se nejrůznější objekty odrážejí v nekonečném zrcadle našeho Vědomí.
- 11) Stvoření je pouhou hrou Vědomí, vyvstává podobně jako klamný přelud hada, viděný v laně (při nevědomosti) a mizí při pravém poznání.
- 12) Ačkoliv nesvoboda ve skutečnosti neexistuje, je silná pro touhy po radostech světa; když se tyto touhy utiší, nesvoboda slábne.
- 13) Jako se vlny vzdýmají na hladině oceánu, neklidná mysl vystupuje z rozlehlého a neproměnného prostoru svrchovaného Já.
- 14) Tato magická podívaná světa se promítá do stavu bdění stálým samovolným tvořením představ.

- 15) Tento svět, ač neskutečný, se jeví jako skutečný, je příčinou celoživotního utrpení nevědomých lidí, podobně jako neexistující strašidlo je příčinou strachu dítěte.
- 16) Kdo nemá pojem o zlatě, vidí jen náramek. Vůbec si neuvědomuje, že je to pouhé zlato.
- 17) Podobně jako jsou domy, hory, hadi apod. oddělenými předměty v očích nevědomého, tak z absolutního hlediska tento objektivní svět je sám o sobě subjektem pravého Já a není od Něj oddělen.
- 18) Svět je pln utrpení pro nevědomého a plný blaženosti pro moudrého. Svět je temnotou slepému a plný světla pro vidoucího.
- 19) Blaženost narůstá tomu, který zavrhl samsáru a vzdal se všech mentálních představ. Tomu blaho narůstá.
- 20) Jako se na jasné obloze náhle objeví mraky a stejně neočekávaně se rozpustí, tak celý vesmír se objevuje v pravém Já a zase se v Něm rozpouští.
- 21) Ten, kdo nepokládá paprsky slunce za rozdílné od slunce a uvědomuje si, že jsou slunce samo, o něm možno říci, že je nirvikalpa, člověk nečinící rozdílů.
- 22) Jako látka, když ji pečlivě zkoumáme, se jeví jako nitě, tak i tento svět, je-li zkoumán, se jeví jako pravé Já.
- 23) Tento fascinující svět vyvstává jako vlna na ambróziovém oceánu Vědomí a opět se v něm rozplývá. Jak by mohl být v době svého trvání odlišný od Vědomí?
- 24) Jako pěna, vlny, rosa a bubliny nejsou ničím jiným než voda, tak i tento svět, který povstal z pravého Já, není ničím jiným, než pravé Já.
- 25) Tak jako strom se svými větvemi, plody, listy, liánami, květy, větvemi a kořeny existuje v semeni stromu, tak i tento projevený svět je obsažen v brahman.
- 26) Tak jako džbán se nakonec stává opět hlinou, vlny vodou, zlaté ozdoby zlatem, tak i tento svět, který povstal z pravého Já, se nakonec vrací v pravé Já.
- 27) Člověk vidí hada v laně, když nerozpozná pravdu. Pozná-li lano, had zmizí. Podobně se projevuje svět, když člověk nepoznává pravé Já. Svět zmizí, jakmile je poznáno pravé Já.
- 28) Příčinou objevení se světa je naše zapomínání na neviditelné Já, podobně jako když si nejsme vědomi lana a vidíme hada.
- 29) Jako sen se stane v bdělém stavu neskutečný a naopak bdělý stav je neskutečný ve snu, tak také smrt se stává neskutečnou při zrození, a zrození je neskutečné ve smrti.

30) Toto vše tedy není ani skutečné, ani neskutečné. Jsou to účinky klamu, pouhé dojmy, pramenící z dávných zkušeností.

Kapitola třetí
Znaky osvobozeného (džívanmukty)

- 1) Poznání pravého Já je plamenem, který spálí suchou trávu tužeb. To se nazývá samádhi a není to pouhé mlčení.
- 2) Ten, kdo si je vědom, že celý vesmír není ničím jiným než Vědomím, zůstává zcela klidný, je chráněn štítem brahman a je šťastný.
- 3) Jogín, který dosáhl stavu, který je nade vším, zůstává stále chladný jako měsíc v úplňku, je opravdu nejvyšším Pánem.
- 4) Ten, jehož nejvnitřnější Srdce je odrazem smyslu upanišad, pojednávajících o brahman, a není pohnut radostí ani žalem, nezná soužení samsáry.
- 5) Jako ptáci a zvířata nehledají úkryt na hoře zalité plameny, tak i zlé myšlenky se nikdy nenaskytnou u znalce brahman.
- 6) Také mudrc, podobně jako hlupák, občas rozhněvá jiné (ale dělá to jen proto), aby vyzkoušel svou schopnost kontrolovat své vrozené pocity (tedy, aby zjistil, jak dalece se ho dotkne zloba jiných lidí).
- 7) Tak jako přetrvává po určitou dobu chvění těla, způsobené (imaginárním) hadem i poté, kdy si uvědomíme, že had není, tak také účinek klamu přetrvává (po určitou dobu), dokonce i po rozpuštění všech iluzí.
- 8) Jako krystal není poskrvněn tím, co se v něm odráží, tak také znalec Pravdy není ve skutečnosti dotčen výsledky svých činů.
- 9) I když se znalec Pravdy zabývá vnějšími činnostmi, zůstává vždy introvertní a naprosto klidný, jako ten, kdo spí.
- 10) Jogíni konají svou práci v pevném přesvědčení o nedvojnosti a v dokonalém mentálním míru a vidí svět jako sen.
- 11) Když k znalci Pravdy přijde smrt dnes nebo na konci věků, zůstává neposkrvněný jako zlato, ponořené do bahna.
- 12) Může odložit své tělo v Kashi, nebo v příbytku nedotknutelných (dosl. toho, kdo požívá psí maso). Je bez žádostí a je svobodný od okamžiku, kdy dosáhl poznání brahman.
- 13) Ó Rámo, ten, kdo je bez tužeb, tomu je svět bezvýznamný jako otisk kravského kopyta, hora Meru je pouhou kupkou, prostor tím, co obsahuje rakev a tři světy jsou mu stéblem trávy.

- 14) Znalec Pravdy je jako prázdná nádoba v prostoru, a je prázdný uvnitř i vně, současně je plný uvnitř i vně, jako nádoba ponořená do moře.
- 15) Ten, kdo k viděným předmětům nechová libost ani nelibost a kdo jedná (ve světě) jako spící, takový je osvobozený člověk.
- 16) Ten, kdo se zbavil uzlů tužeb a jehož pochybnosti jsou rozptýleny, je svobodný, i když zůstává v těle (dživanmukta). Byť se zdá, že není svobodný, je volný. Je jako lampa na obrázku.
- 17) Ten, kdo lehce (dosl. žertem) odhodil všechny své egoistické sklony a vzdal se dokonce i předmětu meditace, je svoboden, i když je v těle.
- 18) Ten, kdo podobně jako slepec nepoznává (dosl. nechává daleko vzadu) své příbuzné, kdo se hrozí připoutanosti jako hada, kdo nahlíží na smyslová potěšení a nemoci stejně, kdo si nevšímá společnosti žen, jako by to byla stébla trávy, a kdo neshledává rozdíl mezi přítelem a nepřítelem, zakouší štěstí v tomto světě i v příštím.
- 19) Kdo z mysli vypudil všechny objekty smyslového vnímání a dosáhl dokonalý klid, zůstává tichý jako prostor a není dotčen strastí, je osvobozen - je Nejvyšším Pánem.
- 20) Vznešený člověk, jehož tužby srdce ustaly, je svobodný, nezáleží na tom, zda medituje či nikoli, nebo zda je činný či nečinný.
- 21) Představa pravého Já v ne-Já je nesvobodou. Upuštění od ní je osvobozením. Pro věčně volné pravé Já není ani svobody ani osvobození.
- 22) Uvědoměním, že objekty vnímání ve skutečnosti neexistují, je mysl od těchto objektů úplně vysvobozena, z čehož vyplývá svrchované blaho osvobození.
- 23) Oproštění se od všech skrytých tendencí je nejlepším (skutečným) osvobozením; je také bezchybnou metodou (jak získat osvobození).
- 24) Osvobození není v nebi, ani v pekle či na zemi; vyhasnutí mysli, které je výsledkem vykořenění všech tužeb, se považuje za osvobození.
- 25) Ó Rámo, není intelekt, neznalost či mysl a není také individuální duše (džíva). To vše jsou jen představy brahman.
- 26) Ten, kdo je upevněn v nekonečném čirém Vědomí, Blahu a nepodmíněné nedvojnosti, pro toho není nesvoboda ani osvobození, protože vidí, že neexistuje nic jiného.
- 27) Ó Rámo, mysl si svou vlastní aktivitou sil vytvořila nesvobodu; když je klidná, je svobodná.

Kapitola čtvrtá
Rozpuštění mysli

- 1) Vědomí, které je nedělené, představuje si žádoucí objekty a žene se za nimi. Takové je pak známo jako mysl.
- 2) Z všudypřítomného a všemohoucího Nejvyššího Pána, jako vlnky ve vodě, povstala schopnost si představovat jednotlivé objekty.
- 3) Tak jako týž vítr, který rozdmychává plameny ohně, jej opět uhasí, tak to, co se zrodilo představivostí, představivost opět zničí.
- 4) Mysl vznikla představivostí vlivem zapomenutí. Podobně prožitek vlastní smrti ve snu přestává existovat, když je zkoumána.
- 5) Představy pravého Já v tom, co je ne-Já, vznikají na základě nesprávného pochopení. Mysl, Ó Rámo, je ideou skutečnosti v neskutečném.
- 6) „To je on“, „já jsem to“, „to je moje“, takové myšlenky tvoří mysl; mizí, když člověk hloubá o těchto klamných myšlenkách.
- 7) Přírozeností mysli je některé věci přijímat a jiné odmítat; to není nic jiného než nesvoboda.
- 8) Mysl je tvůrcem světa; mysl je jedincem; jen to, co je vykonáno myslí, je považováno za vykonané, nikoliv to, co je vykonáno tělem. Paže, kterou muž objímá svou ženu, je táž paže, kterou objímá svou dceru.
- 9) Mysl je příčinou (tj. tvorbou) vnímaných objektů. Tři světy jsou na ní závislé. Když je mysl rozpuštěna, svět je také rozpuštěn. K její očistě je třeba úsilí.
- 10) Nesvoboda mysli tvoří latentní dojmy (vásany). Pokud nejsou dojmy, je mysl osvobozená. Ó Rámo, přivod' rozlišováním rychle stav bez vásan.
- 11) Tak, jako pruh mraku poskvřňuje (zdá se, že poskvřňuje) měsíc a kaňka zeď, podobně zlý duch žádosti poskvřňuje duši člověka.
- 12) Ó Rámo, ten, kdo dovnitř obrácenou myslí obětuje všechny tři světy, jako by byly suchou trávou, jako zápalnou obětí poznání se osvobozuje od klamu mysli.
- 13) Když člověk poznal pravdu o přijímání a odmítání a na nic nemyslí, ale spočívá v sobě samém a vzdává se všeho, toho mysl zůstává nečinná.
- 14) Mysl je strašná v bdělém stavu, jemná ve snění a hloupá v hlubokém spánku. Když není

v žádném z těch tří stavů, je mrtvá.

- 15) Jako prášek semene Kataka, když sráží nečistoty, splyne s vodou, tak i mysl (po odstranění všech dojmů) se sama vnoří do pravého Já.
- 16) Mysl je samsárou i nesvobodou. Mysl pohání tělo do činnosti asi jako vítr, když otřásá stromem.
- 17) Přemozte mysl se sevřenými dlaněmi, stisknutými zuby a zkroucenými údy.
- 18) Copak hlupák nepocítí hanbu, když chodí světem, jak se mu zlíbí, hovoří o meditaci, a sám ani nedokáže přemoci vlastní mysl?
- 19) Jedinou důležitostí je přemoci vlastní mysl. Její podrobení vede k získání všeho. Není-li podrobena, všechna další úsilí jsou neplodná.
- 20) Zůstat nevyveden z míru je základem blaženosti. Tak dosahujeme osvobození. Podrobí-li si člověk tři světy a nepodrobil svou mysl, jeho vítězství je bezvýznamné jako stéblo trávy.
- 21) Společenství s moudrými, oproštění se od latentních dojmů, sebezkoumání, ovládní dechu - to jsou prostředky k podrobení mysli.
- 22) Člověku s koženou obuví je země taková, jakoby byla potažená kůží. Tak i pro mysl, která je celistvá (tj. nedělená), svět přetéká nektarem.
- 23) Mysl se stává nesvobodnou, když myslí „já nejsem brahman“, ale zcela se osvobodí, když bude myslet „já jsem brahman“.
- 24) Když je mysl překonána (tj. rozpuštěná), je rozpuštěno vše, co je dvojné i jediné. To, co zůstává, je svrchované brahman, míruplné, věčné a prosté utrpení.
- 25) Nic se nevyrovná nejvyšší radosti, již pociťuje člověk čisté mysli, který dosáhl stavu čirého vědomí a překonal smrt.

Kapitola pátá
Zničení latentních dojmů

- 1) Ó Rámo, zkoumání přirozenosti Sebe Sama pomocí „Kdo jsem já?“ je ohněm, který spálí semena stromu zla, jímž je mysl.
- 2) Jako vítr nepohne listovím na obraze, tak ani strádání nepohne tím, jehož porozumění je pevné a posíleno se vždy odráží v zrcadle sebezkoumání.
- 3) Znalci pravdy prohlašují, že zkoumání pravdy o našem pravém Já je poznání. To, co se má poznat, je ve zkoumání přítomno jako sladkost v mléce.
- 4) Ten, kdo zkoumáním realizoval pravé Já, tomu jsou Brahma, Višnu a Šiva jen předměty soucitu.
- 5) Kdo neustále zkoumá „Co je tento rozlehlý vesmír?“ a „Kdo jsem já?“, pro toho se tento svět stane zcela neskutečný.
- 6) Tak jako přelud nevybudí ideu vody u toho, kdo ví, že jde o přelud, tak ani latentní dojmy nevyvstanou tomu, jehož nevědomost byla zničena poznáním, že vše je brahman.
- 7) Rozpuštěním latentních dojmů nebo ovládním dechu mysl přestává být myslí. Používejte tu metodu, která je vám bližší.
- 8) Ó čistá duše, s láskou pečuj o spojení s mudrci a studuj písmo. Získáš stav Nejvyššího Vědomí, ne během měsíců, ale dnů.
- 9) Spojením s mudrci ztratí latentní dojmy svou působnost, člověk se vzdává všech myšlenek na samsáru a je si vědom, že tělo musí zemřít.
- 10) Ó Raghavo, dokonce i neznalý přemění silou svého přesvědčení jed v nektar a nektar v jed.
- 11) Když považujeme své tělo za skutečné, slouží tělesným cílům, ale když však ho vidíme jako neskutečné, stává se nehmotné jako prostor.
- 12) Ó Rámo, leže na měkkém loži, putuješ všemi směry svým snovým tělem, ale teď, když jsi vzhůru, kam se podělo to tělo?
- 13) Jako se vážený muž vyvarovává styku s nedotýkatelnou ženou, která roznáší psí maso, podobně tak bychom měli vyloučit myšlenku „já jsem tělo“, i kdybychom měli ztratit vše.
- 14) Když aspirant (sádhu) myslí jen na brahman a zůstává klidný a oproštěn od žalu, jeho ego pak umírá samo od sebe.
- 15) Jestliže si člověk uvědomuje jednotu všech věcí, zůstává pokojný a niterně chladný a čistý jako

prostor bez pocitu „já“.

- 16) Jestliže jsme vnitřně klidní, bude celý svět také klidný, jsme-li však v nitru naplněni vzrušením, celý svět se stane jedinou žhoucí masou.

Kapitola šestá
Meditace o pravém Já

- 1) Já, čiré, neposkvrněné a nekonečné Vědomí, přesahující máju, pohlíží na své činné tělo jako na tělo někoho jiného.
- 2) Mysl, intelekt, smysly a vše ostatní, všechny jsou hrou Vědomí. Jsou neskutečné a zdají se existovat pouze pro nedostatek vhledu.
- 3) Nedotčen protivenstvím, přítel celého vzkvétajícího světa, bez ideje bytí a nebytí, žiji zbaven neštěstí.
- 4) Jsem nečinný, bez tužeb, jasný jako obloha, prost všeho dychtění, klidný, beztvary, vždy trvající a nehybný.
- 5) Nyní zcela jasně chápu, že pět prvků, tři světy a já sám jsme čiré Vědomí.
- 6) Jsem nad vším; Jsem všude přítomný; Jsem jako prostor; Já jsem to, co skutečně existuje; Jsem neschopen cokoli více říci.
- 7) Ať se pomyslné vlny vesmíru vzdouvají nebo klesají, ve Mně, který Jsem oceánem nekonečného Vědomí, není ani vzrůst ani pokles.
- 8) Jak je obdivuhodné, že ve Mně, v nekonečném oceánu Vědomí, vznikají jako vlny jednotliví dživové (individuální duše), chvíli žijí a zmizí jak je jim vlastní.
- 9) Svět, který vznikl na základě mé nevědomosti, se ve Mně rozpustil. Nyní přímo zakouším svět jako nejvyšší blaho Vědomí.
- 10) Hluboce se klaním Sobě, jenž Jsem ve všem bytí, vždy svobodné pravé Já, přebývajícím jako vnitřní Vědomí.

Kapitola sedmá
Metoda očišťování

- 1) Ó Raghavo, vně buď činný, ale vnitřně nečinný, vně konající, ale vnitřně nekonající, a tak hraj svou roli na tomto světě.
- 2) Ó Raghavo, vzdej se v nitru všech tužeb, osvobod' se od připoutanosti a latentních dojmů a vše vnější prováděj, a tak hraj svou roli na tomto světě.
- 3) Ó Raghavo, osvoj si vnímavý postoj, charakterizovaný vzdáním se všech předmětů kontempace, žij ve svém přirozeném pravém Já a osvobozen ještě během života, takto hraj svou roli v tomto světě.
- 4) Sežehni prales dvojnosti ohněm přesvědčení „Já Jsem jediné čiré Vědomí“ a buď šťasten.
- 5) Ze všech stran jsi pevně svázán představou „já jsem tělo“. Přetni toto pouto mečem poznání „Já Jsem Vědomí“, a buď šťasten.
- 6) Odvrhni připoutanost k ne-Já a považuj svět za nedělitelný celek, soustřed' svou pozornost do nitra a zůstávej jako čiré Vědomí.
- 7) Vždy zůstávej čirým Vědomím, které je tvou stálou, pravou, přirozeností, překračující bdění, snění i hluboký spánek.
- 8) Ó ty mocných paží, buď stále prost od mentálních pojmů, buď jako srdce skály, avšak nikoli necitný jako toto.
- 9) Nebuď tím, co je poznatelné, ani ten, kdo poznává. Vzdej se všech představ a buď tím, čím jsi.
- 10) Odstraň jednu představu druhou a mysl myslí a přebývej v pravém Já. Je to tak obtížné, ó světče?
- 11) Odděl svou mysl, která se rozžhavila svými starostmi, myslí, která je jako ocel, vybroušená studiem písem.
- 12) Ó Raghavo, co máš společného s tímto netečným a němým tělem? Proč se cítíš zbědovaný a bezmocný, když pociťuješ radosti a strasti, kterých je původcem?
- 13) Jaký propastný rozdíl je mezi masem, krví apod. (tvořící tělo) a tebou, vtěleným Vědomím! I když jsi to poznal, proč se nevzdáš myšlenky, že pravé Já je v tomto těle?
- 14) Pouhé poznání, že toto tělo je podobno kusu dřeva nebo hroudě hlíny, umožní člověku uvědomit si svrchované Já.

- 15) A dále je zvláštní, že zatímco skutečné brahman je lidmi zapomínáno, neskutečno, zvané avidjá (nevědomost), se jeví velmi skutečně (dosl. jim mocně hledí do tváře).
- 16) A opět je zvláštní, že zatímco svrchované brahman je lidmi zapomínáno, myšlenka „to je moje“, zvaná avidjá, se jich pevně drží.
- 17) Když konáš práci, konej ji bez přivislosti, jako krystal, který odráží předměty stojící před ním (ale zůstává jimi nedotčen).
- 18) Přesvědčení, že vše je brahman, vede člověka k vysvobození. Proto odmítni ideu dvojnosti, která je nevědomostí. Zcela ji odmítni.

Kapitola osmá
Uctívání pravého Já

- 1) Když se oddělíš od těla a pokojně spočíneš ve Vědomí, staneš se jedno (jedinou Skutečností) a vše ostatní se ti bude jevit nepodstatné jako stébla trávy.
- 2) Když jsi poznal to, čím poznáváme tento svět, stoč svou mysl dovnitř a pak si jasně uvědomíš záři pravého Já.
- 3) Ó Raghavo, to, čím poznáváš zvuky, chutě, tvary a vůně, věz, že to je tvé pravé Já, svrchované brahman, Pán všech Bohů.
- 4) To, v čem bytosti vibrují, to, co je vytváří, je tvé vlastní pravé Já.
- 5) Když jsi na základě úvah zamítl vše, co je „ne-Pravda“ pak co zůstává, je čiré Vědomí, a to považuj za své pravé Já.
- 6) Poznání není od tebe odděleno, a to, co je poznáno, není odděleno od poznání. Proto není nic jiného, než pravé Já, nic, co by bylo od něho oddělené.
- 7) „Vše, co Brahma, Višnu, Šiva, Indra a ostatní stále činí, je činěno mnou - ztělesněným Vědomím“ - takto přemýšlej.
- 8) „Jsem celý vesmír, jsem nehynoucí svrchované Já. Minulost ani budoucnost se nenachází mimo Mne“ - takto uvažuj.
- 9) „Vše je jediné brahman, čiré Vědomí, svrchované Já všeho, nedělitelné a neměnné“ - takto přemítej.
- 10) Ego - já neexistuje, ani nic jiného. Jediné brahman existuje všude, naplněné blažeností - tiše o tom medituj.
- 11) Pocit vnímajícího a vnímaného je společný všem vtěleným bytostem, ale jogín uctívá jediné pravé Já.

Kapitola devátá
Odhalení pravého Já

- 1) Když tento soubor těla, smyslů apod. samovolně jedná, vyvstává myšlenka „to jsem já“. To je ego, potřísněné nečistotou nevědomosti.
- 2) Jestliže nabydeme pevné přesvědčení, že vše je všepromikajícím Vědomím, které se podobá prostoru, pak džíva hasne jako lampa bez oleje.
- 3) Jako popletený brahmán, který zanechal svou vlastní ušlechtilost a žije jako šúdra, tak Pán bere na sebe roli džívy.
- 4) Jako dítě vidí přízrak na základě vlastní představivosti, tak také pošetilý džíva vytváří na základě klamu toto neskutečné tělo a vidí jej (od sebe oddělené).
- 5) Dítě si promítá (skutečného) slona na hliněného, a hraje si s ním; podobně nevědomý člověk promítá na své tělo pravé Já a provádí s ním své činnosti.
- 6) Obraz hada nezbuzuje strach, když si uvědomujeme, že jde o obraz. Podobně, když jasně pochopíme, co je „džíva-had“, pak není žádné utrpení, ani i jeho příčina.
- 7) Had mylně viděný ve věnci s ním splývá. Podobně pocit oddělenosti, vystupující z pravého Já, se noří do pravého Já.
- 8) Ačkoli šperků je mnoho, zlato, z kterých jsou vyrobeny, je jen jedno. Podobně, i když má pravé Já mnoho přívlastků, je jen jedno.
- 9) Nedvojnost se jeví jako dvojnost (mnohost), ve tvaru pohybujících a nehybných předmětů, podobně jako hrnčířská hlína přijímá množství podob (hrnce apod.).
- 10) Jako jediná tvář se zrcadlí v krystalu, ve vodě, rozpuštěném másle, zrcadle jako mnohá, tak také jediné pravé Já se odráží v mnoha intelektech (myslích).
- 11) Jako obloha se zdá být znečištěna prachem, kouřem a mraky, podobně tak čisté pravé Já, ve styku s vlastnostmi máji, se zdá být poskvrněno.
- 12) Jako kov ve styku s ohněm získává vlastnosti ohně (žár), tak i smysly ve styku s pravým Já nabývají kvality pravého Já.
- 13) Jako neviditelný Rahu se stává viditelným ve styku s měsícem, stejně tak pravé Já je poznáváno zažíváním objektů vnímání.
- 14) Když se setká voda s ohněm, předávají si své kvality. Podobně tomu se stane, když pravé Já se

setká s inertním tělem, pravé Já a ne-Já vypadá jako pravé Já.

- 15) Když se oheň setká s širokou vodní plochou, ztrácí své vlastnosti, tak i Vědomí ve styku s neskutečným a netečným předmětem zdánlivě ztrácí svou pravou přirozenost a stává se netečné.
- 16) Pravé Já realizujeme v těle jen s úsilím a námahou, jako cukr z cukrové třtiny, olej ze sezamových semen, oheň ze dřeva, máslo z krávy a železo z rudy.
- 17) Jako obloha viděná v čistém krystalu, tak je viděn svrchovaný Pán, jehož přirozeností je Vědomí, jak existuje ve všech předmětech.
- 18) Jako veliká lampa v nádobě z drahokamů ozařuje svým světlem jak vnitřek, tak vnějšek, tak i pravé Já ozařuje všechno.
- 19) Jako odraz slunce v zrcadle osvětluje okolní předměty, tak také odraz pravého Já v čistém intelektu osvětluje jiné předměty.
- 20) To, v čem se tento obdivuhodný vesmír jeví jako iluze hada v laně, je věčně zářící pravé Já.
- 21) Pravé Já nemá počátku ni konce. Je to neměnné Bytí a Vědomí. Promítá prostor. Je zdrojem džívů a je vyšší než nejvyšší.
- 22) Pravé Já je čiré vědomí, věčné, všudypřítomné, neměnné a samozářící, jako světlo slunce.
- 23) Všudypřítomné pravé Já, podstata všeho, není odlišné od zářícího Vědomí, jako horkost od ohně. Je možné jej zažít zkušeností, nelze jej poznat.
- 24) Čiré Vědomí, které je nad intelektem, svrchované Já, osvětluje vše, to nedělitelné, všeprostupující uvnitř i vně, je pevnou podporou všeho.
- 25) Pravé Já je absolutní Vědomí. Je čirým uvědomováním, neporušitelné, prosté všech myšlenek na přijímání a odmítání a neomezené prostorem, časem a druhem.
- 26) Tak, jako prostor ve vesmíru proniká vším, tak pravé Já, Pán, přebývá netělesně ve všem.
- 27) Vědomí existuje v rozloze země, v ozdobách, v obloze a v slunci, existuje také v červech, ukrytých v ulitách v zemi.
- 28) Není nesvoboda ani osvobození, ani dvojnost či nedvojnost. Je jen brahman, vždy zářící jako Vědomí.
- 29) Uvědomování je brahman; svět je brahman; živly jsou brahman; já jsem brahman; můj nepřítel je brahman; moji přátelé a příbuzní jsou brahman.
- 30) Idea vědomí a objekt vědomí tvoří nesvobodu; volnost od toho je osvobození. Vědomí, předmět

vědomí a vše ostatní je pravé Já. To je jádro všech filozofických systémů.

- 31) Je zde pouze Vědomí. Tento vesmír není nic jiného než Vědomí. Ty jsi Vědomí, já jsem Vědomí; světy jsou Vědomí - to je konečný závěr.
- 32) To, co existuje a co září (tj. je známo, že existuje) je vše pravé Já. Nic jiného, co se zdá, že září, ve skutečnosti neexistuje. Pouze Vědomí září samo od sebe. Ideje poznávajícího a poznaného jsou plané ideje.

Kapitola desátá

Nirvána

- 1) Svrchované Blaho nelze zažívat při styku smyslů s objekty. Svrchovaný stav je ten, ve kterém byla mysl zničena jednobodovým sebezkoumáním.
- 2) Blaho ze smyslových potěšení s předměty je podřadné. Styk s předměty smyslově vnímanými přináší nesvobodu. Oproštění se od něho je osvobození.
- 3) Dosáhni čirý stav mezi Bytím a ne-Bytím a setrvej v něm; nepřijímej ani neodmítej vnější svět.
- 4) Spoléhejte vždy na pravou Skutečnost, která je mezi citným a netečným. Je nekonečným prostorem v Srdci.
- 5) Víra ve znalce a poznané je poutem. Znalec je poután poznaným. Je osvobozený, když není co k poznávání.
- 6) Zanech ideu vidícího, viděného a vidění, spolu s latentními tužbami z minulosti. Medituj o pravém Já, které je prvotním světlem a základem zření.
- 7) Medituj o věčném pravém Já, světlu světla, které se nachází mezi dvěma idejemi Bytím a ne-Bytím.
- 8) Medituj o vědomém pravém Já, které poskytuje plody všech našich myšlenek a osvětluje všechny zářící objekty až po nejzazší hranici všech uznaných objektů.
- 9) Medituj o neměnném pravém Já, naší Skutečnosti, blahu, které vzniká v mysli, na základě těsného sepětí vidícího s viděným.
- 10) Meditujeme-li o stavu, který přichází na konci našeho bdění a na začátku usínání, pak přímo zažíváme neporušenou Blaženost.
- 11) Stav, který je pevný jako skála, ve kterém všechny myšlenky utichly a který je odlišný od stavu bdění a snění, je našim svrchovaným stavem.
- 12) Jako hlína v hliněné nádobě, podobně svrchovaný Pán, který je Bytím a prostoru podobným Vědomím a Blahem, existuje všude neodděleně od předmětů.
- 13) Pravé Já září samo sebou jako jediný neomezený oceán Vědomí, čeržený vlnami myšlenek.
- 14) Jako oceán není nic jiného než voda, celý svět věcí není nic než Vědomí, vyplňující jakoby všemi směry nekonečný prostor.
- 15) Brahman a prostor jsou podobné svou neviditelností, všeprostupností a nezničitelností, ale

brahman je Vědomé.

- 16) Všude je jen jediný klidný a hluboký oceán čistého nektaru, ve skrze sladký, plný blaha.
- 17) To vše je opravdu brahman; to vše je átman. Nerozděluj brahman myšlenkami „já jsem jedna věc“ a toto je jiná.
- 18) Jakmile si uvědomíme, že brahman je všepromikající a nedělitelné, shledáme, že tato nesmírná samsára je svrchovaným Pánem.
- 19) Ten, kdo si uvědomuje, že vše je brahman, se opravdu stane brahman; kdo by se nestal nesmrtelným, kdyby mu bylo dáno pít nektar?
- 20) Jsi-li moudrý, staneš se brahman pomocí takového přesvědčení. Pokud nejsi, navzdory tomu, že je ti to opakovaně říkáno, bude to bez užitku, asi jako když se hází oběť do popele.
- 21) I když dojdete poznání skutečné Pravdy, musíte ji stále procvičovat. Voda se nevyčistí pouhým pojmenováním ovoce, které ji čistí.
- 22) Když má člověk pevné přesvědčení „Já jsem svrchované Já, zvané nepomíjející Vasudéva“, je vysvobozen; jinak zůstává v nesvobodě.
- 23) Když jste vyloučili všechno jako „to ne, to ne“, stav svrchovaného Bytí zůstává, protože ho nelze vyloučit. Meditujte „já jsem To“ a buďte šťastní.
- 24) Stále si uvědomujte, že pravé Já je brahman, jediné a celistvé. Jak může to, co je nedělitelné, být rozděleno na „já jsem meditující“ a „to ostatní je předmět meditace?“
- 25) Když se člověk soustřeďuje na myšlenku „Já jsem čiré Vědomí“, nazývá se to meditací. Když je však i idea meditace zapomenuta, je to samádhi.
- 26) Plynulý tok mentálních pojmů, vztahujících se k brahman, bez pocitu já, dosažený intenzivně prováděným sebekoumáním, se nazývá sampradžhata samádhi (meditace s pojmy).
- 27) Ať bouří poryvy větrů, ohlašující konec věků, ať splynou všechny oceány, ať dvanáct sluncí současně hoří, přesto se nic nestane tomu, jehož mysl vyhasla.
- 28) Vědomí, které je svědkem vzniku a zániku všech bytostí, je nesmrtelným stavem nejvyššího blaha.
- 29) Každá pohybující se či nehybná věc je jen představou mysli. Je-li mysl zničena, dvojnost (mnohost) není vnímána.
- 30) To, co je neměnné, šťastné a tiché, je To, v čem tento svět existuje. To, co se jeví jako proměnné i neproměnné objekty - to je jedinečné Vědomí.

- 31) Než had svlékne kůži, považuje ji za sama sebe. Když ji však jednou ve své díře svlékne, už ji nikdy nepovažuje za vlastní.
- 32) Kdo přesáhl dobro i zlo, podoben dítěti, se nezdržuje zakázaných činů z pocitu hříchu, ani nekoná to, co je předepsáno ve smyslu zásluh.
- 33) Tak jako socha je již obsažená v pilíři (jako kamenný kvádr), i když ještě není opravdu vytesaná, podobně tomu existuje svět v brahman. Proto svrchovaný stav není prázdnem.
- 34) Jako se říká, že v bloku kamene není vytesána socha, tak podobně se říká, že brahman je prázdnem, neobsahuje-li vtisk světa.
- 35) Jako lze říci, že tichá voda obsahuje či neobsahuje vlnky, stejně lze říci, že brahman obsahuje či neobsahuje svět. Není prázdnem ani bytím.