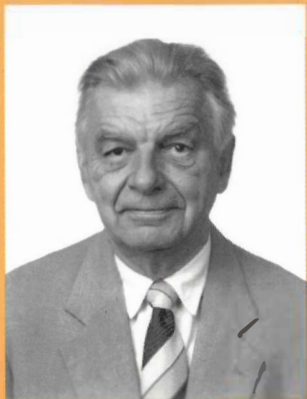




Rudolf Skarnitzl je znám především jako spoluautor první kvalitní knihy o józe, která ovlivnila celou generaci jógových adeptů a byla známa pod názvem „žlutá jóga“.

V množství knih, které dnes vycházejí s cílem orientace a nasměrování našeho duchovního uvědomění, chybí stať o konkrétním poznávání zdrojů našich tužeb a emocí, které nás utvářejí a každým člověkem hýbají.

Problém zkvalitnění mysli, který byl ve „žluté józe“ jenom nastíněn je v tomto díle rozpracován a představuje tak zdařilý pokus o zaplnění této mezery. Problematika gun, iniciátorů našeho chování, je tu ojedinělým způsobem uvedena a přibližuje čtenáři jedinečný přínos indické filozofie. Zainteresovanému čtenáři se tak dostává možnost spolehlivě rozvíjet dobré stránky své osobnosti a opačné eliminovat. Pro hledajícího představuje knížka náplň přípravy na cestu za poznáním.

Současný stav poznání a jeho úroveň u hledajících, společně s žitou praxí a žádostmi čtenářů, návštěvníků kursů a přednášek, které autor pořádá, vedly k doplnění a přepracování prvního vydání. To vyšlo r. 1994 v nakladatelství Melantrich a je zcela rozebráno.

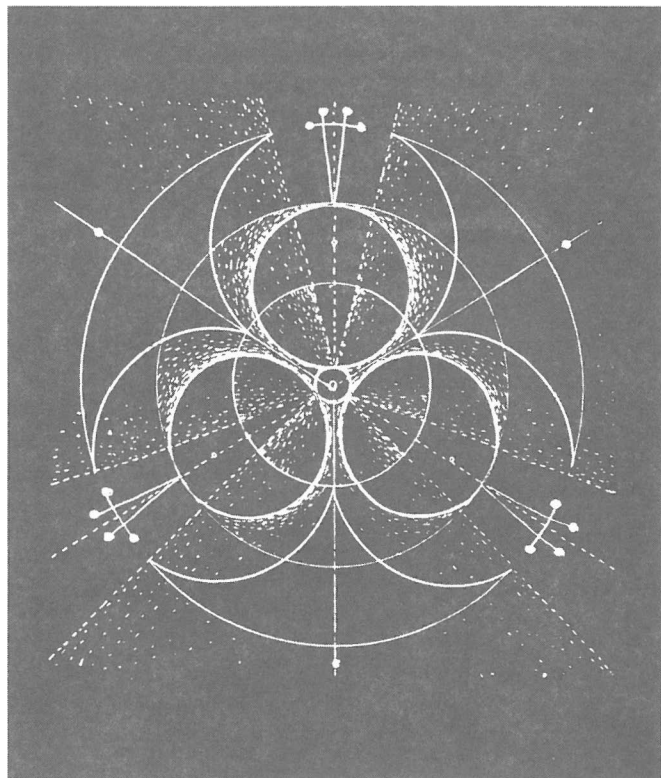
Další prohloubení a rozšíření problematiky, její praktické využití v jógovém systému, najde čtenář v autorově předešlé knize *Úvod do filozofie a praxe jógy*, vydané v r. 1997, a také na četných přednáškách a kursech, které pořádá. V současné době probíhají jednání o využití předkládaných poznatků a metod při spolupráci s některými fakultami Univerzity Karlovy.

POZNÁVÁME SVÉ JÁ

Rudolf Skarnitzl

Onyx





POZNÁVÁME své JÁ

Rudolf Skarnitzl

2. rozšířené vydání

Onyx, Praha 1998

PŘEDMLUVA

Spis PhMr. Rudolfa Skarnitzla „Poznáváme své já“ je plodem mnohaletého bádání a osobního hledání. Představuje v naší literatuře zatím ojedinělý pokus ukázat čtenářům, jaké možnosti pro zdokonalené sebepoznání poskytuje staré indické učení o gunách.

Rudolfa Skarnitzla známe z minulosti z některých jeho prací o indické filozofii. Pravděpodobně nejznámějšími se staly jeho velmi podnětné kapitoly v knize „Jóga od staré Indie k dnešku“, která jako kolektivní dílo čtyř autorů byla s velkým úspěchem vydávána začátkem sedmdesátých let. V době normalizace se autor věnoval přednáškám v kroužcích přátel a zájemců o indickou filozofii, po „sametové“ revoluci ho známe jako autora inspirujících filozofických studií.

Nová Skarnitzlova kniha je dokladem toho, že autor svoji životní filozofii prožil a na vlastním životě odzkoušel. Tím ovšem není řečeno, že je jediným člověkem, který ověřil praktický dosah zde uvedených pouček. Ověřoval si je v dlouhých diskusích s těmi, kdo jeho názory sdíleli a spolu s ním je i realizovali, i s těmi, kdo měli jiné postoje.

Světónázorově stojí Rudolf Skarnitzl na půdě indické filozofie a je ovlivněn především systémem sánkhja, jógou a posléze advaity, jak ji učil Ramana Mahárši. Domnívám se však, že i stoupenec jiné životní filozofie, např. křesťanské, může načerpat z této knihy řadu inspirujících podnětů pro zdokonalení svého vlastního způsobu života.

Autor totiž ve svém spise nejen předkládá a komentuje, ale navíc tvořivě interpretuje staroindické učení o gunách, které z psychologického hlediska představuje jednu z nejstarších osobnostních typologií vůbec. Osobnost každého člověka je podle této starobylé typologie určena vzájemným poměrem tří základních složek své existence, respektive tří základních vlastností – sattvy (dobrotivosti), radžasu (žádostivosti) a tamasu (tuposti).

Učení o gunách bylo v Indii rozvíjeno filozofem Kapilou, zakladatelem školy sánkhja v 6. stol. př. Kr. a je také podepřeno autoritou Bhagavadgítý, pravděpodobně nejslavnější indické knihy vůbec, která má v indické kultuře postavení srovnatelné s Bibli v kultuře křesťanské.

V evropské filozofii nalézáme jakousi vzdálenou paralelu k učení o gunách v Platónově učení o částech duše. Podle Platóna nejvyšší a nejstarší částí duše je rozum, jenž je sídlem ctnosti a moudrosti. Druhá

2. přepracované a rozšířené vydání

Lektorovali:
Prof., PhDr. Libor Míček, CSc.
PhDr. Zdeněk Bígl

© PhMr. Rudolf Skarnitzl, 1994, 1998

ISBN 80-85228-51-3

část duše – mužná neboli vznětlivá je sídlem statečnosti. Třetí část lidské duše představuje žádostivost, která působí disharmonicky a strhává duši k zemi. Platón (427–342 př. Kr.) žil později než Kapila, není však známo, zda sánkhjový systém znal.

Učení o gunách by rozhodně mělo být více povšimnuto v moderní psychologii, především v typologii. Ve většině starších i moderních typologií má každý typ své specifické „výhody“ i „nevýhody“ (typickým příkladem je Hippokratovo, Pavlovem přepracované učení o čtyřech temperamtech). Běžné psychologické typologie postrádají morální dimenzi – z morálního hlediska je vlastně lhostejné, k jakému typu jedinec patří. Není, myslím, bez zajímavosti, že tentýž morální relativismus prostupuje i jiné oblasti psychologie, např. axiologii, kde jsme se ještě do nedávna setkávali občas se svérázným tvrzením, že právě člověk, který si nevytyčuje žádného cíle, tj. nevytyčuje si žádnou hodnotu, za kterou by stálo za to jít, právě ten „dojde nejdále“.

Učení o gunách naproti tomu morálnímu relativismu nepodléhá, neboť má jasně naznačenou hierarchii hodnot. Člověk se má snažit, aby byl proniknut duchem sattvy, tj. dobrotou, láskou, čistotou a má kontrolovat touhu po majetku, moci, slávě (radžas) a zamezit vlivy, které ho strhují k lhostejnosti, pasivitě, tuposti (tamas). Podle učení o gunách je každý člověk na určitém stupínku ve svém duchovním vývoji. Poměr tří základních vlastností není neměnný, není osudově daný a je přímo povinností každého, aby se snažil o ustálení co nejdokonalějšího jejich poměru ve své osobnosti.

Cesta, kterou autor k účelům sebezdokonalování nabízí, je cestou sebezpoznání. Hlavní důraz se přitom klade na zjišťování tendencí radžasu (tj. tužeb a žádostí, případně obav a strachů), které „vládnou“ v mysli pozorovatele. Vychází se z prověřené zkušenosti, že negativní obsahy mysli slabnou, jsou-li správně rozpoznány a je-li k nim zachován postoj kritického pozorovatele, který vidí sama sebe objektivně. Podobně zase kladné obsahy své mysli, jež registrujeme, můžeme vědomě zesílit.

Autorovým osobním přínosem je zdokonalení metod sebezpoznávání. Je zaměřen především na rozpoznání působení gun tamas a radžas, na rozbor tendencí, které tvoří hlavní paletu zájmů osobnosti a které podrobně popisuje.

Kategorizaci jednotlivých tendencí provádí ve shodě s nejnovějšími poznatky psychologie, a to s přihlédnutím k faktu, že tato věda zatím nedospěla k nějakému jednotné uznávanému systému třídění tendencí.

Skarmitzlova metodika sebezpozorování obsahů vlastní mysli se do jisté míry blíží i postupům, kterých užívají buddhisté ve své meditační praxi, jak o tom referuje M. Fryba (Abhidhamma, 1991).

Základní poselství, které Skarmitzlova kniha přináší je, domnívám se toto: ve zmaticích a nejistotách nynější bouřlivé doby, kdy na nás útočí ze všech stran, tj. v rovinách vědomých i podvědomých, volání po materiálním blahobytu, majetku, osobním uznání, slávě, prestiži, kariéře, prosperitě, pohodlí a všemožných požitcích je obzvláště potřebné zeslabit žádostivý až bezohledný tlak tendencí a učinit tak první krok k ovládnutí mysli. Cesta k tomu je v zásadě prostá – rozumná míra zaměření do vlastního nitra, pozorování tendencí vlastní mysli a umožnění většího průniku sattvy.

Již i první kroky na této cestě přinášejí užitečné plody. Obrácení do nitra přináší jistý stupeň zjemnění. Aspirant si na této cestě uvědomí ohromnou cenu dobrých myšlenek. Dochází rovněž k přehodnocení hodnot, člověk se smíří s relativně skromným postavením, majetkem. Mízi, nebo se alespoň zmírňuje tlak „nevyhnutelných“, náročných úkolů, které jsou první důležitosti, zpomaluje se hektické životní tempo, nastupuje návyk konat všechno koncentrovaně, nepřekotně, v klidu.

Tak jako odmaskovaný, poznaný nepřítel ztrácí obvykle svoji sílu a není schopen způsobit nečekaná bolestná překvapení, tak také odhalené negativní tendence naší mysli ztrácejí svoji energii, jsou-li včas rozpoznány, analyzovány, je-li včas použito vhodného postupu na jejich zneutralizování. Platí to např. o mnoha formách úzkosti a naučené bezmocnosti.

Zůstává ovšem obrovský úkol – být stále pouhým pozorovatelem těchto negativních tendencí a neztotožňovat se s nimi. Právě ty nejvíce devastující myšlenky mysl doslova zaplaví a odmítají dát se rozpoznat jako něco, co stojí mimo pozorovatele. Naopak, tváří se, jako by byly přímo totožné s pozorovatelem samým.

V takových situacích bývá záchranou právě toto neoblomné neúchylné objektivně rozlišující stanovisko pozorovatele. To je právě ten pevný bod, který hledáme, „abychom mohli pohnout světem“.

Pojetí Skarmitzlovo je zároveň bytostně optimistické. Předpokládá, že v každém člověku dříve či později převládne intenzivní touha po nejvyšším poznání a veden touto božskou žizní dojde jedinec svého naplnění, což v autorově pojetí nutně nemusí být v průběhu jediného života. Autor si takto klade velmi vysoký cíl – přispět k poznání, že veškerá hra tendencí a hra mysli vůbec je „ne-já“, a že objektivizací tendencí, neztotožňováním se s nimi a zesílením vlivu sattvy, se pozorovatel nakonec připraví

k poznání své účasti na věčném vědomí. Náročnosti a vznešenosti cíle odpovídá také náročnost metody – především časová. Autorovým požadavkem je, aby sebezpozorování bylo prováděno pokud možno stále, za všech okolností života.

Je ovšem možné, že někteří ze čtenářů nebudou zapáleni pro tento absolutní cíl a spokojí se pouze s určitým zdokonalením svého sebezpoznání. Pro ty je dobré si uvědomit, že sebezpozorování může být nasazováno pouze ve vybraných situacích života a jiným situacím může být ponechán jejich spontánní průběh. To mohou shledat výhodným např. mladí lidé při prožívání intenzivních mezilidských vztahů. I pro tyto jedince ovšem může být užitečné, naučí-li se znát hodnotu sebezpozorování, chtějí-li se vyznat sami v sobě.

Podobně jako ve šťastných a spokojených manželstvích musí oba partneři za cenu drobných každodenních obětí upevňovat svoji vzájemnou náklonnost a lásku, tak také i setrvání na cestě duševního pokroku se neobejde bez každodenních cvičení v osvědčování kladných morálních vlastností a pozitivních stavů mysli. „Člověk je plodem své sebekázně,“ hlásá Bhagavadgíta a svou vytrvalou prací na ukázněvání své mysli může kdokoli pozitivně ovlivnit svůj budoucí osud.

Jsem přesvědčen, že předložená práce PhMr. Rudolfa Skarnitzla poskytně mnoho podnětů k přemýšlení nejen těm, kdo se hlouběji zajímají o indickou filozofii a chtějí ji využít pro praxi svého sebezpoznání a sebevýchovy, ale každému, kdo si svůj život uvědomuje jako jedinečnou možnost k dosažení dokonalosti. Jsem si jist, že tento spis bude zdrojem inspirací pro mnoho psychologů, učitelů, cvičenců i cvičitelů jógy a pro všechny čtenáře, kteří se snaží zdokonalit způsob svého života.

Vánoce 1993
Prof. PhDr. Libor Míček

FILOZOFICKÝ ÚVOD

Název guna je poprvé zmiňován v jedné z nejstarších filozofických soustav Indie, v sáňkhja systému, který představuje pokus o analýzu kosmické evoluce. Předpokládá se, že otcem sáňkhja systému je Kapila. Soudě dle toho jakým vlivem jeho učení zapůsobilo na Buddhu, musel Kapila žít dříve než v šestém století. Podle něho se jevový svět zakládá na dvou autonomních principech – na Duchu, kterého nazývá purušu a na prvotní Přírodě, pralátce, kterou nazývá praktí.

Duch, který je trvalou bytostí, je věčně svobodný, vždy jasný a klidný, citný, je za všemi změnami vědomého života. Není to duše v normálním běžném smyslu, nýbrž je čirým, neaktivním, samozářícím principem, který z ničeho nepochází. Je na světě nezávislý a není ničím určený. Člověk jím není, ale jelikož je Duch podkladem jeho existence, může se jím vědomě stát.

Příroda, prvotní Materie, se skládá a je tvořena třemi gunami a existuje ve dvou stavech. V prvním je temná, nehybná, necitná a nerozvinutá. Guny v prvotním stavu Přírody setrvávají ve stabilní rovnováze a navzájem se neovlivňují. Tehdy nenastává žádný projev. Druhý stav nastává oplodňující přítomností Ducha, jeho zrcadlovým odrazem v lůně Přírody. Tehdy nastane její oživení a Příroda se vlivem Ducha stane tvořivou. Nastartuje činnost gun. Tím vznikl počáteční třesk když „kosmický prazvuk“ vstoupil do akce. Vesmír vstupuje do existence, jakmile se guny začnou navzájem ovlivňovat. Právě ony poskytují vlastnosti projevu všem objektům vesmíru. Příroda je matkou, dělohou vesmíru; Duch je oplodňujícím semenem, otcem.

Takto – na základě vzájemného působení Ducha a

Přírody – sáňkhja vysvětluje vznik a existenci celého vesmíru. Důvody různosti objektů ve vesmíru odvozuje od různého vzájemného působení složek Přírody – gun.

Uvedení gun do filozofie činí filozofii sáňkhja jedinečnou nejen v oblasti indické filozofie, ale i všeobecně, v dějinách filozofie vůbec.

Guny jsou prvotními složkami Přírody a jsou základem všech substancí. Není však možno říci, že jsou kvalitami substancí. Podle sáňkhja systému sestává celý vesmír z nesčetných kombinací gun, které jsou podkladem všech jevů, ať fyzikálních či mentálních. Guny představují nepřetržitý třídílný základní tvořící proces.

Překlad výrazu „guna“ má dva hlavní významy – kvalita a pramen lana. Pramen lana v technickém slova smyslu výstižně vystihuje připodobnění pojmu guna, protože ve skutečnosti guny nejsou kvalitami (v běžném slova smyslu), ale složkami prakti, stejně tak jako pramen lana vytvoří lano, ale je podstatnou složkou celého lana.

Prvotní substancí, Přírodě, jsou tedy vlastní tři guny, „mody bytí“ (modem označujeme vlastnosti objektu, které mu patří jen v určitých stavech), které jí dovolují projevat se různými způsoby. Uvádí se, že je nelze bezprostředně vnímat, lze je však odvodit z jejich účinků. Jsou to:

sattva – která představuje kvalitu světelnosti

radžas – představující kvalitu hybnosti (dynamické energie)

tamas – představující kvalitu statické netečnosti.

Veškerá stvoření Přírody představují souhru těchto gun. Všechny tři jsou přítomny v každém aspektu tvoření, protože s tvořením začíná proces evoluce a k tomu je zapotřebí dvou sil, které jsou navzájem protikladné a jedné síly, která je doplňující. *Sattva* a *tamas* jsou si v protikladu a *radžas* je pro ně doplňující. *Radžas* vytváří nový stav, *sattva* jej rozvíjí a *tamas* stvořený stav rozkládá. Za souběžného tvoření

a ničení se vyvíjí evoluční proces. V tomto schématu *radžas* vystupuje jako neutrální dynamická síla, která je pro život a tvoření nezbytná. Jedině na poli *radžas* bytosti získávají potřebné zkušenosti. Tím je pole *radžas* pro každého jedince nezastupitelné.

Z tohoto pohledu existuje určité spojení mezi *sattvou* a *tamase*m. *Sattva* přispívá ke stabilitě vesmíru, *radžas* provádí jeho rozvíjení a *tamas* reprezentuje zánik věcí a smrt. Guny jsou tedy odpovědné za původ, udržení a rozpouštění světů. I v kosmické trojici indických bohů *Brahma*, *Višnu*, *Šiva* se zrcadlí převaha vždy jedné guny. *Višnu* – Udržovatel – zrcadlí *sattvu*, *Brahma* – Stvořitel – projevuje *radžas* a *Šiva* – Ničitel – *tamas*.

V každém fyzickém, biologickém a psychickém jevu probíhají tyto tři guny současně, avšak v různém vzájemném působení a vytvářejí tak rozmanitost naší současné existence. Ve vztahu k hmotě působí jako lehkost (*sattva*), pohyb (*radžas*) a tíže (*tamas*). Pokud formují mentální jevy, o čem bude podrobně pojednáno, působí jako dobrota, žádostivost a tupost. Je nutné zdůraznit, že sáňkhja považuje vše fyzické a psychické za pouhé dvě modifikace Přírody.

Podle indické tradice prvním produktem, který vystoupil z kosmické Přírody, je intelekt, který je Duchu nejbližší a který odráží vědomí Ducha tak, že je sám vědomý. V intelektu vzniká „já pocit“, který je základním pocitem jedince. Tím vzniká „jáství“ a pocit vlastnění („mé-ství“), což vede k tomu, že „já“ se dívá na sebe jako na činitele všech akcí. Třetím produktem je útvar nazývaný *mysl*, který vystupuje jako koordinující centrum mezi pěti smysly, orgány poznání a volními orgány. Toto vše vstupuje do projevu na základě aktivity gun. Z hlediska člověka působí guny objektivně, protože vytvářejí vnější jevy a dále subjektivně, jelikož podmiňují a vyživují duševní život člověka.

Indické rčení říká: „Není takového poznání jako je

sánkhja a není síly jako je jóga.“ Obojí tvoří dohromady jediný systém. Sánkhja poskytuje teoretický výklad lidských nesnází a jóga se zabývá praktickými kroky, které je nutno podniknout, aby se dosáhlo osvobození od utrpení. Bhagavadgíta (zkráceně Gíta, je filozofická epizoda eposu Mahábhárata, podávající dialog mezi Ardžunou a Kršnou, asi z 1.–3. stol. př. n. l., dále jen BG) nazývá dětinskými ty, kdo se snaží oddělovat teorii od praxe, sánkhja a jógu.

Pataňdžalího Jógasútra (II, 23) říká, že účelem spojení Ducha a Přírody je pomoci Duchu, aby získal plné uvědomění své vlastní přirozenosti. Příroda slouží Duchu. Sama o sobě nemá Příroda účel a existuje výlučně k vůli Duchu (Jógasútra II, 21).

Sánkhja předpokládá mnohost Duchů, ale jen jednu Přírodu, která má dvojí působení. Jednak zaplétá Ducha do hmotného projevu a přikrývá jej mrakem nevědomosti a klamu tak, že zapomene na svou vlastní přirozenost a duchovní kvalitu; tehdy hledá blaho jen ve věcech mimo sebe. Druhou funkcí Přírody je trpělivá mateřská péče, když samovolně působí aby osvobodila Ducha. Jedinec na své pouti prochází evolučními cykly zrození a smrti a je její péčí vybavován zkušenostmi, které utvářejí jeho osobnost.

Když jedinec dosáhne pokročilejšího stavu, začne se v něm probouzet touha po poznání skutečného stavu věcí, což je výrazem péče Přírody o jedince. Vybavuje ho nositelem touhy po poznání a pravdě. Nositelem této kvality je guna sattva, která je spásonosným činitelem v koloběhu zrození a smrti. Rozvojem osobnosti nabírá sattva na síle a začne prosvěcovat klamavý vliv zastíracího efektu (radžas a tamas) Přírody. Rozvinutá sattva spolehlivě pomáhá jedinci na jeho cestě za poznáním. Sánkhja chápe poznání jako „prosté probuzení“, které odhaluje esenci Ducha.

Nejúčinnějším prostředkem, který Příroda k poznání poskytuje, je intelekt (resp. buddhi, což je rozlišovací princip

intelligence), který je jejím nejjemnějším a tudíž nejdokonalějším projevem. Intelekt pomáhá svými dynamickými schopnostmi procesu poznání tím, že slouží v přípravných stadiích odhalení skutečnosti. Ovšem intelekt, který je zcela ve svitu čiré sattvy, představuje nejdokonalější mateřský dar Přírody jedinci na jeho cestě za osvobozením.

Když se vtělený Duch pod vlivem zastření Přírody ztožní s gunami, pak zapomene na svou vlastní nepomíjivost a neomezené Vědomí, stane se (vlivem nevědomosti) pocitově přesvědčeným, že je připojen k hrubohmotnému tělu a používá mysl, život i tělo pro sobecké uspokojování. Pociťuje v těle reakce a bere je za vlastní. Tento klam je udržován hrou gun v každém z nás.

Je otázkou jak nahlížet na mysl. Její definice je trvalým problémem. Je-li mysl činná, projevuje se modifikacemi, které ji zahalují a vstřebávají tak, že se jí nemůžeme nikdy dostat na kloub a ji bezprostředně vnímat. Když se jedinec naučí ji kontrolovat a zvládne-li způsob jak utlumit její modifikace, pak se mysl rozpustí v tom, z čeho pochází, ve vědomí. Mysl není nic jiného než modifikace vědomí. Přítomnost samotné mysli nemůžeme vnímat, protože její modifikace zahalují její pravou podobu. Nemůžeme ji však vnímat ani je-li oproštěná od modifikací, protože tehdy již neexistuje, jelikož se transformovala v to, z čeho vzešla.¹

Jsá zapleten do ideje „já jsem tělo“, bere jedinec na sebe karman těla a utrpení z cyklu zrodů a smrti. Tyto pocity však nejsou Duchu vlastní, protože činnost a pohyb patří do oblasti guny radžas. Úkolem člověka je dosáhnout poznání, že s hmotným projevem má tak málo společného, jako má měsíc se svým odrazem na hladině rybníka. Má-li se jedinec osvobodit od vázanosti, musí se dostat nad guny. Osvobození je dosaženo, je-li jedinec schopen pomoci své dokonale čisté buddhi trvale rozlišovat mezi Duchem a Přírodou. Srv. Jógasútra (IV, 34): „Osvobození nastává

když se guny ponořily, když puruša se od nich osvobodil. V tomto stavu je puruša upevněn ve svém skutečném stavu v čirém Vědomí.“

Systémy jógy a sánkhje jsou si natolik podobné, že větší na prohlášení o jednom platí i o druhém. Jsou vlastně jen dva rozdíly – sánkhja je ateistická a jóga teistická. Sánkhja pokládá metafyzické poznání za jedinou cestu, jóga klade důraz na techniky vedoucí k zdárné meditaci. Možno říci, že Pataňdžali zaměřil své úsilí speciálně na koordinaci filozofického materiálu, který si vypůjčil ze systému sánkhja a použil jej pro praxi koncentrace a meditace s cílem dosáhnout samádhi a osvobození. V Jógasútre (II, 18) se říká: „Spatřování (objektivní stránky vesmíru) pozůstávající z prvků a smyslových orgánů, je přirozeností poznání, aktivity a stability (sattva, radžas, tamas) se záměrem poskytovat zkušenosti a osvobození.“ Sútra říká, že smyslem stvoření je poskytnout jedinci zkušenosti užitečné pro osvobození. Smyslové vnímání jevů a objektů a získávání zkušeností z nich se děje díky působení gun, které tu jsou za účelem umožnit jedinci vývoj a osvobození. Zkušenosti, které jedinec získává, vznikají z působení vlastních gun na jiné guny, viz BG III, 27 a 28 na str. 66.

TEORIE O GUNÁCH

Teorie o gunách je jednou ze základních nauk indické filozofie a snad žádné z důležitějších náboženských a filozofických děl nevynechává zmínku o nich. Existuje o nich více či méně zpracovaná idea, že obecně mají co činit

s kvalitami nebo určitými charakteristickými znaky. Ucelený názor o nich je málokdy poskytován a nacházíme roztroušeně jen jejich obecné, zpravidla nedostatečně prozkoumané charakteristiky, které nestačí k tomu, abychom si mohli učinit představu o nesmírné mnohosti jejich působení.

Již bylo zmíněno, že guna se běžně překládá jako „kvalita“, to jest kterou možno vnímat smysly. Jiná interpretace je však podklad, základ kvalit, vnitřní podstata věcí. Příkladem toho může být světlo a zvuk (viz Taimni: Glimpses into the Nature of Yoga). Světlo vnímáme jako barevný svit, složením je však elektromagnetickou a vlnovou vibrací. Zvuk je vnímán jako kombinace tónů, základem mu však jsou rytmické vibrace molekul, atomů. Význam slova guna neznámá tedy jen vlastnosti smyslově vnímané. Taimni uvádí, že guny mají podstatu ve třech základních typech pohybu. Podle něho je si možno představovat guny jako svazky energie, která má tři formy, jež nejsou nikdy v klidu. Každá z forem je od ostatních základně rozdílná, určitým způsobem protichůdná, jsou však navzájem od sebe neoddelitelné. Každá guna představuje určitý typ pohybu. Typy pohybu, které jsou charakteristické pro guny, jsou – pohyb rytmický, nerytmický a žádný pohyb.

Pohyb rytmický, harmonický, se nazývá vibrací, jako je tomu u světla a zvuku. Vychází-li z nějakého předmětu vibrace světla nebo zvuku, nebo když je předmět odráží, je možné jej poznat; to odpovídá guně sattva.

Pohyb nerytmický, nepravidelný, jak je tomu při pohybu molekul v plynu nebo kapalině, znamená aktivitu; to odpovídá guně radžas.

Pohyb nazývaný sanskrtsky sthiti, znamená, že předmět zaujímá pevné postavení čili je stabilní, má absenci pohybu, což možno chápat jako základní pohyb; to odpovídá guně tamas.

Filozoficky lze sattvu chápat jako cíl, který se má

uskutečnit, tamas je překážkou, která stojí v cestě uskutečnění a radžas silou, pomocí které se překážky překonávají. Na fyzické úrovni tvoření Přírody je více tamasu a radžasu, zatímco na psychofyzické převládá radžas a sattva.

Sattva vytváří na fyzické úrovni vibrace, které působí světle. Tamas dává vznikat vibracím, které vytvářejí hutnou temnotu a vibrace radžasu vytvářejí teplo a dynamický pohyb.

Jak vidno, každá z gun má své charakteristické vlastnosti. Považujeme-li sattvu za pozitivní a tamas za negativní, pak radžas je nutně neutrální, je středem. Obě krajní guny mohou svým působením ovlivňovat střed, který je prostorem, polem, mezi nimi. Jedině guna radžas je schopná přijmout vliv jiné guny a jí se zabarvit. Obě zbývající nemohou, neboť samy jsou ovlivňujícími faktory. Jsou kvalitativními krajnostmi, kdy jedna je pohybem vzhůru a druhá pohybem tíže dolů. Jsou si navzájem protikladné.

Jelikož se aktivita dění světa a jeho poznávání odehrává převážně v široké oblasti zájmů guny radžas, je kvalita člověka závislá na tom, kterou gunou je jeho radžas ovlivňována. Sattva má na radžas zjemňující a projasňující vliv, tamas působí zastřením.

Uváděné pořadí gun sattva, radžas a tamas není náhodné, ale je takto skutečně odstupňované. Ze stavu, kdy převahuje tamas, se jedinec může vymanit jedinec pomocí radžasu. Přímý přechod z tamasu do sattvy není možný. Do sattvy možno však přejít z radžasu. Jinými slovy, člověk může vyběhnout z netečného, tupého stavu tělesnou aktivitou, např. manuální činností. Do stavu aktivity již mohou vstoupit světlé sattvické myšlenky. V netečné tuposti se však touha po jasě sattvy nevybudí.

K obecné charakteristice je nutno ještě poznamenat, že žádný člověk není prost působení gun (srv. BG XVIII, 40, na str. 66). Jejich působení však nebývá stále stejné, konstantní.

Někdy převládá sattva, jindy tamas, převážně to však bývá radžas. Pouze vytrvalým úsilím, sádhanou (disciplína prováděná za účelem duchovního poznání), může aspirant docílit ve své mysli postupně trvalou převahu sattvy, což je z hlediska sádhany podmínkou zdaru.

Závěrem všeobecných úvodních statí je třeba zmínit, že Taimni uvádí ve své knize „Science of Yoga“, že neexistuje vysvětlení gun, nejdůležitějších složek našeho života. Překážka v poznání spočívá údajně přímo v základech projeveného světa a působení samotné mysli jejímž prostřednictvím máme guny pochopit. Vše, projevený svět ani samotná mysl, nejsou nic jiného než souhrn působení gun. Poznání povahy působení gun pomocí přemýšlivé mysli se podobá pokusu zachytit vlastní ruku kleštěmi, které v ní držíme.

Tento názor má zřejmý nedostatek, neboť autor mlčky vychází z úrovně radžasu a radžas skutečně nelze vysvětlit radžasem. Ocítá se tak sám v začarovaném kruhu. Aktivitu radžasu – zmíněný nerytmický pohyb – můžeme vysvětlit jedinec pomocí něčeho, co jím není.

K poznání radžasu jsou k dispozici zbývající dvě guny, z nichž se však tamas pro svou zatemňující schopnost předem vylučuje. Guna sattva je jasem, je prosvěcující a umožňuje správné poznávání. Proto je její užitečnost v poznávání radžasu prvořadá. Kmitající aktivitu radžasu lze tedy bezpečně poznávat klidným rozlišovacím jasem sattvy (viz dále, zvláště kapitolu Sebeopozorování). Sattva nic nezastíhuje, ničemu nepřekáží, ba zrcadlí čisté Vědomí.² Je proto dobrým prostředkem poznání ostatních gun i sebe samé.

V následující kapitole bude uvedena základní charakteristika jednotlivých gun. Jedná se o kapitolu prvořadě důležitosti, která zasluhuje opakované studium. Guny jsou v ní uvedeny jako základní princip stavby charakteru člověka a představují zásady a směry, které by sádhak měl bezpečně znát a s nimi pracovat.

CHARAKTERISTIKA GUN

Sattva

Výraz sattva má původ v sanskrtském sat, což je výrazem pro více pojmů, tj. „bytí“, „jsoucno (stav) jak má být“, „dobře“, „dokonale“.

Sattva představuje v přírodě obecný trend směřující vzhůru. Sattva je nositelem jasu, protože odráží světlo Vědomí a je jím osvětlována. Je reprezentantem krystalické čistoty, lehkosti a harmonie.

Působí jako kvalita přirozeně směřující k pravdě, nenásilí, dobru. V intelektu se jeví jako čistá inteligence a obdaňuje jedince pronikavou introspekci.

Převažuje-li sattva, vzniká správné smyslové vnímání, ostré rozlišování a správný úsudek; nastává porozumění věcí a stavů jak ve skutečnosti jsou. Její jas je příčinou touhy po poznání, zvláště duchovním, a je zdrojem a pramenem lásky k Bohu, k Pravdě.³ Ve svém nejčistším stavu, tj. od všech myšlenek oproštěném, je schopná zrcadlit Ducha (v buddhi)⁴.

Sattva nezná sobectví, a proto nezná ani strach. Sattva nezná pocit nelibosti. Sama o sobě poskytuje harmonický pocit a jasný klid.

Příklady sattvického vlivu:

- | | |
|----------------------------|---|
| <i>mysl</i> | – jasná, klidná, chápající |
| <i>chování</i> | – vážné, jisté, nebojácné, klidné, směřující, snášenlivé, trpělivé a pravdivé |
| <i>etika a náboženství</i> | – míruplné, univerzálního zájmu, spontánní, neokázalé |
| <i>oblečení</i> | – čisté, vhodné, prosté a skromné, úhledné, estetické |

v přírodě
v mytologii

- sluneční světlo
- kvalitu sattvy mají bohové a nebeské bytosti

Barva, která vyjadřuje sattvu, je bílá.

Staří učitelé říkají, že ovocem sattvického působení je štěstí.

Radžas

Sanskrtský výraz radžas znamená doslova nečistota, prach.

Radžas představuje základní trend šíře. Je reprezentantem dynamiky a působí v kvantitě, v mnohosti světa. Vytváří sobeckou, žiznivou chtivost po objektech světa, které se v něm jeví. Touží je užívat a vlastnit. Je příčinou žádostivé získávací touhy a dychtí po potěšení, přičemž má odpor vůči jeho ztrátě, ba vzpírá se přijmout každé jeho zeslabení. Svou lačností zaplétá člověka do mnohosti jevů a připoutává ho k světovému dění a do koloběhu zrození a smrti. Radžas zrcadlí veškerou paletu světských zájmů.

Působení této guny je charakterizováno psychofyzilogickou aktivitou, energií, neklidem, nervozitou, napětím. Guna je fascinována širokou extrovertností. V psychofyzilogických jevech působí jako vášnivost. Podporuje aktivitu smyslu a je příčinou nepokoje a rozptýlení mysli.

Převládá-li v člověku radžas, pak je připoután k činností, je stále v pohybu a je mnohomluvný. Není nikdy spokojen, je stále lačný a neklidný a touží po vnějších věcech.

Převažuje-li radžas v intelektu, kalí pohled nejen na svět ale i na sebe samého. Postrádá dobrou rozlišovací schopnost, protože jej touhy a připoutanost oblužují. Nespatřuje věci jak ve skutečnosti jsou, protože vidí pouze tu stranu, která se mu líbí.

Radžas je příčinou toho, že na základě zkušeností přitažlivosti a odporu zažíváme pocity libosti a nelibosti, radosti a bídy. Lidstvo jako celek je proto pod vládou radžasu.

Příklady radžasického vlivu:

- | | |
|----------------------------|--|
| <i>mysl</i> | – aktivní, plná energie, napětí, vzrušená a kolísavá, nestálá, vzpurná a svéhla-vá |
| <i>chování</i> | – velice nadšené, bouřlivé, neklidné, měnlivé, netrpělivé, dominující |
| <i>náboženství a etika</i> | – sebeospravedlňující, agresivní, okázalé, povrchní |
| <i>oblečení</i> | – marnivé, parádivé, pestré, vyzývavé, vzrušující |
| <i>v přírodě</i> | – výbuch sopky |
| <i>v mytologii</i> | – jsou radžasem ovládnuti titáni, odbojní bohové a démoni ⁵ |

Radžas vyjadřuje červená barva.

Starí učitelé říkají, že ovocem radžasického působení je bolest.

Tamas

Tamas, doslova temnota, čern, znamená v přeneseném slova smyslu slepotu.

Tamas reprezentuje trend směřující dolů a představuje kvalitu tíže, nehybnosti a temnoty, proto převládá v hmotném světě.

V mysli jedince se projevuje zatemněním, zastřením, těžkopádností, což ústí v tupou neaktivnost, nerozpoznávání, nerozlišování, nevědění a netečnost. Výsledek tohoto vlivu nejlépe vystihuje pojmenování zastřená citnost. Tamasické působení směřuje vždy k degradaci a je v každém směru protikladem sattvy.

Tamas je podkladem pro citový chlad, tupost, bezcitnost tvrdého srdce a lenost. Dále se projevuje nedbalostí, liknavostí, spavostí, slabostí. Jedinec s převahou tamasu zcela postrádá správný úsudek, zná jen sám sebe, žije bez náležitého uvažování, odpírá činnost a je spokojen, pokud není dotýkán jeho spánek a nejsou bezprostředně ohroženy jeho zájmy a bezpečnost. Jeho životem se táhne stále pasivní podrobování se okolí z důvodu tuposti a lenosti.

Slabší vliv zastřené citnosti se projevuje ochromujícím seabepodceňováním a zvykem upadat v sklíčcnost, na základě pocitu provinění za nějakou chybu či z určitého neovládnutí situace.

Slabé zastření se v člověku projevuje malou psychickou odolností. Taková osobnost trpí depresivní nedůvěrou v sebe, malomyslností, nedostatkem víry a pověřčivostí.

Příklady tamasického vlivu:

- | | |
|----------------------------|---|
| <i>mysl</i> | – netečná, ochablá, těžkomyslná, apatická |
| <i>chování</i> | – tvrdé, bezcitné, lhostejné ve smyslu netečnosti, nedbalé a nepřesné |
| <i>náboženství a etika</i> | – projevuje se úzkoprse, predsudkově, je vynucující a kruté |
| <i>oblečení</i> | – nedbalé, nečisté, podivné, postrádající souměrnost a estetiku |
| <i>v přírodě</i> | – kus žuly |

Tamas vyjadřuje černá barva.

Tamas poskytuje jen pocit temné tíže a nikdy neumožňuje libost, proto se uvádí, že tato guna se pociťuje vždy nepříjemně.

ROZBOR GUNY RADŽAS

Motivační činitelé

Tento rozbor motivačních činitelů je teoreticky podepřen staroindickými filozofickými systémy, hlavně sánkhja a jógy, ze kterých vychází a je prakticky ověřen introspektivním pozorováním.

Dlouhodobě prováděnou introspekci bylo pozorováno, že pole zdánlivě nekonečných zájmů se nicméně dělí do několika vyhraněných oblastí. Aby bylo možno zájmy rozpoznat, byly roztrženy a specificky pojmenovány dle svého zaměření. Tato zájmová působení byla nazvána tendencemi. Pokud tedy mluvíme o tendenci, pak máme na zřeteli paletu zájmů guny radžas.

Podle pozdějších komentátorů sánkhjové filozofie existují guny v nekonečném počtu (subguny). Vztáhneme-li toto prohlášení do dnešní doby, pak zjišťujeme, že komentátoři měli na mysli množství motivačních faktorů osobnosti. Tyto vznikají vzájemnou kombinací prvků radžas mezi sebou nebo radžas se sattvou nebo radžas s tamasem. Množství možných kombinací se zdá být vskutku nekonečné.

Z gun je radžas nejsložitější a disponuje širokou paletou zájmů a projevů, na rozdíl od konstantních vlivů sattvy a tamasu. Jelikož je reprezentantem dynamické mnohosti zájmů světa, je nejkomplikovanější a vyžaduje největší studijní prostor.

Tendence je možné si představit jako konstantně existující motivační síly Přírody, svazky energie, které pronikají vše živé a jsou odpovědné za motivační reakce všech živých bytostí.

Je nutno vyzdvihnout, že guna radžas se svými tenden-

cemi a motivačními činiteli má pro život a vše živé nezapustitelnou jedinečnou důležitost. Děje se tak proto, že vybavuje živé bytosti citlivostí na libost a nelibost. Tendence touhy po celkové libosti (viz dále), která je zřejmě ve všem živém zastoupena, nechává jedince prožívat příjemné a nepříjemné pocity a reagovat na ně. Učí ho tak základním život zachovávajícím reakcím. I na vývojově vyšší stupni, při rozvinuté fázi vědomí, při které přistupují i určité rozumové kvality, zůstává působení tohoto motivačního činitele vůdčí. Na základě negativních a pozitivních prožitků umožňují získané zkušenosti rozmyslné vykonávání činností, které se jeví pro jedince příznivé a naopak vyhýbání se těm, které se jeví nepříznivé.

Pro vše živé a zvláště pro člověka je tím faktorem, který zařizuje reakci na nepříjemné a příjemné prožitky, které se ukládají do paměti a jsou pak zkušenostními reakcemi pro chování v obdobných situacích. Funkce radžas je tedy tím, co (vedle paměti) umožňuje nárůst zkušeností v jedinci a tím základně umožňuje jeho vývoj.

U člověka vybuzují tendence na základě zkušeností slibné představy. Lákavost vnějších objektů vyvolává touhy a žene jedince do aktivity, směřující k získání prožitků v široké paletě zájmů, tužeb a žádostí. Děje se tak proto, že získání lákavých objektů světa slibuje velké potěšení a štěstí.

Člověk získává pomocí tendencí zkušenosti jednak z prožitku opravdového pocitu uspokojení a jednak z poznání pouhé zdánlivosti potěšení, respektive z jeho prchavosti. Tyto prožitky vedou postupně k uvědomování si pravosti nižších a vyšších hodnot a potřeb. Cesta toho, co je pro jedince pravá a hodnotná radost a poznání její náhražky, pouhého zdání, vede jen přes jejich sféry a při vývoji se jedinec bez nich nemůže obejít.

Při vystoupení touhy tendence hraje vždy důležitou úlohu představivost a paměť. Určitá vnější situace vyvolává

aktivitu určité tendence. Situace, vyvolaná a prožívaná pouze myšlenkově, vyvolá aktivitu stejné tendence jako když byla v životě prožívána. Tím je dán obraz intimního vztahu mezi touhou, potřebou tendence a myšlenkovým světem.

Co je vlastně touha a odkud se bere? Z filozofického hlediska je touha a přání vyjádřením nedostatku člověka a jejich naplnění představuje jeho pokus o odstranění této nedostatečnosti. Touhy nejsou věčné, a proto nenáležejí do oblasti Ducha. Touha je čistou vůlí (sat) Ducha, puruši, která působí v klamu nevědomosti. Jelikož vlivem nevědomosti ztratil puruša vědomou totožnost sama sebe, hledá vůle pomocí svého druhého aspektu, Vědomí (čit), svůj aspekt třetí, a to Blaho (ánanda).

Poznámka:

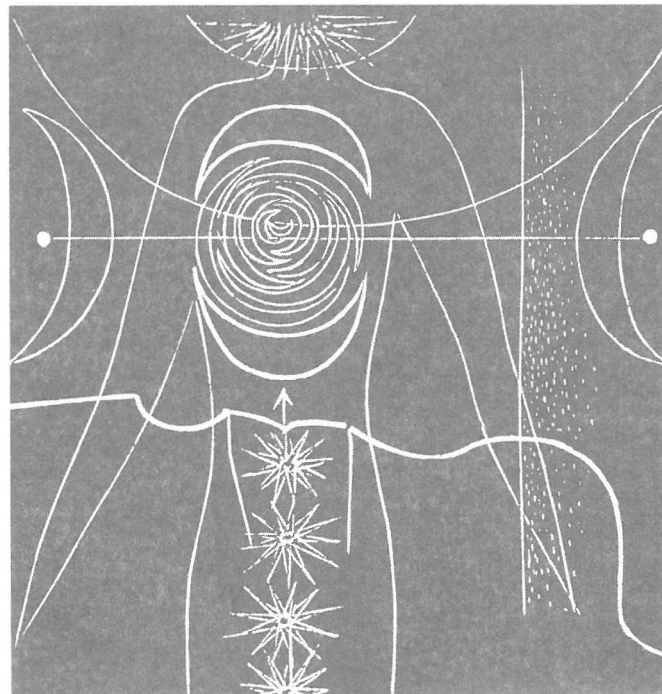
Sat, Bytí, vyznačuje pozitivní jsoucnost, to, co je; že existence je. Sat není určitou formou existence, ale Bytím samým o sobě.

Čit, Vědomí, je označení pro citnost, je jedinou citností ve všem. Je čisté samosvítící a osvětluje i vše ostatní. Vědomí je základní věcí existence. Je energií, pohybem; stváří vesmír a vše, co je v něm.

Ánanda, Blaho, lze pochopit jedině zážitkem. Je zcela nezávislé. Není stavem myslí, ale stavem, který zůstává, když byly překonány všechny mentální jevy, včetně zkušenosti radosti.

Srv. i text o sat-čit-ánanda na str. 82

V klamu nevědomosti se tomu vzdáleně podobá libost, radost a vtělená bytost je ve své nevědomosti celkem ochotně chycená a zapletená do osidel guny radžas, tuto využívá, protože guna předvádí a slibuje různá potěšení a člověk vždy znovu a znovu věří, že v jejím rámci dojde nakonec štěstí, blaha. Ačkoliv vtělená bytost není činitelem, tendence ji mají k tomu, aby působila s radžasickou ideou „já jsem tělo“. Tento fascinující kruh slibů a představ vždy



znovu přesvědčuje člověka o pravosti úmyslů a jeho žíznění po štěstí ho pevně drží v klamavém objetí tendencí.

Tendence jsou rozvedeny ve dvou tabulkách. První tabulka uvádí získávací tlak tendencí, to jest tlak, vytvářející toužící aktivitu (srv. rága, Jógasútra II, 7), s cílem získat určitý objekt či stav. Druhá tabulka uvádí obranné tlaky tendencí (dvéša – Jógasútra II, 8), aktivitu jejímž účelem je zabránit ztrátě určitého objektu či stavu. Obě tabulky jsou rozděleny do 4 sloupců. V prvním jsou uvedeny tendence, ve druhém jejich motivační činitelé, ve třetím sloupci

Analýza tendencí člověka – získávací působení

Tendence člověka	Motivační činitele	Potřeby	Prostředky
1. Psychické existence	A) touha po zachování osobní individuality	vytváření kontinuity „já pocitu“, zachování pocitu vlastní duševní struktury	konzervativní setrvání ve vlastních názorech a zvyklostech, zachovávání stávajících hodnot a způsobu duševních a tělesných reakcí, „vše dle zajetých kolejí“
	B) touha po celkové libosti	duševní rovnováha, pocit dostatečné energie, spokojenost, pohoda, zábava	duševní odpočinek, sledování zábavných pořadů, četba krásné i napínavé literatury, vzrušující podívaná
2. Vitality	A) touha po zdraví	péče o dobrý zdravotní stav, o tělesnou kondici, o hygienickou očistu, zdravotnická prevence, čisté životní prostředí	hygienické prostředky pro očistu těla, tělesný pohyb, nejrůznější kondiční tělocviky, různé speciální zdravotní diety a přípravky
	B) touha po jídle a pití	nejrůznější chutné úpravy jídel a nápojů	nejrůznější potraviny a nápoje v jednoduchých či specializovaných úpravách
3. Vlastnění	A) touha po materiálním zabezpečení	zajišťování se hmotným majetkem	oblečení, byt a zařízení, vlastní dům, finanční prostředky, důchodové zabezpečení
	B) touha po udržení materiálního prostředí v bezvadném stavu	péče o udržování pořádku a čistoty	zavedený systém pořádku a čistoty bytového zařízení, bytu, auta, zahrady apod.

Tendence člověka	Motivační činitele	Potřeby	Prostředky
4. Lásky	A) a) touha po citovém kontaktu	tělesný zjev, povahové vlastnosti	snaha o upoutání pozornosti osoby, o kterou máme zájem, láskyplný soulad, porozumění, úcta a péče o milovanou osobu, touha po splnutí
	b) touha po fyzických projevech lásky	sex appeal, touha po spojení	různé fyzické projevy lásky
	B) touha po rodině	rodinné prostředí vhodné pro děti	aktivní péče o zdraví a růst dítěte, získání a udržování důvěry dětí, „teplo domácího prostředí“
5. Společenská	C) touha po soudržnosti rodinné, příp. rodové	dobré vztahy s rodiči a sourozenci, širším příbuzenstvem	povahové vlastnosti, ochota pomoci, péče o ně, organizování rodinných setkání
	A) touha po osobním přátelství	spolehlivá opora a pochopení přátel	porozumění mezi přáteli
	B) touha po styku s lidmi vůbec	společenský styk	vzdělávací a zájmové kroužky, společenský tanec apod.
6. Sebeuplatnění	A) touha po uplatnění se	schopnost řešit náročné situace, vybavenost vlastními schopnostmi	dobrá duševní výkonnost, duševní svěžest, zvládnutí obtížných duševních a fyzických výkonů
	B) touha po uznání	prestiž společenského postavení, ctížádostivost, veřejné projevy uznání	společenské, vědecké, sportovní úspěchy, tituly, funkce
7. Činnosti	touha po smysluplné činnosti	zaměstnávání se manuální a duševní prací	řemeslná práce, podnikání, organizátorská a vědecká činnost, umělecké tvoření apod.

Analýza tendencí člověka – obranné působení

Tendence člověka	Motivační činitelé	Potřeby	Prostředky
1. Psychické existence	A) obava ze ztráty pocitu vlastní individuality a obava před poškozením duševního zdraví	snaha o zábranu ztráty pocitu vlastní kontinuity osobnosti	vyhýbání se neznámým situacím a vlivům, odmítání cizích názorů, novot a nových lidských vztahů, předpokládají-li změnu navykého postoje
	B) obava před nelibostí	snaha o vyhýbání se situacím, z kterých lze očekávat stres, nelibost, nudu	vyhýbání se strasti, neklidu, odsunování a neřešení nepříjemných situací, při nezdaru hněv či zlost
2. Vitality	A) obava před porušením zdravotního stavu	vypjaté hlídání příznaků ukazujících na možné onemocnění, nemocenská pojištění, připojišťování, léčení	vyhýbání se nedostatku spánku, bolesti, vyčerpání, riskantnímu počínání, ochranné prostředky při práci, opatrnost, užívání léčiv, rehabilitace
	B) obava ze strádání hladem, žízní, nevhodnou stravou	nadměrné zásobování se potravinami, podezřavost vůči neznámým jídlům	stálá „železná zásoba potravin“, odmítání neznámých jídel
3. Vlastnění	A) obava před materiální ztrátou	zajištění před ztrátou, péče o vyloučení zbytečných výdajů	bezpečnostní zajištění bytu, pojištění proti vloupání, živelné pohromě, šetrnost až lakota
	B) obava před materiálním poškozením	péče o zábranu poškození, pošpinění věcí, odpor proti ničení	ochrana předmětů před opotřebením, nepůjčování předmětů, štitění se špíny, přezouvání do domácí obuvi
Tendence člověka	Motivační činitelé	Potřeby	Prostředky
4. Lásky	A) a) obava ze ztráty lásky a citové odloučenosti	vyhýbání se roztržkám, vynášení vlastní hodnoty a snižování konkurence, připoutávání milované osoby	zvýšená péče o vlastní zevnějšek, zveličování negativních vlastností konkurence, zvýšené poskytování darů, péče, úsluh, pozorností
	b) obava z možnosti ztráty fyzických projevů lásky	vyhýbání se možnosti ztráty fyzického styku	zvýšené poskytování darů a úsluh
	B) obava ze zdravotních a výchovných problémů v rodině, obava z rodinného rozvratu	prevence před onemocněním rodinných příslušníků, péče o vyloučení špatných vlivů na děti	podávání preventivních léků členům rodiny, péče o získání důvěry dětí, kontrola jejich zájmů, přátel apod.
	C) obava před roztržkami v širší rodině a příbuzenstvu	vyhýbání se rozkolům	snaha o urovnání neshod, udržování rodinných setkání
5. Společenská	A) obava z osamocení, ze ztráty důvěryhodné osoby	snaha o připoutání	péče o projevování vlastních kamarádkých kvalit
	B) obava ze ztráty kontaktu s lidmi vůbec	navazování kontaktu s lidmi	snaha o navazování společenských hovorů
6. Sebeuplatnění	A) obava z vlastní neschopnosti	omezování vlastní aktivity až její zábrana	vyhýbání se náročným situacím, zastrašené setrvávání na vlastní úrovni
	B) obava před ztrátou uznání jinými	vyhýbání se nebezpečným situacím, hrozícímu provalení ostudy	neriskování, výmluvy, nepřiznání chyby, poskytování negativních informací, snižování hodnot ostatních
7. Činnosti	obava z nesmyslné práce	vyhýbání se práci, která nemá smysl	pouhé předstírání práce, předstírání neschopnosti až útěk



se uvádějí potřeby, kterými se motivační činitelé vyjadřují a poslední sloupec pojednává o prostředcích, kterými se potřeby uspokojují.

Poznámka:

Tendence 1, psychické existence, je nejzákladnější tendencí člověka a promítá se v pocitu „já“, individuální osobnosti samoexistujícího „já“, odlišného od ostatních. Pociťuje se jednak pocitem vlastní existence (já jsem) a posléze myšlenkami (myslím, tudíž jsem) a bývá též nazývána „já myšlenkou“. Je odpovědná za duševní rovnováhu člověka.

Tendence 2, vitality, se stará o dobrý stav tělesného organismu.

Tyto dvě tendence možno považovat za základní. Proto jsou na obrázku v kruzích a tvoří střed obrazu. Jejich poruchy a nefunkčnost mohou ovlivnit normální působení všech ostatních tendencí.

V souvislosti s tabulkami a grafickým znázorněním uvedme si úsek z klasického jógového díla Jógasútra. Dle Pataňdzaliho brání dosažení osvobození pět překážek, obtíží (klěša), které zmiňuje a poněkud rozvádí ve druhé kapitole Jógasútry ve verších 3 až 9:

II, 3 – Pět překážek stojí v cestě dosažení:

avidja – nevědomost

asmita – pocit vlastního bytí, sebeláska

rága – touha, chtění, žádost

dvěša – odpor, obranná aktivita

abhinivěša – Inutí k životu, vůle a touha po sebezachování.

II, 4 – Nevědomost je příčinou ostatních čtyř, jedno zda v latentním, mírném, zvládnutém nebo rozvinutém stavu.

II, 5 – Nevědomost je, považuje-li se časné za věčné, nečisté za čisté, bolestné za příjemné a ne-Já za Já.

II, 6 – Pocit vlastního bytí spočívá ve ztotožnění poznávajícího s orgány poznání.

II, 7 – Touha se zabývá příjemností.

II, 8 – Odpor se zabývá bolestí.

II, 9 – Vůle po životě udržuje vlastní silou propojení s tělem. Je ve všem živém.

Z uvedeného vyplývá, že Pataňdzali zde popisuje zastírací působení prakti, Přírody, vyvolané gunou radžas.

Dále je tu popisována aktivita tendencí, respektive jejich strhující hra. Tendence psychické existence A – touha po zachování osobní individuality odpovídá za existenci překážek II, 6 a II, 9; k II, 9 přistupuje ještě tendence vitality

A. Tendence 1B – touha po celkové libosti, resp. obava před nelibostí odpovídají za II, 7 a 8. Několika málo slovy zde Pataňdzali popsal nejzávažnější působení guny radžas.

OBECNÝ POPIS TENDENCÍ

Existence a charakteristika tendencí a jejich motivačních činitelů (dále zkráceně jen tendence) není uměle vykonstruovanou myšlenkovou teorií. Tendence byly poznány a roztrženy na motivační činitele, když byly předtím podrobeny dlouhodobému pozorování metodou introspekce. Podařilo se zjistit, že každý motivační činitel vyvolává svou aktivitou v nitru člověka jemné reakce, které je možno při pečlivém a správném zaměření dobře pozorovat. Je třeba zdůraznit, že každý motivační činitel se projevuje v nitru svým specificky vlastním způsobem, svou formou vibrací, tlaků, stahů apod., a má vždy své vlastní, vždy stejné projevy.

Je jistě zkušeností každého, že projev motivačních činitelů se liší, dostane-li se nám veřejné pochvaly a je jiný, když spatříme svou lásku či předmět obdivu a je odlišný, když se na nás provalí ostuda a je zcela jiný po dobrém jídle apod. Tendence je možné si představit, že tvoří jako řeky, které se vylévají do potoků a potůčků, to jest motivačních činitelů, které jsou nositeli našich tužeb a přání.

Tímto přicházíme k velmi důležitému problému: kde máme v sobě hledat působivý tlak tendencí?

Na základě zkušeností, které byly získány na základě mnoholetých pozorování tendencí a které byly pečlivě ověřovány vyplývá, že introspekci, to jest intenzivním sebe-

pozorováním je možno bezpečně zjistit, že každá touha vyvolává v našem nitru svůj specifický projev. Byly učiněny zkušenosti, přístupné každému kdo je schopen intenzivně stočit pozornost do sebe, že při různých přáních, tužbách, při pocitech potěšení a uspokojení, ale i zklamání a smutcích, lze tyto pocity pozorovat převážně v prostoru uprostřed hrudi.

Pozorováním pocitů, které jsou vyvolány tužbami, analýzou jejich tlaků, toho, po čem touží, co chtějí a nechťejí, byl nalezen přístup jak tyto radžasické složky poznat. Tlaky (touhy a odpory) byly porovnány, tříděny, sestaveny, zařazeny a poznány jako působení guny radžas. O sebezpozorování však detailněji pojednává ještě samostatná kapitola.

Působivý tlak tendencí se projevuje jednak za účelem získávacím ve formě touhy nebo žádosti a jednak za účelem obranným jako obava a strach. Získávací tlak chce přitahovat a je charakterizován jako „chci to“, kdežto obranný tlak je odpudivý a je charakterizován jako „nechci to“⁶.

Získávací tlak vyvstává:

- při pocitu nelibosti s touhou nelibost odstranit
- při neutrálním stavu, což je stav postrádající libost i nelibost
- při pocitu libosti, vyskytuje-li se možnost stávající pocit libosti ještě zvýšit

Poznámka:

Libostí rozuměj potěšení, radost apod., nelibostí opak, to jest nechuť, nevoli, příp. hněv apod.

Stav libosti nastává, získá-li tendence určitý objekt, prostředek naplňující její potřebu, to, po čem touží. Při držení dosaženého prostředku a jeho užívání nastává pocit uvolnění od získávacího tlaku a vystoupí pocit libosti, neboť potřeba tendence byla naplněna.

Obranný tlak, obranná aktivita, vyvstává při ohrožení

stávajícího pocitu libosti. Záměrem této aktivity je zamezit hrozící ztrátě a udržet pocit libosti. Obranná aktivita se snaží uchránit stávající stav.

Stav nelibosti nastává, nezíská-li tendence toužený objekt – prostředek, který měl naplnit její potřebu nebo, byla-li obranná aktivita neúspěšná. Potřeba zůstává nenaplněna a nedochází k uvolnění získávacího tlaku. Tento stav je po- ciťován jako křečovitě napětí, jako nelibost.

Jak je patrné, získávací i obranné aktivity tendencí působí za účelem získání, resp. udržení pocitu libosti. Libost (potěšení, radost) je vždy onou hodnotou, která je vyhledávána. Člověk přirozeně touží po spokojenosti a nechce, aby byl tento stav přerušován, touží a chce jej neustále prožívat. Hrozba, že by skončil, je mu nepříjemná. Stav nelibosti aktivizuje jedince k pokusům o jeho odstranění, nebo k jeho zmírnění, či získání něčeho jiného, co by alespoň poněkud zeslabilo nelibost, či ji odstranilo.

Jak z uvedeného vyplývá, tendence jsou podkladem a zdrojem toužebného zvolání: „Chci žít život naplněný slastí a minimalizovat strasti!“

Každá tendence poskytuje různou kvalitu a délku prožívané libosti. Obecně platí, že čím více je naplnění potřeby závislé na předmětech vnějšího světa, tím kratší je trvání libosti, kterou poskytují. Je-li libost závislá na smyslovém tlumočení, pak má pocit libosti krátké trvání. Smyslové počítky zraku, sluchu, hmatu, čichu a chuti samy o sobě neza- nechávají dostatečně hluboký vryp v paměti, z něhož by bylo možno později čerpat spokojený pocit vzpomínkového znovuprožití. A naopak, čím méně je libost závislá na smyslových počítečích, tím jsou vnímané pocity libosti delší a uspo- kojení hlubší.

Každá tendence má kvalitativně svůj specifický vlast- ní pocit libosti a je věcí zkušenosti a prožitku rozpoznat, že např. potěšení po dobrém jídle se liší od potěšení

z pochvaly. Obdobné je to se stavy nelibosti. Nelibost z bídy a nedostatku se liší od nelibosti z neúspěchu v lásce nebo z neschopnosti splnit určitý úkol.

Jak již bylo řečeno, tendence se projevují touhami. Touha v sobě obsahuje vůli po dosažení prostředku, od něhož si sli- buje uspokojení. Tendence motivují vůli a určují ji. Intenzita tlaku touhy tendence je dána jejím rozvinutím v osobnosti. Čím je tendence silnější, tím méně je její volní akt rušen. Různé tendence mohou speciální volní akt jedné tendence narušovat, příp. jej zcela zrušit. Takové počínání se obec- ně označuje jako projev slabé, rozkolísané vůle. Dochází k němu, když akt touhy, směřující k naplnění potřeby ur- čitým prostředkem, naráží v akci na překážky ve formě zá- bran od jiných tendencí, jejichž překonání vyžaduje velkou námahu spojenou s překonáním velké nelibosti. Je-li neli- bost přílišná, tendence neprorazí v prosazení volního aktu své touhy a výsledkem je zastavení akce. Schopnost vydr- žet a překonat nelibost, která někdy vzniká při opatrování prostředků, je charakteristická pro silně vyvinutou tenden- ci. Neschopnost snášet nelibost je zase příznačná pro slabou touhu, či slabě vyvinutou tendenci.

Tendence lze modelově rozdělit do sedmi základních sku- pin. Těchto sedm skupin představuje základní orientaci gu- ny radžas. Šest tendencí je specifikováno čtrnácti motivační- mi činiteli, které každou tendenci ještě dále detailněji cha- rakterizují. Ačkoli tendence činnosti postrádá motivačního činitele, je sama o sobě dostatečně charakterizována.

Motivační činitelé mohou působit:

1. Každý **samostatně**, nezávisle.

Příklad: Při hladu zapůsobí tendence 2B, touha po jídle a pití, vyvolá potřebu konzumace jídla a jejím naplněním dochází k uspokojení.

2. **Souběžně**, to jest určitý motivační činitel nachází podporu v jiném či více činitelích, protože vytoužená potřeba spadá i do sféry zájmu jiného či více motivačních činitelů.

Příklad: Za peníze si lze opatřit libost v mnoha sférách. Z tabulky vyčteme, že jde o touhu po materiálním zajištění. Ale pomocí peněz si můžeme opatřit i dostatek dobrého jídla, což je oblastí vitality. Dostatek peněz vyvolává pocit dobrého finančního zabezpečení, tedy uspokojení touhy po zachování osobní individuality. Finančně dobře zajištěný člověk je také přitažlivý pro druhé pohlaví, protože může dobře přispívat k zajištění rodiny – uspokojení tendence lásky. Také společenská tendence získává z dobrého finančního zajištění. Majetný bývá ceněn, a proto i jeho touha po uznání bývá uspokojena. I tendence činnosti mívá prospěch z tohoto dostatku, neboť jí umožňuje uskutečňovat i nákladného koníčka. Jak je zřejmé, některé prostředky mohou přispívat k zájmům celé řady motivačních činitelů. Jsou pak společně zainteresovány a vzájemně se podporují v dosažení stejného prostředku.

3. **Proti sobě**, když vytoužený prostředek jednoho motivačního znamená ohrožení jiného či jiných činitelů.

Příklad: Stýkáme se s někým, kdo je nám příjemný (touha po osobním přátelství) a je to všeobecně známé. Najednou se zjistí, že náš známý někde něco odcizil a je z toho ostuda. Okolí se začíná ptát, zdali jsem o tom třeba také nevěděl, když jsme se tak důvěrně znali. Tendence 6B, obava před ztrátou uznání jinými a tendence 1B, obava před nelibostí mě budou mít k tomu, abych se od toho člověka distancoval a vyhýbal se mu, neboť stykem s ním je ohroženo mé postavení v očích jiných a mohl bych se dostat do společenské izolace (obava ze ztráty kontaktu

s lidmi vůbec – tendence 5B). Motivační činitele stojí tedy proti sobě a vyhrává silnější.

4. **Harmonizací**, což je tehdy, když v jedinci převáží sattva, tamas nebo určitý motivační činitel. Takto vzniklý dominantní vliv uzpůsobí projevy ostatních motivačních činitelů tak, aby jejich projevy byly vždy v souladu s jeho zájmem a působením.

Příklad: K harmonizaci motivačních činitelů jinými činiteli nebo gunou dochází tehdy, když se postavení některého motivačního činitele nebo guny stane – dočasně či trvale – výrazně dominantní. Dovoluje projevy ostatních motivačních činitelů jen v souladu s vlastním zabarvením. Např. bude-li dominantní touha po uznání (tendence 6B), pak požene člověka za uznáním, případně kariérou. Takový člověk pak volí životního partnera nejen podle fyzické a psychické přitažlivosti, ale i podle vlivu a významnosti rodiny, ze které pochází, aby sňatek podpořil harmonizující motivační činitel tendenci 6B, touhu po uznání. Tendenci společenské, harmonizované touhou po uznání, nebode dovoleno se stýkat podle vlastních zájmů, ale bude pěstovat styky jen s tím, kdo může být pro kariéru užitečný.

Pro sádhaka je velmi důležitá harmonizace sattvou, která (když v jedinci převáží), dovolí uspokojování motivačních činitelů nikoli čistě radžasickým způsobem, ale jen za sattvického dohledu. Takto všechny motivační činitele sice působí, ale reagují jen se sattvickou spoluúčastí, pod jejím dohledem. Tehdy se člověk nebude stýkat s jakoukoli společností, ale jen s takovou, kde je možné hovořit volně o problémech vyššího poznání apod.

5. **Kombinací** motivačních činitelů, kdy určitým stupněm transformace vznikají „sekundární tendence“. Kombinace

ce motivačních činitelů mezi sebou slouží jako stavební kameny pro vznik struktury sekundárních tendencí. Uvažujeme-li při tvoření sekundárních tendencí i o kombinacích s harmonizovanými tendencemi a gunami, obdržíme prakticky neomezený počet variant⁷.

Příklad: Galantnost je motivační činitel tendence 5A kombinovaný s tendencí 4A motivačním činitelem touhy po citovém kontaktu, když je projevována vůči mladé hezké ženě, nebo tendence 5B, touha po styku s lidmi vůbec kombinovaná s touhou po uznání, projevuje-li se např. vůči staré dámě. Kombinací sekundárních tendencí může být nesmírně mnoho.

Uvažujeme-li o počtu tendencí, motivačních činitelích, jejich různých vzájemných působeních a bereme-li v úvahu u všech těchto kombinací i ovlivnění sattvou či tamasem, dostáváme nesmírné množství projevů. Připočteme-li k tomu ještě individuální schopnosti jedince, stupeň jeho nabytých znalostí i různost projevů na základě dosaženého věku a v neposlední řadě i dosaženou evoluční výši, pak dostáváme nespočetnou mnohost vzorců lidské osobnosti. To vysvětluje, proč se lidé různí a dva jedinci nejsou nikdy stejní.

POPISY JEDNOTLIVÝCH TENDENCÍ – MOTIVAČNÍCH ČINITELŮ

Tendence psychické existence – T 1

T 1A – *získávací působení* – touha po zachování osobní individuality.

Je to základní faktor v člověku, spoluodpovědný za „já pocit“. Účastní se na vytváření pocitu samostatujícího jedince, jehož bytí chce bez přestání pociťovat. Za tím účelem vysílá do vědomí známky své existence – myšlenky – a je jednou z příčin toulavosti mysli. Nade vše miluje pocit „zabezpečeného já“. Působí tak, aby vše probíhalo podle zaběhnutých způsobů a aby nic nerušilo běžné zkušenosti. Proto ulpívá na svých názorech, představách a zvycích, protože jsou významnou částí vlastní duševní struktury. Ve vlastní struktuře je doma, v ní bezpečně reaguje a má dobrou duševní výkonnost. Často se utvrzuje o správnosti vlastního postoje a vyhledává jeho potvrzení jinými, přičemž se však přijímá pouze souhlas. Stav, ve kterém vládne spokojenost je tento: „Vše je dobré (cítím se dobře), když tomu rozumím (je-li vše podle mých představ a názorů) a umím to pochopit.“

Osobnost, u které T 1A dominuje, silně ulpívá v pocitu „já jsem tělo“, i když intelektuálně může připouštět jinou totožnost.

Miluje stereotyp.

T 1A – *obranné působení* – obava ze ztráty pocitu vlastní individuality a obava před poškozením duševního zdraví.

Představuje konzervativní faktor v člověku. Odmítá cizí názory, odporuje všem změnám a novotám, protože předpokládají opuštění navykých názorů a způsobů a osvojení si nových duševních reakcí, které však nejsou ověřené. Z toho důvodu má obecně odpor k hloubání o sobě, poznávání tendencí, k meditaci apod.

Osobnost, která obranné působení tohoto motivačního činitele má silně vyvinuté, bývá přecitlivělá a nedůtklivá, snadno rozladěná, protože se vyvedením z rovnováhy cítí ohrožená: Vyvádějí ji z míry situace, které jsou v rozporu s tím co očekává. Nemá ráda změny, protože každá změna je spojena s neznámými novotami. Nerada navazuje nové mezilidské vztahy, a proto má i nechuť měnit zaměstnání. Brání se změně starého v nové, neznámé ji neláká, ale odpuzuje.

Poznámka:

Získávací a obranné působení tendence 1A vytváří hlavní charakteristiku člověka, protože udržuje celistvost jeho duševní struktury, do které během svého vývoje vrostl, a která ho předvádí. Je-li tento motivační činitel silně vyvinut, pak jeho konzervující vliv způsobuje, že se člověk ve svých zvycích a přijaté morálce zřídka kdy mění. To je důvodem proč zloděj zůstává zlodějem, skrbík lakomcem, pesimista vidí stále vše černě, kuřák nemůže přestat kouřit, i když je o škodlivosti toho přesvědčen, proč lidé nejsou schopni změnit své návyky a jen velmi těžko s něčím přestávají a něco nového přijímají „za své“.

T 1B – *získávací působení* – touha po celkové libosti.

Touží po duševní pohodě, touží po zábavě a je charakterizována výroky „to mě baví, to je legrace“, „pojďme tam, kde se něco děje“. Je hlavní příčinou zvědavosti, protože touží vždy objevit něco nového, vzrušujícího. Mimoto touží po opakování prožitého stavu libosti, a proto podporuje a dává přednost motivačnímu činiteli, který poskytuje libost.

Je tedy základní příčinou připoutanosti. Snaží se znovuprožívat to, co již poskytlo potěšení a každým znovuprožitím libosti se připoutanost zvětšuje. Nade vše miluje pohodu. Nudu, monotónní stejnost, život probíhající bez vzrušení, změn a novinek považuje za „otravu“. Tento motivační činitel rád kouká na televizi, sleduje video. Rád chodí do divadla, do kina, na disko, na horory. Rád čte knížky, romány, detektivky, časopisy, noviny apod. Těší se na situace, které slibují přinášet příjemnost, zábavu. Těší se na oblíbené jídlo, že zítra při tahu loterie možná vyhraje, že vyhraje sportovní utkání, že si někdo všimne nových šatů, že „mě šéf pochválí“ atd. Protože si cení duševní rovnováhy a dostatku energie, rád plánuje odpočinek.

T 1B – *obranné působení* – strach před nelibostí.

Tento motivační činitel nepřipustí, aby se čtenář, který vášnivě rád čte, učetl, a dovolí mu číst např. jen do půlnoci. Jelikož hlídá celkový stav libosti, podporuje myšlenkový soud „dost, zítra bude perný den“, aby zbyla energie i pro další motivační síly. Především však se projevuje odporem k situaci, od které se předem dá očekávat, že bude

nepříjemná. Podporuje vyhýbání se každé činnosti, od níž možno očekávat, že bude nepříjemná, např. naučit se něco nazpaměť, jít do společnosti kde budeme pravděpodobně kritizováni, má strach z očekávané bolesti apod. Čím je tento motivační činitel vyvinutější, tím je jeho nositel citlivější na vše nepříjemné. Řešení nepříjemných situací rád co nejvíce odsunuje, odkládá. Nevychází-li záležitosti podle jeho představ, pak se v situaci, kdy nastává nelibost, brání, a svou obranu stupňuje v odpor, hněv až zlost.

Osobnost se silně vyvinutou obrannou aktivitou tohoto motivačního činitele působí nerozhodným a kolísavým dojmem. Stále couvá před možnými obtížemi a nelibostmi, vyhýbá se situacím, které ji vyvádějí z duševní rovnováhy. Často mění svá rozhodnutí, a proto mívá pověst slabocha. Každý neúspěch je velkým problémem a malérem. Jelikož se nelibosti velmi bojí, vidí dopředu ve všem problémy a obtíže, a proto působí pesimisticky. Nepříjemnosti a konflikty řeší nejraději ústupky, snaží se o tlumení třenic a vyhýbá se konfrontacím.

Tendence vitality – T 2

T 2A – *získávací působení* – touha po zdraví.

Projevuje se všemožnou péčí, která cílí k udržení dobrého zdravotního stavu. Za tím účelem si ukládá určitý zdravotní režim. Cílevědomě buduje své tělesné zdraví, pěstuje procházky či kondiční běhy v přírodě, hlídá si délku spánku, aby došlo k náležité regeneraci sil apod. Vyvíjí hygienickou a otužovací péči o organizmus, soustavně sleduje nové

směry a názory na správnou výživu, kterým se podřizuje, zkouší různá dietetická doporučení. Pěstuje zahrádkářství, aby se vypěstovalo nezávadné ovoce a zelenina, nepřehnojené a chemicky neošetřené. Cílem je cítit se fit.

T 2A – *obranné působení* – obava před porušením zdravotního stavu.

Projevuje se obavou z možného onemocnění a vyčerpanosti, a proto se intenzivně zabývá zdravotní prevencí. Obává se situací pro organizmus nezvyklých, např. má strach z výšek, obavu z rizikového výkonu. Za účelem určité kompenzace obav se zajišťuje nemocenským a úrazovým pojištěním, při práci vyhledává všemožné ochranné prostředky apod.

Neustále pozoruje svůj zdravotní stav, stále na něm něco nachází a průběžně o tom hovoří a radí se. Stěžuje si na častou vyčerpanost, velmi často navštěvuje lékaře, stále něco užívá. Jelikož skoro stále pociťuje únavu, má malou psychickou odolnost a „musí se šetřit“.

T 2B – *získávací působení* – touha po jídle a pití.

Projevuje se chutí na dobré jídlo a pití. Spořádává je nikoli z hladu nebo žízně, ale pro potěšení, které z konzumace nastává. Shání s náruživostí stále něco dobrého k snědku, sbírá recepty na různé úpravy jídel, moučníků, nápojů apod. Jelikož dovede spořádat velká množství dobrého jídla, trpí přejídáním a takový člověk bývá obézní. Požívání jídla je jeho favorizovanou činností. Je-li obdobně vyvinuta touha po pití (tzv. psychický pijan), pak vzniká nebezpečí z přílišného pití.

T 2B – *obranné působení* – obava před strádáním nevhodnou stravou, hladem a žízní.

Projevuje se jednak mlsností a vybíravostí, zvl. pokud má jídlo neobvyklou úpravu. Vyhýbá se jídlům, která nezná z obavy, že mohou být nechutná. Takový člověk nenavštěvuje restaurace, nejraději si vaří sám, nebo jí „jen u maminky“, „u manželky“ apod.

Patří sem ale i obava z nedostatku jídla, ze strádání hladem a jeho následků, takže podstoupení i jednodenního půstu bývá velkým problémem. Pečuje o zásoby jídla doma, aby bylo všeho dost. Spíž i mraznička musí být plné.

Tendence vlastnění – T 3

T 3A – *získávací působení* – touha po materiálním zabezpečení.

Tento motivační činitel si rád opatřuje stále nové a hezké věci. Ošacení, věci do domácnosti, bytové zařízení, domek, auto atd., ale i ty věci, které ani nepotřebuje, neužije, které se prostě líbí, a tak je touží vlastnit. Rád vytváří i zásoby, aby „všeho bylo dost“. Méně finančně zajištěný člověk bere i upotřebené věci, když se mohou „jednou hodit“. Patří k němu i sběratelský typ, který nic nevyhodí, ale uschovává do zásuvek, na půdu či do sklepa. Nepohrdne ani skládkou, kde prohlíží a vybírá „zajímavé věci“, které hromadí.

Rájem, který nikdy neomrzí, je bohatě zásobený obchodní dům, kde se zajímá o novinky do domácnosti, do kuchyně, bytové zařízení, knižní novinky (kupuje jich více, než lze přečíst) apod. Působení

tohoto činitele můžeme pozorovat před výlohou se zbožím, které ho zajímá, které touží vlastnit. Peníze u něho nevydrží, protože rád nakupuje.

T 3A – *obranné působení* – obava před materiální ztrátou.

Aktivita této obavy se pozná nejlépe tehdy, když zjistí, že předmět, který ji zajímá, je příliš drahý. Její odpor, vydávací brzda, vyvstane, když množství libosti, které můžeme koupeným předmětem získat, není v rovnováze s předpokládanou libostí, získanou za stejnou finanční hodnotu od jiných předmětů. Vydávací brzda představuje ochranu před zbytečnými výdaji a ochraňuje úspory.

Podniká vše, aby se zajistila před materiální ztrátou. Je proti všemu možnému pojištěna, zná nejnovější typy bezpečnostních zámků a zařízení. Vymýšlí skryše na peníze a drahé předměty. Často si stýská na drahotu. Luxusní věci si nepořizuje, každý peníz dvakrát v dlani obrátí, než ho vydá, přitom neustále hledá, kde se co levněji prodává.

T 3B – *získávací působení* – touha po udržování materiálního prostředí a věcí v bezvadném stavu.

Vyvíjí starostlivou péči, aby vše bylo na svém místě, vše v pořádku a uklizeno a skvělo se čistotou. Čistotu a pořádek považuje za prvořadě důležité, za jakousi vizitku vlastní osobnosti. Proto je byt průběžně uklízen a cíděn, často se gruntuje. Pečuje o to, aby auto bylo stále vyleštěné, na psacím stole bylo vše pečlivě seřazené, psací potřeby srovnány a spisy „zařezávaly“ se stolem.

Tento činitel nemá rád věci, které se brzy pokazí. Dává přednost jakostnějším výrobkům, aby

vydržely. Vlastní oblečení podléhá stejným nárokům a ideálem je „být jako ze škatulky“.

T 3B – *obrané působení* – obava před materiálním poškozením.

Osobnost, která má tento motivační činitel silně vyvinutý, nerada půjčuje věci a knihy, ze strachu z jejich poškození, zničení. Vymýšlí kdejaká opatření, aby se zabránilo ušpinění, případně poškození. Bydlí nejraději v jedné místnosti, nejlépe v kuchyni, aby se ostatní bytové zařízení zbytečně neničilo. Do „parádního“ pokoje se pokud možno nechodí, když tak jen v ponožkách. Čalouněný nábytek se potahuje ochrannými povlaky.

Tendence lásky – T 4

T 4Aa – *získávací působení* – touha po citovém kontaktu.

Projevuje se touhou po osobě, která by nás měla ráda, milovala, a my milovali ji. Je to touha po osobě nám blízké povahovými vlastnostmi, přitažlivým zevnějškem a vitálním kontaktem.

Osobnost, která má tento motivační činitel silně vyvinutý, je zcela zaměřena na vytvoření určitého citového kontaktu. Věří, že u druhého pohlaví najde bytost, která bude mít stejně silnou potřebu lásky jako ona, která jí bude rozumět a chápat, věří, že v sobě najdou zalíbení, a vzájemně si otevrou duše a vytvoří dokonalý soulad. V hloubi duše je přesvědčena o naplnění této touhy. Proto usiluje o upoutání pozornosti osoby, o kterou má zájem. Za tím účelem pečuje o odívání, vystupování, make up apod.

T 4Aa – *obrané působení* – obava ze ztráty lásky a z citové odloučenosti.

Bojí se přerušení a rozbití vztahu. Je hnána strachem ze ztráty citového kontaktu s osobou, ke které je poutána citovou vazbou. Proto svou aktivitu vyjadřuje zvýšenou pozorností citově blízké osobě, přináší jí dary a pozornosti, pečuje o vlastní vystupování a to vše proto, aby si k sobě druhého člověka připoutala. Usiluje velice o udobřování při roztržkách a staví se do mírné a laskavé pozice, ve snaze předvádět vlastní velkodušné hodnoty a tak znovu získat ztracenou pozornost druhé osoby. Při zjištění konkurence se snaží o zveličování negativních vlastností soka a nenápadné vynášení vlastních hodnot apod.

T 4Ab – *získávací působení* – touha po fyzických projevech lásky.

Vyjadřuje svou náklonnost nejrůznějšími způsoby a fyzickými doteky. Především sleduje fyzický kontakt s osobou druhého pohlaví, která vzhledem ke svému zjevu, vystupování, povahovým vlastnostem a zvláště celkové přitažlivosti u ní vyvolává touhu se jí dotýkat a fyzicky se s ní sblížit a fyzický styk opakovaně prožívat. Může se však také jednat jen o momentální pocit přitažlivosti k určité osobě, obdiv k vzezření apod.

T 4Ab – *obrané působení* – obava ze ztráty možnosti fyzicky se stýkat.

Projevuje se obdobně jako obrané působení T 4Aa. Bývá stále aktivní v získávání dalších známostí zabezpečujících fyzický styk. Vyhledává proto partnery i bez duševních vazeb.

T 4B – *získávací působení* – touha po rodině.

Touží po rodinném prostředí s dětmi, které chce dobře vychovat. Osobnost, která má tento motivační činitel silně vyvinutý se nejmarkantněji projevuje péčí o děti, jejich tělesné a duševní zdraví. Vytváří aktivní péči o zdraví a všestranný růst dítěte, snaží se o získávání a trvalé udržení důvěry dětí a vytváření bezpečného „tepla domova“. Má na zřeteli výchovu jako celek, chce aby z dětí vyrostli řádní lidé, dobře se orientující v nejrůznějších životních situacích a schopní obstát v životě. Hledí si celkové rodinné atmosféry a snaží se o vytvoření prostředí vhodného jak pro výchovu dětí, tak pro manželského partnera, k odpočinku, pěstování zájmů apod. Sleduje duševní a fyzické pohodlí členů rodiny, má zájem o jejich zevnějšek, sleduje pracovní zatížení, zdravotní stav apod.

T 4B – *obranné působení* – obava ze zdravotních a výchovných problémů v rodině, obava z rodinného rozvratu.

Preventivně usiluje o zabezpečení dobrého zdravotního stavu rodiny a usiluje o vyloučení případných nežádoucích vlivů okolí na děti a rodinu. Trpí číhajícím strachem před onemocněním rodinných příslušníků a hlídá případné příznaky ukazující na nepevné zdraví. Organizuje různá preventivní opatření proti nemoci (kondiční tělocvik, otužování, stravu bohatou na vitamíny apod.). Má strach ze špatného fyzického a psychického vývoje dítěte, zvláště v souvislosti se zařazením do kolektivu. Dále má obavu z pocitu odloučenosti v rodině, na základě ztráty kontaktu a tím otupení rodinné soudržnosti. Má strach ze všeho, co může rodinu

jako celek nějakým způsobem oslabit, ať hmotně – obava z nedostatečných prostředků a tím hmotného strádání, či psychicky – výchovné problémy s dětmi, rozlad, případně nesoulad v rodině.

T 4C – *získávací působení* – touha po rodinné, příp. rodové soudržnosti pěstuje dobré vztahy s rodiči a mezi sourozenci.

Projevuje se především snahou po vytváření a udržení dobrých vztahů v širší rodině. Za tím účelem organizuje setkání, kde se snaží o vytváření ovzduší vzájemné opory v nejrůznějších životních situacích, usiluje vždy o stmelení rodiny. Sympatizuje s dobrými povahovými vlastnostmi členů rodiny a příbuzenstva s touhou a ochotou projevoval o ně opravdový zájem, navštěvovat je, případně jim pomáhat a pečovat o ně. Má v oblibě vzpomínání na význačné předky a je hrdá na „naši rodinu“, že patří např. „mezi staré, známé dobré rodiny města“ apod. Usiluje o sestavení rodokmenu, který je chován v posvátné úctě. Sbírá ráda historky o předcích, které zaznamenává.

T 4C – *obranné působení* – obava před roztržkami v širší rodině a příbuzenstvu.

Projevuje se tím, že se vyhýbá neshodám, snaží se je urovnávat již při prvních náznacích. Odvolává se při tom na názory rodičů a předků, zdůrazňuje nutnost mít v úctě „dobré jméno rodiny“ apod. Neuspěje-li, má potřebu aspoň navenek vyvolat dojem harmonie a všude vypráví, jaké jsou „u nich“ dobré harmonické vztahy, jaká láska a úcta vládne v celé rodině a příbuzenstvu vůbec.

Tendence společenská – T 5

T 5A – *získávací působení* – touha po přátelství.

Touží po vytvoření vztahu porozumění a spolehlivé opory u přítele. Chodí mnoho „za přáteli“, protože touží po přátelství zajímavých lidí.

Osobnost, která má tento motivační činitel silně vyvinutý, pěstuje kamarádství v menších, či větších partách, kde hledá navázání opravdových přátelských vztahů, pociťuje potřebu se svěřit se svými názory, zkušenostmi a problémy někomu důvěryhodnému a získat jeho porozumění a názory. Má představu společných prožitků a dobrodružství, snaží se být chápána jako schopna přátelské pomoci a služeb.

T 5A – *obranné působení* – obava z osamocení a ze ztráty důvěryhodné osoby.

Projevuje se snahou o připoutání si kamaráda. Má obavu, že by mohla „stát mimo“, obavu z pocitu společenské nedůležitosti vlastní osoby, kdyby neměla žádného přítele. Z obavy před osamocením prokazuje přátelskou obětavost, kamarádkou věrnost a snaží se o pochopení. V případě samoty hledá někoho, na koho by se mohla „navěsit“.

T 5B – *získávací působení* – touha po styku s lidmi vůbec.

Je touhou po lidské společnosti jako takové, po společenské zábavě všeho druhu, je touhou „jít mezi lidi“.

Tento motivační činitel se zaměstnává scházecím se s různými lidmi a skupinami, protože je ve společnosti ve svém živlu. Pociťuje tělesnou

sounáležitost a v množství je mu dobře. Rád povídá. Hovoří o svých soukromých nebo rodinných záležitostech, o zaměstnání, pořadech divadla, televizi, co výhodného koupil, o drahotě, dovolené apod. Rád navštěvuje divadla, kluby, společenské podniky, plesy, turistické a jiné zájmové kroužky a společnosti, přičemž speciální odborný zájem nemusí být na předním místě. Hledí být ve společnosti vůbec, sounáležet s ní. Chce pociťovat, že je s ním počítáno jako s členem určité společnosti.

T 5B – *obranné působení* – obava ze ztráty kontaktu s lidmi vůbec.

Tento motivační činitel nemůže vydržet jen sám se sebou. Za tím účelem vyvíjí péči o navazování nových kontaktů, nových společenských hovorů, bývá často vidět „na ulici“, rád kouká z okna atd.

Jistí si společenský kontakt předplácením divadelních sezón a usiluje o členství v nejrůznějších klubech. Aktivně vyhledává různá shromáždění, chodí po známých na návštěvy a organizuje si čas tak, aby žádný nezůstal volný. Odmítá se odstěhovat na venkov, žít někde na samotě apod.

Tendence sebeuplatnění – T 6

T 6A – *získávací působení* – touha po uplatnění se.

Je pohotová a vždy ochotná řešit nové obtížné situace a úkoly. Obtížnost nového ji provokuje, a tak se do nové problematiky vytrvale zakousává a řeší ji, jedno zda se jedná o výkony fyzické či duševní. Proto si klade vždy nové cíle ke zdolání. Touží vykonávat práci, ke které má, dle vlastního úsudku,

předpoklady a vlohy. Podstupuje také sázky sama se sebou, aby dokázala výkon, který by prokazoval kvalitu vlastních schopností či znalostí, i když s tím nepůjde vůbec na veřejnost. Luští i např. šachové úkoly, křížovky, ale i vědecké problémy. Houževnatě uskutečňuje určitou vlastní ideu.

T 6A – obranné působení – obavy před vlastní neschopností a selháním.

Jelikož má strach před možným selháním v určité náročnější situaci, omezuje vlastní aktivitu a vyhýbá se samostatnému řešení nové, složitější situace. Obava nutí se držet stranou. Taková osobnost je nenápadná a vykonává spíše činnost z určitého pověření. Navenek vypadá velice skromně. Ráda se zajišťuje silnou osobností nebo institucí. Pokud je odkázána sama na sebe, setrvává zastrašeně na vlastní úrovni. Strach ze selhání může ústít i v ochromující pocit méněcennosti.

T 6B – získávací působení – touha po uznání.

Touží po projevech uznání a ocenění jinými lidmi, dychtí po oceňování vlastní osobnosti. Za tím účelem ctižádostivě uvádí ve známost své kvality. Ráda se vynáší a upozorňuje okolí na to, jak pěkně vypadá, co všechno dokáže a zvládne – oproti jiným. Někdo za tím účelem hromadí vědomosti a tituly, jiný majetek, jiný zase intenzivně sportuje, či jinak na sebe upoutává pozornost.

Tento motivační činitel se rád vyhřívá na výsluní pozornosti, kde hledá prestiž společenského postavení, či aspoň se přihřívá. Každý úspěch opakovaně prožívá vyprávěním o něm a každým novým podáním vlastní osobnost více opanovává pole.

Vyhledává stále možnosti jak se „blýsknout“. K tomu slouží nejrůznější prostředky – tělesná kondice, atraktivní vystupování, zábavnost ve společnosti, jízda autem apod. Zpravidla sleduje dosažení určité převahy nad ostatními lidmi, často i sociální moci. Baví ho předvádět zaujaté nadřazené postavení.

T 6B – obranné působení – obava před ztrátou uznání.

Způsobuje, že se vyhýbá nebezpečným situacím, při kterých by se mohla vyjevit určitá vlastní neschopnost. Mazaně se vyhýbá konfrontačním situacím, při kterých by se mohlo něco na „mne provalit“. Pro takové situace má vždy po ruce omluvu, výmluvu, podniká i aktivní obranu proti odkrytí určité skutečnosti. Odmítá přiznat chybný krok, který vždy pečlivě zamlouvá. Trpí strachem, aby nevešly ve známost poklesky a slabé stránky osobnosti.

Brání se riziku, je opatrné až bojácné. Aby si uchovalo svou významnost aspoň negativně, je schopné podávat o ostatních negativní informace za účelem snížení jejich hodnoty.

Tendence činnosti – T 7

– **získávací působení** – touha po smysluplné činnosti.

Chce vykonávat práci, která vytváří zjevné výsledky, ať manuální či intelektuální. Osobnost, která má tento motivační činitel silně vyvinutý, je velice pilná. Plánuje vždy mnoho práce. Tento činitel je příčinou chvatu, nedočkavosti, napětí při činnosti,

neboť vyvíjí tlak k dovršení činnosti. Nejspokojenější je, když je den naplněn konkrétní činností, když jedna práce navazuje na druhou a když výsledky práce jsou vidět. Má rád intenzivní aktivitu, když je tolik práce, že není na nic jiného čas. Patří sem jednak umělecká činnost, leckterá oblíbená řemeslná činnost, práce na zahrádce, sběratelské koníčky, dále organizování práce, poskytování dobrých služeb, podnikání apod.

U jiných hodnotí pílí a v pracovním zapojení má ostatní k činnosti, aby „práce nestála“. Nesnáší nečinnost a nemožnost pracovat. Nesnáší zahálku, kterou chápe jen jako promarněný čas.

– *obránné působení* – obava z nesmyslné práce.

Má odpor ke špatně organizované práci. Má obavu, že výsledek práce zklame očekávání, zvláště hrozí-li z neznalosti neodborné a nepečlivé provedení a špatně organizovaná práce. Má odpor k promarnění času, zmatené neplánované činnosti a neobratnému počínání. Brání se vytrhování z pracovního výkonu. Chová odpor k ničení věcí.

PŮSOBENÍ GUNY TAMAS NA RADŽAS

Guna tamas bývá často popisována a znázorňována jako zlo. Tamas samo o sobě však není aktivní, je tíží. Ke zlu patří ještě sobecká energie. Tamas je jen necitným zastřením.

Dopadne-li však vliv zastírací citnosti na radžas, pak se

jeho aktivita zatemní a vzniká to, čemu se obecně říká zlo. Tupost s energií plodí zlo. Energie radžasu zatemněná zastřenou citností, působí v mysli jako aktivita postrádající rozlišování, které má navíc zastřené vnímání jakéhokoliv jemnějšího – sattvického – citu. Výsledkem je asociální, násilná bezcitná činnost. Zlo je vždy kombinací sobecké žádostivosti a zastřené citnosti.

Tamas zastírá lidskou mysl krunýřem bezcitnosti a jediné určitá silná žádostivá tendence radžasu je schopná zastírající krunýř tamasu prorazit. Když tamas překryje motivační síly, pak pod jeho krunýřem zůstává zakryto vše, co je jemnější nebo slabší a proráží jen to, co je dravou silou. V praxi to znamená, že proráží jen vášnivě a dravě se prosazující motivační činitel a zkrátka vše, co je v jedinci nejvíce vyvinuto a má proto tvrdé sobecké zaměření. Takový motivační činitel pak začne prosazovat vlastní zájmy bezcitně hrubým bezohledným způsobem a zapojí-li se i intelekt, pak bývá výsledek promyšlenější a rafinovanější. Zlý úmysl je pak tlačén extrémním sobectvím chtivosti dominantního motivačního činitele. Jeho mohutnou energetickou vybavenost vysvětluje skutečnost, že veškerá citnost, pochopení a soucit pro jiné jsou zastřeny. Výsledkem je zcela nerušená dominující aktivita, zbavená vší konkurence, ničím znejišťovaná a prostá jakékoliv váhavosti a nerozhodnosti, překvapující často svou brutalitou.

Intenzita zastření se u člověka různí množstvím i délkou trvání. Sattvický vliv je první, který v osobnosti zastřením citnosti podléhá a s ním veškerá jemnost, ohleduplnost, soucit apod. Ale silně vyvinuté žádostiplné tendence nikdy netrpí zastřením, protože na rozdíl od sattvy nejsou v protikladu působení tamasu. Zastření ovšem neznamená, že by byly zastírány všechny pocity vůbec. Postupně umlká rozlišování mezi správným a nesprávným a při silném zastření zanikne úplně.

Každá aktivita nezatemněná tamasickým vlivem, je po dosažení chtěného charakterizována libostí a uvolněním. Po odeznění intenzivního průběhu určité citně zastřené tendence pociťuje jedinec oblužené vzrušení, což je pro tento stav charakteristické, případně stav netečného zastřeného vnímání. Tamas, jako princip netečnosti a tuposti, může poskytovat jen těžkomyslnou prázdnotu a nemůže po aktivitě navodit uvolněné uspokojení. To není pro tamas přirozené, a proto nemůže dávat žádný radostný pocit.

Pokud se při citně zastřené činnosti, např. při ničení, pociťuje určitý deformovaný pocit, který se vzdáleně podobá libosti, pak má původ v radzasické tendenci, která byla energetickým nositelem činnosti. Jako sattva není schopná poskytovat smutek, tak zastřená citnost nemůže poskytovat radost.

Z kombinace tamasu a radzasu vyvstává hrubé sobectví, které je podkladem pro nevraživost a nepřátelství a v mysli se promítá jako nenávist. Může se projevovat samo – celkově asociálně – nebo se připojuje k určité tendenci, jako je tomu např. při žárlivosti.

Běžně je rozšířen názor, že žárlivost patří k projevům lásky. Jedná se však o dvě odlišné aktivity. Lásky je něžná a spojující, kdežto žárlivost je sobecká, nevraživá a bývá motivem násilí, případně až vraždy. Průběh krajní žárlivosti může být např.: Skončila setkávání, schůzky, při kterých se užívalo požitků lásky, avšak touha po prožívání zůstala. Nenaplněná touha představuje zklamání. Zklamaná touha ovlivněná zastřenou citností se projevuje jako hrubé sobectví. Z extrémně negativního hlediska „když já ne, tak nikdo“ se zamezí odchod „milované“ bytosti zabitím. Po činu pociťuje tendence lásky jenom žal, neboť milované nebylo získáno a vše je navždy ztraceno. Lásky je jeden projev, který pociťuje smutek z odklonu lásky, sobecká žárlivost je projev druhý, zcela odlišný.

Stav, ve kterém je chtění motivačních sil ovlivněno tamasem, se pozná podle toho, že člověk při naplňování svých tužeb vědomě ubližuje lidem.

Obecně lze říci, že tamasické ovlivnění se projevuje různě, dle toho, na co jsou motivační síly zaměřeny. Pokud jsou zaměřeny na vlastní osobnost, pak zastírající a degradující vliv se projevuje jako pesimismus, malomyslnost apod. Pokud jsou obráceny ven, pak výsledkem je agresivita.

Uveďme několik příkladů:

Zášť, nepřejícnost, závist. Jedná se o tamasicky ovlivněnou touhu po uznání, která má asi tuto charakteristiku: „Zjistil jsem, že se někomu dostalo na základě určitého úspěchu uznání, pocty (nebo někdo vyhrál značnější částku peněz apod.), mně však ne! Ten přízní vyznamenaný se tím nade mne vyvyšuje a mne to ponižuje. Já ho přitom znám, on je vlastně nula! Proto mu to nepřejí!“

Nepřátelství, nenávist, mstivost. Jedná se o tamasicky zastřenou touhu po zachování osobní individuality a touhu po celkové libosti (tendence 1A + B), které negativně vyvstanou tehdy, když pociťují, že jsou ve svém základu ohroženy. To jest v zásadních názorech, hodnotách, láskách nebo když jsme byli veřejně uráženi a ponižováni apod., a proto vyhláší boj za účelem odstranění, zničení, rušivého nepřátelského působení.

Citná zastřenost tendencí má ještě mnoho dalších podob jako např. škodolibost, nepřejícnost apod. Všechny tamasicky harmonizované činitele jsou vysloveně negativní a přinášejí vždy hmotné a duševní ztráty. Jejich cílem je degradace. Jsou naprostým protikladem všech vyšších evolučních stavů a snaží se pokrok zadržovat nebo zničit.

VLIV TAMASU NA SÁDHANU

Každý sádhak se setkává na cestě s tamasickými prvky v té či oné formě, protože téměř každý člověk má v sobě trochu zastření. Tato skutečnost se však nesnadno zjišťuje, protože tyto prvky bývají maskované.

Uveďme si příklad podezřívavé předpojatosti, projevující se v situacích, kdy např. nedaleko nás si dva lidé něco sdělují. Předpojatá podezřívavost našeptává, že si určitě sdělují „o mně něco nedobrého“. Nebo když se někdo na nás „nějak“ podívá, určitě si něco nevraživého „o mně myslel a já to hned poznal“ apod.

I když se opakovaně může prokazovat, že se podezírající předpojatost nezakládá na pravdě, přece ve svém působení nepřestává a je jí věnována pozornost, neboť na první pohled vystupuje jako přítel, opatrný a obezřetný rádce, který varuje před možným nebezpečím. Tento zastřený převlek dává při neostrém rozlišování prostor tamasickému uplatnění v osobnosti. Přítomnost tamasického prvku v nás se prozradí tím, že podezřívavá předpojatost nikdy neposkytne uvolněné radostné uspokojení či jakékoliv potěšení. Potvrdí-li se totiž, že někdo o nás špatně mluvil, nenastane radost, ale rozhořčení nad tím, jak jsou lidé špatní. Nepotvrdí-li se to, pak reakce není žádná. Neschopnost poskytnout radost a uvolnění je charakteristická pro tamasický prvek, zastřenou citnost a je klíčem k rozpoznání maskovaného tamasu!

Vždy, když se jedná o motiv, který vystupuje jen negativně a nedává nikdy pozitivní pocit, je nutné brát v úvahu, že je v něm přítomen tamasický vliv.

Na tomto místě je vhodné si vysvětlit působení nevědomosti v naší osobnosti. Působí v nás silou zastírací

moci dvojího druhu. Tamas zahaluje Skutečnost a tendence radžasu vytvářejí vzruchy v mysli. Tamasický aspekt zastírá věci takové jaké jsou a mysl na ně promítá své představy. Pro tamas v mysli nejsme schopni realizovat přirozenost Skutečnosti, přirozenost našeho pravého Já. Namísto toho poznáváme objektivní svět zkušeností, což způsobují lačné a nepokojné tendence v nás. Nejenže nepoznáváme pravou Skutečnost v nás, ale místo ní zažíváme zkušenost skrze omezeně vybavené tělo, mysl a intelekt.

Nevědomost tedy působí tamasem jako zastírací moc (ávarana šakti) a zahaluje tak, že se zdá, že určitý objekt vůbec neexistuje. Působením radžasu se nevědomost může jevit jako promítací moc (vikšépa šakti) tak, že skutečnost určitého objektu je zakrytá tím, že je na něm promítnuta jevnost jiného objektu.⁸

I slabší zastření je sádhakovi na překážku zvláště je-li v kombinaci se silným radžasem (zvl. tendence 6B). Zastření se pak projevuje agresivitou a vyúsťuje v časté kritizování, neupřímnost, domněnky, pomlouvání, navádění k odporu, podporování nevíry, hromadění problémů. Polem na kterém se zastírací prvky často projevují, jsou pochybnosti. Zastírací prvek je v nich zašancován jako v pevnosti. Jakékoli množství logických odpovědí vyvracejících pochybu neuspěje, protože zdroj pochyb neleží v intelektu, ale v emotivní oblasti.⁹

Tamasický prvek působí svým degradačním vlivem na tendence jako znejistující živel s cílem odbourávat. Jeho reakce bývají negativně přehnané, z problémů nakupí horstvo i tam, kde se po nestranném ohledání zjistí překážka velikosti krtnice. I malý, bezvýznamný mylný krok či chybu zvětčí a přenesse na světlo mety ozářené náměstí.

Těmito projevy tamasické zastření radžasu s oblibou útočí na každého, kdo poskytuje sattvické poznání, které cílí k zeslabení vlivu radžasu a tamasu. Cítí-li se totiž takové ego

ohroženo podáváním duchovním poznáním, přechází často do aktivní obrany a skryje se v neupřímnosti a v předstírání, přetváře do obranných pozic, ze kterých náhle vyjíždí proti sattvickému podání do útoku s negativním myšlením a neláskou. Nejčastěji předstírá sebejistou aroganci, s cílem si ponechat nedotčené ego. Za tím účelem pomlouvá zdroj duchovních hodnot a informací a nabádá k odboji, protože sattvu touží zpochybnit a znevažít a podává ji jako nepraktickou slabost.

Osobnost tamasicky zastřeného člověka při slabší vitalitě si stýská na svou slabost, bídnost, neschopnost, nedostatek síly a nezpůsobilost s tím, že z důvodu těchto nedostatků nikdy nemůže dojít milosti boží. Nebo také – „mám obzvláštní smůlu a utrpení, jiní mají přednosti a dělají pokroky, ale já ne“.

Je nutné zdůraznit, že prvky zastřené citnosti představují na cestě za poznáním vždy nejen zkoušky a překážky, ale jsou pro odhodlaného určitým popudem, aby vyvinul více úsilí k dokonalejšímu sebepoznání, aby byl pečlivější, pokud se týká čistoty mysli a měl intenzivnější touhu a víru. Je třeba zdůraznit, že existence těchto překážek není důkazem nezralosti sádhaka. Na tyto překážky je nutné hledět jako na něco, co chybně existuje v lidském vybavení a co je nutné změnit. Sádhaka mají takové prvky aktivovat, ale nikoli příliš znepokojovat.

Měl by tamas odkrýt rozlišováním, klíčem, který jej odhaluje: působení tamasu neposkytuje radost či uvolnění. Proto ať mu neposkytuje prostor a nedopřává sluchu jeho našepťávání. Pokročilý sádhak dociluje nejlepších výsledků klidným, nevzrušeným, ale vytrvale rozhodným odmítáním jeho projevů. Takové úsilí ovšem vyžaduje dlouhodobou pozornost, ostražitě rozlišování, zaměření se na počáteční skryté fáze jeho projevu a hlavně trpělivost v jeho neustálém odmítání. Velice se doporučuje nevzrušovat se nad prvky

zastřené citnosti, ale pevně je odmítat jako projev nevědomosti a naivity. Pochyby nebrat na vědomí a přehlížet je jako úplné nesmysly. Nejvhodnější je, když se jejich projev setkává s postojem, který je lhostejně přehlíží. To pochyby likviduje nejlépe. Tím odpadá nutnost boje, který je jinak také jedním ze způsobů zájmu o ně. Zájem a pozornost je využívaje.

Tamas představuje pro sádhaka největší překážku, jelikož vytváří zastírací efekt. Při meditaci způsobuje tupou neschopnost sbalit pozornost a přemáhá spánkem.

PŮSOBENÍ SATTVY NA RADŽAS

Sobectví tendencí je poutem, které znesvobodňuje člověka křečovitým sevřením. Sattvický vliv toto sevření uvolňuje. Čím v bytosti sattvy přibývá, tím se vnitřní svoboda rozšiřuje. Působení sattvy v člověku je blahodárné, protože způsobuje změnu chování tendencí.

Sattva naprosto postrádá charakteristiku tendencí. Její vliv projasňuje a povznáší. Zpočátku vystává v mysli odděleně, a až když naroste, začne se přelévat i na tendence, které ji přijímají, protože sattva na ně nepůsobí protichůdně, ale pouze je zabarvuje, harmonizuje.

Sattvický vliv ubírá tendencím na dravosti a „mazanosti“, jejich projevy se zjemní. Stanou se klidnějšími, jejich vzrušivost se zmírní a konflikty se snadněji urovnávají, stanou se méně významnými. Očistný vliv sattvy spočívá v ní samotné, v působení její kvality. Sattvický vliv nezná sobectví, postrádá soutěživost, která je právě pro tendence charakteristická.

Tento vliv však nic nemění na samotném zaměření jednotlivých tendencí, motivačních činitelů, pouze jejich obranná a získávací aktivita je zmírněna. I reakce libosti a nelibosti přestávají mít svou prvořadou důležitost a s tím přestává neustálé vyhledávání vlastních výhod a nastává odklon od extroverze a přibývá na introverzi.

Zeslabení sobectví nese sebou i zeslabení pocitu ztotožňování s tělem, což má za následek slabší zdůrazňování smyslových potěšení, zeslabení strachu, ale nárůst vytrvalosti a statečnosti.

Dokud vládne sobectví a připoutanost, není možné spatřovat věci tak jak jsou, protože je vidíme zastřené našim chtěním. Zeslabením sobectví se osobnost otvírá a člověk nabývá schopnosti spoluprožívat pocity jiných lidí. Spoluprožívání se děje na základě „otevření se“. Když odpadne sobecká uzavřenost, utrpení jiných lidí je pociťováno jako velké strádání, protože se pociťuje téměř jako vlastní. Takto lidé soucítí s druhými a činnost zaměřená na odstraňování utrpení jiných se nazývá dobročinnou. Převáží-li sattva úplně, sobectví vymizí a takový jedinec nepociťuje vůči světu jiný popud, než soucit s těmi, kdo žijí v nevědomosti a utrpení. Sattva takto očišťuje mysl a její vliv se označuje za inteligentní. Očištěná mysl se stává nástrojem, který je schopný poznávat podstatu vlastní bytosti a představuje nutný předpoklad pro úspěch v sádhane.

Výsledkem očištného vlivu sattvy je sattvická harmonizace tendencí, to jest působení, ve kterém se tendence vyladují charakteristickými znaky sattvy.

Sattvická harmonizace představuje velkou úlevu od stisku agresivity tendencí a je prvním krokem na cestě k vnitřnímu osvobození. Jedině sattvicky harmonizované tendence jsou schopné přijímat požadavky, uvedené Pataňdžalim jako zákazy a příkazy, přičemž jejich dokonalého naplnění je schopná pouze sattvická bytost.¹⁰

Motivační činitel, který vibruje ve svých syrových a sobeckých vibracích a který se najednou ocitá pod vlivem sattvy, podstupuje ve svých vibracích postupnou změnu. Při sattvické harmonizaci motivačních sil dochází k zeslabení jejich sobeckého zaměření, ale pole jejich zájmů tím není dotčeno, jejich tématické zaměření zůstává stejné. Ubývá bezohledné chtivosti a přibývá jemnosti, neboť vše probíhá za přítomnosti sattvy.

Uvedme si několik příkladů sattvických harmonizací:

Touha po zachování osobní individuality (tendence 1A) při pociťování kontinuity vlastního „já pocitu“, bude mít sattvické zabarvení, při vědomí jeho vyšší kvality a zušlechťujícího působení.

Touha po celkové libosti (tendence 1B) přestává pro sebe vymáhat výhody a přestává být výlučně závislá na smyslových informacích; upřednostňuje pocity očištěné mysli ze sattvického cítění a čerpá radost i z radosti jiných.

Touha po materiálním zajištění přestává mít dravě sobecké znaky a má pochopení i pro materiální potřeby jiných.

Touha po lásce (tendence 4A) bude stále chtít prožívat plnost psychického a tělesného souladu, ale bude volit takového partnera či partnerku, která nebude rušit jeho sattvické pocity a cítění a bude podporovat jeho snahy o sattvické ladění v životě.

Podobně bude hledat obdobnou vnitřní přibuznost i u svých přátel (tendence 5); obecně však není silně vyvinutá a dává často přednost samotě před pobytem na frekventovaném místě.

Touha po uplatnění se (tendence 6A) dává přednost kvalitě a dravě se neprosazuje a zaměřuje se spíše na obecný prospěch.

Touha po uznání (tendence 6B) nic nevymáhá a uznání spíše přijímá než vyhledává.

Práce, kterou člověk z popudu tendence činnosti vykonává (tendence 7), není sobecká a je vždy připravená pomoci jiným v nouzi apod.

Z uvedeného platí, že ke spokojenému šťastnému pocitu je třeba zpomalit a zjemnit dynamiku radžas, což dokáže jediné vlivu sattvy. Tyto dvě guny možno označit za stavitele našeho štěstí.

Toto je jednoduchý recept na štěstí – avšak jen teoreticky. Jeho praktické uskutečnění vyžaduje bdělé úsilí.

Sádhakovi se radí, aby kontroloval tendence a tamas pomocí sattvické přirozenosti, která hledá pravdu o věcech a správný způsob činnosti. Moudrý sádhak se vždy snaží pozvednout tento aspekt tím, že věnuje všechny činnosti svrchovanému Pánu. Návod jak zdokonalit tento aspekt dává studium Bhagavadgíty. Sádhak musí rozvinout sattvu do té míry, aby byla schopná nejprve kontrolovat projev tendencí a tamasu, aby je později úplně vytěsnila a sama pak mohla celou mysl vyplnit.

BHAGAVADGÍTA A GUNY

Bhagavadgíta na rozdíl od filozofie sánkhja neuznává samostatnost entit Přírody a Ducha. Bůh Kršna, který v BG vystupuje, je jediným zdrojem všeho a je i Pánem prakrti, Přírody. On je Duch; jedinou Bytostí, jediným Bytím v celém vesmíru je On. On jediný je kvality spirituální a vše ostatní se označuje za ne-bytí, ne-Já. Takto, jako ne-bytí, se označuje i prakrti, Příroda, která vzešla z Ducha a je na Něm závislá. Ne-bytí je z hlediska tvoření nezbytným

důsledkem. Z něho, ze světa, pocházejí nedokonalosti, které se v něm odehrávají, v něm však je i místo pro růst a vývoj; je to region ve kterém se uskutečňují božské záměry.

Podobně jako sánkhja, BG uvádí, že prvotními složkami prakrti jsou guny, které jsou základem všech substancí. Když BG pojednává o gunách, její záměr je především etický a zabývá se jejich kvalitami a působením v člověku.

Než uvedeme vybrané verše pojednávající o gunách je třeba se zmínit o způsobu jak se běžně překládají sanskrtské výrazy guna, radžas, tamas a sattva, které jsou takto v originále uvedeny.

V překladech BG se překladatelé snaží čtenáře jakoby ujistit, že se nejedná o výrazy, které by předpokládaly určité speciální znalosti. Snaží se proto sanskrtské výrazy převést do předmětných ekvivalentů. Tím však pokrouťí sanskrtský význam, přičemž se domnívají, že přemostili dva myšlenkové systémy a postarali se o jejich srozumitelnost. Tím se však pojmy velice ochuzují, případně se stanou zavádějícími.

Sanskrtské pojmy brahman, átman, prakrti, guna je lépe nepřekládat, neboť jejich přesné ekvivalenty chybí. V každé filozofii či vědním oboru existuje určitá slovní terminologie. Píše-li někdo o fyzice, jistě se neodvážá vynechat pojem „vektor“, či jej jinak interpretovat jen proto, že se v hovorovém jazyce nevyskytuje.

Guny bývají v překladu nejčastěji uváděny jako přírodní síly nebo kvality. Sattva jako čistota, pravda, radžas jako neklid, moc, a tamas jako temnota, nevědomost.

Čtenář, který pozorně pročetl charakteristiku jednotlivých gun a jejich vzájemná působení, dochází nutně k závěru, že tu jsou popisovány pouze určité zlomky z jejich charakteristiky, která je ve skutečnosti daleko obsáhlejší.

Uveďme si verš z BG, který pojednává o gunách. Je to

verš z XVIII. kapitoly, verš 40, který prohlašuje vládu gun nad veškerými bytostmi vůbec a který zní takto:

„Na zemi, ani na nebi mezi bohy není stvoření, které by bylo volné od těchto tří gun, které pocházejí z prakti.“

Tímto veršem ze závěrečné kapitoly BG je zdůrazněno panství gun nad vším jemnohmotným, nad vším živým ve vesmírné Přírodě. BG tu prohlašuje, že každá, i lidská aktivita se odehrává pod vlivem gun a že mimo gun není v Přírodě činnosti. Všechny bytosti jsou gunám poslušny a vše je skrze ně vykonáváno.

První zmínka o gunách je uvedena v druhé kapitole, verši 45:

„Vědy pojednávají o třech gunách a jejich funkcích. Ty, Ardžuno, se však musíš od gun osvobodit. Musíš se osvobodit od dvojnosti (od párů protiv), buď upevněn v sattvě a buď povznesen nad hromaděním a uchováváním, buď vlastněn pouze átmanem.“

Kršna zde nabádá Ardžunu, aby byl pevný v sattvě, protože jediné rozvinutá sattva je schopná nenásilně kontrolovat tendence. Zvláště upozorňuje na tendenci 1B (libost a nelibost) a aby si dával pozor na tendenci 3, vlastnění (srv. i Jógasútra II, 38 zákaz hrabivosti).

III, 5:

„Nikdo není schopen ani na okamžik setrvávat v nečinnosti. Každý je bezmocně poháněn k činnosti gunami, zrozenci prakti.“

III, 27:

„Všechny činnosti jsou vykonávány gunami prakti, ale člověk jehož mysl je pomatena jástvim, se domnívá, že je konajícím.“

Zde je jasně odhaleno, kdo je konající. Činné jsou guny a ztotožnění myslí s gunami dává vznikat pocitu konajícího.

III, 28:

„Kdo však zná pravdu o rozdělení gun a jejich působení ten ví, že guny působí na guny a zůstává nedotčen.“

Je až neuvěřitelné jak je jasné poselství BG, použijeme-li sanskrtského pojmenování guna. Překlad, který používá pojmu kvalita pro gunu, nezní zdaleka tak přesvědčivě:

„Kdo však vpravdě zná odlišnost mezi kvalitami a činy, ten si uvědomuje, že kvality působí v kvalitách, a neulpívá.“

Kršna zde nabádá k poznání gun jako takových a sděluje vrcholné poznání, že guny jednoho působí na guny druhého a že gunami vytvářená objektivní tvorba působí na guny v mysl. Guny samy o sobě jsou si subjektem, ale i objektem, jsou proto ve vztahu subjektu i objektu a tvoří plnost jevové existence a vždy působí guny na guny.

III, 29:

„Kdo jsou pomýleni gunami, ulpívají na činech, vytvářených gunami. Ale ať nikdo, kdo zná celek, nezneklidňuje mysl těch, kdo jsou v nevědomosti a znají jen část.“

Kršna zde zmiňuje chybu, které se často dopouštějí ti, kdo čerstvě dospěli k určitému poznání a touží, aby poučili své méně pokročilé souputníky a zároveň neznají poučku, že poznání vlastního osvětleného stavu se nemá obecně předávat neosvětlenému, – viz Kristovo „nehažte perly svínám“.

III, 37:

„Požehnaný Pán pravil: Jsou to žádostivost a hněv, zrozenci guny radžas, kteří pohlcují vše a jsou nanejděšší zlí. Věz, že oni jsou zde nepřítelem.“

Zmínka o všepohlcující žádostivosti tendencí a označení za zlého nepřítele se týká jevu, kdy chtivou dravostí tendencí je zakryta přirozenost svrchovaného Já. I zbývající verše BG této kapitoly se zabývají problémem jak zvládnout žádostivost tendencí, jak tohoto nepřítele podrobit.

IV, 13:

„Stvořil jsem čtyři kasty, rozdělené podle gun a činností. Ačkoli jsem Stvořitel, věz, že jsem nečinný a neměnný.“

Čtyři kasty rozdělené podle gun jsou tyto: Sattva dominuje, radžas je sekundární, na třetím místě je tamas; radžas dominuje a sattva je sekundární, třetí je tamas; radžas dominuje a tamas je sekundární, třetí je sattva; tamas dominuje a radžas je sekundární, třetí je sattva. Toto čtvero dělení je vyjádřeno ve stvoření. Zbývající možnosti kombinace – sattva dominuje a tamas je sekundární a naopak, se samy o sobě vylučují.

VII, 12:

„Ať vzniká působením gun jakýkoli sattvický, radžasický nebo tamasický stav, věz, že pochází ode Mne. Já však nejsem v nich, ony jsou ve Mně.“

VII, 13:

„Celý svět oklamán těmito třemi stavy, pocházejícími z gun, Mne nepoznává, neboť jsem nad nimi a nepomíjivý.“

VII, 14:

„Mou božskou máju, tvořenou gunami, je těžké překonat. Ale ti, kdo hledají útočiště jedině ve Mně, máju překonají.“

Sádhak zde dostává svrchované prohlášení, že máju tvoří guny, které zastírají Svrchovaného, který je nad nimi. Dosáhnou Ho jedině ti, kdo hledají útočiště v Něm, kdo jdou cestou sattvy, protože jedině sattva vede nad sattvu. Jedině ten, kdo odmítá a překoná „atraktivnost tendencí“ je schopen upnout svou pozornost a oddanost na Svrchovaného.

XIII, 19:

„Věz, že prakrti a puruša (Duch) jsou bez počátku a rovněž věz, že z prakrti pocházejí všechny proměny a guny.“

XIII, 20:

„Praví se, že prakrti je pricinou účinku (těla) a nástrojů (smyslů) a individuální já je příčinou prožitků libosti a nelibosti.“

XIII, 21:

„Individuální já zůstávající v prakrti, prožívá působení gun. Připoutanost ke gunám je příčinou zrodu v dobrých či špatných lůnech.“

Kapitola třináctá, která pojednává o rozdílu mezi Duchem a Přírodou, poukazuje na schopnost gun držet individuální já v zastření (tamas) a jednat v okouzlení z lesku objektů (tendencí). Tyto dvě drží jedince ve vazbě nejpevněji. Nenaplnění tužeb po lákavých objektech je příčinou, že bytost se z lačnosti rodí znovu a znovu. Celá obrovská problematika dění světa se tu smrskává a je tu odhalena jako pouhopouhé působení gun. Tím je znovu vyzdvíhena výjimečnost jejich postavení a účinků.

XIII, 22:

„Svrchovaný átman v těle je znám jako Zřící, Schvalující, Podporující, Zažívající, Nejvyšší Pán a svrchované Já.“

XIII, 23:

„Kdo takto poznává átmana, prakrti a guny, ten ať jedná jakkoli, již se znovu nenarodí.“

Čtrnáctou kapitolu, která bývá nazývána „3 guny“ nebo „Prameny lana“, uvedeme celou.

1. Šrí Kršna pravil: „Nyní znovu vyjevím poznání svrchované moudrosti, nejlepší ze všech. Realizací toho všichni mudrci odešli z tohoto světa k nejvyšší Dokonalosti.“
2. „Kdo dosáhli tuto moudrost, stali se se Mnou totožní, nezrodí se už v době tvoření a zůstávají nedotčeni v době zániku.“

3. „Velké brahma (prakrti) je mým lůnem. Do něho vkládám sémě a z něho se rodí všechny bytosti.“
4. „Ať kterékoli lůno vytvoří jakoukoli formu, velké brahma (prakrti) je jejich lůnem a Já jsem Otcem, který do něho vkládá sémě.“
5. „Tři guny, sattva, radžas a tamas jsou zrozeny z prakrti. Poutají nepomíjivého vtěleného.“
6. „Z nich sattva svou čistotou osvětluje a je bez kazu. Poutá ke štěstí a touhou po vědění (poznání).“
Poznáním je zde míněna touha po intelektuálním vědění. Pouto ke štěstí (sattvickému) je velmi jemné.
7. „Věď, že radžas má povahu žádostivosti a vzniká z žízne a připoutanosti. Vtěleného poutá pevně ulpíváním na činech.“
Verše zde charakterizuje poutací působení radžasu jako „pevné ulpívání“. Čtenář ať porovná tuto vazbu s vazbou popsanou v předchozím verši.
8. „Věď však, že tamas, zrozené z nevědomosti, klame všechny vtělené bytosti. Poutá klamem, nedbalostí a tupostí.“
9. „Sattva váže ke štěstí, radžas k činům, avšak tamas zahluje poznání a váže nedbalostí.“
10. „Sattva převládne tím, že překoná radžas a tamas. Radžas převládne opět tím, že překoná sattvu i tamas a tamas převládne, překoná-li sattvu a radžas.“
11. „Vystupuje-li ze všech bran těla jas poznání, věď, že narůstá sattva.“
12. „Chtivost, činorodost, podnikavost, nepokojnost a žádost vznikají, narůstá-li radžas.“

13. „Zatměnost, nečinnost, nedbalost a pobláznění se rodí, narůstá-li tamas.“
14. „Zemře-li člověk ve stavu, kdy převládá sattva, pak dosáhne neposkvrněný svět těch, kdo mají nejvyšší vědění.“
15. „Zemře-li člověk ve stavu, kdy převládá radžas, zrodí se mezi těmi, kdo lpí na činech; kdo zemře když převládá tamas, zrodí se v lůnech určených poblouzněným.“
16. „Praví se, že dobré činy mají přirozenost sattvy a jsou čisté, zatímco plodem radžasu je bolest a plodem tamasu je nevědomost.“
17. „Ze sattvy vzchází poznání a z radžasu chtíč a lačnost, z tamasu vzniká nedbalost, nerozpoznání a nevědomost.“
18. „Kdo jsou upevněni v sattvě, spějí vzhůru, kdo patří radžasu, zůstávají uprostřed (v prostředním světě) a klesají dolů, kdo si libují v nižších způsobech tamasu.“
19. „Když moudrý nevnímá jiného činitele než guny a zná-li i to, co je nad gunami, přichází ke Mně.“
20. „Překročí-li vtělená bytost ony tři guny, které vyvstávají z těla, pak je osvobozená od zrození, smrti, stárí i bolesti a dosáhne nesmrtelnosti.“
21. Ardžuna řekl: „Jaké znaky má ten, kdo překročil ony tři guny? Jak se chová a jak je překonává?“
22. Šrí Křšna pravil: „Nechová odpor k světlu (sattvy), či k činorodosti (radžasu) a poblouznění (tamasu), jestliže povstanou a jestliže ustanou, netouží po nich.“
23. „Je podobný tomu, kdo sedí bezstarostně, nevyveden z klidu gunami, setrvává bez pohnutí vědom si toho, že činnosti pocházejí pouze z gun.“

24. „Spočívá v átmanu, přijímá stejně libost i nelibost, pohlíží stejně na hroudu, kámen i zlato, zůstává stejný ve věcech příjemných i nepříjemných a chválu i obvinění staví naroveň.“
25. „Je nedotčen poctou i opovržením, je stejný k přátelům i nepřátelům, a proto z něho nevychází iniciativa k činnosti, o tom se praví, že překročil guny.“
26. „Kdo Mi slouží s láskou a nekolísající oddaností, ten rovněž překonává guny a je vhodný se ponořit v brahman.“
27. „Neboť Já jsem základem nesmrtelného a nepomíjivého brahman, odvěkého řádu a naprosté blaženosti.“

Jedinečný význam poznání důležitosti gun, jejich nezastupitelnosti jakožto faktorů přinášejících jedinci poznání, zkušenosti a vývoj vedl k tomu, že tu byla uvedena celá čtrnáctá kapitola BG. Autor tím však nepochybně upřednostnit tuto kapitolu před ostatními.

V kapitole sedmnácté a osmnácté se uvádí sattvické, radžasické a tamasické přístupy. Z pohledu gun je tu popisováno jejich ovlivňování různých činností, vlastností a pojetí.

Kapitola sedmnáctá uvádí ony tři přístupy k víře, rozlišování potavy, provádění obětí, pokání a dávání darů.

Kapitola osmnáctá uvádí obdobně tři druhy pojetí odříkání, poznání, vykonávání skutků. Dále třídí z hlediska ovlivňování gun osobnost činitele, získávání poznání, vytrvalosti a pojetí štěstí.

Z každého z těchto klasifikačních přístupů vyplývá výtečnost sattvy a její etická účinnost je tu zdůrazňována.

Vyzdvihuje se jako spolehlivý a jistý prostředek na cestě sádhaka.

Jako závěrečné motto uveďme si dotaz, který byl žákem položen Ramanu Maháršimu: „Máme číst Bhagavadgítu?“

Ramana: „Vždy!“

SATTVICKÉ CÍTĚNÍ

Vliv sattvy v sádhane je rozhodující, protože sattva umožňuje cestu k osvícení. Z toho důvodu sádhak vytrvale usiluje, aby sattva v jeho mysli převážila.

Síla projevu každé guny v jedinci je přímo závislá na tom, jak často má možnost průchodu. Guna radžas bývá v chodu nejčastěji, jelikož si tendence neustále všimají široké palety světských zájmů. Charakteristikou tendencí je, mimo jiné, jejich extrovertnost, sklon mysli ven a fascinace vnějšími věcmi a taková mysl hoduje na objektech, které ji zvenku smysly předvádějí. Proto tato guna bývá u většiny lidí nejvyvinutější.

Jak již zmíněno, tendence jsou také příčinou veškerého nepokoje a neklidu mysli a spolupůsobí při zastření rozlišovací schopnosti. Má-li se sádhak zbavit jejich tyranie, musí vědomě věnovat pozornost sattvě a jejím vlivem projasnit svou osobnost. Musí podstoupit heroický boj s drakem (tendencemi), který mívá desítky hlav, schopných znovu a znovu narůstat a nadto ještě plivat ochromující jed (tamas).

Úspěch sádhaka závisí především na tom, jak se mu podaří eliminovat vliv tamasu a zeslabit vliv tendencí. Sádhak se stane na tamas postupně bděle citlivým, jakmile začne

pociťovat jeho zastírající nástup. Nesmí mu umožnit prostor na rozvinutí. Jak si má počínat bylo již popsáno v kapitole pojednávající o vlivu tamasu na sádhanu.

Relativně obtížnějším úkolem bývá zeslabení vlivu tendencí, aby tak byl dán přirozený prostor sattvě. Předpokladem pro jejich zeslabení je, aby mysl, která je obvykle orientovaná na vnější věci, byla zaměřena dovnitř. K tomu má dvě metody: meditaci a sattvické cítění.

Trvalého a bezpečného sklonu mysli dovnitř nelze docílit bez pravidelné praxe meditace, kdy se jedná o intenzivní volní úsilí. Soustřeďuje-li se sádhak do svého nitra, stáčí pozornost mysli dovnitř. Je-li meditace často a dostatečně dlouho prováděna (aspoň 30 minut), stane se rovina pozornosti mysli introvertní, skloněná dovnitř.

Jak správně provádět meditaci není předmětem tohoto pojednání. K tomu je dobrá každá meditační metoda, která sleduje ztišení a vyprázdnění mysli, o čem pojednává dostatek dostupné literatury.

Všechny sádhany jsou však zajedno v názoru, že má-li mít sádhak na cestě úspěch, je třeba vynakládat úsilí neustále. Nestačí mít pro sádhanu vyhrazené „úřední hodiny“, to jest provádět pouze meditaci a ostatní čas ponechávat na pospas tendencím, které svým přirozeným zájmem o věci vnější vrátí sklon mysli zase zpět. Výsledkem je „houpačka“ a sádhak si stýská, že by potřeboval více meditovat a že bohužel nežije někde v odloučenosti.

Ke stálému hlídání sklonu mysli dovnitř je velmi vhodná druhá metoda, používání sattvického intelektu. Používání této zbraně sestává z ovládnutí meče rozlišování, kterým se rozpoznává nejrůznější havěť motivačních sil, kterou nutno přemáhat odpoutaností. V daném případě to znamená neposkytovat jim příliš důležitosti tím, že se pokusíme odtahnout od jejich přesvědčivosti, vzpomenutím si na jejich pomíjivost a na jejich ne-já prvek.

Pozitivní používání sattvického intelektu spočívá ve vědomém věnování pozornosti sattvickým myšlenkám a sattvickému cítění, jakožto harmonizujícímu působení na syrovou agresivitu motivačních sil. Tím se cílevědomě poskytuje prostor pro nárůst sattvy a uskutečňují se tak předpoklady pro postupný nástup sattvické harmonizace motivačních činitelů. To znamená, že je třeba být ostře na stráži vůči dravé aktivitě motivačních činitelů, které vytahují mysl ven, aby mohla hodovat, a okamžitě zapínat pozitivní sattvické myšlenky a sattvické cítění. Je-li mysl takto vytrvale stáčena dovnitř, přestávají mít tendence přirozenou možnost se „venku“ nasytit a tak jim ubývá na dravosti. Děje se tak spíše z důvodu neexistence příležitosti k projevu a nikoli proto, že by se zeslabovaly. To nastává až po delší praxi. Sádhak tu budiž varován. Tendence se mohou stáhnout do hlubších vrstev mysli a tam čekat na svou příležitost, přičemž v sádhakovi může vzniknout zdání, že jsou již zeslabeny a zvládnuty. Sádhak, jehož pečlivost, pozornost a kázeň poklesla, bývá překvapen náhlostí a prudkostí jejich výbuchu.

Sattvické cítění je charakterizováno pocitem celkové lehkosti, čistého povznesení, vnitřního jasu, klidného a harmonického míru, jemného chápání, něhy až dojetí.

Sattvické cítění se projevuje při setkání s krásou přírody, ať už v projevu něžné krásy květin nebo v úchvatné kráse členité krajiny, při pohledu z výšky a při širokém rozhledu do krajiny, pohledu na horský masiv a podobně. Sattvické cítění vystupuje velebně také při pohledu na hvězdami posetou nebeskou klenbu. Vzniká, máme-li možnost například pozorovat ve skrytu něžné krmení ptácat rodiči. Rozeznává se, stojíme-li před velkým uměleckým dílem dokonalé krásy nebo při poslechu hudebního díla obdobných kvalit; projevuje se při jakémkoli uměleckém projevu dokonalého provedení. Mocně vystupuje, setkáme-li se s dobrými

harmonickými vztahy mezi lidmi, zvláště pak s obětavou pomocí, nezištně a nenápadně prováděnou. Sattvické citění vzniká též, setkáme-li se s moudrým vyjádřením pravdy, odhalí-li se nám určité skryté poznání pravdy a spravedlnosti. Nejmocněji vystupuje při pohledu do tváře sattvických bytostí a při přebývání v jejich přítomnosti.

Silný sattvický stimul nastává například při myšlenkovém zaměření na vznešené téma a při rozjímání o něm, při čtení a studiu Písma, duchovní literatury, čtení ze života mudrců a světců, což vše jsou tlumočené projevy sattvických bytostí. Velmi dobrým úvodem pro nástup sattvického citění je modlitba.

Sattva narůstá sdružováním se společenstvím pokročilých sádhaků a samozřejmě stykem se světci a mudrci, kteří jsou však velmi vzácní.

Sádhakovi se doporučuje, aby se vědomě více otvíral situaci, která sattvické citění vyvolává. Je dobré na sebe nechat působit situaci, která sattvické citění vyvolala a dobře ji uložit v paměti. Důležitou pomůckou je vzpomínkové znovuvyvolávání situace, při které citění nastalo. Vznikne tím znovuvnívání situace a vzpomínkové vyvolání sattvického citění, což má za následek jeho osvěžení a prodloužení. Vytvalé pokusy a vynakládané úsilí jsou pro úspěch nezbytné. Sattvické citění je třeba znovu a znovu v mysli obnovovat a prodlužovat. Po určité praxi je aspirant nejen schopen vyvolat sattvické citění vzpomínkou na již vzdálenou situaci, která v něm citění vyvolala, ale nabývá též schopnost navodit sattvické citění i pouhou vzpomínkou na samotný průběh tohoto pocitu a dokáže tento pocit udržovat. Dosáhl-li sádhak tohoto bodu, pak je pro něho sattvické citění jen otázkou pozornosti a vzpomnutí. To je známkou, že v něm začíná sattva převažovat. Fakt, že v bytosti sádhaka existuje sattvická pobídka vzít další vývoj intenzivněji do rukou, je znakem jeho zralosti.

Vypěstovat v sobě systematicky správné emocionální návyky je nanejvýš důležité. V praxi to znamená, že sádhak bude podporovat návyky, které neruší sattvické působení. Čím více je mysl prostoupena sattvickým vlivem, tím více je schopna odpovídat na jemnější popudy a tím má menší zájem reagovat na hrubší vibrace běžného radžasického života. Čím více sádhak rozvine lásku, úctu, sympatii, oddanost, soucit a touhu sloužit bližním a velkým mudrcům, tím se jeho bytost stane jemnější a odpoutanější od hrubých impulzů radžasického života, které zůstanou bez odezvy. Cílem je udržet sattvické citění nepřerušovaně co nejdéle. Sádhakovi se doporučuje, aby byl ostře bdělý a všimal si kdy a po čem nastává pokles či přerušení sattvického citění. V takovém případě ať stopuje svou mysl a chování zpět až k okamžiku kdy citění měl. Tak pozná, kdy a v čem udělal chybu. Ať si uvědomí chybu s tím, že byla závažná (nesattvická), když byla schopná přerušit sattvické citění a ať se rozhodne, že při opakování podobné situace se v budoucnu bude chovat tak, aby k přerušení sattvického citění nedošlo. Ať se chybou dál nezabývá a ať se snaží sattvické citění znovu aktivovat.

Důležité je stále připamatovávání si přirozenosti vlastního pravého Já, jehož poznání je přirozeným smyslem sádhakova života. Zvyk připamatovávání se nedosahuje pouhým rozhodnutím sádhaka, že si tak bude počínat, ale je výsledkem vytrvalého intenzivního úsilí, které může trvat mnoho let. Překážek ve formě strhujících akcí tendencí, které dávají zapomenout na sattvické citění, se není možno zbavit dříve než sádhak dosáhne pokročilý stav. Nejvhodnější metoda, která vede k trvalému připamatovávání si svrchovaného Já, je metoda sebezkoumání dle Ramana Maháršiho.

Význam pěstování sattvického citění spočívá v trvalé volbě možností. Usiluje-li sádhak vytrvale o jeho pěstování, prakticky vytváří zvyk sattvické orientace své mysli

a vědomě tak pomáhá sattvické přeměně osobnosti. Tímto vynakládá úsilí v sádhane, bez ohledu na to, čím je zaměstnán. Ví, že neprovádí samoučelnou činnost a že sattvické cítění není konečným cílem, ale že svým počínáním nasazuje uzdu bezhlavé toulavosti vlastní mysli, zvláště pak tužbám tendencí. Sattvicky ovlivněná mysl je pro sebezkoumání a meditaci daleko lépe připravená, než byla-li ponechána přes den bez dozoru. Sattvické cítění je takto praktickým prostředkem a příspěvkem na cestě za poznáním Skutečnosti, kterou má sádhak stále za cíl svého života a trvalý podtón sattvického cítění v mysli je znakem pokročilého sádhaka.

Když se pohybujeme ve světě a nechceme nikomu ubližovat, pak sattvické cítění představuje výtečný a přitom jednoduchý klíč ke správnému chování, který zároveň nahrazuje svazky knih poučení jak si správně počínat v té které situaci. Pokud jednáme se světem, a v tónu naší mysli zaznívá sattvické cítění, jsou všechny úvahy o správnosti či nesprávnosti našeho počínání zbytečné. Pokud naše mysl ladí se sattvickým cítěním, pak to co děláme je správné, o tom není pochyb.

Pro sádhaka to představuje velké uklidnění a zjednodušení. Prakticky to znamená, že nemusí dělat nic jiného, než onou částí mysli, která je přivracená dovnitř, udržovat v sobě sattvické cítění – alespoň jako podtón – a druhou částí dlít pozorně venku, jednat se světem a odpovídat na jeho popudy. Je zřejmé, že takové ladění naplňuje osobnost pocitem souladu a míru.

BLAHO

Všechny živé bytosti usilují o libost, příjemnost, štěstí. Od jednoduchých prvoků, hmyzu, ptáků, savců až po mocné vládce, všichni usilují vyhýbat se nepříjemnému a touží po příznivém. Každý člověk dychtí po tom, aby žil ve šťastném prostředí, které by nebylo potřísněno kazem smutku. Touha uniknout z nepříznivého a dosáhnout příznivé pohánění nejen člověka, ale všechno živé. Touha po bezpečí, pohodě, je všemu živému zcela přirozeně vlastní.

Štěstí je zřejmě nepřirozenějším cílem všech bytostí.

Člověk si běžně představuje, že jeho štěstí je závislé na vnějších okolnostech. Proto se snaží opatřovat si zdroje příjemnosti, jako jsou jídlo, ošacení, bydlení, peníze, životní partner, rodina, přátelé apod.

Podle běžně rozšířeného názoru člověk prožívá štěstí, získá-li objekty, které vnímá svými smysly a uspokojí-li tužbu, kterou po nich pociťuje. Mysl vybíhá za vnějšími objekty stále ven v přesvědčení, že lze z nich získat štěstí. Počíná si tak proto, že smysly jsou svou přirozeností orientovány ven. Smysly jsou tím, co přináší zvenčí barvitě informace, které svou pestrostí lákají jedince, jenž se pak domnívá, že to, co mu chybí, je venku, že je tam k dosažení. Proto člověk hledá štěstí obecně mimo sebe. Žene se za všemi druhy objektů, protože jsou mu v mysli předváděny a slibovány jako zajímavé. Získá-li člověk objekt, po kterém toužil, zažívá příjemný pocit uspokojení. Vzhledem k časové souvislosti mezi získáním objektu a příjemným pocitem nastává krátkozraké vkládání pocitu do objektu a vzniká přesvědčení, že pocit potěšení v získaném objektu spočívá.

Dalším obecně rozšířeným názorem je, že nepřetržitá řada takových potěšujících zážitků skýtá to, co nazýváme

štěstím. Trocha úvahy však ukáže, že tomu tak není, protože příjemnost tlumočená smysly se velmi brzy opotřebuje. Sladkost se přejí, vůně se přesytí a líbezná melodie se ohraje. Příjemné pocity jsou vystřídány lhostejností či dokonce odporem, jedno zda se jedná o chuťové, sluchové, zrakové, čichové nebo hmatové počítky. Ani reakce na méně smyslově závislé počítky však nemusí mít také dlouhé trvání. Pochvala a uznání, které jsme si vysloužili a vytoužili, vyvolává potřebu jejího opakování a zvyšování a není-li obnovována, jsme nervózní a znechucení.

Z uvedeného zřejmě vyplývá, že štěstí není v objektech obsaženo, že týž objekt nemusí vždy poskytovat stejný pocit libosti a může být i vystřídán zážitkem pocitu nelibosti.

Co v nás vlastně touží a proč? Proč horoucně vytoužený objekt po získání nedává ono množství potěšení, které se zdál předtím slibovat? Co konkrétně dává pocit uspokojení, štěstí?

Tyto otázky napadají toho, koho povrchní konzumace života již neuspokojuje a pociťuje vnitřní pobídku zkoumat, jak se věci opravdu mají. Jsou to otázky, které se vyvíjejí na začátku cesty za poznáním.

Základní hodnotou, jedinou devizou na světě je radost, spokojenost, štěstí, blaho a nedostatek této hodnoty vyvolává touhu a pobídku tento nedokonalý stav vyrovnat.

Obraz Boha, který v nás působí, vytváří pocit nedostatečnosti a tvoří základní pobídku hledání a toužení. Všechny živé bytosti touží po blahu proto, že mají blaho v sobě hluboce zakódované, jinak by po něm nemohly od první chvíle narození toužit. Motivační činitelé mají v sobě přímo vrozenou touhu po naplnění potřeby, to jest po dosažení stavu libosti. Jsou citliví na nedostatek libosti, a proto mají jedince vždy znovu a znovu k tomu, aby toužil po naplnění jejich tužeb, aby hledal štěstí nejrozličnějšími způsoby a směry.

Jak známo, touha má jedince k tomu, aby si svou aktivitou opatřil určitý prostředek, o kterém předpokládá, že nasytí potřebu motivačního činitele. Čím jsou tyto faktory v osobnosti více vyvinuty, tím jsou jejich vibrace intenzivnější a slibují pak velké uspokojení, přičemž promítají do mysli očekávání pocitu velkého štěstí. Jógové Písmo říká, že touha před svým naplněním slibuje zážitek štěstí velikosti hory Meru (mytická hora). Po naplnění se však prožívaná odměna radosti zmenší do velikosti špendlíkové hlavičky, což má za následek, že tendence nedocházející k opravdovému uspokojení. Na jejich úrovni panuje věčná žízeň.

Slibování, toužení a následné nedokonalé naplnění touhy s tím, že začneme toužit po něčem dalším, je dynamice guny radžas zcela vlastní. Je to pro její vrtkavou povahu typické. Je to její přirozenost a ona si v tom libuje. Klidné spočinutí z nasycení je jí cizí. Její úroveň je proud pohybu, který plyne neustále jako proud v řece. Není jí dáno se spokojeně zastavit. Když se proud v řece zastaví, tak ta voda přestává být řekou. Podobně když guna radžas ztratí svou dynamiku, přestává být radžasem a ztrácí svou charakteristiku.

Toužení je hluboce poznamenáno nevědomostí. Touha se ve skutečnosti netýká předmětů, které hledá. Touze jde o prožitek blaha, nikoli o předmět. Zkoumáním a troškou úvahy docházíme k poznání, že vnější předměty neobsahují to, co od nich požadujeme a že naše žádosti se opravdu netýkají předmětů. Pro nevědomost nepoznáváme blaho svého svrchovaného Já, jemuž je blaho vlastní a spojujeme potěšení stále s událostmi.¹¹

Bájný mudrc Manu prohlašoval: „Touha není nikdy spokojena¹² užitím objektu touhy. Stále narůstá a je podobná ohni, ke kterému se přidává palivo.“ Sama o sobě však touha není zlem, pouze hledí vyrovnat nedostatek (blaha). Jenom sobecké touhy nutno vykořenit. Touha po spojení s Božstvím není nesprávná.

Proveďme nyní rozbor průběhu akce určité touhy a následného pocitu libosti. Určitá tendence, např. společenská, touží, má potřebu se stát členem určitého spolku, ke kterému není snadný přístup a je proto pokládán za významný. Po shánění známostí a intervencí jedinec oprávnění ke vstupu do spolku obdrží. Získávací aktivita společenské tendence, která trvala jako vibrující touha a vzrušení, se uklidnila naplněním. V tu chvíli zažívá jedinec pocit radosti, spokojenosti a uvolnění mysli. Šťastný pocit však trvá jen potud, pokud jej nepřeruší nová motivace, která vyvolá v mysli starost: „Co si vezmu na sebe, až tam půjdu, vždyť nemám nic vhodného“ – a pocit libosti je zatlačen další získávací aktivitou, vibrací další touhy po nové potřebě.

Není-li radost v předmětech inherentní, odkud se bere na onen krátký okamžik když se touha naplnila?

Obecně se uznává, že se štěstí zažívá i v bezesném spánku, kdy není žádných předmětů a žádný konkrétní pozitivní zdroj štěstí není znám. Uspokojení je ve spánku skutečné a je zkušeností každého. Slova „to jsem se krásně vyspal“ značí, že se jedná o pozitivní štěstí a nikoli o pouhou úlevu od únavy, bolesti apod.

Otázka tedy zní: Co dává vznikat pocitu štěstí když v předmětech není obsaženo a tendence samy pocit štěstí svými aktivitami jen ruší? Jediná možná logická odpověď je, že zdroj blaha musí ležet mimo tendence, to značí mimo mysl. Musí mít původ v naší vlastní přirozenosti, v naší podstatě, ve svrchovaném Já. Co tomu říká Písmo?

Brahman, svrchované Božství, bývá popisováno jedinou pozitivní charakteristikou jako sat-čit-ánanda, to jest jako neomezené Bytí-Vědomí-Blaho. Brahman se považuje za jedinou citnou existenci, na rozdíl od Přírody, která je necitná a disponuje pouze odrazem neomezeného Vědomí ve své necitné fázi. Brahman je sumou neomezeného blaha a Písmo říká, že všechna smyslová potěšení jsou jen

zlomkem blaha brahman. Říká, že brahman, neboli svrchované Já, je jediným rezervoárem veškerého blaha vůbec. Všechna radost, libost, kterou člověk pociťuje, pochází z brahman. Srv. Tajtrija upanišadu (3, 1–6), když vypravuje, jak Bhrigu Varuni se obrátil na svého otce Varunu, aby mu vysvětlil tajemství brahman, tajemství vesmíru. Jeho otec mu řekl, aby hledal to, z čeho všechno povstalo, z čeho všechno žije a do čeho se vše vrací. Varuna synovi doporučil, aby prováděl askezi a duchovní modlitbu. Bhrigu docházel postupně k poznání. Nejprve se domníval, že je tím země, ale otec s tím nebyl spokojen. Pak se domníval, že tím je životní dech (prána), později mysl, pak rozum, až nakonec došel nejzazšího poznání, že blaho je tím hledaným. Neboť: „Z blaha všechny bytosti vzešly, blahem všechny žijí a do blaha se všechny vrací.“

Vtírá se tu pochyba. Je-li tomu tak, pak by měla být kvalita prožívaného blaha vždy stejná, čemuž však zkušenost odporuje. Radost z povýšení či pochvaly je jiná, než radost z nových šatů, návštěvy dobrého přítele apod. Je tomu skutečně tak. Jelikož se jedná o specifické touhy tendencí, jejich výsledkem jsou specifické radosti.

Každý motivační činitel vibruje, touží, ve vlastní rovině, každá vibrace má svou vlastní charakteristickou formu, která je pro každého činitele konstantní, viz např. chuť na něco k jídlu je pociťována v nitru odlišně, než touha se „blýsknout“ nebo touha po milované osobě apod. Rovina vibrace je utvářena profilem dráhy či řečištěm, kterým touha do aktivity protéká.

Vrátíme-li se k příkladu uspokojení tendence společenské, pak si připomeňme, že v okamžiku, kdy přestala její vibrující aktivita, došlo k naplnění její touhy a nastalo její uklidnění. Současně se v mysli projevil pocit štěstí, který však trval jen potud, pokud do mysli nevstoupila nová aktivita jiné motivační síly. Z toho vyplývá, že aktivita motivačních

sil představuje mocnou překážku pro blaho, které v pravém slova smyslu čeká za osobností.

Blaho, které uvolněným řečištěm proniká, je profilem řečiště formováno do stejné roviny, v jaké tam kmitala motivační síla. Blaho tím neztrácí svůj blahonosný projev, avšak tím, že je formováno do tvaru profilovaného řečiště, jímž protéká, obdrží znak onoho profilu, oné motivační síly, s typickými znaky „její“ radosti.

Uvolnění aktivity, vibrací, představuje odstranění překážky, která brání průniku blaha. Uvolnilo se ovšem jen jediné řečiště, ve kterém kmital jen jediný motivační činitel. Proto se vždy pociťuje jen uspokojení jednoho motivačního činitele, ne všeobecné nepodmíněné blaho, a radost, která se uvolnila po ustání vibrace určitého činitele, např. společenského, jak tomu bylo ve shora uváděném příkladu, má vždy zcela určitou formu.

Tak, jak se touhy každé jednotlivé tendence ve svých vnitřních projevech různí, tak i libost, radost každé tendence má svou vlastní charakteristiku. Zdroj blaha je jeden a týž, ale pociťované potěšení – radost – blaho se různí a má vždy svou zvláštní charakteristiku.

Ze shrnutí toho, co bylo řečeno, vyplývá:

1. Mysl je obsazená a naplněná tendencemi, resp. motivačními činiteli.
2. Blaho, které je brahman vlastní, nemůže proniknout do mysli, protože mu brání vibrace tendencí, motivačních činitelů.
3. Blaho může proniknout do mysli
 - a) modifikovaně – uspokojí-li se určitá specifická touha a ustanou-li její vibrace, blaho pak pronikne do mysli uvolněnou drahou projevu, kde předtím vibrovala

příslušná tendence, motivační činitel. Modifikované blaho je pak pociťováno jako určitý druh libosti. Ostatní tendence sice v mysli intenzivně nevibrují, ale jejich neuspokojení znamená, že vibrují latentně, takže neuvolňují svá řečiště pro všeobecný průnik blaha.

- b) nemodifikovaně – uvolní-li se celý obsah mysli jako např. při hlubokém spánku nebo jak je tomu při vyčištění mysli např. v samádhi.

Závěrem pojednání o blahu uvedme několik slov z Čándoghja upanišady (7.17):

Kde je tvoření, tam je pokrok. Kde není tvoření, tam není pokroku – poznej přirozenost tvoření.

Kde je radost, tam je tvoření. Kde není radosti, tam není tvoření – poznej přirozenost radosti.

Kde je nekonečné, tam je blaho. Není blaha v konečném. Pouze v nekonečném je blaho – poznej přirozenost nekonečného.

SEBEPOZOROVÁNÍ

Člověk, který se snaží o zvládnutí svých motivačních činitelů, to jest kvalit svých přání, a není přitom vyzbrojen poznáním jejich činností, má asi stejnou naději na úspěch jako generál, který vstoupil na nepřátelské území se svou armádou, aniž by znal terén a možnosti nepřátelského vojska, jeho slabé a silné stránky. Usilujeme-li o poznání a praktickou změnu přirozenosti našich tendencí a docílení jejich sattvické

harmonizace, pak je teoretická znalost, která nám umožňuje poznat povahu našich přání, neboli potřeb motivačních činitelů naprosto nezbytná.

Nejprve musí sádhak poznat, jak motivační síly v jeho nitru působí, rozeznat, která z nich je právě v akci. K tomu je nezbytnou podmínkou dobrá teoretická znalost tendencí. To znamená, že sádhak musí bezpečně znát jejich rozdělení tak, aby tato znalost byla při pozorování pohotově použitelná.

Má-li si sádhak začít rozumět a poznávat, pak nejlépe začíná s praxí tohoto pozorování. Zde však platí dvojnásob, má-li kdo mít úspěch, je třeba opravdu chtít a vynakládat opakované úsilí. Nestačí „jen tak chtít“. O sebezpozorování musí aspirant poznání opravdu stát a mít ho v každodenním životě naprogramované, jinak se úspěch nedostaví.

Ovšem mysl, která je ve vleku tužeb a přání, vytváří v nitru prostředí plné neklidu, které je rozkmitáno vzruchy a vášněmi. Tendencemi obsazená mysl nebývá schopná poznat své chyby, svou zaujatost, překroucené a iluzorní názory o životě, který vede. Je neschopná se pozorovat a najít něco špatného ve svém životě a názorech i když její pokroucenost je značná a každému jinému zřejmá.

Dokud se domníváme, že jsme našimi přáními a touhami a jsme ztotožnění s pocity libosti a nelibosti, jsme těsně spojeni s hrubohmotným tělem i jemnohmotnou myslí, potud nejsme schopni se odpoutat od projevů tendencí a pozorovat je jako něco, co my sami nejsme. Jinak nedokážeme pozorované dostatečně objektivizovat. Při pozorování se doporučuje se odtáhnout a zaujmout klidný nevzrušený postoj, který potřebu té které tendence nehodnotí. Projevy tendencí je nutno pozorovat a zkoumat tak, že je začneme vnímat jako pouhé pohyby, které se odehrávají v našem nitru a které s námi nejsou identické.

Úspěšné poznávání motivačních činitelů závisí i na tom, zda je jedinec schopen se slespoň na čas vymanit ze začaro-

vaného kruhu tužeb a myšlenek, ze stavu spěchu a napětí. Musí si uvědomit, že k pozorování potřebuje klidný a nevzrušený intelekt, takový, který je pod vlivem sattvy, což bývá ve chvílích klidu, kdy se nám podařilo vystoupit z kolotoče každodenních aktivit tendence činnosti. Pozorování se zvláště nedaří, je-li mysl vzrušená a plná dravých přání; tehdy lze říci, že jakmile je naplněná dynamikou radžasu, na sebezpozorování si ani nevzpomene. Ve chvílích zklidnění se daří hledět „dovnitř“ a najít místo, odkud jedinec bude schopen pozorovat vše, co se v jeho nitru odehrává.

Místo odkud pozorování vychází může být různé. Někteří takový bod umísťují do prostoru mezi obočím, jiní zase na temeno hlavy. Nutnou podmínkou úspěchu je, aby pozorující místo bylo klidné a hlavně odtážené od dění motivačních činitelů. Zvláště je nutno zdůraznit, že nesmí být ovlivňováno libostí či nelibostí (tendence 1B). Vytvořit v sobě nestranné místo však vyžaduje neúnavně opakované pokusy.

Když jedinec instaloval svůj pozorující intelekt, nastává nutnost si na takový stav zvyknout. Je podobný určitému probuzení k vnitřní přítomnosti. Doporučuje se, aby se v něm jedinec zabydlel a upevnil tak, že mu schází, není-li pociťován.

Když se nám podaří zaujmout pozici nestranného svědka, pozorovatele motivačních sil, začneme objevovat a vypracovávat přesvědčivý a nezvratný důkaz, že my sami nejsme totožní s motivačními činiteli.

Běžný způsob nazírání říká, že já (ego) je totožné s myslí, ve které probíhá chtění a nechtění, touhy a odpory, které všechny mysl zažívá jako vlastní. Čili já se hněvám, já se raduji, já se lekám, já miluji, nenávídím apod. Nyní však pozorujeme jak v nás „něco“ tlačí, chvěje se, bublá, to jest zlobí se, bojí se, raduje se, touží, chce či nechce. Pokud ovšem pozorujeme „svůj“ hněv, radost, leknutí, pak nemůžeme být

oněmi pocity, protože my sami tyto pocity z našeho subjektu nepochybně jako objekt pozorujeme.

Při pozorování automaticky zaujímáme postoj subjekt–objekt. Pozorující, my, já našeho subjektu, logicky pozoruje vše co není subjektem, co my sami nejsme. Subjekt, já, pozoruje co je objekt, ne-já. Když pozorujeme motivační činitele pak se jedná o pozorování objektu, který je z hlediska subjektu, já, cizím ne-já prvkem. Pozorující tak zjišťuje, že motivační činitele jsou síly, které žijí na úkor jeho samého, kterým propůjčuje svou pozornost, čímž je živí, a že veškerá přání a touhy nejsou jeho vlastní, ale je to jen promítání motivačních sil na subjekt, na jeho já, do jeho mysli.

Je to šokující objev. Velikým promítajícím je sama Příroda, která přesvědčivě vybavuje vše živé těmito touhami. Tak pečuje o všechny bytosti, aby získaly potřebné zkušenosti a mohly se vyvíjet!

Motivační síly tak přesvědčivě zbarvují plochu našeho vnímání, že věříme, že barva, kterou jsou „zbarveny“ a kterou na plátno našeho vnímání promítají, je barva nás samých. Promítnutá barva působí tak věrohodně, že je-li červená, cítíme se také červenými. Přesvědčivostí působení motivačních sil jsme tak zhypnotizováni, že věříme, že jimi na nás promítnutá přání a touhy jsou touhami našeho já.

Mnohé jistě napadne otázka, jak je možné, že nás motivační činitele tak dlouho nepoznaně ovládají a co jim dává tak přesvědčivou sílu. Děje se tak proto, že se s nimi ztotožňujeme. S čím se ztotožňujeme, čemu dáváme pozornost, tomu dáváme život a to pak má nad námi moc. Nebo jinými slovy – s čím se ztotožňujeme, to nás kontroluje, s čím se neztotožňujeme, to můžeme kontrolovat.

Tento objev je pro každého aspiranta poznání nesmírně závažný, neboť mu předvádí sílu ztotožňování. Když se s něčím ztotožníme, s jakýmkoli pomíjivým jevem, silou ztotožnění jej zahrnujeme do subjektu. To mu dává zdání

skutečnosti! Na podobné poukazuje výrok mudrce Ramany Maháršiho, který říká: „Vše, co máte udělat je odskutečnit neskutečné a uskutečnit Skutečné.“

Kam by měl sádhak zavěsit svou pozornost aby pozoroval tendence? Napřed si musí všimnout, kde pociťuje v těle pocity radosti, smutku, hněvu, kde je místo úderu leknutí apod. Poměrně snadno se pozorují a lokalizují negativní pocity, různé formy nelibosti a obranného působení, např. zármutek apod., protože jsou dostředivé, stahující a noří nás do nitra, jsou bodové. Pozitivní pocity, libost, radost apod., jsou odstředivé, rozšiřující, rozprostírající se více v ploše.

Sádhak musí naprosto bezpečně lokalizovat místo výstupu motivačních činitelů a opakovaně jej prověřovat, až si je zcela jist, kde k tomu dochází.

Svá pozorování sádhak nesmí ovlivňovat předsudky. Zvláště tím, co se o tom již dříve dozvěděl a doslechl. Přistupuje nezúčastněně a polem jeho pozorování je mu jeho vlastní tělesný organizmus a jeho vlastní nitro, které může pozorovat jen on. Nicméně bylo zjištěno, že lokalizace tendencí, motivačních činitelů je u každého stejná a není rozmanitě rozprostřená. Tak jako vše i toto je podrobeno určitému uspořádání.

Tendence se neprojeví, sedíme-li na židli s úmyslem je pozorovat. Co by je mohlo v takové chvíli motivovat? Můžeme je pozorovat jediné tehdy, jsou-li v akci. Sádhak musí být díky tréninku schopen okamžitě poznat, oč v jeho nitru běží, která tendence se chystá vystoupit z relativního klidu (stadia latentní vibrace) a vstoupit do akce (intenzivní vibrace) a s okamžitým rozpoznáním jejího chtění či odporu ji být schopen zařadit.

Aby se aspirant naučil správný postoj při pozorování a dobře se naučil si rozpoznávací pohled do nitra, je třeba, aby prováděl mnoho pokusů. Musí se dovnitř „dívat

a dívat“. Jen vytrvale prováděné pokusy aspiranta naučí co to je jemný, rozlišující pohled do nitra. Je jistě zkušeností každého, že chceme-li se něčemu opravdu naučit, máme úspěch jedině když tomu dáme opravdovost. Čím je věc závažnější, tím mohou být nezdary zpočátku větší a první zdárné výsledky nechávají na sebe čekat. A v našem případě se jedná o tak závažnou věc jakou je poznávat a rozumět sám sobě! Podívejte se kolem sebe kolik znáte lidí, kteří sami sobě rozumí!

Úspěch mívá jen ten, komu se podaří překonat obranu a nechuť tendence 1B, touhy po celkové libosti, která při disciplíně sebepozorování začne na nezvyklost reptat, zvláště nejsou-li výsledky brzy patrné. Reptá asi v tom smyslu: „Vždyť se nic neděje, je to pořád stejné, to je nějaká blbost. Heleď nech toho, to není nic pro tebe.“

Je třeba na takové reakce předem upozornit, protože nejsou nic neobvyklého. S velkou pravděpodobností se s nimi kde kdo setká. Silnou nechuť možno pocítit hned od začátku, takže se vůbec o to nepokusíte. Jedná se o praktickou ukázkou obranného působení tendence 1A, obavy ze ztráty pocitu vlastní individuality, obavy před poškozením duševního zdraví. Tendence a jejich motivační činitelé nejsou jen něčím na papíře nebo něčím o čem se jen teoreticky hovoří. Jsou to živé a existující síly a každá působí svým specifickým způsobem. Toto je jedna z ukázek, kterou si můžete na sobě ověřit.

Aspirant si musí dále uvědomit, že motivační síly vůbec nespěchají ochotně k tomu, aby se nechaly pozorovat a aby se nám odhalovaly. Právě naopak. Nejsou-li poznány, mají nevázanou svobodu a mohou si dělat co chtějí. Motivační činitele si v příšeří našeho nitra, v podvědomí, žijí zcela živelně. Každé úsilí o jejich pozorování, je-li soustředěné a působivě prováděno, znamená pro ně nebezpečí, že jim hrozí omezení nebo i konec svobody. Je proto pochopitelné,

že naše pozorování nevitají a ze všech nejvíce tomu brání tendence 1A, obranné působení psychické tendence ve formě motivačního činitele obavy před poškozením duševního zdraví. Ten při pozorování vysílá obranné názory typu, že se člověk takovým sebepozorováním může i pomátnout a skončit tak říkajíc ve „cvokhausu“. Nebo bude mazaně říkat, že je nejlepší nechávat věcem přirozený průběh a že toto je násilné. Cílem takové odrazující aktivity není nic jiného než zachovat stávající navyklý postoj a vyhnout se jeho změně, která představuje neznámou (a tím nebezpečnou) i když možná lepší situaci. Je to náš konzervativní faktor v akci, který usiluje o to, aby se naše duševní struktura nezměnila.

Prostudujete-li si tabulku tendencí zjistíte, že žádná z nich nebude mít zájem o sebepozorování. Z kterého motivu můžeme tedy sebepozorování provádět, která motivační síla jej bude podporovat, když žádný radžasický činitel o to nemá zájem, ba ani si to nepřeje?

Jediným spojencem je sattvicky ovlivněný motivační činitel tendence 6A. Když totiž touhu po uplatnění se ovlivní sattva svým nesobeckým jasnem, vznikne sattvicky harmonizovaný motiv s touhou uskutečnit vlastními silami určité sattvické poznání. Bude mít přibližně tento postoj: „To bych přece mohl(a) dokázat, vždyť to stojí za to!“ Sattvicky harmonizovaný motivační činitel tendence 6A je snad pro každého první hnací silou, která se zapojuje do uskutečňování cesty za poznáním. Tento činitel je proto velmi užitečný.

V akci je každá tendence pocíitelná ve formě vln vibrací, stahů či tlaků, přičemž každá tendence má vlastní specifický způsob projevu, který si vždy zachovává a který je pro ni charakteristický. Rozvinutí schopnosti objektivizace tendencí ve vlastním nitru se zdá být snazší pro ty, kteří mají klidnější povahu, kteří mají možnost žít v ústraní a vzdálení ruchu. Je pravděpodobné, že při odtahitém způsobu života lze snadněji rozvinout odpoutanost, ale nesmí se

zapomenout, že se požaduje nejen se dostat nad získávací tlaky, ale i nad obranné, což může být nepoměrně svízelnější. Pro rozpoznávání obranného působení tendencí jsou exponovanější životní situace nepoměrně vhodnější.

Nicméně při velkém pracovním zatížení fyzickém nastává vyčerpání a nedostává se síly k sebepozorování a při velkém zatížení intelektu nastává orientace myslí ven a sklon myslí dovnitř se vytrácí. Z toho důvodu je nespěchavá činnost nejvhodnější.

Na začátku sebepozorování je sádhak schopen sledovat jen výrazné tlaky tendencí. Může je vysledovávat dvojím způsobem:

- a) zvolit si určitou tendenci (motivačního činitele) s úmyslem ji vypožorovat. Pozornost má přitom stočenou dovnitř a vyčkává na určitou situaci, v níž se zvolená tendence projeví a tu pak svědomitě stanovuje a analyzuje. Tímto způsobem projde postupně všechny tendence.
- b) bere situace tak jak přicházejí a s pozorností upnutou dovnitř pozoruje vždy onu tendenci, která je právě v akci.

K bodu a)

Tento způsob je sice časově náročnější, ale bezpečnější. Na začátku je aspirant schopen si všímat tlaků, které vytvářejí jen výrazně vyvinuté motivační činitele. Aspirant tehdy pozoruje místo, kde pociťuje nejsilnější tlak a sleduje jeho formu (tlak bodový, dostředivý, odstředivý, vlnový, horký, svírající apod.) a případně i další sekundární pocity tělesné, odehrávající se v jiných částech organismu (různá sevření, chvění, změněné dýchání atd.). Proto se pro začátek doporučuje si vybrat nejlépe takový motivační činitel, který poskytuje silné reakce libosti a nelibosti. Zvolte si například touhu po uznání. Prostudujte si charakteristiku této touhy a uvědomte si při jakých příležitostech se může vyskytovat. Buďte připraveni a mějte pozornost nějakým procentem

přivracenou dovnitř s úmyslem ji pozorovat. Vyčkávejte situace při které by se tato touha mohla projevit, to jest když vás například někdo pochválí nebo vyjádří svůj obdiv nad něčím, co pochází od vás. Tehdy se pozorně podívejte do sebe a pátrejte co se ve vašem nitru děje, jak touha po uznání na pochvalu reaguje nebo reagovala, jaké jsou nebo byly pocity, které uspokojenou touhu doprovázely. Nespokojte se s jedinou takovou situací a jedinou analýzou, ale pátrejte a hlídejte dále, dokud nebudete mít jistotu jak získávací působení touhy po uznání vypadá.

Jako pomůcku pro hledajícího aspiranta uvedme pro ná-zornost jak se projevuje získávací tlak touhy po uznání. Primárně se projevuje jako náhlý prudký výstup palčivého bodu uprostřed prsou, který v jeho středu tlačí, až burácí. Dále vystupuje až vyrazí prudký nával teplého až horkého proudu směrem k hlavě. Při větší intenzitě nastává sekundárně zrychlení tepu, tlukot srdce. Tlak v hlavě na sebe strhuje veškerou pozornost a míří jen k příležitosti k uplatnění, na niž neustále upozorňuje proud myšlenek, nutící k využití takové příležitosti.

Až zvládnete a poznáte projevy jednoho motivačního činitele, vyvolte si z tabulky získávací působení dalšího. Takto se postupně vaše schopnost sebepozorování zvětší a nabydte i schopnost zaostřit ji na určitý i třeba velmi jemný projev. Postupně tak projdete i slabší projevy, to znamená vaše méně vyvinuté motivační činitele a můžete přikročit k pozorování obranného působení motivačních sil. Po praxi, kterou jste předtím získali, vám toto půjde daleko rychleji.

K bodu b)

Pozorování motivačních činitelů se provádí průběžně a prakticky vypadá asi takto: „Právě pociťuji touhu si s někým popovídat; je to zřejmě tendence 5B, touha po styku s lidmi. Kde pociťuji tuto sílu a jak se projevuje?“

Aby byl člověk schopen poznat působení všech motivačních činitelů, k tomu je třeba si osvojit zvyk určitého rozdělení pozornosti, aby neustále dlela jednak venku a všímala si světa a jednak aby byla stočena i určitou částí dovnitř a všímala si reakcí tendencí jako odpovědí na situace vnímané zvnějšku.

Kdykoliv se nás vlivem nějaké tendence od pozorování snaží odvést hněv či popudlivost, je třeba se naučit rychle si uvědomovat jejich vibrační projevy, jedno zda jsou prudké či slabé. Zpočátku budeme vždy znovu zjišťovat, že jsme se dali strhnout, aniž jsme si toho byli vědomi – hněv tu na jednu byl. Jedině usilovným a vytrvalým cvikem se v mysli postupně vyvine pozadí, které si začne být vědomo všech pohybů, které se v nitru odehrávají. Je to tichý (sattvic-ký) pozorovatel, který jen pozoruje a do chodu mysli nezasahuje. Pozorovatel nehodnotí to, co pozoruje, pouze ví. K obsahu pozorovaného se nevyjadřuje a zůstává zcela neutrální, pouze zařazuje. Tento postoj je velice důležitý, bez jeho zvládnutí sádhak nemůže očekávat objektivně správné výsledky.

Nebudeme-li se dívat na pohyby tendencí neutrálně tak, že o tom nevědí, ale naopak s ostrým zaměřením pohledu dovnitř, pak projevy slabších tendencí ustanou a projevy ostatních tendencí zeslábnou s tím, že nebude co poznávat. Pozorování tendencí se musí dít „jaksi mimochodem“, jakoby pozorováním za záclonou, přičemž se „díváme z okna ven“. Vmísí-li se pozorovatel do obsahu mysli s úmyslem ji podle nějakého klíče třídit, pak přirozené a „bezstarostné“ předvádění se tendencí přestává, protože jsou světloplaché.

Tendence jsou neaktivnější nepociťují-li, že jsou pozorovány. Když se nám však podaří zaujmout a upevnit se v pozici sattvického pozorovatele, který na tendence nepůsobí protikladem nebo potlačením, ale jen jejich zjemněním,

jejich aktivita se počne zmírňovat. Naše chování postupně přestává být pouhou slepou výslednicí aktivity tendencí a začne probíhat více méně za vědomé přítomnosti sattvického pozorovatele.

Úspěch je závislý do značné míry na zralosti sádhaka, na hloubce jeho přesvědčení, že on sám emoce neprožívá, že on sám se neraduje, ani není tím, kdo má smutek, ale že má propůjčené neomezené Vědomí, jehož světlo se zrcadlí v mysli, kterou používá.

Aspirantovi – sádhakovi – se doporučuje, aby si vzal k ruce tabulku tendencí a porovnával ji s tím, co zjistil. Získá tím jistotu, že při poznávání získávacích a obranných tlaků žádný motivační činitel nevynechal. Každou jejich aktivitu musí ovšem lokalizovat a popsat ji. Dobré znamení, že činnost motivačních činitelů dobře poznal, představuje schopnost, že dovede tlak těchto sil vyjádřit a písemně popsat. Pokud toho není schopen, pak nemá ještě dostatek poznávacích zkušeností a musí přidat na pozorování. Obvykle se z nedočkavosti pozorování věnuje příliš málo času. Pouze opakované pokusy pozorování motivačních činitelů mohou situaci vylepšit. Teprve když aspirant popsal všechny formy tlaků, které se u motivačních sil vyskytují, může tento úkol pokládat za splněný.

Sádhak musí být připraven na nezdar, když se znovu dal strhnout aktivitou tendencí a uvěřil jejich přesvědčivému působení. Není jiného řešení, než po analýze, která ukázala „kdy a kde se zapomněl“, se vrátit, odtáhnout se a znovu zaujmout místo pozorovatele a pokračovat v úsilí. Důležitou podmínkou je „si vzpomenout“ a odtrhnout svou pozornost od vnějšího působení tendencí a nasměrovat ji do nitra. Pokud se to děje, sádhak je na cestě. Úspěch předpokládá vytrvalé cvičení.

Existuje však jedno ujištění, které může sádhaka povzbudit. Jakmile se jednou upevní správný sebepozorující

postoj a sattvická introverze je upevněna sattvickým cítěním, pak potřeba neustále vypjatého pozorovacího úsilí přestává. Tendence v podstatě zkratnou a výskyt jejich divokých výstřelků se stane vzácnější a když tak se stanou velmi krátkými.

Schopnost mysli bystře pozorovat je závislá na rozlišovací schopnosti, kterou jedinec disponuje. Citlivost mysli je opět závislá na množství rozlišovacího světla (buddhi), které může do mysli vstoupit. Čistá mysl je vždy klidná a tu nabývá sádhak jedině ukázněním. Jinými slovy – zamítá všechny motivační činitele, které skrze smysly či jinak mysl vzrušují a roztříšťují. Takový stav vede ke křečovitému rozkmitání, ve kterém není místa pro soustředěnou pozornost. Proto je rozpoznání nežádoucích motivačních činitelů nezbytné a pro ukáznění mysli nutné, neboť jinak nastane zábrana průniku světla rozlišovací schopnosti. Nejlepší způsob jak zdokonalit schopnost sebepozorování spočívá v posilování pozice pozorovatele. Kdykoli se rozzlobíme, ztratili jsme to, o co běží. Pokud provádíme pozorování, nemůžeme se rozčítit, neboť pozorující se nikdy nerozčítuje. Pokud jsme zaujali postoj pozorovatele, můžeme sledovat s porozuměním a zájmem každou dramatickou situaci, avšak bez rozčítání.

Jen ten, kdo je upevněn v realizaci svrchovaného Já, zaujímá zcela přirozeně a nepřerušovaně pozici čirého svědka, pozorovatele. Je tomu tak proto, že sám je nad gunami.

Obecně lze říci, že je již velký rozdíl mezi tím, kdo je navyklý se zabývat sebepozorováním a tím, komu se to jen občas podaří. Sádhak proto usiluje aby rozšířil neosobní postoj pozorování. I když to zní chladně až studeně a cvičení je chladné, lidé se nestanou studenými. Právě naopak. Dosáhne-li pozorující stadium, kdy svědkovi ubyde na jeho radžasické „ego substanci“, začne poznávat co život je.

Sádhak by neměl nikdy podléhat malomyslnosti (koho

však nedrželo její sevření?). Ta představuje jednu z nejhorších překážek na cestě a je nutné proti ní bojovat. Náboženství není daleko toho, pokládat malomyslnost za hřích a našeptávání ďábla. Metafyzicky se jedná o omyl, klam, způsobený tamasem. Sebepozorování v nejzazším slova smyslu vede k poznání, že nejsme tím malým egem, onou křižovatkou gun. Dokud setrváváme v názoru, že tací jsme, potud jsme slabí, nemohoucní a plní pochyb. Jedině praxe může zviklat toto mylné přesvědčení a dosadit správné poznání, jež je korunou, ke kterému sebepozorování vede.¹³

GRAF TENDENCÍ

Na základě působení zákona karmanu se každý člověk narodí s určitým seskupením tendencí radžasu a určitými vlivy ostatních dvou gun. Některá guna či tendence jsou v některém člověku více vyvinuty, v jiném méně. Více vyvinuty jsou zpravidla tendence, od kterých člověk očekává největší množství prožitků, protože stojí v jeho žebříčku hodnot nejvýše. Jedině pole tendencí je polem, na kterém člověk získává zkušenosti. Děje se tak na základě radostného naplnění tužeb nebo zklamání z jejich nenaplnění. Jelikož jsou tendence pro vývoj člověka svým významem nenahraditelné, je poznání jejich kvalitativního a kvantitativního zastoupení v osobnosti velmi důležité.

Aby měl sádhak přehled o vlastní skladbě tendencí své osobnosti, či jejich motivačních činitelů, je nutné zachytit a poznat jejich aktivitu v mysli. K získání přehledného poznání nejlépe slouží vypracování grafu tendencí. Člověk

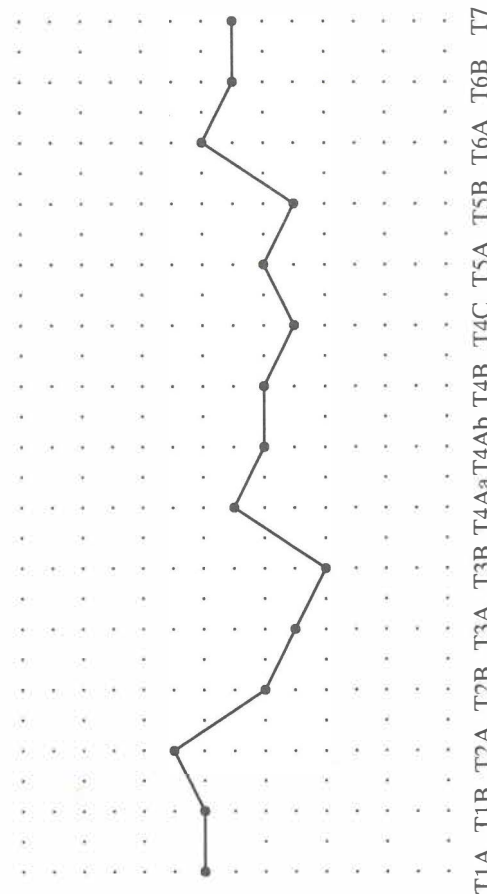
mívá určitou představu o tom, co ho těší a co nikoli, nebo se alespoň domnívá, že to ví, ale přehled o zastoupení tendencí, vzorec osobnosti, detailní znalost skladby vlastních motivačních činitelů zná jen ten, kdo je schopen je analyzovat. Již při prvním pokusu o vypracování vlastního grafu tendencí dochází téměř vždy k překvapivým zjištěním a neočekávaným objevům v jejich skladbě.

Provést dobrou analýzu vlastních motivačních činitelů však není snadné, neboť běží o pracný, i když zajímavý úkol. Než sáhne k vlastní analýze skladby svých motivačních činitelů, musí si uvědomit, že pro jejich vyhodnocování nemá k dispozici absolutní měřítko. Lze zjistit pouze poměrové zastoupení motivačních činitelů v osobnosti. Toto relativní omezení však není na újmu vypracování dobrého a užitečného grafu, neboť i tak poslouží k zjištění, který motivační činitel je v osobnosti nejsilnější, který nejslabší a jak vypadá střed.

Přikročí-li sádhak k vlastnímu vypracování, je vhodné aby vybral za základ takový motivační činitel, který považuje za středně vyvinutý. Měřítkem mu bude získávací touha. Předpokládejme, že si aspirant vybere za základ touhu po přátelství, tendenci 5A, její získávací působení a porovnává ji s podobným získávacím působením, touhou jiného motivačního činitele. Výsledkem srovnání může být, že je jeden silnější, nebo že jsou oba stejné. Je-li mezi nimi rozdíl, snaží se jej poměrově vyjádřit. Po tomto odhadu učiní druhý krok, porovná jeden z vyjádřených činitelů s dalším, třetím a vyjádří poměr předchozích dvou k němu.

Při vlastním sestavování postupuje sádhak asi takto:

Touha tendence 2B je silnější než tendence 3A, ale slabší než tendence 1A. Tendence 1A je silnější než tendence 4Aa a tato je silnější než tendence 2B atd. Porovnáním a hodnocením tendencí se zvýší schopnost introspekce sádhaka a vyvine se větší citlivost pro vnímání jemných rozdílů



v jejich projevech. Při poctivém postupu může tak vzniknout hodnotný graf tendencí.

Druhým grafem, který nicméně může být i poněkud odlišný, je graf vzniklý na základě porovnání obranného působení tendencí, při kterém sádhak postupuje obdobným způsobem jako při sestavování grafu získávacího působení. Určitá odlišnost v hodnocení se vysvětluje tím, že obranné reakce bývají intenzivnější než získávací. Je známo, že překonat odpor je pro většinu z nás daleko obtížnější než zvládnout přitažlivost k určitému objektu.

Při vypracování grafu sádhak nakreslí přímku o délce 15 cm a po jednotlivých centimetrech vyznačí 15 bodů, tj. čtrnáct motivačních činitelů a tendenci činnosti. 1 cm = tendence 1A, 2 cm = tendence 1B, 3 cm = tendence 2A, 4 cm = tendence 2B, 5 cm = tendence 3A atd. Intenzitu motivačních činitelů vynáší v kolmé přímce. Zkusmo vyneše takto onu tendenci, kterou si zvolil za normu. Např. bere si za základ tendenci 2A a vynese ji do výše 4 cm. Jeho tendence 1A je slabší než tendence 2A, ale silnější než tendence 4Aa, ale tato je silnější než tendence 2B, která je stejně silná jako tendence 5A, ale tato je silnější než tendence 3B atd., až vznikne graf, např. této konfigurace:

Vypracování grafu si vyžaduje obvykle delší dobu a doporučuje se jej opakovaně prověřovat, opravovat, případně revidovat. Graf se nesmí uspěchat. Nabytí schopností svědomitého zkoumání si vyžaduje trpělivost. Sádhak se musí naučit zaujmout postoj pozorovatele a současně hodnotitele. Bude-li opakovaně usilovat o pečlivé pozorování a zkoumání, vytříbí se v něm schopnost bezpečného jemného vyhodnocení.

Vyhoví-li vypracované grafy opakovanému poctivému prověřování sádhaka, pak ať je opatří datem a odloží a nevrací se k nim dříve než uplyne rok. Sádhak, který provádí sádhanu, bude pravděpodobně překvapen, porovná-li rok

starý graf s tím, jaké působení tendencí po té době pociťuje a pozoruje.

Zachycení určitého stadia v našem životě a pořízení jakéhosi časového snímku v něm existujících motivačních sil představuje jedinečnou hodnotu grafu tendencí. Jeho jedinečnost spočívá v tom, že pokud si sádhak při jeho sestavování poctivě a svědomitě počíná – a to je v jeho nejvlastnějším zájmu – představuje takový snímek dokument o tužbách a přáních, obavách a odporech, které v určitém daném čase svého života přirozeně v mysli zastával. Hodnota takového vysvědčení je pro každého očividně zřejmá a představuje jedinečnou a zároveň jedinou možnost jak zdokumentovat úroveň a stav mysli-osobnosti v určitém časovém úseku našeho života. Porovnávací hodnota takových zjištění je nasnadě.

VÝZNAM SATTVY V SÁDHANĚ

Základním smyslem provedeného rozboru tendencí, resp. jejich motivačních činitelů, je upozornit sádhaka, že přání a obavy vznikají působením guny radžas, že nejsou jeho vlastní ať jsou jakkoli přesvědčující, že se jedná o prvky ne-Já, které jsou v mysli každého člověka aktivní. Při získávací či obranné aktivitě jsou tyto síly v činnosti tak sugestivní, že na sebe strhnou veškerou pozornost mysli a sádhak vždy znovu a znovu zjišťuje, že se ztotožnil s jejich aktivitou a tuto pokládá za vlastní, za projev svého já a že je konajícím, který prožívá i jejich výsledky s tím, že jejich libosti a nelibosti jsou jeho pocity. Čím je prožitek silnější, tím je ztotožnění

intenzivnější a chvíle zapomenutí se delší. Výsledkem je otročení radžasů.¹⁴

Radžas a tamas představují kontaminující vlastnosti mysli, proto je pro sádhaka prvořadě důležité, aby odhalil a poznal zastírací působení guny radžas i zatemňující působení guny tamas a nastoupil tak cestu, která osvobozuje od vázanosti. K tomu je velkou pomocí, uvědomí-li si, která tendence je právě v chodu. Měl by poznat co tendence v jeho nitru chce, k čemu ho má, čeho se obává apod. K tomu mu dobře slouží, zaujímá-li pozorovací místo oproštěné od tendencí a které je vyplněné sattvou. Samotné rozpoznávání tendence je již aktem, kdy je tendence položena na pitevň stůl a sattvický intelekt ji pak posuzuje a hodnotí, zda její počínání je možno schválit, či jako zavádějící a nežádoucí zamítnout. Odhalení chodu určité tendence je pro tendenci vždy „nepříjemné“, protože pozorování ji zeslabuje.

Sledování působení gun v našem nitru vyžaduje více postojů, z nichž každý má svůj vlastní význam. Je třeba:

- a) dívat se do své mysli, snažit se stále se do ní dívat
- b) pochopit a zaujmout pozici nezúčastněného svědka
- c) odhalit tendence jako cizí prvek, který je ne-Já
- d) rozpoznat tamasické zastření a neposkytovat mu prostor k rozvinutí
- e) poznat, když se mysl zabývá „jalovou“ činností (nejčastěji tendence 1A)
- f) rozpoznáním příčin hněvu, rozladění apod. docílit celkového uklidnění osobnosti
- g) zavést do mysli vliv sattvy cílevědomým vyvoláním sattvického cítění
- h) vybavit sádhaka sattvickým intelektem.

Cílem však není vytvoření jakési vylepšené osobnosti, vylep-

šeného ega, ale zlepšení struktury osobnosti tak, aby byla vhodnější pro sádhanu.

Sádhak může být po provedení analýzy svých gun zklaman tím, že v sobě najde jiné, horší, zastoupení tendencí než očekával a bude se pociťovat depresivně. To je běžné, neboť dokud je ego, u každého se najdou nedostatky. Ať je náleze vyplývající z analýzy gun a zvláště tendencí jakýkoli, jeho výsledkem by v žádném případě neměl být pocit méněcennosti, malomyslnosti a zklamání. To by vedlo jen k tamasickému ochrnutí.

Je-li výsledek analýzy pravdivý, pak ukazuje na opravdové složení tendencí a gun. Je-li sádhakovo úsilí na cestě opravdové, pak je nutno tuto skutečnost přijmout, neboť je výsledkem předchozích karmanových důsledků a je vybavením, které pro cestu v tomto životě obdržel.

Pokud se chtěl za účelem poznání opravdově poznat, výsledek musí přijmout. Akt přijetí sebe sama je nesmírně významný a do značné míry podmiňuje další vývoj sádhaka. Pokud není schopen přijmout výsledek analýzy znamená to, že analýza byla provedena nikoli ze sattvického popudu se dozvědět pravdu, ale z radžasické touhy tendence 1A i B, s výsledkem „chtít se vidět pěkným“.

Obecně lze říci, že pokud sádhak je schopen se přijmout, pak to znamená, že v něm převážila sattva nad radžasem, a naopak. Pro sattvického sádhaka je jakýkoli náleze gun a tendencí vždy jen popudem k další práci na cestě.

Dosáhl-li sádhak stavu sattvicky harmonizované osobnosti, pak duchovní disciplíny jako džapa, meditace a sebezkoumání (vičára) se daleko snadněji provádějí.

Sádhak musí být vybaven ostrým sattvickým intelektem, který dobře rozpoznává léčky, různá zavedení a pozlátka s tím, že poznává, která z nežádoucích gun se za akcí skrývá a navykne si analyzovat své popudy. Bez toho není v sádhane úspěchu.

Tendence samy o sobě na začátku sádhany však představují dobrý energetický prostředek. Jsou-li sattvicky zharmonizovány, vykonají mnoho užitečné práce, např. sázka sama se sebou (tendence 6A – touha po uplatnění se), k překonání určitého hluboce vžitého, avšak nežádoucího zvyku apod.

V pozdějších stádiích sádhany, která se děje za trvalého (pečlivě hlídaného) vlivu sattvy, ubývá tendencím na dravosti. Tendence se však samy jen tak nevzdávají a veškerá energie se mazaně a skrytě zaměřuje do oblasti tendence 1A. Tato motivační síla vždy usiluje, aby vytěsnila nestranného pozorovatele a sama se tam dosadila, aby mohla působit na sattvu a sádhana se pak „dělá“ v její režii. Tuto skutečnost pozorujeme zpočátku až po delší době, ale při dlouho vynakládaném úsilí se doba odkrytí vetření tendence 1A zkracuje. Skutečnost, že naše pozorovací místo je pod kontrolou tendence 1A případně i B, poznáme, reagujeme-li na určité situace nelibostí až hněvem.

Tím, že sádhak vědomě poznává zdroje „své“ aktivity a je schopen je do značné míry ovlivňovat, je také schopen zavádět do mysli vliv sattvy, lépe ji vnímat a tím také zavést do mysli více klidu. Klid mysli znamená zmenšení vlivu tendencí. Úplný klid podmiňuje (i jen dočasné) ustání působení radžasu, získávací a obranné aktivity motivačních činitelů. Bez ustání aktivity radžasu nemůže nastat klid mysli, neboť radžas pohání myšlenky, sattva nikoli.

Je třeba čtenáře upozornit, že toto dílo o gunách je určeno k praktické aplikaci a nikoli jen „k přečtení“. Je určeno k přípravě na cestu.

Indická tradice rozeznává více stadií vývoje bytosti. Jsou to ašuddha sattva (nečistá bytost), mišra sattva (smíšená bytost) a šuddha sattva (čirá bytost). Nečistá bytost je charakterizována převahou radžasu a tamasu. U smíšené bytosti se sattva občas projevuje a čirá bytost je charakterizována

podmaněným radžasem a tamasem. Po těchto stádiích, která postupně nastávají, následuje stav, ve kterém jsou guny překonány.¹⁵

Při úsilí zklidnit dravost motivačních činitelů se však sádhakovi neradí aby je potlačoval, neboť by si svou odvetu vyúčtovaly.¹⁶ Je třeba si počínat inteligentně. Rámakršna k tomu říká: „Chcete-li se vzdalovat východu, jděte na západ.“ Jinými slovy, chcete-li se vyhnout radžasu, pěstujte sattvu.

Kvalita sattvy je skutečnou přirozeností mysli, protože svou povahou je sattva čirá a průsvitná¹⁷, nicméně v onom čírem stavu ji nelze nazvat myslí.¹⁸

I když sádhak je takto vyzbrojen znalostmi a má po ruce i praktické metody k použití, přece jen se jejich skutečnění děje jen za předpokladu dlouhodobého vytrvalého úsilí, nových začátků a opakovaných rozhodnutí. K některým krokům nemívá dost sil, protože ho přemáhá únava, nemá dostatek nekompromisního rozhodnutí apod.

Pro úsilí sádhaka je příznačné známé rčení, že ego – mysl – vytvoří napřed určitý problém a ten se pak snaží usilovně, s vypětím všech sil, řešit. Jinými slovy mysl napřed zahalí svrchované Já a pak jej začne hledat a snaží se jej odhalovat.

Zde popisovaná analýza, která odkrývá a vysvětluje motivační činitele člověka, neprohlašuje, že člověku je umožněna samospasitelnost či zdokonalení vlastními silami. Analýza gun představuje jen obraz, zrcadlo nastavené nitru, které je dobrou pomůckou při sádhane, protože odhaluje různá zdání a i to, která guna momentálně – nebo převážně – v člověku převládá. Hlavně však umožňuje vědomé zapojení sattvy do sádhany. Co však sádhak učiní s odhalenými přetvářkami tendencí a zdali se mu podaří vědomě vystavit osobnost sattvickému vlivu, je dáno Boží milostí, o kterou sádhak musí vždy usilovat. Úsilí a výsledky jsou výslednicí působení

milosti, kterou sádhak obdržel, samozřejmě i na základě opravdovosti vlastního vkladu. Tvzení, že výsledky se dostavují jen na základě úsilí a dovednosti sádhaka, by vedlo pouze k posilování vlastního ega.

Chce-li sádhak mít opravdový úspěch v sádhane, musí mít sattvu za oporu. Sattva musí v něm získat převahu a to je jeho nejpřednějším úkolem. Převaha sattvy v osobnosti se v každé sádhane mlčky a samozřejmě předpokládá. Silně vyvinutá sattva se v sádhakovi projevuje jako opravdové a rozhodné toužení po Bohu, které široce naplňuje jeho mysl a odpoutává ho od blyštícího hřmotu radžasu. Sattva v sádhakovi působí hlavně skrze tendence, které harmonizuje a je charakterizována dobrou vůlí, pozitivním myšlením a aktivitou směřující k získání pravého poznání, uskutečňováním satsangů, nezištnou pomocí umožňující stejné i jiným apod. Souhrnně – sádhak slouží Bohu a jeho stoupencům.

Potká-li sádhak realizovanou Bytost nebo značně pokročilého sádhaka, pak se mu radí aby takovou příležitost přijal s pokornou vděčností, neb se tak stalo milostí jeho vnitřního vedení, vnitřního Gurua. Sádhak by měl být ve vztahu k takovým bytostem otevřený, upřímný a pln dobré vůle. Doporučuje se aby využil takové příležitosti a kladl otázky za účelem odstranění vlastních pochyb a nejasností. Neměl by předstírat, že věci rozumí, nerozumí-li. V duchovních věcech platí zákon, že sádhak obdrží jen tolik pomoci, kolik se jí sám otevře.¹⁹

Arthur Osborne k tomu říká: „Ať sádhak používá jakoukoli metodu, cestu či náboženství, vždy se jedná nakonec o likvidaci ega. Proto v kom zůstává silný egoismus, projevující se jako nadutost, žárlivost, prostopášnost, lakota či cokoliv jiného, ten je dalek od cíle a nezáleží na tom jaké zážitky má za sebou. Ať provádí kteroukoli techniku vnitřní očisty, práce s vnější očistou musí být vykonána. Existují cesty, kdy jedinec získá okultní síly, zatímco v něm ještě převažuje

sobectví, mravní nečistoty. Toto však nemůže nikdy být při duchovní realizaci. Jak se podle tradice v józe učí, prvními dvěma kroky jsou jama a nijama – zákazy a příkazy, dosažení mravních kontrol. Bez nich může cvičící dosáhnout i vrcholně senzační kousky, ale nikdy nedosáhne duchovní cíl, Seberealizaci. Sattva je tím co v člověku touží po čirém poznání bhaktickou nebo džňáninskou cestou a v jejím dovršení není místo pro sebemenší stopu egoizmu.“

Mysl se musí stát sattvickou, čistou, aby mohla pochopit pravdu. Sádhak si musí uvědomit a v mysli upevnit, že skutečné je pouze svrchované Já, vše ostatní je hrou gun.

Ramana Mahárši k tomu říká: „Jako tkaní hedvábnou nití se nemůže provádět s těžkým kovovým člunkem a jemné odstínění na obraze nemůžeme poznat ve světle blikající lampy, tak hrubá a tupá mysl si nemůže uvědomit pravdu, je-li pod vlivem tamasu, či ovládána neklidem a nestálostí radžasu. Pravda je totiž nesmírně jemná a čistá.“²⁰

Působením nevědomosti, máji, máme zmatené a jen částečné uvědomování, které ztratilo pohled na skutečnost a žije ve světě jevů²¹. Skutečná boží Bytost je zastřena hrou Přírody, jejími gunami tamasem a radžasem. O světě se říká, že je klamný, protože se Bůh sám skrývá za vlastním tvořením. Svět není klamem, je tím co je. Svět a hra gun je tím, co tvoří sebezahalení Boha. Stvořitel je zahalen stvořením.

Člověk má sklon se natáčet spíše k objektům světa, než aby mířil svou myslí k Svrchovanému. Spíše obdivuje zahradu než Zahradníka. Náhylnost k sebeoklamání spočívá v touze tendenci po smyslových objektech, a to skutečně odvádí od Boha.

„Je povinností sádhaka, aby kontroloval tamas pomocí radžas a radžas pomocí sattvy. Sattva hledá pravdu o věcech a pravidla jak si správně počínat. Neosvobozuje však od ega. I dobrota sattvika (ten, kdo je sattvický) není dokonalá, protože dobrota musí bojovat s protikladem. Je-li boj

u konce, dobrota se stane absolutní s přestane být dobrotou, protože etický tlak přestal. Tím, že jogín rozvíjí povahu sattvy, vystoupí nakonec nad sattvu a dosáhne moudrost, která je nad myslí.“²² Pomocí sattvy překonáme radžas i tamas a nakonec se s její pomocí dostaneme až nad ní. Při realizaci sattva sublimuje ve světlo Vědomí, radžas v sebekázeň a tamas v klid a mír.

„Harmonie představuje vyrovnanost a to je stav, který je výslednicí sattvy. Nepodobá se netečnému kameni nebo kusu dřeva, ale představuje nesmírnou sílu. Harmonie sattvy sama od sebe nenastává, ale je výsledkem sebekontroly. Ve stavu sattvy může vstoupit do mysli ticho i dokonalý mír, a tehdy se odhaluje veškeré poznání a moudrost duchovní pravdy. Proto musí sádhak usilovat o rozvinutí této kvality, aby pochopil, čím je božský mír. Poznání, které sádhak dosahuje v čistém sattvickém stavu, je nejvyšším poznáním, – tehdy vnímá jedinou nevyčerpatelnou a neměnnou Skutečnost ve všech bytostech. Toto je jen v sattvickém stavu možné.“²³ Srovnej BG XVIII, 20: „Věď, že poznání, které spatřuje jedině nepomíjivé a nedílné Bytí ve všech rozdílných bytostech, je založeno na sattvě.“

PŘEKÁŽKY, KTERÉ SE STAVÍ V CESTU PRAXE ZABÝVÁNÍ SE TENDENCEMI

Kdo je ochoten jít za poznáním jen širokou a pohodlnou cestou a vyhýbá se trnité, ten cíle nedojde, neboť je mu sebekázeň (tapas) cizí. Mysl je jemnohmotná a její radžasická

část se snaží být setrvale zabalena ve smyslově materiálních potěšeních. Radžas lahodí vzrušení, pohyb a syrové pocity. Sebekázeň vzrušení omezuje, a proto ji brání.

Je přirozené, že na cestě vystupují překážky, protože opouštíme „staré“ (smyslově spoutané) a snažíme se dosáhnout „nové“ (odpoutanější). Překážky mohou být závažné jen pro toho, ve kterém je vliv sattvy ještě slabý a je k radžasu (potěšení) přivislý.

U všech námitek dále uvedených pod body 1 až 6 se jedná o takové, které pocházejí od jedince, který je ještě silně pod vlivem guny radžas, hlavně tendence 1A i B a je citlivý na libost–nelibost. Překážkou je mu jeho slabá mysl. Podle Ramany Maháršiho silná mysl není ta, která vždy vše vyřeší a má úspěch, ale ta, která zůstává vyrovnaně klidná v úspěchu i neúspěchu, libosti či nelibosti.

Je proto třeba upozornit sádhaka, že po počáteční touze po poznání může nastat odklon od tohoto záměru na základě znechucení, které může mít více důvodů:

1. Ze sebezpozorování a poznávání gun vyplývá nutnost změnit vžitý postoj a přístup k vlastním přáním, touhám, obavám, neboť tyto se již nejeví jednoznačně jako „naše“. Na základě poznání vyplývá pro sádhaka nutná změna navyklé duševní struktury a způsobu přístupu k získávacím a obranným aktivitám tendencí. Změna však vyžaduje překonání zakonzervovaného postoje, což je spojeno s odporem tendence 1A i B. Opustit dosavadní navyklý a ověřený způsob zacházení s touhami a obavami může pro tendenci 1A znamenat požadavek, který se obává podstoupit. Představa, že touhy nebudou „naše“ je pro tendenci 1A nepochopitelná a vyvolává v ní silný odpor.

Její odpor se zaměřuje proti provádění sebezpozorování, analýze tendencí, s tím, že toto počínání je nepřijemné

(tendenci 1B) a tudíž se jeví, že prožívání libosti v budoucnu bude ochuzeno o příjemnosti. Zdá se, že život bude šedivý, bez šťavy apod.

Sádhakovi nutno připomenout, že si musí ujasnit, že pozorování a analýza tendencí se děje za účelem odkrytí zavádějících tužeb a postojů, přinášejících osobnosti dříve nebo později ztráty. Radžasické motivační síly jsou základně sobecké a jejich uspokojení je krátkodobé. Jejich zklidnění sattvickou harmonizací je jediným řešením, které může přinést dlouhodobě žádoucí výsledky. Nebude-li se sádhak moci odpoutat od motivačních sil a je pozorovat a ukáznit, zůstává jimi pohlcen a je jen trpnou výslednicí jejich her.

Překonat odpor tendence 1 se daří jen tomu, kdo disponuje opravdovou odhodlaností jít novou cestou a poznat věci tak jak jsou, bez ohledu na to, vznikne-li mu při tom dočasně nelibost.

2. Ze sebezpozorování, příp. grafu tendencí, vyplývá, že motivační činitelé nejsou pod význačnějším vlivem sattvy a že vlastní evoluční stav není tak pokročilý, jak si sádhak představoval. Toto zjištění se setkává s nelibostí a odporem hlavně tendence 1B, protože se ukázalo, že spokojenost plynoucí z názoru o vlastní kvalitě je založena na omylu. Podle nově získaného pohledu si jedinec najednou připadá „špatný“. Nejrychlejší a nejsnadnější řešení spatřuje v tom, že nebude provádět sebezpozorování a tím bude zase „dobrý“.

Toto je typický postoj člověka, u něhož dominuje radžas a vliv sattvy je jen občasný. Sattvická osobnost bere každý stav, jelikož každý považuje za dočasný a pomíjivý, a kterému sattva v intelektu pouze svědčí a jde neochvějně dál za svou sattvickou vizí, za poznáním.

3. Sádhak disponuje intuicí, a proto mu není třeba se zabývat pracnou analýzou vlastních tužeb, přání a obav. Díky intuici ví jak si počínat a zda je jeho chování správné.

U zvláště vyvinutých a vnímavých jedinců bezesporu vystupuje intuice do popředí. Avšak bezpečně jistá, čirá, sattvická intuice se projevuje až tehdy, jsou-li tendence vytenčeny a nemohou již vstoupit do rozhodovacího procesu. Toto je však znakem velmi pokročilého duchovního vývoje.

4. Na jedinci se žádá, aby se naučil zpaměti tendencím, jejich chtění a projevům. Připadá si proto jako ve škole. Učení se zpaměti je ponižující (způsobuje nelibost tendence 1B).

5. Jedinec prohlašuje, že nemá dostatečně citlivé rozlišování, aby uměl rozpoznávat reakce motivačních činitelů, a proto požaduje, aby byl od nutnosti jejich kontroly ušetřen.

6. Jedinec namítá, že požadavek sebezpozorování je nepřirozený, že by se mělo dít poznávání osobnosti svým vlastním, přirozeným, samovolným způsobem, jinak se jedná o přetvářku. Nakonec přece existují i jiné cesty, které se sebeanalýzou nepracují a vedou také k poznání Boha.

U všech tří námitek se jedná o mentálně promítnuté zástěrky, obhajující neprovádění sebeanalýzy, přičemž se tato však jen nepřímou odmítá. Pravý důvod, konzervace dosavadního stavu, je nepřiznán a zastírán. Pouze jedinec, schopný sebekázně, odhodlaný přinést na oltář úspěchu oběť vlastní libosti, je schopen vzdát se pocitu momentálního potěšení za opravdové uspokojení.

VÁSANY URČUJÍ DALŠÍ OSUD SÁDHAKA

Na cestě za poznáním dochází sádhak během svého života k určitým zkušenostem. Z nich vystupují v první řadě libosti ve formě radosti, povznesení, na základě působení samotné sattvy a zkušeností pocházejících od sattvicky harmonizovaných či neharmonizovaných tendencí a dále nelibosti ve formě zklamání, to jest zklamání očekávání a nesplněných předpokladů. U pokročilého touží celá bytost vyhnout se dalším zbytečným zklamáním a zdržením a naplnit své sattvické tužby, což představuje hlavní úsilí sádhaka. Míra sattvické harmonizace tendencí představuje praktický výsledek jeho snažení a je obrazem vyžívání. V případě, že v životě sádhaka nedojde k naplnění jeho sattvických tužeb, sádhak odchází z tohoto světa s nesplněnou touhou po realizaci duchovního poznání. Bránily mu v tom příměsí radžasu a tamasu, kterých se nedokázal zbavit.

Když sádhak startuje v novém životě, obdrží novou sestavu hrubo a jemnohmotného těla. Rodí se s oním typem vybavení gun a konfigurací tendencí, se kterými nedokončil předchozí vytoužené cíle. Podle indické tradice se rodí s oním typem vásan (latentní sklony, které přecházejí do vtělení z minulých životů), které zajišťují pokračování v naplnění vytoužených hodnot.²⁴

S vásanami přicházíme k bodu, který je závažný a který nebyvá vždy správně chápán a vykládán. Sanskrtský výraz vásana se odvozuje od kořene „vas“, což znamená „přebývat, uvnitř bydlet“. Vásany bývají přirovnávány k vůni, která prosycuje například osázení a z něj vane. Nádobu z nevypálené hlíny si zachovává pach toho, co předtím obsahovala. Stejně i jemnohmotné tělo je proniknuto vásanami svých

dřívějších karmanů. V technickém slova smyslu vásany tvoří guny, hlavně kombinace různých tendencí. Např. touha se stát mocným, slavným, stát se umělcem (pěvcem, básníkem, malířem) apod.

Rozeznáváme zásadně dva druhy vásan:

1. sat vásany, které jsou prospěšné vývoji bytosti, její sádhane, neboť zeslabují vazbu ke světu (připoutanost k tendencím) a jsou proto žádoucí
2. asat vásany, které jsou nežádoucí, jelikož zesilují vazbu ke světu a tím překážejí bytosti v zájmu o duchovní poznání a o sádhanu vůbec

Heslo uvádějící „chceme ásany, nechceme vásany“ nepřímou říká, že k dosažení konečného osvobození je nutné překonat všechny vásany. Tuto podmínku nutno splnit, jinak nastane rozpuštění mysli. Proto se prohlašuje, že je nejlepší všechny vásany odmítat. Toto tvrzení však nestojí na pevných základech.

Vásany vyvolávají v mysli sklony, a proto je třeba se na ně dívat jako na guny, z kterých jsou tvořeny. Dopředu je odmítat jako pro osvobození nežádoucí je krátkozraké, jelikož sádhak bez úsilí nemůže postoupit a zůstává na stejné úrovni. Má-li sádhak dosáhnout stavu, kdy má i sat vásany odmítnout, musí je napřed řádně vypěstovat a mít je prakticky zavedené, jelikož jedině tyto jej mohou, přímo či nepřímou, k bodu zamítnutí dovést.

Vásanami se mimo jiné důkladně zabývá Muktikopanišada (doslovně „postup k dosažení osvobození“), která je poslední ze 108 důležitějších upanišad. V první kapitole uvádí určitý přehled všech upanišad, které vyjmenovává i s pořadím v jakém se mají studovat, přičemž Muktikopanišada se sama uvádí jako poslední. V druhé kapitole upanišada uvádí

poučení poskytovaná Rámou (božským hrdinou staroindického eposu Rámájana) Hanumanovi, který byl jeho oddaný přítel a velitel opičích vojsk.

Uvedme zde pro názornost několik veršů:

3. Člověk má dva druhy vásan, prospěšné a škodlivé. Jsi-li ovlivněn prvními,
4. postupně, ba rychle, dosáhneš svého příbytku. Na druhé straně, jsi-li uvržen do potíží škodlivými,
5. pak je tomu pro tvůj minulý karman. Jejich sklony musíš překonat vlastním úsilím. Proud vásan protéká dobrými i špatnými řečišti.
6. Vlastním úsilím je třeba zavést vásany pouze do dobrých a příznivých řečišť. Co vstoupilo do nepříznivých je nutné převést do druhých.
7. Vásany, které byly převedeny do příznivých řečišť, se stanou prospěšnými a naopak. Tak vlastním úsilím musíš podporovat a vychovávat svou mysl, jako bys zacházel s dítětem.
8. Když se tvé vásany navyknu na kontrolu, pak výsledky tvé praxe se vskutku projeví, ó zabíječi nepřátel.
9. I když budeš mít pochyby, buď činný vždy prospěšným směrem, ó synu Maruty. I když se rovina tohoto směru příliš nakloní, přece tě škoda z té strany nečeká.
10. Zničení vásan, pravé poznání a likvidace mysli přinášejí dobré výsledky, jsou-li současně prováděny, ó moudrý.
11. Pokud tyto (metody) se opakovaně současně a společně neprovádějí, konečný cíl blaha se nedosáhne ani za sto let.

40. Pokud není mysl zvládnuta cvičením jednoty (nedvojností), vásany tančí v srdci jako noční můry.
61. Uvádějí se dva druhy vásan, čisté a nečisté. Druhé způsobují znovuzrození, zatímco první je odvrací.
62. Moudří říkají, že nečisté vásany, které jsou tuhým způsobem spojené s nevědomostí a domýšlivostí, jsou příčinou znovuzrození. Je žádoucí, aby vásany, které jsou semenem znovuzrození, se oprostily od nečistot jako opražené semeno (které již nemůže vzklíčit).
69. Napřed se vzdej vnitřní touhy po uspokojování mysli a pak rozviň čisté vásany přátelství a podobně.
70. Pak se vzdej i těchto dobrých vásan, i když je budeš ke světu dále projevovat, přebývej v čirém Vědomí s vnitřním mírem a se stejným přátelstvím ke všem.
71. Vzdej se toho, co pohání mysl a intelekt, ó Maruto, a přebývej pevně ve Mně, v mocném Blahu, které setrvává.

Uvedené poučení Rámy se důkladně zabývá péčí o vásany a způsobem jak je zušlechťovat. Zdůrazňuje nutnost jejich očisty a jejich proměny na prospěšné vásany pomocí očišťujícího vlivu sattvy. Po docílení očisty doporučuje úplnou eliminaci vásan a rozpouštění mysli, čímž se odstraňují překážky pro Osvobození.

Pozorný čtenář tu snadno zjistí, že v upanišadě uvedený postup je z hlediska očisty obdobný s oním, který je uveden v tomto díle. Poněkud jinými slovy je tu uvedena existence a aktivita tendencí, snaha o jejich zvládnutí sattvickou harmonizací a cílevědomé zesilování vlivu sattvy, bez kterého duchovní úspěch je nemyslitelný.

Duchovní disciplíny vedoucí k rozpuštění ega v tomto díle uvedeny nejsou, neboť by byly nad rámec pojednání.

Vraťme se však opět k sádhakovi, který odešel ze světa. Paměť, která je uložena v jemnohmotném těle, se rozloží po smrti hrubohmotného těla, ale třešť zkušeností se v novém vybavení vyjadřuje, mimo jiné, v zastoupení gun a vzorcem tendencí, který odpovídá kvalitám, které osobnost v předchozím vtělení pokládala za hodnotné a tomu, co v rámci příštího karmanu má navíc prožít. Vzorec tendencí a zastoupení gun přenáší jemnohmotné tělo. Tím je zajištěno, že kontinuita cesty sádhaka je v základě přirozeně zabezpečena a bytost se postupně stává lépe schopná sbírat poučení ze štafety lidských vtělení. Jinými slovy, jak se zbavuje tamasu a radžas, uzrává postupně k Seberealizaci.

Stane-li se mysl více sattvickou, počne chápat věci, které předtím nedovedla pochopit. Když na své pouti od prvního zavolání sattvy, poznání guny tamas, poznání tendencí, zvládnutí vlivu tamasu sattvickým intelektem pomocí sattvického citění a sattvickou harmonizací tendencí, v sádhakovi převáží sattva, pak duchovní disciplíny jako džapa, meditace, sebekoumání a další duchovní cvičení se stanou z důvodu vnitřní očisty obzvlášť účinnými. Mysl se uklidní a přibývá jasů světla Vědomí, odraženého v intelektu. Je v povaze takového člověka, že se odtažuje od pomíjivého a míří k osvobození. Když byly shora zmíněnými metodami odstraněny poslední stopy nečistot (radžas a tamas), pak se stane osobnost sádhaka naprosto čistou. Jeho vnitřním vybavením je nepotřísněná sattva a sádhak realizuje svrchované Já a dochází neutuchajícího blaha. Neutuchající proto, že v bytosti již nevyvstane trápení pro úplnou nepřítomnost gun radžas a tamas.

Takto se jeví spravedlnost věcí. Božská moudrost způsobuje, že každý je stavitelem svého vlastního uzpůsobení a sklízí nakonec vždy jen to, po čem toužil.

DODATEK

Jak je v kapitole Sebepozorování uvedeno, aktivita tendencí velice zeslábne, jsou-li pozorovány pohledem, který je na ně ostře zaměřen. Aktivita slabších tendencí ustane a aktivita silných tendencí zeslábne.

Toto chování tendencí lze využít, ovšem techniku použití nutno poněkud rozvést. Považuje-li sádhak některé získávací či obranné aktivity tendencí za nežádoucí a nevitáné, nabízí se mu řešení, které eliminuje jejich rušící projev.

Je-li v mysli získávací či obranná aktivita určité tendence, např. tendence 6B, tendence 1A a tyto tendence pociťují neuspokojení na základě situace, kterou jedinec prožil a při které došlo u tendencí k pocitu „křivdy“, ponížení a nespravedlivého zacházení, pak toto se v nitru projevuje nespokojeným „bubláním“ či napětím s úmyslem dosáhnout nápravy a odstranění stavu, do kterého se jedinec (z hlediska tendencí) dostal. Tento stav, bez ohledu zda je ospravedlněný či není, bývá pociťován jako obtížný. Bývá tak hlavně tehdy, neumožňuje-li situace nápravu, protože jedinec, či jedinci kteří ji zavinili, už nejsou přítomní apod. Pohoršené tendence se stále předvádějí a vnucují svůj „nevyřešený případ“, který utrpěly a vznášejí svůj nárok na nápravu. Za tím účelem shánějí myšlenkové názory, které obhajují jejich zájmy, které tak utrpěly. Setrvávají tvrdší a v poli pozornosti a stále se prosazují s tím, aby se jejich problém bral v úvahu při řešení. Pokud intelekt najde a přijme určitý postup řešení a je jasné co se bude říkat komu a kdy, přece se dále rozněčují a neústupně se s problémem znovu a znovu zabývají, bez ohledu na to, že momentální situace není využitelná k řešení. Tehdy nastává stav, kdy jedinec prohlašuje, že „ho

něco žere“, števe, otravuje. Takový stav je obtěživý, nevítaný, vede ke ztrátě vyrovnanosti. Stává se někdy, že problém již vůbec nelze vyřešit a napravit, protože se podmínky mezitím zcela změnilly a je logické, že se na sádhakovi žádá, aby se se situací vyrovnal. Tehdy se doporučuje následující postup:

- a) Jednoznačně odkrýt anonymitu rušící motivační síly tím, že ji bezpečně poznáme. Je třeba si přesně uvědomit o aktivitu které motivační síly se jedná a proč se tak děje.
- b) Po její identifikaci v mysli jasně vyslovit např.: „Tak to jsi ty, sebeuplatnění, co se tady rozčiluje, chystá vybuchnout a nedává pokoj. Zalez a neruš tu.“ Slova musí být provázená ostrým pohledem, který je zaměřen do nitra, na plochu či bod, kde se aktivita tendence projevuje. Pohled zároveň projevuje ostrý nesouhlas s počínáním tendence. Jedná se o přísně odmítavý pohled, který má např. rodič, dívá-li se na své dítě, které vytrvale zlobí. Doporučuje se tento zásah opakovat při prvním pocitu nového vzednutí, což bývá někdy velmi u silně vyvinutých motivačních činitelů.
- c) Může existovat ještě další forma obtěživého projevu, která však má spíše myšlenkový charakter. Je to tehdy, vračí-li se nám do pole pozornosti opakovaně určitá skupina slov, např. písnička, nápěv melodie nebo básnička, říkánka apod. V takovém případě se radí představit si melodii ve formě lana, které je sestaveno z notových linek a not. Představu nutno v mysli vytvořit co nejkonkrétněji, neboť máme uchopit lano a s určitým vynaloženým úsilím jej přetrhnout, případně opakovaně, několikrát. Je dobré, spatřujeme-li v duchu, jak po přetrhnutí „ve vzduchu“ víří jednotlivé zpřetrhané noty. Toto prohlubuje přesvědčivost akce. Po několika „přetrhnutích“ je efekt spolehlivý.

Jedinec po přetrhnutí se ovšem nesmí volním aktem znovu vrátit k prozpěvování melodie.

Jedná-li se o obtěživou říkánku, básničku apod., provede se stejné, ovšem lano bude tvořit řada písmen, která se rozletí po přetrhnutí.

Tuto metodu lze též použít jako pomocnou při opakovaném výstupu myšlenkové obhajoby, která advokátsky vyzdvihuje nenaplněné zájmy určité „poškozené“ tendence, jak bylo shora uvedeno. Po provedení postupů uvedených pod písmeny a + b se účinnost zásahu podpoří ještě metodou uvedenou pod bodem c.

Každého, kdo bude provádět metody a + b však nutno důrazně varovat. Použití těchto metod se nemá dít předčasně. Sádhak by měl tyto metody používat jedině když předtím úspěšně prošel pozorovacím stadiem, tendence bezpečně lokalizoval a jejich vnitřní projevy bezpečně poznal. Pokud předčasně opustí pozici nestranného pozorovatele, který obsah mysli nehodnotí, ale pohyby motivačních činitelů pouze zaznamenává a začne používat hodnocení obsahu z hlediska „žádoucí–nežádoucí“ a začne provádět metodu eliminace nežádoucích projevů, pak se mu motivační činitelé přestanou „bezstarostně“ předvádět a je nebezpečí, že poznávání jen těžko dokončí.

Závěrem nutno říci, že k tomu, aby sádhak měl dostatečně bdělý postoj, nepodléhal únavě a měl vždy dostatečně sil k tomu, aby nežádoucí projevy tendencí korigoval nebo je zamezoval, k tomu musí disponovat hlubokým, nekolísavým přesvědčením o správnosti svého počínání.

Celá jeho bytost musí být prostoupena přesvědčením o hodnotě sattvy, o výjimečnosti hodnot cesty za poznáním svrchované Skutečnosti a i znát množství zavádějících tvářností a klamů, které se ze sféry guny tamas a radžas jako překážky na cestě promítají apod. Jedině má-li zakotvený

pevný bod v Božství je schopen klidně, neúnavně a vytrvale rozpoznávat léčky tendencí, zdání, zavedení, i hněvy, tyto klasifikovat a jako nežádoucí je eliminovat. Takový postoj je však každodenně vystaven palbě života a guna tamás čeká na umdlení, kdy okamžitě způsobí nerozlišování, a v patách jdoucí radžas okamžitě vloží zdánlivý obraz Skutečnosti.

Jedině milost Svrchovaného vyzbrojí sádhaka hlubokým zakotvením, kdy je vybaven potřebnou energií a vytrvalostí. Takto se sádhak podobá kovadlině, do které buší život ze všech stran, ona však zůstává stálá. Sádhak ví, že sattvické počinání je vždy správné a přináší světu dobrou vůli, svým spolublížním stálost, naději, víru a poznání. Sám je toho příkladem. Disponuje nezvratným přesvědčením, že nedosáhne-li dokonalého poznání v tomto životě, stane se tak někdy příště. Vnímá radžas i tamás, ale s rozmyslem volí sattvu. K získání zkušeností na cestě poznání je sádhakovi každá vteřina v životě dobrá. Co může poskytnout klidnější jistotu?

DOSLOV

Závěrem několik slov, která se zamýšlejí nad poselstvím tohoto sdělení. Především se jedná o pomůcku určenou pro všechny, kdo touží se sami v sobě vyznat. Důležitost základního poznání rysů naší povahy vyplývá sama ze sebe. Takové poznání totiž náš život nesmírně usnadňuje.

Nicméně obsahem tohoto sdělení jsou vlastně dva pohledy:

psychologický, zabývající se problematikou každodenního života, který je míněn pro každého

jógový, zabývající se vědomým úsilím o přeměnu osobnosti a přípravou pro cestu za vyšším poznáním.

K vyjasnění těchto pohledů bylo zapotřebí provést důkladný rozbor toho, čemu člověk podléhá a co jeho chování vytváří a ovlivňuje. Za tím účelem uvedl autor nauku o působení gun a provedl jejich široký rozbor. Pro většinu čtenářů představuje existence této nauky překvapující odhalení. Ve skutečnosti se však nejedná o nově sestavenou nebo nějak vymyšlenou nauku. Nauka o gunách existuje již přes dva tisíce let a vznikla geniální pozorností mudrce Kapi-ly. V mnohých východních filozofiích je stále živá a používaná.

Právě jedinečné postavení této nauky je základem a východním bodem celého sdělení. Autor se domnívá, že se jedná o nedoceněnou perlu, která zatím jen dřímá v existenci lidského poznání. Její doba všeobecného využití ve prospěch člověka a tápajícího lidstva teprve nastane.

Poznání a logické využívání zákonitého působení gun, to jest vlivů, které vytvářejí emotivní reakce všech živých bytostí a zvláště člověka, skýtají velké možnosti jak zlepšit sociální chování člověka. Nejvíce a bezprostředně může výhody poznání gun využívat ten, kterého neuspokojuje konzumní pojetí života, vnímá jeho mělkost a který touží sám sebe zkvalitnit. Vyvine-li opravdové úsilí, pak jej aplikace poznání zákonitostí gun a metody z nich odvozené vyvedou ze zmatků každodenního života a dovolí mu pevné zakotvení v sobě, poznání sebe sama a trvalé zkvalitnění vlastní mysli-osobnosti.

Z poselství tohoto sdělení vyplývá, že se tu nabízí konkrétní poznání člověka včetně řešení charakterových problémů. Nejedná se o prohlášení o nezbytné nutnosti změny nebo o naléhavé vybitnutí typu „každý sám u sebe a to

hned“. Uvádí se střízlivý rozbor a syntéza zákonitostí Přírody a možností jak zlepšit chování člověka.

Nabízí se jak vnášet určitými ověřitelnými metodami, krok za krokem, do chování člověka více sociálního pochopení a oslabit jeho sobectví, s tím, že zažívá a dosahuje polarity hlubokého uspokojení, opravdového štěstí. Výsledkem by měl být stav, kdy se v mysli člověka odehrává dynamika radžasu v souznění s působením sattvy.

Autor se domnívá, že uvedl všechny dosažitelné prameny k poznání gun, jejich zákonitosti rozvedl, a jejichž využitím vznikly metody, které bezprostředně i dlouhodobě dovolují kontrolovat motivační faktory člověka a nežádoucí projevy odstraňovat.

Toto sdělení čerpalo ze studnice dávné filozofie sánkhja, se záměrem poněkud pozvednout závoj nevědomosti, který, dle indické filozofie, lidstvo zastírá.

Zda se tento záměr podařil, nechť posoudí čtenář sám.

VYSVĚTLENÍ POZNÁMEK

- 1) Taimni Glimpses into the Nature of Yoga – Mind and Consciousness
- 2) Bhagavata Purána:
Když je naše povaha očistěna sattvou a zrcadlo porozumění zbaveno prachu tužeb, světlo čirého vědomí se v něm začne odrážet.
- 3) Ramana Mahárši:
Čirá sattva je přirozenou charakteristikou mysli. Jako taková lne ke skutečnosti. Člověk má přebývat v sattvickém stavu, kdy myšlenky ustaly a kdy je pouze „já cítění – já pocit“.
- 4) Srv. Mircea Eliade Yoga, Immortality and Freedom, str. 26
- 5) Srv. Heinrich Zimmer Philosophie und Religion Indiens, str. 269
- 6) Šankara: Mluvíme-li o přirozenosti člověka, pak pouze vykreslujeme co ho vábí a k čemu má odpor.
- 7) Pataňdžali Jógasútra II, 19
Stavy gun vystupují jako určité, univerzální, dělené a nedělené.
- 8) Šankara Vivékáčudamaní 30–114 a 115:
Kdo je zastřen touto zastírací cilou (tamas), ať je jakkoli vzdělaný či učený, chytrý a znalý jemných významů písma, schopný obdivuhodných výkonů, nebude schopen pochopit pravdu o srchovaném Já i když mu to bude guru i jiní různě vykládat. Jsa pod jhem zastírací síly, oceňuje věci, které nesou znak klamu a nevědomosti a dociluje je. Je-li zahalen touto silou, i když je znalý, trpí nedostatkem jasného úsudku a poznání, od kterého nemůže být oproštěn. Zůstává stále na pochybách a rozhoduje se protikladně k pravdě. Tato zastírací síla je příčinou nekonečných obtíží.
- 9) Pochyba je dvojího druhu
a) s touhou po poznání skutečnosti, je zakotvena v sattvě a vede ke zkoumání skutečnosti.
b) s úmyslem zabránit aktivitě, tj. ochromit. Pochybuje pro pochybování a je zakotvena v tamasu. Vede k nepoznání.
- 10) Šankara Vivékáčudamaní 31–118:
I poněkud potřísněná sattva zahrnuje ctnosti – skromnost, jama a nijama, víru, zbožnost, touhu po osvobození, božské kvality a přirozený odklon od všeho neskutečného.

- 11) Talks with Sri Ramana Maharishi str. 1:
Domnívá-li se člověk, že jeho štěstí pochází z vnějších příčin, jeho majetku, je rozumné z toho vyvozovat, že jeho štěstí se musí zvětšit s narůstáním jeho majetku a zmenšit s úbytkem majetku. Proto, nemá-li žádný majetek, jeho štěstí by se mělo rovnat nule. Jaká je opravdová zkušenost člověka? Je v souhlase s tímto hlediskem? – V hlubokém spánku je člověk zbaven všeho majetku, včetně pocitu vlastního těla. Namísto aby byl nešťastný je zcela šťastný. Každý touží po tom, aby zdravě spal. Z toho vyplývá, že štěstí je člověku vlastní a není závislé na vnějších příčinách. Člověk musí realizovat svrchované Já, aby mohl otevřít zásobárnu nepotřísněného štěstí.
- 12) Srv. BG III, 37 na str. 67
- 13) Mistr Eckehart: Nezkłameš-li v úmyslu ale jen ve schopnostech, pak jsi z pohledu Božství udělal vskutku vše.
- 14) S. Radhakrišnan komentář k Bhagavadgítě, str. 52
Na lidské úrovni je činnost zapříčiněná touhou a připoutaností. Zdrojem touhy je nevědomost o přirozenosti věcí a spočívá v ignorantské víře v soběstačnost jedince a dále, že soběstačnosti přisuzujeme trvalost, stálost. Dokud existuje nevědomost, není úniku ze začarovaného kruhu změn. Touhy nemůžeme odstranit dalšími, čerstvými touhami, stejně jako činnost další činnostmi. Věčné nemůžeme dosáhnout tím, co je časné. Je jedno zda jsme pouťáni dobrými či špatnými touhami. Otázka vázanosti stále zůstává. Abychom unikli vázanosti, je třeba se zbavit nevědomosti, která je kořenem ignorantských tužeb a činností.
- 15) Talks with Sri Ramana Maharishi str. 78
- 16) Srv. BG III, 33:
I člověk s poznáním působí v souladu se svou povahou. Bytosti následují svou povahu. Co zmůže potlačování?
- 17) Patañdžali Jógasútra II, 41:
Z mentální čistoty vzniká čirá sattva, radostná mysl, jednobodovost, kontrola smyslů a způsobnost pro vizi svrchovaného Já.
- 18) Srv. Ramana Mahárši Self-Enquiry:
Jelikož je sattva kvalitou čistoty a pravou přirozeností mysli, čirost oblohy je charakteristická pro expanzi mysli.
- 19) Paul Reys Zen Flesh, Zen Bones – povídka Šálek čaje:
Jakýsi univerzitní profesor navštívil Nan-ina, japonského mistra z éry Meidži (1868–1912). Návštěvník chtěl se dozvědět něco o zenu. Nan-in mu posloužil čajem. Naléval čaj do šálku, ale lil stále

dál. Profesor se díval jak čaj přetéká. Posléze se již nedokázal ovládnout a zvolal: „Je přeplněný, už se do něj nic nevejde.“

Nan-in na to odpověděl: „Jak je tento šálek plný, tak i vy jste plni vlastních názorů a spekulací. Jak vám mohu odhalit zen, nevyprázdňíte-li napřed sám svůj šálek?“

- 20) Srv. Ramana Mahárši Self-Enquiry
- 21) Šankara Vivékácudamaní 28–108:
Nevědomost, neboli mája, se nazývá také Neprojevené. Je silou Pána. Od výsledků, které vytváří, odvozují její existenci ti, kdo mají jasný intelekt. Je nadřazená veškeré objektivitě a tvoří celý vesmír.
- 22) S. Radhakrišnan komentář k Bhagavadgítě, str. 323
- 23) Svami Abhedánanda – Bhagavad Gita the Divine Message, str. 905
- 24) S. Radhakrišnan komentář k Bhagavadgítě, str. 146

SLOVNÍČEK

advaita nedvojnost; škola védántické filozofie, prohlašující, že Bůh, duše a vesmír nejsou tři bytosti, ale Jediné, všeobjímající brahman
ánanda blaho, jeden z atributů brahman
Ardžuna hrdina z Bhagavadgíty, princ z rodu Panduovců; byl to on, kdo obdržel poznání Bhagavadgíty od Boha Kršny
asat neskutečno, to, co není, na rozdíl od sat
ašudha sattva nečistá bytost
átman svrchované Já jedince, které je nesmrtelné a nepomíjející
avidja nevědomost, nevědění
Bhagavadgíta (BG) filozofická báseň eposu Mahabhárata, ze 3. století n. l.; ústředním tématem je dialog mezi Kršnou a Ardžunou, během něhož Ardžuna obdrží svrchované poučení
Bhagavata Purána posvátný spis vyznavačů Boha Višnu
bhakti láska k Bohu, vroucí oddanost
Brahma Bůh stvořitel hinduistické Trojice
brahman absolutní Skutečnost, svrchované Bytí, všepromítající svrchovaný princip vesmíru
Buddha (doslova) Osvícený, zakladatel buddhismu, žil okolo r. 500 před n. l.
buddhi vyšší inteligence, vyšší intelekt s povahou moudrosti, je nejvyšším aspektem lidské psyché
citnost to, co má cit, opak necitnosti; jediným citným principem ve vesmíru je brahman
čít vědomí, čiré Vědomí, jakožto jeden z atributů brahman
dvěša odpor, averze
džňána poznání
Eckehart německý dominikánský kazatel, největší středověký křesťanský mystik, narodil se okolo r. 1260; jeho učení se velmi podobá učení Šankary
ego vlastní osobnostní já, individuální já, nepravé na rozdíl od Svrchovaného Já
extroverze sklon zabývat se převážně vztahy k jiným lidem a objektům
guny složky prvotní Přírody, které jsou základem všech substancí, jsou podkladem všech fyzikálních a mentálních jevů

guru duchovní vůdce a učitel
introspekce vědomé pozorování vlastních psychických jevů
introverze sklon zabývat se vlastním nitrem
jama mravní zákazy, zdrženlivosti, uvedené v Jógasútře
jóga spojení (s nejvyšší Bytostí); dle Pataňdžalího je to nauka, jejíž provádění vede ke sjednocení individuálního já se Svrchovaným
Jógasútra klasické pojednání o józe od Pataňdžalího, vzniklé asi ve 2. století před n. l.
Kapila tradicí pokládán za zakladatele filozofického systému sánkhja
karman činnost, skutek, také výsledek činností
kleša zdroj útrap
Kršna vtělení Boha Višnu, učitel Ardžuny v BG
Mahabhárata jeden ze dvou staroindických eposů (druhý je Rámájana); dle tradice Mahabháratu nadiktoval světec Vjása
miša sattva smíšená bytost
nijama mravní příkazy, uvedené v Jógasútře
Osborne Arthur jeden z velkých interpretů učení Ramana Maháršiho
Pataňdžali jógový učitel žijící ve 2. století před n. l.; sestavil a uspořádal jógu v díle nazvaném Jógasútra
prakti příroda, prvotní Příroda
puruša čistý subjekt jedince, svrchované Já
radžas jedna z gun, reprezentující vlastnost aktivity, žádosti, neklidu
rága přitažlivost
Rámakršna bengálský světec (1836–1886), jehož učení se rozšířilo i na západě; ve všech náboženstvích spatřoval cesty k Bohu
Ramana Mahárši tamilský mudrc (1879–1950), který metodou sebekoumání upravit džňánajógu pro potřeby dnešní doby
sádhak ten, kdo provádí sádhanu
sádhana metoda duchovního cvičení, cesta k dosažení dokonalosti, vyžaduje vždy mnoho sebekázně, úsilí a odpoutanosti
samádhi stav, který nastává po úplném rozpuštění smyslových vjemů a myšlenek, ve kterém je dosaženo ztotožnění s objektem či subjektem meditace
sánkhja staroindický dualistický filozofický systém
sat skutečnost, existence, čiré neomezené Bytí, jakožto jeden z atributů brahman
satsanga shromáždění mudrců nebo také shromáždění, kde se hovoří o duchovní pravdě

sattva jedna z gun, reprezentující vlastnosti jasu, světla, lehkosti
Seberealizace osvobození, stav nejvyšší dokonalosti, který může jedinec dosáhnout; uvědoměle prožívané ztotožnění se se svrchovaným Já
Skutečnost to, co nepodléhá změně v čase
Svrchované Já átman, nepomíjivé bytí Sebe Sama
Šankara (Šankaračárja) filozof, učitel, mudrc, náboženský reformátor, hlasatel nedvojnosti (788–824)
Šiva Bůh ničitel hinduistické Trojice, uctíváný jóginy a džňánajógin
tamas jedna z gun, reprezentující vlastnosti tíže, temnoty, tuposti
upanišady filozofické spisy, připojené k védám, pojednávající o způsobu proniknutí do nitra, za účelem poznání átman
vásana latentní sklon, který přechází do vtělení z minulých životů
védánta doslovně konec véd, učení upanišad
vičára sebezkoumání, metoda doporučená Ramanou Maháršim
vikšépa dynamická forma zastření mysli
Višnu Bůh udržovatel hinduistické Trojice; ochránce tvorů, jehož vtělením byl i Ráma a Kršna

BIBLIOGRAFIE

- Abhedananda Svami* Bhagavad Gita – The Divine Message I. + II. díl, Ramakrishna Vedanta Math, Calcutta, 1969
Aksharajna Sri Ramana, The Sage of Arunagiri, Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1937
Bhagavadgíta (české překlady) R. Janíček, K. Weinfurter, J. Filipský a J. Vacek
Coster, G. Yoga and Western Psychology, Harper and Row, New York, 1972
Eliade, Mircea Immortality and Freedom, Routledge and Kegan Paul, London, 1958
Ghose, Aurobindo Essays on the Gita, New York, Dutton, 1950
Hill, W. D. P. The Bhagavadgíta, Oxford University Press, 1966
Chinmayananda Svami Talks on Sankara's Vivekachoodamani, Triumph Press PVT Ltd., Bombay, 1974
Mahesh Yogi On The Bhagavad-Gita, Penguin Books Ltd., Harmondsworth, 1973
Nikhilananda Svami The Gospel of Sri Ramakrishna, Sri Ramakrishna Math, Madras, 1974
Oppermann, M. A. Yoga-Aphorismen des Patanjali, Theosophisches Verlagshaus, Leipzig, 1908
Osborne, Arthur The Collected Works of Ramana Maharishi, Rider Co., London, 1959
Prabhavananda Svami Isherwood, Ch. Bhagavad Gita, The Song of God, New American Library, London, 1972
Radhakrishnan S. The Bhagavadgíta, Blackie and Son, Calcutta, 1975
Reps, Paul Zen Flesh, Zen Bones, Penguin Books, Charles E. Tuttle Co., Inc., Harmondsworth, 1971
Taimni, I. K. The Science of Yoga, The Theosophical Publishing House, Madras, 1974
Taimni, I. K. Self-Culture, The Theosophical Publishing House, Madras, 1976
Taimni, I. K. Glimpses into the Nature of Yoga, The Theosophical Publishing House, Madras, 1975
Talks with Sri Ramana Maharishi, Vol. I to III, Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1978
Zimmer, H. Philosophie und Religion Indiens, Suhrkamp, Frankfurt, 1988
The Mountain Path (čtvrtletní časopis) Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, různé ročníky

OBSAH

Předmluva	5
Filozofický úvod	9
Teorie o gunách	14
Charakteristika gun	18
Sattva	18
Radžas	19
Tamas	20
Rozbor guny radžas	22
Motivační činitelé	22
Obecný popis tendencí	32
Popisy jednotlivých tendencí – motivačních činitelů	39
Tendence psychické existence – T 1	39
Tendence vitality – T 2	42
Tendence vlastnění – T 3	44
Tendence lásky – T 4	46
Tendence společenská – T 5	50
Tendence sebeuplatnění – T 6	51
Tendence činnosti – T 7	53
Působení guny tamas na radžas	54
Vliv tamasu na sádhanu	58
Působení sattvy na radžas	61
Bhagavadgíta a guny	64
Sattvické cítění	73
Blaho	79
Sebepozorování	85
Graf tendencí	97
Význam sattvy v sádhaně	101
Překážky, které se staví v cestu praxe zabývání se tendencemi	108
Vásany určují další osud sádhaka	112
Dodatek	117
Doslov	120
Vysvětlení poznámek	123
Slovníček	126
Bibliografie	129

Rudolf Skarnitzl
Poznáváme své já

2. přepracované a rozšířené vydání
1. vydání 1994, Melantrich, Praha

Sazba $\text{\TeX}$, Stanislav Brabec a Jana Hybnerová
Obálku navrhl Jan Šimon
Na obálce použit grafický list p. Vágnera
Sazba a litografie obálky $\text{\TeX}$
Vydalo nakladatelství Onyx v Praze v roce 1998
Zhotoveno v AMJ, Praha 2, Sázavská 4

ISBN 80-85228-51-3