

ÚVOD DO FILOZOFIE A PRAXE JÓGY

Ph.Mr. Rudolf Skarnitzl

NAKLADATELSTVÍ ONYX PRAHA

2010

**S poděkováním všem, kteří se zúčastnili:
prací, radou, pomocí**

nakladatel

© Ph.Mr. Rudolf Skarnitzl, 1997, 2010
© Nakladatelství ONYX PRAHA, 1997, 2010

ISBN 978-80-86788-86-5

1. DIL



FILOZOFIE JOGY

Obsah

1. díl Filozofie jógy

Úvod	7
Co je jóga?	10
Co je védánta?	17
Guny – složky Přírody	24
Dvě cesty člověka	42
Zákon karmanu	50
Vtělená bytost – skladba člověka	57
Teorie o převtělování –	76
Božství	91
Kdo je vhodný pro sádhanu?	101

2. díl Praxe jógy

Karmajóga	113
Rádžajóga	130
Bhaktijóga	164
Džňánajóga	195
Sebezkoumání	214
Doslov	236
Seznam cizích odborných výrazů	239
Bibliografie	247
Poznámky	251

Úvod

Přísloví:

*Výstup na každou horu začíná
prvním vykročením dole na úpatí.*

Kde je touha, tam je cesta.

Filozofie a praxe jógy se zamýšlí nad životem člověka, jeho cílem a uskutečňováním. Spatřuje člověka takového, jaký je, a bere každého jako závodníka na trati s tím, že jednou musí dojít cíle. Zásadně odmítá jakýkoli pesimismus. Na základě zjevných pravidel (karmanový zákon, nauka o přetělování apod.) odhaduje šanci člověka v jeho současném životě a nasměrovává ho tak, aby měl konkrétní užitek. Filozofie a praxe jógy poskytuje každému, kdo se k ní obrací, jasnou naději ve věcech příštích. Chápe a uznává velkou různorodost lidských povah a dovoluje každému plasticky uzpůsobit své životní cesty dle vlastního založení a temperamentu; respektuje různé typy lidských povah – člověka volního, člověka emotivního, člověka činnosti a dále člověka s převahou intelektu.

Jóga není věcí zdviženého prstu a není v ní místo pro jakékoli zastrašování. Nezatrácuje hříšníka a nevyklučuje ho z cesty, neboť říká, že Božství je základem každého člověka. Jóga prohlašuje, že se dopouštíme chyb, poklesků a omylů z důvodu nevědomosti, do které jsme zapleteni a pro kterou trpíme. Cílem filozofie a praxe jógy je vymanit člověka z tohoto objetí nevědomosti a uvést ho do souladu s poznáním božského základu, který je zároveň svrchovanou radostí a štěstím.

Pro zastření nevědomostí však všichni lidé hledají jen odvar – potěšení. Hledají potěšení a protože žijí v přesvědčení „já jsem tělo“, hledají převážně smyslová potěšení. Chtějí dostat vše co možná bez námahy a pokud možno hned. Na svět hledí s postojem „co z něj mohu vyzískat pro sebe“? Po potěšení touží každý, a tak se člověk zaměřuje na svět s nedočkavou dychtivostí, aby o něco nepřišel a něco nezmeškal. Zdá se, že je málo příležitostí, které mohou poskytnout i jen krátkodobé potěšení, proto je zřejmě nutné, snažit se každou příležitost náležitě využít.

Nikdo však nechce čekat, a tak se netrpělivost mění v agresivní chtivost po potěšení. Ale běda! Tím narážíme do životů jiných, kteří dychtí podobně a dostáváme se s nimi do konfliktu. To nám způsobuje nepříznivý karman, který je provázen zklamáním a utrpením. Takové situace se mohou logicky opakovat život po životě, než dojdeme k určitému chápání svých omylů a začneme vylučovat ze svého chování asociální prvky. Je možné, že tehdy začneme mít více potěšení a radostí, ale znovu a znovu zjišťujeme, že pří-

jemné zážitky, které nás potkaly nejsou trvalé a že po sobě zanechávají pocit nenaplnění.

Žák se ptá Mistra: „Co je hloupost?“

Mistr: „Hloupost je počínat si stále stejně a očekávat od toho různé výsledky.“

Nerespektování zásad a zákonů, kterým lidstvo podléhá, vede nutně k pohromám a zmatenostem a je stejně naivní, jako kdybychom nebrali v úvahu fyzikální zákony. Nejzávažnějším omylem je nerespektování zákona karmanu, zákona příčiny a následku. Tento zákon, který lidstvo i jednotlivce trpělivě vychovává, poskytuje příznivou odezvu na každý dobrý čin a nepříznivou na každý špatný. S tímto zákonem neoddělitelně souvisí nauka (zákon) o převtělování, umožňující jedinci v novém vtělení usilovat znovu o vývoj, o napravení omylů a o zmoudření. K tomu se váže i hledisko zařazení člověka z pohledu dvou možných vývojových cest, fází, cesty rozvoje nebo cesty návratu. V neposlední řadě je člověk seznamován i se základními stavebními složkami Přírody, gunami, které vytvářejí jak naše objektivní prostředí, tak i charakter osobnosti.

Člověk stále více zjišťuje, že je pod vládou jakýchsi zákonů, které nad ním moc vykonávají, a jejich poznání je mu odpíráno pro závoj nevědomosti, který ho obestírá. Radost, štěstí, které stále usilovně vyhledává, mu unikají mezi prsty. Avšak v hloubi nitra v něm přetrvává tušení až víra, že někde musí existovat stálé štěstí a trvalý život. Tehdy se začne obracet do sebe a začíná si klást otázky: Co je štěstí? Kdo nebo co jsem já? Proč tu jsem?

Jóga pokládá takový vývoj za normální. Říká člověku během jeho vývoje při každém kroku, jak si počínat, aby se vyhnul zbytečným nepříjemnostem a ztrátám, když přichází do konfliktu se zákonitostmi, které ve světě působí, a ukazuje mu způsob, jak se vymanit z otroctví nevědomosti. Pro každého bez rozdílu, kdo to myslí opravdově, poskytuje jóga řešení – neboť její svrchovaný cíl je poznání a sjednocení se s Božstvím, které je zdrojem všeho blaha, štěstí. Největší úspěch na cestě budou ovšem mít jen ti, jejichž vklad bude nejúplnější.

Ostatním říká, co mohou očekávat. Je všem k dispozici, neboť vychází z hlediska, že každý, kdo upřímně hledá a touží po poznání, má reálnou naději dojít osvobozujícího poznání ještě v tomto životě.

Nicméně je třeba čtenáře upozornit, že tato kniha si nečiní nárok na to, že zcela vyčerpává téma jógové filozofie a praxe. Je nutno zdůraznit, že se zabývá výlučně hinduistickou jógou, jejími klasickými cestami, které představují základní sloupy budující duchovní poznání.

Toto realistické ale optimistické téma – poznání božské Skutečnosti a jejích zákonitostí a způsobů možných přístupů, které se v této knize podávají, je pro přehlednost rozděleno do dvou částí, dílů.

První část se zabývá filozofií a některými vybranými tématy se snaží osvětlit hlavní pojmy, které se v praxi běžně používají a bez jejichž pochopení není zvládnutí jógové filozofie a praxe možné. Vysvětlují se nejen názvy a výrazy, ale i zákony, kterým člověk vědomě či nevědomě podléhá. Filozofie, zde zmiňovaná, přináší tomu, kdo se jí řídí, dobrou a zdravou znalostní výzbroj, ověřenou tisíciletým trváním a prověřovanou zkušenostmi, které se používáním po staletí oživují; poskytuje bezpečný základ pro praxi, jejíž použití z filozofie logicky vyplývá.

Druhý díl knihy se zabývá praxí, která rozlišuje přístupy a řešení určené vždy na příslušný temperament a založení tak, aby byly použitelné pro každý typ člověka – aspiranta jógy.

Co je jóga?

Obecné mínění ještě neznamená, že je pravdou; většina lidí žije v nevědomosti.

The Economy of Life, str. 60

„Mohou být stovky ba tisíce guruů, ale žák není snad jediný“. To je dávná moudrost, která říká, že je mnoho těch, kdo mohou dát dobrou radu ale málo těch, kdo se jí řídí.

Sayings of Sri Ramakrishna, verš 1030

Jóga je jedním z nejpozoruhodnějších dovršení lidského úsilí po dokonalosti. Na základě poznání a ověření byla přetvořena ve fungující ideu. Je to zralá odpověď Indie na otázku „Proč tady jsem? Kdo jsem já?“, což jsou základní otázky, které se dříve nebo později objeví v mysli každého, kdo zkoumá sám sebe a chce poznat víc než běžnou úroveň našeho života.

Současná moderní vědecky organizovaná civilizace odrazuje od duchovnosti i od hlubšího zkoumání vlastní existence.⁽¹⁾ Křesťanské náboženství se do značné míry stalo souznačné s morálkou a mystický impuls v něm je téměř zapomenut. Proto se v našem století obrátilo tolik vnímavých mužů a žen k východu pro duchovní potravu a vedení. Mnozí se setkali s jógou a jsou obohaceni, jiným dala jóga posílení v křesťanské víře.

Jóga je klenotem duchovní tradice náboženské Indie. Je jedním z nejstarších odvětví duchovního zkoumání a je jistě nejstarším a nejintenzivnějším experimentem lidského ducha. Nezkoumá však hmotu ale vědomí.

Sanskrtský výraz jóga se většinou překládá jako „spojení“, což je však jen polovina pravdy. Jeho nejbližším ekvivalentem je „jho“. Jóga je totiž umění správnout pod jho osobnost (ego) a „vyšší“ Pravdu, což znamená ukáznění těla a mysli, aby se staly vhodné pro poznání nejzazší Pravdy, Skutečnosti.

Jóga vede k objevování vnitřní bytosti člověka soustředováním se na transcendentní Bytí, ať jej nazýváme Bohem, átmanem či purušou (viz dále). Toto není hypotéza jógy nebo dogma, kterému musíme věřit. Jóga prohlašuje Božství v nás za ověřitelnou Skutečnost. Podkladem toho je idea, která říká, že se opravdu můžeme stát sami sebou, svým Základem, půjdeme-li nad naše ego, nad to, co věříme, že normálně jsme: muž nebo žena, majitel auta, domu, jsme veselí nebo smutní apod. Naše vlastní přirozenost nic takového není. My jsme čiré Bytí-Vědomí.

První zmínky o praktických cvičeních a jógových idejích se nalézají v posvátných védách, pravděpodobně nejstarších písemných svědectvích lidské-

ho ducha. Jóga je zmíněna v Rgvédu, který představuje sbírku sanskrtských hymen a jehož původ se datuje okolo roku 1.500 před n.l. Vypracovanější jógové úvahy a cvičení jsou uvedeny v Atharvavédu, který je o několik století mladší.

Jógin se prvotně (ideálně) zajímá o překonání své osobnosti, ega, a světa jako takového. Jeho velkým ideálem je osvobození, které se uvádí pod různými názvy – mókša, mukti, kaivalja, nirvána.

Co je osvobození? Je to stav úplné svobody ve vědomí, oproštěné od vazby omezené osobnosti, která je plná vrozených návyků, relativně nevědomá a základně nehezka. Čiré Vědomí, které je při osvobození realizováno, je sanskrtsky nazýváno átman. Je to naše nejvnitřnější podstata, shodná s nehlubší podstatou vesmíru.

Jógin dosahuje osvobození – realizaci átmanu, pravého Já, až po dlouhém boji se svou lidskou přirozeností. Když po dlouhých bojích překoná úskoky ega, svou největší překážku, rozzáří se v něm To, co tu vždy bylo a je jeho základem. „To“ vtáhne individualitu jógina do Sebe a on se s ním stane jedno.

Většina škol chápe realizaci Sebe Sama, jako realizaci pravého Já, átmana. Átman, pravé Já (anglicky Self), je stejné ve všech bytostech, což je idea, která je základní pro školy advaita védanty (viz dále).

V dobách, kdy se jóga formovala, byla spojena se široce rozšířenou tradicí védanty, uváděnou v upanišadách. Tato tradice říká, že existuje jediná Skutečnost, brahman, a je běžně vnímána a zažívána jako mnohotvarý vesmír. Jógin může správným zaměřením, ukázněním a meditacemi realizovat jedinečnou Skutečnost átmana i základ objektivní existence – brahman (viz dále). Učení o totožnosti brahman a átman je základní myšlenkou, která pochází z upanišad. Podrobně je zmíněno v Kathópanišadě, která má původ v šestém či pátém století před n.l. a uvádí „jógu nejvnitřnějšího Já“. Touto jógou poznává jógin velké Božství skryté v našich srdcích. Později, ve třetím století, provedl anonymní tvůrce Bhagavadgíty, bible hinduismu, jedinečné sjednocení tehdy existujících jógových přístupů. Obzvláště významné však je, že Bhagavadgíta uvedla ideál uctívání a oddanosti Božství, svrchované Bytosti, čímž zavedla cestu bhaktijógy, která se pro svou popularitu velmi rychle rozšířila. Byl to ovšem Pataňdžali, který v Jógasútře (Aforismy o józe) dal v druhém století před n. l. józe klasickou formu. Vytvořil tak jeden z filozofických pohledů hinduismu. Ačkoli mělo Pataňdžaliho dílo velký vliv, protože přineslo do základního konceptu jógové cesty mnoho cenných definic, přesto nikdy nebylo pokládáno za hlavní proud hinduismu. Důvodem k tomu byl v Jógasútře uváděný dualismus věčné Přírody a věčného Ducha. Pataňdžaliho škola je nicméně uznávána jako klasická škola filozofie jógy. Další podrobnosti jsou uvedeny v 2. dílu, v kapitole Rádžajóga.

V následujících dobách vzniklo více po-klasických škol jógy, které vykazují vliv typický pro tantru. Stručně řečeno, tantra staví na pradávnmé náboženské intuici, že svět povstal na základě rituálního aktu a hlubokého filozofického poznání všeobjímající Bytosti. Tantra vyzdvihuje pradávnmou víru v ženské Božství, neboli šakti, a pozvedla ji na princip prvního řádu. Toto vedlo k přehodnocení fyzického těla jako božského projevu a tedy pozitivního nástroje k dosažení osvobození.

Z této tradice kultu těla vyrostlo několik škol hathajógy. Původ hathajógy je nejasný a podle tradice je spojován s jménem Górákšanátha z devátého až desátého století.

Dávnmí učitelé hathajógy sestavili několik významných příruček, z nichž se některé dodnes používají. Vykazují překvapující různost technik, jak ovládnout životní sílu (pránu) lidského těla, především pomocí dechových cvičení. Nejpopulárnější příručky jsou Hathajóga-pradípiká (14. století), Gherandasanihitá (17. století) a Šivasanihitá (18. století). K literatuře zabývající se hathajógou patří také 21 jógových upanišad, které většinou pocházejí ze 14. a 15. století.

Hathajóga v klasickém zaměření zahrnuje vyšší jógové stavy, jako je koncentrace, meditace a samádhi. Tato cvičení vycházela z názoru, že k osvobození a osvícení je třeba silné a zdravé „jógové tělo“, odolné vůči chorobám a volné od omezení, neklidu a nestability, které běžně charakterizují neukázněné fyzické tělo. Hathajóginí říkají, že jóga odstraňuje z těla malátnost a tupost, nečistoty. Hlavními postupy v hathajóze jsou pozice (ásany) a dechová cvičení (pránájáma). Nespočetné ásany jsou pevné, na krátkou dobu nepohnutě zaužímané pozice, poskytující tělu stabilitu, lehkost a zdraví. Různými dalšími postupy hathajógin usiluje o to, aby zbavil tělo nečistot a oprostil nervový systém od překážek a poruch, které by znemožňovaly správné provádění dechových cvičení. Dech je přímo spojen s vitálními silami a proto se klade na dechové cvičení značný důraz. Hathajóga uvádí mnoho způsobů dechových cvičení, zvláště ve spojení s jinými cviky, bandhy apod. Dechová cvičení sledují dva cíle. První je zdokonalení těla, neboť se jimi dosahuje prodlužování mladistvosti apod. Druhý cíl se zaměřuje na probuzení hadí síly spící ve vitálním těle člověka. Její probuzení otevírá hathajóginovi prostor a pole vědomí pro nabývání zkušeností, které jsou běžnému lidskému vědomí nedostupné. Navíc tím nastává mocné zdůraznění jeho vlastních, již vyvinutých normálních schopností.

Hathajóga klade velký důraz na přípravné očisty, kterých je šest: dháuti, basti, néti, nauli, tráataka a kapálabhāti. Dháuti je polykání dlouhého pruhu z jemné látky, která se pak zase vytahuje. Basti je čištění tlustého střeva vodou, která se nasává trubičkou v konečníku. Néti je čištění nosní dutiny pomocí tkaničky nebo gumové trubičky. Při nauli se vykonávají energické rotace břišního svalstva za účelem rozdmýchání trávicího „ohně“. Tráataka

znamená vytrvalé nepohnuté upnutí pohledu na nějaký malý předmět, dokud se oči zcela nenaplní slzami. Kapálabhāti se nejčastěji uvádí jako dechové cvičení, rychle prováděné intenzivní dýchání, přičemž důraz spočívá na výdechu.

Hlavní zájem hathajógina má tedy být zachycení životního proudu v těle. Zaměřuje se na tuto sílu a usiluje, aby se nerozptylovala. Nasměrovává ji podél páteře, centrální ose těla. Výsledkem jejího ukáznění je probuzení oné psychospirituální energie, hadí síly, nazývané sanskrtsky kundaliní šakti. Úsilí hathajógina se zaměřuje, podobně jako u kundaliní-jógy, k jejímu postupnému vytažení až k vrcholu hlavy, k sahasráračakře (viz dále). Toto vrcholné centrum se považuje za sídlo Šivy a spojení kundaliní (která je ženským principem) se Šivou je považováno za nejvyšší dosažení.

Během času však mnoho hathajóginů ztratilo duchovní cíl ze zřetele a zaměřili se na tělesné zdraví ochraňující a terapeutické aspekty nebo začali provozovat hathajógu za účelem vývinu paranormálních schopností. Tím si hathajóga vysloužila špatnou pověst, zvláště u vzdělanějších tříd hinduistické společnosti, které dávají přednost meditativnímu a intelektuálnímu přístupu.

Nicméně hathajógini také onemocní a umírají. Dokonalé vypěstění těla je odvážlivost a je možné ho dosáhnout jen pod vedením zkušeného gurua. Jak uvádí Górákšasanhitá (hathajógová příručka z 15. století), jsou-li tato cvičení prováděná bez vedení a úspěchu, vedou k onemocnění a smrti. Kdo chce zvítězit nad Pánem Smrti, podstupuje riziko, že pokud selže, bude smrtí rychle přemožen.

Úspěch bývá tedy různý. Ovšem výsledky hathajógy se mohou v očích běžného člověka jevit jako velmi překvapivé, neboť zachování vysoké fyzické zdatnosti a prodloužení fyzického života a mladistvosti jsou nesporně žádoucí hodnoty. Slabinou hathajógy však je, že její pracně namáhavá a nesnadná cvičení vyžadují velmi mnoho času a nesmírné energie a navíc, svým charakterem si vynucují úplnou oddělenost od běžného lidského života.

Všichni ale nemají stejnou možnost a schopnosti, jelikož jim chybí síla těla nebo vůle, nebo jim v tom brání nevhodné okolnosti. Také se všichni nebudou chtít podříditi přísným pravidlům, která jsou k úspěchu nutná. Mnozí si nebudou ani takový život přát a budou takové úsilí pokládat za nepřiměřené cíli.

K tomu je třeba zdůraznit, že některé výsledky lze dosáhnout i méně namáhavými systémy, například rádžajógou. Jiní zas budou mít přání se od těla co nejrychleji osvobodit. Proto se říká, že je snadnější dosáhnout osvobození než nesmrtelnost. Nicméně hathajóga je také cestou, i když s dlouhou, obtížnou, až puntičkářsky náročnou praxí.

Dnes existuje mnoho lidí, kteří pěstují tu či onu formu hathajógy s dobrými zdravotními výsledky. Hathajógou se zabývalo také mnoho aspirantů, kteří později přešli na duchovní jógy, když první informace o nich obdrželi právě při hathajóze. Nutno zde vyzdvihnout, že mimo docilovaných dobrých zdravotních výsledků je dnes rámcově seznámení s duchovním dědictvím Indie největší předností u nás prováděné hathajógy, což je v souhlase se zněním prvního verše Hathajógapradípiky, který zní: „Hathajógu možno přirovnat k žebříku, který je pro toho, kdo touží vyšplhat k nejvyššímu stupni rádzajógy“. Tak se tito aspiranti pohybují od fyzických cvičení, přes mentální disciplíny rádzajógy až po mysteriózní kundaliníjógu, která se snaží ovládat psychofyzické dynamo těla, a dále přes zdánlivě okouzlující ale obtížnou orientaci v tantrajóze, která se snaží zvládnout sexuální sílu.

Mnoho lidí na západě hledá zdraví, krásu, dlouhověkost. Lékařské prověřování hathajógy ukázalo, že mnoho technik představuje velmi účinné terapeutické nástroje. Mohou v určitých případech napravit porušené zdraví a zpomalit proces stárnutí. Soustředění je zřejmě výborný nástroj, jak nasměrovat mysl do nitra a dát tak základ k sebepozorování a získání vyrovnanosti.

Podle současného populárního pojetí, znamená výraz jóga v tomto století každé cvičení používající praxi hathajógy nebo rádzajógy. Znamená to ásany, cvičení nauli, bhastriku a některé mudry. Tyto všechny jsou obsaženy v populárním názvu jóga.

Ovšem to není jóga v celé důležitosti své podstaty. Skutečná jóga je každý proces, spirituální technika a cvičení, které člověka zaměstnává či naplňuje, aby dosáhl spojení s Bohem. Cokoli nás vede k nejvyššímu cíli, to bychom měli nazývat jógou.

Jelikož na západě došlo z neznalosti k zúžení pojmu jóga na onu populární náplň, nahrazuje se někdy pojem jóga, s náplní cesty k nejvyššímu cíli, názvem sádhana. Sádhana doslova značí „to, čím se něco koná“, nebo přesněji „prostředky k dosažení konce“, míněno dokonalosti, čili duchovní cesta. Ten, kdo ji vykonává se nazývá sádhak, případně sádhiká – žena.

Pravý aspirant jógy brzy narazí na otázku spojenou s tradicí, že je jóga předávána kvalifikovaným učitelem (guruem). Na tuto otázku však není snadná a jednoduchá odpověď, zvláště když nechceme posílit předsudky, ať jsou pro či proti osobě gurua.

Pro hledajícího je guru velmi důležitý. Avšak potíže, které ve spojení s ním vznikají, existují na základě subjektivního pohledu hledajícího. Člověk by měl mít základní poznání o guruech. Měl by být schopen zjistit, zda člověk, který vypadá jako guru, je skutečně guruem. K tomu by měl nejprve poznat, zda ten, kdo káže o dosažení velkého uspokojení a míru, těchto věcí sám dosáhl. Pokud jste strávili nějaký čas s tzv. guruem a nepoznali na sobě změnu, měli byste mít pochyby, zda dotyčný je opravdovým guruem. Přibliž-

žíte-li se ke guruovi, měli byste přinejmenším pociťovat určitou pozitivní změnu a když nenastane a zůstáváte tací, jací jste byli, jaký má smysl být s takovým guruem?

Chceme-li se zbavit nějaké nemoci, navštívíme lékaře, ovšem s tím, že jsme se o něm dobře informovali. Předepíše-li nám nějaký lék, budeme chtít mít jistotu, že nám pomůže. Nemůžeme přece brát cokoli a nestarat se o to, co polykáme. Je povinností hledajícího aspiranta, aby si co možná pečlivě prohlédl svého možného guruu.

Často se stává, že žák ke guruovi vzhlíží, obdivuje ho a pokouší se ho napodobovat, aniž by věděl, zda doporučované metody a cvičení odpovídají jeho vlastnostem. Nebezpečí vyvstává při rozvíjení kultu guruu tím, že se držíme vnější postavy učitele a zapomínáme, že átman je projevené absolutní Vědomí. Žák by měl mít stále na mysli, že se stane pro jeho vývoj překážkou, učiní-li si lidskou podobu za idol a zaslepeně se modlí k nějaké osobnosti.

Abychom poznali, zda guru je pravý, k tomu je třeba mít vycvičené oko. Jedno dobré indické přísloví říká: „Než se napiješ vody, dobře ji proced'. Než přijmeš guruu, pečlivě jej přezkoušej!“ Přijměte guruu jen tehdy, jestliže jste ho bezpečně poznali. Nepřijímejte někoho za guruu jenom proto, že vám jiní řekli, že je guruem. Nikdy nepodléhejte slepé víře.

Na základě velké poptávky existují školy a učitelé, kteří prodávají za peníze meditační praktiky, slibují okultní síly, úspěch a rychlé osvícení. Někteří je jízlivě nazývají guruové – šejdíři. Avšak i ti jsou zapotřebí, přinejmenším pro ty, kteří k nim běží a přinášejí jim peníze.

Někteří hledající se nikdy neunaví tím, že slyší stejnou pravdu opakovaně snad od stovky mistrů. Při své honbě za Mistry věří, že najdou někde zvláštního vzácného Mistra, který jim při výkladu Písma skrytě předá i božskou zkušenost. Mnoho vážně hledajících pobíhá po světě s touto planou nadějí a obohacují tak jediné dopravní prostředky a hotely. Naslouchání sebevětšímu množství výkladů i od nejlepších učitelů nezavede hledajícího k prožívání skutečného Já.

Pravý Guru je osvobozená bytost a vždy požaduje, aby žák stál na vlastních nohách, aby poznal svou vlastní božskou Bytost. Pravý Guru má poznání brahman a je v brahman zakotven. Je znalý Písem a může proto rozptýlit všechny žákovy pochybnosti. Nepoznání žáka není pro Guruu překážkou, aby na něj nemohl vylít svou milost a poznání.

Ovšem pravý, svrchovaně realizovaný Guru je nesmírně vzácný a představuje pro aspiranta nesmírné požehnání. Žák jej zpravidla nalézá až tehdy, když je připraven sledovat svrchovanou stezku. Pravý, osvícený Guru je živoucí milostí!

Jógová Písma dávají speciální přednost mužskému pohlaví. K tomu však nutno poznamenat, že tyto kvalifikační požadavky se netýkají fyzického

těla. Védántickou sádhanu nelze tělem naplnit. Hlavními prostředky ve védántě jsou přemýšlení a meditace, což může provádět jen zdravá mysl a ostrý intelekt. Mužská osobnost má být plná odvahy, rozlišování, odpoutanosti, rovnováhy, míru i veselosti, což představuje nejlepší vybavenost pro rychlý postup k védántickému cíli.

Od sádhaka se očekává, že podnikne odvážné intelektuální rozlety k neznámu pomocí hlubokého studia, energického přemýšlení a neúnavnými meditacemi. Když se tedy mluví v Písmu o tom, že to má být „on“, muž, pak to znamená, že musí mít obzvláštní kvality srdce a rozumu.

Žena je symbolem měkkosti, připoutanosti, citů a obav a je především matkou. Kdekoli převažují tyto kvality, tam mluvíme o „ženě“. V tomto smyslu je mnoho žen i mezi vousáči. Pevnost v odhodlání, odpoutanost, intelektuální neohroženost a vytrvalý klid jsou zase dobrými evolučními znaky „mužskými“. Ty možno zase často nalézt i u mnohých žen. Domněnka, že nelze studovat Písmo a pomocí védánty rozvíjet vlastní růst jen proto, že člověk má náhodou ženské tělo, představuje velmi omezený a pomatený názor.

Aspiranta jógy však nutno upozornit na možnou nepříjemnou zkušenost. Po prvních úspěších na cestě, vznikne v něm touha se podělit a své objevy sdělit. Je pravděpodobné, že se setká s negativním názorem, zmíní-li se běžným, nezasvěceným lidem o svých studiích a cílech. Budou se snažit ho zesměšňovat, aby otřásl jeho rozhodnutím a vytrvalostí. Proč tak někteří lidé jednají? Je třeba si uvědomit, že většina lidí nerada vidí něco pokročilého, co má vyšší status, než oni sami. Takovou ošklivou a nesmyslnou žárlivost nalézáme bohužel i mezi žáky, sádhaky. Negativní síly působí zpravidla skrytě a je často obtížné je rozpoznat. Vždy je na žáku, aby pečlivě rozlišoval, jednal moudře a nevrhal se do situací, kdy by mohl někomu uškodit. O svých intimních duchovních zkušenostech a snahách, by měl mluvit jedině s tím, kdo se podobně jako on, věnuje stejnému hledání. Lidé mají a budou vždy mít nepřátelský postoj k tomu, čemu nemohou rozumět, zvláště pokud se jedná o jógu. Budou aspirantovy pocity zlehčovat s tím, že jsou nad jejich možnosti. Svět nemůžeme změnit, ale můžeme a musíme změnit sami sebe.

Jóga přežila více než dva a půl tisíce let hlavně proto, že se vždy dovedla dobře vyrovnat se všemi nejrůznějšími politickými či kulturními změnami. Díky této vlastnosti přetrvává i v budoucnosti. Je proto žádoucí, abychom porozuměli a brali dobrodiní z moudrosti těch, kdo se cestou jógy ubírají a dosáhli realizace skutečného pravého Já.

Co je védánta?

*Védánta je ta nejvděčnější a nejvíc povzná-
šející četba, jaká může na světě existovat.
Byla vždy útěchou mého života a bude mi
útěchou i ve smrti.*

Arthur Schopenhauer

Védánta je jedním ze základních filozofických pohledů Indie a bývá označována za „závěrečnou část véd“.⁽²⁾ Představuje rozsáhlé téma, obsahující metafyzické úvahy, které mají původ v upanišadách.⁽³⁾ Tyto však nejsou uznávány za jediný zdroj védánty. Udává se, že védánta čerpala, formovala se a pojala do sebe jednak nauku Bhagavadgíty, což je epizoda z národního eposu Indie Mahábháraty, která pochází ze čtvrtého až třetího století před naším letopočtem a bývá označována za „Nový Zákon Hinduismu“ a jednak učení Brahmasúter od Bádarájany, který žil v druhém století n. l. Brahmasútry představují asi 550 stručných veršů, které mají mnoho možných způsobů výkladů, z nichž během doby nabyt výklad advaita-védánty (doslova „nedvojný závěr véd“) největšího významu. Nedvojnost (advaita) je dominantní filozofickou tradicí hinduismu. Již v první polovině prvního tisíciletí bylo mnoho komentátorů tohoto filozofického směru, avšak nejuznávanější, nejznámější a nejvlivnější výklad absolutní nedvojnosti provedl Šankara (788–820), velký mudrc a filozof. Bývá též nazýván Šankaráčárja, přičemž přípona „áčárja“ znamená „velký učitel“. Šankara beze zbytku vstřebal učení ranných upanišad a své úvahy založil na formuli, kterou uvádí Chándógjopanišad: „Tat tvam asi“ – „To jsi Ty“. Toto prohlášení říká, že átman a brahman je jedno a stejné, a stalo se základní myšlenkou advaity s tím, že vtělená bytost (džíva) je átman (Self).

Šankara byl zcela vyjímečná osobnost. Zrodem byl brahmín a podle všech pramenů měl velmi klidnou, rozvážnou, šťastnou a podmanivou povahu. Ve věku 10-ti let vedl v chrámech debaty s učenými brahmíny, stejně jak to činil před ním Ježíš. Brzy nato vykonal slib chudoby, čistoty a zdrženlivosti a nastoupil svou životní pouť.

Jeho Guruem byl Govindapáda, který ho seznámil s principy jógy a hlavně s technikami rádžajógy, koncentrací a meditací. Šankara je okamžitě přijal a spontánně dosáhl samádhi. Jelikož jej Govindapáda nemohl nic jiného naučit, rozloučil se s ním a začal své putování po Indii. Hinduismus očistil tím, že zavedl přísnou kázeň a učení čistého monismu, které šířil všude kam přišel. Neustále kázal a vedl filozofické polemiky s představenými ášramů, klášterů, po celé Indii a na hlavu je porážel, takže všichni přijali

advaita – védántu. Dvakrát prošel nesmírný indický kontinent a založil také v nejrůznějších končinách země celou řadu mathů, jakýchsi klášterů, jejichž osazenstvo mělo za úkol šířit jeho filozofii mezi nejširšími vrstvami obyvatelstva.

Učení o totožnosti átman-brahman, nauku o převtělování, princip karmanu, které byly zmiňované v ranných upanišadách, Šankara prohlásil ve svých spisech za základ hinduistického učení. Do své nauky převzal i ideje ze sánkhje a jógy, zvláště prakti, guny a princip máji. Na svých cestách psal neustále komentáře k tradičním a klasickým dílům, básně a hymny.

Svou nauku vyjádřil v komentářích k Brahmasútře, k Bhagavadgítě a k velkým upanišadám, které jsou dodnes nepřekonány. Jeho základním dílem je Vivékačúdámani, Klenot nejvyššího rozlišování, které je jasným podáním jeho nauky. Ujišťuje, že zřejmá mnohost projeveného světa, není sama o sobě skutečná. Jeví se tak jen tomu, kdo je v nevědomosti. V jejím područí trpíme vázaností, kterou nad ním vykonává a které se prováděním sebevětší činnosti nemůže zbavit. Každá práce je podrobena vazbou k nekonečnému řetězu příčin a následků. Inteligentně prováděná činnost však má očisťující vliv na naši mysl. K osvobození z onoho nekonečného řetězu může dojít jedině na základě dosažení poznání, že základ vtělené bytosti a átman-brahman jsou totožné. S názory této zcela ojedinělé bytosti se setkáme průběžně v celé knize.

Historickým soupeřem Šankary byl Rámánudža (1017–1137). Ten založil v rámci védanty školu, která obhajovala kvalifikovanou nedvojnost. Zastával názor, že svrchovaná Skutečnost nepředstavuje pouze neosobní, nerozlišené Božství, ale je též Bytostí nadosobní, která obsahuje všechny vlastnosti jevového světa.

Rámánudža považoval měnlivý svět za tělo Boží a zamítal idealistickou myšlenku, že vesmír je neskutečný či klamný. Boha nazýval Pánem, Višnuem, a považoval Ho za základ všeho. Nejvyšší Bytí je imanentním principem světa a duší. I když vše závisí na vůli Boží, přece má člověk svobodnou vůli. Bytost se může přiklonit k Bohu a také odklonit. Kdo se k Němu v oddanosti přikloní, obdrží Jeho přízeň, milost. Tehdy pochopí, že je částí Boha, který ho řídí z nitra, což v něm vyvolá výstup nesmírné lásky. Vysvobození dosahuje studiem a hlavně neustálým zaměřením své mysli na Boha, dále rozjímáním a naprostou oddaností. Vysvobození je výlučně dílem Višnu. Duše se však nestává totožnou s Bohem. Získá však tak čisté vědomí, že netouží po ničem konečném a koupe se v nekonečném blahu božského vnímání.

Rámánudžovo učení – kvalifikovaný monismus – se v jeho době velmi rozšířilo a jeho stoupence nacházíme dodnes mezi sektami severoindických a jihoindických višnuistů.

V rámci védánty existuje i dualistická škola, kterou založil Madhva (1199–1270). V ní zastává názor, že existuje neproměnná rozdílnost mezi Bohem, mnohostí jednotlivých duší a prvotní pralátkou. Tyto tři skutečnosti existují vedle sebe od věčnosti. Bůh – Pán Višnu – je oběma dalším skupinám nadřazen a vykonává nad nimi neomezenou vládu. Boha však nelze poznat pouhým uvažováním. Jako projevené Božství žije ve svém sídle se svou chotí Lakšmí, která je zosobněnou tvůrčí energií. Pán Višnu je absolutní realitou a zároveň Pánem vesmíru. Je jeho stvořitelem, udržovatelem a ničitelem. Svět je stvořen z věčné prvotní pralátky. Jednotlivé duše jsou věčné, ale na pozemské pouti jsou podrobené nevědomosti. Duše je zcela závislá na Bohu, s kterým se však nikdy nemůže sjednotit. Z koloběhu životů se může vysvobodit na základě pravého poznání Boha a vlastní podstaty. Naprostou podmínkou vysvobození je však milost Boží. Proto je třeba Ho neustále vzývat a uctívat. Výlučná láska k Bohu je předpokladem pro osvobozující milost. Osvobozená duše se navždy těší z blízkosti Boží a je tak věčně blažená. I Madhovo učení má dodnes mnoho stoupenců mezi jihoindickými višnuisty.

Tyto tři filozofie představují zároveň tři možné přístupy toho, kdo hledá Boha. Jsou vyjádřeny v Rámájane, eposu o životě Rámy. Hanumán, legendární a statečný velitel vojska opic, který bojoval po boku Rámy, zvolal: „Mám-li poznání Pravdy, pociťuji – Já jsem Ty a Ty jsi Já, všechno To jsem Já. Když mám silný pocit lásky, pociťuji: Všechno to jsi Ty. Mám-li však silný pocit já, pak pociťuji: Ty jsi Pán a já jsem sluha“.

Védánta není náboženstvím, ale je filozofií, nikoli však v západním slova smyslu, tedy jako intelektuální spekulace, ale jakožto intuitivní pohled člověka na Boha. Védánta je formou poznání, ve které náboženství a filozofie přecházejí naprosto souvisle jedno v druhé, představuje tedy filozofii náboženství.

Védánta je neosobní. Prohlašuje, že tato náboženská filozofie je věčná a za svůj původ neděkuje žádné osobnosti. Takové prohlášení se opírá o zážitky mudrců, objevitelů pravdy, kteří svými zkušenostmi védántu vždy znovu oživovali. Védánta tvoří pozadí, ze kterého vycházejí nejrůznější sekty. Není s nimi ve sporu a nechová nepřátelství vůči žádnému náboženství.

Védánta prohlašuje, že člověk je v zásadě božský. Zakryt nevědomostí však hledá naplnění svého života a poslání venku, ve vnějším světě. Setkává se však se zklamáním a omyly. Ty ho nakonec dovedou k probuzení se k duchovnímu životu. Pravé štěstí a svobodu lze nalézt jedině v dosažení dokonalosti v Bohu, které je mu podkladem.

Védánta vyniká jednou zvláštností. Prohlašuje, že se člověk nesmí nutit, aby šel jenom určitou cestou. Je třeba dovolit nekonečný počet variací náboženského myšlení s tím, že cíl je stejný. Ať každý jedinec pozná cíl a ať k němu přistupuje vlastním zvoleným způsobem, ale nechť mu pro to není

nikdy činěno násilí. Podle hinduistického pojetí nezáleží nejvyšší Bytosti na tom, aby každého člověka hned osvětila a pozvedla jej do nadpozemského stavu nebo aby každému hned darovala pravdivé poznání o boží Bytosti a působení Božství. Bůh nehorlí, ba naopak. Ve svém dobrotivém zalíbení dopouští všechny možné víry a přesvědčení. Ačkoli je sám dokonalou láskou a přiklání se ke všem, kdo v Něho věří, ať jsou na kterémkoli stupni poznání, přece je v Něm současně vznešená nezúčastněnost, neboť Bůh nemá žádné ego.

Charakteristiku védánty a její praktické poznávání dobře podává známý anglický spisovatel a mystik Aldous Huxley. Nazývá ji „Věčnou filozofií“. Její přehled podává pod názvem „Minimální pracovní hypotéza“ takto:

1) Existuje Božství, Základ, brahman, čiré Světlo Prázdna, které je neprojeveným principem všech projevů.

2) Tento Základ je jak transcendentní tak immanentní (tkví jak mimo, tak uvnitř nás).

3) Pro lidské bytosti je možné, aby ho milovali, poznali a fakticky a skutečně se stali totožní s tímto božským Základem.

4) Závěrečným cílem a smyslem lidské existence je dosáhnout poznání, které sjednocuje s Božstvím.

5) Existuje zákon dharmy (eticky správné počínání), který nutno naplňovat, cestu, kterou nutno jít, má-li člověk dosáhnout závěrečného cíle.

Co je na védántické filozofii tak přitažlivé? Její nedogmatická metoda experimentujícího zkoumání. Šankara od nás nepožaduje, abychom hned na začátku našeho duchovního života věřili v brahman. Pouze nás má k tomu, abychom experimentovali, zkoumali.

Užitečný přehled advaita – védánty, která představuje nejvyšší vzepětí lidského ducha, uvádí K. H. Potter v Encyclopedia of Indian Philosophy a shrnuje jej do dvanácti bodů.

Předkládá tuto charakteristiku:

1) Účelem filozofie je ukázat cestu k osvobození (mókša) z vazby a koloběhu zrození a smrti (samsára).

2) Vázanost je produktem naší nevědomosti (avidjá). Pravé Já (átman) nepodléhá vazbě a nepodléhá přetělování, je věčně svobodné.

3) Vázanost je bezpočátečná a je pravidelným jevem dokud není nevědomost odstraněna.

4) Jelikož je vázanost závislá na nevědomosti, osvobození nastane odstraněním nevědomosti tím, že dosáhneme jejího protikladu, poznání.

5) Působení nevědomosti vytváří rozdílnost tam, kde žádná není.

6) Proto poznání obsahuje uvědomění, že všechny rozdíly jsou klamné, zvláště rozdíl mezi znalcem a poznávaným.

7) Toto uvědomování, které tvoří osvobozující poznání volné od rozdílnosti subjektu a objektu, je čiré bezprostřední vědomí (čit).

8) Pravé Já, Self, je samo o sobě čirým Vědomím, bez kterého je nemožné cokoli poznat.

9) Stejně pravé Já, čiré Vědomí, není odlišné od nejzazšího principu světa, brahman. Kdybychom vnímali brahman jako objekt uvědomování pravého Já, muselo by se jednat o rozdíl mezi subjektem a objektem, které jsou výtvorem nevědomosti.

10) Skutečné je to, co nelze odsunout jako klam, co není možno popřít, na rozdíl od výtvorů nevědomosti, které jsou nakonec vždy popřeny.

11) Když přijmeme zmíněná kritéria Skutečnosti, pak z nich vyplývá, že brahman (čiré Vědomí), je jedinou Skutečností (sat). Není potřísněno žádnou rozdílností, která je znakem nevědomosti. Brahman jediné nelze popřít, neboť samo popření závisí na tom, že je vědomé (Vědomí).

12) Čiré Vědomí je zažíváno během hlubokého spánku, jelikož se probouzíme osvěženi, z toho se odvozuje, že čiré Vědomí je také svrchovaným Blahem.

Hlavním cílem všech velkých indických filozofií je osvobození člověka z otrockého okouzlení Přírodou, které je jejími gunami způsobeno. Na rozdíl od moderních západních filozofií, které představují čistě intelektuální snahy vyjasnění, pojmenování a zařazování myšlenek, moudrost Indie cílí na úplnou přeměnu lidské přirozenosti a na zcela nové pohledy na svět a vlastní pravé Já.

Je mnoho teorií o vzniku náboženství. Védánský pohled říká, že pochází z touhy člověka překonat omezení a vázanost v životě. Kdy a kde hledá člověk náboženství? Není-li spokojený se současnými životními podmínkami a když zjistí, že omezení nelze žádným způsobem překonat, pak nachází útočiště v něčem, co je nad poznáním jeho smyslů.

Možná, že má náboženství původ v srdcích dávných mudrců a proroků, možná, že našlo své největší vyjádření ve zkušenostech světců a synů Božích. Ať teoretizujeme jakkoli, nejsme schopni nalézt skutečnou pravdu o náboženství, dokud ji sami nenajdeme ve svých srdcích, dokud nepřekonáme omezení a vazby života.

„K dosažení brahman platí, že nestačí pouhá autorita Písma, i když se mu ve védántě připisuje, z hlediska vědění, základní důležitost. Musí k tomu existovat osobní zkušenost.“⁽⁴⁾ Jednoduše na základě pouhé autority Písma prohlašovat, že Bůh je, a přitom dále prohlašovat pomocí stejné autority, že praxi musíme provádět tak a tak, pak že bude správná a že se máme vystříhávat toho a onoho, protože to je špatné, protože to je zákon – příkázání Boží – to nedostačuje a na srdce lidí to nepůsobí. Přísná pravidla a kázeň vykonávaná zvenčí v praxi nepůsobí a nikdy nejsou prospěšná duchovnímu růstu. I když jsou správná pravidla, člověka neinspirují, aby je v praxi prováděl. Znáť a věřit, že Bůh je, znamená, že existuje možnost Jej zažít ve vlastním životě. To musí být vedoucím principem života duchovního aspiranta.

Proč vlastně máme dělat to, co je dobré a vyhýbat se tomu, co je špatné? Chováme-li se dobře, naše bytost se očisťuje a přibývá jasu sattvy v našem rozlišování a dosáhneme tak našeho objektivního cíle. Konáním zla se ocitáme ve větší temnotě. Pochopení tohoto by mělo být základem pro naše chování.

Svět není třeba dávat do pořádku. Svět je vtěleným pořádkem. Je na nás, abychom sebe uvedli do shody s tímto pořádkem, poznali a věděli, co je světový pořádek. Ten je uspořádaný, na rozdíl od množství přání, která se snažíme vkládat jeden na druhého.

Filozofie neznámá pro Šankaru vyjádření toho, co by mělo být, nýbrž je postižením toho, co je. Duchovní postižení nekonečna jako Skutečnosti vede k míru a radosti. Védánta klade bezprostřední důraz na to, aby člověk byl přiveden ke zkušenosti nejvyšší Skutečnosti, ze které vzešla všechna náboženství.

Védánta není filozofií, která rezolutně vylučuje hříšníka ze síně moudrosti. Nevěří, že existuje nějaká ztracená duše, která by věčně putovala mezi pohany a která by se mohla spasit jedině, když projde dveřmi védánty. Védánta neodsuzuje hříšníka, ale odsuzuje nevědomost či omyl. Největším omylem podle védánty je domnívat se, že jsme slabými hříšníky, že nemáme sil, že to neb ono nemůžeme učinit. Kdykoli takto uvažujeme, připevňujeme si další článek řetězu, který nás spoutává, a přidáváme si další negativní autosugesci. Proto každý, kdo tak uvažuje, je slabý, špatný a nečistý a vrhá do světa špatné myšlenky. Za každým špatným činem následuje neúprosně příslušný karman. Všepronikající Božství je však v každé bytosti a proto nemůže být hříšník, který by nemohl, když se opravdu kaje, být od svých nepravostí očistěn a přilnout k Božství neděleným srdcem. Takového označuje Bhagavadgíta (IX,30) „za spravedlivého, neboť se správně rozhodl“.

Védánta říká, že kdyby zlo a omyl byly konečné, svět by postrádal rozumnost. Zlo, které člověka v životě potkává, nese si sémě svého zničení s sebou. Je určeno, že bude dříve nebo později překonáno dobrem. Jinými slovy, žádný z indických systémů není v důsledku pesimistický a rozšířený názor, že se převážně jedná o učení o strasti, je zcela mylný.

Najdete-li ve védántě slovo víra, pak to neznámá slepou víru, ale takovou, která je založena na argumentech. Vírou jsou míněny závěry, které plynou z výroků mudrců, kteří realizovali Skutečnost. Když přijímáme pravdu z písemných svědectví těchto mudrců, pak se nacházíme ve správné mentální poloze. Takové přesvědčení je podepřeno logikou a je správnou vírou.

Pro spirituálního aspiranta je nejdůležitější jeho touha po Bohu a touha Ho hledat. Ve světě je mnoho náboženství, jsou nespočetné sekty s různými teoriemi, vírami a naukami. To nám však pomáhá jen k vybudování touhy realizovat Boha a ukázat způsoby a prostředky jak Ho nalézt. Když v ně

pouze věříme a s jejich filozofickou či teologickou naukou souhlasíme, nic nám to nepomáhá. Víry a teorie samy o sobě nemohou předělat charakter a nemohou nám poskytnout stabilitu a vnitřní mír.

Jak z uvedeného vyplývá, tématem veškerého védántického učení je nauka o totožnosti átman – brahman, které je svou přirozeností čistým Vědomím. Je stavem homogenity, který převyšuje všechny charakterizující vlastnosti. Je stavem poznání, který je mimo všech párů protiv, ve kterém vyhasly myšlenky na oddělenost a odlišnost. Jinými slovy adept védánty musí přesáhnout cíl cesty zbožné oddanosti. Láskyplné spojení srdce s nejvyšším osobním Božstvím nedostačuje. Vznešená zkušenost zbožného je jen vnitřním obrazem jeho osobního Božství, na které nazírá v oddaném ponoření a je jen předehtou pro poslední, nevyjádřitelný vrchol dokonalého osvícení, které přesahuje i sféru božského tvaru. Aby bylo tohoto nejvyššího cíle dosaženo, musí zmizet i ta nejposlednější stopa zárodku nevědomosti. Pak se samovolně projeví blaho nedvojného brahman. Zkušenost tohoto blaha je na tomto světě jediným bezprostředním důkazem skutečné transcendentální totožnosti s Božstvím.

Guny – složky Přírody

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

Bhagavadgíta III, 27

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

Bhagavadgíta XVIII, 40

V indické tradici se výraz guna poprvé objevuje ve filozofickém systému sánkhja, který je ze všech indických filozofických systémů nejstarší. Za tvůrce filozofického systému sánkhja se označuje bájný mudrc Kapila, o kterém dějiny mlčí. Žil asi v 6. až 7. století před n. l., neboť Gautama Buddha již učení sánkhji znal. Sánkhja vyjmenovává principy světa a uvádí složení prvotní Přírody tak jedinečně, že toto učení převzal a vstřebal mimo buddhizmu i Pataňžalího systém jógy a s určitými úpravami i védánta. Od dob Kapily se již nikdo nikdy nepokusil o jiný výklad prvotní Přírody. Podle sánkhji existují dva na sobě nezávislé věčné principy: Duch, kterého nazývá puruša, a dále prvotní Materie, prvotní Příroda, kterou nazývá prakti.

Duch je kvality spirituální, je neměnný, trvale svobodný, jasný, klidný a citný.

Příroda, prvotní Materie, se skládá a je tvořena třemi gunami a existuje ve dvou stavech. V prvotním 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.

Takto, na základě vzájemného působení Ducha a Přírody, sánkhja 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 sánkhja 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 sánkhja systému sestává celý vesmír z nespočetných kombinací gun, které jsou podkladem všech jevů, ať fyzikálních či mentálních. Guny se uvádějí jako nepřetržitý, třídlílný základní tvořící proces.

Rozeznáváme tři guny a uvádějí se nejčastěji jako kvality, které tvoří přírodu. Jsou to:

sattva – představuje kvalitu světelnosti, lehkosti, harmonie

radžas – představuje kvalitu hybnosti, dynamické energie, napětí

tamas – představuje kvalitu statické netečnosti, tíže, zastření.

Při stvoření vesmíru spočívá základní funkce oživené Přírody v zahalo-vání a omezování Ducha, Božského Vědomí, které svým odrazem způsobilo start stvoření Přírody. Omezení Božského Vědomí do forem není možno pojímat jako působení nějakého „zla“, které by Božské Vědomí znesvobodňovalo. Božské Vědomí, které je živoucím a citným podkladem všeho, je samo o sobě neomezené a beztvaré. Aby mohlo konkrétně vstoupit do projevu, musí se samo objevit ve tvaru. Příroda, která je hmotným, materiálovým podkladem, působí jako omezující princip. Omezuje bezbřehé, beztvaré Vědomí a přivádí jej do tvaru. To činí pomocí gun.

Nejvíce omezuje tamas. Čím v přírodě sestupujeme hlouběji, například až k nerostné substanci, která je veskrze těžkopádná, tím více přibývá tamasu. Čím vystupujeme výše, tím více přibývá radžasu a posléze i sattvy. Úlohou radžasu je uvádět do akce a energeticky vybavovat. V mentální úrovni vybavuje energeticky touhy, žádosti, instinkty, neboť jen jejich uskutečněním se naplní množství zážitků, potřebných k získání zkušeností v životě jedince.

Radžas je ovlivňován oběma zbývajícimi gunami. Výsledkem toho je, že tamasické ovlivnění radžasu tlumí v jedinci výstup sattvy, a naopak sattvické ovlivnění radžasu bere prostor tamasu. Kvalitativně nejvyšší je sattva, která omezuje nejjemněji. Její funkce spočívá spíše v tom, že svou světelností dovoluje projevy Vědomí. Čím je více zastoupena a silněji vyvinuta, tím více odhaluje projev čistého Vědomí. Nicméně všechny tři guny jsou od sebe něoddělitelné, jsou ve všem zastoupeny, ovšem v různých poměrech. Vstupují do nezměrného množství kombinací, vytvářejí mnohost a jejich variabilita je podobná kombinacím molekul a atomů. Celý projevený vesmír, nejen hrubohmotný, tzv. objektivní, vnější, ale i jemnohmotný, subjektivní, vnitřní, je tvořen kombinacemi gun, těchto tří složek Přírody. Guny tvoří Přírodu a Přírodu tvoří guny.

Přejdeme nyní od obecných charakteristik k zastoupení gun v člověku, to jest jak se jednotlivé guny v jedinci projevují.

znaky a vlastnosti jednotlivých gun jsou popsány v následujících charakteristikách:

— Sattva —

Výraz sattva má původ v sanskrtském sat a má více významů, jako „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 a lehkosti. Působí jako přirozené směřování k dobru, nenásilí, k pravdě. V intelektu se jeví jako čistá inteligence a obdařuje jedince pronikavou introspekci. Převažuje-li sattva, vzniká správné smyslové vnímání, ostré rozlišování a správný úsudek; nastává porozumění věcem a stavům tak, jak ve skutečnosti jsou. Její jas je mostem k poznání, zvláště duchovnímu. Je zdrojem a pramenem lásky k Bohu, k Pravdě. Ve svém nejčistším stavu, oproštěném od všech myšlenek, je schopná zrcadlit čiré Vědomí (v buddhi).

Sattva nezná sobectví a proto nezná ani strach. Sattva nezná pocit nelihosti. Sama o sobě poskytuje pocit harmonie a klidu, uvolnění.

Barva, která vyjadřuje sattvu, je bílá. Staří učitelé říkají, že ovocem sattvického působení v člověku je štěstí.

Příklady sattvického vlivu:

mysl – jasná, klidná, chápající

chování – vážné, jisté, nebojácné, klidné, směřující, snášenlivé, trpělivé a pravdivé

etika a náboženství – míruplné, univerzálního zájmu, spontánní neokázalé oblečení – čisté, vhodné, prosté, skromné, úhledné, estetické

v přírodě – sluneční světlo

v mytologii – nebeské bytosti a bohové

— Radžas

Sanskrtský výraz radžas znamená doslova nečistotu, prach.

Radžas představuje v Přírodě obecný trend šíře a proto působí v mnohosti světa. Vytváří sobeckou, žízňovou chtivost po objektech světa, které se v něm jeví. Touží je užívat a vlastnit. Je příčinou získávací žádostivé touhy a dychtí po potěšení, přičemž má odpor vůči jeho ztrátě a vzpírá se přijmout každé 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.

Radžas charakterizuje psychofyzická aktivita, energie, neklid, nervozita, napětí a fascinuje širokou extrovertností. V psychofyzických jevech podporuje aktivitu smyslů a působí jako vášnivost. Je příčinou nepokoje a rozptýlení mysli. Převládá-li v člověku radžas, pak je připoután k činnostem, je

stále v pohybu a je mnohomluvný. Nebývá 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 samotného. Postrádá dobrou rozlišovací schopnost, protože ji touhy a připoutanost oblužují. Nespátňuje věci tak, 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 pod vládou radžasu. Barva, která vyjadřuje radžas, je červená.

Starí učitelé říkají, že ovocem radžasického působení je bolest.

Příklady radžasického vlivu:

mysl – aktivní, plná energie, napětí, vzrušená a kolísavá, nestálá, vzpurná a svěhlavá

chování – velice nadšené, bouřlivé, neklidné, měnlivé, netrpělivé, dominující

náboženství a etika – sebeospravedlňující, agresivní, okázalé, povrchní

oblečení – marnivé, parádivé, pestré, vyzývavé, vzrušující

v přírodě – výbuch sopky

v mytologii – titáni, odbojní bohové a démoni

— Tamas —

Tamas, doslova temnota, čern, v přirozeném slova smyslu slepota.

Tamas představuje v Přírodě obecný trend směřující dolů a představuje tíži, nehybnost, stabilitu předmětů, a proto převládá v hmotném světě. Je silou, která drží pohromadě strukturu hmoty, strukturu všech společenství ba i celé zeměkoule.

V mysli jedince se projevuje zatemněním, zastřením, těžkopádností, což ústí v tupou neaktivnost, nerozpoznávání, nerozlišování, nevědění a netečnost. Výsledkem tohoto vlivu je zastřená citnost. Tamasické působení směřuje vždy k degradaci či alespoň k zachování určitého stavu, jeho nepozvednutí, 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 sebe sama, žije bez náležitého uvažování, odpírá činnosti a je se sebou spokojen, pokud není dotýkán jeho spánek a nejsou bezprostředně ohroženy jeho zájmy a bezpečnost. Jeho životem se táhne stálé pasivní podrobování se okolí z důvodu tuposti a lenosti.

Slabší vliv zastřené citnosti se projevuje ochromujícím seabedpečňováním a zvykem upadat do sklíčenosti z pocitu provinění za nějakou chybu.

Slabé zastření se projevuje malou psychickou odolností, osobnost trpí depresivní nedůvěrou, malomyslností a pověřčivostí.

Tamas poskytuje jen pocit temné tíže a nikdy neumožňuje libost, proto se uvádí, že se pociťuje vždy nepříjemně. Barva, která vyjadřuje tamas, je černá.

Příklady tamasického vlivu:

mysl – netečná, ochablá, těžkomyslná, apatická

chování – tvrdé, bezcitné, lhostejné, netečné, nedbalé

náboženství a etika – jsou vynucující a kruté, plné předsudků, úzkoprsé

oblečení – nedbalé, nečisté, podivné, neestetické

v přírodě – žula

Šankara dobře vystihuje gunu tamas, když ji zmiňuje ve svém komentáři k Bhagavadgítě (XIV,9, str. 384) takto: „Přirozeností tamasu je zastření. Zastírá sattvické názory a drží člověka v nedbalosti, aby opomíjel vykonávat nezbytné povinnosti“.

Pozornému čtenáři jistě neušlo, že v tvořících složkách Přírody chybí samostatné místo pro faktor zla. Kapila mu v Přírodě nedává přímé místo.

Nicméně indická filozofie zná zlo a dává mu charakteristiku agresivity a ubližování.

Vztáhneme-li tyto vlastnosti na guny, pak vidíme, že zlo představuje kombinaci dvou gun – radžasu a tamasu, při utlumení vlivu sattvy. Zlo vzniká kombinací sobectví a zastřené citnosti, jinými slovy kombinací agresivního radžasu se zastírajícím vlivem tamasu. Tamas svým stahujícím trendem a zastíráním nemůže být samo o sobě zlem, protože mu chybí energetická vybavenost a pro svou tupost zcela postrádá žádostivost. Jedině energií silně vybavená sobecká žádostivost, která je pod vlivem tamasu, vytváří zlo. Tamasické ovlivnění radžasu způsobuje, že zastřením se utlumí získávací a obranné aktivity jiných konkurujících motivačních činitelů. Tamas zastírá mysl krunýřem bezcitnosti a jediné určitý silně žádostivý motivační činitel radžasu je schopen zastírací krunýř prorazit. Takový motivační činitel začne prosazovat vlastní zájmy bezcitně hrubým bezohledným způsobem. Zlý úmysl je pak tlačén extrémním sobectvím chtivosti dominantního činitele. Častou mohutnou energetickou vybavenost zla 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 jakékoli váhavosti a nerozhodnosti, překvapující často svou brutalitou.

Nejčlenitější z gun je nesporně radžas, která svým trendem šíře pokrývá celou paletu aktivit světa. Ve všem živém, nejen v člověku, podporuje a vyvolává účelovou činnost, zaměřenou na zachování, rozvoj a reprodukci

života. V člověku vzbuzuje radžas usilovné napětí, účelově zaměřené, které nazýváme touhou, při jejím naplnění vystupuje pocit libosti a při nenaplnění pocit frustrace, nelibosti. Toužit a dosáhnout stav libosti, radosti, štěstí a vyhýbat se nelibosti, utrpení je přirozeným rysem každé živé bytosti.

Autor tohoto pojednání se soustavně zabýval problematikou gun a ideu gun systému sánkhja ověřoval a dále vypracoval. Dále uvedené názory o gunách již představují zkušenosti odvozené z této nauky.

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

Zatímco sattva a tamas jsou charakterizovány jednostrannými vlivy – pozvedávajícím a prosvětlujícím nebo naopak zatěžujícím a zatemňujícím, je radžas mnohostranně aktivní, je nositelem přepestřé dynamiky života a je vystaven vlivu obou zbývajících gun. Proto se autor zaměřil na gunu radžas, jejíž mnohost se pokusil vymezit do menších celků, které jsou spojeny společnými zájmy a které zastupují.

Jednotlivé směry zájmů guny radžas nazval autor tendencemi, motivačními činiteli. Tendence možno si představit jako síly Přírody, svazky energie, které účelově pronikají vše živé. Vyvolávají motivační reakce všech živých bytostí. Tendence se mohou ovlivňovat a kombinovat jak mezi sebou, tak i harmonizovat tamasem nebo sattvou. Tím vznikají nezměrná množství motivačních reakcí a proto se lidé tak různí.

Za účelem snazšího přehledu a pochopení jsou tendence radžasu uvedeny ve dvou tabulkách. První tabulka uvádí získávací tlak tendencí, tlak, vyjadřující toužící aktivitu s cílem získat určitý objekt či stav. Druhá tabulka uvádí obranné tlaky tendencí, aktivitu, jejímž účelem je zabránit ztrátě určitého objektu či stavu. Obě tabulky jsou rozděleny do čtyř sloupců. V prvním jsou uvedeny tendence, ve druhém jejich motivační činitelé, ve třetím sloupci se uvádějí potřeby, kterými se motivační činitelé vyjadřují, a poslední sloupec pojednává o prostředcích, kterými se potřeby uspokojí.

ANALÝZA TENDENCÍ ČLOVĚKA – získávací působení

<i>Tendence člověka</i>	<i>Motivační činitele</i>	<i>Potřeby</i>	<i>Prostředky</i>
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	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.

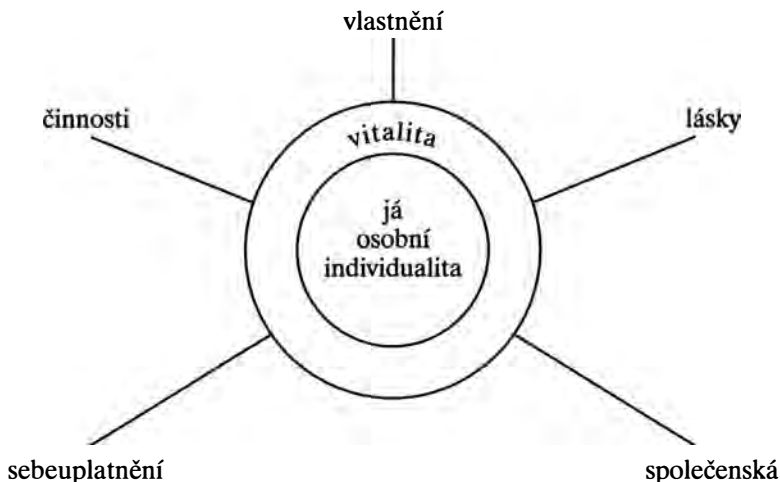
4. Lásky	A) a) touha po citovém kontaktu	tělesný zjev, povahové vlastnosti	snaha o upoutání pozornosti osoby, o kterou máme zájem, láskyplný soulad, porozumění, úcta a péče o milovanou osobu, touha po splnutí
	b) touha po fyzických projevech lásky	touha po spojení	různé fyzické projevy lásky
	B) touha po rodině	rodinné prostředí vhodné pro děti	aktivní péče o zdraví a růst dítěte, získání a udržování důvěry dětí, „teplo domácího prostředí“
	C) touha po soudržnosti rodinné, příp. rodové	dobré vztahy s rodiči a sourozenci, s širším příbuzenstvem	povahové vlastnosti, ochota pomoci, péče o ně, organizování rodinných setkání
5. Společenská	A) touha po osobním přátelství	spolehlivá opora a pochopení přátel	porozumění mezi přáteli
	B) touha po styku s lidmi vůbec	spolehlivá opora a pochopení přátel, 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	prestíž společenského postavení, ctižádostivost, 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 – získávací působení

<i>Tendence člověka</i>	<i>Motivační činitele</i>	<i>Potřeby</i>	<i>Prostředky</i>
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	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.

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 splnění
	b) touha po fyzických projevech lásky	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“
	C) touha po soudržnosti rodinné, příp. rodové	dobré vztahy s rodiči a sourozenci, s širším příbuzenstvem	povahové vlastnosti, ochota pomoci, péče o ně, organizování rodinných setkání
5. Společenská	A) touha po osobním přátelství	spolehlivá opora a pochopení přátel	porozumění mezi přáteli
	B) touha po styku s lidmi vůbec	spolehlivá opora a pochopení přátel, 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, ctižádostivost, 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.

Zobrazení tendencí člověka:



Tendence osobní individuality je nejzákladnější tendencí člověka a promítá se v pocitu „já“, samoexistujícího „já“, odlišného od ostatních. Pociťuje se jednak pocitem vlastní existence (já jsem) a posléze „myslím, tudíž jsem“ a bývá též nazývána „já myšlenkou“. Je zodpovědná za duševní rovnováhu člověka. Tendence vitality se pak stará o dobrý stav tělesného organismu.

Tyto dvě tendence možno považovat za základní. Proto jsou vyobrazeny v kruzích a tvoří střed obrázku. Poruchy a nefunkčnost těchto tendencí negativně ovlivňují možnost aktivity všech ostatních. Ostatní tendence, které jsou uvedeny okolo základních, představují hlavní zástupce pestré palety zájmů „já osobnosti“.

Každá tendence působí jednak získávacím tlakem ve formě touhy, žádosti a jednak obranným tlakem jako je obava a strach. Získávací tlak chce přitahovat a je charakterizován jako „chci to“, kdežto obranný tlak je odpudivý a je charakterizován jako „nechci to“. Aktivita tendencí je velmi mnohočetná, a proto jsou pro informaci uvedeny ve dvou tabulkách.

Existence a charakteristika tendencí není uměle vykonstruovanou myšlenkovou teorií. Tendence byly poznány a roztrženy na motivační činitele na základě dlouhodobě prováděných pozorování metodou introspekce. Bylo zjištěno, že každý motivační činitel vyvolává svou aktivitou v nitru člověka jemné reakce, které je možné při pečlivém a správném zaměření pozorovat. Je nutné zdůraznit, že každý motivační činitel se projevuje v nitru svým specificky vlastním způsobem, svou formou vibrací, stahů, tlaků apod., a má vždy své vlastní, vždy stejné projevy. Je zkušeností každého, že

projev motivačních činitelů v nitru člověka je určitý, dostane-li se nám veřejné pochvaly, a je odlišný, když se provalí ostuda, jiný je po dobrém jídle a zcela jiný je, když spatříme svou lásku či předmět obdivu. V praxi poznání neběží o nic jiného, než si tyto pocity uvědomovat a odkrýt působení těchto činitelů.

Rozdělení tendencí a motivačních činitelů, které je uvedeno v tabulkách slouží aspirantovi jako informativní pomůcka, ulehčující jejich poznávání.

Introspektivní zkoumání motivačních činitelů je třeba provádět tak, že si aspirant všímá ve svém nitru jejich tlaků za současného zkoumání jejich záměru, to jest čeho chtějí svou akcí dosáhnout. Jedná se tedy o „pohled stočený dovnitř“, se kterým zároveň probíhá analýza úmyslu jejich získávacího či obranného působení.

Aby se aspirant naučil základně introspektivně poznávat, musí si všímat, kde pociťuje v těle pocity radosti, smutku, hněvu, kde je místo úderu leknutí apod. Snadněji se pozorují a lokalizují negativní pocity, různé formy nelibosti a obranného působení, např. zklamání, ponížení, zármutek, apod. Snadněji je pozorujeme proto, že tyto pocity jsou dostředivé, stahující, bodové a noří nás do nitra. Pozitivní pocity, jako je libost, radost apod., jsou odstředivé, rozšiřující a více plošné.

Předpoklady úspěšného poznávání motivačních činitelů závisí na tom, zda je jedinec schopen se alespoň na čas vymanit ze začarovaného kruhu tužeb a myšlenek. 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. Dobrou pomůckou je poslech uvolňující hudby. Po takovém zklidnění se daří pohlédnout „dovnitř“ a najít v sobě místo, odkud budeme schopni pozorovat vše, co se v našem nitru odehrává. Místo, odkud pozorování vychází, může být různé. Někteří jej umísťují do prostoru mezi obočím, jiní zas na temeno hlavy. Nutnou podmínkou úspěchu je, aby pozorující místo bylo klidné a odtážené od dění motivačních činitelů a hlavně aby nebylo ovlivňováno libostí a nelibostí. Vytvořit v sobě nestranné pozorovací místo však zpravidla vyžaduje neúnavně opakované pokusy.

Když sádhak-aspirant instaloval svůj pozorující intelekt, nastává pro něj nutnost zvyknout si na tento stav, podobný pocitu probuzené vnitřní přítomnosti, a postupně se v něm zabydlet a upevnit tak, aby mu scházel, není-li pociťován.

Podaří-li se sádhakovi zaujmout pozici nestranného svědka, pozorovatele motivačních činitelů, začíná objevovat a vypracovávat přesvědčivý a nezvratný důkaz o tom, že on sám není totožný s těmito činiteli. Vždyť pozoruje, jak se v něm „něco“ tlačí, chvěje, bublá, to jest zlobí, bojí, touží, chce či nechce. Při pozorování zaujímá sádhak automaticky postoj objekt – subjekt. Pozorující, já subjektu, logicky pozoruje vše, co není subjektem, co

není on sám. Subjekt pozoruje, co je objekt, ne-já. Pozorujeme-li motivační činitele, pak se jedná o pozorování objektu, který je z hlediska našeho já cizí, „ne-já prvek“. Sádhak zjišťuje, že motivační činitelé jsou síly, které žijí na úkor jeho samého, a že veškerá přání a touhy nejsou jeho vlastními, ale je to jen promítání motivačních sil na subjekt. Velkým promítajícím je sama Příroda, která vybavuje vše živé těmito touhami. Takto pečuje o všechny jedince, aby na tomto světě získali potřebné zkušenosti.

Jsou to síly, které zbarvují plochu našeho vnímání tak přesvědčivě, že věříme, že barva, kterou jsou „zbarveny“ a kterou promítají, je barva nás samých. Je to jako v kině, kdy vidíme na plátně barvy a tvary, které jsou na něj promítány. Promítnutá barva působí na naše vnímání tak věrohodně, že je-li červená, cítíme se být tak „červenými“, že se i původní nezabarvená plocha nestranného pozorovacího místa zcela ztrácí.

Mnohé jistě napadne otázka, jak je možné, že nás motivační činitelé tak dlouho nepoznaně ovládají a co jim dává tak přesvědčivou sílu. Děje se tak proto, že se s nimi ztotožňujeme. S čím se ztotožňujeme, tomu dáváme život a to pak má nad námi moc.

Tento objev je pro sádhaka nesmírně závažný, neboť mu předvádí sílu ztotožňování. Když se s něčím ztotožníme, s jakýmkoli pomíjivým jevem, silou ztotožnění nastává jeho zahrnutí do subjektu. To mu dává zdání skutečnosti! Na podobné poukazuje výrok Ramany Maháršiho, když říká:⁽⁵⁾ „Vše, co máte udělat je odskutečnit neskutečné a uskutečnit Skutečné“.

Závažná otázka, která tu přirozeně vyvstává – „kdo je tedy subjekt, kdo jsem vlastně já?“ – vysvětluje indická filozofie, která říká, že tím je nesmrtelné Vědomí, Self, duchovní kvalita v nás, átman či puruša, a toto Já je duchovní praxí poznatelné. Pro tuto chvíli se však spokojíme s odpovědí, že subjekt – já – je pozorující intelekt, osvětlený Vědomím.

Nicméně vraťme se k poznávání motivačních činitelů. Pokud se nedokážeme odpoutat od projevů motivačních činitelů a pozorovat je jako něco, co my samy nejsme, pak nedokážeme pozorované dostatečně objektivizovat. Při pozorování se doporučuje odtáhnout se a zaujmout klidný a nevzrušený postoj, který nehodnotí potřebu toho kterého činitele, ale pouze pozoruje. Projevy motivačních činitelů je nutno pozorovat a zkoumat tak dlouho, až je začneme vnímat jako pouhé pohyby, které se odehrávají v našem nitru a které s námi nejsou totožné, tedy nejsou „já“, ale snaží se ho zabarvit.

Běžný způsob nazírání je, že já-ego je totožné s myslí, v které probíhá chtění a nechťení, touhy a odpory, které mysl zažívá jako své vlastní. Čili „já se hněvám“, „já se raduji“, „já se lekám“ apod. To všechno jsou příklady ztotožnění já pocitu se silami motivačních činitelů. Pokud ovšem sádhak může „svůj“ hněv, radost, leknutí pozorovat, pak není oněmi pocity, protože jeho já tyto pocity ze svého subjektu jako objekt zřejmě vnímá a pozoruje.

Sádhak má být natolik bdělý, aby byl schopen bezpečně lokalizovat a ověřovat místo výstupu získávacího a obranného působení motivačních činitelů. Musí být obeznámen se všemi jemnostmi jejich projevu tak, že je poznává už z jejich vnitřního projevu. Dosáhl-li toho, pak naplnil fázi poznávání motivačních činitelů.

Nutno zde zdůraznit, že sádhak v žádném případě nesmí zasahovat do poznávací fáze hodnotícím pohledem, který by jejich kvalitu posuzoval. Pokud tak učiní, setká se s propadem, neúspěchem. Motivační činitelé se pak totiž přirozeně nerozvinou a neprojeví se a sádhak pak nemá co pozorovat a poznávat. Toto je častá chyba nedočkavých jedinců a je způsobena získávacím tlakem tendence 1 B – touhou po celkové libosti, která se již nemůže dočkat toho, kdy už začne užívat výsledek zvládnutých motivačních činitelů.

Když byl splněn předpoklad poznávání motivačních činitelů, může sádhak začít se sattvickým vyladováním motivačních činitelů osobnosti a kontrolou tamasu. To je praktický výsledek, ke kterému sebezpozorování směřuje.

Na základě působení zákona karmanu se každý člověk narodí s určitým seskupením tendencí radžasu a určitými vlivy ostatních dvou gun. Některé guny a tendence jsou v určitém člověku více vyvinuty, v jiném člověku zase méně. Více vyvinuty jsou zpravidla ony 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. Získává zkušenosti na základě prožitků libosti a nelibosti, na základě radostného naplnění tužeb nebo zklamání z jejich nenaplnění. Pro člověka jsou tendence nezastupitelné.

Při získávání zkušeností nutno ovšem zdůraznit i význam obou zbývajících gun. Pokud člověk používá a v sobě rozvíjí osvěcující působení sattvy pak mu rozmanité sattvicky ovlivněné zájmy tendencí přinášejí velké množství užitečných zkušeností. Na druhé straně zastírající vliv guny tamas činí obtíže a překážky, zahaluje nechápáním. Kdo však touží po poznání, pro toho je překonávání tamasického vlivu vlastně zkouškou opravdovosti, nepodléhat degradujícímu vlivu. Takové úsilí nepodléhat vyvolává zároveň posílení vlivu sattvy.

Nicméně podle systému sánkhja má každý člověk v sobě všechny guny vždy zastoupeny. Označení, že je někdo sattvický, radžasický nebo tamasický neznamená, že je v jeho typu zastoupena pouze jedna guna. Tím se míní jeho převažující guna, která může být tak dominantní, že ostatní dvě nejsou často ani patrné. Když tedy dominuje sattva, jsou sice obě další guny přítomné, ale jsou pod silnou kontrolou. Takový typ nazýváme sattvický. Podobně je to s ostatními dvěma. Zbavit se vlády a vlivu obou nižších gun a upevnit sattvický stav – to vyžaduje každá duchovní cesta.

Když dominuje sattva, duchovní kvalita se může zřetelně a nezastřeně projevit ve své výbornosti. Vnitřní Božství pak svítí nerušeně, v jemu vlastních kvalitách vyváženosti, harmonie, míru a klidu. Jinými slovy, je-li Příroda v míruplném klidu, umožňuje Duchu, kosmické Inteligenci, projevit se ve své výbornosti. Při aktivitě radžasu, kdy vládne dynamika, přitahování a odpuzování, je jevový výraz duchovní kvality stále rušen, takže není patrný. V tamasu, kde je stálý vliv netečnosti a tuposti, nemůže dokonalost duchovních kvalit vůbec prosvěcovat pro hrubost a neprůhlednost tamasu.

Vliv sattvy v sádhaně je rozhodující, protože sattva umožňuje cestu k jasnému rozlišování a nakonec k osvícení. Z toho důvodu sádhak vytrvale usiluje o to, aby sattva v jeho mysli převážila.

Úspěch sádhaka závisí především na tom, jak se mu podaří eliminovat vliv tamasu a zeslabit vliv tendencí. Sádhak se stane postupně na tamas bděle citlivý. Jakmile začne pociťovat jeho zastírací nástup, likviduje ho tím, že mu neustálým odmítáním nedá prostor k rozvinutí. Velmi dobrý je postoj, který jej odmítá jako projev naprosté naivity a nevědomosti. Nejvhodnější způsob jak likvidovat tamas (vyžaduje ovšem delší výcvik) je postoj, který jeho vnitřní projevy lhostejně přehlíží.

Relativně obtížným úkolem bývá požadované zeslabení vlivu motivačních činitelů s tím, aby se poskytl přirozený prostor sattvě. Předpokladem pro zeslabení vlivu motivačních činitelů je mysl zaměřená do nitra, která není orientovaná na vnější věci. Svět radžasu však chce, aby měl sádhak pozornost zakotvenou venku, v nikdy nekončící nabídce pestrosti jmen a tvarů.

Všechny sádhany jsou zajedno v názoru, že má-li mít sádhak v čemkoli úspěch, musí vynakládat vytrvalé úsilí. Totéž platí o péči o trvalý sklon mysli. Boj sádhaka se světem pozůstává z používání ostré zbraně rozlišování pomocí sattvického intelektu. Prakticky to znamená, že používá meč rozlišování k rozpoznání nejrůznější „havěti“ motivačních činitelů a přemáhá je tím, že odsekává jejich lákání jednak odpoutaností a jednak tím, že věnuje uvědoměle pozornost sattvickým myšlenkám a sattvickému citění, jakožto protijedu na jejich syrové působení. Tím poskytuje cílevědomě prostor pro nárůst sattvy, která je pak schopná svým vzrůstajícím vlivem sattvicky harmonizovat motivační činitele. Je stále na stráži vůči jakékoli jejich dravé aktivitě, která má snahu strhnout a držet pozornost mysli výlučně venku. Tehdy sádhak okamžitě zapíná pozitivní, to jest sattvické myšlenky a sattvické citění (viz dále). Je-li mysl takto vytrvale stáčená dovnitř, přestávají motivační činitelé mít možnost venku „hodovat“, a tak jim postupně ubývá na dravosti.

Pozn. Pokud by se čtenář chtěl více seznámit s problematikou gun, pak jej odkazuji na základní studii gun, která je uvedena v knize „Poznáváme své já“, od stejného autora, nakladatelství Onyx, Praha, 1998.

Pozná-li jedinec, jak jsou v něm tendence zastoupeny, a když se zaostří i na odkrývání tamasických prvků v sobě, pak je na dobré cestě zjistit, co je v něm nejsilnější, to jest, která tendence mu poskytuje největší pocity uspokojení. Na druhé straně to však bývá i ta, která mu dává, při jejím nenaplnění, nejsilnější pocity nespokojenosti. Poznává tak nejen svá silná ale i slabá místa, to jest to, o co opravdu v životě stojí, i to, co opravdu nechce.

Nejlepším řešením v životě aspiranta je však trvalé zavedení sattvickeho citění, neboť tím řeší zkvalitnění celé osobnosti. Jedná se o konkrétní krok, jehož realizace způsobuje přeměnu osobnosti jedince. Nejedná se o často slýchané provolání, že by „každý měl začít sám u sebe“ aniž se říká jak. Když zesílí sattva v naší mysli, pak tím nastává sattvická harmonizace tendencí. Působením sattvy se projevy tendencí změní a již se nemohou projevovat svým starým syrovým způsobem. Sattvický vliv jim ubírá na dravosti a „mazané sobeckosti“. Směry zájmů tendencí však nejsou sattvou ovlivňovány. Stále touží nebo mají odpor ve svých specifických směrech, ale jejich projevy probíhají jemněji, neboť sattva je v jejich projevech také účastna.

Příklady to ozřejmí:

Touha po zachování osobní individuality se bude cítit dobře jen v prostředí, které nebude rušit sattvické citění.

Touha po citovém kontaktu lásky bude hledat, mimo jiných kvalit, partnera či partnerku, která bude mít sattvické projevy jak v chování tak jednání.

Touha po osobním přátelství a po styku s lidmi vůbec, si bude vybírat za blízke jen toho, či ony, s kým bude možné o vyšších zájmech přirozeně hovořit apod.

Sattvická harmonizace tendencí představuje důležitý krok v duchovním vývoji, neboť očisťuje mysl. Očista myslí od syrových projevů tendencí se neděje skokem., ale nastává jen za postupného nárůstu sattvy. V praxi to znamená dlouhé vědomé a vytrvalé úsilí směřující k posílení sattvy v mysli. Sattvicky harmonizované tendence jsou tím, co se nazývá „sattvická mysl“. Dokonalý stav takové mysli nastává, když všechny projevy tendencí jsou zcela pod kontrolou sattvy. Taková osobnost je sattvická.

Zesílení vlivu sattvy v mysli sádhaka je cílem, o který usilují všechna praktická cvičení jógy, védanty, buddhizmu i náboženství, protože rozvinutá sattva v jedinci je jediným mostem, který vede k svrchované Pravdě, k poznání Skutečnosti, Božství.

Ze všech metod, které kontrolují radžas a tamas a které posilují v aspirantovi sattvu je sattvické citění metodou, kterou možno neustále provádět. Výhodou sattvického citění je, že k jeho uskutečňování a provádění nejsou třeba žádné potřeby, rituály, nebo oddělené prostory pro toho, kdo jej vykonává, ani vyhraněného nerušeného času. Je to metoda, kterou možno

provádět při zaměstnání v kanceláři, v obchodě nebo v přírodě, stejně jako v domácnosti při péči o rodinu.

Sattvické cítění je charakterizováno pocitem celkové lehkosti a čistého povznesení. Projevuje se jako pocit vnitřního jasu, který se šíří v hrudi, ale stoupá i vzhůru a dává pocit harmonického míru, umožňuje jemné porozumění, chápání a ústí až do něžného dojetí.

Sattvické cítění se projevuje při setkání s krásou v přírodě, ať už se projevuje v něžné kráse 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 a rozeznívá se, stojíme-li před uměleckým dílem dokonalé krásy nebo při poslechu hudebního díla obdobných kvalit. Projevuje se při jakémkoli uměleckém projevu dokonalého provedení. Mocně vystupuje, setkáme-li se u lidí s dobrými harmonickými vztahy, zvláště pak s obětavou pomocí, nezištně a nenápadně prováděnou. Sattvické cítění 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. Sattvický stimul nastává například zaměříme-li se na vznešené téma a při rozjímání o něm, při čtení a studiu Písma, dobré duchovní literatury, čtení ze života mudrců a světců, což vše jsou tlumočené projevy sattvických bytostí. Velmi dobrým nástupem pro sattvické cítění bývá upřímná modlitba.

Sattva v aspirantovi narůstá sdružováním se ve společenství pokročilých sádhaků a samozřejmě obzvlášť stykem se světci a mudrci, kteří však jsou velmi vzácní.

Sattvické cítění nutno trénovat. Je třeba hlídat jeho přítomnost v mysli a znovu a vytrvale jej obnovovat a trvání sattvického pocitu v mysli prodlužovat. Zpočátku mějme mysl k tomu, aby dlela vzpomínkou u situace, která ji sattvickým cítěním naplňovala a aby si ji znovu a znovu připamatovávala. Netrénovaná mysl nereprodukuje na začátku sattvické cítění ve stejné intenzitě jak tomu bylo při bezprostředním prožitku. Po opakovaných pokusech se však intenzita její reprodukce zlepšuje.

Po určité praxi je aspirant nejen schopen vyvolat sattvické cítění vzpomínkou na již vzdálenou situaci, která v něm cítění vyvolala, ale nabývá též schopnost navodit sattvické cítění pouhou vzpomínkou na samotný průběh tohoto pocitu a dokáže tento pocit udržovat. Dosáhl-li sádhak tohoto bodu, pak je sattvické cítění pro něho jen otázkou pozornosti a vzpomnutí. To je známkou, že v něm začíná sattva převažovat. Pociťuje-li sádhak v sobě sattvickou pobídku vzít další vývoj intenzivněji do rukou, je to znakem jeho zralosti.

Každá bytost má v sobě skryté Božství. Absolutní božská dokonalost je přítomná v každíčkém atomu, od nižších bytostí, až po nejvyšší. Rozdíl

spočívá v intenzitě výrazu, nikoli v přítomnosti Boží. Z toho vyplývá, že pro každého jedince existuje nekonečné množství možností, jak pokročit směrem k božské dokonalosti. Žádná „duše“ se nemůže „ztratit“. Je však třeba znovu vyzdvihnout, nachází-li se fyzické a jemnohmotné tělo v hrubém spavém prostředí tamasu nebo ve vzrušeném prostředí radžasu, pak pro hrubost a nečistoty mysl nemá Božství možnost jasného výrazu. Kdekoli však je, z důvodu sattvy, mysl čistá a čirá, tam Božství přirozeně nachází možnost většího vyjádření.

Z uvedeného zcela jasně vyplývá výtečnost individuálního úsilí. Poznání gun, kontrola a odhalení působení radžasu a tamasu, sebezpozorování a hlavně podpora a rozvoj sattvy v osobnosti sádhaka – to vše je pro něj svrchovaně důležité. Sattvický intelekt, převaha sattvy v bytosti a z ní vyplývající sattvická harmonizace tendencí jsou předpokladem pro radostnější život i úspěch na cestě poznání.

Závěrem uveďme citát ze Sánkhja Káriká (61): „Nic není tak něžné jako prakti-šakti“. Prakti slouží purušovi všemi způsoby. Obstarává mu požitky, zážitky, zkušenosti a nakonec mu umožňuje osvobození tím, že se od něho odtáhne, jakmile se o ni přestane zajímat. Poznat prakti znamená poznat její pravý charakter. Podle sánkhji a jógy je dosažení tohoto poznání hlavním cílem života, neboť po tomto poznání se puruša osvobodí již sám. Sánkhja a jóga pokládají celou šíři přírody za jeviště, které slouží k umožnění poznání Dokonalosti. K tomu je prakti určena a k tomu existuje, jak prohlašuje Sánkhja Káriká: „Jediný důvod pro existenci prakti je, aby vedla purušu k cíli“.

Pozn.

Tomu, kdo si chce být jist, že to, co pociťuje, je sattvické cítění, doporučuje autor pro ověření návštěvu „Nadace Galerie Cesty ke Světlu“, Zakouřilova 955, Praha 4, Chodov. Obrazy Zdeňka Hajného vyvolávají v jedinci, který je schopen se jim otevřít, sattvické cítění zcela spontánně.

Dvě cesty člověka

Jsou dva způsoby jak žít život. Oba jsou hodnotné, neboť vědy oba uznávají. První je cesta činnosti, práce, a druhý způsob je cesta zřeknutí.

Mahábhárata Šántiparva 240,6

Existuje cesta radosti a cesta potěšení. Obě přitahují duši. Kdo sleduje první, přichází k dobrému, kdo sleduje potěšení, nedochází cíle. Obě cesty se nabízejí. Když uvažuje moudrý, volí cestu radosti, člověk posedlý potěšením bere druhou.

Kathópanišad II, 2

Je běžnou zkušeností, že svět není procházkou rozkvetlým růžovým sadem a že život člověka je poznamenán řadou nedostatečností a stavy nepřízně. Zármutek, bolest, utrpení, omyl, faleš, nevědomost, slabost, bezbožnost, špatné konání a nevykonávání toho, co mělo být učiněno, sobectví, oddělenost bytostí, se kterými bychom měli být jedno – to vše tvoří obsah toho, co nazýváme zlem.

To, co se nám jeví jako zlé a nepříznivé, má však svou evoluční i individuální užitečnost. Bez zkušenosti bolesti bychom nepochopili nekonečnou hodnotu božské radosti – a jejími porodními bolestmi je právě utrpení. Napřed je všechno nedokonalé a pro nás zlé. Ale všechno zlo je porodní bolestí věčného dobra. Když pociťujeme zlo a nedokonalost, vzniká v našem vědomí revolta, odpor a vzpoura proti tomu, a to je nezbytný a dobrý proces. Nejprve máme nedokonalosti čelit a přestát ji, a dalším příkazem je ji odmítnout, překonat a přeměnit celý život a přirozenost. Pro tento kýžený závěr nemůže nikdy trvání nedokonalosti ochabnout. Člověk musí výsledky nevědomosti poznat a jejich reakce prožít a pocítit. To vše však musí pojímat jako zabodnutí ostruh do slabin, se snahou zvládnout nedokonalost a konečnost, přeměnou vlastního života, přeměnou sebe sama.

Pro lidské bytosti existují dvě cesty, které se sice od sebe zásadně liší, ale v určitém smyslu se vzájemně podmiňují a doplňují. První z nich se v indické tradici nazývá pravrtti márga, cesta rozvíjení, a představuje impuls k extroverzi. Druhá cesta se nazývá nivrtti márga, je cestou zpátky, cestou návratu, a představuje impuls k introverzi.

Německý filozof A. Schopenhauer nazýval první cestu „vůlí k žití“, zatímco druhou „vůlí dosáhnout nejvyšší pravdy“.

— Cesta rozvíjení (pravrtti márga)

Tato cesta vede ke světu; je pro většinu lidí, kteří hledají světské radosti a pohodlí. Směřuje k mnohostrannému rozvíjení osobnosti a charakterizuje ji přivislost k fyzickému tělu, světským záležitostem a majetku. Na cestě rozvoje je člověk zavíjen do hmoty a sledování hmotných záležitostí se děje pod vládou radžasických tendencí. Jeho duševní síly bývají pro mnohost lákadel roztržštěny a vstřebány ve fyzickém prostředí, pro přitažlivost, kterou na něj vykonává. Je nutné přijmout fakt, že většina lidí má úžasnou schopnost se cítit a pociťovat v rámci svého ega. Netouží a nepřejí si dostat se z tohoto omezení na vyšší úroveň, protože v sobě ještě nemají dostatečně vyvinutou sattva gunu, která je impulzem vedoucím vzhůru. Převládá-li v člověku vliv guny tamas, pak je zahalen v úzkoprsých poměrech svého malého ega, bez snahy se rozšířit, bez zájmu a tužeb mimo položivočíšné existence, takto hyne člověk v zapomnění. To je charakteristika poutníků, kteří tu ještě často nebyli.

Cesta rozvíjení je přirozená pro všechny lidské bytosti, ba co víc, je nutná a dobrá. Bytost jí musí projít a poznat, aby z ní nabyla zkušenosti a postupně dosáhla poznání o pravé přirozenosti světa, jeho pomíjivé povahy a nestálosti hodnot.

Nikdo nepopírá, že existují zkušenosti, štěstí, možnosti velkého úspěchu v životě, ve světě, ba naopak. Ale co to nakonec obnáší? V životě není konečné uspokojení. Vše je potřísněno bolestí a utrpením, omylem a zklamáním. Štěstí a bída, zdraví a nemoc, narození a smrt – to vše jsou páry protiv. Jsou to dvě stránky jednoho listu. Berete-li jednu stranu, berete i druhou.

Nicméně kdo je ten, kdo hledá štěstí na této cestě? Je to ego, a to podstupuje všechny zkušenosti a rozvíjí všechny ideje. Nebud'me proto příliš ukvapení v očerňování ega, má své místo, a právě svou hroznou nedokonalostí slouží svému účelu.

Člověk se rodí s vyvinutým sobectvím, které je egu vlastní a které pochází z jeho pocitu nejistoty, pocitu nedostatečné ochrany, nezaštítěnosti. Sobectvé počínání představuje jeho chabý pokus se ochránit. Sobectví je od ega neoddělitelné.

Jakého cíle má člověk dosáhnout a jak má být vybaven, má-li se úspěšně ubírat cestou rozvoje? Dobré naplnění této cesty požaduje, aby člověk byl rozhodný, měl dobrý výdělek a postavení, měl silnou a všestrannou individualitu. Proto se na začátku tohoto období člověk musí zabývat přirozeně jen vlastním egem. V této egoistické fázi evoluce, jsou pro člověka svět

a ostatní lidé méně důležití. Důležitý je on sám. Vše, mimo něj, má ve skutečnosti význam jen jako pomůcka a příležitost k vlastnímu sebepotvrzení. Na tomto stupni není ani Bůh tak důležitý jako on sám. Proto se v ranných fázích a na nižších úrovních náboženského vývoje s Bohem zachází, jako by existoval pro člověka, jako s nejvyšším nástrojem pro uspokojení potřeb, jako s pomocníkem, který člověku pomáhá získávat svět, v němž žije. Tento primární egoistický vývoj se nemá pokládat za špatný či za nějaký omyl přírody i přes všechny hříchy, násilnosti a surovosti. Nejprve je nezbytné, aby člověk našel svou vlastní individualitu a dokonale se vynořil z nižšího podvědomí, ve kterém byl pohlcen a zcela podroben mechanickému působení přírody. Jedinec se musí potvrdit a zcela odlišit svou osobnost od přírody. Být výkonný, vyvinout všechny lidské schopnosti, síly, dojít určitého poznání a zkušenosti potěšení tak, aby je uměl ve světě použít postupně s větší dovedností a silou. K tomu obdržel do základu sebeodlišující egoismus. Dokud nerozvine svou osobnost, své schopnosti, dotud není připraven pro větší práci, která na něj čeká, a není schopen se opravdu obrátit k vyšším a větším cílům. Nejprve se musí potvrdit, plně dosáhnout zkušenost v nevědomosti, než se může zdokonalovat v poznání.

Než k tomu dojde, musí člověk poznat a prožít nejružnější přístupy k životu, tak, jak je diktují jeho charakterové vlastnosti.

Kdo touží a má za dominantní cíl vlastnit a užívat, ten prožívá svůj život zpravidla v úsilí vyzískat co nejvíce potěšení. Každá situace je mu k tomu dobrá.

Jiní berou za hlavní cíl života intelektuální naplnění. Nacházejí největší uspokojení a intelektuální rozlet v literatuře, poezii, vědě a filozofii. Jejich život je podroben těmto intelektuálním cílům. Nemají velký zájem o ekonomickou stránku života či o politickou moc. Jejich cit pro morálku a náboženství musí mít racionální podporu. Vše musí systematicky zapadat do jejich intelektuální vnímavosti. Postrádá-li něco racionalitu a není-li v souladu s jejich přístupem, pak to odmítají, neboť se jim to protiví. Nejsou schopni přijmout postoj, který by neuspokojoval jejich racionální pohledy.

Jiní mají za cíl estetiku. Ta nehraje hlavní roli jen v jejich individuálním životě, ale stává se i středem jejich života v kolektivu. Pěstování umění, hudby, poezie – všechny aktivity života jsou tomuto cíli podrobeny. Všechny mezilidské vztahy jsou založeny na těchto zásadách. Každý výraz a způsob života, aktivity, které nejsou ve shodě s estetickým smyslem těchto lidí, jsou odmítány, protože odporují jejich smyslu a zaměření.

Někteří se zajímají i o náboženství, ale zacházejí přitom extrémně doleva. Náboženství je pro ně čistým, nezředěným sociálním evangeliem. Bezpochyby to myslí dobře, když říkají, že služba lidem je jediným účelem náboženství. Zapomínají však, a nechtějí slyšet, že hlavním účelem náboženství

je nalézt přímé uvědomování si Boha. Sledují druhé přikázání, zapomínají však na první a míjí tak zcela cíl, navzdory upřímné touze sloužit lidem.

Běžní lidé jsou připoutáni ke světu a je pro ně na prvním místě. Oklamávají sami sebe, a jsou fyzicky i duševně otroky svého těla a svých vášní. Nejsou schopni uvěřit a poznat, že jsou k předmětům touhy hnáni z vnitřku silou svých radžasických tendencí, kterým nedokáží odolat. Aktivita tendencí zakrývá intelekt a zatemňuje jej tak, že člověk zcela zapomíná na svou pravou přirozenost.

Jsme-li na cestě rozvoje, pak jsme v područí guny radžas. Ta má přemnoho tužeb. Hledáme usilovně naplnění ambic, vášnivě lásky, apod. Jsme stále ve spěchu a jsme nesmírně aktivní. Kvůli radžasu nejsme nikdy v míru. To je stav, ve kterém žije většina lidí. Budou dělat cokoli, jen nebudou klidně sedět. Řeknete-li jim, aby půl hodiny tiše seděli, to nemohou. Domnívají se, že jim ukládáte těžký trest, neboť jsou toho názoru, že přirozený stav mysli je vždy plný aktivní síly.

Taimni podává k cestě rozvíjení obsáhlou informaci:⁽⁶⁾ „Je dobré si všimnout určitého důležitého trendu moderního života. Všimněte si, jak vzrůstá rychlost pohybu a vzrušení, což se považuje za vyšší stupeň civilizace a znak pokroku. Bláznění po rychlosti a po vzrušení všeho druhu, není ničím jiným, než syndromem a projevem většího ponoření a sestupu vědomí do hmoty, což je charakteristické pro cestu rozvíjení. Čím jsou pohyby prudší, tím větší je vzrušení, tím více je vědomí zapleteno do okolí a vstřebáváno pomíjivými mentálními obrazy.

Když svítí světlo v číré vodě a je-li hladina klidná, pak světlo plně proniká. Vnoříme-li do vody lodní šroub a roztočíme jej, pak čím více uvádíme vodu do pohybu, tím větší zastření pohyb vody způsobí. Podobně, čím prudší jsou nárazy na smyslové vnímání, tím větší vzrušení se vybudí. Proto v pravrtti márga duše klesá hlouběji do hmotného prostředí, aby nabyla syrové zkušenosti a touha, kterou má po podnětech, drážděních, bývá též pokud možno syrová a prudká. Pouhopouhá senzace nedostačuje. Musí být co nejprudší, světla musí oslňovat, zvuky drásat, chutě musí být ostré. Jenom tehdy se vědomí zcela spoutá předmětem stimulace. Tehdy je vědomí maximálně vytočené ven a nenastává tak uvědomování si své vlastní vnitřní prázdnoty, jejíž pocit je „k nevydržení“ a kterou se snaží ze všech sil přehlušit.

Bláznění po rychlosti, hluku, hrubých hrách, agresivitě, neustálý pohyb, bláznění po drogách a po čemkoliv co umožňuje vzrušení – tomu všemu je třeba porozumět ve světle shora uvedeného vysvětlení. Ukazuje na pobídku jít hlouběji do hmoty za účelem získání zkušeností syrovější povahy; stejně tak jako na prostředek, jak se vyhnout nudě, která vzniká, není-li nic, co by podrželo naši pozornost venku, a nic co by ji udržovalo uvnitř. I vzrušení válkou a násilím je vhodné a je vítanou změnou oproti neúnosné monotónnosti každodenního života. Ať se to zdá jakkoli absurdní, přece je pravdě-

podobné, že existuje mnoho lidí, kteří v hloubi svých srdcí milují válku, jako zvrácené vzrušení, i přes veškerou bolest a utrpení, které s sebou přináší. To snad vysvětluje, proč války pokračují, navzdory všem snahám o mír".

Na (ne)šťěstí vznikají naše potíže proto, že lpíme na světě, že věříme v to, co nám předvádí a že se cítíme oklamáni, když klamné zdání konečného uspokojení zmizí, sotva jsme ho dosáhli. Žízeň po životě pokračuje ve svém projevu a působení, dokud není dosaženo bodu návratu a nevyčerpá se energie vycházející ven, lačníci po vnějším potěšení. Do té doby musí člověk zůstat na cestě rozvíjení. V rukách přírody je jak pouto (radžas), tak i touha po světle a pravdě (sattva). Prozíravému se obnažuje poznání, když poznal skutečnou tvář potěšení, jeho marnost, nepatrnost a neúčinnost. Zpravidla však není možné si potěšení odepřít, dokud se jím člověk dostatečně „nepotěšil“ a nepoznal jeho nevyhnutelnou potřísněnost nedokonalostí, smutkem. Toto poznání musí člověk vstřebat do své bytosti.

„Kdo miluje tento svět, podobá se tomu, kdo pije mořskou vodu: čím více ji pije, tím více žízní, až nakonec zahyne, aniž by uhasil svou žízeň“.

Al-Ghazali

Nic není zadarmo. Tato pravda platí všude, v duchovním světě, stejně jako ve světě hmotném. Hojnost a zdar se musí zaplatit vyvinutým úsilím a námahou. Ani k růstu v duchovním světě nemůže dojít jinak než vytrvalou a opravdově vykonávanou prací, jógou, sádhanou. Člověk začne toužit po svrchované pravdě, až když dostatečně prošel různými zkušenostmi radosti a smutku. Jedinec v opakovaných zrozeních shromažďuje soubory každodenních zkušeností. V každém vtělení je znovu a znovu oklamáván vlastní nevědomostí a snaží se a bojuje o větší zisk, aby si mohl více dopřát, opatřit, přijímat a odmítat, vlastnit a vydávat, obejmout a odstrčit. A jednoho dne uprostřed bitvy, kdy tisíce jeho bláznivých nadějí a bolestí marně čekají na naplnění, najednou dojde tělo konce své dráhy. Je oplakáváno drahými a blízkými, ale žádné slzy a nářky jej nemohou přivést zpět k životu. Rozloží se a rozpadne se na prvky, ze kterých vzešlo.

Cesta příjemnosti obstarává člověku požitky a poskytuje okamžitá potěšení. S přibývajícími vtěleními se však cesta příjemnosti kazí a dochází ke stále větším vlnám zklamání a zármutku. Tehdy se dostavuje únava životem, s přáním se už více nezrozovat. Taková únava přichází, když člověk dlouho prožíval veliké utrpení. Může však také přijít, když se nasytil všemi možnými zkušenostmi a když došel k poznání, že příjemné zážitky jsou nakonec potřísněny smutkem a když toto zažil v řadě vtělení, stane se to jeho přesvědčením. Pak pociťuje touhu po cestě návratu.

V nejistých chvilkách existence, v opakovaných zrozeních, žije jedinec život nesčetných marných nadějí, nesplněných tužeb, nedokonalých radostí, nevďě-

ných úkolů a neopětovaných lásek, až se konečně pomalu vyvine na vyšší úroveň myšlení, kde se setkává s otázkami: Co je život? Proč jsem se narodil? Co je cílem života? Co jsem já? Není v životě skryta dokonalost, které se má dosáhnout? Cožpak je život jen obdobím jalových bitev mezi dvěma nejistými póly – zrozením a smrtí? Takové otázky jsou znakem člověka, který prošel požadovanými úrovněmi života a který došel k bráně návratu.

Každého jedince dříve nebo později potká situace – ať dělá cokoli, všechno se ukazuje marné a cítí, že klesá do zcela temné propasti. Tehdy by dal vše, co má, za paprsek světla. Když na někoho útočí pochyby, odmítání, nenávisť a černé zoufalství, pak se od toho může osvobodit jedině, když na něho Bůh položí ruku. Božská pravda je každému přístupná, ale málokdo ji dosahuje, což znamená, že je málo těch, kdo jsou připraveni za ni zaplatit náležitou cenu. Pocit nedostatečnosti, jalovosti a zmatku vzniká tlakem Dokonalosti v nás, Dokonalosti, která je skryta v srdci každé lidské bytosti. Neviditelný impuls k hledání Boha způsobuje stále narůstající tlak opouštět cestu rozvíjení a začít s cestou návratu.

— Cesta návratu (nivrťtí márga)

Je cestou zpátky, na které se náklonnost k vnějším objektům postupně zeslabuje. Člověk se během ní vymotává z materiálních zájmů, které neposkytují trvalé uspokojení, shromažďuje své roztržité mentální síly a začíná se ubírat cestou, která jej vyvádí ze světa nevědomosti. Cesta je impulzem ke stočení mentálního pohledu dovnitř, aby bylo dosaženo jednoty a realizovala se pravá přirozenost bytosti.

V upanišadách jsou obě cesty popsány a uvádí se v nich, že lidé krátkozraké povahy se ubírají cestou jevových příjemností a pohodlí, přičemž usilují o světský úspěch a majetek. Touto cestou se mysl naplňuje světskými touhami a hledá jen to, co je smysly vnímatelné. Na cestě návratu člověk rozvíjí postupně usebranost mysli a intelektu. Začíná více používat rozlišování a postupně se odtahuje od světa relativity. Toto odpoutávání je příčinou postupného zániku cesty rozvíjení. V člověku narůstá touha a odhodlání ubírat se k vyšším a jemnějším hodnotám, až dochází k zaměření na realizaci své vlastní skutečné přirozenosti. Je to cesta k pravému Já bytosti, k absolutní Skutečnosti. První vede k úspěchu a majetku a druhá k tomu, co je věčné a neměnné. První cesta je prožívána a diktována za převahy guny raďas, druhá se děje pod vlivem sattvy.

„Tento tvůj současný svět vyměň za příští a získáš oba. Nevyměň však příští svět za tento, jinak ztratíš oba“.

Al-Ghazali

Tyto cesty bývají někdy označovány i jako „cesta příjemnosti“ a „cesta dobra“. Člověk je v každém okamžiku svého života vystaven volbě ubírat se jednou z těchto cest. Cesta příjemnosti, jak slovo napovídá, lahodí, fascinuje a svádí člověka, aby si ji zvolil, zatímco cesta dobra, která je podkladem pro zdravé duchovní principy, je myslí zpravidla odmítána.

Teprve když se osobnost člověka dostatečně vyvinula a má bohaté zkušenosti, má co nabídnout i ztratit, má dostatek majetku a vytvořila mnoho osobních vztahů, dostatečné postavení, teprve pak je možné, že jí dojde relativita prožívaných hodnot a nadejde okamžik, kdy dojde k bodu obratu.

Charakteristické znaky cesty rozvoje a cesty návratu jsou protikladné, jak lze ostatně očekávat.

Na cestě návratu člověk vědomě usiluje, aby se vyprostil z hmoty a z vlády myslí. Na cestě rozvoje člověk vědomě usiluje, aby pomocí myslí byl ve hmotě více zahrnut. Na cestě návratu si přeje ticho, klid a ztišení myslí, hledá v sobě harmonii, sílu a poznání, samotu a míruplnou atmosféru. Na cestě rozvoje hledá vzrušení, pohyb a syrové pocity, moc a uspokojování smyslů, pokládá podmínky samoty a míruplné atmosféry za nesnesitelné a prchá před nimi.

Vhodnost a náležitost obou cest je relativní, vzhledem ke stavu vývoje a okolnostem člověka, kterého se týkají. Impulz směrem k vyjádření se v osobnosti je nezbytný a správný na cestě rozvíjení, ale je překážkou a je špatný při dosahování jednoty, což je cílem cesty návratu. Co je pokrokem na jedné cestě, je překážkou na druhé. Při správném pochopení by se tyto cesty neměly jevit jako příkazy Zákonodárce, ale z hlediska mravního zákona vyjádřeného vlastním stavem evoluce bytostí. Říká se, že mravnost je pravou přirozeností bytostí, naopak špatné znamení je její popření. To, co člověk opravdu dělá, je výsledkem jeho karmanu.

Při přechodu z cesty rozvoje je ovšem nutno se mít na pozoru, neboť radžasické tendence jsou plné úskoků a lstí. Jsou vždy pohotové, připravené obhajovat své chyby a hříchy, takže boj proti nim nemůže být jiný než dlouhý, vleklý a drastický. Po celou dobu kladou prudký odpor, přou se o každý centimetr pokroku (přechodu k cestě návratu) naprosto bez umlění a nelze je přemoci jinak, než neustálým vypjatým bojem, zaměřeným proti jejich vychytralostem a přetvářkám. Jedině sattva je dovede harmonizací zjemnit.

Když se člověk ubírá cestou návratu, mění se jeho náhled na význam života, začne vidět život novými očima. Všechna etická dobra spjatá se světem mají svůj význam jako prostředky k cíli. Zatímco pravé sebeuvědomování je absolutním dobrem, etická dobra jsou pouze relativní. Eticky „dobré“ je to, co pomáhá k uvědomění a poznání nekonečna a eticky „špatné“ je toho opakem.

Každý člověk stojí před volbou, co má na tomto světě dělat a jak si počínat. Do tohoto světa jsme byli uvedeni a byl nám dán život. Se životem

pociťujeme touhu užívat jeho příjemností. Býváme někdy šťastní, ale postupně se vkrádá pocit neuspokojení. Příjemnosti, ve kterých jsme si dříve libovali, ztratily svou šťavu a stal se z nich popel. Hlad nám však zůstal. Někde v hloubi našeho srdce je hlad a žízeň po trvalém štěstí, po věčném životě – touha po radosti, která nezná konce. Je nám sdělováno „nemiluj svět, ani věci tohoto světa“, ale my neznáme nic jiného, než tento svět. Co máme tedy dělat? Máme utéci a ukrýt se někde o samotě, nebo jít do kláštera? Vždyť jsou známé případy, kdy se takovým lidem svět stal zcela lhostejným a milovali pak jen sebe. Pociťujeme, že toto není řešení. Rozřešení tu spočívá v pravém pochopení věcí a ne v útěku ze světa.

Vypravuje se povídka o malém Rámovi, princí Kosalském. Když byl ještě chlapcem, přišel jednou za svým otcem, že se chce zřeknout světa. Jeho otec, král, měl se synem jiné plány, ale místo aby se s ním přel, poslal chlapce za známým mudrcem Vasišthou, aby jej poučil. Když se Vasištha zeptal Rámy, proč se chce zřeknout světa, Ráma mu odpověděl: „Chci nalézt Boha“! Na to se ho mudrc zeptal: „No, řekni mi ale, kde Bůh není? Je snad mimo tento svět, když ho chceš zamítnout?“

V této krátké povídce je obsažena celá pravda. Pokud nejsme schopni nalézt Skutečnost za projevením tohoto světa, žili jsme nadarmo.

Věčný rytmus božského Dechu vychází výdechem Ducha k hmotě a vdechem se vrací od hmoty k Duchu. Příroda oplodněná Duchem rozvíjí jako Matka, Májá, svět a zároveň jej volá zpět do sebe. Cesta výdechu je pravrtti a vdechu je nivrtti márga. Každý z těchto pohybů je božský. Jak potěšení, tak vysvobození jsou božskými dary. Všechny bytosti na cestě k lidství, včetně velkého počtu těch, kteří mohou být nazváni kandidáty lidství, i převážné množství lidstva samého, ti všichni jsou na cestě vpřed a správně hledají potěšení, které je přiměřené jejich stadiu evoluce.

Na závěr dejme slovo Spinozovi: „Všechno naše štěstí nebo neštěstí závisí pouze na kvalitě objektu, jemuž je naše láska věnována ... Avšak láska k objektu věčnému a nekonečnému naplňuje mysl čistou radostí, která je bez příměsi smutku“.

B. Spinoza, De Intellectus Emendationes

Zákon karmanu

„To, co prožíváme nyní, je jen ovocem našich dřívějších činností. Když to víme, neměli bychom se trápit nad tím, co nás potkává. Je jedno, zda se nám to líbí či nelíbí, před tím není kam utéci. Musíme sníst pokrm, který jsme si sami připravili“.

The Garland of Guru's Sayings, verš 150

Karman je živý zákon, který říká, že akce a reakce jsou neoddělitelnou jednotkou. Je to pravděpodobně nejvyšší zákon vesmíru.

Obecná platnost tohoto zákona vylučuje, že by byl vesmír z části ovládán zákonem příčiny a následku, a z části podléhal libovůli. Zákon platí a nemá výjimky, i když komplexnost vzájemných vztahů věcí a činností může být zcela nad možností chápání našeho intelektu. Tento zákon představuje klíč ke všem událostem světa v čase a prostoru.

Sanskrtský výraz karman má více významů. Základní je činnost, aktivita, konání, které je nebo bylo prováděno. V druhé řadě rozšiřuje tato nauka zákon příčiny a následku i na sféru lidského chování a učí, že podobně jako každá událost ve fyzickém světě je určena předchozími událostmi, stejně tak vše, co se odehrává v lidské oblasti etické, je též předurčeno.

Jsou-li tedy všechny činy člověka takto předurčeny, naskytá se otázka, není-li tato nauka fatalistická, jestliže člověk nemá prostor si svobodně počínat. Než se odpoví na tuto otázku, je třeba napřed vědět, co se přesně rozumí slovem svoboda. Jsme-li ovládáni vlivy, které působí z vnějšku, pak nejednáme svobodně. Svoboda také neznamená úplnou volnost od určitých určení, ani nevázanou náladovost. Vykonávání činů, v rámci svévolně se měnících motivů představuje impulzivní jednání, podobné zvířecímu. Neměli bychom chápat svobodu jako nerušenou nevázanost, ale že existuje v rámci určitého sebeomezení. Při odpovědi na otázku, zda víra v karman nekončí ve fatalizmu, nutno se zeptat, zda nauka nevylučuje sebeurčení. Je zřejmé, že toto nevylučuje. Nauka říká, že příčiny, které určují činy, mají dopad na jedince, který je způsobil. Jelikož však není možné nalézt všechny příčiny v rámci jediného ohraničeného života, hlásá tato nauka teorii san-sáry neboli pokračující existenci bytosti v následných životech. Proto je převtělování nutným důsledkem nauky o karmanu.

Stoupenci západní filozofie vědí, že podle Kanta představuje skutečnost morálního uvědomování jistotu nesmrtelnosti. Stejným způsobem je zákon karmanu jistotou pravdy převtělování.

Díváme-li se na život z této perspektivy, pak chápeme, že chování určité osoby v přítomnosti, dobré či zlé, a to, co z toho pochází, má zdroj v jejích vlastních činech, které vykonala v minulosti, v určitém stadiu své existence. Tím se stává předurčení jen odlišným označením důsledků činů, které byly vykonány v dřívějších životech. Proto neexistuje žádný z vnějšku působící osud, který by člověka nutil, aby jednal tak, jak jedná. Ve shora uvedeném smyslu je volný, a proto nauka o karmanu nevede k fatalizmu.

Zákon karmanu je pevnou skálou, na které spočívají základy života. Duch je věčný a život je nekonečný řetěz. Minulé, současné a budoucí životy jsou jen články v něm. Zákon karmanu je zákonem logické posloupnosti, jedno zda mezi dvěma životy nebo dvěma dny života. Nauka o odplatě činů je odpovědí na nejpalčivější problém života, na otázku o původu utrpení na světě. Vše, co člověk v tomto životě prožívá, představuje „ovoce minulých činů“. Koloběh životů je věčným zákonem, kterému podléhá vše živé ve vesmíru. Jedinec nemá nad sebou žádného soudce, kromě sebe sama. Sám je původcem současného údělu, sám do značné míry rozhoduje o své budoucnosti, záleží jen na něm a na podmínkách vytvořených jeho konáním v minulosti. Karman nezná kompromis. Přizpůsobuje důsledek příčině. Neposkytuje odměnu ani netrestá – vyrovnává. Sami jsme trestáni našimi hříchy, ne pro ně.

Karman se obecně dělí na tři druhy:

1) Sánčita karman 2) Ágámí karman 3) Prárabdha karman

ad 1) Sánčita karman. Každý náš čin vykonaný v minulosti má svůj následek a každý z nás má své zcela vlastní skladiště činů z minulosti. Sánčita karman je jakýmsi skladištěm skutků nahromaděných v minulosti, jejichž ovoce nebylo ještě sklizeno, které však zapřičiňuje další zrody. U sánčita karmanu, který se má uplatňovat v budoucnu, platí, že čin laskavosti vykonaný v současné době vymazává nelaskavý skutek učiněný v minulosti.

ad 2) Ágámí karman vzniká důsledkem toho, co vytváříme nyní, uskutečňuje se z činů, jež nyní konáme a bude posléze přiřazen k sánčita karmanu.

ad 3) Prárabdha karman představuje ovoce činů minulosti, které je uzrálé a které sklízíme v tomto životě, osudové dění, kterým právě procházíme. Je to ta část karmanu, který máme v tomto životě prožít, odpracovat. Prárabdha karman, který již uzrál, nemůže být anulován.

Pro lepší pochopení připodobněme karman k osetému záhonu, který jsme rozdělili na tři části. Jednu část osejeme řechicou, druhou petrželí a třetí semeny z jablek. K tomu, aby semena vzešla, potřebuje každý druh svůj vlastní čas. Podobně i každý z našich činů má svůj vlastní čas uzrávání. Některé činy dávají reakce okamžitě, zatímco jiné potřebují delší nebo

velmi dlouhou dobu. V této nauce je jasná zmínka o tom, že všechny nakupený minulý karman nemůže dozrát najednou v jednom čase nebo i v jediném životě. Některý karman je přerušen nebo zadržen, protože rozličné výsledky minulých činů nemohou být vyjádřeny najednou a jiné jsou současnými podmínkami zastaveny; proto jsou latentní a projeví se, až nastanou vhodné okolnosti. Tak se stává, že karman vstupuje jako seskupení a působení určitého počtu vzájemně slučitelných karmanů do jednoho typu života. Tím se vysvětlují případy – právě s postupnou a návaznou srovnatelností karmanu, když se např. zámožný člověk náhle ocitá v chudobě, která pak může trvat i po celý jeho další život. Indové říkají, že „mrtvý král může napříště spatřit světlo světa v obydlí kulihy“.

Zákon karmanu tak vysvětluje nerovnost, různost startovních čar jednotlivců ve světě. Řeknete-li, že to Bůh tak zařídil nebo že to je jeho přání, pak ve vaší odpovědi je zahrnuto, že je nespravedlivý, což je absurdní.

Jak již řečeno, prarábda karman, který již uzrál, nemůže být anulován. To však neplatí pro sañcita karman, který se má uplatňovat v budoucnu.

Z uvedeného vyplývá, že každým okamžikem neprožíváme jen ovoce minulých životů ale také vytváříme ovoce zítřka a připravujeme si tak budoucí životy. Je-li náš nynější prarábda karman strastiplný, tak vykonávejme dnes takové činy, které by nám v budoucnosti určovaly šťastnější život.

Příčina je tím co bylo a výsledek je tím co je. Minulost zapřičiňuje přítomnost a přítomnost je proto příčinou budoucnosti. Z toho vyplývá, že budoucnost není mystériem, neznámem, na jehož ohromující odhalení člověk musí čekat. Minulost pozměněná v přítomnosti je budoucnost. Svoboda pozměňovat minulé a tím vytvářet lepší budoucnost se nazývá vlastní úsilí. Zákon karmanu uznává a dovoluje vlastní úsilí a v tom se liší od nauky předurčení. Pozřel-li člověk z nevědomosti jed, pak může nežádoucí účinek zmírnit nebo se mu zcela vyhnout, vezme-li si správný lék. Dle zákona předurčení jsou však výsledky určeny a není z nich úniku. Je pravda, že božská Bytost nám vyhradila omezenou svobodu. Ozřejmíme si to přirovnáním: Je-li kráva připoutána provazem ke kolíku uprostřed louky, nemůže ji spást celou, ale může se svobodně pohybovat v okruhu, jaký ji provaz dovoluje. Podobně člověk, ačkoli má jeho tělo žití vymezené prarábda karmanem, může dosáhnout svrchovaného cíle života, bude-li užívat svobodu, kterou má vymezenou.

Jak vidno z uvedeného příkladu je tu vždy určité omezení a proto není možné hovořit o úplné svobodě jednání. To, co vědomě konáme, nám přinese dříve nebo později výsledek, který si zasluhujeme a není žádná cesta, jak se tomu vyhnout. Co jsme zaseli, to musíme sklidit. Nauka o karmanu neznamena tedy jen to, že události našeho života jsou stanoveny dřívějšími příčinami, ale také, že existuje absolutní spravedlnost, která odměňuje a trestá a která nám pro život přiděluje osud. To je dalším

aspektem nauky. Podle toho není zákon karmanu slepý a mechanický, ale je hlavně etickým zákonem. Obsahuje v sobě ideu, že vše je opláceno stejnou mincí, např. láska láskou, přemýšlení znalostí, oplácí se všechna laskavost i nelaskavost, všechno dobré či špatné chování. Nicméně bychom neměli rozumět zákonu karmanu ve smyslu „oko za oko“, „zub za zub“. Jeho cílem je odstranit příčiny poklesků. Surová vražda nemusí být odplacena prožitím pocitů vražděné osoby, nýbrž takovými zážitky, které dávají původně bezcitnému vrahovi vzklíčit pocitům soucitu a útrpnosti tím, že je sám podroben dlouhodobým svízelným podmínkám choroby, nemoci, zjetí, zmrzačení apod.

Ti, kdo tuto nauku zcela přijali, mají přesvědčení, že v životě skutečně není žádná nespravedlnost, a tím se vysvětluje, že nepocítují hořkost při prožívání nějaké tragické události; pokládá se za nevhodné dodatečně podléhat mukám smutku. Takový postoj je pozoruhodně vyvinut i u jednodušších lidí Indie, padne-li na ně neštěstí. Neobviňujeme Boha ani sousedy, jen sebe samy. Ladění myslí, které se vytváří ve spojení s naukou karmanu, je ve svých důsledcích pro mysl nejhojivější. Deussen vypravuje o jednom slepém Indovi. Paul Deussen (německý indolog) nevěděl, že je slepý od narození, pln účasti se ho zeptal, jakým neštěstím se mu to přihodilo. Slepec, aniž by ztratil svou vyrovnanou náladu okamžitě odpověděl: „Nějakým proviněním v dřívějších zrozeních“.

Z této ideje odplaty se usuzuje, že mravní cit karmanového zákona je kosmicky zdůvodněný a že zavazuje člověka k mravnímu životu. Klade důraz na skutečnost, že existuje ideál v životě, který v člověku vyvolává horlivé úsilí, jelikož je myslící a sebe sama si uvědomující bytost. Jinými slovy, nauka předpokládá morální růst, odměny a tresty, které tu jsou, nejsou samoučelné, ale představují prostředky k vyvolání takového růstu. Nemají charakter odplaty, ale tvoří přirozené školení a výcvik, které mravně vychovávají. Z toho vyplývá, že svobodně volit mezi různými možnostmi, není v rozporu se zákonem karmanu, ale volba je jím přímo vyžadována. Kdyby člověk byl bytostí zcela vydanou vlastním vrozeným impulzům, zcela bezmocnou se nad ně dostat, pak by měl lacinou výmluvu, že je obětí cizího osudu.

Smyslem dopadu zákona karmanu není přinášet lidem utrpení nebo radost, ale aby lidé pochopili důsledky svého počínání a aby se jim prohloubilo skutečné poznání. Jejich štěstí a neštěstí je jen vedlejším produktem jejich správného či nesprávného chápání. Praktická hodnota tohoto zákona tkví v tom, že v pokročilejších jedincích probouzí smysl pro mravní odpovědnost. Dříve nebo později si uvědomují, že není jedno, zda se chovají správně či špatně. Pochopení, že příčina a následek vládne v každém životě jedince, naučí člověka nesmírně závažné pravdě. Neublíží jinému, především proto, že nebude chtít ublížit sobě. Tehdy vyvstává poznání, že stálá podpora a rozvíjení sattvy v mysli vytváří mravní čistotu. Nechceme-li ublí-

žovat sobě, je nutné přestat škodit lidem a naučit se konat dobro. Když tuto velkou pravdu důkladně vstřebáme a přijmeme skutečnost, že celý život je pod vládou zákona příčiny a následku, to jest, že není nic za nic, pak začneme mravní čistotu pociťovat jako nutnost.

Duchovní netečnost však udržuje většinu lidí v nezájmu o hledání vyššího poznání a představuje setrvačnost, kterou málokdo vlastním úsilím překonává. Za většinu lidí to musí učinit život sám. Jeho hlavní metodou je postihnout bolesti, ztrátou, zklamáním. Taková utrpení jsou však v moci karmanu, takže utrpení nebývá trvalé, bývá přerušované a proložené radostmi a není ničivé. Proto se výsledek metody dostavuje jen pomalu, protože život nespěchá.

Na zákon karmanu možno též hledět jako na zákon rovnováhy, jehož působení směřuje k vyrovnaní porušené rovnováhy. Odtáhne-li někdo kyvadlo, pak se kyvadlo vrátí s onou silou, kterou bylo odtaženo, a ten, kdo jej odstrčil, musí trpět následky zpětného dopadu, dokud celá síla nebyla přijata a nenastolila se znovu harmonie.

Odvrátit následky minulého karmanu, který již uzrál však nemůžeme. Z tohoto hlediska je život charakterizován nutností. Musíme svolně projít všemi nepříjemnými zkušenostmi, stejně jako příjemnými. Jsou to předurčené důsledky, od kterých se nikdo nemůže osvobodit. Mahábhárata říká, že následky toho, co člověk učinil, ho navštíví se zaručeností, „s takovou jistotou, s jakou najde tele svou matku ve stádu krav“.

Ramana Mahárši k tomu poznamenává:⁽⁷⁾ „Jedinec podstupuje karman z božího úmyslu. Bůh manipuluje s plody karmanu, nic nepřidává ani neodnímá. Podvědomí člověka je skladištěm dobrého či špatného karmanu. Íšvara je tím, kdo vybírá ze skladiště to, co považuje v příslušném čase za nejvhodnější pro duchovní evoluci, a je jedno, zda to je příjemné či bolestné. V tom není žádná libovůle“.

Široká propagace a přijetí podrobného výkladu tohoto zákona, že příčina a následek vládnu v mentální, psychické, stejně jako fyzické oblasti, by bylo pro lidstvo velmi ozdravující. Lidé by měli být vedeni širokou osvětou již od dětství k tomu, že je na jejich odpovědnosti, uvádějí-li do chodu příčiny, které přivolávají utrpení a bolest. Tato skutečnost by se měla dostat do myslí lidí, tam zakotvit a stát se faktorem, se kterým by měli při úvahách a rozhodování trvale kalkulovat. Paul Brunton se široce zabývá zákonem karmanu ve své knize „Ego, od zrození ke znovuzrození“, ze které uvedeme některé úvahy: „Lidé by měli být varováni, že příčina a následek vládnu v mravní říši stejně jako v říši vědecké. Kde se člověk nepodrobí sám vlastní kázi, život ho později přiměje přijmout přísnější kázeň. Kdo se nepodívá do tváře svým nedostatkům, tomu utrpení z nich vyplývající později připomene jejich existenci. Chcete-li změnit svůj karman, začněte měnit své postoje: za prvé k vnějším událostem, k lidem, k věcem, za druhé vůči sobě.

Jestliže nauka o karmanu naplní lidi vírou, že není jedno, jak se chovají, jestliže probudí jejich smysl pro mravní odpovědnost, pak nemůže nikdo popřít jeho praktickou hodnotu.

Je absurdní zacházet s ideou karmanu, jako kdyby byla nějakou exotickou východní fantazií. Je prostě zákonem, který dělá každého člověka odpovědným za jeho vlastní činy a který ho přivádí do postavení, kdy musí přijmout výsledky z nich vyplývající. Můžeme to nazvat zákonem sebeodpovědnosti. Fakt, že je karman spřízněn s teorií reinkarnace, jej nezbavuje platnosti, neboť jej můžete často vidět při práci ve vlastní přítomné inkarnaci.

Je čirým nesmyslem vykládat karman ze zvyku jako něco, co pracuje jen ve vzdálených reinkarnacích. Ve skutečnosti pracuje nejvíce v současném životě člověka".

Je-li zákonu karmanu správně rozuměno, představuje velmi vitální a dobrou filozofii. Činí z nás architekty vlastní budoucnosti. Názor plný nevědomosti říká, že jsme bezmocnými pěšáky v rukách mocného vládce, Boha, který, jak se takto někdy věří, nás stvořil slabými a usazenými a který vede naše životy do tísně a bolesti. Jsme-li slabí a plní smutku, je to pro naše svévolné činy. V nevědomosti jsme v minulosti sledovali nějaké negativní hodnoty a jejich plody nyní užírá. Naš minulý karman určuje naše zrození, dědičnost a prostředí. Díváme-li se na toto z hlediska našeho života, můžeme říci, že se s námi nikdo neradil o naší příslušnosti k určitému národu, rase, původu a sociálním postavení. I když jsme podrobeni těmto omezením, přece máme možnost volby. Život můžeme přirovnat ke hře v karty. Hru jsme nevymysleli, ani jsme nerozdali karty. Karty jsme obdrželi dobré nebo nedobré. To je dáno. Ale můžeme hrát dobře nebo špatně. Dobrý hráč může mít slabou kartu a přece vyhrát. Špatný může mít v ruce dobré karty a přece prohrát. Život člověka je směsí nutnosti a svobody volby.

Dejme ještě prostor Bhagavadgítě IX, 30, kde Pán Kršna říká: „I člověka veskrze zkaženého je třeba počítat mezi spravedlivé, jestliže Mne zbožňuje s nekolísavou oddaností, neboť se správně rozhodl“.⁽⁸⁾

Zla z minulých činů se nemůžeme zbavit jinak, než přilneme-li k Bohu neděleným srdcem. Bandhájana Dharmasutra říká: „Ať sádhak každý den pociťuje v mysli lítost, když přemýšlel o svých špatných činech, kterých se dopustil. Ať je ukázněný a bdělý. Tím se osvobodí od hříchu“.

Karman nikdy nesvazuje zcela a beze zbytku. I při nejhlubším pádu má v sobě hříšník světlo, které nemůže sfouknout, i kdyby se jej snažil jakkoli udusit a odvrátit se od něj. Ať jsme jakkoli padlí, Bůh nás drží za kořeny naší bytosti a je každou chvíli připraven poslat paprsky světla do našich temných a odbojných srdcí. Uvědomování si vlastní nedokonalosti prozrazuje právě tlak Božství v našich srdcích.

Publikán v bibli říká: „Bože, buď milostiv ke mně, hříšníku“. Toto neznamená, že existuje snadný únik před následky našich činů. Nemůžeme

zabránit příčině, aby nevytvářela následky. Není dovoleno svévolně porušovat řád světa. Obrátí-li se však hříšník k Bohu s úplnou oddaností, pak je vytvořena zcela nová příčina. Odpuštění je podmíněno jeho pokáním. Právě pokání je opravdovou změnou srdce a obsahuje kajícínost a zkroušenost z skutečného hříchu. Kajícínost obsahuje i rozhodnutí zabránit opakování hříchu v budoucnosti. Když bylo jednou učiněno rozhodnutí, spolehlivě se docílí přeměny nižšího ve vyšší.

Poskytněme nyní prostor nejčastější pochybě, která říká, že život nepotvrzuje zkušenost spravedlivé odplaty. Zákon karmanu se neproказuje jako nepravdivý, předloží-li někdo jako důkaz, že existují bezohlední jedinci, kteří vyvstali a rozhodovali a rozhodují o zničení životů jiných lidí. Štěstí takových jedinců nelze posuzovat jen podle jejich bankovního konta a společenského postavení. Je třeba znát i jejich fyzické a duševní zdraví a jejich domácí a rodinné poměry. Nad vším tím by byl pohled, který však bezprostředně nelze prokázat, pohled na jejich příští vtělení.

Kdo vytvořil dobrý karman, ale trvá na přáních a má sám sebe v úctě, ten po smrti odchází do nebe a sklízí svou odměnu s dobrým budoucím zrozením na zemi. I nebe je však přechodným stavem. Zlí jsou trestání špatným zrodem a musí předtím trpět v pekle, které je také přechodné. Kdo se oprostil od každé myšlenky na jáství a zbavil se všech přání a kdo jedná bez sobectví, dosahuje přirozenosti brahman, sat-čit-ánanda. Osvobození se již nikdy neobjevují ve světě tvarů. Přecházejí do nekonečného moře blaha. To je mókša, volnost, osvobození od vesmírných projevů. Toho je možné dosáhnout jen naprostou odpoutaností od světa a svrchovaným poznáním. Kdo touží po světě forem, nemůže se od něj osvobodit a musí ho podstupovat, aby se ho nasytil.

Život je tedy sférou, ve které základ člověk člověka vstoupil napřed do nerostu, rostliny, zvířete a kde má příležitost prožít život v nebesích a docílit osvobození. Vesmír má mravní účel. Umožňuje existenci pole, kde můžeme sklízet plody svého karmanu. Formy života představují stupně, po kterých člověk stoupá k neomezenému a věčnému. To je původ a cíl člověka. Sám si vytvořil svou minulost a sám si buduje svou budoucnost. Přirozeností jeho povahy je volnost, oproštěnost od všech vazeb. Je-li moudrý, chopí se prostředků (sádhany), které vedou k neomezenému blahu. Štěstí světa nemohou všichni nalézt a i když jej naleznou, je spojené s radžasem, takže je pomíjivé a doprovází ho utrpení.

Žádné „já“ a žádný jedinec, v porovnání s jinými, není stejný. Život neopakuje život jiného, i když je všem jedincům podkladem jediný základní vzorec vybavení. Esence ega, rozlišující charakteristiku osobnosti, je určitou tvůrčí jednotkou, vnitřní funkčností, plánem, který se postupně vyvinul. Jaký je náš cíl, takový je náš život.

Vtělená bytost – skladba člověka

*Kdo ví, jak vzniká život a jak vchází do těla,
jak v něm přebývá a dělí se na pět částí,
a zná jeho vztah k Duchu, ten má věčný
život, opravdu se z věčného života raduje.*

Prašnopanišad III,11

Duch je vědomý a propůjčuje tělu vědomí.

Maitréjopanišad II,5

Všechny indické duchovní tradice a systémy uvádějí, že fyzické tělo není jediným tělem člověka, skrze které se projevuje Vědomí, Duch, átman, pravé Já. Podle nich je vybavení lidské bytosti tvořeno komplexem těl a obalů, které jeden do druhého zapadají a obalují se. O každém těle či obalu se předpokládá, že vibruje v jemu odpovídajícím stupni jemnosti.

Všechna těla (a obaly) jsou atomické, jemnohmotné povahy. Všechna vibrují. Nejhrubšími vibracemi kmitá fyzické tělo, nazývané také hrubohmotné, které se podle jógové terminologie označuje za „sthūlašaríra“. V něm je zasunuto jemnohmotné tělo (sukšmašaríra) a nakonec poslední, které se nazývá příčinné (káraṇašaríra). Mimo fyzického těla si ostatní většinou nejsme schopni uvědomovat a jejich existence se odvozuje od jejich funkcí a účinků, kterými působí.

Dávní jóginové podrobili jemná těla introspektivnímu zkoumání a vypracovali jejich fascinující modely. Účelem těchto modelů však není poskytovat vyčerpávající popis nebo rozbor, ale spíše určitou mapu na duchovní cestě jógina. Uvádějí se i různé počty těl, namísto klasických tří až sedm.⁽⁹⁾

Mimo jógové terminologie používá se ještě védántická, která vybavení člověka uvádí v pěti obalech (pochvách) a označuje je jako „koša“.

Různost pojmenování působí občas zmatení pojmů u čtenářů, z toho důvodu uvádíme rozdělení těl a obalů schematicky:

Tělo fyzické, hrubohmotné tvoří { obal potravy (annamája koša)
obal vitality (pránámája kóša)

Tělo jemnohmotné tvoří { obal mysli (manomája koša)
obal intelektu (vidžňanamája koša)

Tělo příčinné, kauzální se nazývá obalem blaha (ánandamája koša).

Fyzické tělo je ze všech obalů nejhutnější a je v něm proto nejvíce tamasu. Když postupujeme od tohoto obalu k nejvnitřnějšímu, k obalu blaha, stávají se obaly méně hutnými, protože v nich ubývá tamasu a přibývá radžasu. Nakonec přibývá sattvy, čímž nastává přirozená možnost většího projevu Vědomí.

Svrchovanou duchovní podstatou člověka je átman, který bývá označován též jako čisté Vědomí, pravé Já, Self, puruša. Átman je stále stejný a neměnný. Předsedá evoluci. Ve vztahu k člověku se jeví jako dživátman, podporuje jeho evoluci, i když v ní není nikterak zahrnut. Dživátman je možno chápat jako individualizované Vědomí, individualitu. Je to onen princip života, který vybavuje těla a opatřuje je vnímáním a pohybem.

- dživátman, individualita neboli individualizované Vědomí; dživátman je bezprostředně obklopen příčinným tělem, které je zase podkladem pro obal intelektu. Tato trojice tvoří jedince, který je relativně nesmrtelný.

Lidskou bytost tvoří

- osobnost, která je vybavena obalem mysli, obalem vitality a fyzickým tělem. Je smrtelná.

Nutno upozornit, že bychom tomuto schematu neměli rozumět tak, že se jedná o dvě přísně oddělené části. Jedná se jen o zdůraznění smrtelné a nesmrtelné části lidské bytosti. Bylo by však omylem se domnívat, že se život člověka zde na zemi odehrává pouze na úrovni osobnosti, tedy v rámci oněch tří obalů. Je samozřejmé, že jedinec žije i na úrovni intelektu a že vše vztahuje na sebe, na „já“ (viz dále), které prozařuje z vyšší úrovně. V praxi života se obaly funkčně kombinují, jsou propojeny a navzájem spolupracují a vytvářejí tak celistvou lidskou bytost. Skládají tak bytost, která z hlediska určení je z části vytvořena „jen pro jedno použití“, zatímco druhá, vyšší, jednotlivá vtělení zpracovává, přetrvává a působením obalů roste.

Jak z uvedeného vyplývá, je formace dživátmana relativně nesmrtelná, neboť předsedá jednotlivým vtělením během svého dlouhého období projevu. Život po životě nabírá vždy novou osobnost, nové ego, a postupně zjemňuje a vyvíjí své obaly, zvláště obal intelektu. Dživátman nabere pod kontrolou Íšvary vždy nově formovanou osobnost a postupně v ní vyvíjí kus své individuality. Vtělí se do takového souboru obalů, který odpovídá a je působivě vhodný pro vypracování jemu určenému karmanu. Dživátman ovšem není rovnocenným členem v bytosti, protože předsedá aktivitě evoluce jedince a je duchovní kvality. Tím je od jemnohmotného charakteru ostatních členů zcela odlišný.⁽¹⁰⁾

Je třeba vyzdvihnout, že osobnost při své smrti bere sebou zpravidla všechny pamětní záznamy vzniklé během vtělení a že paměť zaniká spolu s rozložením. Velcí učitelé označují tento jev za milosrdný skutek nejvyšší Bytosti. Zánik minulých pamětních záznamů má za následek, že osobnost-ego

nemá žádné údaje z předchozích vtělení. Jelikož vtělení člověka přináší sebou zpravidla komplikované situace, přinesly by pamětní záznamy o minulých vtěleníchovému jedinci jen další komplikace v podobě vzpomínek napoklesky, kterých se dopustil, nebo na křivdy, které byly na něm spáchány. Proto – z vůle a milosti Íšvary – začíná každé vtělení s nepopsaným listem paměti.

Jelikož však džívátman vstoupil v určitém čase do existence, když zformoval příčinné tělo, musí jeho pouť také jednou skončit. Stává se to tehdy, když dlouhým vývojem, zkušenostmi mnoha životů osobností uzrál k božským vlastnostem, když se již nepociťuje jako od Božství oddělená bytost, zná svůj duchovní základ, přebývá v něm a je zajedno s Božstvím. Jako řeka, která doplynula k moři, vlévá se do něho a její vody se jednou provždy smísí a v nekonečném oceánu se rozplývají, podobně se džívátman ponoří do své duchovní Bytosti, pravého svrchovaného Já, kterým vždy byl. Nutno při tom zdůraznit, že každá individuální bytost je jedinečná, každá je určitým vyjádřením neomezeného Vědomí, existujícího skrytě ve věčném řádu projeveného Božství.

Osobnost žije na zemi svůj vymezený čas, shromáždí určité zkušenosti a nakonec zmírá. Tím končí jednou provždy a její projevení, zde na zemi se úplně rozpustí. Úplné vymizení osobnosti názorně líčí Mouni Sádhu:⁽¹¹⁾ „Vzpomeňte na nějakého člověka, po kterém jste jediný přežívající, jediný, kdo je ještě naživu, dejme tomu váš dědeček. Nepochybujete o tom, že žil i když tomu je již dávno. Znali jste jeho osobnost, jeho podobu a charakter. Až zmizí každý, kdo jej znal, nikdo jej již nikdy nebude znát, jediné vy sám, který ještě žijete, a váš mozek má ještě záznam z minulosti. To je ale vše. Až zemřete, pro minulé vzpomínky na zemi nebude nikdo. Váš příbuzný je zcela vymazán z obrazu věčně se měnícího světa. Dalším krokem je, že stejné očekává vás. Proto klidně přemýšlejte o nevyhnutelném konci všeho projeveného, sebe nevyjímaje. Není to jen pouhé přemýšlení, jedná se o závažný proces ve vědomí, který míří k snazšímu oddělování se od pomíjivé formy, která se nazývá fyzickým tělem.“

Po fyzické smrti užívá bytost vymezené období nebeského či jiného života. Tehdy též předává esenci svých zkušeností obalu intelektu, čímž rozmnoží zkušenosti individuality a přispívá k jejímu růstu. Každé vtělení slouží k tomu, aby se postupně vyvinula dokonalost schopností, vlastností a sil, které jsou ještě latentní, a je zřejmé, že jediný džívátman je zúčastněn vystoupení mnoha osobností.

Nesmíme ovšem přehlédnout, že různá vtělení stejného džívátmanu se nemusí navzájem podobat. Při každém vtělení se vypracovávají jen některé aspekty a schopnosti, zatímco jiné zůstávají latentní. Džívátman vyvíjí kvalitu charakteru v různé posloupnosti. Co běžně nazýváme necností, existuje proto, že odpovídající ctnosti ještě nebyly v obalu intelektu rozvinuty, proto jsou v našich charakterech černá místa. Jejich odstranění se projeví prog-

ramově v dalších vtěleních, když budou okolnosti vhodně uzpůsobeny k jejich vypracování. Každé vtělení se uskutečňuje za určitého souboru okolností, které jsou určeny předchozím karmanem.

Důležité je, abychom porozuměli vztahu mezi osobností a individualitou. Jasně pochopení je vynikající pomocí a dobrým předpokladem ke splnění obtížného úkolu rozvinutí naší duchovní zralosti. Duchovní evoluce nemůže dobře probíhat, pokud osobnost není pod vlivem individuální bytosti. Není nic prospěšnějšího, než si uvědomit pomíjivý, klamný jev ega, osobnosti. Od okamžiku, kdy si člověk opravdu uvědomí, nikoli jen v mysli povrchně přijme, že ono ego, které zde na světě pociťuje, myslí a jedná, a jehož uspokojování věnuje veškerou svou energii a čas, že toto ego je věcí, která jednou zcela zmizí, protože je bytostí s krátkým životem, která postoupí příště své místo jiné osobnosti s podobnou přirozeností – od toho okamžiku poznání nemůže zůstat k vyšším zájmům individuální bytosti lhostejný.

Rádi zapomínáme na tvrdý neúprosný osud, který pronásleduje naše ego a zůstáváme spokojeni v tomto netrvalém světě iluzí. Jedině když nastane bolestné uvědomění této skutečnosti s dostatečně hlubokým prožitkem, neochotně zanecháváme zájem o prvořadé uspokojování osobnosti.

Je nanejvýš užitečné se ztotožnit se zájmy džívátmana. Je třeba začít se uvědoměle zabývat úkolem, který učiní z naší osobnosti nástroj vyjádření individuální bytosti, s cílem uvědoměle upřednostňovat sattvu ve všech složkách naší osobnosti, neboť jedině při převaze sattvy se jóginovi daří přechod k čirému Bytí a Vědomí, kterým opravdu je – viz Bhagavadgíta II, 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 schraňováním, buď vlastněn pouze átmanem“. – Zde, jak vidíme, Kršna nabádá Ardžunu, aby byl pevný v sattvě, protože jedině rozvinutá sattva je schopná kontrolovat radžasické tendence.

Vraťme se k zmiňovanému vztahu ega a individuality. Platí, že jedině postoj, který činí z ega spolupracovníka na jógové cestě a který pokládá Boha za učitele, zaručuje plné rozvinutí lidské bytosti a naplněný bohatý život – srv. Bhagavadgíta VI, 5–6: „Ať se člověk pozvedne sám vlastní silou; ať se sám nezkazí; svrchované Já jedině je přítelem našeho já (ega) a svrchované Já jedině je nepřitelem našeho já (ega). Kdo podrobil své já (ego) vyššímu Já, tomu je jeho svrchované Já přítelem, kdo ale nepodrobil své já (ego) vyššímu Já, tomu bude jeho vlastní svrchované Já nepřitelem.“

Bhagavadgíta, bible Indie, nejslavnější jógové dílo, tvoří ji rozhovor mezi Bohem Kršnou a člověkem. Toto vrcholně autoritativní dílo se zabývá na mnoha místech gunami, ba věnuje jim i celou jednu kapitolu (XIV). Ve všech pohledech vyzdvihuje a zdůrazňuje sattvu jako jediný most, který vede ke spojení se svrchovaným Pánem.

Zde budiž řečeno, že každý člověk sice má stejné vybavení těl, obalů, avšak kvalita jejich vibrací nebývá stejná. Důvodem je zastírající příměs tamasu a radžasu, pocházející zřejmě ještě od primitivnějších předchozích osobností, a ty brání plnému rozvinutí jemnohmotného těla. Tím, že vibrace těl jsou hrubé, jsou schopné se rozechvět a odpovídat jen na drastické radžasické smyslové popudy, nejsou schopny reagovat a chápat sattvicky harmonizované vibrace a již vůbec ne duchovní doteky. Jak však čas i vtělení probíhají, ukazuje se nevhodnost hrubého vybavení a tak člověk dochází postupně k přeměně zaměření na základě zkušeností z prožitků pocitů libosti a hlavně nelibosti. To je však dlouhý proces. Aby mohlo dojít k zjemnění, rozvíjení obalů, k tomu jsou třeba vnitřní podmínky a vědomá sebe-kázeň. Když začnou do mysli člověka prostupovat otázky o smyslu života, o poslání člověka, začínají mu být jeho hrubé prvky na obtíž. Obyčejně se obrací k nějakému náboženství či ke společností, které se zabývají duchovním poznáním. Ať tak či onak, prvořadou úlohou každé vývojové cesty je odstraňovat, či alespoň velmi zeslabovat zastírající citnost v bytosti, tamas, nejhmotnější a nejtemnější z gun a zjemnit vliv radžasu.

Evoluční proces vtělených bytostí se přisuzuje působení instinktu k životu a touze po libosti, neboť božský základ člověka se v zahalení nevědomostí projevuje jako touha vědomě být a užívat blaho. Tento projev existuje následkem vásan, chtivosti světa a je uchováván v jemnohmotném těle s uloženými dojmy, které jsou Íšvarou předávány z jednoho života do druhého. Při svém chtění světa, džívátman, který je tím, kdo užívá a sbírá zkušenosti, není vybavován pouze dary Vědomí, ale dostává i odpovídající hrubohmotné objekty, které požaduje a které slouží za potravu jednotlivým obalům. Hrubohmotné tělo je takto promítnutím síly Vědomí, šakti.

Přistupme nyní k jednotlivým tělům, obalům.

Fyzické (hrubohmotné) tělo, obal potravy (annamájakoša).

Podle indické tradice se fyzické tělo, jako každý stvořený objekt, skládá z pěti základních elementů (prvků) – éteru (prostoru), vzduchu, ohně, vody a země, které pocházejí z Přírody, do níž se po smrti těla zase rozloží.

Jelikož je funkce tohoto těla všeobecně známá, budeme se zde zabývat jen významem, který jóga fyzickému tělu přikládá.

Všeobecně rozšířený názor, idea „já jsem tělo“ zdůrazňuje potřebu prvořadého uspokojování požadavků fyzického těla. Postoj moudrých však s tím nesouhlasí, protože tato idea se považuje za základní příčinu nesvobody a nevědomosti člověka. Potřebám těla není nikdy konec a bude-li se aspirant přednostně zabývat zajišťováním potřeb těla, nezbyde mu nikdy dostatek času na sádhanu, na duchovní život a cestu.

Fyzickému tělu se věnuje obecně přehnaná pozornost a tak nám hrozí nebezpečí psychického vyschnutí. Pro psychiku jsou duchovní cvičení šťávou a posilou. Psychické v nás potřebuje výživu stejně jako fyzické a každý sádhak dříve nebo později pozná, že meditace o pravé podstatě našeho Já má pro jeho blaho největší důležitost.

Dle jógových představ je fyzické tělo prostředkem pro správné a odpovědné počinání si ve světě a k získání potěšení a zkušeností. Není-li fyzické tělo, není možno dosáhnout osvobození. Jen ve fyzickém těle lze provádět sádhanu. Mudrci uvádějí, že jediným smyslem a cílem člověka na zemi je poznání nejvyšší Skutečnosti (Boha). Proto je nutné o tělo svědomitě pečovat, protože je prostředkem k dosažení smyslových potěšení, ctností, zkušeností a konečného osvobození. Uveďme k tomu výrok Šankary:⁽¹²⁾ „Lidské zrození, touha po osvobození a společnost světců patří k vzácnostem na tomto světě. Kdo jsou požehnaní těmito třemi výtečnostmi, jsou vyznamenáni největší přízní“. Jiný mudrc prohlásil: „Milostí Boží jsi obdržel toto tělo, není jisté, zda jej obdržíš po každé. Ó ty zapomnětlivý, pamatuj! Lidské tělo je neocenitelným klenotem. Nepromarni ho!“

Každodenní život klade na aspiranta jógy značné nároky a bude proto na místě, zařadí-li do svého denního programu určitou sebekázeň těla.

Den by pro aspiranta měl začínat po hygienické očištění osprchováním se studenou vodou. Studená sprcha by na začátku neměla trvat déle než 20 vteřin. Teprve po delší době (po 1. roce) je možné ji opatrně prodlužovat. Nejpriznivější dobou, kdy začít se sprchováním studenou vodou je léto. Důležité je přivést ještě „teplo postele“ pod sprchu a hned se po sprše osušit. Výsledky takového otužování by se měly zdravotně projevit do roka vymizením onemocnění z nachlazení. Toto je podobné tomu, co je zvykem sádhaků v himalajských krajích, kde otužování ve studené Ganze je běžné a nese s sebou i psychické dobrodiní v podobě dobrovolného podstupování určité nelibosti, která zpravidla na začátku vzniká při prvním nárazu studené vody na tělo. Každodenní statečné podstupování tohoto úkonu nese sebou i zeslabení odporu k nelibosti, to jest snahy se vyhnout každému možnému podobnému střetnutí.⁽¹³⁾

Po osprchování se je vhodné zařadit některé cviky pro posílení svalstva a pružnosti páteře. Jelikož většinu svalové zátěže nese právě páteř a svalstvo trupu, záleží nejvíce na posílení těchto svalů. Vhodné jsou k tomu některé dobře prováděné cviky hathajógy, o kterých existuje obsáhlá literatura. Pro vnitřní očistu těla se doporučuje bezmasá strava, sattvická strava, vytvářející harmonii v těle i mysli. Nejlepší přístup je, považujeme-li fyzické tělo za hrubohmotný nástroj, pomocí kterého dosahujeme naplnění úkolů na tomto světě. Nutno si ovšem uvědomit, že se jedná o živý nástroj, který má své nálady. Používá se však při každé činnosti, proto by se měl udržovat

v pořádku a mělo by se s ním zacházet tak, aby byl výkonný a plnil své specifické funkce. Hudebník, který nevytlačuje svůj nástroj, je stejný blázen jako ten, kdo jej stále okrašluje.

Obal vitality (pránámájakoša).

Oživení fyzického těla uskutečňuje vitální obal, který je přesným obrazem fyzického těla a beze zbytku ho proniká. Někteří autoři jej proto řadí k fyzickému tělu. Někdy se uvádí i název obal dechu, aby se v živých bytostech zdůraznil vitální prvek tohoto obalu.

Vitální obal je polem projevu prány a proto se mu také říká pránické tělo. Prána je specializovaná životní energie a označuje se za hlavní podporu všech živých bytostí a představuje svazek, kterým átman vstupuje ve spojení s hmotným systémem.

Átman má skrze pránu specifický vztah k hmotné formě. V tomto vztahu tělo utváří, rozvíjí a bere jako možnost k získání zkušeností. Život je pojmenováním, které dáváme vitálním projevům, když vycházejí z těl. Jeho zdroj je však samo brahman.

O práně se uvádí, že je ve stálém pohybu, její aktivita nikdy neustává. Prostupuje celé fyzické tělo uvnitř i vně. Udržuje fyzické tělo v aktivitě a vlévá do něj život. O práně se říká, že je to „vítr pocházející ze Slunce“ a vyjadřuje se nejrůznějšími fyziologickými funkcemi. Zároveň udržuje hrubo- a jemnohmotná těla pohromadě, neboť je jejich tmelem. Vyhasnutí nebo odtažení prány představuje fyzickou smrt bytostí. Prána způsobuje teplo, které pociťujeme v živých tělech a které není u mrtvých.

Známe různé prány. Jsou usídleny v různých částech těla a vykonávají specializované funkce. Podle jógy nelze pokládat potravu za hlavní zdroj energie. Potravu potřebuje fyzické tělo k regeneraci tkání, k vytvoření tepla a pro jiné účely, ale nikoli pro dodávání vitality.

Individuální prána má pět různých funkcí:

1) Prána, neboli stoupající dech, je usídlena v hrudi a vytváří pohyby vdechu a výdechu; cirkuluje v ústech, nosu a plicích; z atmosféry vtahuje pránu a zásobuje jí celé tělo.

2) Apána, dech směřující dolů, spojený se spodní částí trupu, sídlí v pupku; připisují se jí všechny vylučovací funkce.

3) Vjána, dynamický dech, cirkuluje a proniká celým tělem, udržuje organismus v základní fyzické a citové rovnováze.

4) Udána, vzhůru směřující dech, sídlí v mozku a hrtanu; umožňuje vyjadřování se srozumitelnými zvuky; vzpřimuje tělo a vynáší individuální vědomí do vyšších stavů, například při samádhi; při smrti vynáší vědomí z těla.

5) Samána, dech výživy, rozdmýchává „tělesný oheň“, sídlí v prostoru mezi pupkem a srdcem. Připisuje se mu funkce trávení a zažívání, včetně rozdělování živých látek v těle.

Klasický jógový anatomický model jemnohmotné existence těla, vykresluje 7 psychoenergetických center, která se nazývají čakry. Jemnohmotnému pohledu jógina se jeví jako zářící energetické terče, tvořené z hutné síťoviny psychoenergetického proudu. Předpokládá se, že čakry jsou umístěny na páteři a zhruba odpovídají nervovým pletencům fyzického těla. Jednotlivé čakry jsou propojeny kanálky, vodivými cestami nádí, které umožňují, aby v celém těle protékala životní energie. Zpravidla se uvádí, že jich je 72 000.

Z těchto kanálků jsou nejvýznamnější tři. Především je to centrální kanálek, sušumná, kudy vede proud životní energie od konce páteře až po temeno hlavy a další dva kanálky, ida a pingala, ovíjejí šroubovitě páteř, podobně jako had Aesculapovu hůl. Ida vychází vlevo od páteře a končí v levé nosní dírce. Je spojená s chladivou energií měsíce. Pingala vychází vpravo od páteře a končí v pravé nosní dírce. Spojuje se se sluncem, teplem těla. Oba kanálky reprezentují dvojnost a vedou proud životní energie na jim odpovídající straně. Centrální sušumná však „polyká čas, který je stvořen sluncem a měsícem“, čímž rozpouští dvojnost. Kanálek středové sušumny prochází páteří zmíněnými čakrami. Kanálky ani čakry nelze anatomicky prokázat ani v hrubém slova smyslu vnímat. Uvádí se však, že se rozpouštějí při fyzické smrti.

Čakry jsou světelné povahy a v nich rotuje velikou rychlostí jemnohmotná substance. Proto se též označují jako víry, kola nebo kotouče, uzlové body, či lotosy, pro jejich podobnost s květy, přičemž se uvádí, že každý lotos má určitý počet okvětních lístků. Význam čaker spočívá v přijímání a transformaci dynamiky prány a slouží jako body kontaktu mezi hrubohmotným tělem a vitálním obalem. Čakry přijímají energii přímo, nebo pomocí kanálků, z vesmíru, z okolního prostředí a ze spirituálních zdrojů. Slouží jako energetická centra a mosty vědomí a představují symboly duchovní cesty člověka.

Zpravidla se udává sedm základních tělesných čaker. Některá literatura udává však ještě další čakry navíc.

První, nejnižše položenou čakrou je

— Múládháračakra – sakrální čakra

Sídlí v prostoru mezi konečníkem a pohlavními orgány. Protože tato čakra je ve vztahu k soudržné síle hmoty, kterou vytváří guna tamas, patří k živlu země. Touto čakrou proudí energie země do jemnohmotného a hrubohmotného systému člověka. Je spojena s apánou. Její pojmenování znamená múla = kořen a adhára = nosič. Je energetickým centrem nejen pro ostatní čakry, ale je i místem startu vědomí při jeho cestě sušumnou, která z této

čakry vychází. Je též místem výstupu kanálků idy a pingaly. Je tedy kořenem a zdrojem energie nejen pro hrubohmotné tělo, ale i pro celou lidskou bytost, protože je sídlem hadí síly, kundaliní (viz dále), která v ní leží stočená, spící. Čakra je ve spojení se smyslem čichu a je symbolizována temně karmínovým lotosem se čtyřmi okvětními lístky. Semenná mantra⁽¹⁴⁾ je lam.

— Svádhištánačakra – slezinná čakra —

Nachází se v prostoru kořene pyje u mužů, u žen v blízkosti poštváčku. Sva = vlastní, adhištána = sídlo, tedy vlastní sídlo, sídlo ženského aspektu Božství, Šakti. Má vztah k sexualitě. Je ve spojení s vjánou a živlem vody. Čakra ovlivňuje naše vztahy k druhému pohlaví. Je ve spojení se smyslem chuti, rukama a plodností. Symbolizuje ji lotos rumělkové barvy se šesti okvětními lístky. Semenná mantra je slabika vam.

— Manipúračakra – čakra pupku

Nachází se v úrovni pupku. Mani = klenot, puri = město. Je ve spojení se živlem ohně, což symbolizuje světlo, energii a zároveň očistu. Je reprezentantem slunce, tudý přijímá člověk slunečnou energii, tudý se nabíjí pránické tělo energií. Je spojená se samanou (pránou) a smyslem zraku. Ovlivňuje činnost žaludku, jater, tenkého střeva, trávení a vylučování. Na základě aktivity guny radžas, která tuto čakru ovládá, vstupujeme touto čakrou do aktivního vztahu s ostatními lidmi. Je symbolizována lotosem barvy dešťového mraku a má 8 okvětních lístků. Semenná mantra je slabika ram.

— Anáhatačakra – čakra srdce

Doslova znamená „tón, který nevzniká úderem“. Od dob véd je tato čakra označována jako posvátné místo, jakožto sídlo kosmického zvuku ÓM, který je vytvářen bez úderu. Její sídlo je uprostřed hrudi, v úrovni srdce, je ve spojení s pránou a živlem vzduchu. Souvisí s ní smysl hmatu a odtud pochází její schopnost jemného vnímání a soucítění. Je sídlem božské individuální Bytosti v nás. Proto je také centrem nepodmíněné lásky, schopnosti naprosté odevzdanosti, lásky k lidem a přírodě a harmonie ve všem. V této čakře vystupuje guna sattva. Je symbolizována tmavočerveným lotosem s dvanácti plátky. Semenná mantra je jam.

— Višudhhičakra – krční čakra

Doslova čakra čistoty. Bývá označována jako „velký proud osvobození“. Čakra je umístěna za ohryzkem v hrdle. Je sídlem udány. Je ve spojení

s živlem prostoru (éterem), který je nositelem zvuku, proto je tato čakra zprostředkovatelem informací a jejím orgánem jsou ústa. Ze smyslu jí přináleží sluch, který člověka vybavuje schopností naslouchat vnějším i vnitřním zvukům. Touto čakrou získává aspirant důvěru ve vnitřní vedení, neboť v ní se projevuje intenzivní působení sattvy. Symbolem čakry je lotos kouřově purpurové barvy se šestnácti plátky. Semenná mantra je ham.

— Adžnáčakra – čakra třetí oko —

Doslova „příkazová čakra“. Je situována mezi obočím a kořenem nosu. Tam je místo, kde aspirant přijímá adžňá, příkaz od svého Gurua a tam dochází též k myšlenkovému spojení mezi aspirantem a Guruem. Čakra je bílé barvy a je chladná jako paprsky měsíce. Je ze všech čaker nejjemnější. Je osvětlována jasným světlem átmana, proto je sídlem duševních sil, poznávacích schopností, rozlišovacího intelektu (buddhi), rozumu, duchovních sil, vnitřního orgánu (viz dále) a posvátného zvuku ÓM. Je symbolizována lotosem šedobílé barvy se dvěma okvětními lístky. Semenná mantra je ÓM.

— Sahasráračakra – korunní čakra

Sahasrára = tisíc. Je zobrazována jako tisíciplátečný třpytící se lotos světle modrobílé barvy, či barvy duhy. Je nejvýše položeným psychoenergetickým centrem, které je umístěné v temeni hlavy. Některé prameny uvádějí její místo mimo tělo, nad hlavou. Je nejvyšším bodem centrálního kanálu a je závěrečným cílem výstupu hadí síly, kundaliní. Když prošla 6. čakrou, dosahuje vrcholu, sídla Šivy a v této čakře nastává splynutí Šivy a Šakti (kundaliní). Většinou se uvádí, že tato čakra nenáleží úrovni těla, je již transcendentní, což vysvětluje, proč některé autority uvádějí nauku jen o šesti čakrách.

Skutečnost, že se uvádí více anatomických modelů čaker znamená, že mají sloužit jóginovi spíše jako mapy na jeho cestě, když odkrývá psychosomatické struktury vlastní bytosti s tím, aby je prošel a překonal, při vzestupu k nepodmíněné záři neomezeného Bytí a Vědomí.

Zmiňovaná kundaliní, hadí síla, je pojmenování individualizované formy kosmického ženského principu Šakti a projevuje se jako životní síla. Je to svrchovaná energie a jako Šakti je chotí Šivy, je aktivním projevem beztvářého nerozlišeného absolutna. Vše, co je zjevné, život a hmota, je silou Šakti. Není žádný nositel bez síly a není žádná síla bez nositele síly. Nositelem síly je Šiva a síla je Šakti, velká Matka vesmíru. Šiva bez Šakti, Šakti bez Šivy neexistují. Oba jsou sobě vlastní a jsou jedno. Jsou každé Bytí, Vědomí a každé Blaho.

Kundaliní je tedy svrchovanou tvořivou silou absolutní Bytosti. Jako horko a žár má sílu pálit a neliší se od ohně, tak Šakti, která je silou stvořující vesmír, je totožná s brahman, absolutnem, je jeho zvukovým tvarem, je zvukovou vibrací absolutna, která se projevuje jako vesmír.

Tato božská síla je také silou našeho pravého Já a má dva aspekty. Jedním, vnějším, projevuje světskou existenci a druhým aspektem, vnitřním, vede k nejvyšší pravdě. V mantrách tvoří jednotlivá písmena a ve slovech zaujímá formu poznání.

Kundaliní působí v lidském těle jako svrchovaná životní síla a projevuje se různě upravená či vymezená, jako mysl, pohyb myšlenek, intelekt (neboli rozlišovací schopnost) a „já pocit“. Je pránou a udržuje všechny bytosti, včetně lidí, při životě. Jako apána proudí neustále dolů, jako samána přebývá ve slunečním pletivu a jako udána proudí vzhůru.

Je podporou našeho života a je tím, co způsobuje, že v našem těle všechno funguje. Je základem vnímání našich smyslů a orgánů činnosti a má každého jedince k tomu, aby jednal ve své přirozenosti.

Kundaliní je prvním hybatelem všech sil v bytostech. Když se rozvine a začne se v člověku hýbat, vybudí v něm uvědomování. Proto se považuje za původ a zdroj uvědomování, porozumění a poznání.

Ven orientovaná kundaliní nám dovoluje poznávat vnější svět. Je-li probuzen její vnitřní aspekt, jsme schopni vnímat a poznávat náš vnitřní duchovní život. Je-li pravé Já neomezené, nezrozené a věčné, jak Ho vůbec můžeme poznat? Odpovědí je, že k Svrchovanému získáváme přístup jedi-ně prostřednictvím kundaliní šakti, neboť ona je přístupovou cestou k Bohu, ba možno říci, že je Jeho tvář. V tomto smyslu platí, že když vnímáme její působení uvnitř nás, poznáváme Boha. Z uvedeného vyplývá důležitost probuzení jejího vnitřního aspektu.

Svamí Muktánanda (1908–1983), adept, který dosáhl vrcholu kundaliní-jógy, prohlašuje, že existuje několik způsobů, jak probudit kundaliní šakti. Probudí se intenzivní oddaností k Božství, opakováním posvátných manter nebo prováděním určitých jógových cviků. Nicméně nejúčinnější způsob probuzení spočívá v působení šaktipáta Gurua, to jest předání vlastní božské šakti žákovi. Božské působení Gurua probudí spící šakti a uvede ji do aktivity. Předávání energie žákovi provádí Guru od nepaměti a může to provést jen ten, kdo obdržel šaktipat od svého vlastního Gurua, jehož kundaliní byla plně rozvinutá.

Kundaliní leží spící tři a půl krát stočená (kundaliní = stočená) na konci páteře. Když je milostí Gurua probuzená, začíná se pak pomocí předepsaných metod zvedat a počne vystupovat sušumnou, vnitřním průchodem v páteři. Jak prostupuje jednotlivými čakrami, jednu za druhou oživuje a opatřuje vědomím. Když dosáhne sahasráračakry, spojí se s tam sídlícím Šivou, mužskou formou Božství a dochází tak k závěru cesty.

Poznámka:

Jóga, která se bezprostředně soustřeďuje na kundaliní, nazývá se kundaliníjóga. Kdo chce pomocí této jógy postupovat a využít její účinnost, musí si především uvědomit, že zvláště na této cestě platí nutnost realizovaného Gurua. Tuto jógu je možno zvládnout jedině pod vedením Gurua, který ji sám celou absolvoval. Jedině jeho zkušenost rozhoduje, zda žák dosáhne úspěchu. Pouze realizovaný Guru může ochránit žáka před nebezpečím, které cestu provází, a jedině on zná osobní založení žáka a může podle jeho specifických potřeb utvářet praxi a tak ho řídit.

Písmo, které se zabývá kundaliníjógu, prohlašuje, že pokud jsou první tři čakry předčasně otevírány a uvolněná energie protéká nebo tlačí k průniku nepročištěnými kanály, stává se spíše kletbou než požehnáním. Výsledkem násilného předčasného otevření čaker bývají psychické a fyzické poruchy, které mohou mít trvalý ráz. Pokud není k dispozici zkušený Guru, pak se od této jógy odrazuje, protože pokud není šaktipat, probuzení kundaliní se provádí zpravidla násilným způsobem, které má svá nebezpečná úskalí. Z toho důvodu se doporučují bezpečné cesty v rámci bhakti– džnána– a rádžajogy, o kterých bude pojednáno později a ve kterých dochází k samovolnému působení svrchovaného Já na probuzení a vedení šakti. Spisy o kundaliníjóze uvádějí toto varování: „Začni cvičit pod vedením zkušeného Gurua. Nedosáhneš-li brzy dobrých výsledků, beze všeho otálení se toho vzdej“.

Ramana Mahárši se též zabýval kundaliní. Když byl dotázán, jak zavést kundaliní do sušumna nadi, aby mohla stoupat a proniknout až k pravému Já, odpověděl, že to zajišťuje sebezskoumání (viz kapitola Sebezskoumání – vičára Ramana Maháršiho). K tomu vysvětlil toto:⁽¹⁵⁾ „Jógin má za cíl probudit kundaliní a zavést ji do sušumny. K tomu mu slouží metody pránájámy, mudry apod. Džnánin toto nemá za předmět svého cíle, jeho metodou je pouze sebezskoumání, protože touto metodou se mysl noří do pravého Já, čímž kundaliní automaticky stoupá.“

Oba tedy dosahují stejných výsledků, vyslání životní síly, kundaliní, do sušumny, aby se protlnul bod, kde je átman propojen s necitným tělem.“

Obal mysli – manomájakoša.

Tento obal tvoří spojovací článek mezi hrubohmotným tělem, smysly a intelektem. Skládá se z manasu, mysli, pěti smyslových orgánů vnímání – sluchu, hmatu, zraku, chuti a čichu, a dále pěti orgánů konání: mluvení, uchopení, chůze-pohyb, vylučování a plození. Z těchto je hlavním faktorem manas, což je název odpovídající přibližně „nižší mysli“. Jeho funkcí je neustále přinášet informace o poznatcích. Pro svou bezprostřední příbuznost se smyslovými funkcemi bývá někdy manas označován také jako smyslový orgán.

Svou stálou aktivitou přináší neustále informace o poznatcích. Svou pohyblivostí zaměstnává stále intelekt, vitální a fyzickou část těla; zaměstnává smysly, aby přinášely zprávy o poznatcích a zaměstnává intelekt, aby údaje zjišťoval, rozhodoval o nich a udával směr počínání. Dále zaměstnává orgány činnosti fyzického těla, aby se mu dostávalo zážitků a potěšení. Obdržené informace předkládá mysl intelektu, podobně jako sluha přináší zprávy svému pánu a očekává, že od něj obdrží pokyny pro činnost. Význačnou funkcí mysli tedy je přijímat a předávat informace, jinými slovy zprostředkovávat informace od smyslů k intelektu a od intelektu k smyslům. Takto je pomocníkem intelektu.

Nutno ovšem zdůraznit, že bez pozornosti manasu nejsou smyslové orgány schopny plnit svou úlohu.

Popudy, podněty a vibrace, které smysly obdržely přes fyzické tělo a které jsou předány do mozku, se odrážejí v mysli, která je tlumočí do myšlenkových pocitů, např. barvy, tvary, zvuky apod. Využitím těchto informací mysl vytváří obraz objektu, ten srovnává s jinými poznanými objekty vybranými ze skladu paměti, kterou též obsahuje.

Mysl je centrem myšlení, což je v podstatě vyjadřování vztahů mezi obrazy, mapami, které jsou v mysli přítomné. Na základě smyslových informací a jejich přeměny v pocity vytváří obrazy o vnějším prostředí.

Nicméně oblast této mysli je omezena pouze na jména a tvary, pracuje jen s konkrétními mentálními obrazy. To znamená, že její pomocí nemůžeme poznat věci tak, jak opravdu jsou. Mentální obraz představuje pouze určitý průřez informacemi, které má k dispozici.

V mysli vibrují touhy a chtění (sankalpa), ale i pochyby, vedoucí k jejich útlu (vikalpa). Je křížovatkou gun a zpravidla ji ovládá radžas, neklid tendencí. Tendence používají mysl k dosažení svého. Chtějí získávat informace o prostředcích vyskytujících se venku, které případně mohou sloužit k jejich uspokojení. Mysl tlumočí vibrace tendencí intelektu. Vibrace tendencí jsou založeny na smyslových počtcích a zkušenostech. Smysly o objektech nejen informují, ale na základě rozhodnutí intelektu mysl prikazuje smyslům, orgánům konání, co mají v odpovědi s objekty provádět. Smyslové orgány, včetně objektů, jsou účelovými prostředky, kterými se opatřuje potěšení, radost, které jsou konečným cílem vůle k životu. Srv. Bauthari: „Domníval jsem se, že užívám libost smyslů a neuvědomil jsem si, že ony užívají mne. Domníval jsem se, že užívám svůj čas a neuvědomil jsem si, že čas užívá mne“.

Mysl je neklidná, je-li pod vládou tendencí radžasu, zatímco pod vlivem tamasu je tupá, líná. Klidná je pod vlivem sattvy.

Mysl – manas – se označuje za čistou i nečistou. Pokud je zmítána přáními a je stočená k objektům, je nečistá a vede k vázanosti. Je-li od nich odvrácená, vede k osvobození. Přivracení či odvrácení závisí na velikosti vlivu sattvy. Když sattva získá zásadní vliv v osobnosti, začne sattvický intelekt

vykonávat na mysl, na tendence radžasu, sattvické působení, čímž se tendence v projevu zjemňují a ubývá jim na dravosti, sobeckosti.

Komentátoři védanty považují tento obal za typ „pro jedno použití“, tedy za smrtelný.

Obal intelektu – vidžňánamájakoša.

Nejvýznamnější složkou obalu intelektu je buddhi (viz dále), která spolu s pěti smyslovými orgány vnímání tvoří tento obal. Obal intelektu představuje schopnost jasného rozumu na základě rozlišovací schopnosti a nazývá se též vyšší myslí. Vytváří povahu konačícího a má sílu poznávání.

Obal intelektu je tím, co se v procesu evoluce člověka vyvíjí a zraje na základě úbytku tamasu a radžasu v povaze člověka. Je orgánem abstraktního myšlení. Plně rozvinutý obal intelektu je na základě vyvinuté sattvy nezastřený a je schopen poznávat všeobecné principy a využívat je, přičemž zná i jednotlivosti, které jsou v nich obsaženy.

Buddhi je nejjemnějším jemnohmotným výtvozem prvotní Přírody vůbec. Sama o sobě se jeví jako čistě psychický stav. Je to vědomí prostého bytí bez představy jáství a nedotčené vjemy smyslových objektů. Je neosobním vědomím jedince. Je světlem (odrazem světla) Vědomí, osvětlující mentální činnost. Na základě schopnosti odrážet světlo čirého Vědomí, vzniká rozlišovací mohutnost buddhi. Je v přímém vztahu s átmanem a představuje promítnutí Vědomí do oblasti mysli. Ve spojení s jástvím se buddhi účastňuje přirozenosti subjektu a je takto činitelem, který vnímá vztah mezi objektem a subjektem.

Buddhi je nejvyšším a zároveň nejhlubším aspektem lidského vybavení, které umožňuje poznání. Z toho důvodu si zasluhuje hlubší rozbor.

Skutečnost, že buddhi není myslí a že je nástrojem poznání duchovních pravd, je velmi důležitá a vysvětluje velký rozdíl v tom, jak lidé chápou a rozumí pravdám vyššího života. Někteří chápou tyto pravdy se samozřejmou bezprostředností, což znamená, že čerpají ze zkušeností přinesených z minulých vtělení. Když při čtení nebo naslouchání hovoru o duchovních tématech nastává intuitivní rozpoznávání pravdy, je to znamení, že se hledáním zabývali v dřívějších vtěleních a že jejich buddhi je zbavená mnohých nečistot. Jiným se však mohou zdát taková témata nepřesvědčivá, ba absurdní. Toto bezprostřední chápání není výsledkem úvah, ale intuice, vycházející z buddhi. Kvalita intuice je závislá na čistotě buddhi, na její oproštěnosti od vlivu radžasu a zastření tamasem. Tehdy je odraz světla Vědomí čistší a intuice je bezpečnější, více rozlišující.

Vliv buddhi se projevuje inteligencí, nikoli intelektuálností. Intelektuál je člověk, který má rozvinutou mysl, zásobenou fakty a je schopen provádět snadno a výkonně mnoho mentálních činností. Intelligentní člověk má

schopnost rozumět významu a důležitosti poznání, ke kterému došel a který své poznání předestiloval ve zkušenost a získal tak jemnou esenci, která se nazývá moudrostí. Všichni známe ty, kteří jsou intelektuálně velmi vybaveni, ale jsou neinteligentní, neboť postrádají schopnost chápat pravou důležitost věcí a situací. Pro onu schopnost odrazu buddhi a blízkost džívátmanu je obal intelektu pokročilého sádhaka zářivý.

Buddhi je sice pod vlivem gun, ale jejich síla působení se mění správným počínáním. Například jógovým úsilím získává sattva na mohutnosti. Jógová cvičení očišťují buddhi od jejího tamasického a radžasického zastření. Odstraněním tamasu se jemnohmotná buddhi stane průsvitnou jako horská bystrina. Odstraněním radžasu mizí pohyb, čeření a víry vln, hladina buddhi se uhladí a vyčištěná se stane zrcadlem. Pak je buddhi schopná klidně a jasně zrcadlit átmana. Je zcela jiná, než jakou byla při vlnovitém pohybu sféry přírody.

Je-li buddhi držena převážně na poli intelektu, projevuje se jako duchovní poznání. Zrcadlí-li se v emocích, projevuje se jako spirituální láska.

Když je buddhi rozvinutá, pak disponuje velikou rozlišovací schopností. Tehdy si začíná uvědomovat jednotu, jednost, všeho života. Toto poznání postupně a poznenáhlu prosakuje do konkrétní mysli a projeví se v ní jako sympatie a soucítění se všemi žijícími bytostmi. Tato vlastnost je nejvíce vyvinutá u mudrců a velkých světců, jejichž buddhi má kvalitu čiré sattvy. Je-li individualita mladší, pak bývá buddhi zabarvena ještě radžasem a tamasem. Takový obal intelektu není dostatečně vyvinutý, je neočištěný a proto necitlivý. Jednota života pak není vnímána a sobectví a krutost jsou normálními způsoby projevu jejich života. Nedostatečně vyvinutý obal intelektu brání mnohostrannému poznání a dovoluje více či méně jen konkrétní myšlení v pojmech jmen a tvarů.

Buddhi poskytuje nejen pochopení duchovní pravdy, ale spolehlivě vede i v denním životě. Správný způsob, jak si za všech okolností dobře počínat a jednat, lze získat pouze rozvojem buddhi.

Další funkcí obalu intelektu je sloužit za skladiště všech zkušeností získaných z vtělení a je zároveň nádobou, která přenáší dobrý i špatný karman do vtělení. Jedná se o karman vzniklý z činností, které jednotlivé osobnosti během vtělení vyvinuly. Obal intelektu bývá označován za jedince (džívu) a považuje se za konajícího, protože je poháněn karmanem, vytvořeným touhami a činnostmi v minulosti. Po smrti fyzického těla putuje tento obal k jiným světům a vrací se zpět, po vstřebání získaných zkušeností, k dalšímu vtělení. Růst a rozvíjení tohoto obalu dobře připodobňuje růst stromu. Ten každým rokem ztrácí staré listy, které předtím předaly výživu do kořenů a tak se založil nový letokruh. Na jaře dalšího roku se vše opakuje, ale stromu přibýlo na velikosti, výši a mohutnosti.

Obecně se přisuzuje obalu intelektu účast na vytváření individuality.

Ānandamájakoša – tělo blaha, příčinné (kauzální) tělo.

Příčinné tělo je oním výtvořem, který podmiňuje a zapřičiňuje ostatní těla. Je nejjemnějším jemnohmotným obalem a bezprostředně obklopuje džívátman. Trvá až do konečného osvobození, při kterém džívátman přestává existovat v dosavadním stavu a noří se v átman. Je podkladem a příčinou vtělení. Z něho vystupuje napřed jemnohmotné tělo a toto pak vytváří tělo hrubohmotné.

Je tvořeno z příčinné substance a má původ v rozdělujícím aspektu máji, ve spojení a působení na čiré Vědomí. V rozdělujícím aspektu bere Vědomí na sebe formu individuálních jednotek, které mají tvar příčinného těla. Osvětlujícím činitelem příčinného těla je átman, svrchované Já. Jeho blízkost vyvolává kmitání příčinného těla (těla blaha) a tyto kmity při uvolněných stavech mysli jsou jedincem zažívány jako radost. Blaho je zažíváno v hlubokém spánku, jak každý poznává po probuzení. V takovém spánku se vstřebávají každodenní zkušenosti, vědomí je tehdy homogenní, nediferencované a vnímá jen sebe sama. Tehdy jedinec spočívá v příčinném těle. Je ve stavu blaha, kterého si však není vědom a při probuzení říká: „Sladce jsem spal, nevěděl jsem o ničem“. Zřejmě se jedná o stav, kdy vnímá neexistenci objektů. Prašnopanišad uvádí, že jedinec vnímá v hlubokém spánku jas, září svrchovaného Já, ale intenzitou záře je oslněn, takže vnímá jen temnotu.

Příčinné tělo je nositelem vásan, které určují vybavení gunami, zvláště radžasu, dále typ myšlení každého vtělení a pod. Aby se vyčerpaly nutkavé touhy vásan, bere individualita na sebe vždy novou osobnost, vhodnou k tomu, aby se vásany v ní mohly náležitě projevit.

Příčinné tělo je podporou vnitřního orgánu, neboli „nástroje duše“ – viz dále. Ve spojení s tímto orgánem se átman zdánlivě stává „individualizovaný“ a nazývá se džívátmanem.

Antahkárana – vnitřní orgán.

V sáňkhjové a védantické terminologii je mysl v jejím totálním aspektu nazývána antahkárana, v jógové terminologii čitta.

Vnitřní orgán má původ v příčinném těle a představuje aktivní masu, která se pocituje jako individualita, „duše“, člověka. Sáňkhja udává, že se skládá z dynamické mysli (manas), buddhi (vyšší mysli) a jáství (ahamkára) a védánta k tomu ještě přidává čittu (myslící substanci). Vnitřní orgán se dívá na sebe jako na bytost, která je oddělená od čirého Vědomí. Pravdivost tohoto pohledu však nemůže nikdy uskutečnit, neboť individualita (v nevědomosti) při poznávání celistvosti Vědomí a ve snaze poznat jeho celistvost jej dělí do částí, jako všechno.

O dynamické mysli a buddhi již bylo pojednáno a proto provedeme jen krátké shrnutí a podrobněji se budeme zabývat jen jáství.

Manas je dynamickým aspektem mysli a podkladem pohybu a posloupnosti mentálních obrazů.

Buddhi je světlem, paprskem Vědomí, jenž osvětluje mentální obrazy a má schopnost vnímat vztah mezi subjektem a objektem. Buddhi je osvčujícíím činitelem a manas je nástrojem.

Ahamkára, jáství, vztahování na sebe, uskutečnění sebe samotného, jakožto „já“ osobnosti. Ahamkára doslova znamená to, co způsobuje „mě“, „moje“. Ahamkára je princip, který vytváří výlučnost, čili individuální egoizmus v každém vjemu, činnosti, pocitu, a váže a drží pohromadě zkušenosti, touhy a vzpomínky. Je to uvědomování sebe sama v rámci zažívání světa, při kterém jedinec v přítomnosti jím poznávaných objektů uvažuje o vztahu sebe k nim. Funkcí ahamkára je zavést individuální přesvědčení „já jsem“. Tímto uvědomováním se stavuje dohromady vše, co člověka skládá, v jedno ego a vše vnímané a pojmově utříbené se vztáhne na tuto myslící bytost a stane se součástí její zkušenosti a poznává se jako poznávající. Například: manas zpozoruje nějaký pocit tlumočený smysly, buddhi jej určí a jáství prohlásí „to vnímám já“.

Jáství má původ ve svrchovaném Já. Jeho funkcí je vytvářet pocit ega, uvědomování pocitu konajícího a v životě jej reprezentovat, být sídlem našeho individualizovaného vědomí a tvořit základ odděleného jedince.

Texty sáňhja poskytují některé podrobnosti o ahamkáře. Zajímavé a důležité je, že ahamkára je definována jako „znání sebe sama“. Jev ahamkára, ačkoli je materiální, se neprojevuje ve fyzicky vnímatelné formě, ale jako homogenní, čirá energetická masa, postrádající jakoukoli strukturu, nicméně zrozučící vědomí individuality. Ve schematu popisujícím postup stvoření vesmíru (viz dále) se objevuje jáství hned po buddhi, jako druhý výtvar stvoření. Nejedná se tedy o jáství v pojmu domyšlivosti, ale o obecný pocit ega, „já-jedince“ ve vesmíru.

Pojem čitta zavedl Pataňdžali.⁽¹⁶⁾ Je to princip, který funguje jako paměť. Je skladištěm všech vjemů a prvkem, ve kterém převládá poznání. Je zvláštní schopností bytosti, kterou používá dživátman k uložení všeho, co bylo předtím poznáno, do paměti. Upamatování existuje jen na základě skutečně existující zkušenosti. Vzpomínka je ekvivalentem toho, co se předtím poznalo a zažilo. Vzpomenutí je znovuprobuzení události. Vzpomínkou vyvolaná a pomocí buddhi prozkoumaná zkušenost se vřadí do určitého pojmu, o kterém se přemýšlí a uvažuje. Dle védanty rozhoduje buddhi jen jednou, poprvé, a veškeré ostatní přemýšlení, vzpomínání a porovnávání se zkušenostmi provádí čitta.

Spojení intelektu, mysli a jáství tvoří vnitřní orgán. Jeho funkcí je přemýšlivé poznávání, sebeuvědomování a záměrnost. Tyto funkce tvoří inte-

lektuální uvědomování a působí nejen při bezprostředním získávání zkušeností, ale zahrnují i minulost a budoucnost. Nutno ovšem mít na paměti, že vnitřní orgán, jako určitý orgán, sám o sobě neexistuje. Je to pouze zvyklostní název pro shluk, agregát myšlenek, kterým vlastně je. Jelikož myšlenky mohou existovat jen ve vztahu k jedinci, jsou všechny myšlenky prostoupeny jástvím a vnitřní orgán je proto pociťován jako ego.

Závěrem uvedme přehled základních principů, tatev, kategorií kosmické existence, které podle pohledu sánkhja, skládají člověka. Jedná se o soubor 25 základních principů:

- | | |
|--------------------|---|
| 1) Čiré Vědomí | (puruša, átman) |
| 2) Prvotní Příroda | (mulaprakrti) |
| 3) intelekt | (buddhi) |
| 4) jáství | (ahamkára) |
| 5) mysl | (manas) – jak dynamická schopnost
smyslových počitků, tak schopnost činnosti |
| 6) sluch | |
| 7) hmat | |
| 8) zrak | 5 smyslových schopností vnímání |
| 9) chuť | (buddhindryas) |
| 10) čich | |
| 11) řeč | |
| 12) úchop | |
| 13) pohyb | 5 smyslových schopností činnosti |
| 14) vylučování | (karmendriyas) |
| 15) rozmnožování | |
| 16) zvuk | |
| 17) dotyk | |
| 18) tvar | 5 jemnohmotných elementů |
| 19) chuť | (tanmátras) |
| 20) pach | |
| 21) prostor | |
| 22) vzduch | |
| 23) oheň | 5 hrubohmotných elementů |
| 24) voda | (mahábhútas) |
| 25) země | |

Z pohledu sánkhja jsou první dvě kategorie zcela nezávislými existencemi a jsou ve vztahu vzájemné souběžné přítomnosti. Čiré Vědomí je samo o sobě neaktivní. Prvotní Příroda je však plodná, pokud je uvedena v činnost tvoření katalytickou přítomností čirého Vědomí.

Členy uvedené pod body 3 až 25 vytvářejí řadu pododdělení prvotní Přírody:

- | | |
|---------------|--|
| Členy 3 až 5 | tvoří vnitřní orgán antahkárana |
| Členy 6 až 15 | tvoří tzv. vnější orgán |
| Členy 3 až 15 | tvoří základní jádro, které je předpokladem pro všechny zkušenosti |
| Členy 4 až 20 | reprezentují strukturu jáství, z čehož vyplývá, že sebeuvědomování je komplexním jevem, zahrnujícím jak mentální stavy, tak fyzické složky |
| Členy 3 až 20 | tvoří jemnohmotné tělo (lingašaríra nebo sukšmašaríra), které je oddělitelné od hrubohmotného těla (sthulašaríra). |

Poznámka:

Výraz šaríra pochází od kořene šri – upustit, zetlít. Hrubohmotné tělo je seskupení hrubých elementů, s určením pro jedno použití. Je podrobeno narození a může každým okamžikem zemřít. Tento organizmus se definitivně rozpustí, jakmile jej prána, životní dech opustí. Když se dživátman od těla oddělí, dále se o něj nestará. Něco takového, jako vstání z mrtvých ve stejném těle neexistuje. Stane se opět prachem a když se bytost znovutělí, vtělí se do nového těla, které odpovídá předchozímu karmanu.

Teorie o převtělování – reinkarnace, koloběh životů

„Jako člověk odhazuje obnošené šaty a bere si nové, stejně tak vtělený Duch odhazuje zchátralá těla a přechází do nových“.

Bhagavadgíta II,22

„Opravdovým džánínem, pravým Paramhansou se stává člověk jedině tehdy, když vyzkoušel nejružnější stavy v životě; od nejponíženějšího metaře až po nejvyšší roli krále. Poznává pozorováním, nasloucháním vyprávění jiných a vlastními prožitky, aby se přesvědčil, jak nepatrná je povaha světských potěšení“.

Sayings of Sri Ramakrishna verš 560

Pro mnohé z nás, kteří jsme vychováni v západní tradici, zdá se být idea o reinkarnaci naprosto scestná a dětinská. Všimneme-li si však hlouběji námitek odpůrců, zjišťujeme, že pocházejí většinou z řad těch, kdo o převtělování nikdy vážněji nepřemýšleli a málo o této ideji vědí. Dále namítají ti, kteří se cítí touto možností zaskočení, neboť je znejišťuje v základu jejich existence. Proto samotnou ideu odmítají zlehčováním a zesměšňováním. Bude proto vhodné provést rozbor této ideje z více hledisek.

Předpokládejme, že jsme právě vypadli z nějakého hlubokého věčného základu a projevíli se zde na zemi v tomto závažném, avšak neblahém neporozumění. Měli bychom tedy předpokládat, že budou existovat pro každého podobná schemata pro život s radostmi a bolestmi.

Je věcí zkušenosti, že snad každý člověk věří ve spravedlnost a dobrý řád věcí. Avšak to, co kolem sebe vidí, jsou samé odchylky, které neustále tuto víru porušují. Porovnáme-li startovní linie bytostí v životě, nespátřujeme stejné startovní podmínky, jak by se dalo očekávat u životního závodu, který můžeme všichni podstoupit jen jedinkrát. Naopak, startovní podmínky pro životní běh jsou velmi nerovné, jak z hlediska růstu, výchovy i získávání správných životních zkušeností.

Zkoumáme-li tyto skutečnosti a pátráme-li po příčině, pak žádná západní filozofie nedává uspokojivou odpověď. Západní náboženství říká, že to jsou úradky Boží a že každá bytost se s tím musí vyrovnat. Tyto úradky

(handicap) musí jedinec přijmout a náboženství mu říká, že má možnost dosáhnout cíle i v nejnevhodnějších podmínkách. Přitom je zřejmé, že člověk narozený ve špatném, morálně nízkém prostředí bude mít s daleko větší pravděpodobností horší a svízelnější život, než narodí-li se v prostředí průměrném či morálně vyšším. Zastáváme-li názor o spravedlnosti Boží a že Bůh je láska, pak shora zmíněný náboženský výklad je těžko přijatelný.

Teorie o převtělování není pouhým filozofickým snem. Nekompromisní intelektuální snaha po pochopení života se nemůže spokojit se zjištěním, že je na každém kroku zastavováno „pozorovanými nepravidelnostmi“. Není možné je ignorovat a řadit je mezi pouhé náhody. Jasným příkladem je zázračné dítě Mozart. Chceme-li být logičtí, pak musíme přijmout kontinuitu vtělených bytostí. Genius Mozart napsal ve čtyřech letech svou první sonátu, v pěti hrál na veřejnosti a v sedmi komponoval svou první operu. Bez reinkarnační teorie jsme nuceni označit tyto podivuhodné události za náhody, shodit je do prachu a pohřbit, nepřemýšlet o nich.

Východní filozofické tradice vycházejí z nauky o převtělování a různou startovní čáru vysvětlují tím, že osobnost člověka je tu sice poprvé, ale jeho individuální bytost prochází dlouhodobým vývojem, trvajícím množstvím životů, během nichž nabírá zkušenosti a tím roste. Čím je individuální bytost zralejší, tím je niternější a vnitřně bohatší. Různá zralost bytostí vzniká na základě nesterilně realizovaných vývojových možností jednotlivců. Na základě různých zálib, lákadel a zájmů, které bytost touží poznat, vznikají v životě různé okliky, jejichž výsledkem je zdržení. Koloběh životů, převtělování, je jediným přijatelným vysvětlením pro různost úrovně lidského života, jak jej můžeme pozorovat.

Koloběh životů je úzce spjat s působením zákona karmanu a je založen na základním pojmu, že tento život sám o sobě nekončí, ale je jednou z malých příhod věčné existence každého z nás. Každý jsme vlastním typem a každý máme odlišný život. Kdyby tento život byl prvním a posledním z našich zrodů, pak bychom prožívali naše vnitřní životní zkušenosti mnohem podobněji. Když zkoumáme, proč jsou lidé tak rozdílní, docházíme k závěru, že vznikli z rozdílných příčin a že tedy každý z nás se projevuje v rozdílných důsledcích. Život, který žijeme, je jen jedním z našich vtělení. Měli jsme již mnoho vtělení a pravděpodobně jich budeme mít ještě několik. Od narození k smrti, od smrti k narození, pokračuje vír, my však nejsme schopni si jej uvědomit ani mu porozumět, neboť náš pohled je velmi omezený. Je to, jako bychom se měli vyslovit o tom, co je rok, máme však k dispozici zkušenost pouze jediného dne.

Samozřejmě není nutné, aby aspirant uvěřil v nauku o převtělování, tato teorie je však velmi dobrou pracovní hypotézou a pomůckou, která poskytuje řadu dobrých vysvětlení tam, kde z hlediska jediného lidského života nelze dát odpověď. Jedná se o problém, jehož vyjasnění může být člověku duchovně velmi užitečné, jelikož poskytuje vysvětlení mnohých zdánlivých

záhad a nepravdivostí a vytváří tak základ pro zaujetí dobrého a pevného životního postoje.

Když člověk přijme ideu reinkarnace za vlastní, pak přirozeně zaujímá postoje, díky kterým se daleko snadněji vyrovnává s těžkými životními situacemi, než když ideu nepřijal. Idea převtělování umožňuje tyto postoje:

- pochopení neomezeného evolučního principu v přírodě – vesmíru, jehož cílem je dosažení božské dokonalosti

- vysvětlení nerovnosti podmínek zrození bytostí a různé vyvinutosti lidí, to jest pohled na „staré-mladé“ duše; přijetím tohoto předpokladu se nabízí vysvětlení, proč někteří jedinci reagují nepochopitelně, nerozvázně a lehkomyslně jako malé děti nebo bezohledně jako dravé šelmy (což jsou všechno „mladé duše“)

- pochopení, že odměna či odplata za činy každého mívá časový posun a může se promítnout až v dalším životě či životech; z toho vyplývá, že každý je strůjcem a architektem svého dalšího osudu, což je závažná motivace ke správnému počínání a chování

- každý okamžik, který zde prožíváme slouží k zaujetí správného postoje a k získání zkušeností; vše slouží k vývoji i naší osobnosti a tím k vývoji našeho vlastního evolučního základu, individuální bytosti; člověk tak zaujímá postoj „vše je zde pro mou výchovu a je na mně, abych pochopil, co se na mně chce“; je třeba upozornit, že se jedná o velmi cenný pozitivní postoj

- pochopení božího plánu, v němž každá bytost dříve nebo později musí dojít poznání, když zárukou tomu je nesmrtelná individuální bytost člověka a věčný Duch, který je v člověku a který všechny inkarnace podporuje a živí;

- výsledkem tohoto přijetí je pozitivní usmíření se se životem a jeho opravdové přijetí, pochopení a přesvědčení o spravedlnosti věcí, vyúsťující v konstruktivní a pozitivní postoj ve všech životních situacích.

Největšími odpůrci ideje převtělování jsou:

- 1) karteziánsko-newtonovská materialistická věda
- 2) křesťanství

1) Námitky materialistické vědy

V rámci této vědy je třeba se dívat na člověka, vědomí a tvůrčí inteligenci jako na náhodné vedlejší produkty hmoty. V podstatě jsou lidé hmotné předměty nebo biologické myslící stroje a vědomí je produktem orgánu myšlení, mozku.

Zajisté je nesporné, že mentální funkce jsou spojeny s biologickými pochody v mozku, to však neznamená, že vědomí je mozkiem vytvářeno. Nabízí se tu srovnání. Radiopřijímač je schopen zachycovat rozhlasové vlny na stavu a kvalitě přijímače závisí věrnost jejich reprodukce. Slabý či

poškozený radiopřijímač poskytuje jen slabou, případně poruchovou reprodukci. Rozhlasový přijímač ovšem rozhlasové programy nevytváří. Takový názor by každý označoval za absurdní. Nicméně toto tvrdí materialistická věda o lidském mozku ve vztahu k vědomí.

Vědomí je takto produktem materiálních procesů v mozku. Člověk má normálně fungující mozek, je-li schopen přesně vnímat a reprodukovat objektivní svět tak, jak ho popisuje věda. Vše, co jakkoli výrazně vybočuje z tohoto směru chápání a vnímání, které naše kultura považuje za pravdivý, je nepřijatelné a je zřejmě výmyslem příliš živé představivosti, ba může být hodnoceno za duševní úchylku či poruchu.

Tento jednoduchý řád, spatřující vesmír jako složený z pevné hmoty, však rozložila Einsteinova teorie relativity, která objevila, že prostor není trojrozměrný, čas není jednosměrný a že tvoří určitou čtyřrozměrnou celistvost – časoprostor. Další ránu nezvratnému mechanickému přesvědčení zasadila kvantová teorie a příspěvky jiných vědců, takže, jak řekl známý britský astronom James Jeans: „Vesmír moderního fyzika se mnohem více podobá velké myšlence než gigantickému superstroji“.

Omezenost karteziánsko-newtonovské vědy se odhalovala v mnohých vědeckých oborech a vyvolávala popud k vyslovení a prokazování řady nových teorií, ze kterých vyplývalo, že vědomí a tvůrčí inteligence nejsou výplodem neurofyzilogické činnosti mozku. Nové teorie prokazovaly, že vědomí je zřejmě prvotní vlastností veškeré existence. O změnu dosavadního nazírání v moderní hlubinné psychologii a výzkumu vědomí se nejvíce zasloužil švýcarský psychiatr C. G. Jung, jehož práce znamenají revoluci v doposud přijímaném pojetí vědomí. V neposlední řadě k novému, převratnému obrazu vědomí přispěl, mimo jiných vědců, psychiatr a psychoterapeut českého původu Stanislav Grof svými objevy tří úrovní lidského vědomí, perinatálního, biografického a transpersonálního. Jeho práce nejen myšlenku převtělování nevyklučují, ale přímo vědecky objasňují. Bližší podrobnosti se čtenář dozví v pozoruhodné knize tohoto autora, která vyšla pod názvem „Holotropní vědomí“ v českém překladu.

2) Námitky křesťanství

Křesťanství oponuje předpokladu převtělování tím, že ho Ježíš údajně nikdy nevyučoval a že není nikde v bibli uvedeno.

Tato námitka má však své slabiny. Ježíš nikdy nevyučoval nauku o převtělování, protože to nebylo zapotřebí. Toto učení bylo tehdy běžně rozšířené a zastávali jej jak esenští, farizejové, karaité, tak i další židovské skupiny. Pokud se Ježíš s převtělováním setkal (podle bible nejednou), nikdy jej nepopřel a nezatracoval. Uveďme k tomu příklady z bible (Ekumenický překlad Praha 1979).

První příklad, který tu uvádíme vypráví, jak Marek VIII,27, tak Matouš XVI,13: Když Ježíš přišel do končin Cesareje Filipovy, ptal se svých učedníků: „Za koho lidé pokládají Syna člověka?“ Oni řekli: „Jedni za Jana Křtitele, druzí za Eliáše, jiní za Jeremiáše nebo za jednoho z proroků“. Řekne jim: „A za koho mě pokládáte vy?“ Šimon Petr odpověděl: „Ty jsi Mesiáš, Syn Boha živého“.

Matouš XVII,10: Učedníci se ho ptali: „Jak to, že říkají zákoníci, že napřed musí přijít Eliáš?“ On jim odpověděl: „Ano, Eliáš přijde a obnoví všecko. Avšak pravím vám, že Eliáš již přišel, ale nepoznali ho a udělali s ním, co se jim zlíbilo“. Tehdy učedníci pochopili, že mluvil o Janu Křtiteli.

Všechny tyto otázky a odpovědi předpokládaly víru v přestěhování duší a z toho plynoucí předchozí existence. Ježíš tu měl dostatek prostoru, aby opravil názor učedníků, kdyby jejich předpoklad byl mylný. Naopak Ježíš jej stvrzuje tím, když prohlašuje, že Eliáš již přišel, že na sebe znovu vzal lidské tělo.

Jan III, 3: Ježíš mu (Nikodémovi) odpověděl: „Amen, amen, pravím tobě, nenarodí-li se kdo znovu, nemůže spatřit království Boží“. Nikodém mu řekl: „Jak se může člověk narodit, když už je starý? Nemůže přece vstoupit do těla své matky a podruhé se narodit“. Ježíš odpověděl: „Amen, amen, pravím tobě, nenarodí-li se kdo z vody a z Ducha, nemůže vejít do království Božího. Co se narodilo z těla, je tělo, co se narodilo z Ducha, je duch. Nediv se, že jsem ti řekl: Musíte se znovu narodit“ (Ježíš v dalším vyslovuje svůj podiv nad neznalostí Nikodéma a říká mu: „Ty jsi učitel Izraele a tohle nevíš?“).

Ježíšův výrok se zdá být kryptický, je však v naprosté shodě s učením džňána – jógy. Podle ní nelze dosáhnout realizace svrchovaného Já (dosažení království Božího), které je čirým Duchem, jinak, než staneme-li se s ním totožní, když se naše malé já (ego) v Duchu rozpustí tak, že nás svrchované vstřebá, pohltí. Jinými slovy, dokud se nezrodíme v Duchu, nemůžeme vejít v království Boží. Podle džňánajógy je k tomu však třeba zpravidla více zrodů.

Jan IX,1: Uzdravení slepého. Cestou uviděl člověka, který byl od narození slepý. Jeho učedníci se ho zeptali: „Mistře, kdo se prohřešil, že se ten člověk narodil slepý? On sám, nebo jeho rodiče?“ Ježíš odpověděl: „Nezhřešil ani on ani jeho rodiče, je slepý, aby se na něm zjevíly skutky Boží“.

Otázka apoštolů by byla nesmyslná, kdyby nepředpokládali, že mohl hřešit dříve než se narodil. Z jejich otázky vyplývá, že víra v převtělování byla za Ježíšovy doby běžně rozšířená a že ji apoštolové znali. Ježíš jim také žádný omyl nevytykal a jejich slova opakoval, pouze ukázal na skrytou příčinu.

Ze všech zde uvedených citátů z bible vyplývá, že Ježíš o učení o převtělování věděl a že jej nezamítal. Učení bylo všeobecně rozšířené, takže nebylo třeba o něm zvlášť kázat, prostě se s ním jako takovým počítalo.

Křesťané dále argumentují tím, že víra v nebe a peklo nepřipouští znovuzrození, jelikož nebe a peklo jsou věčné. Arthur Osborne k tomu říká:⁽¹⁷⁾ „Argumentovat o tomto bodě je velmi bolestné, protože toto tvrzení ukazuje na skličující nedostatek porozumění. Ba co víc, vůbec nepomáhá na duchovní cestě. Namísto argumentací, podívejme se jednoduše na to, co tato víra obnáší:

- mimo Boha existuje nespočetné množství lidských bytostí, které stvořil a stále stvořuje

- bytosti jsou věčné, ne však z pohledu zpět do minulosti, ale jen do budoucnosti, poněvadž Bůh je stvořil a stvořil je nesmrtelné

- Bůh, který přebývá mezi bezpočtem jiných bytostí, nechává některé se radovat na věčnosti a jiné podrobuje věčnému trápení. Věčnost však neznamená milión let, ale věčnost je věčností, ve které milióny let jsou jen lusknutím prstů, bez jakékoli naděje, bez možnosti opravy, bez jakékoli úlevy navždy a bez konce, věčně – protože bytost nesprávně využila či zneužila mikroskopickou příležitost chvíle pozemského života. Je nutné říci víc? Avšak daleko lepší než soupeřit s Kristem je o takových záležitostech nediskutovat. Ti, kdo mají uši k slyšení, jak říkal, nechávají stranou rozepře a zasvěcují své životy boji o dokonalost, jako je dokonalý jejich Otec na nebesích, který je uvnitř nás.“

Přijetí nauky o převtělování neznamená odmítnutí tradičního křesťanského učení o nebi a pekle. Jak hinduismus tak buddhismus znají nebe a peklo. Jejich učení říká, že existuje individuální bytost, která sklízí žatvu, kterou na zemi zasíla. Prožívá ji v nebi či pekle, a když vše vyčerpá, vrací se individuální bytost znovu na zem do nového života. Zákon příčiny a následku se tu vykládá takto: „Jak člověk zasévá, tak sklízí“. Země se připodobňuje ke třídě ve škole, kam se individuální bytost vrací, dokud se nenaučí látce, dokud nepřekročí dvojnost, aby obejmula Skutečnost.

Paul Brunton k tomuto tématu poznamenává:⁽¹⁸⁾

„Mnoho zmatku bylo způsobeno a mnoho ateismu vzniklo velmi omezenou znalostí a velmi značnou nevědomostí mnoha vykladačů lidového náboženství a spiritualistických kultů. Ti učí, že lidská bytost po prvním krátkém výskytu na této planetě na bezvýznamnou dobu (neboť co je 70 roků proti miliónům let, které geologie prohlašuje za minulost planety), přejde do posmrtného stavu, kde bude dlít navždy, tedy celou věčnost. Je směšnou představou, že to malé ego, se všemi přívlastky a kvalitami, podrží beze změny osobní identitu a osobní existenci onoho krátkého výskytu na Zemi, zmrazené do něčeho trvalého, přežívající samotnou Zemi, znovu spojené s rodinou, s přáteli, nacházejícími se mezi primitivními lidmi železného věku a mezi obyvateli jeskyní. Je to tak nevědecká idea, tak děsivě protichůdná skutečnému náboženství, že je až směšná“.

Slavný islámský výrok říká: „Umřel jsem kameni a stal se rostlinou. Umřel jsem rostlině a stal se zvířetem. Umřel jsem zvířeti a stal se člověkem.

Proč bych se měl bát zemřít? Copak jsem se kdy smrtí zmenšil? Zemřu člověku a stanu se andělem!“

K problému převtělování dejme ještě prostor S. Grofovi, který ve své shora zmíněné knize poskytuje určitý přehled směrů a skupin, které přijaly ideu převtělování za vlastní a říká:⁽¹⁹⁾

„Naše posouzení jevů, které nelze přímo ověřit tělesnými smysly nebo matematicky, je příliš často určováno tím, v co nás učili věřit, a ne nezaujatým, otevřeným zkoumáním objektivních důkazů.

Musíme si připomenout, že reinkarnace a karman představují základní kameny hlavních indických náboženství – hinduismu, buddhismu, džinismu, sikhismu, japonského ezotérického buddhismu a řady jihoasijských buddhistických sekt. Ve starověkém Řecku několik významných myšlenkových škol zahrnovalo víru v reinkarnaci – včetně příslušníků pytagorejské, orfické a platónské školy. Tento názor také zastávali neoplatonici a gnostici a tvořil také významnou součást kabalistické teorie středověkého židovstva. Podobné představy můžeme nalézt v historicky, zeměpisně a kulturně tak rozdílných skupinách, jako jsou různé africké kmeny, jamajští rastafariáni, americké indiánské předkolumbovské kultury, polynéští kahunové, provozovatelé brazilské umbandy, Keltové a druidi.

V naší moderní západní společnosti uznávají reinkarnaci teosofové, antroposofové a někteří spiritualisté. Na první pohled by se zdálo, že víra v reinkarnaci je cizí křesťanství, ne-li přímo neslučitelná s křesťanskou vírou. Vždy však tomu tak nebylo; víra v reinkarnaci byla součástí ranného mystického křesťanství. Podle sv. Jeronýma, světce žijícího ve 4. a 5. století n. l., se reinkarnaci dostalo ezotérického výkladu, který byl přístupný pouze elitě křesťanské církve. Nejslavnějším křesťanským myslitelem hloubajícím nad existencí duší vracějících se na zemi byl Origenes, jeden z největších církevních Otců všech dob. Jeho dílo napsané ve 3. století n. l. (obzvláště jeho knihu s názvem O prvních princepech) odsoudil Druhý konstantinopolský koncil, svolaný císařem Justiniánem v roce 553 n. l. Verdikt zněl: „Prosazuje-li někdo vybájenou předchozí existenci duší a vyznává-li monstózní učení, které z toho vyplývá, budiž dán do klatby“.

K problematice odmítnutí nauky o převtělování křesťanstvím se vyslovuje i známý anglický mystik a filozof Paul Brunton, který k tomu uvádí:

Poznámka:

Ideu reinkarnace přijali i někteří němečtí filozofové. Byli to Goethe, Fichte, Schelling, Kant, Lessing a Schopenhauer. Další, jako Hume, Spencer, Benjamin Franklin a Max Müller, považovali tuto ideu za nespornou. I někteří básníci jako Rossetti, Browning, Tennyson a Wordsworth potvrzují tuto ideu ve svých vzletných verších. Z našich to byl hlavně O. Březina.

„Teprve až ve čtvrtém století n. l., když se jedna křesťanská strana stala dostatečně úspěšnou, aby byla vyzbrojena světskou mocí, začalo pronásledování gnostiků.

Ve snaze zbavit se nepříjemných nauk zasedalo v oněch ranných stoletích nejméně sedm koncilů. Zde byly tyto nauky oceňovány jako kacířské bludy a byla učiněna opatření, aby byly úplně vymýceny. Zejména na zasedání koncilu nicejského (r. 325 n. l.) a velkého koncilu v Konstantinopoli (r. 381 n. l.) bylo znovuzrozdování prohlášeno za kacířské a všechny knihy, které tuto nauku hlásaly, byly vyhledány, zničeny a jejich zastáncům pohroženo přísným trestem.

Avšak nejen několik křesťanských sekt, ale také někteří první křesťanští Otcové věřili v reinkarnaci. Ti, včetně „Origenů“ (Origen nazývá reinkarnaci „všeobecným názorem“), kteří byli na vrcholu rozvoje kolem r. 230 n. l., Justiny Martyra, kolem r. 140 n. l. (Martyr říká, že duše obývá lidské tělo více než jedenkrát), Klementa Alexandrijského, r. 194 n. l., Tortilliana z Kartaga, r. 202 n. l., věřili, že stěhování duší je pravdivé. Sekty, které tuto víru udržovaly, byly Basilidiáni, Marcionitové z Pontu z druhého století, Valentinienci z Egypta rovněž druhé století, a Simoniáni. Navíc tuto nauku udržovaly všechny gnostické sekty a ty byly kdysi početnější než kterákoli jiná skupina křesťanů. Manichejci také vyučovali nauce o znovuzrození a současně s gnostiky a Samaneanci tvořili značnou část raného křesťanského světa. Důležité je, že většina prvních křesťanů v tuto nauku věřila.

Tam, kde literatura nebyla zničena, byla zfalšována nebo pozměněna tak, aby vypadala úplně směšně nebo docela mylně.

Philo, sám Žid, otevřeně prohlásil, že essenští získali své znalosti od indických brahmánů. Každý ví, že nauka o znovuzrození byla podstatným rysem víry brahmánů, takže lze oprávněně předpokládat, že byla essenskými také převzata.

Křesťanská církev chtěla zdůraznit svoji nauku o tom, že duše právě zbavená těla jde přímo do nebe nebo do pekla. To je jeden důvod, proč víra ve znovuzrození byla později označena za kacířství. Jiným důvodem je, že byla v protikladu k učení o znovuvzkříšení těla. Pro znovuzrozdování nebylo místo v katolické teologii a to zejména vedle učení o vykoupení a očistci – jedno nebo druhé muselo zmizet. A tak první idea byla označena za kacířskou a její vyznavači byli vyloučeni a pronásledováni. Není místo pro nauku o reinkarnaci a současně pro nauku o věčném utrpení v očistci. Další akcí opozice vůči této nauce bylo, že do ní byla krok za krokem vnášena nauka o vykoupení. Ta vytlačila nauku o stěhování duší tak, jak to bylo zamýšleno. Tyto dvě nauky nemohly existovat bok po boku, neboť jedna byla v protikladu druhé. Třetím důvodem bylo, že ve sporech o nadvládu mezi různými křesťanskými sektami triumfovaly ty, které vznikly v řeckém a římském

národě později, nad těmi, které existovaly dříve mezi národy východními, věřícími v reinkarnaci tak, jak většina orientálců věří dodnes“.

Jestliže je nauka o převtělování nepravdivá, pak spravedlnost Boha není také pravdivá, což je absurdní, protože je Pravda Sama. Nicméně mimo nauky o reinkarnaci není jiné cesty, která by mohla tragické životní situace ospravedlňovat a rozumně vysvětlovat.

Znovuzrozováním se široce zabývá indický filosof a mystik Aurobindo ve svém díle *Life Divine*, kde říká přibližně toto:

Podle jednoho starého náboženského mýtu, který bývá prohlašován za dogmatické tajemství, existuje Bůh, který ze své vlastní bytosti, svým dechem, životní silou, neustále stvořuje nesmrtelné duše. Vkládá je do těl, která také stvořuje a oživuje je „duší“ z vnitřku. Toto mysterium víry se jako takové nemusí podrobovat zkoumání, protože mysterium víry směřuje nad zkoumání a otázky. Z filozofického hlediska však postrádá na přesvědčivosti, protože se vymyká všeobecnému řádu věcí.

Takové tvrzení skrývá v sobě dva paradoxy, které je třeba ozřejmit. Prvním paradoxem je stálé tvoření bytostí, které mají počátek v čase, ale v čase nekončí; jsou zrozeny současně s tělem, ale smrtí těla nekončí. Druhým paradoxem je, že každá bytost obdrží pro ni připravené kvality, to jest ctnosti, neřesti, schopnosti a nedostatky, povahové výhody a nevýhody, různé vybavené fyzické tělo apod. Tyto kvality však nezíská bytost svým působením, ale byly pro jedince vybrány svévolným aktem stvoření. Z toho jak použije toto vybavení, zda dokonale nebo nedokonale, je však člověk činěn Stvořitelem odpovědný.

K předpokladu správného úsudku patří zásada, která říká, že to co nemá konec, nemůže mít začátek, a dále že vše, co má začátek (nebo je stvořené), končí s koncem procesu, ke kterému bylo stvořeno, rozpustí se na komponenty, ze kterých vzešlo, nebo končí s funkcí, do které bylo vyvoláno. (Aurobindem používaný pojem „duše“ se pojmově přibližně kryje s individuální bytostí, používané v tomto díle.)

Výjimku z tohoto zákona může tvořit jedině sestup Ducha do hmoty, kterou oživuje. Duch, který sestoupí, má však svou vlastní nesmrtelnost, nikoli stvořenou.

Byla-li duše stvořena k tomu, aby oživovala tělo, které znamená počátek její existence a na kterém je závislá, pak duše nemá důvod k existenci poté, co se tělo rozpadlo. Pokračuje-li však duše v existenci dále jako nesmrtelná bytost, pak pokračuje v nějakém jemnohmotném či psychickém těle a je zřejmé, že takové tělo a jeho obyvatel museli existovat dříve než jeho hmotný tvar. Duše musela existovat jako netělesný duch již před zrozením, stejně jako přežívá mimo tělo po jeho smrti. Rozumnému uvažování se vymyká domněnka, že duše byly původně stvořeny k tomu, aby obývaly tak krátkodobou a pomíjivou formu jako je tělo. Nesmrtelné bytí nemůže být

výsledkem pomíjivé události a žádná omezená příčina nemůže způsobit nebo být podkladem pro věčné výsledky.

Je zřejmé, že tam kde spatřujeme vývoj v čase, musela pro vývoj existovat i minulost. Vstoupila-li duše do života v určitém stavu rozvoje osobnosti a my kolem sebe pozorujeme velké rozdíly v (realizovaném) rozvoji osobností, pak musela vývoj podstoupit již v předchozích životech. Když bytost přijímá určitý připravený život a vytvořenou osobnost, pak její příprava musela probíhat zcela nezávisle na tomto životě a musela se odehrát již dříve. Je-li duše skutečná, pak není omezená smrtí a je oním faktorem nebo nádobou, která vlastnosti nabyté rozvojem přenáší z jednoho vtělení do druhého. Duše je zřejmě měnícím se proudem zjeveného vědomí, který vstupuje do projevu a opět z něho odchází. Zde nastupuje logika zrození a smrti s předpokladem následných těl, při stále opakovaných zrozeních v jednotlivých formách přírody. Psychická bytost (Aurobindův název) či duše, která nese s sebou mentální vědomí, které přetrvává i po smrti těla ve své jemné formě, musela být stvořena již před zrozením těla.

Vesmírný Duch, který je zahalen v nevědomí fyzického vesmíru, vyvíjí svou přirozenost v postupných fyzických formách, v odstupňovaných sériích. Nejprve se vynořuje jako utajená „duše“ v materiálních formách a rozvíjí se, stále však skrytá, hotová se vynořit ve vitálních formách rostliny, které jsou na rozhraní nevědomí a částečného světla vědomí, které je pro naši nevědomost typické. Vesmírný život je zaměřen evolučním směrem a vyvíjí na zemi stále narůstající osobnosti. Naše duše se zřejmě vyvíjela v nižších životních formách dříve než získala lidské znaky. Naše „duše“ obývala předtím živočišné formy a jemnohmotné tělo je pak zřejmě plasticou formací přenášenou od zrodu ke zrodu, která se přizpůsobuje každému fyzickému tvaru, který obývá.

Z této ideje vyplývá, že zvíře má také určitý druh duševní formace, která má charakter jako skupinová duše. Z hlediska evolučního jsou pokročilejší ta zvířata, která jsou schopná vyvinout mateřský pud. Ten promítá již určitou touhu po ochraně a péči o slabší a vyúsťuje dále v předávání zkušeností a výchovu mláďat. U zvířat, která mají rodičovský pud se evoluční cyklus zintenzivňuje. Udává se, že nejvíce pokroku činí zvířata v blízkosti člověka (domácí zvířata), od něhož se pro individualizaci „duše“ mohou nejvíce naučit. Když se bytost ve zvířecím tvaru naučila všemu co měla, opouští „skupinovou duši“ a vytváří vědomého jedince, který je od chvíle této přeměny podroben zákonu karmanu. Příroda pečuje o to, aby se bytost zrozovala vždy od jedné formy ke druhé, dokud nedosáhne lidské úrovně projeveného vědomí, které je nástrojem pro pozvednutí do vyšších úrovní.

Přijmeme-li ideu, že se Duch vpletením ponořil do nevědomí a projevuje se v jedinci vždy určitou evoluční úrovní, pak celý proces začíná mít význam

a spojitost. Progresivní vzestup jedince je tónem základní kosmické důležitosti a znovuzrození individuality v těle se stává přirozeným a nevyhnutelným důsledkem. Znovuzrození je základním jevem a předpokladem pro duchovní evoluci a je jediným možným působkem tohoto dynamického procesu.

Všechno to, co nazýváme životem ve fyzickém světě, představuje postup individuality, která nabývá na zkušenosti a vlastnosti tím, že kráčí vpřed zrozením v těle. Individuální bytost má zrození za svůj opěrný bod; za stav akce evolučního průběhu. Lidský zrod je z duchovního hlediska komplexem dvou prvků, – individuální bytosti a osobnosti. Individualita (individuální vědomí) je věčnou Bytostí člověka a osobnost představuje bytost, která je podrobena kosmickému vývoji. Individuální vědomí prožívá dlouhý vývoj zkušeností v různých formách. Jeho vlastní evoluce musí sledovat zákony a linii evoluce univerzální. Jakožto Duch je zajedno s Transcendentnem, které je ve světě imanentní a jej zahrnuje. Duch je nezrozený, neprochází narozením a smrtí, je nezávislý na těle, životě a projevené přírodě. Tím vším není vázán, omezován ani dotčen, i když to vše podporuje. Individualita, džívátman, je však něčím, co přichází do zrodu a prochází smrtí, ačkoli sama neumírá, protože je nesmrtelná. Putuje od pozemských plání k jiným a zase zpět do pozemské existence. Postupuje tak od života k životu, přičemž používá a „pracuje“ vždy s nově vytvořenou osobností, která se však, po té co předala zkušenosti, před každým novým zrozením rozpouští.

Vývoj lidských vlastností probíhá v člověku od velmi primitivních počátků. Primitivní člověk, který má většinu zkušeností ze zvířecího světa, ale málo z lidského, zatouží po něčem, co vidí u někoho jiného. Jeho zvířecí zkušenosti mu říkají, aby se toho zmocnil násilím. Při takovém pokusu může dojít k zápasu, který může skončit i tragicky. Pak zasáhne světská spravedlnost a násilník jde do vězení nebo může být i popraven. Závažné, dobré i špatné zkušenosti se ukládají každému do paměti a jejich dojmy sublimují do dalších životů. Zatouží-li stejná individuální bytost v příštím životě intenzivně po něčem, její vnitřní hlas, zvaný svědomí, ji varuje před násilným získáváním na základě předchozích zkušeností. Tak vzniká zásobárna zkušeností, kde se zachycují závažnější události, a dojmy z těchto zkušeností vytvářejí tkanivo, které se postupně zjemňuje – zjemňuje se svědomí. Člověk, který má jemné, citlivě rozlišující svědomí a řídí se jím, musí být starší individuální bytostí, která toho již hodně prožila. Vyvinutější bytost si stále více uvědomuje, že zlo v kterékoli formě působí nesnáze, kdežto dobré a laskavé jednání přináší uspokojení a získává přátele.

Vyvíjející se lidská bytost se rozvíjí stále bohatěji a komplexněji tím, že sbírá zkušenosti z různých žitých osobností. Rozvinutý charakter takové bytosti se jeví jako mnohostranný i co do schopností. Když bytost obdrží nové tělo, povaha, která se v ní projevuje, je vytvořena mnohými osobnost-

mi minulých životů, shromažďováním zkušeností, různými tendencemi a posléze nabíráním sattvy. Při svém růstu vypracovává to či ono a potkává ji přitom utrpení, za účelem prožití zkušeností, za účelem získání nových pohledů a doplnění si chybějících vlastností apod. Utrpení nemusí být vždy rozsudkem, který byl vyřčen Bohem nebo vesmírným zákonem, odplatou za to, čeho se bytost dopustila, za klopýtnutí nebo chyby, které jsou v nevědomosti nevyhnutelné.

Předpokládá se, že je třeba mnoho lidských vtělení, než bytost dosáhne dokonalosti. Nedokonalý člověk není posledním slovem přírody. Je zřejmé, že individuální bytost, která se ocitla v těle primitivního obyvatele pralesa nebo v gangsterovi, nevyvinula ještě zcela lidskou úroveň, nerozvinula všechny své možnosti a nepropracovala se k svrchované přirozenosti v člověku.

Touhami jsme svázáni s říší nevědomosti. Abychom své touhy naplnili a uspokojili, jsme nuceni se znovuzrozmocňovat, vracet se na tuto materiální pláň a procházet všemi možnými zkušenostmi. To vše nás přivádí zpět na svět a stejné podnikáme znovu a znovu. Často si myslíme, že určitou touhu nemáme, abychom zjistili, že je tak silná, že nás nutí dělat stejnou věc zas a znovu a musíme tak procházet stejnou zkušeností třeba i tisíckrát. Musíme tak dlouho přicházet, dokud nepocítíme pomíjivost všeho. Tehdy se naše mysl začíná naplňovat svrchovaným poznáním a my docházíme k odpoutanosti. Člověk je zde na zemi proto, aby postoupil od nevědomosti kratičkého života, který začíná ve svém těle a myslí, k poznání nesmírnosti božského života. Musí v sobě rozvinout sattvické kvality, aby mohl dosáhnout poznání pravého Já, než je mu dovoleno definitivně se odebrat jinam.

Taimni⁽²⁰⁾ uvádí, že průměrný počet lidských vtělení se pohybuje mezi 700 až 800 a závěrečný počet vtělení, kdy se bytost vědomě snaží o poznání a kdy usiluje o svrchovanou realizaci, udává počtem 7.

Lidské bytosti obecně nestojí o to, aby jim byl připomínán jejich konec. Upanišady nicméně poskytují několik zajímavých údajů o tom, co se děje v čase smrti a bude namístě je zde uvést. Není však jednoduché vysvětlit všechno co se v okamžiku smrti odehrává, i když si bereme na pomoc Šankaru, který o tom pojednává v komentáři k Brahmasútře.⁽²¹⁾ Proces smrti je asi takový:

1) První ze všeho se u umírajícího vstřebává funkce řeči, která se noří do dynamické mysli (manas).

2) Pak následuje postupně vstřebání všech dalších funkcí orgánů.⁽²²⁾

3) Když mysl vstřebala všechny funkce, sama se vstřebá do prány, dechu. Tuto skutečnost můžeme pozorovat u umírajícího, když sice ještě dýchá, ale jeho smysly a mysl již přestaly fungovat.

4) Dech se pak noří do individuální bytosti, spolu s vnitřním orgánem, vybaveným karmanem, vásanami a uvědomováním. Člověk tehdy přestane dýchat.

5) Tato individuální bytost se připojí k jemnohmotným elementům (prvkům), kterých je pět: vzduch, oheň, země, voda a prostor. Tyto jemnohmotné elementy poskytnou jemnohmotné tělo, které uzavře individuální bytost se všemi jejími náležitostmi, podobně jak tomu bylo u fyzického těla za života na zemi.

6) Bytost je tak vybavena uvědomováním, karmanem, vásanami, tendencemi a vnitřním orgánem a je tím vědomá. Jelikož však funkce vnějších orgánů ustaly, je vědomí – podobně jako ve snu – zcela pod kontrolou karmanu. Tehdy bytost vyvíjí určitou vásanu, která, dle karmanu předchozího života, určí, kterým směrem bude bytost odcházet.

Bytost odchází z těla hlavou. Odchází v jemnohmotném těle a putuje nějaký čas k různým úrovním existence, kde prožívá zkušenosti, které jsou výsledkem pozemského života. Tam tráví značnou část odtěleného období. Mentální rovina stvoření odpovídá nebesům pravověrných náboženství. Jsou běžně pojímány jako místo, kde bytost tráví život intenzivního blaha, čímž sklízí plody dobrých činů, které vykonala v předešlém životě. Toto je však druhořadou funkcí života v nebi, neboli období mezi dvěma vtěleními. Hlavním účelem je přeměnit materiál zkušeností, který je z předchozího vtělení k dispozici, ve schopnosti a vybavení (zastoupení gun, talentů a nadání), která těmto zkušenostem odpovídají. Toho se dosahuje v psychickém světě, kde bytost odpočívá jakoby ve spánku. V tomto klidovém období vstřebává esenci zkušeností z minulého pozemského života a připravuje se na nový život. Tehdy se určují okolnosti nového zrození, skladba nové osobnosti a volba vhodného materiálu. Vstřebávání zkušeností a jejich přetvoření v příští vybavení je nejdůležitějším činitelem evoluce člověka.

Bylo by ovšem naivní se domnívat, že každým znovuzrozením dosáhne individuální bytost vždy pokroku. Množství lidských zájmů, svodů a zkušeností je nesmírné, a proto jsou na cestě vývoje bytosti pády, neúspěchy a období stagnace prakticky nevyhnutelné. Každé nové vtělení je nejen příležitostí k pokroku na duchovní cestě, ale i příležitostí k získání nectností a různých zdržení. Pokud bytost již prodělala mnohá zrození, má za sebou bohaté zkušenosti, jeví se vyvinutější, což se projevuje v moudřejším postoji a samozřejmě prováděnou sebekázní.

Když bytost odsud odchází, obecně se doporučuje, abychom ji neztěžovali okolnosti jejího odlučování. Měli bychom se vystříhat toho, abychom ji zdržovali. To nastává, šíří-li nás žal a voláme-li toužebně po shledání s odešlou bytostí apod. Odešlá bytost truchlení a nárek vnímá a při její neschopnosti vstoupit do kontaktu ji to brání v odpoutávání se, a to ji přivolává zpět a přivazuje k pozemské atmosféře. Odešlé duši nikdy nic nevyčítáme. Nejvíce jí pomáháme, přejeme-li jí mír a vysíláme-li jí myšlenky, že je vše v pořádku.

Toto je filozofický základ a rozumový i tradiční výklad ideje o převtělování. Přijímáme-li fakt evolučního principu v přírodě, pak realita individuality, která se zrozuje v evoluční přírodě, je nevyhnutelná. Nepřijímáme-li takový předpoklad, pak může existovat jen mechanická evoluce bez závažnosti a významu a zrození je jen částí této zvláštní nesmyslné mašinerie.

Dejme ještě jednou slovo Paulu Bruntonovi⁽²³⁾: „Není vůbec nutné znát, jak jsme žili v minulých životech, abychom věděli, jak nejlépe žít v tomto. Takové poznání by mohlo být užitečné, ale mohlo by být také skutečně nebezpečné. Mohlo by vést k pokusům vyhnout se tomu, co k nám přichází jako následek toho, co jsme dříve učinili. Takové vyhýbání by nás mohlo oloupit o možnost prožití oné zkušenosti.“

Proč někteří přijmou pravou nauku na první pohled, zatímco druzí – a těch je většina – ji odmítají? Odpověď lze nalézt v subjektivním stáří v prenatalní zkušenosti nebo v tendencích přenesených z minulých vtělení. Když při čtení nebo naslouchání těmto inspirovaným prohlášením přichází intuitivní rozpoznání pravdy, rychlé záblesky pochopení, je to znamení, že se tímto hledáním člověk zabýval již v dřívějších vtěleních.

Samotná přirozenost reinkarnace brání, aby ji někdo zcela dokázal. Neexistuje však jiná teorie, která by byla tak logická, aby nám pomohla chápat naši evoluci, minulost, genia, charakter a nerovnost, a žádná jiná není tak užitečná, aby nám pomohla řešit velký problém, proč jsme zde na světě."

Znovuzrození se takto jeví jako samozřejmá nezbytnost a jediná možnost pochodu evoluce. Znovuzrození je stejně nutné jako samo zrození. Bez znovuzrození by samotné narození bylo jako vykročení bez pokračování, odstartování výletu bez dalších kroků a jakéhokoli dosažení. Znovuzrození dává narození nedokonalé bytosti v těle slib dovršení.

Život je jen krátkou epizodou v dlouhé historii duchovní evoluce, ve které duše sleduje linii, která je určená pro zemi. Musí procházet mnohými životy, aby ji uskutečnila. Je to evoluce mířící z hmotného nevědomí k lidskému vědomí a dále směrem k božskému Vědomí, od nevědomosti k božskému poznání, od temnoty k šeru a posléze ke světlu, od smrti k nesmrtelnosti, od utrpení k božskému Blahu.

Přijme-li člověk nauku o převtělování za vlastní či nikoli, nezpůsobuje a nevyžaduje to v jeho životě žádnou změnu. Moudří říkají, že člověk má žít tak, jakoby dnešní den byl jeho posledním.

Přijetí nauky o převtělování za vlastní představuje však výtečnou pracovní teorii, vysvětlující spolu se zákonem karmanu, spravedlnost boží, rozdíly mezi lidmi, rozdílnost osudů apod.

Dále jasně ukazuje, že lidský život má hluboký smysl. Posláním a cílem života člověka na zemi je duševní růst kvality srdce a intelektu za účelem poznání Boha a realizace Božství.

Tento úkol, jak možno obecně pozorovat, není splnitelný za jeden život a k jeho naplnění je třeba opakovaných příchodů na zem. Pouť za účelem naplnění poslání se děje zpravidla pomalu, s četnými pády, zacházkami, ale i zkouškami. Pokud však má člověk tento úkol jasně před očima, pak inteligentním úsilím lze cestu velmi urychlit.

Všechno, co se nám přihodí, má smysl, neboť směřuje k našemu duchovnímu růstu. Každý okamžik našeho života je k tomu dobrý.

Božství

*Brahman je vše a átman je brahman.
Mándúkjópanišad 1,2*

Nedělitelné, ale jakoby rozdělené v bytostech.

Bhagavadgíta XIII,17

*Věť, že brahman je navždy v tobě a nic
vyššího není k poznání.*

Taittrijópanišad I,13

Na začátku tohoto pojednání je důležité si uvědomit, že védánta zdůrazňuje existenci jediné Skutečnosti, svrchovaného Božství, které je podkladem všeho. Všechny ostatní projevy Božství jsou jen speciálními funkcemi jednoho a téhož. K vymezujícímu dělení Božství z absolutního hlediska vůbec nedochází. Pokud se zde provádí, děje se tak se snahou umožnit pochopení jednotlivých projevů jednoho a téhož. Nejedná se však o přísné rozdělování. Jedna forma se přelévá do druhé a všechny mají za podklad jedinou Skutečnost.

Védánta uvádí tato pojmenování:

- A) Brahman, jediná Skutečnost – absolutno
- B) Íšvara, Pán a jeho mājá – šakti – prakti
- C) Átman – svrchované Já – puruša

A) Brahman.⁽²⁴⁾

Upanišady pojednávají o nejvyšší Skutečnosti, kterou nazývají brahman. Uvádí se jako čirá inteligence, samozářící, celistvá, bez přívlastků, jmen a tvarů, věčný princip, živoucí život ve všem, nikdy nezrozený a nezmírající. Je prvotní, nedvojné, ničím nepodmíněné, neomezené. Jako takové se nazývá neosobní Božství, nirguna brahman, a je podkladem všemu.

Nutno si uvědomit, že brahman není možné konkrétně popsat – viz i Lao'Č: „Tao, které je možno popsat, není tao“.⁽²⁵⁾ Důvodem je skutečnost, že brahman leží zcela nad dosahem mysli a formulujícího rozumu. Jazyk se láme, neboť žádná myšlenka není schopná popsat nevyličitelné. Omezené nemůže nikdy definovat neomezené. Charakteristiku lze použít jen tehdy, definujeme-li něco, co se odlišuje od jiných známých věcí. Nemůžeme charakterizovat něco, co je absolutně nad naší zkušeností. O brahman

prakticky existují jen negativní sdělení, vypovídající o tom, čím není. Proto není poznatelné smysly ani myslí.

Nirguna brahman, svrchovaná Skutečnost, která není omezená nebo vymezená žádnou formou či tvarem, nemá žádné vlastnosti a proto ji nelze opravdu pozitivně popsat. Nemá vymezení přívlastkem, je bez částí a proto je neměnné. Jelikož je také bez rodu, označuje se jako „To“. Brahman není možno označit za jedno, vztažené k jinému, podobnému. Proto se označuje za Jedno bez druhého nebo za nedvojné, neboť není žádná jiná bytost, od které bychom mohli brahman odvodit nebo pomocí které bychom mohli brahman poznat.

Ačkoli je brahman samozářící, přece z toho nemůžeme odvozovat, že by mohlo být objektem uvědomování. V pravém slova smyslu brahman nemůže být nikdy předmětem poznání, protože není poznatelné smysly ani myslí.

Člověk poznává ze svého subjektu, co vnímá, jako objekt. To ovšem nemůže platit pro brahman, neboť to se nikdy nemůže stát objektem, když je podkladem všeho, tedy i poznávajícího. Člověk poznává brahman jediné když se jím stane. Poznání brahman je pro člověka svrchovaně důležité a závažné, neboť dosáhnout brahman a být s ním totožný je podstatou osvobození.

Při zkoumání se označuje jako „neti-neti“, to jest „ne to, ne ono“, což je vlastně popisem brahman. Jinými slovy – „ono není tím, co vidíme“. Nic z toho co vidíme, není brahman jaké je. Ono je cosi jiného, než vše, co je projevené.

Jediný pozitivní popis poskytuje védánta, když vyjadřuje aspekty absolutna. Brahman se tu popisuje jako sat – čit – ánanda, tedy jako absolutní Bytí – absolutní Vědomí – absolutní Blaho.

Sat, Bytí, vyznačuje pozitivní jsoucnost, to, co je; že Existence je. Sat není určitou formou existence, ale je Bytí samo o sobě. Znamená absolutní Pravdu, která platí všude, ve všech věcech a vždy.

Čit, Vědomí, je označení pro citnost, jedinou citnost ve všem. Je čiré a samosvítící a osvětluje i vše ostatní. Vědomí je základní věcí existence. Je energií, pohybem, stvořuje pohyb, vesmír a vše, co je v něm, – mikro i makrokosmos. Čit není individuálním vědomím, ale čistým uvědomováním, kterým si uvědomujeme vnější objekty a vnitřní pocity. Je svědkem, který sám není objektem myšlení.

Ánanda, Blaho, lze pochopit jediné zážitkem. Je zcela nezávislé. Není stavem myslí, ale stavem, který zůstává, když byly překonány všechny mentální jevy, včetně zkušenosti radosti. Tehdy nastává zažívání Blaha, které se neustále obnovuje. Blaho je neomezeně celistvé, úplné, nic mu neschází, proto po ničem netouží, takže blaženě spočívá samo v sobě.

Šankara svou jemnou logikou dokázal, že Bytí, Vědomí a Blaho nejsou vlastnostmi Boha, nýbrž jsou s Bohem totožné, jsou Jím. Bůh je Bytí samo o sobě. Co je Existencí je také Vědomím a je též Blahem.

Brahman, satčitánanda, které postrádá jakékoli vymezení ve tvaru, je tím, co existuje (existovalo) před projevením forem ve vesmíru. Jak uvádí Jóga Vasištha, na začátku se vynořilo dělení neděleného Bytí, neomezeného Vědomí a neomezené se stalo jak pozorujícím, tak pozorovaným. Tím vznikl pojem omezení a rozvinulo se nekonečné množství idejí a tvarů.

B) Íšvara a jeho májá.

*Pán přebývá v srdci všech bytostí, Ardžuno,
a způsobuje, že všechny bytosti jsou Jeho
sílou otáčeny, jakoby v soukolí zasazení.*

Bhagavadgíta XVIII, 61

Upanišady uvádějí brahman jako neproměnný, beztvarý podklad a zdroj všeho, přičemž se zdůrazňuje, že samo je vždy bez pohybu. Dále se uvádí, že je Pánem vesmíru a že je jeho působivou i hmotnou příčinou. Na věčné je možné pohlížet dvěma způsoby. Z pohledu statického je to svrchované Bytí, svrchovaná Bytost, absolutno v absolutní existenci. Z dynamického pohledu, brahman, které je všeobsažné, zároveň vládne všemu a je Pánem všeho. Transformace brahman ve vesmír se děje jeho zdánlivou modifikací, která se jeví jako síla a nazývá se májá, šakti nebo prakrti. Jedná se o dynamickou prvotní Přírodu, která umožňuje projevení forem. Védánta používá pojmenování šakti a májá, kdežto jóga a sánkhja ji nazývají prakrti; v samotném významu těchto tří jmen však není rozdíl a proto jsou používána rovnocenně.

Odrazem brahman v máji je Íšvara, svrchovaný Pán světů, brahman s přívlastky, saguna brahman. Je čirým Vědomím a přebývá ve vlastní nádhře. Je to brahman z pohledu tvoření. Je stvořitelem vesmíru. Je Pánem máji, není však májou ovlivňován. Je Pánem všech individuálních bytostí. Švétášvatarópanišad 4,10: „Věď, že prakrti je májá a velký Pán je vládcem máji“.

Íšvara vládne dvěma Přírodám. Jedna je nižší, skládá se z gun a je základem všeho formování jmen a tvarů a příčinou koloběhu smrti a zrození bytostí. Druhá, vyšší, formuje život bytostí sám o sobě. Íšvara jako nejvyšší Pán udržuje a rozpouští celý vesmír.

Tvoření forem, proces sebeodhalování se děje ze síly Vědomí.⁽²⁶⁾ Na tento proces vzniku vesmíru existují dva pohledy – jógy (i sánkhji) a védánty.

Poznámka:

V posledních desetiletích uvádí indická filozofická a jógová pojednání označení Self pro brahman-satčitánanda. Oba pojmy jsou významově totožné.

Jóga vysvětluje projevení světa vzájemným působením dvou věčných principů. První princip je Duch, kterého nazývá purušou a druhý princip je prakrti, prvotní Příroda. Předpokládá se, že každému jedinci předsedá jeden puruša, takže uznává mnohost purušů. Vzájemné působení těchto dvou principů duchovní kvality, která působí na kvalitu hmotnou, bude popsáno později.

Védánta představuje druhý pohled. Zásadně uznává jediný existující princip a tím je brahman, které je podkladem všech jevů tedy i prvotní Přírody. Zná však také „individualizované brahman“, které nazývá átman a který je s brahman totožný. Átman je kvalitativně srovnatelný s purušou, avšak védánta předpokládá pro celé lidstvo jediný átman.

Proč Íšvara, Bůh, stvořuje vesmír? Vždyť nemá žádné neuspokojené touhy, žádné sobecké zájmy, které by Mu sloužily za motivace k činu. Odpovědí je, že stvoření je Boží hrou (lílá). To znamená, že Bůh odpovídá karmanovým silám příslušným způsobem, bez jakéhokoli osobního zájmu.⁽²⁷⁾ Je vševědoucí a všemohoucí, protože je uvnitř světa jako jeho vnitřní vládce. Íšvara tvoří ze své plnosti a úplnosti, která přetéká v tvořící aktivitu.

Čit, Vědomí, je souznačné s Bytím jako takovým. Na Vědomí je nutno hledět jako na něco, co je prvotně dané a ne jako na něco, co podléhá pozdějšímu vývoji či je nějakým zvláštním projevem. Vědomí není funkcí nebo vlastností, která přistupuje k projevům, ale je to všudypřítomná plnost, která všechny projevy existence oživuje. Je samotným základem, na kterém spočívají všechny mnohostranné zkušenosti. Je jedinou neměnnou Skutečností, která je za všemi měnicími se formami, je podkladem mysli, ve které se projevuje a osvěcuje. Není to vědomí o něčem, ale zkušenost sama o sobě, která leží mimo oblast protikladů, pohybu a klidu.

Čiré Vědomí je nedělené a v uvědomování není rozdílu. Není měnlivé ani statické. Je Vědomím samo o sobě. Abychom ho mohli chápat a smysly vnímat, je třeba, aby svou nepochopitelnou a nevyjádřitelnou přirozenost omezilo a zabalilo do formy. To se děje působením prvotní Přírody, když se v ní odráží čiré Vědomí. Tehdy nastává tvoření.

Prakrti – prvotní Příroda – není hmotná ve vědeckém slova smyslu. Hmota je pouze jejím nejhrušším výtvorem. Hmota sama o sobě nemá trvalou existenci. Prakrti je nicméně materiální příčinou, pralátkou celého vesmíru. Je záhadnou dělohou, která vše zrozuje. Čím je sama o sobě se nedá vysvětlit. Poznáváme ji pouze z jejích účinků. Projevuje se v úloze síly stvoření.

Prakrti se skládá ze tří gun, složek Přírody, které se jmenují sattva, radžas a tamas, o kterých již bylo detailně pojednáno. Funkcí prakrti je zahalovat, vymezovat a svírat nekonečné beztvaré Vědomí tak, aby na sebe nabralo tvar. Bez takového vymezení nemůže žádný tvar vstoupit do projevu. Tamas zahaluje Vědomí nejintenzivněji, což je také jeho úlohou. Sattva naopak

umožňuje odhalování, zatímco aktivita radžasu se projevuje tím, že energeticky podporuje touhy tendencí a umožňuje tak získávat zkušenosti na poli života. Guny jsou ve všech formách bytí obsaženy a vstupují do nezměrného množství spojení, podobně jako je tomu v atomové struktuře. Taková spojení tvoří jednotlivé elementy (prostor, vzduch, oheň, voda a země), a z nich předměty a bytosti.

V kameni je Vědomí nejvíce zahaleno. Nerostný svět je více pod vládou tamasu, než všechno jiné. Vědomí je v něm tak zastřené a životní síla do té míry omezena, že vzniká dojem necitnosti, těžkopádnosti a čistě mechanické energie. Pocitová odpověď nerostné hmoty je v zárodečném stavu. V anorganické hmotě nicméně dle určitý prvek pociťování, Vědomí, s citlivostí na fyzikální a chemická dráždění jako je teplo, světlo, zvuk, magnetismus a působení chemikálií.

V rostlinném světě je již o něco více sattvy. Vědomí v rostlinách je však jakoby spavé. Některé aspekty vegetativního světa jsou z hlediska pociťování již pozoruhodné, například natáčení se ke slunci, otvírání a zavírání květů, citlivost na teplotu, reakce masožravých rostlin apod. Citlivé mikroorganismy, které žijí na rozhraní mezi rostlinnou a živočišnou říší, již bývají obdařeny schopností odpovídat na dotyky. Jsou plné života a pociťování, takže vnímají své okolí, útoky, požírají potravu, vyhýbají se pro ně nepříznivému prostředí a rozmnožují se dělením. Jejich pohyby jsou aktivní a nejsou to reflexy.

Duševní oblast nižších živočichů je ještě dějištěm mnoha protikladů, ale u vyšších živočichů se vyvíjí úsilí o centrování vědomí a zvířecí vědomí dospívá na svém stupni k samouvědomování. U zvířat a lidí se život rozšiřuje tím, jak Vědomí dostává možnost rozvíjení přibývajícím množstvím sattvy. Nástrojem projevu Vědomí jsou smysly, mysl a propracovaná organizace těla. Zesílením vlivu sattvy u člověka nastává možnost vystoupit až k čistému Vědomí a dosáhnout tak osvobození. Jinými slovy víc a více prosvěcuje, dosahuje vyšší vývojové formy, až nakonec dosáhne nejvyšší úrovně, lidské. Vědomí samo o sobě nepodstupuje žádnou změnu. Pouze se mění jeho myšlenkové a hrubohmotné obaly, které postupně poskytují Vědomí více volnosti a svobody k vyjádření.

Všude vládne stejná hmota a stejné Vědomí. Panuje jednota života a není žádná mrtvá hmota. Vědomí je v hmotě uvězněno, zahaleno. Vědomí je všude stejné, jen jeho obaly jsou různé. Jedná se o postupné, pokračující uvolňování či osvobozování Vědomí z hrubé hmoty přes rostliny a zvířata k člověku.

Je-li člověk naplněn sattvou, je duchovním člověkem. Cílem všech sádhán je vytvořit v něm více sattvy. Májá v hmotném světě používá tamasu k zavírání do hmotných forem, zatímco odhalování Vědomí se děje sattvou a aktivita, která vede z letargie tamasu a na všechno působí, je funkcí

radžas. Vzhůru směřující nebo také odhalující pohyb, který odstraňuje nadvládu tamasu a který vede k převaze sattvy a sattvické harmonizaci tendencí radžas, představuje duševní vývoj a pokrok vtělené bytosti.

Svět není částí nebo stupněm brahman, je jeho projevem. Možno říci, že svět je proměnou brahman skrze máju.

Chybou je činit nepřekročitelnou propast mezi Bohem a člověkem, brahman a světem. Tento omyl způsobuje faktické oddělení bytostí, Vědomí a síly. Brahman je ve všech věcech, všechny věci jsou brahman.

Neosobní a osobní Božství nejsou svévolné konstrukce mysli. Jsou to dva způsoby, jak se dívat na Věčné. Svrchované je absolutní sebeexistenci a jako Pán a Stvořitel vládnuocí všemu je Íšvarou, Bohem. Dalo by se říci, že spíše Íšvara je nejzazší příčinou vesmíru.

Bůh – osoba, však není vnitřní bytostí brahman. Osobní Bůh je z pohledu lidského rozumu neosobní Božství, které je převedeno na jiné jméno. Ovšem Íšvara, tkvící v samé podstatě vesmíru, není faktickou osobou. Je však obdařen lidskými atributy, láskou, laskavostí a soucitem. Nazývá se Duší Světa. Je mnoho forem osobního Boha, například Jehovah, Otec na nebesích, Ježíš Kristus, Allah, Šiva, Višnu, Káli apod. a všechny jsou stejně skutečné jako vesmír. Osobní Božství relativně náleží k nižší úrovni, avšak Ono samo na ni sestoupilo a zaujalo osobní formu kvůli sádhakovi. V závěru cesty se osobní Bůh noří a rozpouští se v transcendentní Skutečnosti.

Věnujme nyní svou pozornost májá-šakti. Výraz májá je příbuzný s pojmem „měření“. Vychází z kořene „ma“, s významem vyměřovat, vynášet, vyjevit, přivést na scénu apod. Májá představuje projevení forem, které jsme shora popisovali. Je i každou iluzí, trikem, uměleckým kouskem, podvodem, kejklřstvím. Je iluzorním jevem, preludem. Májá je každý diplomatický trik či nápad, politický um s úmyslem klamat.

Vesmírné soustavy, které se v prostoru a čase postupně projevují jsou projevy nevyčerpatelné prvotní studnice Bytí. Jejich projevení se děje hrou máji, která poslušná Íšvarovi je nejvyšší silou vytvářející a oživující jevy. Je dynamickým aspektem univerzální substance. V tomto spojení bývá nazývána šakti nebo prakrti šakti, čili kosmická energie. Podstatné jméno šakti pochází od kořene „šak“ ve významu „být schopný, být možný“. Šakti je moc, dovednost, schopnost, síla, energie, ale i moc královská. Šakti je též ženský pohlavní orgán. Mytologicky je vždy bohyní – královnou; je aktivní silou božské osoby.

Májá obsahuje kolektivní samskáry a vásany, mentální vjemy, nashromážděné v prožitých bžích života v minulosti. Májá se z nich fakticky skládá. Tyto složky určují míru potenciální nevědomosti, to jest sílu, která zahaluje Vědomí. Vyvstaly z touhy po světském požitku a samy způsobují tuto touhu. Světy existují proto, že chtěly existovat, kolektivní kosmickou vůlí k projevenému životu, k životu ve tvaru a radosti. Neustálá změna je

přirozeností máji. Sama o sobě nikdy neodpočívá a proto ve světě není nic stálé, trvalé, vše je podrobno zákonu změny. Je stále aktivní a sleduje jediný účel, přetvářet Skutečnost ve jména a tvary, a k tomu používá jak evoluční tak involuční prostředky.

Májá-šakti se přisuzuje mateřská, svět ochraňující stránka nejvyššího Božství. Představuje tak spontánní a milující přijetí reality života, radost ze života. Je krásou, kouzlem, sváděním a lákáním živého světa. Vzbuzuje v nás oddanost k věčně měnlivým jevům života a sama je touto oddaností. Májá-šakti je věčným ženstvím. Z hlediska mužského-duchovního principu, který hledá vždy absolutní, představuje šakti hádanku všech hádanek. Indické myšlení se vždy snažilo odhalit tajemství tohoto klamu a skrze ní dojít ke Skutečnosti, která je našemu bytí skryta.

Šakti má dva aspekty: vidjá šakti neboli čit-šakti a avidjá šakti neboli májá-šakti. Obě šakti jsou si sebe vědomy. Liší se tím, že čit šakti je osvěcujícím vědomím, které nás přivádí blíže k pravému Já a poznáním strhává závoj nevědění, kdežto májá šakti je vědomím, které se samo před sebou zahaluje. Májá šakti se svou podivuhodnou silou se projevuje jako nevědomá, odtlačuje nás od Skutečnosti, zahaluje a maří poznání svrchovaného Já a pravdy. Její nevědomost má dva projevy: Sílu zastírací (avara-na), která zahaluje pravé Bytí, čiré Vědomí a neomezené Blaho, a zakrývá naše svrchované Já, a sílu promítající, měnící (vikšepa), která předstírá hru, kterou pokládáme za skutečný jev, promítá jména a tvary, ideu světa.

Šankara považuje každou mnohost za klam. Je však velmi důležité správně pochopit smysl jeho vyjádření. Šankarova představa Skutečna (sat) je ve shodě s věčnou bytností, věčnou přirozeností, a brahman je jedinou kvalitou tohoto typu. Podobná je jeho představa neskutečna (asat), toho, co je absolutní nicotou. Světšovumnohostí nepatří k žádnému z těchto typů. Není skutečný, proto že není věčný. Není však neskutečný, protože se nám jasně projevuje, což ne-bytnost, nicota, nemůže. V textech pojednávajících o advaitě se prohlašuje, že nikdo nikdy neviděl a neuvidí rohatého zajíce nebo syna neplodné ženy. To je něco zcela neexistujícího, neskutečného. Avšak na rozdíl od neexistence, poskytuje svět praktickou výhodu, hodnotu, v prožitcích, které umožňuje. To je důvodem, proč se advaitě označuje svět za jiný než neskutečný, ale také jiný než skutečný. Had, který se jeví tam, kde je pouze stočené lano, není ani existující ani neexistující. Psychologicky je had přítomen, logicky je však nemožné jej dokázat. Toto chybné vnímání je způsobeno nevědomostí (avidjá), která je bez počátku. Je to ona nevědomost, která je příčinou dvojnosti. Pro tuto nevědomost se individuální bytost mylně ztotožňuje se svým vybavením – tělem, smysly apod., které jsou na ni jen navaleny, navrstveny a nemají na ni měnivý účinek, stejně jako lano není dotčeno hadem, o kterém se máza to, že je. Proto jediný způsob, jak se osvobodit od světské existence, je zbavit se této klamavé ideje skutečným poznáním brahman. Podobně je tomu v případě hada a lana, kdy jedině poznání, že se jedná

o lano, ukončuje klam o hadu a nic jiného. Stejně tak poznání brahman ukončuje tuto naši relativní existenci. Tehdy svět zmizí z vědomí jednoho člověka, pro ostatní však zůstává. Nerozlišující svrchované Vědomí je vznešené nejvyšší Blaho, je na protistraně měnlivých pocitů štěstí a bídy. Je to mír, který přesahuje všechno vyjádření.

Z důvodu působení máji máme pouze částečné, zmatené uvědomování, které zná jen svět jevů a ztratilo pohled na Skutečnost. Skutečná boží Bytost je zastřena hrou máji, gunami prakti. Projevením světa je brahman překryto. O světě se říká, že je klamavý proto, že se Bůh sám skrývá za vlastním stvořením. Svět není klamem, i když to je potenciálně možné. Musíme rozbít všechny formy, abychom se dostali za závoj a našli Skutečnost. Svět a v něm probíhající změny jsou tím, co tvoří sebezahalení Boha. Stvořitel je zahalen stvořením. Člověk má sklon se točit za objekty světa, místo aby svou mysl nasměroval ke Stvořiteli. Zdá se, že Bůh je velkým podvodníkem, když stvořil svět a předměty a stáčí naše smysly ven. Náchylnost k sebeoklamání spočívá v touze po objektech lahodících smyslům, a ty opravdu odvádějí od Boha. Okouzlení světem na nás vrhá obluzení a my se tak stáváme otroky jeho odměn. Májá je sebezjevováním a sebezpřetvořením brahman a zároveň jeho pestrobarevným závojem. Odtud pochází ona důstojnost všech pomíjivých věcí.

Vyvstává ještě otázka, jak se dostává Intelligence-Vědomí do neživé materie prakti. Odpověď se skrývá v atomu. Vivékánanda při přednášce prohlásil⁽²⁸⁾: „Bůh je skryt v atomu“. Nissargadatta Mahárádž říká, že mudrc má důvěrný vztah k atomu, neboť jako osvícený ví, že všechny atomové vazby jsou jedno s brahman. V atomu se spojuje bezpříčinné čiré Vědomí s materií, která je časoprostorová, čímž vzniká mnohost jevového světa z jediného principu.

Májá je mysteriem, které není uchopitelné a vysvětlitelné logickými pojmy. Je věčným klamem a je zřejmě spojená s jevem klamné skutečnosti, který pochází od brahman. Máju nemůžeme nazvat neskutečnou, jelikož je příčinou opravdových závažných zkušeností. Není skutečná (sat) ani neskutečná (asat), ani není z poloviny skutečná a z druhé ne. Není-li tedy skutečná, nemůže být ve vztahu ke Skutečnosti, brahman, jelikož žádný vztah mezi pravdou a klamem není možný. Vztah je pouze zdánlivý a proto brahman není nikterak dotýkáno klamem, který je na něj navalen. Z uvedených důvodů se prohlašuje, že je májá nevysvětlitelná.

Nicméně i když májá netvoří žádnou část brahman a není proto brahman, přece je – aniž by byla druhou skutečností – nerozlučně spojena s brahman v aspektu Íšvary. Tato svrchovaná Bytost, kosmická Intelligence, má svůj cíl a nespěchavý záměr.

Být ve vázanosti a područí máji zřejmě není stejné, jako být pod vedením Boha. Avšak je skutečně pravda, že svrchovaný cíl hry máji je

vést člověka k Božství – ke svrchované Skutečnosti. Vše má nakonec dosáhnout Boha.

V dokonalé rovnováze a odpoutanosti hraje pod vedením Íšvary májá svou dvojí hru. Na jedné straně ukolébává člověka do zapomenutí vlastní pravé přirozenosti, ale je to zase ona, která ho probouzí k uvědomování si Boha. Zatímco se zdá, že májá pouze váže, stejná vazba vede člověka k osvobození i když klikatou a bolestnou cestou. Teprve po nesčetných zrodech a utrpeních poznává nakonec nevyzpytatelnost hry máji a podrobí se jejímu osvobozujícímu vlivu, když nechá celé své oddané srdce naplnit Bohem.

C) Átman – puruša – svrchované Já – čisté Vědomí.

Věz, že átman je Pánem vozu a tělo je vozem. Věz, že intelekt je vozatajem a mysl je otěží. Koně vozu jsou smysly a jejich cesta vede k objektům smyslů.

Katha up. III,3,4.

Upanišady potvrzují skutečnost, že brahman, ono Jediné, je totožné se svrchovaným Já člověka, s átmanem. Na átman nutno hledět jako na spirituální slunce, které svítí ve středu celé bytosti.

Skutečnost je absolutní a neomezená. Dlí jako nejvnitřnější bytí, jádro člověka, jakožto čisté, vždy původní „Já vědomí“, jako čiré uvědomování „Já jsem“. Je principem v člověku a jeho skutečným základem. „Já jsem“ je nejvnitřnějším světlem, skrytým svědkem, který s námi vždy byl, kdykoli jsme byli zde na světě. Naprosto není dotýkáno smrtí a rozkladem. „Já jsem“ je samoexistující, věčnou, pravou bytostí jedince. Tato centrální bytost je neměnná v každém člověku. „Já jsem“ je jediným skutečným slovem člověka a je dechem jednoty celého lidstva. Je vysoce tajemné a mysteriozní a nemá jméno, tvar ani rod.

Problém je v tom, že jsme navrstvili na „Já Jsem“ nejružnější myšlenky, např. „jsem muž“, „jsem žena“, „jsem velký“, „jsem malá“. Odstraníme-li všechny tyto myšlenkové názory, pak zůstane jen čiré uvědomování „Já“, které je nejvyšší pravdou, základem bytí a života lidského jedince na zemi. Svrcované Já není ovšem nikdy předmětem normálního smyslového vnímání, neboť ve své nevědomosti překrýváme poznání pravého Já pojmem oddělené osobnosti, např. panem Novákem nebo paní Novotnou. Nejsme schopni pochopit, že naše bytí není naším soukromým vlastnictvím, ale že je všeobecné a absolutní. Naše pravé Já je v našem normálním vědomí přítomné ve formě „já myšlenky“.

Závěrem dejme slovo Brhadáranjakópanišad (1,4,10), která říká: Kdo se utíká k Božství jako k něčemu jinému a domnívá se, že On je jedno a já jsem jiný, ten nepoznal. Podobně prohlašuje Mistr Eckehart: Někteří jsou tak bláhoví, že si představují Boha jakoby byl „tam“, sebe sama však „zde“. Není tomu tak. Bůh a já tvoří jedno.

Jediným a pravým účelem lidského zrození a poslání člověka je nalézt a realizovat Božství v nás. Nešťastný je ten, kdo zapomene na tento cíl, když se ztratil v sítích titěrných přání a tužeb. Zapomínání přináší s sebou psychickou izolaci mysli člověka, odděluje ho od univerzálního života a je kořenem a příčinou základního osamocení v srdci člověka.

Cílem stvoření je vytvořit bytosti, které svobodně vykonávají boží vůli. Požaduje se na nás, abychom své tamasické zastření a radžasické tendence kontrolovali, setřásli ze sebe své slabosti a zmatky, pozvedli se nad běh nevědomé Přírody a seřídili své chování na základě rozlišování a poznání.

Pod povrchem života člověka, ega, které je podrobena zrození a smrti, je átman, věčné bytí. To je pravé Já člověka, které je nezrozeným a nesmrtelným Duchem. Kdo realizuje átman, dosahuje nesmrtelného života, čistého Vědomí. Kdo realizoval átman-brahman, realizoval jedinnost všeho bytí a tak naplnil smysl lidského zrození a není nic dalšího co by měl učinit. Žije v pocitu hlubokého míru, který přesahuje všechno vyličení a pochopení. Žije jako živoucí příklad a pomoc všem ostatním.

Kdo je vhodný pro sádhanu?

Všichni lidé s pocitem důstojnosti opovrhují svými omyly, všichni směřují vzhůru. Ač slabí jako rostliny v dolech, které nikdy neviděly slunce, přece o něm sní a dohadují se, kde by mohlo být, všemožně se snaží vyšplhat a dostat se k němu.

Browning

Ve své víře zůstávej silný a pevný, vystříhej se však pobožnástkářství a nesnášenlivosti.
Sayings of Sri Ramakrishna
verš 1039

Člověk má možnost stát se čímkoliv. Svým vlastním úsilím může svůj život velmi zlepšit či naprosto zkazit. Vlastními silami se může dostat do výšin nebo klesnout do bezedných hloubek. Lidská bytost se může uvědomělým úsilím přeměnit v Boha. Bůh leží skryt v Srdci každého člověka a každý má v sobě moc si to uvědomit a uskutečnit. Obraz Boha, který v nás působí, vytváří pocit naší nedostatečnosti. Co však člověk dělá? Místo aby poznal velkolepost v sobě samém, stráví svůj život tím, že jí a pije, bojuje s jinými, honí se za potěšením smyslů. Zplodí děti, stará se o rodinu a myslí si, že naplnil smysl života. Zvířata se však chovají podobně. Každá bytost na světě přijímá potravu a pije. Snad každá má určitý rodinný život. Každý savec opouští své doupě, odchází na lov a vrací se s úlovkem, aby se potěšil se svou družkou nebo druhem a s potomstvem. I člověk jde do světa, pracuje, snaží se ve svém zaměstnání a vrací se domů, aby si užil rodiny. Tak jako děti, roste i mnoho psů, opic, šelem a ptáků. Jeden světec prohlásil: „Když nedosáhneš svého svrchovaného Já a neprožiješ nejvyšší blaho, k čemu jsi tedy žil? Což prasata a psi také nežijí? A co stromy – také žijí, a všiml sis, že v našem světě existují i balvany!“

Dokud hledáte libosti a potěšení světa, nevědomky a z neznalosti zaséváte semeno bolesti a utrpení. Vzpomeňte na všechna potěšení, která vás v životě potkala. Jak často jste byli šťastní a na základě čeho? Jen díky potěšení, které jste od života obdrželi. Pro zrníčko potěšení, malé hořčičné semínko, snáší člověk horu bolestí. To je to, co nazýváme světem. Kdybychom však ono semínko ze světa vyjmuli, zhroutil by se. Proto ve védách se říká, že všechna zvířata a lidské bytosti prožívají částčku neomezeného Blaha, které je stejné jako brahman. Tato nepatrná částčka udržuje svět

v chodu, jinak by se nehýbal. Všechna potěšení a libosti, které k nám přicházejí a zase odcházejí, se mihnou jako ve filmu, mají svůj začátek a konec. Nemůžeme je podržet, ať se snažíme sebevíc.

Svámi Brahmánanda (duchovní syn Rámakršny) říkával svým žákům: „Všichni chcete být šťastní, to je vaše dědické právo. Proč však k tomu potřebujete náhražky v podobě předmětů, které vnímají smysly? Štěstí je ve vás, neboť jste božští. Žízeň ega po smyslovém potěšení je jen chybným výkladem po sjednocení se s átman-brahman, neboť jediné v něm je svoboda a blaho“.⁽²⁹⁾

Náš vztah k neomezené Existenci, která je světem a námi, je prvním významem, s kterým se máme vypořádat. Pro veškerenstvo jsme nesmírně důležití. My však jednáme tak, jakoby veškerenstvo bylo pro nás zanedbatelné. Sami sobě však přikládáme velkou důležitost. To je příznačné pro prvotní nevědomost, která je kořenem ega. Z této nevědomosti je ego schopno myslet a počínat si tak, jakoby bylo středem všeho.

Svůj osud, svou budoucnost, vytváříme vlastními myšlenkami a činy. Jestliže jsme nepřetvořili svůj charakter tak, aby odpovídal nejvyššímu ideálu, nejsme na tom dobře. Jelikož budoucnost je výsledkem naší současnosti, budeme muset znovu procházet všemi možnými potížemi a přicházet na svět znovu, dokud se naše touhy nenaplní a nepoznáme jejich omezenost. Touhami jsme svázáni a nevědomostí. Abychom své touhy naplnili a uspokojili – a bývá jich tolik, že je nelze za jeden život naplnit – jsme nuceni se rodit znovu a vracet se na tuto materiální pláň tak dlouho, dokud nepocítíme pomíjivost všeho a nasycenost vším.

Zpravidla je naše mysl zaměřena na smyslová potěšení a materiální objekty. Měli bychom ji odtáhnout od těchto předmětů a upevnit ji na to, co není pomíjivé. Zkoušíme-li to, začátky bývají velmi hořké. Pokud cítíme připoutanost k světským objektům, nejsme k tomu volní. Je to velmi obtížné. Ale svět nám svou nedokonalostí pomůže. Když jsme obdrželi dostatek kopanců a ran, pak jsme se poučili o tom, že tento svět, se všemi svými potěšeními sám o sobě nestojí za to. Teprve pak se mysl ochotněji odtáhne od objektů, protože její radžasické zaujetí zesláblo tím, že bylo harmonizováno působením sattvy. Budeme-li uskutečňovat sattvické ideje, narodíme se – pro sádhanu – ve vhodnějších podmínkách.

Je však zcela jedno, je-li člověk ateistou nebo věřícím, světským člověkem nebo se zřekl světa. Když člověka neuspokojuje způsob života, který vede a který kolem sebe vidí, a když nenachází kontakt, který by jej usměrnil v hledání, obvykle se obrací ke směrům, které se již po tisíciletí zabývají hledáním základu člověka. Každý totiž hledá nesmrtelný život, nekonečné poznání a věčnou lásku. Každý hledá Boha, ať tak či onak. Jaký je rozdíl mezi věřícím a nevěřícím? Pouze tento: V kom se rozvinulo rozlišování, ten si uvědomuje nesmyslnost hledání nekonečného v konečném a stáčí svůj

pohled k neomezenému v nás, ve kterém nachází postupně dokonalé uspokojení.

Jógy jasně a nezakrytě prohlašují, že jejich cílem je poznání svrchované Bytosti. Od pradávna mají na svém vývěsním štítě, že jim nejde o nic menšího než o poznání a dosažení Boha. Používají k tomu cestu činnosti, cestu ovládání mysli, cestu poznání a zkoumání, čili cesty, kterým vždy vévodí oddanost k svrchovanému Bohu.

Adhyátma sutras: „Žádné náboženství není vyšší nebo nižší. Co je však dobré pro jednoho, nemusí být dobré pro druhého“.

Šankara, jenž vládl tak ostrým, přitom však jemným intelektem, že dosáhl nejvyšší dokonalosti, oplýval zároveň srdcem, které přetévalo láskou, takže složil i velký počet zbožných hymnů. Ve svém díle Upadéśasáhasrí poskytuje pokyny, komu předávat učení:

„Jedině tomu, kdo má tichou povahu, kdo ovládá smysly, kdo je prost omylů, je poslušný, pln ctností, je pokorný a má žhavou touhu po osvobození“.

Proveďme k tomu rozbor.

a) Kdo má tichou povahu? Ten, kdo má introvertní sklon mysli. Příliš intenzivní zabývání se světem a stále zdůrazňování jeho hodnot vede k extrovertní mysli. Čím je mysl více orientovaná ven, tím větší je pocit ztotožnění se s tělem a tím víc člověk hledá a očekává štěstí zvenku a zapomíná na Božství v sobě. Obrácení se do vlastního nitra je klíčem, který otevírá cestu. Introvertní sklon mysli stahuje totiž samovolně pozornost aspiranta do nitra. Je třeba si ujasnit, že základ introvertního sklonu spočívá na pevném a hlubokém přesvědčení, že štěstí je nám vlastní a že je naší pravou přirozeností, kterou nutno nalézt uvnitř nás samých. Takové přesvědčení zeslabuje vnější zaměření mysli. Introvertní sklon je do značné míry závislý na odpoutanosti, na jeho nezaujatosti pro vnější objekty a hodnoty. Nutná míra sklonu mysli, její pozornosti, se během cesty hledání postupně zvyšuje. Dostatečně účinný sklon mysli je takový, který vede k samovolnému připomínání si Božství v nás.

Perské přísloví, připisované Ježíši, říká: „Svět je mostem, přejdi přes něj, ale nestav na něm příbytek“. Je třeba žít život ve světě nikoli jako konečný účel sám o sobě, ale jako prostředek, jak dosáhnout poznání Boha. Použijeme tělo a mysl jako prostředky k rozvinutí Božství v nás. To je zapření světskosti. Lidé obvykle pojmají sádhanu jako část svého života. Opravdový aspirant však bere svůj život jako sádhanu.

Jeden žák se zeptal Ramana Maháršiho: „V Písmu se praví, že átman se odhalí jen tomu, koho si zvolí. Jaký smysl má pak naše snažení?“ Ramana: „Svrchované Já přitáhne aspiranta pouze tehdy, bude-li introvertní. Dokud je extrovertní, realizace pravého Já není možná.“⁽³⁰⁾

Pokud tedy Šankara klade požadavek tiché povahy na první místo, nečiní tak náhodou. Mnoho vlastností si sádhak může postupně osvojit, ale zralost pro introverzi si musí přinést na cestu sebou. To je nezbytnou podmínkou!

b) Kdo ovládá své smysly? Nutno hned na začátku zdůraznit, že požadavku na zvládnuté smysly by se nemělo rozumět tak, že by smysly neměly vůbec předávat informace.

Smysly byly stvořeny k tomu, aby směřovaly ven, aby přinášely myslí zkušenosti. Měly to být sluhové pravé přirozenosti člověka. Namísto toho se však vrhly ven a staly se otroky přírody. Šankara má na mysli odpovědi na smyslové informace. Ty nemají být vzrušené, ale zvládnuté.

Je třeba mít na zřeteli, že čistota mysli (nepřítomnost syrových tendencí a tamasického vlivu) a sebekontrola jsou největšími poklady v životě. Dokud nemáte kontrolu nad smysly a není čistota mysli, dotud je pokrok na cestě nepatrný. Sebekontrola se dosahuje cvičením nepřipoutanosti. Připoutanost je návyk tendencí reagovat na situace, které přinášejí libost tak, aby se opakovaly. Připoutanost můžeme překonat opakovaně prováděným rozlišujícím uvažováním. Taková uvažování a sebekontrola vyžaduje trpělivost. Musíte bojovat vytrvale a bez ustání, a začít musíte právě tam, kde jste teď. I když stokrát selžete, přece musíte usilovat o překonání těch tendencí, které čerň hladinu vaší mysli a zabraňují, abyste spatřili svůj božský základ.

Kathópanišad (4,1) říká: „Svrchovaná Bytost učinila, aby smysly směřovaly ven. Člověk proto zaměřuje svou pozornost na to, co je vně a nevidí Bytost uvnitř. Vzácný je moudrý člověk, který touží po nesmrtelnosti. Ten uzavírá svůj zrak vnějším věcem a tak spatřuje ve svém nitru slávu átmanu“.

Požadavek Šankary na zvládnutí smyslů znamená, že odpověď na smyslové informace má být taková, aby nerušila rovinu pozornosti zaměřenou dovnitř.

c) Kdo je prost omylů? Omyl vzniká z nevědění, nepoznání, jak se obvykle charakterizuje nevědomost. Nevědění není jen pouhou nepřítomností poznání, ale je opravdu mylnou představou o skutečnosti, což zavádí, stejně jako odpůrce není chybějící přítel, ale je opravdový nepřítel. Zbavení se mylných předsudků se děje na základě rozlišování – vivéka. Rozlišování osvětluje rozdíly mezi skutečným a neskutečným, pravdou a fikcí. Musíme rozlišovat mezi jevem a Skutečností, mezi tím, co se stále mění a vymyká našemu úchopu, a tím, co je nepomíjivé a věčné. To platí obzvláště pro rozlišování mezi pravým Já, átmanem a zdáním, jaké představuje ego.

Nerozlišování je příčinou vázanosti mysli. Schopnost rozlišování je nepřitelem veškeré nevědomosti a její pomocí se můžeme vymanit z objetí nevědění, způsobeného zastřením tamasem. Rozlišování, vivéka, je ostrý nůž, pronikající a rozrážející temnotu a uvolňující cestu k poznání.

Prakticky je to schopnost poznávat znaky a projevy Božství a z poznání vyvodit správné hodnocení rozdílností. Pomocí takového rozlišování dosáhneme toho, že naše žádosti po smyslových objektech zeslábnou a ego přestává být v žádostech tak důrazné. Působením sattvy v intelektu si člověk

začíná více uvědomovat klamnou a nestálou povahu světa, což vede ke spatřování věcí tak, jak jsou. Tím se vylučují základní omyly, pokládající nečisté za čisté a nesvaté za svaté.

Rozvinuté rozlišování stojí na pevném základě a nepodléhá otřesům z pochyb a obav. Jeho kvalita je závislá na čistotě intelektu, na světle, kterým disponuje rozlišovací faktor buddhi. Očištěná buddhi, postupně zbavovaná vlivu radžasu a tamasu, spolehlivě rozlišuje zdání od pravdy. Nejenže vylučuje výskyty blokuujících omylů na cestě, ale bezpečně rozeznává i jemnost pravdy, která z cesty vyplývá.

d) Kdo je poslušný? Poslušný komu? Guruovi! Když Šankara požaduje poslušnost od žáka, vychází ze zřejmé zkušenosti, že svému žákovi marně opakoval co má dělat, žák ho neposlouchal, instrukce neplnil. Znovu a znovu přichází žák ke svému Guruovi se stejným problémem a dostává stejnou instrukci, kterou neplní vůbec nebo jen částečně. Takové počínání vede ovšem k časovým ztrátám.

Poslušnost v plnění instrukcí Gurua, neodmlouvání, je nutným předpokladem pro růst žáka. Podle indické tradice se zcela odmítá, aby žák jakkoli kritizoval svého Gurua a naopak se požaduje, aby vrostl do sebekázně. Instrukce má žák poslušně přijmout, i když jejich smyslu zcela nerozumí, a má se jimi řídit. Očistou jeho buddhi nastane během doby porozumění samo od sebe. Poslušnost a úcta se slovem ani příkazem nevyžadují ani nevymáhají. Záleží na sádhakovi, na jeho láskyplné povaze a ušlechtilosti jeho charakteru.

V indické tradici se vypravuje tato historka:

Sádhak po delším pobytu u svého Gurua realizoval svrchovanou Skutečnost a dosáhl nejvyššího poznání. Přes mohutnost tohoto naplnění, které jej činí po duchovní stránce rovného svému učiteli je jat hlubokou vděčností a úctou ke svému Guruovi za jeho lásku, nesmírnou trpělivost a neomezenou milost. Pokorně klečí před Mistrem s hlavou schýlenou se táže, zda existuje něco, čím by se mohl aspoň trochu odvděčit za Guruovu nesmírnou péči, kterou svému žákovi tak dlouho věnoval. Tehdy se Guru milostivě usmál a řekl, že největší radost mu může udělat tím, když se bude řídit jeho učením a bude neodchylně naplňovat jeho slova.

V této povídce je třešňou nad korálkem Šankarův požadavek poslušnosti.

e) Kdo je pln ctností? Abychom pochopili tuto otázku, řekněme si, co jsou nectnosti. Nectnosti vedou k takovému počínání, které je charakterizováno nedostatkem sattvy a při kterém dochází k potlačování či přímému porušování pocitu radosti jiných jedinců. Je to syrové, sobecké počínání, postrádající ohledy k druhým.

Ctnostné je takové počínání, které je harmonizované sattvou. Jeho aktivita nesměřuje sobecky proti zájmům jiných jedinců, nikomu neškodí, je uvolněná a povznášející. Příklady ctnostných vlastností a jejich aktivit

jsou uvedeny jednak v kapitole „Guny, složky Přírody“ této knihy, a jednak v Bhagavadgítě kapitolách XIII, 7–11, XIV a XVII.

f) Kdo je pokorný? Kdo je prost namyšlenosti a sebeoceňování a kdo nepociťuje nadřazenost vůči jiným. Toho však nelze snadno dosáhnout.

Čím více se člověk poznává, tím více v něm narůstá přesvědčení, že není schopen se sám ze sebe změnit, že nedokáže vykořenit pýchu, neboť zjišťuje, že v něm narůstá pýcha z pokory. Jak se zbavuje sobectví, zjišťuje, že tak činí ze sobeckých motivů, takže v zoufalství vykřikne: „Bože, vidíš mou neschopnost se změnit, slituj se nade mnou!“ Toto zvolání obsahuje důvěru v jedinou naději – v moc Pána.

Chcete-li dosáhnout pokory, pak je nejprve nutné mít v mysli mír, pocházející z nepřipoutanosti k světským záležitostem, a dále je třeba vyhladit veškerou domýšlivost, když poznání ji přemění v pokoru, která je začátkem moudrosti.

Velké vědění s sebou totiž přináší pokoru. Jak se naše poznání zvětšuje, více si uvědomujeme temnotu, která nás obklopuje. To, co známe, není prakticky nic ve srovnání s tím, co neznáme. Malé poznání vede k dogmatismu, poněkud větší ke zkoumání a ještě větší vede k modlitbě a pokora vzniká až z poznání, že jsme láskou Boží v existenci udržováni.

Největší myslitelé všech dob byli hluboce zbožní a pokorní. Annamalai Svámí, nedávno zemřelý žák Ramana Maháršiho, říkal⁽³¹⁾: „Žárli na toho, kdo je níže než ty. Musíš se stát velmi nepatrným. Opravdu, musíš se stát ničím. Kdo se naučil být podřízeným, stane se nadřazeným všem“.

g) Kdo má touhu po osvobození? Každý člověk touží po osvobození od útrap života a chce být volný od utrpení a bídy. Naše vize však nebývá vznešená a podobni živočichům, vidíme jen své bezprostřední potíže a bolesti a snažíme se osvobodit pouze ze stisku jejich moci. Náš pohled je tak omezený, že přehlízíme možnost dostat se až na kořen a zdroj našich potíží – k nevědomosti – a osvobodit se zcela od veškerého utrpení poznáním Skutečnosti.

Pouhá neklidná nespokojenost s běžným životem neznamená ještě připravenost pro sádhanu. Musí existovat silné vnitřní volání, silná vůle a vytrvalost. Když vychází touha z nitra, je logické, že její naplnění musí též probíhat uvnitř, v nitru. Naplnění velkých tužeb a problémů však nepřichází ze dne na den, někdy až za celý život.

Žhavá touha po osvobození je hnací silou aspiranta. Buddha ji nazval správnou touhou. Říká se, že lidské zrození je požehnáním proto, že právě tato probuzená touha po osvobození je projevem typicky lidským. Je to touha člověka překonat pocit sebeuvědomujícího, (ve smyslu ega), které je lidskou vlastností. Touha překročit ego – osobnost – je základním předpokladem pro duchovní růst. Není-li dostatečně silná, je osobní úsilí slabé a bez efektu. Dosáhnout neomezené vědomí předpokládá překonání

pocitu ega, malého já, které musíme ztratit, abychom dosáhli svrchované Já.

Pravým heslem duchovního života je zřeknutí se žízňě po životě a světě a naplnění takového hesla vyžaduje opravdovost. Mouni Sádhu to dobře charakterizuje,⁽³²⁾ když říká: „K cestě je třeba celý člověk, nikoli příležitostně zaměstnaný laik, který zpackává kde co, co je záležitostí nejvyššího řádu“.

Šankara říká, že touha po osvobození musí být žhavá. Védánta používá pro označení této touhy sanskrtský výraz mumukšutva.

Ovšem touha po osvobození musí být prostá všech neurotických příznaků. Nejde o touhu utéci sám před sebou či před světem. Člověk toužící po osvobození se nazývá mumukšu, na rozdíl od toho, kdo hledá potěšení, který se nazývá bubhukšu.

Opravdový mumukšu touží po osvobození, neboť cítí, že je světem nasycen. Nenachází v něm trvající, čistou radost. Ví, že radosti světa jsou doprovázeny bez výjimky časovým omezením a jsou dříve nebo později potřísněny utrpením, což je ve dvojnosti nevyhnutelné. Jeho touha osvobodit se od břemene světského života musí být žhavá. Opravdový mumukšu se podobá člověku, který nese na hlavě hořící polena, a tak pospíchá rychle k rybníku, aby v něm oheň uhasil.

Žízeň po osvobození se také označuje jako touha po osvobození se od našeho vlastního já, ega, a po životě ve službě Bohu, který se projevuje ve všech živých bytostech. Buddha ji definuje jako touhu žít v lásce se všemi bytostmi a Svámí Vivékánanda nám říká, že máme být bohy a jiným pomáhat, aby se bohy stali.

Toto bylyvlastnosti, které Šankara požaduje za potřebné pro pokročilého sádha, když mu má být předáno učení advaita védánty.

Pod pojmem pokročilý sádhak je třeba rozumět toho, v němž, po mnohaletých cvičeních a zkušenostech, vyrostla nesmírná touha po poznání Boha.

Uvedení tohoto výčtu však nemá za cíl, aby byl začínající aspirant odrazen od cesty, když tyto vlastnosti nemá a mohl by tedy prohlásit, že pro jógu není vhodný. Jen velmi málo aspirantů na začátku odpovídá těmto požadavkům. Proto se často stává, že aspirant po zjištění, co sádhana požaduje, zvolá: „Toho nemohu nikdy dosáhnout!“ A má pravdu! Nikdo nikdy sám ze svých sil nedosáhl v sádhaně naplnění nejvyššího cíle. Když bude aspirant odkázán zcela sám na sebe, nevydrží v zacílení, zbloudí z cesty a skončí zcela jinde. I kdybychom připustili nemožné, výsledkem by bylo jediné gigantické ego, a takový člověk by prohlašoval: „Stal jsem se dokonalým, realizoval jsem vlastním úsilím“. Taková bytost by určitě nebyla požehnáním pro svět. Bez působení božské milosti aspirant nikdy nemůže dosáhnout svrchovaného cíle sádhaný! Nikdo nemůže jít cestu sám, vždy je to Božství, které aspiranta podporuje, které mu dodává sílu a nakonec ho do Sebe vtáhne.

Stejně tak by však bylo velkým hříchem se domnívat, že jste slabí. Uvědomte si, že jste brahman. Nic nemá sílu, než to, čemu ji propůjčíme.

Jedna podmínka k nastoupení cesty je však zcela nezbytná – opravdovost! Většina lidí totiž vědomě či nevědomě hledá spasitele. Doufají, že ho najdou, budou-li navštěvovat guruy; a tak tito „hledající“ chodí od jednoho ke druhému. Doufají, že někdo jiný za ně udělá jejich práci, že je spasí a sejme z nich jejich provinění.

Opravdovost připravenosti je nezastupitelná. Tím se však nemyslí ani tak schopnosti, jako spíš ochota. Pokud má aspirant vůli čelit všem obtížím a podstupovat je bez ohledu na délku jejich trvání, pak je dobré začít s cestou.

Podobné, i když poněkud odlišné, požadavky na vlastnosti pokročilého sádhaka uvádí Bhagavadgíta XIII,7: „Pokora, skromnost, nenásilnost, trpělivost, upřímnost, služba učiteli, čistota těla a mysli, vytrvalost a sebekázeň“. – Tyto vlastnosti charakterizují pokročilého sádhaka na jeho cestě za vrcholným poznáním svrchovaného Já.

Co vlastně znamenají?

Pokora je nepřítomnost domýšlivosti (bylo již o ní pojednáno). Skromnost je nevynášení vlastních kvalit. Prakticky to znamená nedávat v sobě prostor tendenci touhy po uznání, která chce sklízet obdiv lidí. Nenásilí je neubližování jiným bytostem fyzicky, slovem či mentálně; o neubližování (ahimsá) je podrobně pojednáno v kapitole o rádžajóze. Trpělivý sádhak se nenechá odradit svými nezdary a nikdy nepodléhá malomyslnosti. Cesta na vrchol i nejvyšší hory začíná prvním krokem na jejím úpatí. Je však lemována množstvím překážek, jejichž odstraňování vyžaduje zpravidla mnoho trpělivosti. Netrpělivost je projev touhy po celkové libosti. Cesta k úspěchu je dlážděna nezdary a pády. Úspěch a pokrok se dostavují díky neutuchajícímu úsilí. Trpělivost znamená nebýt dotčen, dopouštějí-li se jiní na nás bezpráví. Trpělivost je odvaha, která nás přepraví na druhý, vzdálený břeh. Dává srdnatost, vymazává sklíčenost a překonává strach. Je-li sádhak opravdu trpělivý, pak snáší vyrovnaně rány osudu. Radosti i smutky pocházejí z minulého karmanu. Člověk musí sklidit to, co zasil. Z toho není úniku. Proto je třeba to přijmout trpělivě, s klidnou myslí.

Co znamená upřímnost? Chcete-li něco říct, pak to jednoduše řekněte, aniž by jste v sobě chovali jakoukoli pokřivenost.

Služba duchovnímu učiteli je v Indii velkou záležitostí, kterou vykonávají ti, kdo hledají poznání pravdy. Když naleznou dobrého duchovního učitele, který učí jak a čím dosáhnout osvobození, jak realizovat pravé Já, pak mu slouží. Čistota a síla učitele se během doby přenášejí na žáka, pokud mu slouží upřímně a oddaně. Pokud žák nemá k učiteli úctu a když ho stále kritizuje, pak rozhodně není ideálním žákem a nic se nenaučí. Toho je třeba se od začátku vystříhat.

Čistota těla a mysli znamená, že žák zachovává přísnou tělesnou čistotu a očisťuje se i od špíny sobeckých tendencí zaujímáním sattvických postojů.

Vytrvalost se tu chápe jako soustředění všech sil na sádhanu. Neúspěchy jsou nejčastěji zapříčiněny nedostatkem vytrvalosti, vlivem slabé vůle. Člověk nadšeně poznává prospěšnost cíle, kterého chce dosáhnout, ba chápe i dobrý vliv, který na něj bude plynout, bude-li si odpovídajícím způsobem počínat. Když však nastane čas, kdy by měl začít jednat podle svého přesvědčení, činy se nedostaví. Úsilí nutné k uskutečnění vysokých cílů se pro něj stane nezvládnutelným břemenem a pod jeho tíhou postupně na cíl zapomíná, nebo dokonce později takový cíl i zamítá. Na cestě nicméně existuje zákon, který dovoluje, aby se karman vybil svody a utrpením, úměrným naší síle a vytrvalosti. Nikdo neobdrží to, co by bylo nad jeho možnosti výdrže a odolnosti. Někteří lidé jsou tak vrtošiví, že se chápou toho a hned zase onoho. Nejsou vytrvalí. Ti se nikdy nic nenaučí a jsou jako bubliny, v životě nic neuskuteční. Výdrž v úchopu je velkou ctností, jak v praktickém životě, tak zvláště na cestě za hledáním poznání.

Se sebekázní souvisí velmi důležitá vlastnost. Je to odpoutanost, smyslová nepřívísllost – vairágja, která navazuje a je ve spojení s již dříve zmíněným rozlišováním, vivéka. Odpoutanost je stav, vznikající na základě překonání žádostí a vášní. Je to zvládnutý stav, který je oproštěn od žádostí, dychtění po věcech a stavech, které spatřujeme či se o nich dozvídáme. Toto se významně týká široké palety světských zájmů, oblasti radžas. Odpoutanost sama o sobě však není cílem, ale důležitým nápomocným vybavením, které zásadně ovlivňuje praxi nerušeného zacílení mysli např. při meditaci nebo jiných spirituálních technikách (o vajrágia je podrobně pojednáno v kapitole Džánájóga).

Nesměšujte však lhostejnost s nepřipoutaností, která je vlastností velkých bytostí. Žáci Ramana Maháršiho nikdy nespatriili stopu lhostejnosti na jeho vznešené tváři. Zářila z něho pouze svrchovaně jemná volnost plného dosažení, proniknutá božským soucitím, rozpouštějící tvrdé slupky lidí, kteří k němu přišli a byli v jeho přítomnosti.

Všechny ostatní vlastnosti, stojící v protikladu ke shora vyjmenovaným, se považují za překážející. Jsou to: pýcha, pokrytectví, krutost, netrpělivost, neupřímnost a podobně. Sádhak by měl stopy těchto vlastností v sobě nemilosrdně odkrývat a vyhýbat se jim jako jedu. Představují totiž aktivní překážku na cestě a vedou k světskosti.

K vhodnosti pro sádhanu zbývá uvést ještě jedno upozornění: Jádrem sádhan-yógy je její uskutečňování v praxi a jógin je především ten, kdo ji provádí. Jógin není filozofem, protože jóga není filozofií, není teologem, protože jóga není náboženstvím, ani není psychologem, protože není psychologií. Z každé z těchto nauk však jóga nesporně obsahuje některé prvky, zároveň však každý z těchto oborů něčím přesahuje.

Jógin se svým praktickým přístupem podobá spíše vědci, který většinu svého času stráví v laboratoři u svého stolu. Jógin není spokojen s teoretizováním, domněnkami nebo s fakty a zkušenostmi z druhé ruky. Největší hodnotu pro něj mají jeho vlastní zkušenosti. Takový postoj je nezbytný, neboť předmět jeho studií je nejen nesmírně jemný, ale je to také ten nejobtížnější, který si člověk může zvolit. Vše, co se na něm vlastně požaduje, je rozhodná, svědomitá a praktická aplikace jógy – a jóga míří především k úplné přeměně člověka. Vybaví ho postupně očištěnou myslí a ostrým intelektem a tak se stane tím, čím vždy byl, átmanem, svrchovaným Já.

Je nasnadě, že toto může podstoupit jen duševně zcela zdravý člověk. Jóga není disciplína, která by uzdravovala psychotiky. Jógové písmo vyhlašuje požadavek duševního zdraví jednoznačně v Mahábháratě (XII,308.12), kde říká: „... slib jógy může učinit pouze ten, kdo má zdravou mysl a nikdo jiný, to je zřejmé“.

Jóga nemůže být ani sanatoriem pro neurotiky apod. Je míněna jen pro psychicky zdravé a silné jedince, viz Mundakópanišad (III,2): „Átman není dosahován slabým“.

Jóga je pro inteligentní muže a ženy se zdravým rozumem. Zasvěceným jóginem se stane ten, kdo studuje a poznané v praxi uskutečňuje a prověřuje, na rozdíl od laika, který toho není schopen a jenom čte a mluví. Toto je rozdíl mezi těmito lidmi.

Závěrem dejme slovo velkému básníkovi, který výstižně prohlásil: „Každý světec má svou minulost a každý hříšník svou budoucnost“ (Oscar Wilde).

2. DÍL

PRAXE JÓGY

Obsah

2. díl Praxe jógy

Karmajóga	113
Rádžajóga	130
Bhaktijóga	164
Džňánajóga	195
Sebezkoumání	214
Doslov	236
Seznam cizích odborných výrazů	239
Bibliografie	247
Poznámky	251

Karmajóga

„Karmajóga je spojení s Bohem pomocí práce“.

Saying of Sri Ramakrishna verš 814

Karmajóga zdůrazňuje volní stránku povahy člověka, která se promítá jako vůle po životě, po činnosti. Činnost je skutečně prostým podkladem života. Nikdo nemůže zastavit činnost. Otázka jen zní, zda-li z hlediska jógy se člověk zabývá užitečnou, mysl očišťující a osvobozující činností, nebo takovou, která ještě více přikovává do světa nevědomosti.

Podle indické tradice je nevědomost příčinou všech zmatků a potíží ve světě, všech nesvárů a stálých bojů; u člověka se nejvýrazněji projevuje v charakterovém znaku sobectví.

Sobectví, čili vědomí sebe-jáství, ega, je ztotožňování se s fyzickým tělem, myslí, myšlenkami, city a pocity. Ego je iluzivním centrem osobnosti se zřetelnou touhou ukrojit pro sebe co největší kus libosti.

Uspokojování této touhy se však děje i na úkor pocitů libosti jiných lidí, a tak dochází k rozporům a utrpení, protože sobec má málo sociálního pochopení. Pouze kontrola a ovládnutí hrubších projevů sobectví umožňují společenské soužití lidí.

Od úsvitu lidstva se lidé snaží odstranit ze svého života utrpení. A jaký mají úspěch? Odpověď dostáváme na pokračování až po naše dny – vidíme jen násilí války a s nimi spojené krveprolití a utrpení. Naše tzv. civilizace a kultura jsou zřejmě jen slabým pozlátkem zakrývajícím divocha v nás zakořeněného. Navzdory, že se vychloubáme vymoženostmi na poli vědy a techniky je nejisté, zda je moderní člověk skutečně šťastnější než jeho předek, který žil před tisíci lety. To není přehnaný názor zrozený z pesimismu, ale přímý pohled na tvrdou skutečnost, kterou nemůžeme přehlížet, jakkoli se nám oškliví.

Důvodem, proč se nepodařilo a nedaří najít uspokojivý návod pro všeobecné štěstí, je okolnost, že se nikomu nepodařilo odstranit sobectví lidí.

Sobectví je nej přednější projev iluze oddělenosti. Porazit a zničit tohoto dávného arcinepřítele, tohoto zlého ducha, který podvádí lidstvo od nepaměti, je hlavním cílem každé duchovní aktivity. Toto prohlašují všichni duchovní velikáni, velcí světci, jóginí a mudrci.

Je to totiž dlouhodobá, složitá a doslova úskočná záležitost, která se daří jen jednotlivcům s opravdovým odhodláním dosáhnout poznání.

Co vlastně způsobuje sobectví, největší vazbu v člověku, která je spojena s nevědomostí? Na tuto otázku odpovídá indická filozofie tím, že poukazuje na existenci gun.

I když bylo o gunách již pojednáno v prvním díle této knihy, provedeme si krátkou rekapitulaci.

Guny rozeznáváme tři:

- sattvu, princip směřující vzhůru, jas, lehkost a harmonie
- radžas, princip směřující do šíře, aktivity, hybnosti, chtivosti
- tamas, princip tíže, zastření, netečnosti.

Jelikož jsou sattva a tamas v protikladu, ovlivnitelná neboli harmonizovatelná je pouze guna radžas. Sattva má na radžas zjemňující vliv. Tamas má na radžas zastírající vliv, jehož výsledkem je hrubost. Základně ovlivnitelná je tedy pouze guna radžas, která je zdrojem fyzické a duševní aktivity, je tím, co má nesmírnou mnohost (šíří) zájmů, a je proto zdrojem žádostí a vášní, je zdrojem přitažlivosti a odporu a touhou po libosti, spojenou se snahou po vyhnutí se nelibosti. Je také faktorem, který se chce mít „dobře“.

Aspirant se vědomě či nevědomě celý život potýká a zabývá s vlivy gun. Buď vystupuje tamas, pak musí překonávat obtíže vznikající z tuposti, nedbalosti a lenosti, nebo vystupuje radžas, která svou sugestivní a přesvědčivou hrou důležitosti extrovertních tužeb, přání a slibů štěstí, vždy znovu a znovu strhuje pozornost sádhaka a připoutává ji do světa mnohosti. Analýza gun jakožto motivačních faktorů člověka je pro sádhaka základně důležitá a jejich poznání je velkou pomocí na cestě každé jógy, poněvadž každá cesta se potýká s problémy radžasu či tamasu. Sobectví v člověku tedy vytváří guna radžas, neboť ona je zdrojem touhy ukrojit pro sebe největší kus libosti.

Pozadím sobectví jsou kleše, zdroje útrap, kterých je podle Pataňdzaliho pět.⁽¹⁾

1) avidjá – nevědomost, která je hlavní z nich, představuje též mylnou záměnu nevěčného za věčné, nečistého za čisté, ne-já za já apod.,

2) asmitá – jáství (ve smyslu jsoucnosti já), neboli mylné ztotožňování subjektu s nástroji těla a mysli

3) rága – chtíč, chtění, přilnutí k příjemným věcem

4) dveša – odpor k nepříjemným věcem

5) abhiniveša – instinktivní lnutí k životu a strach před smrtí.

Udává se, že těchto pět zdrojů je kořenem a podmínkou vtělení, s příslušnými radostmi a bolestmi, které pocházejí z minulých ctností i chyb či zásluh a provinění. Úhrnem jsou kléše bolestné, a proto také lidská zkušenost jako celek je bolestná. Pouze jógou je možno jejich působení zastavit a ukončit utrpení.

Jóga, která se speciálně zabývá těmito zdroji a je likviduje, je karmajóga.

Pojem karman značí čin, činnost nebo konání. Každá činnost je karmem, za předpokladu, že je iniciativní nebo sleduje nějaký účel. Když truhlář zhotovuje židli, nazýváme to jeho činností, ale vlaje-li prapor ve větru,

neříkáme, že koná činnost, nýbrž, že se pohybuje. Proto by bylo lepší vysvětlit pojem karman spíše jako cílevědomé „konání“ než jako „činnost“.

Karmanový zákon byl podrobně pojednán v prvním díle knihy, nicméně sluší se zde zdůraznit, že každá akce vytváří reakci, to znamená, že v lidském konání každý dobrý čin vytváří dobrou reakci ve formě příjemnosti a každý špatný čin reakci nepříjemnou – nelibost, utrpení. Vše je opláceno stejnou mincí, např. láska láskou, myšlení znalostí, pracovní činnost prostředky apod. Dále i všechno dávání a přijímání, všechna laskavost i nelaskavost, všechno dobré i špatné chování.

Cílem tohoto zákona je, aby člověk byl postupně poučen utrpením v jednotlivých vtěleních, zanechal špatné způsoby a nastoupil cestu dobra. Karmanový zákon není zařízením, které člověka trestá či odměňuje. Jeho skutečným záměrem je vychovávat člověka, probudit v něm touhu po správném počínání a vnuknout mu úsilí o výtečnost, jelikož mu to přinese všestranný užitek.

Lidově se rozlišuje trojí karman: bílý, černý a smíšený, čímž se míní karman příznivý, bolestný a smíšený. O bílém se říká, že bývá výsledkem inteligentního rozlišování, dobrého srdce a sebevlády. Jógínové mají jiné hledisko, podle něhož pohlíží na veškerý karman stejně, nerozlišeně, protože se v životě neřídí měřítkem libosti a bolesti. Spatřují v karmanu praktický prostředek k získání zkušeností, k dosažení vnitřní očisty a vývoje.

Podle tradice je nutno sklídit ovoce všech karmanů; charakter jedince a okolnosti jeho života jsou určovány předchozím karmanem. Prárabdha karman je nejpůsobivější ze všech, protože jeho důsledkům se nemůžeme žádným způsobem vyhnout. Sádhanou, cílevědomou praxí, zaměřenou na dovršení a rozluštění všech otázek života, je možné se vystříhat budoucího působení karmanu a vyhnout se důsledkům všech nahromaděných činností, které ještě nezačaly působit; ale prárabdha, který již počal uzrávat, musí být sklizen.

Tato nauka skrývá v sobě dvě dobré věci. Za prvé, když je člověk v ne-snázích a stíhá ho neštěstí, pak je mu zřejmé, že to zapříčinil sám svým dřívějším počínáním a nebude proto svalovat vinu na někoho nebo na něco jiného. Za druhé dodává odhodlání působit správnými činy, protože činí-li dobře, je to k jeho vlastnímu prospěchu.

Pro úplnost je třeba uvést, že ti, kdo pěstují karmajógu, přijímají za své hledisko Bhagavadgíty, kde je pojem karman užíván všeobecně v širokém smyslu; jsou jím míněny všechny činy, všechno, co je konáno tělem, smyslovými orgány, myslí a intelektem.

Po nezbytném vysvětlení pojmů, jejichž objasnění je do jisté míry předpokladem ke správnému pochopení dalšího textu, přikročíme k výkladu vlastní karmajógy.

Karmajóga objasňuje člověku, jak má pracovat, aby dosáhl nejlepších výsledků a přitom neupadal do zklamání a beznaděje a aby navíc splňoval duchovní smysl života. Jako cesta k dokonalosti činností je karmajóga vhodná pro ty, kteří jsou stále zaměstnáni, pro lidi, kteří jsou neustále činní a žijí v trvalých povinnostech. Je vhodná i pro člověka, který nemá „na nic čas“.

Čtenář si musí uvědomit, že každá nejógová, běžně prováděná činnost je charakterizovaná lačností po výsledcích, od kterých se očekává, že přinesou jedinci pocit libosti a uspokojení. Lidé pracují zpravidla pro smyslové a tělesné požitky, pro dosažení prosté tělesné síly a zdatnosti, nebo aby mohli projevovat své schopnosti. Mívají přitom úspěchy i neúspěchy, podle okolností a podle svých schopností, ale hlavně podle příznivého či nepříznivého vlivu karmanu.

Běžný život vždy pozůstává z práce pro osobní cíle a uspokojování tužeb, což se může dít i za určitého duševního a mravního dohledu či podle nějakého ideálu. Lidé jsou zcela zaměřeni na výsledek, ovoce činnosti, a na něm zcela závisí pocit libosti a uspokojení. Výsledkem takového pachtění je, že i když lidé právě uspokojili jednu touhu a žádost a těší se krátkou dobu z lopotně dosaženého plodu své práce, hlásí se již o slovo další a nová žádost, touha po nových plodech a výsledcích.

Radžasická pozornost věnovaná omezeným a nepatrným věcem a pocit připoutanosti k nim způsobují náklonnost ke všemu konečnému. Touha po příjemném a odpor k nepříjemnému vytvářejí stav napětí a ruší klid a harmonickou rovnováhu. Tato touha a odpor jsou odpovědné za přikrytí, zahalení čirého átmana temnou oponou. Žádosti jsou jako vlny, které bez přestání čeří povrch mysli a tak ruší její průhlednost. Jsou-li žádosti kontrolovány sattvou a činy konány nesobecky, pak nezanechávají stopy ve formě připoutanosti nebo čeření a tím se obnovuje přirozená rovnováha a průsvitnost. Činy konané bez jógy, činy nezakotvené v poslední příčině vědomí a konané pouze v poslušnosti okamžitých impulzů a tužeb, zavádějí člověka a odlišují ho od jeho základní podstaty. Avšak činy konané ve smyslu povinnosti, činy konané z hlediska bohoslužby nebo nemotivované z hlediska libosti a nelibosti, nevedou k další touze a k ulpívání na výsledcích, nevytvářejí připoutanost k plodům.

Ramana Mahárši v díle „Upadeša Sáram“ říká (ve verších 1 až 3) následující:

1) Karman (činnost) plodí ovoce; tak přikázal Stvořitel. Je karman Bohem? Není, je necitný.

2) Výsledky karmanu (činnosti) pominou, ale zanechají po sobě semena, která vrhají činitele zpět do moře karmanu. Karman neposkytuje osvobození.

3) Avšak činy vykonávané bez přivislosti a v duchu služby Bohu, očišťují mysl a ukazují cestu ke spáse.

Osvobození nemůžeme dosáhnout činností samou o sobě, protože činnost není v protikladu k vázanosti a k její příčině nevědomosti. Nemáme-li na mysli pouhý pohyb těla, ale pohyb ve smyslu aktivity, pak „já činím“ obsahuje v tomto smyslu ztotožnění dživátmana s ego-činitelem. Mylné ztotožnění a následná domyšlivost jsou zapříčiněny nevědomostí. Činnost proto nemůže zničit nevědomost.

Činy vykonané inteligentně se správným postojem, nejenže nevážou, ale neocenitelně pomáhají dosáhnout osvobození. Každá činnost, prováděná nesobecky a bez lpění na výsledcích, konajícího nepoutá, ale pomáhá mu dosáhnout dokonalosti. Činy konané s omezeným pohledem škodí nakonec i nejlepším zájmům konajícího a způsobují otroctví a bídu, ačkoli se zdá, že těmto zájmům slouží. Moudrost karmajógy spočívá v tom, že činy konané v duchu oběti slouží nakonec k přímému vykořeňování nedokonalostí, které existují ve formě sobeckých tužeb a ulpívání; karmajóga slouží tím, že přesunuje důraz z konečných výsledků na činnost samu a tak pomáhá osvobozovat z okovů bídy toho, kdo činy koná.

Rámakršna k tomu říká: „Všichni mají vykonávat práci. Je jen málo těch, kdo jsou schopni ji zamítnout. Čistou sattvu nalézáme jen u mála lidí. Vytrvá-li člověk ve vykonávání práce s oddaností a nepřipoutaností, pak se sattva očistí od jí doprovázející příměsi radžas. Dosažením čisté sattvy člověk realizuje Boha. Obyčejní lidé však čistému stavu sattvy nerozumí.“⁽²⁾

Základním názorem karmajógy tedy je, že nás činy nemusí poutat. Činy samy o sobě nesvazují člověka, příčinou vázanosti je připoutanost, která je původu radžas. Ovoce činů je užito podle motivů, které k činům podněcovaly. Motiv je tím co váže a je to motiv, který nás může i osvobodit.

Oběť tvoří duši jógy. Tento vesmír je podle Rgvédu výsledkem velké oběti svrchované Bytosti. Svět je podle toho „výronem, vymrščením ven“ a představuje oběť této svrchované Bytosti. Prvotním projevem kosmického Vědomí bylo vyjádření tvaru vesmíru.⁽³⁾ Podstatou prvotního činu byla tedy oběť sama, která tak vytvořila pravzor přirozenosti karmanu. Je to oběť, akt zřeknutí se, skrze který vesmír vzniká a má své bytí. Člověk žije v souladu s tímto činem, když sám koná čin, jímž popírá svou vlastní osobnost ve prospěch rozvinutí vyšších sil sebe sama.

Šankara v komentáři k Sanatsudžatíja říká: „Osvobození se dosahuje moudrostí, ale moudrost nevzejde bez čistoty srdce. Pro očistu srdce by člověk měl provádět všechny činnosti těla, mysli i řeči, které jsou předepisované písmem a věnovat je svrchovanému Pánu“. – Práce prováděná v takovém duchu, stává se obětí. Obětovat znamená přinášet oběti Bohu. Není ztrátou nebo sebepoškozováním, ale spontánním sebedáváním, podrobením se vyššímu Vědomí, kterého jsme jen malou omezeností. Takovým podrobením se je mysl očišťována od nečistot a podílí se na moci a poznání Božství. Činnost vykonávaná v duchu oběti, přestává být zdrojem vázanosti.

Jinými slovy „světské radovánky, které připoutávají k věcem“, představují aktivitu guny radžas s výsledným zaujetím pozornosti v mnohosti světa.⁽⁴⁾ Porušenou harmonii představuje nepřítomnost sattvy, od které se jaksi odvrátila pozornost aspiranta. Oběť, zřeknutí se, znamená oběť radžasického zaujetí a tedy nastolení sattvického postoje, který sám o sobě odpoutává, protože sattva nezná sobectví. Sobectví je doménou guny radžas a je příčinou připoutanosti. Podmínkou oběti je změna zaměření pozornosti. Tím je aspirantovo vzpomnutí si na cestu, na vyšší cíl, na pravou přirozenost, což v hypnotizujícím zajetí radžasu není snadné. Učitelé říkají, že velkým nepřítelem našeho úsilí je naše nevšímání si. Šankara říká, že nepozornost sama o sobě je smrtí, zapomínání je smrt. Smrtí je tu míněno nepokračování na cestě k osvobození a sádhak tím zůstává v koloběhu zrození a smrti.

Dokud zbývají v člověku přání, do té doby v něm existuje nedokonalost a k jejímu odstranění je třeba inteligentní činnosti. Činnost sama o sobě je zcela neutrální. Karman sice vzniká z touhy a je realizací touhy, ale na druhé straně také pomáhá vykořeňovat touhu, je-li patřičným způsobem vykonáván. Každý vykonaný čin působí ve vnějším světě a dostáváme za něj z pozice vykonavatele příslušnou odměnu. Čin však vytváří i určité vnitřní důsledky. Pěstujeme-li pozornost k vlastnímu nitru a nabýváme na uvědomování, pak naše vnímavost se zdokonaluje tím, co si vybírá (sattvu či radžas). Tak jak stoupáme na stupnici rozlišování a schopnosti zaostřovat pozornost, nastane její zjemňování a stáváme se vhodnějšími pro sestup milosti, božské síly, která jakoby čeká na prostor, aby do nás mohla vplynout. Zákon karmanu tedy není tupou mocí, která nás jen tiskne, ale je esencí, která vede k zjemnění a zdokonalení. Na vyšší úrovni nese utrpení povahu sladkosti (což je jinak protichůdné), ponížení přináší pokoru a přeštky či provinění soucit se všemi chybujícími. Když byla Ramanovi Maháršimu položena otázka, zda je možné, že vůbec kdy dojde osud (karman jednotlivce) konce, odpověděl: „Karmány nesou v sobě semena vlastního zničení“.⁽⁵⁾

Pochopíme-li toto, porozumíme, co znamená činnost ve formě „dobré práce pro práci samu“ a ctnost jako „činnost bez nároku na odměnu či beze strachu z trestu, bez touhy po nebi či beze strachu před peklem“.

Nutno si uvědomit, že přání plodí přání, a tak není konce činnosti vykonávané z přání; ale činnost bez přání vede k poznání (džňána) a konečnému zániku přání.

Činnost sama může naplnit přání a touhy a po jejich zažití a rozlišení vytváří podmínky pro sattvické uzrání mysli, což je nezbytné pro osvobození od radžasické vázanosti.

Nezúčastněná činnost slouží očistě mysli od prvků radžas a tak ji připravuje pro cestu poznání. Ačkoli poznání samo o sobě není činem, je to mysl,

kteřá ho má hledat a nalézt. Když je mysl nečistá, naplněná vášněmi a so-beckými touhami, není schopná se stočit k poznání vlastní duchovní totož-nosti. Pouze mysl, kde vášně již natolik polevily a sattva narostla, jediné taková bude nakloněna sledovat cestu poznání. Odstraňování žádostí se děje sebekázní, což vyžaduje od nás, abychom vykonávali své povinnosti, aniž bychom se starali o odměnu. Žízeň po smyslovém potěšení a dychtění po vlastnictví činí mysl neschopnou se soustavně sattvicky zaměřovat do nitra. Proto se musí mysl napřed zbavit nečistot, což se uskutečňuje činností, která je oproštěná od omezené motivace. Tím je dána účinnost a působnost karmajógy. Srovnej i Šrímadbhágavatam: „Znaky pokroku v sádhaně jsou odpoutanost od světských příjemností a objektů tlumočených smysly, mysl se stává nebojácnou a narůstá naléhání odevzdat se Bohu“.

Hinduističtí učitelé karmajógy uvádějí známé podobenství: Tak jak všechna semena v čerstvém stavu klíčí a přinášejí ovoce, tak i všechny činy přinášejí karmanové ovoce; tak jako smažená semena mají svou klíčící schopnost umrtvenu, tak také činnost prováděná z hlediska povinnosti, bez naděje na odměnu a bez obavy z trestu, nepřináší ovoce a neváže řetězem následků. Staroindický aforismus říká: „Vyhub touhu po ovoci své práce – ale pracuj tak, jako pracují ti, kteří se šířají touhou po ovoci; pracuj, jak nejlépe umíš – ale výsledky odevzdej Bohu, bez nějaké starosti z tvé strany“.

Podle indické filozofie má karman dva aspekty – subjektivní a objektivní. Subjektivně se má člověk snažit rozvinout a vyvinout v sobě duchovní uvě-domování a objektivně má pracovat tak, aby se mohla projevit jeho vnitřní dokonalost. Nezáleží na tom co děláte, zda-li jste hospodyní, řezníkem, bankéřem nebo ševcem, práci vždy musíte vykonávat tím nejlepším a nej-ušlechtilějším způsobem.

Při práci buďte v každém detailu přesní a precizní. Nezáleží na tom, co to je, snažte se do ní vložit opravdovost srdce. Odhodťte vaše očekávání pochvaly i vaši obavu před ostudou a pracujte s jedinou ideou, abyste vy-jádřili vlastnosti dokonalosti, která je ve vás. Odměna není tím, po čem se pachtíte, ale spočívá v rozvinutí vaší vlastní přirozenosti.

Předpokladem a základem úspěchu v karmajóze je celkové správné la-dění. Ten, kdo chce mít v karmajóze opravdu úspěch, musí se především vzdát lpění na plodech své práce a naučit se působit dílem, životním úkolem, životním postavením. Tím jsou např. otec a matka rodiny, právník, obchod-ník, ale i metař a ředitel. V mysli nutno přitom udržovat myšlenku, že všechny dluhy, jež máme vůči rodičům, společnosti, zemi a lidstvu, splácíme konáním vlastního díla. Rodiče např. by měli jako chůva vždy starostlivě pečovat o své děti, avšak mít na zřeteli, že jim děti nepatří, že jsou jim jen svěřeny k péči a výchově, aby získaly zkušenosti a rozvinuly vlastní síly a city. Neočekávejme však od svých dětí odměnu za to, co jsme jim dali. Naši povinností je pro ně pracovat – a tím je věc odbyta. A vůbec platí zásada,

že můžeme-li něco vykonat pro jiného člověka, tak to vykonejme, ale zaujmeme přitom totéž stanovisko, jako máme zaujmout vůči svým dětem, nic za to neočekávejme.

Obdobným příkladem správného stanoviska byl názor člověka, který byl sice velmi bohatý, ale jehož bohatství ho nepoutalo. Když byl na tuto okolnost dotazován, vysvětlil příčinu své odpoutanosti tím, že se nikdy nepovažoval za vlastníka svého bohatství, nýbrž že se vždy považoval za důvěrníka, jemuž byl majetek svěřen do správy.

Jedním z prvních konkrétních kroků, jak zmírnit přílišné lpění na výsledcích vlastní práce, je snížení „horkosti“ vlastní tužby. To znamená: pracujeme-li pro nějaký výsledek, pak je nutné umět již během práce oslabit intenzitu touhy po jejím plodu, netrvat bezvýhradně na jejím zdaru a připustit též možnost, že plody nebude možno sklídit. Kvalita provedené práce tím však nesmí být dotčena, pouze výsledky jsou jakoby nabídnuty budoucnosti. K tomu říká šrí Ramana Mahárši:⁽⁶⁾ „Domníváte se, že silná vůle je k tomu, aby zajišťovala úspěch, ale silnou vůli má být rozuměna síla myslí, která čelí úspěchu i neúspěchu rovnovážností. Silná vůle nemá být synonymem pro určitý úspěch. Proč se má naše snažení stále potkávat s úspěchem? Úspěch rozvíjí aroganci a tím je zadržován duchovní pokrok. Na druhé straně neúspěch přináší dobrodiní tím, že aspirantovi otvírá oči a nechá mu poznat vlastní omezenost a připravuje jej k podrobenosti. Proto by měl aspirant usilovat za všech okolností o vyrovnanou mysl. To je silná vůle. Úspěch a neúspěch jsou výsledkem prárabdha karmanu a síly vůle. Člověk může dělat např. jen dobro a přece být neúspěšným. Jiný si může počínat jinak a bude sklízet úspěch. To neznamená, že jeden má silnou vůli a druhý ne“.

Dále je nutné neztotožňovat své já se samotným prováděním práce; je nutné nechat svou mysl, svůj intelekt a smyslové orgány nepřetržitě pracovat, ale zaujmout přitom v hloubi duše postoj, že jsem pouze tichým svědkem vší duševní a tělesné činnosti. Toto stanovisko je nejvýš důležité a je prvořadým činitelem při odbourávání připoutanosti a sebeuplatňování.

Jestliže jsme zaujali správné stanovisko, zjistíme v postoji tichého svědka, že touhy a žádosti jsou cizorodými činiteli, kteří přistupují a zabarvují pole vědomí svědka, že jsou tedy ne-já. Tímto zjištěním je dán základní předpoklad, aby se člověk neztotožňoval se svými žádostmi a touhami a aby se jako tichý svědek oddělil od žádostivých tendencí.

Nutno se vystříhat toho, aby se konající ztratil v práci do té míry, že by nebyl schopen konat cokoli jiného. Je třeba zcela ovládnout činnost, která je vykonávána, a nebýt jí vstřebáván. Žádná činnost nesmí žáka odvést – žák si musí neustále udržovat postoj pozorovatele. Zpočátku to není lehké. Pro začátek dostačuje, zaujme-li člověk postoj pozorovatele okamžitě poté, co skončil práci. Po čase se to děje cvikem automaticky i při práci.

Kvalita správného postoje je dovršena tehdy, když přestaneme „cpát své já“ do činnosti, kterou konáme, a zaujmeme postoj, že nějaká práce „jest k vykonání“; v postoji svědka pak budeme práci přihlížet, lhotejno zda je příjemná nebo nepříjemná, ať to vyžaduje trpělivost či sílu.

Odpoutanost svědka znamená dívat se na vnitřní výkyvy či vlnění, jako na něco co patří k vybavení přírody a není kvality ducha. Vyžaduje praxi v odtotožňování se s myslí, tělem a jeho pocity. Právě ztotožňování se s osobností, s jejími motivačními činiteli, způsobuje překážky. Rozvinout zvyk sebepozorování, pozici svědka, představuje dobrý způsob, jak kontrolovat a zjemnit nežádoucí emoce.

Současně jak vzrůstá v žáku klid, rozvíjí se v něm dvojí zaměření pozornosti, dvojí vědomí, „vnější“ a „vnitřní“. Jedno zaměstnané prací a druhé „vnitřní“, tiché, pozorující a obrácené k čistému Vědomí.

Při provádění této praxe musí sádhak nejprve vyvinout úsilí, aby se pevně usadil a zakotvil ve svém místě pozorování, nejčastěji a nejlépe uprostřed prsou. O toto místo nutno vytrvale bojovat, neboť se musí stát trvalým místem pozorovatele. Sádhak se musí naučit, že musí stále věnovat určitou pozornost (např. 20 %) svému nitru, zatímco druhá část jeho pozornosti (80 %) je zaměstnána venku činnostmi. Tyto poměry pozornosti se zpravidla mění jen v okamžicích nějaké větší vnitřní reakce.

Při samotném „svědčení“ nesmí aspirant hledět na příčinu. Je třeba zapomenout na to, že nás někdo urazil, či schválně přehlížel. Při pozorování se aspirant soustřeďuje na reakci, která vyvstává při situacích. Jistěže on nebo ona způsobila „naše“ rozzlobení, ale to „naše“ je ego. Pozorovatel musí zůstat neutrální a bez soudu, jinak není pozorovatelem. Uskutečnění pevně zakotveného pozorovatele, který je nezabarvený reakcemi ega, vyžaduje svízelné a dlouhodobé úsilí. Úspěch ve formě vytvoření pevného návyku závisí nejen na trpělivosti, ale i na sklonu mysli dovnitř. Extrovertní mysl úspěch nemívá. Karmajógin se tímto způsobem osvobozuje od karmanového zákona a vzdaluje se od všech následků práce, které běžného konatele váží. Nepočítá ve svém každodenním životě ani s úspěchem ani s nezdarem. Koná ze všech sil své nejlepší, a tím i svou povinnost v nejširším slova smyslu. Dostaví-li se úspěch, je vítán, je-li však výsledkem nezdar, pak to nemá vadit. Nermoutí se při prohře, ale říká si, že udělal za daných okolností, co bylo v jeho silách. Tím nasazuje uzdu sobeckosti a uskutečňuje odpoutanost.

Málokdo si asi uvědomuje, že ten, kdo pracuje s celým srdcem, ale v duchu odpoutanosti, splňuje úkol daleko účinněji než ten, kdo neustále myslí na zdar své práce. Pracuje-li někdo výhradně pro úspěch, strach z možného nezdaru jej tak sužuje, že nemůže úkolu věnovat veškeré své síly. Ten, kdo dovede být nestranný k úspěchu i k nezdaru, je zpravidla klidný a tichý a obvykle pracuje lépe – obzvláště ve ztížených podmínkách – než ten, kdo se stále trápí horečnými obavami o výsledek.

Praxe této jógy vyžaduje stálé uvědomování si osvobozujícího poznání a jeho neustálé promítání do činnosti: „Ve všem je jediné Self, Božství ve všech. Všichni jsou v Božství a vše je v Božství a ve vesmíru není nic jiného“. Tato myšlenka či víra by měla vyplňovat myšlenkové pozadí sádhaka a postupně se stát substancí jeho vědomí.

„Člověk může pracovat a zůstat přitom klidný,“ praví Aurobindo.⁽⁷⁾ „Klid neznamena, že má prázdnou mysl, nebo že by nic nemohl konat. Klidné myslí je zapotřebí, aby mohla být poznána svrchovaná vůle. V klidné myslí, obrácené směrem k čistému Vědomí, objevuje se intuice svrchované vůle a správný způsob, jak ji vykonat.“

Nejdůležitější není charakter práce (tzn. zda jde o činnost lidumilnou, sociální, neutrální apod.), ale záleží na vnitřním ladění, s jakým je konána. Je-li ladění smyslové neboli odstředivé, nikoli niterné, pak se jedinec v práci vytrácí a vnitřní kontakt je ztracen. Je-li ladění oduševnělé, niterné, dostředivé, pak je vnitřní kontakt zachován a kvalita jógy se dále rozvíjí. Člověk musí být schopen konat stále stejnou práci s radostí a přitom být hotov konat cokoli jiného tak, jak život vyžaduje.

„Pracujte, abyste pracovali, a pro nic jiného“, říká svámí Vivékánanda v „Karmajóze“.⁽⁸⁾ „Je málo těch, kteří jsou tzv. solí země a pracují, aby pracovali, kteří se neptají po jméně a slávě. Pracují jen proto, aby činili dobro. Jiní prokazují dobro potřebným a pomáhají lidstvu z pohnutek ještě vyšších – proto, že to je dobré a protože dobro milují“.

Karmajógin zapomíná na sebe, na své bolesti a na svou bídu a touze po širším vědomí; pociťuje vyšší sílu působící ve světě a dává se k dispozici jako nástroj k práci, která má být vykonána, jakkoli nepatrná by se zdála. Ať je cesta jakákoli, nutno ji přijmout cele a vložit se do ní celou svou vytříbenou vůlí. S rozdělenou a rozkolísanou vůlí nemůže nikdo doufat v úspěch v čemkoli, jak v běžném životě, tak v józe.

Bezpečným kritériem, kterým je možno posoudit hloubku vnitřního života, je nesobeckost. Čím hlouběji vnitřní život narůstá, tím více přibývá nesobeckosti. Zvíře je zpravidla činné jen pro vlastní potravu a pohodlí, ale člověk přemýšlí o své rodině, sousedech, zemi. Dokonalý karmajógin se dívá na všechny lidské bytosti stejně, bez rozdílů národnostních a třídních a bez rozdílů víry. Celý svět je mu stejně drahý, je mu projevem svrchovaného Vědomí.

Je možné vůbec pracovat pro práci samotnou? Všichni, kdo se snaží dosáhnout svých individuálních cílů – peněz, slávy, uznání, řeknou, že je to nemožné. V každé zemi se však najde několik lidí, kteří pracují bez osobního motivu, bez touhy po odměně. Tací jsou solí země. Pracují jakoby spláceli dluh, který mají vůči společnosti, rodičům, lidstvu. Dokážeme-li pracovat s touto myšlenkou, že totiž vše, co konáme, je jen proto, abychom vyrovnali dluh vůči vesmíru, pak pracujeme pro práci samotnou. Splácíme-li

dluh, myslíme na to, že za to něco dostaneme? Nikoli. Vykonáme práci, splatíme tím svůj dluh a více na to nemyslíme. Každý jedinec už tím, že se narodil, dluží něco své zemi a státu, rodině, svému okolí, svým duchovním učitelům, svému skutečnému Já. Pokud žije ve společnosti, má povinnosti i dluh vůči společnosti, která ho chrání a střeží sociální podmínky. Dluh splácí tím, že je dobrým členem společnosti a dělá co může, aby pomáhal ostatním a nešetřil žádnou námahu, aby splnil svou povinnost vůči společnosti. Musíme respektovat práva našich bližních a nečinit nic, co by jejich práva omezovalo. Neubližujeme jim, protože nechceme, aby oni ubližovali nám. Přitom však si musíme být vědomi, že motivem našeho působení je splácení dluhu, který máme vůči světu. Jsme-li dobrými členy rodiny a dobře vychováváme své děti, splácíme svůj dluh rodičům a předkům. Studujeme-li díla velkých bytostí a učíme se moudrosti, kterou shromáždili, splácíme svůj dluh vůči nim. Svůj dluh vůči duchovním učitelům splácíme tím, že následujeme jejich příkladu a příkazů a pomáháme lidem, kteří jsou na cestě duchovního rozvoje. Dluh, který máme vůči pravému Já splácíme tím, usilujeme-li o poznání naší vlastní skutečné povahy, abychom poznali, kdo a co ve skutečnosti jsme a dosáhli osvobození od připoutanosti k přírodě. Každá práce vykonávaná v tomto duchu očišťuje od sobectví.

Sobectví nám zastírá Pravdu a dělí jednoho člověka od druhého. Karmajógín, který se snaží být každým dnem více a více nesobeckým, ocitá se, aniž si to třeba uvědomuje, na cestě k uskutečnění nejvyšší filozofie. Řčení, že ten, kdo má otevřené oči a pracuje pro svět, je více duchovní než ten, kdo má oči zavřené a modlí se růženec ve své cele, může být v určitých případech perfektní pravdou. Je možné, že tomu, který je ve své cele – není-li dostatečně bdělý – se více a více stává jeho vlastní osobnost středem myšlení a jednání, zatímco ten, který je hotov v každém okamžiku vše obětovat pro blaho druhých, rychle pokračuje ve vnitřním růstu. Když se karmajógín ke konci své cesty stane zcela nesobeckým, je na něho vylita Pravda a je jedno, zda ji vědomě hledal či nehledal.

Učitelé říkají: „I když Bůh použije naší mysl, řeč i tělo za nástroje, skrze které nastane dobro, neměli bychom pociťovat, že je na nás závislý ve vykonání dobra, nebo že nás dokonce potřebuje! Ježto je Bůh všemocný, může vykonat dobro způsobem, jakým se mu zachce a není nikdy na nikom závislý. Opačný názor pramení z domýšlivé nevědomosti“. Učitelé radí následující postoj: „Bude-li to jeho vůle, ať mne použije jako nástroj k vykonání toho, co si přeje, ale ať netoužím, aby mne použil jako svůj nástroj“.

Madhusúdana prohlašoval: „Konáš-li to, co máš konat v duchu oddanosti, pak je to bohoslužba. Nic dalšího se nemusí činit“.⁽⁹⁾

Dobré činy jsou ty, při kterých zapomínáte na sebe. Když někomu něco dáváte, nemyslete na to, že něco dáváte, ale myslíte si, že mu to náleží.

Děláte-li někomu dobře, nemyslete, že mu poskytujete dobro, ale myslíte si, že děláte tuto práci jako nástroj v rukách Božích. Dokud hledáte výsledky svých činů, myslíte na sebe. Nekonaáte-li však činy pro blaho z výsledků, stáváte se nesobeckými a nesobecké činy vám pomohou se osvobodit od vázanosti, nevědomosti.

Dovedeme-li se vždycky vžít do úlohy dávajícího, takže vše, co dáváme, je dobrovolnou nabídkou světu, a dovedeme-li to bez jediné myšlenky na odměnu, pak je to působení, které není spojeno s připoutaností. Připoutanost přichází jen tehdy, když něco očekáváme.

Radhakrišnan:⁽¹⁰⁾ „Bude-li jedinec dělat to, co je mu přiměřené, bude-li sledovat zákon vlastní bytosti, pak ve svobodné vůli lidské bytosti se bude vyjadřovat sám Bůh. Vše co je pro svět podstatné bude bez konfliktu vykonáno. Lidé však málokdy dělají to, co by měli dělat. Když se pokoušejí určovat události ve víře, že znají celý plán, způsobují zdroj nepříjemností na zemi. Dokud vykonáváme svou práci v souhlase se svou přirozeností, jsme spravedliví, a když ji věnujeme Bohu, stává se naše práce prostředkem duchovního zdokonalení“.

Chce-li sádhak věnovat své činnosti Bohu, pak stačí, když řekne na konci činnosti: Pane, odevzdávám Ti plody této činnosti, nebo prostě řekne „brahmáparam“, což znamená vykonáno a věnováno pravému Já, Self.

Šankara v komentáři k Bhagavadgítě (III, 30) radí sádhakovi, aby v mysli pronášel toto věnování:

Vasudevovi, Božské Bytosti, svrchovanému vševědoucímu Pánu, který je „Já Jsem“ všeho, odevzdávám všechny činnosti s moudrou myšlenkou – „Já, konající, činím toto pro blaho Íšvary, jako Jeho poddaný“.

Požaduje se tedy láska ke všem a služba všem s laděním, že sloužíte. Přestaňte však zkoumat možné ovoce a zamítněte pocit „já Mu sloužím“. Mějte ladění „jsem pouze nástrojem v Jeho rukách a mou odměnou je pouhá skutečnost, že jsem Jím používán v Jeho hře“. Také ti druzí, kterým je služba poskytována jsou také Jeho chrámy, takže cokoli konáte, je službou věnovanou Pánu.

Šrí Ramana Mahárši často říkal⁽¹¹⁾, že zdar světa není záležitostí, která by nám měla dělat starosti, protože o svět je dobře pečováno svrchovanou Mocí, která ho stvořila. Bůh dobře ví, jak se o něj starat, a proto můžeme s důvěrou Jemu přenechat břímě. Chceme-li opravdu světu prospět, pak bychom napřed měli vědět, čím svět skutečně je a ne co si představujeme, že je. Z toho důvodu říkal, že dosažení Seberealizace je nejlepší pomocí, kterou můžeme ostatním poskytnout.

Zbývá vysvětlit ještě pojem niškámakarma, to jest provádění činností tak, aby nezanechaly žádné karmické výsledky a nevázaly k iluzi omezenosti. Káma znamená touhu, která může být naplněna pouze radžasickým způsobem a niškámakarma je činnost, která není spojená s touhami. Vykonáme-li

určitý čin, který vycházel z určité radžasické motivace, tak to, co je špatné na této činnosti, bývá zpravidla právě motiv. Motiv je tím, co vytváří důsledek, který váže. Špatné je, že motiv vytváří karman, který se může vyčerpat zase jen ve sféře radžas a to je příčinou vazbového důsledku. Vytvářet činnost bez jakéhokoli motivu obvykle není možné. Je však možné nahradit radžasický motiv sattvickým, který nevytváří nežádoucí účinky. To je právě předmětem techniky niškámakarma. Niškámakarma není tedy činností bez motivů ani činností bez touhy, ale je to činnost bez radžasických prvků. V pozadí každé činnosti musí existovat motiv a ten je u niškámakarma čistě sattvický.

Rámakršna k tomu poznamenává:⁽¹²⁾ „Čistou kvalitu sattvy může sádhak rozvinout, provádí-li nesobeckou práci v duchu odevzdanosti a zbožnosti k Bohu. Je-li v sádhakovi vedle sattvy i příměs radžasu, pak se jeho mysl rozptyluje do různých směrů, což sebou přináší egoistický pocit – musím vykonávat dobrodiní ve světě. Snažit se pomáhat světu je pro obyčejného člověka velmi riskantní. Je však dobré, pracuje-li člověk pro dobro jiných bez motivu, v tom není žádné nebezpečí. Tento druh práce se nazývá niškámakarma. Je opravdu dobré vykonávat takovou práci. Všichni však toho nejsou schopni! Je to velmi obtížné!”

Svámi Pavitránanda ve svém díle „Zdravý rozum o józe“ uvádí, že mezi různými druhy jógy nejsou neprodyšné zdi. Během vývoje vystupuje karma, bhakti, džňána a rádža různě do popředí a jen zřídka kdy pracuje jedinec pouze v jedné józe. Je to temperament žáka, jenž určuje, který směr má převahu. A tak karmajógin uctívacího typu, který bývá mezi stoupenci více rozšířen, se snaží vidět tvář dokonalosti v každém, koho v životě potká. Jestliže pracují pro své děti a rodinu, tak si představují, že slouží dokonalosti projevené v těchto formách; když ošetřují nemocné a pomáhají potřebným, cítí, že konají bohoslužbu a že slouží svrchovanému Pánu v těchto tvarech. Žák karmajógy tohoto typu si svou vlastní práci sice vybírá, ale nabízí ji nejvyššímu Pánu – pamětliv jsa Jeho ve všech svých činnostech, od nejnepatrnější k největší. Koná činnost s klidnou myslí a bez prosazování ega, bez ulpívání a nabízí ji Jemu za oběť.

Když byl Ramana Mahárši dotázán, jak se pozná, zda činnost karmicky váže či nikoli, odpověděl: „Každý karman užívá své plody. Dokud jste konající, dotud jste užívající. Jakmile zjistíte, že nejste konající, stáváte se volný“.⁽¹³⁾

Těm, kdo jsou filozoficky založeni, radí Bhagavadgíta, že si mají vzpomínout, čím jsou sami o sobě. Jsou to smysly, které pracují, poháněny minulými tendencemi a touhami, zatímco átman, který je jejich vnitřní bytostí, je volný od jakéhokoli pozemského dotyku a převyšuje cokoli hmotného. Důsledek této vznešené ideje je zprvu zachycen pouze představivostí, ale stále prodlévání u této myšlenky během práce má za následek, že

představitelství jógina nakonec ustupuje zkušenosti a realizuje svrchovanou Pravdu.

Tento pohled na karmajógu učí žáka, že ve skutečnosti to není on, kdo koná, ale moc, která skrze něho prochází. Ramana Mahárši k tomu poznamenává: „Člověk je hýbán jinou silou, ale domnívá se, že se sám pohybuje“. Zda-li bude pracovat, či nikoli, není ponecháno na vůli jedince, ale závisí na vyšší síle.⁽¹⁴⁾ Ramana Mahárši dále vysvětloval, že mysl může být zaměřena na vnější činnost a současně na skutečné Já a prohlašoval: „Ať tělo dovrší práci, pro kterou přišlo. Práce, která je jemu určená, bude z něho získána. Každý musí vzít na sebe jemu určený díl a hrát svou roli ve světovém dramatu“. Takto pojata je karmajóga tichým, odtazeným stavem, kde skutečné Já je pozorovatelem činností pseudosubjektu, ega, které je zdánlivým činitelem. Je-li karmajógin ve správném pohledu plně a bezpečně upevněn, pak je osvobozen.

Rámakršna se k tomuto vyjádřil obdobně: „Nemůžete odstoupit od práce, protože Příroda vás k ní vede. Jelikož tomu tak je, nechť je práce udělána náležitě jak má být. Vykonává-li se práce bez připoutanosti, vede k Bohu. Pracovat bez přivislosti, znamená pracovat bez očekávání odměny a bez obavy z trestu na tomto či příštím světě. Takto vykonávaná práce je prostředkem jak dojít konce, kterým je Bůh“.⁽¹⁵⁾

Stále pamatujte, že svět nepatří vám, ani jiným. Patří Stvořiteli. Žijte ve světě s postojem, že všichni, které nazýváte svými vlastními, manželku, manžela, děti, přátelé, příbuzní – všichni náleží Bohu. Nejsou vaši. Když jim sloužíte, představujte si, že sloužíte Bohu v tolika různých formách. Přisvojíte-li si tento postoj, postupně se vám rozváže veškerá připoutanost ke světu. Provádějte při tom i spirituální rozlišování, neboť tím se dostaví i oproštění od vášní.

Významné a výrazně důležité je prohlášení Bhagavadgíty (III, 27), které bývá nejen nedocenené ale i přehlížené:

„Činnosti jsou vykonávány gunami prakrti. Ten, jehož mysl je oklamána jástvím, si myslí – já jsem konající“. – Zde je jasně řečeno, kdo je konající. Činné jsou guny a ztotožnění mysli s gunami dává vzniknout pocitu konajícího. Kdo pohlíží na činnosti jako na vzájemné působení gun, toho činnosti nevážou. Takový nabízí všechny své činnosti Íšvarovi a pracuje jako sluha pro blaho svého pána. Není přivislý k výsledkům, ba ani k osvobození. Výsledek takto prováděných činností je očista mysli.

Cesta pravého karmajógina je velice obtížná a úspěch nezávisí na tom, jak intenzivně si to přeje v myšlenkách. Pro rychlý pokrok v každé vývojové praxi musí být jedinec zcela upřímný a současně bdělý, soustředěný a schopný odhalit tisíc a jeden triků, které předvádí mysl, zvyklá si s námi zahrávat. Je proto nutné ještě upozornit na různá nebezpečí, která číhají na žáka karmajógy během jeho cesty. Každá práce, i ta nejvyšší, má svá pokušení

a úskalí. Někteří lidé se vrhají do lidumilné a sociální činnosti, aby za to sklidili náležité výsledky, ale snadno klesnou k touze po jménu, pověsti a materiální moci. Často se zjistí, že nepracují „pro lásku Boží a Jeho děti“, ale živí svou vlastní pýchu. Ve své touze po vděčnosti si neuvědomují, že jestliže člověk našel příležitost, jak pomoci nějaké bytosti, je to on sám, kdo má skutečně poděkovat, že mu bylo dopřáno poskytnout někomu pomoc. Požehnaný není příjemce, nýbrž dárce. Veškeré dobré činy směřují k tomu, aby nás učinily čistšími. Ale zanechme přitom myšlenky a řeči o pomáhání světu. Ten nečeká na naši pomoc, ale přece jen musíme být v neustálé činnosti a konat dobro, poněvadž je požehnáním pro nás samé.

Chybou je však také přepínání, jelikož po něm následuje vyčerpanost. Je-li k dispozici energie, pak ji nesmíme všechnu spotřebovat. Někaké množství musí zůstat, aby se uchovala stálá síla vlastního systému jógy. Jistěže musí z konání žáka vymizet lenost, ale nesmí se přehánět ani druhý extrém. Je nutné být schopen i pracovat s plnou energií – ale je nutné být schopen i nepracovat. Je třeba být klidný s prací i bez ní a při únavě být schopen odpočívat s klidnou myslí, i když práce není dokončena.

Žádná práce není dokonalá, každá má nedostatky. Proto bud'me spokojeni s tím co máme a využívejme co nejlépe čas a energii. Šankara si v této souvislosti klade otázku, zda je možné zapřít činnost, a prohlašuje, že nikdo nemá zamítat povinnosti vzniklé jeho zrodem, protože kdybychom se odklonili od povinností, které nám zrodem vzešly, vznikla by tím určitá hříšnost.

Karmajóga připravuje sádhaka k útoku na závěrečný vrchol, ale samotný útok vykonat nemůže. Není vhodná z jednoduché příčiny, že činnost nemůže překonat činnost a myšlenka nemůže překonat myšlenku. Podobně i filozofie může člověku pomoci představit si Boha, ale nikdy nemůže uskutečnit živou zkušenost Jeho samotného. Osvobození přichází od poznání a ne od činností. Činnost očišťuje mysl a poznání pravého Já se může projevit jen čiré mysli. Činnosti mají své místo jakožto prostředky poznání, i když nepřímé. Samo osvobození však není výsledkem nějakého činu. Kdo hledá osvobození, nemůže užít žádný čin.

Aurobindo se zmiňuje o chybách, kterých se žák na cestě dopouští, a říká: „Netrapte se nad chybami v práci. Často zjistíte, že jste věci udělali špatně i tehdy, když jste se snažili vykonat je co nejlépe; ale i když to jsou chyby, není důvodu, proč byste nad nimi měli být smutní. Nechte narůstat vědomí – pouze v božském Vědomí je naprostá dokonalost. Čím více se podrobujete Božství, tím více dokonalosti bude ve vás. Nepřikládejte těmto chybám mnoho důležitosti, ani se nad nimi nerozčilujte. Je přirozeností mysli se dopouštět chyb a pouze vyšší Vědomí je schopno je napravit. Teprve po velmi dlouhém tréninku je možné, aby byla mysl jistá v každé činnosti, ale i pak je stejně nepřipravená, objeví-li se něco nemilého. Dělejte, co je ve

vašich silách a zbytek zanechte v růstu vyššího uvědomění, dokud nebude schopno osvítit všechna hnutí mysli“.

Svámi Vivékánanda k tomu sděluje: „Jsem si jist, že žádné snažení – ať dobré či horší – v mém životě nebylo nadarmo. Jsem výslednicí celé své minulosti, dobré i špatné. Dopustil jsem se mnoha omylů ve svém životě a jsem si jist, že bych bez oněch jednotlivých chyb nebyl tím, čím jsem dnes; a tak jsem zcela spokojen, že jsem se jich dopustil. Tím nemíním, abyste odešli domů a tam se počali dopouštět chyb, tak mi nerozumějte. Nebud'te však zarmoucení nad chybami, kterých jste se dopustili, ale bud'te ujištěni, že nakonec se vše obrátí k dobrému. Nemůže tomu být jinak, protože dobro a čistota jsou naší přirozeností a ta nemůže být nikdy zničena“.

K tomu nutno podotknout, že chyby mají pro nás význam tehdy, jsme-li schopni si z nich brát korektivní zkušenost, to jest zkušenost, ze které si lze pro příště vzít ponaučení. V opačném případě – nedovedeme-li toto ponaučení z chyb vyzískat – vedou v našem jednání k pocitu nerozhodnosti, k nejistotě a životnímu pesimismu.

Činnost je základem života a jen málokomu je dáno aby se vymanil z jejího objetí. Karmajóga je velmi účinná metoda, jejím prováděním dochází k očistě mysli, čímž je třeba rozumět oproštění od otupujících a zastírajících prvků guny tamas a sobeckých prvků guny radžas. Radžas vytváří sobecké touhy – motivy, a žádostivě míří na plody činů a toto je příčinou vazby karmanem. Radžasický motiv je vždy odměňován jen ve sféře radžasu a to představuje vazbu. Je-li motiv činnosti pouze sattvický, bez příměsi radžasu a tamasu, pak je karmanová reakce nesobecká a nezatemněná a není v ní radžasické vazby. Problém tedy nespočívá v druhu činnosti ale v motivu, který je za ní skryt. Činnost prováděná se sattvickým motivem posiluje sattvu v osobnosti a nedává prostor radžasu, zeslabuje sobectví. Výsledkem je očista mysli, což se projevuje jasným chápáním, klidem, odpoutaností a stálým zaměřením se na Božství. Tento proces v karmajóze postupně narůstá a projevuje se výsledky, které jsou úměrné tomu, jak ubývá radžasu.

Když karmajógin bhaktického ladění koná své životní povinnosti, bere si na pomoc lásku a z ní činí hnací sílu veškeré duševní a tělesné činnosti. Kdykoli vykonává nějakou povinnost, koná ji z lásky.

V karmajóginovi se postupně vyvíjí pocit (nikoli jen názor), že celý život a práce náleží Božství. Výsledkem je tichá spokojenost a vymizení sobecké přivislosti k práci. Vyvíjí se pocit, že božská síla je v pozadí činnosti a je v každém okamžiku vůdčí. Tím je dán základ pro trvalou vnitřní vizi, kterou žádné okolnosti či události nemohou zlomit. Nastanou-li obtíže, pak nevystanou pochybnosti či nečinnné podání se, ale zůstává pevná víra, že vším tím se má karmajógin něčemu naučit a že po zvládnutí lekce se potíže rozpustí.

Nabídne-li opravdově sádhak Milovanému květinu nebo modlitbu, pak se jeho srdce a mysl okamžitě pozvednou. Ovšem nabídnutí všech činností po celý den se může stát stavem neustálé adorace, jejíž odpovědí bude boží milost. Mnoho lidí si představuje niškámakarmu jako suché provádění povinností a neuvědomují si, že je to pro uctívajícího karmajógina radostné nabídnutí života u Jeho nohou. Má-li sádhak skutečnou lásku, pak je to neustálá slavnost lásky. Tím je ze sádhakova života odstraněna veškerá apatie, marnost a otupělost, kterými mnoho lidí trpí. Cítí-li že vykonává práci pro Boha, pak je schopen provádět tu nejnudnější a nejnepříjemnější práci s radostným srdcem, neboť ví, že činnost prováděná z lásky k svrchovanému Pánu, osvobozuje, přináší mír a nakonec neustálé blaho. Takový jógin je skutečně sattvický a tím nesobecký a přináší lidstvu a světu požehnání. Tvrdí se, že pro mudrce, který dlí v absolutnu, nezbyvá nic, co by měl učinit. Ten, kdo zří Pravdu, již neusiluje, aby něčeho dosahoval nebo něco konal. Když jsou všechny touhy zničeny, není již možné konat. Uttaragítá (II, 23) k tomu říká: „Pro jógina, který se stal dokonalým a který se napil nektaru moudrosti, nezůstává žádná povinnost. Zůstává-li nějaká, není pravým znalcem Pravdy“. Všechno poznání a snažení je prostředkem k dosažení svrchované moudrosti, poslední jednoduchosti. Jakýkoli čin nebo dosažení je menší než tento čin bytí.

Závěrem Ramana Mahárši:⁽¹⁶⁾ „Činnost bez motivace neváže. I džňánin koná, nemůže být činnosti bez úsilí, bez úvah, bez motivů, protože motivy jsou nutné pro každého. Jsou však dvojího druhu: vážící a osvobozující. Prvních je třeba se vzdát a druhé pěstovat“.

Rádžajóga

Pataňdžaliho systém jógy

Nesnáze – i závažné – nechybí na cestě jógy; není totiž jednoduché změnit naše nezralé uvědomování tak, aby se najednou otevřelo Božství.

Aurobindo On Yoga II, str. 1420

Lidé chválí a hned obviňují. Proto nedbej, co jiní říkají. Žij svůj život v míru a poctivě a jak tě chválí či kritizují je nedůležité.

*Sayings of Sri Ramakrishna verše
1023–24*

Pataňdžaliho systém jógy vznikl asi kolem roku 200 před n. l. a všeobecně se nazývá rádžajógou. O Pataňdžalim, který bývá též nazýván otcem jógy, dějiny nic bližšího nevědí a svědectví jeho života podává pouze jeho slavná Jógasútra, souhrn seřazených aforizmů, podávajících výklad jeho filozofie a geniálně aplikovanou metodu. Pataňdžaliho velký přínos spočívá v sestavení a systematickém uspořádání tehdy existujících vědomostí o józe. Vložil jógu do filozofického rámce, což jí umožnilo zaujmout odpovídající místo mezi existujícími filozofickými školami. Nepředpokládá se tedy, že by Pataňdžali byl samotným tvůrcem jógy, protože jógové učení bylo tehdy již dávno známé a živé.

Rádžajóga je vědecký systém meditace. Představuje metodu, kterou používají všichni, kdo chtějí vlastní zkušeností poznat přirozenost svrchovaného poznání, které různá náboženství nazývají Bohem.

Sanskrtské slovo jóga pochází od stejného kořene jako latinské jugum, jho, má dva významy – spojení a ukáznění. Kathópanišad definuje jógu takto: „Když jsou utiшены všechny smysly a mysl se uklidní, když intelekt nekmitá, pak, jak moudří říkají, je dosažen nejvyšší stav. Utišení smyslů a mysli je jóga“.

Pod pojmem jóga rozumí Ind snahu po dosažení osvobozujícího poznání či samotného vysvobození, uskutečňovanou pomocí systematického cvičení těla a mysli, na cestě vnitřní přeměny – pomocí bezprostředního vnímání a zažití. Je to tedy metoda, která může být spojena s rozličnými naukami.

Pataňdžali dělí Jógasútru do čtyř částí. První se zabývá povahou a cílem rádžajógy, modifikacemi myslícího principu a osmi členy či stupni systému. Druhá část je věnována způsobům, jak dosáhnout osvícení, jak překonat

mentální stavy, které jsou tomu na překážku a dále se zabývá utrpením, jeho příčinami i způsobem ukončení. Třetí část pojednává o siddhis, nadnormálních silách jako je telepatie, jasnozření a podobně, které se mohou rozvinout při provádění rádžajógy. Staří mudrci každého žáka znovu a znovu varují, aby jim nepřikládal důležitost a nedával jim přednost před etickým zdokonalením a zvláště před duchovním pokrokem. V poslední části se pojednává o technice meditace, kterou doporučuje jako účinný prostředek k zvládnutí nepokojné mysli, aby byla schopná se jednobodově zaměřit.

Buddha prohlašoval, že není nic odbojnějšího než neukázněná mysl a nic tak poslušného jako ukázněná. Rádžajóga ukázněuje mysl tím, že zprvu odděluje vědomí od fyzických vjemů a později myšlenky od mysli.

Mnoho autorit považuje Pataňdžaliho systém za přirozené pokračování systému sánkhja. Filozofický pohled sánkhja zastává dualistický realizmus, jehož základem jsou dvě věčně existující reality – Duch a prvotní Příroda. Cílem sánkhja systému je osvobodit Ducha ze zajetí hmoty. Následovníci Pataňdžaliho prohlašují jógu za vylepšení sánkhjového systému. V Bhagavadgítě (V,4) komentované Šankarou se uvádí: „Děti, nikoli však moudří, uvádějí, že sánkhja a jóga jsou rozdílné. Kdo je oběma skutečně oddán, obdrží ovoce obou“. Hlavní rozdíl mezi oběma tkví právě v oněch Pataňdžaliho vylepšeních, která mají povahu určitých metod psychického rozvoje a duševní kontroly; jsou všeobecně známa jako metody rádžajógy. Než provedeme jejich výčet a než začneme uvažovat o metodách jógy, vysvětlíme si alespoň stručně filozofický aspekt systému.

Pataňdžali nediskutuje o existenci svrchované Skutečnosti – „Toho“, ale považuje „To“ za zaručené. Přijímá učení sánkhja o tattvách, čili principech stvoření, a drží se koncepce dvou protikladných, ale navzájem se ovlivňujících principů – puruši (Ducha) a prakrti (primární Přírody). Přepokládá, že se z velkého vesmírného principu prakrti, která se skládá ze tří gun, vyvinulo veškeré stvoření, jména a tvary, vše co se týče člověka, jeho mysli apod. Stalo se tak na základě katalytického působení Ducha na prakrti. Připouští celou řadu Duchů či purušů. Předpokládá pro každého člověka individuálního purušu.

Purušové jsou ve své vnitřní přirozenosti a ve svém bytí pokládáni za zcela pasivní a jejich aktivita spočívá v osvětlení a probuzení procesů prakrti, obzvláště mysli. Mysl je představována vnitřní hmotnou aktivitou, neboli fází rozvíjející se prakrti, která sama o sobě je nevědomá a stává se vědomou jen ve spojení s purušou, když byla vystavena vlivu jeho osvětlení. V původním stavu prožívá puruša blažený stav Sama Sebe, nediferencovaného Bytí, a probouzí se k bolesti sebeuvědomění pouze tehdy, je-li zahrnut v prakrti. Když nakonec unikne z objetí prakrti a očistí se od „lepkavé sladkosti jejího opiového medu“, puruša získává dokonalé osvobození a zbaven aktivity, iluzí a utrpení, prožívá pak věčný, nerušený a blažený klid.

V běžném stavu je tedy puruša, Duch, vtažen do substance prakrti a je gunami zabalen, zapleten a zahalen tak, že se s nimi plně ztotožňuje, sám sebe nepoznává, jsa dokonale v poutech hmoty. Spojením puruši a prakrti vzniká jedinec s pocitem ahamkára – jáství. Tento pocit „já“ však není vědomou realizací skutečné přirozenosti puruši, ale je to spíše nesprávné vědomí sebe jako oddělené osobnosti, osobnosti plné nevědomosti; tak je původní čistý svit puruši zcela zastřen. A právě vědomé vysvobození z pout prakrti – očistění od všech jemnohmotných prvků, gun, přírodních složek osobnosti, a obnova nezastřeného svitu puruši⁽⁴⁹⁾ – je nejvyšším cílem jógy. Toho je dosahováno v samádhi, ve stavu vnitřního vytržení, ve kterém dochází k přímému nazírání podstaty věcí. V nejvyšším stupni samádhi dosahuje jógin definitivního rozlišení mezi Duchem a prakrti a spočívá rozplynut v blahu svrchovaného Vědomí.

Podle Pataňdžaliho je každý člověk purušou vtažen do pout Přírody a jejími gunami je mu předváděna jakási osobnost tak dokonale, že jí sám věří a s ní se ztotožňuje. Poznání sebe sama, tedy poznání jak osobnosti, ega, tak odkrytí nezastřeného poznání puruši, vystoupením nad guny, je oním vrcholným cílem a smyslem Pataňdžaliho filozofické koncepce.

Pataňdžali dále předpokládá existenci vesmírného puruši, Íšvary – osobního Boha, o kterém učí, že je Pánem času a všeho vědění, nedotčený lidskými činnostmi, dojmy a výsledky plynoucími z nich.

Pataňdžali učí, v souhlase se všemi hinduistickými filozofiemi a náboženstvím, že purušové vtažení do prakrti a vstupující do dlouhého procesu cesty projeveného světa, podstupují mnoho následných zrození či vtělení. Osvobození individuálního puruši z pout prakrti se dosahuje poznáním pravdy, pomocí zvláštních metod, které vedou k svrchované jednotě. Když Pataňdžali mluví o jednotě s Bohem, míní tím jednotu s vesmírným purušou, osobním Bohem. Dosáhnout této jednoty lze několika cestami, z nichž nejčastěji bývá uváděna ona, která vede k absolutní koncentraci metodami rádžajógy, která se také nazývá královskou jógou nebo králem jógy.

Pataňdžaliho úsilí tedy nesměruje k vytvoření nových teorií, ale přijímá sáňkhjový pohled. Zřejmě se neztotožňoval s názorem, že k osvobozujícímu poznání postačuje pouhé filozofické rozlišování či rozjímání, a věnoval proto svou plnou pozornost vytvoření královského systému metod. Smyslem těchto cvičení je rozvinutí latentních sil člověka a jeho evoluční vzestup – pomocí sattvy – do takové úrovně, že jsou vnímány vyšší zákonitosti a principy, až posléze je umožněn únik z pout hmoty a dosažena jednota.

Pataňdžali se ve svém systému široce zabývá specifickou látkou myslí, kterou nazývá čitta. Tato látka je zcela rozdílná od puruši, který užívá mysl, resp. vnitřní orgán, jako svůj nástroj. Vnitřní nástroj – antahkára – tvoří skupina dynamické myslí (manas), intelektu (buddhi), jáství (ahamkára)

spolu s čittou, která má na starosti komunikaci s pamětí. Uklidnit hladinu věčně rozčereného oceánu mysli a nastolit klid mysli je hlavním předmětem zájmu jógina a tvoří důležitou součást rádžajógy. Skutečnost subjektu, duchovní základ člověka, nelze totiž myslí ani intelektem postihnout. Pouze potlačíme-li činnost mysli a zamezíme-li její změny tím, že pronikneme až pod mentální vrstvy. Tehdy dosahujeme cíle. To však není nikterak snadné a je k tomu nutno podrobit a zapojit celého jedince v přísné kázni.

První nutností je zvládnání žádostí zavedením sebekázně do celého života, očištnou činností a poznáním. Celkové uklidnění, dosahování stavu bezžádostivosti a posléze dokonalé zastavení všech změn mysli, se děje u jógina postupně. Z hlediska praxe upravil Pataňdžali svůj systém do osmi stupňů, členů jógy, které se též popisují jako kroky a průběh jógových cvičení je často připodobňován k cestě či stezce. Každý člen jógy má svůj význam a žádný nemůže být vynechán. Jsou to:

- 1) Zákazy – jama
- 2) Příkazy – nijama
- 3) Pozice – ásana
- 4) Ovládnání dechu – pránájáma
- 5) Ovládnání smyslů – prátjáhára
- 6) Koncentrace – dhárana
- 7) Meditace – dhjána
- 8) Dokonalé pohroužení – samádhi

První dva z těchto osmi členů se týkají jednak žákova postavení vůči vnějšímu světu, jednak jeho samotného, a zabývají se etikou a mravností v nejširším slova smyslu. Další tři členové řady mají co činit s tělem a smysly; poslední tři se týkají mysli.

Pataňdžali uvádí pět zákazů:

- 1) ahimsá – neubližování, nenásilí
- 2) satja – pravdivost, pravdomluvnost
- 3) astéja – doslova nekradení
- 4) brahmačarja – zdrženlivost (pohlavní)
- 5) aparigraha – vystříhání se hrabivosti, nehrabivost

Žák, který je na počátku svého snažení, pravděpodobně zmalomyslní po zjištění těchto směrnic, zvláště když se dozví, že ideálem je dodržovat těchto pět zákazů vždy a za všech okolností. Zde budiž jasně řečeno, že podmínkou pro začátek a přikročení k dalším členům řady není předchozí úplné splnění těchto zákazů po všech stránkách, ale podmínkou je opravdové vystříhání se tendence k ubližování, lhaní, kradení, smyslnosti a hrabivosti. Úplné vzdání se těchto nectností je nezbytnou podmínkou pro další postup. Vzdal-li se člověk žádosti, neznamená to ještě, že splnil tyto zákazy a dosáhl zdrženlivosti – v praxi musí tvrdě a s vytrvalostí pilovat, protože jinak do-

chází silou zvyku a pokušení k pokleskům, jejichž následky možno přirovnat k chatrným základům stavby. Je proto nezbytné zabývat se soustavně těmito zákazy a důsledně je dodržovat.

Než přikročíme k rozboru jednotlivých požadavků, nutno si uvědomit všeobecný návod, který podává Jógasútra. Je to pomůcka, která pomáhá plnit obtížné požadavky zákazů i příkazů a zní takto: „Chceme-li vypudit z mysli myšlenky navádějící k pochybnému jednání, jakým je např. ubližování, vzbud'me v sobě myšlenku opačnou, tedy neubližování. Veškeré pochybné jednání, ať již jsme je sami vykonali či způsobili nebo schvalovali, či pochází-li z lakoty, hněvu nebo klamu, ať mírné, střední nebo prudké, všechno přináší ovoce ve formě bolesti a nevědomosti. Proto se velice doporučuje pěstovat myšlenky opačného zaměření!“⁽⁵⁰⁾

Po tomto doporučení Pataňdžali jednotlivé zákazy stručně vyjasňoval:

1) Ahimsá – nenásilí představuje nejdůležitější příkaz ze všech mravních požadavků. Neubližování je kořenem všech ostatních zákazů a všechny ostatní se považují za jeho odvozeniny. Výklad pojmu ahimsá je velice široký a tkívá v nezraňování, nezpůsobování bolesti žádné žijící bytosti tělesně ani v oblasti myšlenek a citů.

Ahimsá se obecně překládá jako nenásilí. Himsá ale není násilí, ale sklon zabíjet nebo škodit, tedy sklon být násilný. Nepředstavuje objektivní čin, ale subjektivní ladění. Mnoho lidí je překvapeno tím, že Bhagavadgíta, která obhazuje ahimsu, káže Ardžunovi bojovat, provádět násilný čin. Ale i Gándhí říkával svým stoupencům, že by je raději viděl umírat v boji, než je vidět utíkat jako zbabělce. Pouhé objektivní nenásilí může být výslednicí strachu, zbabělosti či neschopnosti odplatit, všude tam, kde opatrnost je lepší částí udatnosti. To však není ahimsá. Ve stavu himsá je neustálé popuzování a stav nevole. Jógové metody, jako ásany a pránájáma, jsou v takových případech neúspěšné a nemohou přinášet kladné výsledky, když jsou v člověku usazeny zášť a hněv. I v Mahábháratě se zmiňuje vyprávění o Tuládharovi, řezníkovi, ke kterému byl poslán sannjásín, aby od něj obdržel náležité poučení a dosáhl tak poznání. Při ahimse není tedy v konačícím stopa hněvu, nenávisti, touhy zabít, apod. Toto ladění mysli je v celé ahimse daleko podstatnější a důležitější než samotný čin.

Nenásilí je schopen provádět, kdo je trpělivý a promíjející a má sebekontrolu. Při jeho provádění by se měl zdržovat urážek, výtek a výpadů. Nikdy neoplácí stejným, nepřeje zlé komukoli, ani za extrémní provokace. Ahimsá je porušena, ukazujeme-li opovržení, chováme-li v mysli nerozumný předpoklad, chováme-li myšlenky nenávisti, ostouzíme-li a když jiné lícíme ve špatném světle.

Ahimsá tedy vyznačuje postoj a způsob chování ke všem živým bytostem. Ahimsá je založena na poznání, že veškerý základ života je stejný, že existuje jedinstvo života.

Jógasútra k ahimse říká: „Je-li neubližování plně vyvinuto, pak v přítomnosti takového člověka mizí z jeho okolí všechno nepřátelství“.⁽⁵¹⁾ V lidech, kteří jsou ve společnosti člověka, který došel dokonalosti ahimsy, nastane tendence urovnat vlastní chování a cesty, a proto je užitečné spatřovat dobro a být v přítomnosti dobrého. Být dobrým je samo o sobě již dobrým skutkem a nelze si představit, že by někdo mohl dosáhnout dokonalé pohroužení, když jeho mysl obsahuje nízké a nečisté myšlenky.

Závěrem možno říci, že ahimsá představuje pozitivní dynamickou kvalitu univerzální lásky a nikoli jenom negativní stanovisko ve smyslu pouhé neškodnosti. Jedinec, který vyvinul a rozvinul v sobě ahimsu, vytvořil kol sebe neviditelnou auru naplněnou láskou a soucitem. Tato aura nemusí být vyjádřena v emotivní oblasti a úrovni. Jelikož však láska je silou, která spojuje, shromažďuje v jednotu veškerou oddělenost, všechny oddělené částčky Jediného Života, tak každý, kdo je takovou láskou napojen, je se všemi bytostmi vnitřně sladěný a samovolně je napájí důvěrou a láskou. To je důvodem, proč násilnické a nenávistné vibrace těch, kteří přicházejí do blízkosti takového dokonalého jógina, velkého světce či realizovaného mudrce, jsou překonány po onu dobu daleko silnějšími vibracemi lásky a laskavosti, které z takové bytosti vycházejí. I šelmy se stanou pro tu chvíli neškodnými. Samozřejmě, když se bytost vymaní z bezprostředního vlivu jógina či mudrce, její normální přirozenost se opět prosadí – ale i takový krátký kontakt může zanechat trvalý vryp a poněkud pozvednout.

Vácaspatimišra ve svém komentáři Jógasútry z 9. století uvádí, že v přítomnosti takového jógina, kočka a myš, had a promyka, zanechávají nepřátelství, protože jsou přizpůsobováni a sladění s tokem jóginova vyzařování.

2) Satja – nelhaní, vyjadřuje pravdivost v myšlenkách, mluveném slovu i činech. Řeč a myšlenka se musí shodovat s tím, co člověk viděl. Mahátma Gándhí říkal: „Pravda je Bůh a Bůh je Pravda. Jako oheň vytavuje zlato tím, že spaluje nečistoty, tak oheň pravdy očišťuje jógina tím, že spaluje v něm škváru“.

Člověk zpravidla mluví, aby sdělil informaci. Jestliže se však ukáže, že je pro bytosti škodlivá, pak i když byla vyslovena bez úmyslu klamat nebo zmást – není pravdou, ale proviněním. Staří učitelé připouštějí, že pravda není vždy snadno stravitelná a proto radí: „Musíte říkat pravdu, ale říkejte to, co je příjemné. Je-li pravda nepříjemná, neměla by se říkat, ledaže by sdělující byl k tomu okolnostmi přinucen“. Podobný postoj měl i Ramana Mahárši. Když by po dotazech odpovědi vyšlo najevo, že by odpověď mohla někoho odsoudit, ponížit nebo nepřidat na úctě, neodpovídal. Mlčel jako skála.

Pravdivý člověk si může vždy dovolit být upřímný a bez bázně, protože nemá, co by skrýval, a nemá potřebu obtěžovat a rušit svou mysl vytáčkami či kličkováním. Při stálé pravdivosti rozvíjí jedinec tak nesmírnou důvěru v pravdu, že mu připadá snadné čelit životu snad v každé jakkoli obtížné

situaci. Život se stává často zbytečně složitým, protože se snažíme něco skrývat či překroutit, jelikož jsme si zvykli na vytáčky. Ve snaze udržet zdání pravdivosti ztrácíme mnoho užitečné energie a děláme si svůj pobyt zde na zemi o mnoho obtížnější, než by bylo nutné. Jedinec, který je sám k sobě a ostatním zcela čestný, shledává život jednoduchý a je schopen udržet své myšlenky na vyšší úrovni mnohem déle než jiný, kdo je tajnůstkářský nebo manévruje za úspěchem. Pravdivost je tmelem přátelství a společenské důvěry a kdokoli ji porušuje, vzbuzuje pochybnosti, nedůvěru a nejistotu. Morální kvalitu označovanou slovem satja berou někteří učitelé mnohem šířeji než pouhou pravdivost. Říkají, že znamená i přísné vyhýbání se všemu přehánění, obojetnosti, předstírání a podobné chyby, které bývají zapleteny v řeči a činech, když nejsou v přísném souladu s pravdivostí. Přímá lež se v civilizované společnosti považuje za nežádoucí, ale existuje mnoho variant nepravdivosti, které se v konvenčním životě nepovažují za cosi špatného. Ze života aspiranta však tyto prvky musí vymizet.

Aspirant musí procvičovat pravdivost proto, že je naprosto nezbytná pro rozvinutí buddhi. Jógin musí čelit mnohým problémům. Jejich rozluštění nemůže nalézt v knihách ani ho nemůže dosáhnout na základě přesného rozboru. Jediné, co má k dispozici je čistá mysl, nezakrytá buddhi, umožňující dobrou rozlišovací schopnost a intuice. Mimo nepravdivosti, to jest působení guny radžas ovlivněnou i tamasem, není nic, co by zakrývalo intuici a zastavovalo její funkci. Kdo začne cvičit jógu aniž by si předtím neopatril výtečnost pravdivosti, podobá se člověku, který se vypravil něco hledat v pralese v noci a bez světla. Nemá nic, co by mu v jeho obtížích pomohlo, a proto nemůže mít úspěch. Jógin se musí nejprve vyzbrojit dokonalou pravdivostí v myšlenkách, slovech i skutcích. Pak nemá klam nad ním moc.

Pravda však není omezena pouze řečí. Jsou čtyři poklesky v řeči: nadávky a oplzlost, zabývání se falší, pomluvy a donášení a konečně zesměšňování toho, co jiní považují za posvátné. Klepna a donašeč jsou nebezpečnější než had.

Kdo je upevněn v pravdě, ten uctívá Skutečnost z čistého srdce. Co opravdu potřebuje, to k němu samo přichází. Upevněn v pravdě dostává plody své činnosti, ať dělá cokoli. Zdroj veškeré pravdy obstarává jeho potřeby a pečuje o jeho zdar. Aforizmus, který komentuje tento zákaz, zní: „Je-li realizována pravdivost, stanou se výsledky činnosti jóginovi podrobeny.“⁽⁵²⁾ Vyvinutá pravdivost jógina je údajně takové síly, že naplňuje cokoli, co vyřkne.

3) Asteja – nekradení. Krádež je nedovolené přivlastňování si věcí patřících jinému.

Radžasická tendence vlastnění zapřičiňuje touhu vlastnit a užívat to, co má někdo jiný. Žene člověka slepě ke špatným činům. Z této touhy pochází

pobídka horoucně si žádat a při tamasickém zastření i krást. A(ne)stéja(krást) je třeba významově brát v daleko širším slova smyslu, nejen v rozsahu trestního činu a pojmu. Existuje mnoho lidí, kteří mají rozvinutý cit pro morálku a kteří nekradou. Je však málo těch, které možno považovat za zcela bez úhony i z přísnějšího hlediska. Astéja zahrnuje nejenom nedovolené brání něčeho, co patří jinému, ale také používání věcí k jinému účelu než byl zamýšlen, dále i přestoupení času, který byl vlastníkem určen. Obsahuje tedy i zpronevěru, zneužití důvěry a zneužívání vůbec. Běžně přivíráme oči nad nepřímými formami zpronevěry a naše málo citlivé svědomí není nijak rušeno, když se podobných činností zúčastňujeme. Civilizovaný člověk neodnáší z hostiny stříbrnou lžičku, ale jeho svědomí není pobouřeno, dostává-li úplatky za vykonávání svých povinností. Pojem astéja nutno chápat též jako odstup od jakéhokoli nesprávného přisvojování.

Pataňdžali k tomu poznamenává:⁽⁵³⁾ „Uskuteční-li člověk dokonale nepřivlastňování si cizího majetku, pak všechny klenoty k němu přistupují“.

4) Brahmačarja – pohlavní zdrženlivost. Brahmačarja znamená zadržování plodivé síly.

Ze všech požadavků uvedených v zákazech je tento na první pohled nejvíce omezující. I opravdoví studenti jógy jen váhavě přistupují k praktické aplikaci brahmačarja v životě proto, že se jim nechce vzdát se příjemnosti sexuálního styku.

Slovníkový výklad výrazu brahmačarja znamená život v celibátu, v náboženském studiu a sebezapření. Jógini zastávají názor, že ztráta semena vede ke smrti a jeho nashromažďování k životu. Zadržným nashromážděným semenem počne jóginovo tělo sladce vonět. Zadržování je prováděno soustředěným úsilím mysli.

Mnoho interpretů se pokusilo podat tento problém svobodněji s tím, že neznamená úplné odstoupení ale omezení a řízený styk. Avšak opravdový vrcholný jógový život nemůže existovat ve spojení s popříváním si a plýtváním vitální energií, což existuje ve spojení sexuálního života – je třeba mezi těmito dvěma způsoby volit. Jógin se nemusí okamžitě vzdát sexuálního života, měl by však tak učinit než počne cvičit vyšší jógu, která se značně liší od teoretického studia a přípravných jógových cvičení. Jógin může otálet se vzdáním se požitků, ale po rozvinutí intuice mu bude jasné, že se má vzdát pouze stínů, když má dosáhnout skutečnou hodnotu, má se vzdát pomíjivého pocitu za největší dar v životě.

Koncepce brahmačarja však není pouze negativní, tvrdá sebekázeň a zákazy. Podle Šankary je brahmačarin ten, kdo je zcela zabrán do studia védických textů, neustále se pohybuje v brahman a ví, že všechno v brahman existuje. Jinými slovy, kdo spatřuje jednotu ve všem je brahmačari. Ramana Mahárši⁽⁵⁴⁾ vysvětluje brahmačarja jako „žití v brahman“. Podle něho pravý brahmačarin je ten, kdo žije v brahman, nachází blaho v brahman, které je

totožné s átmanem. Je zřejmé, že výklad Šankarův a Ramana Maháršiho je prakticky stejný.

Pataňdžali ovšem klade důraz na zdrženlivost těla, řeči a mysli. To znamená, že jóga je míněna pouze pro ty, kdo žijí v celibátu. Brahmačarja je stavem mysli a má málo co dělat s tím, je-li někdo starý mládenec či je ženatý a žije rodinný život. K osvobození není nezbytné být svobodným a být bez domova. Bez zkušenosti lidské lásky a štěstí pravděpodobně není možné poznat dokonalou lásku. Téměř všichni jóginí a mudrci staré Indie byli ženatí a měli rodinu a děti. Nevyhýbali se sociální a morální odpovědnosti. Účelem této sexuální zdrženlivosti je uchování energie, kterou nutno sublimovat na vyšší úroveň. Jóga připisuje plodivé síle největší důležitost. Uvádí se, že její vyplývání má za následek oslabení duševních schopností a znemožňuje hlubší soustředování. Je-li plodivá síla zvládnuta, schopnost vzrůstá.

Komentující aforismus k tomuto zní:⁽⁵⁵⁾ „Je-li docílena pohlavní zdrženlivost, pak jógin obdrží sílu“. Vjása, ve svém obsáhlém komentáři k Jógasutře, udává jako příklad sílu přenášení myšlenek a názorů z učitele na žáky.

5) Aparigraha – nehrabivost, je posledním zákazem. Parigraha znamená hromadění, sbírání. Být volný od hromadění je aparigraha. Znamená však také tolik, co nepřivlastňování si, neuchopování věcí. Je to důsledek pochopení následků, vyplývajících z ulpívání a vlastnění majetku, z jeho hromadění, opatrování při případném poškození a pocitů při jeho zničení. Není důležité, kolik čeho máme, ale jakým způsobem toho v životě užíváme. Pokud se týče hmotných záležitostí, jógin se nestará o nabývání zisků.

Nade vším stojí důraz, že vlastně nezáleží na množství věcí, kterými jsme obklopeni, ale že zcela záleží na našem postoji k nim, ten je vůdčí. Můžeme vlastnit třeba jen několik předmětů, ale tendence vlastnit je, může být velmi silná, svazující. A naopak, můžeme se utápět v bohatství a přitom můžeme být zcela volni od pocitu vlastnictví. V indické literatuře se uvádějí zajímavá pojednání zabývající se tímto tématem, např. vyprávění o králi – mudrci Džanakovi, který žil v královském paláci. Podle této povídky žil v přepychovém prostředí bez nejmenšího pocitu vlastnictví. To však není snadné a jógin učiní lépe, zbaví-li se všech zbytečných věcí, protože to představuje jediný způsob, jak se může naučit žít jednoduchý a ukázněný život. I když totiž není dotýkán majetkem, přistupuje při jeho vlastnění nutnost věnovat čas a energii k zachování, obnově a jeho obstarávání – a to si těžko může dovolit.

Když někdo zmiňoval před Ramanou Maháršim historku o králi Džanakovi, jako o ukázce nepřivislosti k bohatství, Ramana nezapomněl zdůraznit, že král Džanaka byl výjimkou, neboť dějiny a tradice znají jediný tento případ, který se později již nikdy neopakoval.

Nehrabivost je tedy ladění mysli, která je volná od veškeré připoutanosti a přivislosti k majetku.⁽⁵⁶⁾ Jógin si má uvyknout duševně i pocitově na

myšlenku „žít na peruti“ (jako ptactvo nebeské) a takový pocit je mu bližší, než vázanost života „ve zlaté nádheře“.

Vyjmenované zákazy jsou uznávány všemi etickými systémy a může je uskutečňovat žák jógy stejně tak, jako každý čestný a upřímný člověk. Jejich procvičování a uskutečňování neústí v nějaký speciální jógový stav, ale vytváří očištěný vyšší lidský stav, sattvický, který vyniká nad běžnou úrovní. Růst směrem k zralosti vyžaduje pěstování postoje „co mohu dát“ nebo „čím mohu přispět“, jako opak postoje „co z toho mohu vyzískat“. Tato čistota je nezbytná pro absolvování dalších článků jógy. Skrze čistotu kontroluje žák vlastní egoistické tendence a s jejich sattvickou harmonizací prožívá nové zkušenosti.

Nyní přistoupíme k příkazům – nijama. Jsou to spíše příkazy k vyplnění, zatímco předchozí krok zahrnoval pokyny, kterých je třeba se vystříhat. Příkazy sledují harmonizaci „vnitřního života“, zatímco zákazy spíše upravují vztah mezi jóginem a světem. Ačkoli harmonické žití se spoluobčany vyplývá ze zákazů, přece ono samotné nevede k požadované Seberealizaci. Praxe zákazů působí spíše na povrchu osobnosti ale podvědomé dojmy, samskary, zůstávají jimi nedotčeny. Příkazy se proto zabývají hlubšími vrstvami osobnosti.

Příkazy tvoří druhý člen Pataňdžaliho řady a je jich také pět:

- 1) Šauča – čistota těla a mysli
- 2) Santoša – spokojenost
- 3) Tapas – askeze, sebekázeň
- 4) Svádjhája – studium posvátných písem
- 5) Íšvarapranidhána – uctívání Íšvary, osobního Boha

1) Čistota těla a mysli, šauča. Zahrnuje všechny typy očištné praxe, např. sérii umělých očišť, které jsou speciálně zdůrazňovány v hathajóze. Šauča, očista, která zahrnuje odstraňování nečistot mysli, se dociluje odmítáním nečistých myšlenek a v určitém smyslu je pokračováním zdrženlivosti, zmiňované v zákazech.

K bodu čistoty se vztahují aforizmy:⁽⁵⁷⁾ „Od zevní čistoty povstává ochrana těla a oddělenost od ostatních. Pokud je uskutečněna čistota mysli, přichází zpravidla velkomyslnost, jednobodovost, ovládnutí smyslů a schopnost zření pravého Já.“ Vjása komentuje tento příkaz v Jógabhášja, kde říká: „Vnitřní očista znamená odstraňování nečistot mysli“. Nicméně očišťou mysli se podrobně zabývají poslední tři členy jógy a bude o nich pojednáno.

2) Santoša – spokojenost. Tento příkaz Pataňdžali⁽⁵⁸⁾ komentuje následovně: „Od dokonalé spokojenosti pochází nejvyšší forma libosti“. Slovo spokojenost – santoša – pochází od slovesného kořene toš, což znamená být

ukojen, takže tato vlastnost je něco víc než pouhá spokojenost. Neobsahuje pasivitu nebo rezignaci, ale je spojena s klidem mysli. Bývá definována jako „nepřítomnost touhy po rozmnožování nezbytných potřeb života“. Je to v podstatě bodré přijímání života provázené vyloučením světských žádostí. Tvrdí se, že pokročilý jógin je pocitově vyrovnaný se zimou i horkem, libostí a nelibostí, úctou či pohrdáním. Je tomu tak, protože je to spojeno s poznáním a zkušeností a protože jeho hodnotící hledisko vzhledem k těmto dvojicím protiv není přecitlivělé, ale spíše velkomyslně klidné. Je jasné, že žák jógy přijímá všechny nepříjemnosti a pohromy a považuje je za příležitost k osvědčení správného postoje, místo aby nad nimi bědoval. Spokojenost je základem neboli odrazovým můstkem pro plnější život. Chce-li se žák dopracovat rozhodného úspěchu na cestě jógy – pak pro něho nesmí existovat nářky, stesky, fňukání, sebelítost či jiné podobné slabosti. Všechny sil je zapotřebí k práci a každé pěstování slabosti je znamením, že jógin ještě není schopen žít realisticky. Přijímání věcí a lidí jak jsou – ale radostné přijímání bez přání, aby byli jiní – umožní jóginovi žít mezi nimi bez zbytečného napětí a vzít si maximum užitku z každé příležitosti. I nepřítel je pak viděn a pociťován jinak a jóginovi to umožňuje přiblížit se k jógovému uskutečnění v tom smyslu, že může být v míru se světem, i když svět není v míru s ním.

Je tu však ještě vyšší oktáva spokojenosti. Santoša je v souhlase s jedním z ústředních hledisek Bhagavadgíty (II,48): „Vyrovnanost se nazývá jógou“. Vyrovnanost, spokojenost, je pozitivní hodnotou, která vytváří nejen vnitřní rovnováhu, umožňující jóginovi klidně přemýšlet a jednat, ale vytváří v něm i centrum blaha, které u těch, kdo jsou plně vyvinuti, ovlivňuje svými vibracemi okolí pozoruhodným způsobem. Každý, kdo seděl u nohou opravdu pokročilého jógina, ví, o čem je zde zmínka.

Závěrem ještě jednu poznámku. – Moudrý odpouští, neboť má útrpnost s těmi, kdo tápou v temnotách. Bůh se nikdy nemstí. Pravý světec nikdy nic nevynucuje a ti, kdo si v dávných dobách tak počínali, nebyli tak božští. Násilí nemá místo v charakteru toho, kdo dosáhl dokonalosti. Mýlit se je lidské a odpouštět je božské. Dokonalý je se vším spokojen. Obyčejní lidé pěstují spokojenost zřídka, protože jsou učeni, že mají mít ambice. Vyzdvihují se jejich ambice, nikoli případná spokojenost. Spokojenost je velkou ctností.

3) Tapas – askeze. Život v přepychu a popřávání si veškerého pohodlí života nejdou ruku v ruce s úspěchem v józe. Na druhé straně příliš mnoho askeze také není dobré. Tapas nemá být zaměřováno se sebeumrtvováním a sebetrýzněním. Sebeumrtvování nevede k vhodné pozici, vhodnému dýchání, kontrole smyslů, koncentraci, meditaci a kontemplaci. Bhagavadgíta (VI, 17–18) říká: „Jóga není pro nadměrné jedlíky, není pro ty, kteří se příliš vyhýbají jídlu, není pro nadměrné spáče ani pro toho, kdo spí příliš málo.

Jóga se stane ničitelem všeho utrpení pro toho, jehož jídlo a odpočinek jsou jógové, jehož námaha, spánek i bdění jsou jógové.“

Těmito dvěma verši je pojem „jógový“ značně osvětlen; určuje stav, kdy mysl je řízena a podřízena myšlenkám o átmanu, aniž touží po předmětech touhy. V takovém případě nevznikají výstřelky, nepřírozenosti či nezdravé návyky. Tapas tedy neznamená sebeumrtvování, ale znamená tělesnou a mentální disciplínu, čili cvičení s velkým úsilím vůle a současně vyhýbání se veškeré lenosti.

Tapas je určitá odtazitost, lhostejnost vůči párům protiv, chladu a horku, radosti a bolesti, hladu a žízně. Tělesné potřeby, žádosti a potíže, nutno překonat, aby dovnitř nasměřovaná pozornost se neuchylovala pro jejich působení.

Někteří autoři uvádějí, že tapas je trojího druhu. Týká se buď těla, řeči nebo mysli. Zdrženlivost a nenásilí představují tapas těla. Používat v řeči slova, která neurážejí, hovořit o slávě boží, mluvit pravdu, bez ohledu na následky pro vlastní osobu a nemluvení zle o jiných, představují tapas řeči. Rozvinout duševní postoj, při kterém člověk zůstává klidný a vyrovnaný v radosti či smutku a zůstává zkontrolovaný, to představuje tapas mysli.

Výraz tapas je odvozen od slovního kmene tap, což znamená planout, pálit, svítit, trpět bolestí či stravovat ohněm. Znamená tedy planoucí úsilí, dosáhnout za všech okolností v životě určitý cíl. Význam slova byl pravděpodobně odvozen od procesu očisty zlata, které se mocným žářem roztaví, v žaru se spálí veškerá nečistota a zbyde jen čisté zlato. V ortodoxním slova smyslu se označení tapas používá pro specifická cvičení, týkající se očisty a kontroly těla a rozvinutí síly vůle. Obsahuje půsty, zachování různých zřeknutí, dechová cvičení apod. Systematické cvičení tapasu začíná zpravidla jednoduchými a snadnými cvičeními, která vyžadují jen určitou sílu vůle a dále pak pokračují obtížnějšími, jejichž účelem je přestat se ztotožňováním se s tělem. Tapasová cvičení postupně uvolňují toto spojení a umožňují vědomí se od těla částečně odtáhnout.

Na celé úsilí vytváření charakteru možno pohlížet jako na provádění tapasu. Když člověk pracuje bez sobeckých motivů či naděje na odměnu, s neotřesitelnou vírou, že ani stéblo trávy se bez vůle boží nemůže pohnout – to je tapas. Tapas cílí k nerozptylování mysli, k dosažení jednobodovosti, k pevné mysli. Pomocí tapas jógin rozvíjí sílu těla, mysli a charakteru. Získává odvahu a moudrost, celistvost, přímost a jednoduchost.

Tapas je vědomé úsilí dosáhnout svrchovaného spojení s Božstvím a úsilí spálit všechna přání a touhy, které stojí v cestě tomuto cíli. Život bez tapasu je jako srdce bez lásky. Bez tapasu bytost není schopná dosáhnout Svrchovaného.

Závěrem nutno zmínit, že při výkladu pojmu tapas existuje málo shodných názorů z hlediska obsahu a míry. Vždy existovali vynikající jóginí, kteří

prohlašovali přísné formy tapasu za destruktivní a tím nepodporující dosažení nejvyššího cíle. Bhišma, slavný hrdina Mahábháraty například prohlašuje: „Co lidé považují za tapas, příkladně půst do poloviny měsíce, je ve skutečnosti jen poškozování těla a dobří to nepovažují za tapas. Zříkání se a pokora je nutno učit jako nejvyšší tapas. Kdo dosáhl tyto dvě ctnosti, zvládne také dlouhodobý půst a trvalou zdrženlivost“. Nutno zdůraznit, že tento názor je v souladu s Jógasútrou:(59) „Když byly sebekázní odstraněny nečistoty, vzniká dokonalost těla a jeho smyslů“. Jak vyplývá, zdůrazňuje se zde výbornost těla a nikoli jeho zmrzačení a ničení.

4) Studium posvátných písem – svádhjája. Aby studium posvátných písem přineslo náležitý užitek, musí se provádět s pečlivou důkladností a rozlišováním.

Student se musí totiž napřed skutečně seznámit s veškerou důležitou literaturou, která se zabývá podstatnými fakty jógy a jejími různými hledisky. Student musí podniknout studium stejně důkladně jako když studuje každý jiný vědní obor, jen tak získá určitý přehled o hodnotách různých metod a o správném přístupu k nim.

I když toto studium je jen teoretické, přece je cennou hodnotou. Mnozí, kteří se vydali na cestu hledání, mají o věci rozmlžené až zmatené vědomosti a nedostává se jim jasného úchopu věci, což je pro trvalý pokrok nezbytné. Tím, že jsou nedostatečně vybaveni nezbytnou orientací v problémech, které jsou s jógou spojeny, snadno upadnou v přílišné zjednodušování a očekávají pak nemožné výsledky. Dříve nebo později ztrácejí odvalu a zanechávají úsilí, či sednou na lep lidem nemajících zábran, kteří předstírají, že jsou velkými jóginy a slibují různé fantastické věci, aby nalákali lidi do svého houfu či církve. Široké a obsáhlé intelektuální pozadí je nezbytné pro dosažení úspěchu v každé sféře vědeckého úsilí a jelikož jóga je vyjímečnou vědou, platí tato pravda i o ní.

Abychom učinili život zdravý a míruplný, je nezbytné někde v čistém prostředí pravidelně studovat literaturu pojednávající o Božství. Studium takových knih umožní jóginovi, aby se soustředil a rozluštil obtížné problémy v životě, pokud se vynoří. To způsobuje ukončení nevědomosti a začíná přinášet poznání. Nevědomost je bezpočátečná, ale je konečná. To představuje začátek poznání a ne jeho konec. Studium jógin začíná rozumět přirozenosti své mysli a získává intelektuální spojení s Božstvím. Knihy, které pojednávají o cestě poznání jsou pro všechny. Nejsou míněny pro stoupence určité víry. Jako včely nasávají nektar z různých květů, tak i jógin vstřebává věci jiných věr, když mu pomohou pochopit a zhodnotit vlastní názor.

Doslovný význam svádhjája je tento: sva (= vlastní) a dhjája (jít dovnitř, vejít) má proto dvě zaměření – vlastní studium nějakého písma anebo studium sebe sama.

Nad jiné zde platí, převažuje-li v jóginovi sattva, pak poznává pravou povahu věcí, tak jak opravdu jsou a ne, jak se zdají. Pak není oklamáván mylnými dojmy. Obecně platí, že analytické ladění mysli je nejlepší přítel, kterého člověk může v životě mít. Není lepšího přítele než analýza sebe sama. Naleznete sebezpozorováním své vlastní chyby a opravte sami sebe. Držte se dobrého názoru, že kvality sattvy, kontrola sebe sama, jsou tím, co vám přináší mír a vede vás v józe dál.

Ačkoli důkladné studium jógové literatury je nezbytnou částí svádňjája, přece představuje pouze první krok. Dále je nutno neustále přemýšlet a uvažovat o tom, co bylo získáno studiem z knih. Toto stálé přemýšlení připravuje mysl pro přijetí skutečného poznání ve vlastním nitru. Student začne hlouběji nahlížet do problémů jógového života. Čím má jasnější vhled, tím větší je touha po dosažení Boha. Přemýšlení o velkých základních pravdách života postupně bere na sebe formu rozjímání a mysl se více zabývá předmětem, který hledá.

Jóga Vasištha přímo varuje před nedostatečným studiem posvátných textů, když prohlašuje: „Malá znalost písem ústí v ještě větší zmatek. Nepoznávání existence svrchovaného míru v srdci a připisování Skutečnosti nějaké pomyslné okolnosti představuje nedokonalé poznávání s následnou zvrácenou logikou.“⁽⁶⁰⁾

Šatapathabráhmana⁽⁶¹⁾ komentuje studium textů v zajímavých podrobnostech a říká: „Studium posvátných textů a jejich předkládání k úvaze je pro opravdového studenta zdrojem potěšení. Jeho mysl se stává krotkou avšak nezávislou na ostatních a den po dni získává duchovní sílu. Student spí míruplně a je si nejlepším lékařem. Smysly má zkontrolované a má radost v Jediném, narůstá mu vhled, blaženost a touha pomáhat světu.“

Závěrem dejme slovo Vjásovi, který prohlašuje, že k žákovi, který je způsobilý k opravdovému studiu, přistupují dokonalí lidé, mudrci a bohové, aby mu byli ve studiu nápomocní.

5) Íšvarapranidhána – poslušnost a uctívání osobního boha. Během své cesty zjišťuje jógin, že Íšvara je Pánem, či vládcem všech, kteří nedosáhli osvobození, a to vládcem k jejich dobru, svrchovaným učitelem. Je vysokým uměním získávat všechnu zkušenost z této výuky. Dlužno ji brát v oddaném duchu s vědomím, že ovoce učení přijde až po zkušenosti a ne před ní, ani během ní. Takový postoj obsahuje velkou víru a lásku. Tak je tomu v „poslušnosti k Íšvarovi“, což je přijímání všech zkušeností bez hněvu a odporu, ne pouhým spatřováním dobra v čemkoli, ale spatřováním Jeho vůle ve všem, co urovnává jóginovo porozumění a city. Taková je poslušnost a láska k Íšvarovi, když je poznáno Jeho mistrovství. Příslušný aforismus říká: „Od uctívání Íšvary pochází síla kontemplace.“⁽⁶²⁾ Zbožný jógin se stále častěji přesvědčuje, že veškeré dění je řízeno moudrými zákony a že veškeré tvorstvo je v této moudrosti a dobru zahaleno. Být si vědom moudrosti

a dobra a být vděčný je určitým druhem kontemplanace nebo jistoty srdce a mysli, která přechází od vděčnosti k oddanosti. Oddanost se však jen tak lehce neprojeví. Býváme zkoušeni a pokoušeni do nejzazších hranic, což má za následek, že jsme vrháni do zoufalství znovu a znovu. Když se však oddanost projeví, pak náš život transformuje a naplní jej radostí a nadšením, až pociťujeme, že oběti, úsilí a utrpení, kterými jsme prošli, nejsou ničím ve srovnání s pozhledáním, které jsme obdrželi a s Boží milostí, která na nás sestoupila. Oddanost je takto nejvyšší funkcí, je „květem a dokončením lidské kultury“. Je to kontemplanace absolutní přítomnosti Íšvary, jehož přirozeným smyslem je dokonalost sama.⁽⁶³⁾

Cvičení těchto dvou členů jógy, zákazů a příkazů, podporuje vývoj vairágy čili bezžádostivosti, nelpění. Vairágya je vědomí sebevlády toho, kdo se zbavil lačnosti po viděných předmětech. Uvádí se, že takový člověk je nanejvýš lhostejný k radostem „nebeským i pozemským“. Uskutečněná vairágya umožňuje jasné přemýšlení bez předsudků a klidnou, nerušenou meditaci, která je nezbytná pro dosažení konečného cíle jógy.

Shrneme-li tento důležitý úsek zákazů a příkazů, pak pro základní a trvalou očistu a přípravu na cestu, která se tu sleduje, nemůžeme udělat nic lepšího, než shrnout vnitřní život člověka nejjednodušším způsobem a vyhnout se všem možným úskokům mysli a vyjádřit vše takto:

Přestat dělat zlo – naučit se dělat dobro – očistit svou mysl. Tato krátká příkázání obsahují nesmírně mnoho poznání, úsilí a uskutečnění. Abychom je dokázali pochopit, je třeba určitý stupeň vnitřní zralosti. Nezralý člověk je přejde v domněnce, že se jedná o pouhé teoretické pokyny, zatímco představují tresť způsobu života v mnohých vtěleních. Mimo praxi nemají tyto příkazy žádnou hodnotu a nemělo by se dopouštět, aby je povrchní mysl slovně rozpitvávala – musí být žity.

Pataňdzali uvádí, že hlavními překážkami, obtížemi, které brání úspěchu v józe jsou – nevědomost, pocit jáství či sebeláska, dále touhy a žádostivost, odpor či nechuť a konečně lnutí k životu, k sebezáchově. K překonání nevědomosti, hlavní překážky, která je příčinou a zdrojem ostatních čtyř obtíží, se obecně doporučuje provádět krijajógu, to jest poslední tři členy příkazů, doplněnou o vytrvalé meditace – viz dále.

3) Pozice – ásaný

Třetí člen rádzajógy se týká ásan, pozic. Pojem ásana zahrnuje v sobě rozsáhlý počet nejružnějších pozic. O ásanách se všeobecně podrobně pojednává v knihách o hathajóze. Zde se ásan dotkneme jen potud, pokud je to z hlediska Pataňdzaliho nezbytné.

Ásaný možno dělit zásadně do dvou skupin:

- 1) Pozice meditační, v nichž se má setrvávat po dlouhou dobu,
- 2) gymnastické, které vedou k tělesné zdatnosti; o většině z nich se předpokládá, že se zaujímají jen na velmi krátkou dobu.

V meditačních pozicích je hlavním požadavkem, aby hlava, krk a tělo byly v jedné rovné linii. Jógasútra⁽⁶⁴⁾ nepředepisuje pro meditace žádnou speciální pozici a říká: „Zvolená poloha těla má být pevná a příjemná. Toho je dosaženo uvolněním úsilí a zaměřením mysli na nekonečno. Pak jógin není rušen páry protiv.“ Žádná ze známých meditačních pozic nemá sama o sobě speciální význam, ať už jde o padmášanu – lotosovou pozici, či siddhášanu – pozici adepta apod. Pro tento účel je vhodné vše, co je zdravé, příjemné, snadné a hospodárné v energii.

Jelikož jsme v Evropě, nutno předpokládat, že člověk při meditaci bude sedět na zemi nebo na židli nebo na nízké stoličce. Sezení na židli není méněcennější; jedinou nevýhodou je vyšší těžiště těla.

Když jsme se posadili a zaujali vzpřímené posazení, uvolníme ruce, necháme je viset v ramenou a položíme předloktí tak, aby ruce odpočívaly na stehnech, případně je spojíme. Nohy mají být ohnuty v kolenou v pravém úhlu, přičemž kolena nemají být příliš roztažena. Zaujetím takové uvolněné pozice se končetiny i tělo mohou uvolnit z pozornosti mysli a je možno na ně „zapomenout“. Když bylo toto provedeno, žák je připraven pro koncentraci. Zvolená pozice je dokonale zvládnuta tehdy, když poskytuje možnost sezení bez pohybu po dobu dvou hodin. Přes tento časový úsek zpravidla nároky na meditaci nesahají.

Původním účelem a funkcí ášany tedy bylo, aby uvedla fyzické tělo do pevné pozice s co možná největším uvolněním a umožnila mu maximální pohodlnost, přičemž hlavním cílem je soustředění mysli jógina. V Tedžobindópanišadě⁽⁶⁵⁾ se uvádí: „Ásanou se rozumí taková pozice, která umožňuje stálou meditaci o brahman, které je principem všeho. Každá změna v pozici porušuje zážitek radosti“.

Zásadně je možné považovat za vyhovující každou pozici, pokud dovozuje při meditaci zapomenout na tělo.

4) Ovládání dechu – pránájáma

Čtvrtým členem jógy je pránájáma – ovládání prány, dechu. O práně bylo podrobně pojednáno v 1. díle, v kapitole Vtělená bytost. Účelem ovládání dechu je z hlediska jógy osvojit si klidný způsob dýchání během meditace. Způsob dýchání požadovaný při meditaci je volnější než ten, který je běžný během našeho činného působení; toto dýchání má dodávat potřebný kyslík mozku a celému tělu během velkého uklidnění, které je pro úspěšnou meditaci nutné. Dýchání vhodné při meditaci je podobné dýchání při spánku, kdy dýchací pohyby jsou hlubší, pomalejší, klidnější a tišší.

Pataňdžali se velmi málo zmiňuje o detailech dýchání. Pozici předepisuje pevnou, příjemnou a minimálně rušenou a stejný postoj má k dýchání. Jeho jógou je ráadžajóga. Když popisuje cvičení pránájámy, tak ujasňuje, že slovem prána míní běžné dýchání,⁽⁶⁶⁾ říká: „Pránájáma je dělení pohybu

dechu na vdechování a vydechování. Stav dechu jsou vycházení, vcházení dechu a jeho zadržení; je pozorován vzhledem k místu, času, počtu a stává se dlouhým a jemným.“

Místem se míní vzduch mimo tělo, měřeno od nosních otvorů. Čas se vztahuje k rychlosti a počet se vztahuje k relativní délce času pro vdech, zadržení dechu a výdech. Jemnost se vztahuje k faktu, že dýchání by nemělo být prudké nebo hlučné, ale mělo by mít tichý, hladký a přirozený průběh.

Pravidelné, dostatečně hluboké dýchání během meditace zamezuje rušení, které nastává z nepravidelného dýchání. Ve stavech hlubokého rozjímání vzniká tendence k zastavení dechu nebo k přerušovanému dýchání s delšími pauzami po výdechu. Dušnost, která pak nastane, vyvolá prudké nadechnutí, což ovšem porušuje meditační tok. Potíže ustanou, zvykne-li si jógin správně dýchat. Jógasútra⁽⁶⁷⁾ dále sděluje: „Tímto je zakrytí světla zmenšeno,“ a dodává: „a zde je mysl schopna koncentrace“.

Někdy se uvádí, že „není rádži bez hathy“. Tím se míní, že je občas určité zdokonalení v ukáznění těla i dechu zapotřebí. Šankara a Ramana Mahárši⁽⁶⁸⁾ často uvádějí, že hathajóga je vhodná pro ty, kteří potřebují určitou očistu.

Správně a pozorně prováděná pránájáma vede k očištění mysli, jejímu posílení a cílí k jednobodovosti.

Pro případ potřeby uvedme očišťující pránájámu. Při tomto cvičení vdech, výdech a zádrž dechu se provádí vždy na čtyři doby. Doporučuje se, aby se v duchu vyslovovala hláska Óm, to značí, že při této pránájámě se mentálně pronáší čtyřikrát Óm. Dále se doporučuje, aby jógin měl při cvičení pevně vzpřímenou páteř. Pránájáma probíhá takto:

Palcem pravé ruky uzavřeme pravou nosní díрку a zvolna vdechujeme levou nosní dírkou na čtyři doby. Následuje druhá fáze, zádrž dechu na čtyři doby. Obě nosní dírky jsou uzavřeny tím, že přiložíme prsteník pravé ruky na levou nosní díрку. Třetí fáze nastane, když uvolníme palec z pravé nosní dírky a zvolna vydechujeme na čtyři doby. Závěr výdechu se podpoří zatažením břišní stěny, aby se vypudil zbylý vzduch z plic. Čtvrtá fáze je zádrž dechu při vyprázdněných plicích na čtyři doby. Zádrž se provede obdobně jako při nadechnutých plicích. Další fáze nastává nádechem pravou nosní dírkou na čtyři doby, když prsteník stále uzavírá levou nosní díрку. Následuje uzavření i pravé nosní dírky a zádrž dechu na obvyklé čtyři doby. Poslední fáze následuje po uvolnění levé nosní dírky a provede se výdech na čtyři doby. Závěr výdechu je opět zdůrazněn stažením břišní stěny.

Uvedené fáze tvoří dohromady jedno kolo pránájámy. Zpočátku sádhak nevykonává více než 2 kola pránájámy a postupně po 1–2 týdnech může přidávat jedno kolo. Důrazně se varuje před jakýmkoliv přepínáním. Jógin se při provádění pránájámy má příjemně cítit, bez pocitů dušnosti. Tato pránájáma se provádí, má-li jógin dechové nedostatečnosti. Cvičení odstraňuje z těla nečistoty, které brání hladkému, rytmickému dýchání.

Ramana Mahárši připodobňuje mysl k jezdcí a úlohu koně přisuzuje dechu. Je-li dech zkontrolován, pak toulavá mysl je také pod kontrolou. K dobré meditaci postačuje trochu kontroly dechu a doporučuje pozorování dechu jako nejsnadnější způsob kontroly. Delší pozorování průběhu dechu navozuje zvyk dostatečně hlubokého a pravidelného dýchání. Pro nerušenou meditaci je břišní dýchání naprosto nezbytné, protože je uvolněné a hluboké.

Když plyne dech při meditaci tak pravidelně a klidně, že se na něj zcela zapomíná a není rušen náhlou potřebou hlubokého vdechu, pak je dech v souhlase s potřebou pro dobrou meditaci.

5) Odtazení pozornosti od smyslů – pratjáhára

Slovo pratjáhára se skládá ze dvou částí – prati a áhára, což znamená zřeknutí se potavy pro smysly, nepřijímání této potavy a odvracení se od ní. Zvuk, dotek, chuť, vůně a tvar je pět forem potavy pro smysly. Brání a dávání informací, přijímání a odevzdávání jsou funkce orgánů činnosti a když smysly v míru odpočívají, protože odmítly své funkce, pak se tento stav nazývá pratjáhára a týká se též mysli. Mysl je totiž pánem smyslů. Když jsou smysly v kontaktu s nějakým předmětem a mysl nepřijme odraz jejich informace, pak není žádného poznávání předmětu. Stav mysli, ve kterém mysl neodráží předměty tlumočené smysly se nazývá pratjáhára. Když odtáhnete mysl od předmětů, stáhnou se i smysly. Jsou-li smysly vstřebány v mysl, jsou odtaheny, a dochází k zvládnutí smyslů.

Pratjáhára je vhodný prostředek, jak ztišit mysl. Činí ji do sebe obrácenou. Je to vlastně přechod, který činí mysl introspektivní a obrací ji samu do sebe a odvrací ji od zevních podnětů. Pataňdžali k tomuto členu jógy poznamenává:⁽⁶⁹⁾ „Odtazení pozornosti od smyslů nastává tehdy, když jsou odtaheny od jejich vlastních záležitostí a přizpůsobují se povaze mysli. Tím vzniká úplná poslušnost smyslů“.

Existuje více cvičení, které umožňují přerušit návyk, zaměřovat pozornost ven a docílit stočení mysli dovnitř. Uvádíme dvě dechová cvičení, při kterých tvoří proces dýchání záchytný bod, který stahuje pozornost naší mysli dovnitř:

„K pozorování je nejlépe zvolit si místo na začátku nosních dírek, kde nejzřetelněji cítíme náraz vzduchu, který proudí nosem. U tohoto bodu budeme pozorností setrvávat a budeme si uvědomovat, jak tudy neustále rytmicky plyne dech. Ostatní pocity v těle, které vznikají při dýchání, sledovat nebudeme. Mějme při cvičení na paměti, abychom do samovolného plynutí dechu nezasahovali vůlí. Naším úkolem je prostě o dechu vědět, a nikoli jej regulovat. Když pozorujeme sled vdechů a výdechů nosem tak, jak přirozeně plynou za sebou, dbáme, aby to nebylo jen povrchní sledování celkového plynutí dechu v globální nejasnosti, nýbrž provázíme svou stejně jasnou pozorností každou jednotlivou fázi dechu; víme o počátku vdechu,

o průběhu vdechování, o přechodu z vdechu do výdechu, o průběhu vydechování, o dalším vdechování atd. To vše po celou dobu cvičení, tedy zpočátku asi po dobu 5 minut. Brzy zjišťujeme, že tu jde sice o úkol jednoduchý, nikoli však snadný. Téměř žádnou dechovou fázi nedokážeme zpočátku sledovat celou. Buď nám unikne počátek, nebo průběh či její zakončení. Někdy nezaznamenáváme ani více fází za sebou. Naše pozornost bude odskakovat a snažit se uchytit na jiných přitažlivějších předmětech. Zaznamenávání častosti těchto odklonů pozornosti od zvoleného předmětu bude právě nejspolehlivějším ukazatelem našeho počátečního pokroku.“⁽⁷⁰⁾

Jiné velmi účinné cvičení, které důrazně stáčí pozornost mysli dovnitř je již na hranici mezi odtážením pozornosti od smyslových vzruchů a samotnou koncentrací a tvoří k ní přechod. Cvičení tedy obsahuje prvky pátého a šestého stupně jógy a provádí se takto:

Zaujměte svou obvyklou meditační pozici a několikrát se nadechněte do plného dechu. Pak po výdechu hluboce vdechněte a zadržte dech. V zádrži dechu zaměřte svou pozornost, která bývá v hlavě, mezi obočím, a zasaďte ji doprostřed prsou, do anáhaty, nebo do centra duchovního Srdce, dva prsty vpravo od hrudní kosti. V prostoru uvnitř těla, který jste takto zaujmuli, snažte se pociťovat sami sebe. Můžete tam pronášet mentálně posvátnou slabikou ÓM, případně máte-li vztah k vedení z vašeho nitra, ÓM Guru. Snažte se při tom hluboko proniknout clonění mysli, které se různí v odporu podle zastoupení a hry gun. Spočívejte v sobě jak dlouho vydržíte bez přepínání.

Po zádrži, která by neměla být maximální, povolte a vydechněte. Cvičícímu se doporučuje určitý limit, který je dán tím, že intenzita vdechu a nádechu by neměla být pro jiné slyšitelná. Délka zádrže je individuální a záleží na kapacitě jógina. Účelem tohoto cvičení není vytvoření co nejdelší zádrže, ale stažení pozornosti dovnitř, a k tomu dostačuje zádrž ve které není příliš napětí. Z praxe jsou známy případy, kdy na začátku zádrže dechu nepřesahovaly 20 vteřin. Opakovaným cvičením se však kapacita zvyšuje. Na jedno sezení se doporučuje přibližně deset zádrží dechu, které jsou proloženy normálními dechy. Účinek této metody lze spolehlivě zpozorovat asi po 100 zádržích, tedy již po deseti dnech.

Tato metoda odtahuje pozornost mysli od smyslových vzruchů a stáčí ji do nitra.

Višnu Purána⁽⁷¹⁾ vyzdvihuje důležitost pratjáháry, když prohlašuje, že žádný jógin nemůže uspět, pokud nekontroluje své smysly; jinými slovy, pokud sílu pozornosti mysli nevyplývá jalově „venku“. Proto se musí soustředit na to, aby zabránil úniku drahocenné mentální i fyzické energie.

Velmi praktickou pomůckou k tomu účelu představuje úsilí o neustálé přebývání v prostoru uprostřed hrudi. Jedná se o vnímání pocitu kontaktu, přítomnosti uprostřed hrudi, sbaleného, teplého pocitu sebe sama. Ten má

být upevněn tak, aby byl stálým pozadím veškeré činnosti sádhaka. Přebýváním v kontaktu přítomnosti se sádhak zabývá neustále, i když je ve společnosti jiných lidí, v činném životě. Tehdy bývá nebezpečí extrovertně zapomínat a vytrácet energii. Když na to nezapomíná, je introvertně zakotven v sobě. Jógin by neměl dovolovat mysl, aby svou pozornost dlouhodobě odkláněla od pocitu zakotvení uprostřed prsou. Po uvědomění si odklonu, se klidně vrací k jeho vnímání. Je mnoho důvodů pro zakotvení pozornosti uprostřed prsou, v „sobě“:

- pociťuje-li se jógin „venku“, rozptyluje svou mysl, což vede k vyčerpávání a je opakem mentálního sbalení, které vzniká soustředováním

- místo uprostřed prsou je vhodné pro zakotvení pozornosti při pozorování aktivity vlastních motivačních činitelů, tendencí radžasu

- k tomuto místu se jógin obrací při modlitbě, s prosbou o pomoc, při uctívání vnitřního Gurua apod.

- v tomto místě sádhak pociťuje jemné rozlišování, varování, nabádání k opatrnosti před určitými osobami, situacemi apod.

- věnování pozornosti tomuto místu je možno provádět s pocitem hlubokého uctívání, jako místu božské přirozenosti v nás, v souhlase s kosmickým zvukem ÓM, který je tam situován a představuje účinnou mentální kontinuitu jógy, kterou lze takto neustále provádět.

Doposud vyjmenovaných pět členů bývá označováno jako vnější členové rádžajógy a zbyvajících tři tvoří vnitřní část a jsou základní.

Poslední tři členové rádžajógy se zabývají koncentrací čili soustředěním – dháranou, meditací – dhjánou a dokonalým pohroužením – samádhi. Z názvů jednotlivých členů jasně vyplývá, že tu jde o definované stupně.

První člen – koncentrace – pojednává o zaměření pozornosti mysli k určité myšlence nebo věci, aniž by se jako obvykle zatoulávala. Toto netoulání je tím, co se nazývá ovládnutím mysli. Koncentrace se popisuje jako upevnění mysli na nějaký předmět nebo bod v zorném poli mysli, kdežto meditace je nepřetržitý a nepřerušovaný tok tohoto stavu vědomí.

Výraz dháрана se odvozuje od slovního kořene dhr, který má význam „pevně držet“. Koncentraci možno označit jako podržení mysli v nehybném stavu. Koncentrace je tvořivým činem, který je založený na soustředění pozornosti uvědomováním. K plnému úspěchu je však zapotřebí, aby jógin zavedl koncentraci do každodenního života, aby byla každodenním zvykem. Plodem dobré koncentrace je totiž meditace.

V aforizmech jsou tyto procesy popsány takto: „Vazba mysli na jedno místo je nazývána koncentrací. Pokračování myšlení v onom bodě je meditací. Totéž, ale se svitem pouhého předmětu jako takového, se současným postrádáním vlastní povahy je dokonalé pohroužení, samádhi“.

V poslední z těchto tří vět je uvedena hlavní charakteristika dokonalého pohroužení, kdy člověk zapomíná na sebe, ale je přitom intenzivně vědomý. Nejde tu o citový stav, ale o bezprostřední poznávání, ve kterém není nic částečného, nic není zobrazováno z paměti či z minulosti za účelem třídění nebo nějakého srovnávání.

V praxi není ostrého rozdílu mezi koncentrací a meditací, jeden stav se nepozorovaně přelévá do druhého; koncentrace, meditace a dokonalé pohroužení tvoří spojitou sérii.

Vraťme se však k praxi koncentrace. S jejím prováděním jógin dochází k rozhodujícímu kroku na cestě a nastává základní změna jeho mentálního zaměření. Tento postup zároveň doprovází pocit postupného osvobozování se od omezené lidské přirozenosti.

Proč se vlastně máme koncentrovat a meditovat? Je věcí běžné zkušenosti, že se naše mysl tříští v mnohosti a jsou nasměrovány na všechny možné směry, což způsobují tendence radžasu, které jsou rozpínavé a odstředivé. Touto rozptýleností mysl ztrácí na síle a není kontrolovatelná, je snadno vzrušená.

Smyslem koncentrace a meditace je vyloučit myšlenkovou mnohost a dynamicky podržet naše uvědomování u určitého tématu či bodu.

Když se pozornost odchýlí od tendencí radžasu a stočí se dovnitř, dostředivě, získává na síle, neboť je uklidněná a kontrolovaná. Zesílení myslí se projevuje především tolerancí k okolnímu světu ve smyslu určitého pochození a jeho nekritizování. Tomuto stavu by se nemělo rozumět jako lhostejnosti. Silná mysl hodnotí maličkosti a nedůležité věci právě jako nedůležité a nevstupuje proto pro ně do reakce. Silná mysl se jeví jako pevná vyrovnanost, kdy naše hodnotící hledisko není rozkmitané, není na povrchu a není vším dotýkané. Je to stav, kdy je buddhi oproštěná od zastření tamasem a neklidem radžasu a její rozlišovací vliv se projevuje sattvickým svědčením, sattvickým postojem. Je to stav dobré vůle, kdy je mysl sbalená a volná pro síly nitra, které vedou vzhůru. Meditací nastává zvednutí vědomí-pozornosti, což se projevuje odpoutáním se od rozkmitaného charakteru obalu myslí, manomája koša, a výstupem do vidžňanamája koša, obalu intelektu, kde si sádhak uvědomuje uvolnění od materiálních vazeb. Jógin si začíná být vědom (na základě působení buddhi) vyšších mentálních procesů a pociťuje určité přitahování k abstraktním principům a dále přiblížení k Svrchovanému.

Obecně můžeme říci, že výsledky koncentrace a meditace jsou velmi zdravé a příjemné. Kdo medituje, rozšiřuje postupně harmonii a mír, které zažívá v době pokročilé meditace i v době ostatní běžné činnosti. Nepřinášeli meditace mír, soucit, uctívání a lásku k pravdě, pak není duchovní. Mysl po správně vedené meditaci je zklidněná a zkontrolovaná a získává na síle. Taková sattvicky naplněná mysl je konkrétním přínosem i pro naše bližní.

Správně vedená meditace je naprosto bezpečná a připravuje sádhaka k dokonalemu pohroužení.

Nutno však zmínit, že rozhodně neplatí, že meditoval je schopen každý.

Když začneme s koncentrací, musíme si zvolit předmět či bod koncentrace. Pak vůlí přikážeme pozornosti, aby se držela zvoleného předmětu a neodskakovala. To je základní charakteristika koncentrace. Zevně pozorováno je to zúžení pole pozornosti, ale vnitřně je to zaostření mentální síly. Při koncentraci činíme vůlí to, co běžně samovolně děláme, kdykoli si všímáme nějakého předmětu nebo na něco ostře myslíme.

Často se v souvislosti se soustředěním mluví o „jednobodovosti“; to je schopnost zaostřit mysl na jeden jediný zvolený bod, podobně jako se světlo zaostřuje optickou čočkou. Tato schopnost se získává pouze dlouhým a vytrvalým cvičením, které někdy trvá léta a vyžaduje značnou vytrvalost a pozornost, takže cvičící bývá často dlouho se nedostavujícím úspěchem odrazován a zanechává znechucen svého snažení. Schopnost koncentrace je považována za základ pro dosažení vyšších sil. Pokud není zvládnuta, nemohou se dostavit další pokroky. Při cvičení nutno zdůraznit každodenní pravidelnost. Každodenně prováděná koncentrace dává nesrovnatelně pronikavější výsledky než cvičení, provádí-li se obden. Je-li dosaženo jednobodovosti, nutno si uvědomit, že je rozdíl mezi mimovolným dosažením tohoto stavu a vědomým volným zaostřením. Mezi těmito dvěma fázemi leží zpravidla dlouhá cesta upevnění mysli, spojená s dlouhým a vytrvalým cvičením.

Když bylo upevněné jednobodovosti dosaženo, pokračuje koncentrace na zvolený předmět již samovolněji a netřeba do ní nadále vkládat maximální úsilí. Podobně, jako když jsme se rozhodli vykročit určitým směrem, kráčíme poslušni tohoto rozhodnutí a jsme v pohybu, pokud jiný čin vůle chůzi nezmění. Stejně je to s koncentrací. Jakmile byla jednou zařazena do akce a stala se řečištěm, zvykem, nebo setrvačným pohybem mysli, probíhá sama tak dlouho, dokud ji nezruší jiný akt vůle.

Jógin se však zpravidla setkává s překážkami, které vstupují do jeho koncentračního pole. Nejčastěji to bývá toulavost mysli, nedostatky v pozornosti a ospalost. Pokud tyto vlivy intenzivně ruší, mohou meditační ladění mysli zcela přerušit. Mechanismus koncentrace a meditace je velmi složitý proces a vyžaduje proto důkladnější studii.

Jóginovi se doporučuje, aby při meditaci vždy provedl analýzu stavu v jakém se nachází. Má-li pozornost sbalenou a zaostřenou, jedná se o převahu sattvy v něm a není co na meditaci měnit. Je-li však v mentálním poli stále mnoho dotěrných a střídajících se myšlenek, je dobré uklidnit jejich tok nějakým účinným způsobem. Chceme-li zklidnit zčeřenou hladinu mysli, použijme buď cvičení se zádrží dechu, uvedené v pátém členu této jógy, nebo použijme mantru, případně v návaznosti obě metody. Použijeme-li mantru je nejlépe, bude-li se skládat pouze ze dvou slov a používat ji

vytrvale až „nemilosrdně“, dokud nenastane základní uklidnění mysli a přestane myšlenkový zmatek.

Pozoruje-li jógin nedostatečnou ostrost, neschopnost v zaostření pozornosti, pak se jedná o převahu tamasu a je třeba podniknout něco proti ospalosti a zdánlivé únavě. Za tím účelem se doporučuje přerušit sezení a důkladně si umýt obličej studenou vodou. Vystupuje-li pravidelně ospalost jako hlavní překážka, je vhodné před meditací si připravit šálek silnějšího čaje. Je tedy důležité si uvědomovat stav, ve kterém začínáme medítovat.

Navzdory tomu, že si jsou všichni vědomi mysli, málokdo ví, co mysl skutečně je. Neznáme-li co mysl je, je velmi obtížné ji kontrolovat. Tato neznalost je hlavní příčinou chyb a nedostatků, s kterými se potýkáme na cestě za osvobozením.

Zamyslíme-li se nad myslí, nemůžeme se zbavit pocitu, že souvisí s myšlenkami. Stav a povaha mysli velmi závisí na kvalitě a obsahu myšlenek. Zlý má zlé myšlenky a mysl světce je prosvícena kvalitou jeho sattvických myšlenek. Mysl je mocná, jen když v ní proudí myšlenky.

Když vnímáme, jak myšlenky putují jedna za druhou v nepřetržitém proudu, pak podléháme klamně ideji, že existuje mocná síla, která se nazývá myslí. Ale když jsou myšlenky zastaveny, jejich proud přestane – pak zřejmě není myslí. Přirovnání s řekou usnadní pochopení. Řeka není jen vodou, ale řečištěm, s množstvím vody, která jím teče v nepřetržitém a nepřerušovaném proudu. Když byly vody z nějakého důvodu odvedeny, pak koryto řeky vyschne a my jej již za řeku nepovažujeme. Podobné zmiňuje Bhagavadgíta (VI, 25–27). Uvádí vyprázdnění všech myšlenek a této metodě dává přednost. Bývá nazývána dhjánou osvobození, protože uvolňuje z otroctví mechanického procesu myšlení a dovoluje podle přání myšlení zamítat.

Mysl – ego – je vlastně „já myšlenka“, radžasická touha po zachování osobní individuality, která produkuje stále myšlenky „starosti“, jak by se mělo co zařídit, aby bylo dobře, aby se zamezilo možnému nebezpečí apod. Těmito myšlenkami se mysl sama o sobě o své existenci utvrzuje a tak se posiluje. Proto na začátku koncentrace jógin často zjišťuje, že se nachází v roji myšlenek, které „připravují“ co se má v příštích dnech udělat, na co nezapomenout, před kým se mít na pozoru apod. Je-li intelekt, neutrální pozorovací-svědčící místo, obsazeno tendencí touhy po zachování osobní individuality, pak si ani příliš nevšímá toho, že se mysl toulá, protože ho obsah myšlenek zajímá. Aby se pozorovatelské místo, bod pozornosti, oprostil od sféry tendencí radžasu, doporučuje se jóginovi, aby opakoval mantru, což bývají slova, která jsou pro tendence nezajímavá, protože mají sattvický obsah. Opakováním mantry a věnováním pozornosti obsahu mantry, zavádí se do intelektu sattvický vliv a tím se zmenšuje vláda radžasu.

Mantra je slovo nebo zvuk, který slouží jako objekt koncentrace a využívá mentální energii, která se v samovolných myšlenkách tříští. Může také

představovat určitý slovní symbol, nebo symbol reprezentující a vyjadřující určité hledisko Skutečnosti. V mantrách není nic tajemného. Všechny jsou v písmu zmíněny. Často se doporučuje uctívání hlásky ÓM. Jiná mantra je „ÓM namah Šivája“, což je uctívající mantra Boha Šivy nebo „Soham“, což znamená „Já jsem On“.

Opakování mantry s hlubokým zaměřením na její obsah se nazývá džapa. Džapa představuje ukáznění mysli, při kterém jsou její neklidné proudy nuceny se pohybovat v určitém pořádku a rytmu a vytvořit tak opakováním mantry jedinou melodii. Když se takto cvičí, mysl se stane jednobodovou. Je nutno vyzdvihnout, že džapa vytváří jednobodovost mysli účinněji než všechny ostatní uspěchané snahy o meditaci. Mysl navyklá džapě je vždy zakrátko připravená k meditaci.

Účinnost džapy spočívá na dvou principech. Není možné vyslovit určité slovo, aniž by se k tomu nevynořila odpovídající myšlenka, a dále, není možné mít v mysli určitý myšlenkový pojem, aniž by se k tomu nevynořilo jeho pojmenování. A právě na úzkém spojení jména a tvaru se zakládá technika džapy. Džapa prováděná s plnou intenzivou a se snahou opakovat mantry neustále i během ostatních hodin, je jistou cestou, jak rozvinout oddanost a uctívání. Opakování těchto myšlenkových proudů a přemýšlení o nich přináší sebou rychlé vytvoření vztahu a trvalé zavádění sattvy do mysli.

Je dobré si uvědomit, že mentálně připravený postoj k meditaci nevzniká chvatným přizpůsobením během půl hodiny. Pro meditativní ladění je nutné pečlivě a usilovně pracovat a vysloužit si je během aktivity celého dne. Dokud nebudeme rozlišovat a inteligentně žít 23 a půl hodiny denně, dotud nemůžeme očekávat, že během 30 minut budeme mít meditativní ladění a úspěch. Jógin by měl celodenně pečovat o tyto kvality:

1) Klid – mysl jógina by měla být vycvičena, aby nevybíhala za předměty lahodící smyslům s tím, že v nich je štěstí.

2) Kontrola smyslových orgánů – s výsledkem, že smyslový vzruch z vnějšího světa neruší, neboť mysl je neposuzuje vzrušeně.

3) Odtazení od mentálních zájmů minulosti – vycvičit a ukáznit mysl aby si uvědomovala hodnotu a cíl meditace v porovnání k jalovosti „vysnívání“ mentálních hodů.

4) Schopnost trpělivého snášení – je pro jógina velice důležitá, protože menší bodnutí života jej nesmí vzrušit.

Svami Brahmánanda varoval před přílišným zabýváním se minulostí a zveličováním současných potíží. Nikdy nemáme zeslabovat mysl sebelitováním nebo neužitečnou lítostí.

Pataňdzali uvádí pro jógina nezbytné podmínky, pomocí kterých lze dosáhnout dobrou úroveň meditace. Vytyčuje nutnost víry, energie, paměti a vysoké inteligence.

Uvedením těchto kvalit Pataňdžali naznačuje, že k dosažení jógového ideálu je třeba dlouhé a přísné charakterové utváření a kázeň. Dosažení podmínek není výsledkem náhody, nějaké dovednosti či přízně, někým poskytované. Již za času Pataňdžaliho zřejmě existovali jóginí, kteří měli touhu užívat ovoce jógy, aniž by museli podstoupit tvrdý výcvik vůle a ukáznění. Ti hledali a vždy hledají jednoduché metody a stále nové učitele, o kterých doufají, že jim udělí siddhis jako důkaz přízně apod.

Víra, kterou Pataňdžali požaduje, je zakotvit v pevném přesvědčení o přítomnosti Pravdy v nás a působivosti jógové techniky. Je to stav vnitřní jistoty, která existuje tam, kde očištěná buddhi osvětluje mysl. Bez takové víry není pro nikoho možné, aby vytrval po mnoho životů, kterých je zapotřebí, aby dovršil dokonalost.⁽⁷³⁾

V požadavku energie je obsaženo odhodlání, odvaha a všechny aspekty nezlomné vůle, které nakonec překonají všechny překážky, stavící se do cesty vytčeného cíle.

Z dalšího požadavku vyplývá, že jógin musí získat schopnost si zapamatovat poučení ze zkušeností a uložit si je do paměti pro další cestu. Velké většině aspirantů je známo, že zkušenosti se znovu a znovu zapomínají a stejnými zkušenostmi musíme opakovaně procházet, což vyžaduje mnoho času a úsilí.

Inteligentně si počíná ostře rozlišující jógin, který poznal, že je bída spojena se všemi pomíjivými předměty a zkušenostmi přírody, i s tím, co se na začátku jeví jako příjemná zkušenost; takový směřuje k jemnému rozlišování mezi Duchem a přírodou.

Aspirant jógy by se zpočátku neměl unavovat dlouhými pokusy o koncentraci; na začátku dostačuje 15 až 20 minut. Unavená, netrénovaná mysl ztrácí totiž sílu a svou schopnost. Teprve když si aspirant přivykl základnímu úsilí a když se mu koncentrace stala běžnou, je možné čas věnovaný soustředění několikanásobně prodlužovat.

Metody duchovní koncentrace je možno rozdělit do více skupin – pozitivní, negativní a posléze třetí, která bude později zmíněna. Každá z prvních dvou metod obsahuje vnitřní aktivitu, jedna je pasivní a druhá aktivní. Pozitivní metoda „fixuje“ a pozoruje, negativní metoda zamítá a pozoruje, zastavuje. Jinými slovy, při obou metodách se uvědomování dělí na dvě části, na aktivní část, která něco dělá a na pasivní, která nedělá nic, ale bedlivě sleduje práci, kterou má aktivní část vykonat.

— Negativní metoda —

Je třeba odmítnout a vzdát se všech druhů emocí, nálad a představ, které vstupují do mysli jako myšlenkové nápady. Současně je třeba ostře pozorovat, zda ono jejich zastavování nebo odmítání pokračuje bez přerušení a zda

aktivní část se nezabývá myšlením, namísto odmítáním. Jak tato praxe pomalu a postupně pokračuje, myšlenkové útoky se poznenáhlu zjemňují a ztenčí. Při závěrečném kroku zamítání se vše rozpouští a je zavrženo. Tehdy ustaly všechny činnosti mysli a zůstalo jedině uvědomování v jeho úplné čistotě. O zřícím, pozorujícím, se pak říká, že je upevněn v pravém Já a je ve stavu míru, v ničem jiném než míru, kde není pocitu libosti či nelibosti, kde vládne svrchovaný pokoj.

— Pozitivní metoda

Pozitivní metoda pracuje s upevněním koncentrace, jejím zafixováním. Aby se mysl poskytla určitá opora, je vhodné pro ni opatřit určité božské symboly nebo obrazy. Tyto můžeme rozdělit do tří kategorií: formy, jména a ideje. Při této metodě se vychází z toho, že mysl je při své každodenní činnosti zaměstnána světem jmen, tvarů a idejí a není praktické chtít se najednou těchto věcí zbavovat. Zde se sleduje způsob upevnění mysli na jednu formu, jméno či ideu, která při závěrečném ponoření sama klesne a odhalí to, čeho je symbolem.

Božský tvar jako podpora

Pro podporu soustředění mysli se bere určitá forma nebo objekt. Nejčastěji to bývá slunce, měsíc, obloha, nebo božský tvar osobního Boha, světce, mudrce nebo vtělení Boží. Kdo má uctívající přirozenost, pro toho je snadnější upevnit soustředění na tvar Boha, ke kterému pociťuje obzvláštní připoutanost. Kdo nemá dostatečnou víru a oddanost, volí si jakýkoli jiný zářivý objekt ku podpoře mysli. Zvolený objekt je v představě viděn v nitru a mysl se objektu vytrvale přidrží. Správné místo, kde si máme obraz představovat je bod mezi obočím, adžňá čakra.

Božské jméno jako podpora

Pro použití této metody je nutné vybrat podle vlastní víry a přesvědčení určité božské jméno, mantru nebo větu. Jógin si počíná tak, že jemně a tiše, hlasně nebo mentálně slovo opakuje, přičemž se vědomí soustředí na poslech pronášeného jména či mantry. Ve jménu božím je obsažená nesmírná síla a Jeho milostí tato sestupuje na toho, kdo s plnou vírou a s celým srdcem jméno vroucně opakuje. Tato skutečnost je opakovaně stvrzována světci, bez rozdílu vyznání. Správné místo pro koncentraci na boží jméno je srdeční lotos, anáhata. Je třeba zdůraznit, že čím je mantra či věta kratší, tím lepší, protože tak se lze snadněji na ni koncentrovat.

Ideou se chápe idea o vztahu k Bohu, např.: „Idea Boha jako jediná Síla a Existence“, „Idea odlišnosti čirého Já od těla“, „Idea Boha, který je svrchovaným mírem“ apod. Zvolená idea se drží v mysli, za vyloučení všeho ostatního, a neustále se jí zabýváme. Je-li idea uctívající, pak správným místem pro koncentraci je anáhatačakra, je-li intelektuální, pak adžnáčakra.

— Třetí metoda —

Mimo pozitivní a negativní metodu existuje ještě třetí, při které nefixujeme ani nezamítáme. Jógin je při ní stranou od myšlenek a bere je za část přírody a nikoli za část ve vztahu k sobě. Dívá se na ně pouze jako svědek. Myšlenky vyvstávají a klesají nepovšimnuty. Důležité je se s nimi neztotožňovat a hledět na ně jakoby s vrchu. Mysl si po nějakou dobu mechanicky myslí, ale jelikož ztratila své vědomé centrum podpory, uklidní se a stane se pasivní. Tímto jógin dosahuje bdělé pasivity a v tomto stavu hlubokého ticha se odhaluje pravá povaha puruši. Tendence radžasu, hlavně touha po zachování osobní individuality, bojují samozřejmě o své vedoucí místo stále dál. Jakmile poněkud poklesne vůle po bdělé pasivitě, vstříčí do pozorovaného pole svůj „problém“. Smyslem této aktivity je udržovat kontinuitu pocitu ega, který je za aktivity tendencí a jejich myšlenek daleko silnější. Aurobindo uvádí tělesné body, na které se lze koncentrovat. Doporučuje hlavu, jakožto centrum mysli a srdce, ovšem nikoli tělesné ale tzv. duchovní, které umísťuje v anáhata. Speciálně zdůrazňuje místo na temeni hlavy, kde se může jógin soustředit i při čtení, přemýšlení a jakékoli jiné činnosti. Nehybné sezení je nejpřirozenější pozicí pro soustředěnou meditaci; stání je aktivnějším stavem a je vhodné jen výjimečně. Pozice vleže je pro asociaci se spánkem nevhodná.

Šrí Aurobindo dále doporučuje provádět hlubší koncentrace jen tehdy, když je aspirant v prostředí klidu. Pokud bylo dosaženo hluboké meditace, nedoporučuje příliš náhlý návrat do svrchního vědomí. Při rychlém návratu snadno dochází k pocitu nervové lability. Doporučuje proto při vynořujícím se vědomí zůstat po několik okamžiků nehybně sedět a teprve pak otevřít oči.

Shora zmíněnou třetí metodu nazývá svámí Vivékánanda koncentrací v sebezpozorování. Uvádí ji ve své Rádžajóze a říká, že je zapotřebí „dívat se“ na myšlenky a pozorovat je, jak sdělují svůj obsah mysli, přičemž se však žádná neschvaluje. Myšlenky se nechávají plynout. Jejich tok se žádným zájmem nepodporuje, takže se uvede v klid.

Jiný, i když podobný způsob je, když se jógin od myšlenek stahuje do postoje tichého svědka. Na myšlenky pak pohlíží jako na věci přicházející zvenčí, pociťuje je jako něco „kolemjdoucího“, co přechází pole mysli, jako

něco, s čím není ve spojení a o co není zájem. Metoda spočívá ve vytrvalém odnímání pozornosti myšlenkám. Pozornost věnovaná myšlenkám představuje vyživovací dynamiku myšlenek a odejmutí pozornosti má za následek zeslabení jejich dynamiky. Jóginovi se proto radí, aby vypjal svou pozornost a jemně a citlivě zaměřoval své uvědomování na každou změnu zaměření pozornosti a vytrvale a neúnavně odtahoval svou pozornost od myšlenkových útvarů. Výsledkem bude, že zaměří svou pozornost spíše na pauzy mezi jednotlivými myšlenkami. Tím se prostor mezi myšlenkami zvětšuje a prodlužuje, četnost myšlenek se zmenšuje, postupně umlkají až nastane mentální ticho. Nutno zdůraznit, že ticho samo není konečným cílem meditace, ale je základním předpokladem a stavem k dalšímu zaměření očistěné mysli. Samotné ticho mysli, bez dalšího úsilí, může vést do stavu, který sám o sobě nikam nevede a bývá označován „laja“ nebo i „tamasické samádhi“. ⁽⁷⁴⁾ Jsou známy případy, kdy jógin vytrvale procvičoval tento stav více než deset let bez sebemenšího dalšího pokroku. Ticho může být dvojí, tamasické, které je spojeno se strnulostí a později přechází ve spánek, je temné. Když však převažuje sattva, člověk zažívá mír a později jas. To je ticho, ve kterém může dojít k projevení se svědka jakožto Já.

Aurobindo uvádí ⁽⁷⁵⁾ ještě jednu metodu, která je aktivní a spočívá ve vyhledávání pramene vstupu myšlenek, ve zjišťování, odkud přicházejí. Jógin zjišťuje, že nemají původ v jeho mysli, ale že jakoby „vstupují zvenčí“. Odkryje-li místo jejich vstupu, pak aktivita metody spočívá v tom, že myšlenku před vstupem zapudí. Aurobindo k metodě poznamenává, že je nejobtížnější a že se všem nedaří. V případě zdaru však je nejkratší a nejnenergичtější cestou k tichu.

Svami Muktánanda a jiní ⁽⁷⁶⁾ zmiňují velmi důležitý jev, s kterým se každý pokročilý jógin setkává, že totiž meditační proces opravdu začíná až když se v jóginově nitru probudí jemná energie. Je to univerzální energie, která dříme v každém. Dokud není probuzena, meditace závisí zcela na vlastním úsilí jógina, na jeho síle vůle a její provádění je proto více či méně obtížné. Každý meditující začátečník ví, jak nepříjemný je proces vnitřního soustředování. Když se však jednou energie probudí, meditace se změní. Aktivující síla podporuje energeticky meditaci a pohání meditujícího směrem k dalšímu pokroku.

Aktivace vnitřní energie je vyvolávána Guruem a nastává při osobním styku s ním nebo při osobním styku s některým z jeho žáků nebo jiným jemným přenosem. Písmo zmiňuje tento jev a nazývá jej šaktipáta, probuzení duchovní síly. Je-li tato síla jednou probuzená, pak poznání, rozvinuté meditací, se ve formě přímého uvědomování samovolně rozvíjí a vede dříve nebo později k zažití pravého Já. Je to probuzení proudu uvědomění, pocit bytí v srdci. Toto uvědomění není fyzické ani mentální, ačkoli tělo i mysl si toho jsou vědomy. Proudění této energie nelze popsat, jako nelze vysvětlit

slyšení hluchému. Nicméně v zintenzivnění a stálosti této energie, i mimo meditační procesy, spočívá další postup jógina.

Meditace o svrchovaném Já je snadná, potřebujeme však k ní lásku a zájem. Čím více meditujeme, tím více se vnitřní šakti probouzí a počne se rozvíjet. Čím více toužíme po meditaci, tím více toužíme po Bohu, tím více toužíme po vnitřním probuzení a tím více se mu blížíme. Čím víc uctíváme šakti, čím víc ji dáváme přednost a snažíme se ji udržet v mysli, čím víc si ji takto vážíme, tím víc začne v nás působit.

Nade vše však je, že meditace je věcí praxe, že se ji nelze teoreticky naučit, protože jejím prováděním prožíváme zkušenosti, kterými nutno projít. Při meditaci ustávají rozmanité myšlenkové proudy a zůstává jen jediný. Stav nepřetržitého a nepřerušovaného myšlenkového proudu, který směřuje k předmětu meditace, je však nutno opakovaně prožívat. Je zcela vlastní a jediné opakovaná praxe upevňuje jógina v meditaci.

Závěrem stati o meditaci ještě jedno upozornění sádhakovi. Musí si uvědomit, že nepracuje ani nemedituje jen pro toto vtělení, ale pracuje pro dosažení svého cíle – dosáhnout dokonalost v Bohu. K tomu musí však získat speciální schopnost koncentrace a meditace, které vyvíjí a které s ním přecházejí do dalších vtělení jako vklad, který dále vypracovává, neboť schopnost meditace záleží na síle koncentrace. Nakonec zakotví ve věčném vědomí, které je jen jiným jménem pro Boha. V Něm se vytaví, až objekt a subjekt se stanou jedno.

Pokud sádhak nerealizoval jednost se svrchovaným Duchem, radí se mu aby prováděl meditaci až do konce života. Bráhmanské texty totiž prohlašují: „S jakou myšlenkou opouštíš tento svět, tu, kterou máš v okamžiku smrti, ta stanovuje následný běh života“. Jógin může být úspěšný jen pokud prováděl meditaci každý den a je v ní pevně zakotven, aby mohl usebraně čelit zcela novým a nezvyklým podmínkám umírání a smrti.

Podobné vyjadřuje i Mouni Sádhu,⁽⁷⁷⁾ když cituje promluvu dokonalého Mistra ke svému žáku:

„Nikdy nezapomínej, ale bez přerušení systematicky prováděj své modlitby a meditace a nikdy nevynechej. Připomeň si vždy, jaký blahoplývliv na tebe mají. Stále je porovnávej s temnými stavy nevědomého života, který vede většina tvých bratří. Jinak snadno zapomeš na to, co by se nemělo zapomenout. Vzpomenout si pouze v poslední hodině je příliš pozdě, než abys mohl bojovat proti vizím a nočním můrám nezdařeného života, když byl duchovně jen jalovou inkarnací, která přinesla jen další lopotu a utrpení pro budoucí.“

A proto radí – chceme-li si opatřit jistotu, že konáme správně, pak si vždy položíme nesmlouvavě tyto tři otázky:

To, co chci udělat, je ku prospěchu mé cesty, nebo je jí na škodu? Pochválil by mě za to můj Guru, nebo by mi to vytkl? Není to jen marnění času?

Přechod z koncentrace do meditace nevyžadoval žádnou aplikaci nějaké nové techniky. Podobně, když jógin úspěšně zvládl meditaci, není zapotřebí nových druhů cvičení aby dosáhl samádhi, dokonalé pohroužení, které je konečným výsledkem a korunou všeho duchovního úsilí a vyvrcholením celé jógové cesty. Vjása podtrhuje závěrečnou důležitost tohoto cíle tím, když jej shrnuje v definici – „jóga je samádhi“. Jako patřičná hloubka a intenzita koncentrace přecházela v meditaci, tak meditace připravuje prostor pro samádhi, když se mysl, celý vnitřní nástroj člověka, zcela uklidnil. Tehdy je jógin připraven změnit svou přirozenost v dokonalém pohroužení. K tomu, abychom plně pochopili přirozenost samádhi, je třeba osobní zkušenosti, neboť jak Vjása říká: „Jógu může poznat jenom jóga“.

V dokonalém pohroužení nejsou žádné myšlenky, pouze puruša – átman. Z toho vyplývá, pokud jógin není zabezpečen proti vpádům myšlenkových vetřelců, nemá naději. Podmínkou, aby jógin dosáhl něco, co nastane jediné když vyhasly všechny myšlenkové víry, je dosažení stavu, kdy už žádné takové pohyby neobtěžují. Důležitým klíčem k tomu je nepřívíslost k radžasickým tendencím a dále jejich mohutná kontrola sattvou, jejich důkladná sattvická harmonizace. Jinak však jógin musí mít vypěstovanou velkou připoutanost k Tomu, co je vším a je neomezené, a které jediné osvobozuje od veškeré ostatní omezující připoutanosti. I když používáte nejlepší známé techniky, abyste vyloučili nežádoucí prvky z vašeho vědomí a neotevřeli jste dveře svého nitra sattvě, bude ve skrytu vašeho nitra žít zájem o sobecké radžasické věci, a tyto nakonec vybuchnou na povrchu vašeho vědomí a meditaci přeruší. Toto je podmínkou zdaru. Jak jinak se mají jemnohmotná těla jógina se zbavit hrubých a nemotorných vibrací a být v harmonii s absolutní čistotou svrchovaného Vědomí? Jógin nevstupuje do samádhi tím, když mu někdo předvedl určité (tajné) techniky používané adepty. Velký úkol dosahuje jednoduše tím, že sattvou odstraní z mysli všechno clonění, které zakrývá v něm neomezený, dokonalý základ, purušu, átman, svrchované Bytí.

Božství v nás nelze nijak stvořit, ba ani sebevětším množstvím činnosti instalovat. Nic na Něm nemůžeme změnit, něco přidat nebo ubrat. Všechny jógy a cvičení působí pouze na odstraňování zaclonění, které Božství zahuje, nikdy ne na Božství samotné.

Dokonalé pohroužení je nejvyšší popření všeho relativního a časného, proto je tak obtížné, či spíše nemožné sdělit něco o něm, neboť náleží do oblasti Toho, absolutna, nepodmíněnosti.

Cestu k poznání dokonalého pohroužení naznačuje verš I,41, Jógasútry, který prohlašuje: „Když byly vyhlazeny modifikace (pohyby) mysli, pak jako drahokam, který se zbarvuje podložkou na které spočívá, tak i vědomí absorbuje poznávajícího, poznávané a poznání“. Nicméně tato sútra vyžaduje určité vysvětlení.

Položíme-li obyčejný kámen na podklad barevného papíru, kámen není dotčen zbarvenými paprsky, které se odrážejí od barevného podkladu. Je to způsobeno světelnou neprostupností kamene, jeho tamasickou hutností. Položíme-li na stejný kus papíru bezbarvý krystal, zjistíme, že krystal světelné paprsky propouští. Míra propustnosti závisí na průsvitnosti krystalu, na jeho čistotě, bezvadnosti. Čím dokonalejší krystal bude, tím více světla bude jím pronikat a tím více bude vstřebán barevnou plochou. Dokonale průhledný krystal (naplněný sattvou), prostý všech kazů (radžasů a tamasů), bude barevnou plochou vstřebán tak, že na ní úplně zmizí. To se stane jedině, když je krystal naprosto bez kazů. Pouhá stopa zbarvení, v jinak dokonalém krystalu, brání dokonalému splynutí.

Chování mysli k objektu pohroužení se pozoruhodně podobá chování krystalu ve vztahu k barevnému podkladu. Každá aktivita, sklon, dojem, který má mysl mimo objekt pohroužení, bude překážkou na cestě k splynutí. Jen když se mysl zcela vyhladí a ztratí svou nezávislou totožnost, může být vstřebána objektem pohroužení a svítit čistou Pravdou, která je v objektu pohroužení uzavřena.

Bylo by třeba překonat nesčetné potíže, kdybychom měli přesně porozumět tomu, čím pohroužení je. Je stavem, který umožňuje odhalení puruši, átmana, čistého Vědomí, je schopností činu, který se nezakládá na „zkušenosti“. Ale ne každé samádhi odhaluje čisté Vědomí, ne každé pohroužení způsobuje konečné osvobození.

Pataňdžali a jeho komentátoři rozeznávají několik druhů samádhi. Je-li samádhi dosaženo pomocí nějakého objektu nebo ideje (upevněním myšlenek na nějaký bod v prostoru nebo na nějakou ideu), pak tento stav je nazýván sampradžňáta samádhi, neboli samádhi s podporou, nebo také diferencované či členěné samádhi. Sampradžňáta samádhi odpovídá védántickému savikalpa samádhi. Jinými slovy je to pohroužení s plným uvědomováním si dvojnosti vnímajícího a vnímaného, subjektu a objektu.

V sampradžňáta samádhi mohou vibrace vědomí vzít na sebe i formu puruši, svrchovaného Ducha, obdobně jako je tomu při bdění, kdy zaujmou formu objektu smyslovým vnímáním. Tyto vibrace se v kvalitě puruši uklidní, zůstávají si však sebe vědomy. Vědí o vlastní činnosti, o tom, co bylo právě dosaženo a také vědí o blaženém doteku spojení. I když svou nesmírnou schopností proměn vědomí přijalo formu puruši, átmana, přece se ještě od tohoto objektu odlišuje. Propast mezi oběma zůstává zachována, zatímco subjekt prožívá povznášející blaženost vize.

Když však bylo dosaženo samádhi mimo jakýkoli zevní či duševní vztah, když jógin dosáhl pohroužení, do kterého nevstupuje nic jiného, cizího, ale které je plným poznáním absolutna – pak realizoval asampradžňáta samádhi, nediferencované samádhi. Vidžňánabhikšu (komentátor ze 16. století) říká, že sampradžňáta samádhi je prostředkem k osvobození potud, že

umožňuje uchopit pravdu a ukončuje každý druh utrpení. Avšak asampradžnáta samádhi ničí „dojmy všech předchozích duševních funkcí“, včetně zastavení všech karmanových sil, vzniklých činy konanými v minulosti.

Jde tu tedy o dva ostře odlišné stavy. Sampradžnáta samádhi je dosaženo jógovou technikou koncentrace a meditace, zatímco asampradžnáta samádhi tvoří vlastní stav – stav dokonalého pohroužení, „vnitřního vytržení“. Toto samádhi nastává jako následek dlouhého úsilí a snah jógina. Komentátoři uvádějí, dokud nebyl získán dostatek zkušeností v předchozím druhu samádhi, asampradžnáta samádhi lze těžko dosáhnout. Je vrcholem nespočetných meditací, které předcházely. Přichází samo od sebe. Toto radikální zvednutí vědomí, totožnosti, přichází, když se mu zachce.

Sampradžnáta samádhi se obvykle dělí na několik stupňů. Je tomu tak proto, že je zdokonalitelné a nerealizuje nějaký absolutní stav. Rozlišují se čtyři stupně:

savitarka samádhi (dokazující samádhi)

nirvitarka samádhi (nedokazující samádhi)

savičára samádhi (rozjímající, zkoumající samádhi)

nirvičára samádhi (nerozjímající samádhi).

Pataňdzali podává ještě jiný soubor termínů: vitarka, vičára, ánanda a asmitá. Ale jak Vidžňánabhikšu poznamenává, tyto čtyři termíny jsou pouze technického rázu.

V prvním stupni – savitarka, to jest dokazujícím, proto, že předpokládá předchozí analýzu – je vědomí totožné s předmětem meditace v jeho podstatě a úplnosti. Každý předmět se skládá z věci, pojmu a slova a během meditace jsou tyto tři aspekty v dokonalé shodě s jóginovým vědomím. Jde o přímé poznání předmětů, ale o takové, které sahá od minulosti do budoucnosti, čili obsahuje časové trvání.

Další stupeň – nirvitarka, nedokazující, je popisován Vjásou následně: „Mysl se stane nirvitarka, když paměť ustala ve své funkci, když přestaly slovní či logické asociace, v okamžiku, kdy předmět je prázdný od jména a významu, když mysl přemítá sama o sobě přijetím tvaru předmětu s vlastním svitem a objektem uvnitř něho“. V této meditaci je vědomí osvobozeno od jáství, protože poznávání ve smyslu „já znám tento předmět“, či „tento předmět je můj“, se nadále nevytváří a stává se daným předmětem. Předmět není poznáván asociací, ale uchopen bezprostředně a přímo ve své nahé jsoucnosti. Savitarka a nirvitarka samádhi jsou stavy poznání, kterých může být dosaženo koncentrací a meditací o jednotě věcí.

Pokud chce jógin proniknout do nejvlastnější podstaty jevů, musí jít nad oba tyto stupně, a proto počne s meditací nazývanou savičára (zkoumající). Při tomto pohroužení vědomí nekončí u zevních aspektů hmotných předmětů, atomů, ale přímo poznává úroveň principů, kde jsou tanmátry, což jsou jemnohmotné aspekty hmotných elementů, prvků. Jógin medituje

o jemnohmotné substancí a odhaluje tak podstatu prakrti, přírody. Tato meditace je ještě doprovázena vědomím času a prostoru. Když vědomí samo sebe identifikuje s oněmi tanmátrami, aniž zakouší pocity, které tanmátry (jelikož jsou energetické povahy) produkují – to jest, když je jógin asimiluje dokonalým způsobem, bez nějakého následného cítění, bolesti, libosti, vůle a bez vědomí času a prostoru – pak jógin dosahuje stavu nirvičára.

Všechny tyto čtyři stupně sampradžňáta samádhi se nazývají bídža-samádhi, neboli samádhi se semenem či s podporou, na rozdíl od asampradžňáta samádhi, které je nirbídža, bez semene bez podpory. Realizací těchto čtyř stupňů sampradžňáta se dosahuje „schopnosti absolutního poznání“. Tím je tvořena brána vedoucí směrem k samádhi bez semene, protože absolutní poznání odhaluje bytostní úplnost, ve které bytí a poznání nejsou již odděleny.

Když jógin spočine v takovém stavu samádhi, pak nezažívá již žádnou relativitu, není tam žádná přitažlivost pro smysly, žádná pozemská přivislost. Tehdy je osvícen světlem božské moudrosti a přichází do stavu míru a blaženosti. Jestliže tento stav jógin jednou realizoval, pak už na něj nikdy nezapomíná. Obětuje všechno, aby tento blahoplný stav dosahoval, aby jej mohl užívat. Tento stav je oním, o který všichni velcí hledači pravdy usilují. Aby tento stav dosáhli, králové a princové se zřekli svých trůnů, opustili své domovy, manželky, děti. Děti pak opustily své rodiče, protože se nemohly uspokojit žádnou jinou věcí na světě, tak jako žíznivý nechce nic jiného, než pár kapek vody a nic jiného ho nemůže uspokojit. Můžete mu dávat peníze, zlato, milióny, ale on je nebude chtít. To je pravým stavem. Přichází po mnoha zrodech, kdy se bytost blížila a připravovala pro nejvyšší realizaci.

Vjása shrnuje přechod od sampradžňáta k asampradžňáta samádhi takto: „Osvícení (pradžňá), které v tomto stavu samovolně nastává, vyvolává u jógina absolutní izolaci – kaivalja, osvobození ducha, puruši, od nadvlády prakrti, primární přírody. Plodem sampradžňáta je asampradžňáta samádhi a plodem asampradžňáta samádhi je kaivalja – osvobození“.

Nicméně Sadánanda ve Védántasaře (15. století) uvádí několik překážek, které se staví do cesty přechodu ze sampradžňáta v asampradžňáta, samádhi. Uvedeme závěrečnou překážku, která spočívá v neschopnosti jógina opustit blažený stav:

„Jógin se nechce vzdát a zbavit se vlastního extatického prožívání a rozpustit se ve svrchovaném Duchu, nyní, kdy mu hledí “z očí do očí”. Zůstává ponořen v blahoplné vizi, bez nejmenšího přání vystoupit z duality vnímajícího a vnímaného. Tato překážka se jmenuje rasa-ášváda „ochutnávání, užívání vůně, šťávy átmana“. Je tomu jako bychom chtěli udržet na jazyku věčně chuť nesmírně lahodného jídla. Veškerá aktivita jógina je lapena v chuti tohoto nadpozemského stavu, kde je Vědomí jakoby rozděleno ve

dví. Jako svrchované a jako užívající Vědomí. Toto „ochutnává šťávu“ a zdráhá se pokročit k poslednímu ztavení poznávajícího a poznávaného, ve stav neproměnného Jediného. Tato překážka vystupuje, chybí-li mysli na síle, aby se vzdala blahaplného pociťování a odloučila se od vznešeného nazírání, a sama se stala „ničím“ tím, že spolkne lahodnou chuť a umožní proces ponoření, ztavení a sjednocení“.

Asampradžnáta samádhi je technika, která vede ke zkušenosti a zažití stavu sjednoceného Jediného Vědomí, které leží nad veškerou poznatelnou obsažností. V tomto nejvyšším stavu se veškeré poznání ztavuje v Jedno. Ve védántě se tento stav nazývá nirvikalpa samádhi.

Tato realizace představuje zrušení běžného uvědomování. To, co zprvu zůstává, jsou věkovité vásany a dojmy (samskáry), které svými výstupy vždy ruší délku asampradžnáta samádhi. Avšak opakovanými, prodlouženými stavy tohoto samádhi, dosahuje se jejich postupné rozpouštění a jejich vymizením nastává ukončení těchto výkyvů.

V poslední fázi jógin překonává všechny formy podmíněné existence, prvotní energii prakrti, guny, které v podobě mračna, v bezpředmětné formě, zakrývaly jeho všepronikající vizi. Když se guny odtáhnou do (svého) lůna prakrti a přestanou se zakrývat, pak prapůvodní čistota puruši září v absolutní svobodě, či jak Pataňdzali říká „v osamocenosti“ – kaivalja – osvobození.

Pataňdzaliho systém – rádžajóga – je nejvědeckější a nejpraktičtější z velkých systémů jógy. Hluboká znalost mysli, zahrnující jak hloubky jejího podvědomí, tak i výše nadvědomí, naplňuje moderního psychologa úctou. Tato jóga nepožaduje na žácích víru v nic, co by měli považovat za zaručené. Nemluví o „málu vyvolených“. Říká prostě jen to, že každý, kdo se upřímně řídí jejími instrukcemi, dosáhne nakonec určitých výsledků, větších či menších, podle svých schopností a že výsledky znásobí jeho víru a dodají mu odvalu na další cestu. Jako při všech činnostech, tak i zde dosáhnou rychlých výsledků pouze ti, kdo budou nejdůslednější.

Bhaktijóga

*Ti, kteří soustředují své myšlenky na Mne,
uctívají Mne s oddaností a jsou naplněni
svrchovanou vírou, tyto považují v józe za
nejdokonalejší.*

Bhagavadgíta XII,2

*Oddanost k Bohu narůstá stejně jak ubývá,
přivislost k objektům, které smysly vnímají.
Sayings of Sri Ramakrishna verš 749*

Bhakti

Slovo „bhakti“ pochází z kořene „bhadž“, který má význam „sloužit“ ale také „účast“, „podíl“ a znamená službu Bohu. Bhakta je ten, kdo je uctívající, kdo je oddán a odevzdává svůj „podíl“ Bohu.

Bhakti je vroucí láska k Bohu. Tím je vyjádřena třeš bhaktijógy, jejíž podstatou a odrazovou silou je síla lásky, vroucnost člověka. Bhaktijóga se nezabývá ničím pomíjivým; předmětem bhaktovy lásky je objekt vybavený všemi nekonečnými kvalitami. Indiští mudrci již dávno rozpoznali působnost a pronikavou účinnost intenzivní lásky, a proto její použití metodicky rozpracovali, upravili a sestavili v jógu, jejímž vůdčím znakem a hnací silou jsou oddanost a uctívání – láska k Bohu.

Výraz bhakti se poprvé objevuje ve Švetásvatarópanišadě (IV, 23). Tato je poslední z klasických upanišad a byla sepsána neznámým autorem okolo roku 200 před n.l. Tímto konstatováním by ovšem neměl vzniknout názor, že lásku k Bohu Indové předtím neznali. Již v Rgvédu jsou o ní zmínky. Nicméně ve Švetásvatarópanišad si autor najednou uvědomuje, že askeze nepředstavuje nejlepší způsob jak uctívat Boha, že účinnější je nejvyšší oddanost.

Bhakti bývá popisována jako svrchovaně vznešené připoutání k Pánu vesmíru. Toto připoutání a oddanost vyznačuje pravou podstatu bhakti. Když člověk – místo aby ulpíval na běžných a omezených předmětech – pociťuje přitahování k nekonečnému a věčnému, když se naučí uctívat a milovat krásu velkoleposti a vznešenosti a přestává být strhován dočasným a omezeným třpytem přechodného a malého, pak a pouze pak, může v něm být nalezen zárodek bhakti, uctívání a lásky.

Je to láska, láska sama, která může obstarat sílu jednobodového zaměření. Dítě má svou zamilovanou hračku za jedinou, miluje ji výlučnou

láskou, která nepřipouští nic jiného. Ono ve skutečnosti neví, proč tak cítí. Toto „nepřipouštění ničeho jiného“ a „nevědění proč“ jsou charakteristikami pro pravou lásku a bhakti.

Rámánudža, jihoindický náboženský myslitel a filozof, definuje bhakti jako trvalé a nepřerušované připomínání, jako meditaci o svrchovaném Pánu.

„Nárada Bhaktisútra“⁽¹⁷⁾ uvádí ve verši 19, že bhakti je stavem, kdy člověk obětoval vše Pánu s naprostým sebezpodrobením a pociťuje nesmírnou trýzeň, byl-li Pán na chvíli zapomenut.

Všichni lidé hledají lásku a nacházejí ji někde ve světě a světských vztazích. Existuje sice pravá nesobecká láska mezi manželi, rodiči a dětmi, mezi přáteli, ale vždy zůstává v srdci určitá prázdnota, touha, která nebere konce, protože chce ochutnat hlubší lásku. Je jedno, jakou nesobeckou lásku člověk ve světě najde, přece je jen stínem pravé lásky, která je Boha, neboť Bůh je láska. Lidské srdce nemůže mimo boží lásku nic zcela uspokojit. Jedině v Něm je naplnění lásky – ánanda.

Jsou dva různé směry v lásce lidského srdce. Jeden je milovat a druhý být milován. Na jedné straně jsme od dětství hledali někoho, komu bychom mohli dát všechnu svou lásku a koho bychom mohli učinit vlastním svého srdce. Snažili jsme se o to se svými rodiči, sourozenci, manželem či manželkou, přáteli, ba i se svými mazlíčky, ale nenašli jsme nikoho, na kom by náš cit mohl zcela spočívat. Z našeho milujícího objetí každý nějakým způsobem vyklouzl. Zdá se, že nám nikdo nerozumí. Na druhé straně jsme hledali někoho, kdo nás bude milovat pro lásku samu. Někoho, kdo nás učiní jediným držitelem svého srdce. Ale i při tomto hledání jsme se bolestivě zklamali. Nenacházíme vůbec nikoho, kdo by nás miloval tak, jak my si přejeme. Vždy je tu určitá mezera mezi dvěma srdci i když může být sebenepatrnější. Vskutku vzácný je milující a stejně vzácný je milovaný. Po mnoha dlouhých zápasech si člověk nakonec uvědomí, že jedině Bůh je oním svrchovaným objektem naší lásky a že jedině Bůh je nejvyšším milujícím a že oba směry srdce se mohou naplnit jedině v Něm, který je láskou, milujícím a milovaným.

Pro běžného člověka se zdá, že je nejsnadnější jít cestou oddanosti. My všichni máme ego a dokud žijeme na pláni smyslů, nemůžeme se od něj osvobodit. Proto je třeba, abychom ego ponořili do vůle Pána – átmana uvnitř nás. Říká se nám, že musíme milovat Boha, ale jak je možné milovat někoho, koho jsme neviděli a neznáme? Taková otázka vzniká v každém aspirantovi. Milci Boha a mudrci však poskytují na ni stejnou odpověď. Říkají, „nyní Boha neznáte, ale budete-li na Něj myslet, naplníte-li svou mysl neustálým rozpomínáním, dojdete k tomu, že On je láska“. Tato láska naroste v srdci bhakty tak, že zvolá: „Ne já, ne já, ale Ty, ó Pane!“

Když je objekt takto milován, pak samovolně mizí připoutanost k jiným objektům. Připoutanost k jednomu a jedinému nezbytně obsahuje nepři-

poutanost k jiným předmětům a tak lhostejnost k ostatním objektům narůstá s intenzitou oddanosti k jednomu. Vairágya čili odpoutanost v bhakti přichází jako následek lásky k Nekonečnu. Tato odpoutanost a nepřivislost je tak přirozená a spontánní, že sama nadchází a vystupuje během cesty. Cesta bhakti zde pracuje s důležitou pravdou, která je málo zdůrazňovaná moderní psychologií. Je nemožné jen tak vykořenit či jen potlačit naše „nevhodné“ touhy či žádosti. Každý pokus potlačit je silou, má za následek neurotické poškození mysli. Běžná a úspěšná metoda k dosažení účelu je nasměrovat naše touhy jiným směrem, který je přitažlivý a zároveň pro nás prospěšný. Cesta lásky zdůrazňuje, že zbožňování a lásce k Pánu musí vždy předcházet nepřivislost k světským radostem, když byla poznána jejich omezenost. Je zřejmé, že uctívání a odpoutanost se navzájem ovlivňují. Zevní ztrátu a zapření lehce podstoupíme, máme-li nitro bohaté láskou. Ze světského hlediska se stáváme schopni zapřít cokoli, jen když se staneme bohatými z jiného hlediska. Pro milující uctívání, bhakta normálně a přirozeně kontroluje své vášně. Čím více se Bohu přibližuje, tím více ubývá jeho žádostí a tužeb po objektech světa. Vášně ztrácejí moc vedle toho, co je vyšší a vynikající. Je jedno, kterou cestou jde, od světa a jeho aktivit nemusí utíkat. Jedno však aspirant musí mít na mysli, – musí neustále vzpomínat na Boha.

Vivékánanda,⁽¹⁸⁾ nejznámější žák Rámakršny, říká: „Láska je vřelou touhou po spojení. Je velkým přáním dvou tvořit jedno. Tato láska se projevuje všude nižším či vyšším způsobem. Bhaktijóga je vědou o vyšší lásce. Bhakti nám udává směr, který máme lásce dát, jak s ní zacházet, jak ji užívat a jak ji přivést k cíli a z ní přijmout to nejvyšší a nejslavnější, blaženost v Bohu. Bhaktijóga nepřikazuje: Zanech!, ale říká: Miluj! Miluj! Miluj nejvznešenější! A milujeme-li nejvznešenější, pak vše nízké samo od sebe odpadá“.

Bhakti je uctívání Íšvary – Višnu a jeho vtělení. Kršna (vtělení Višnu, Pána vesmíru) v Bhagavadgítě (XVIII,55) říká: „Oddaností Mne pravdivě poznává, co a čím Jsem, a pak, když Mne vpravdě pozná, neprodleně do Mne vstupuje“.

Tirumularovi (jihoindickému světci, který žil okolo 5. století) se připisuje: „Nevědomec říká, že láska a Bůh jsou dva. Netuší, že láska je sama Bohem. Kdo ví, že láska je sama Bohem, ten spočívá v lásce jsa jedno s Bohem“.

Rámakršna⁽¹⁹⁾ říkal svým žákům: „Víte, jak intenzivní má být naše láska k Bohu? Láskou, kterou pociťuje oddaná žena ke svému milujícímu manželovi, připoutaností, kterou cítí lakomec k nashromážděnému bohatství, a přivislost, kterou má světský člověk k věcem tohoto světa – bude-li intenzita touhy vašeho srdce po Pánu rovna součtu těchto tří, pak Ho dosáhnete“.

Božskou lásku popisuje Nárada⁽²⁰⁾, když říká: „Vlastní přirozenost lásky je nevyjádřitelná. Je jako chuťová zkušenost němého. Osvítí ve vlastním

čase toho, kdo je připraven. Je prosta všech vlastností, prosta všech tužeb, každým okamžikem se zvětšuje, je nepřerušovaná a je povahy nejjemnější čistě zkušenosti“.

Préma, čili boží láska, je vnitřní emocí, která nemá žádný vnější původ v nějakém objektu, proto žádné slovo není schopno ji vyjádřit. Zkušenost může být velmi skutečná a přesto nevyjádřitelná. Charakteristickou zvláštností boží lásky je, že na rozdíl od lidské lásky se každým okamžikem zvětšuje.

Na závěr úvah o bhakti dejme ještě slovo Vivékánandovi.⁽²¹⁾ Ve své Džánájóze říká: „Intelekt je důležitý, bez něho bychom se dopouštěli hrubých omylů a přehmatů. Intelekt těmto chybám zabraňuje, ale odhlédnete-li od této pomoci, nepokoušejte se na intelektu něco vystavět. Intelekt představuje pasivní pomoc, je pomocí druhého řádu; opravdovou pomocí je cit, láska. Máte soucit s bližním? Máte-li, vrůstáte do jednoty! Necítíte-li s bližním, můžete být největším rozumovým obrem, a přece se ničeho nedopracujete. Budete jen suchým rozumem a tím zůstanete. Avšak pocíťujete-li soucit, jste na správné cestě“.

Osobní božství

Bhaktijóga klade výlučný důraz na personifikované Božství a chápe je jako osobního Boha. Filosofie bhakti je ryze náboženská a náboženství je vztahem mezi dvěma osobami – omezenou osobou, představovanou bhaktou, a osobou absolutní, kterou je Pán vesmíru (Íšvara, který bývá nejčastěji uctíván pod jmény Višnu, Ráma a Kršna). Bhakta připoutává Boha k sobě co nejúžeji a nepovažuje Jej pouze za Pána vesmíru, ale vytváří si k Němu vztah jako k otci, matce, příteli nebo dítěti; ba v srdci milujícího vzniká i vztah zamilované ženy.

Osobní Bůh je pojmem, který nutno blíže vysvětlit. Čtenář by tomu neměl rozumět tak, že se předpokládají dvě Božství, jedno popisované jako sat-čit-ánanda filosofů, čili skutečné Bytí – bezmezné Vědomí – neomezené Blaho, a druhé Božství – objekt bhaktovy lásky. Osobní Božství a sat-čit-ánanda, čili Božství neosobní, je jedno a totéž brahman. Bhakta uctívá brahman, protože vše je brahman a v jednotě není ničeho druhého mimo brahman. Brahman (nesklonné neutrum) je svrchovaná jednota. Jeho obsah je nesdělitelný a bývá charakterizován přívlastky „věčné podstaty, vše-vědoucí, všudypřítomné, věčně čisté“ apod.; takto popisované brahman je však příliš abstraktní, než aby mohlo být milováno, a proto si bhakta volí podmíněný aspekt brahman „s přívlastky“, který má mnoho podob.

Indické představy Božství byly sice již uvedeny v prvním díle této knihy, nicméně pro osvěžení uvedeme tento přehled:

Božství – brahman má dva aspekty

– nirguna brahman je neprojevené Božství a je srovnatelné s Eckhartovou charakteristikou Boha, jakožto lůna božské prozřetelnosti

– saguna brahman je všekosmické projevené Božství a nazývá se Íšvara – Pán všehomíra, svrchovaný Pán je nejvyšším projevem absolutní Skutečnosti. Íšvara se projevuje v různých podobách. Jeho tvůrčí princip je bůh Brahmá (masculinum), jeho udržující princip je Višnu, jeho ničící a přeměňující je Šiva. Dynamickým zosobněním Íšvary je mahášakti – Božská Matka všehomíra. Vtělením Višnu jsou avatárové, např. Ráma, Kršna aj. Osobní Bůh je nejvznešenější představou absolutna, kterou si je lidská představitost schopna promítnout.

Bhaktická písma schvalují uctívání více typů. Může to být:

Osobní Božství – Višnu, Šiva apod.

Idol nebo obraz osobního Božství

Avatar, i božsky žijící osobnost

Guru

Lidstvo všeobecně, jako projev svrchované Bytosti

Celý svět jako projev svrchované Bytosti

Antaryámin neboli vnitřní vládce

Átman.

Liberalismus v přístupu k Bohu však neznamená, že dnes můžete uctívat Boha jedním způsobem a zítra druhým. Nemůžete uctívat Boha jednou jako Krista a jindy jako Kršnu nebo Božskou Matku, či jako vnitřní světlo. Je kupodivu, jak někteří liberální učitelé nechávají své žáky meditovat o tolika různých subjektech. Něžnou rostlinku musíme ochránit plůtkem než vyrostе v strom. Něžná květinka spirituality zahyne, je-li příliš brzy vystavena neustálým změnám v idejích a ideálech. Védánta, která je založená na ideálech liberalizmu a univerzálnosti, trvá na tom, že si musíme zvolit jeden ideál, zvolit Božství, které bychom milovali, uctívali a o něm meditovali.

Během přípravných stádií je ladění uctívajícího podněcováno myšlenkami s pocity úcty a bázně, spíše než láskou. Pociťuje, že je Bůh vládcem vesmíru, a proto je více si vědom Jeho zářivosti a moci, než Jeho sladkosti a krásy. Hledá Boha, aby se osvobodil od veškeré vázanosti a aby v Něm našel skutečný život, opravdové světlo, pravou radost, věda, že nic mimo Něj nestojí za to hledat a milovat jako nejvyšší cíl v životě. Jak však láska narůstá, bhakta se již nezabývá podobnými úvahami. Moc a velebnost Boha ho přestávají zajímat. Jemu je Bůh veškerou láskou a láska k Bohu se stává motivační silou všech jeho myšlenek, pocitů a činností. V lásce k Němu jeho ruce pracují, mysl myslí a srdce pociťuje. Krátce a dobře, žije pro Boha.

Láska a úcta jsou dvě rozdílná mentální ladění. Dokud má uctívající na mysli Božství jakožto všemocného Stvořitele nebo přísného vládce,

nebo nestranného, který pozoruje světový řád, může mít bázeň a úctu před Bohem, ale nikoli lásku. Bude mít sklon se Mu klanět, ale jenom z dálky. Nebude pociťovat, že je k Němu přitahován, nebude v Něm popud, aby se stal s Ním jedno, nebo aby Ho obejmul jako svého vlastního. Ale s narůstající oddaností vyvstává pocit intimního vztahu k Bohu. Čím intenzivněji uctívající kontemplanuje o lásce a milosti Boží, tím se jeho oddanost prohlubuje. Dívá se na Boha jako na svého vlastního a pociťuje „já jsem Tvůj a Ty jsi můj“, a tento pocit se postupně projeví v nejrůznějších přístupech oddanosti, zcela podle ladění bhakty.

Osobní Bůh představuje pro bhaktu osobnost hodnou naprosto vyjímečné pozornosti. Milující pociťuje, že je s Ním speciálně spojen mimořádnou vazbou přibuznosti a že Pán nad ním stále bdí a ochraňuje ho před vším nebezpečím a pády. Myšlenka, že Pán je jeho Mistrem a jeho Milým, a pouze jeho ve vlastním slova smyslu, naplňuje bhaktu překypující radostí a vděčností. Ačkoli je absolutno cílem všech bhaktů, přece je každý toho názoru, že jeho Bůh je s ním svázán speciálním svazkem a že nikdo jiný by jej nemohl zastoupit a uspokojit. Bhakta se považuje za sluhu Páně a zastává zároveň přesvědčení, že by nikdo jiný nemohl sloužit jeho Pánu stejným způsobem.

Bhaktická literatura nezná únavy, když líčí vlastnosti Pána všehomíra. Višnu Purána⁽²²⁾ popisuje Svrchovaného takto:

„Ó Moudrý! On překonal hmotnou příčinu všech bytostí. Je nad veškerým zlem. Je duší všeho a proniká vše, co tvoří střed světů. Jeho bytost je vytvářená všemi ušlechtilými kvalitami jako sláva, síla, neomezená moc, nezměrná moudrost a svrchovaná udatnost. Je příčinou i důsledkem a je viditelný i neviditelný. Je Pánem všeho, vidí vše a zná vše. Má moc nad vším, a proto je svrchovaným Pánem. Vše ostatní, jiné, se nazývá nevědomostí.“

Rámánudža ve spise Bhášija⁽²³⁾ popisuje a hovoří o Bohu takto: „Bůh má plno lásky k lidem. To vyplývá ze stvoření světa. Bezprostředním objektem stvoření je, opatřit duším sféru, kde by mohly vyžít svůj karman. To by mohlo vypadat jakoby odplata byla pravým objektem stvoření. Tak tomu ale není. Jakožto dokonalá bytost, Bůh klade důraz na to, aby člověk sklídl plody svých činností. Tak to vyžaduje jeho božská spravedlnost. Cokoliv člověk dělá, ať dobré nebo zlé, musí vždy přinášet následky. Svět je místem, kde jsou zařízeny nejrůznější možnosti, aby duše mohly sklídit žně svých činností. Nejvyšším cílem Boha však je, aby vzrostlo štěstí člověka do nejvyšší míry. On chce, aby člověk zažíval svrchované blaho“. Aby toto lidé dosáhli, je třeba odstranit překážky, karmanové důsledky jejich činů. Proto jim přichystal svět, ve kterém se těchto překážek mohou zbavit. Jakmile jsou plody jejich činností vyčerpány, jsou připraveni pro spojení s Ním. Tím má

stvoření za nejvyšší cíl radost duše, i když jinak bezprostředně sleduje zákon odplaty.

Metody bhaktijógy

Bhagavata Purána⁽²⁴⁾ uvádí, že cesta oddanosti je vhodná pro toho, kdo není příliš unaven světem, ani není k němu příliš připoután.

Bhaktové školy vycházejí z názoru, že dosáhnout absolutní poznání je nesmírně obtížné, a považují cestu oddanosti za nejsnadnější prostředek k realizaci Božství. Na rozdíl od džánajógy, která klade důraz na stránku intelektu, a rádžajógy, která podtrhuje nutnost zvládnutí mysli vůlí, učitelé bhaktijógy prohlašují uctívání osobního Boha za nejjistější způsob, jak Ho dosáhnout, a hlásají, že bhaktovi se daří rychleji získat to, co získávají jiní rádžajógou či džánajógou. Bez oddanosti nemá žádná cesta výsledky.

Svámi Vivékánanda prohlásil, že bhaktijóga mu poskytla největší duchovní osvícení. Tento názor však nemá všeobecnou platnost, neboť o tom, zda bhakti je pro někoho snadnou metodou či nikoli, rozhoduje založení (talent) člověka. Metoda bhakti je však naprosto přirozená a bere si za vzor zkušenost, že to je objekt, který přitahuje přirozenou pozornost člověka, a nikoli subjekt. Dítě je objektem přitahováno a zajímá se o něj daleko dříve, než počíná mít vyvinutou ideu subjektu. Bhaktijóga využívá tento přirozený postup a staví před uctívajícího objekt mimořádné krásy a přitažlivosti. Bhakty se postupně zmocňuje objekt nekonečné krásy, který naplňuje celé pole jeho vědomí, a když vše ostatní bylo z vědomí vytěsněno, pak vědomí subjektu jako něčeho rozdílného od objektu zaniká. Přestává sebeuvědomování a nastává totální vnímání milovaného objektu. Nekonečný objekt pohlcuje omezený subjekt. Toto je nejvyšším stavem bhakti, kdy nesvítí ve vědomí nic jiného než Bůh.

Kdo nemá touhu po Bohu, pro toho cokoliv, co se jen trochu podobá náboženství, je záležitostí tupou, šedivou a nic neříkající. Nachází větší potěšení v jiných činnostech. Někteří jsou ponořeni ve smyslových potěšeních, jiní v knihách, další se zabývají honbou za penězi, jiní zas hledají krásu a ještě jiní se zabývají vědeckým výzkumem. Pro ně sledování těchto zájmů má daleko větší přitažlivost než jakákoli cesta do nitra. Většinou zastávají názor, že takové záležitosti musí být úzkoprsé, uvěžňující a že zatěžují duši člověka olovenou koulí. Nedovedou si představit, že člověk, který uctívá Boha, může mít ve svém srdci nepřetržitý zdroj radosti. Je ovšem pravdou, že každá cesta klade vážné nároky na toho, kdo ji sleduje. Chce-li však člověk dosáhnout mimořádné výsledky v kterémkoli směru, vždy se na něm požadují oběti jiných zájmů a tělesné a duševní vypětí, a navíc se setkává s neporozuměním svého okolí pro soustředěné věnování se cíli.

V životě jsme oddáni různým věcem a považujeme je často za důležitější než uctívání Boha. To je výsledkem převahy radžasu. Sattva se tehdy nedokáže uplatnit. Nicméně být oddán svrchované moudrosti je prozíravější. Posílení sattvy docílíme, budeme-li vykonávat své každodenní povinnosti tak, že jejich plody věnujeme svrchovanému Pánu. Tím konkrétně zeslabujeme radžasický podíl v naší osobnosti a zeslabujeme naše sobectví. Tehdy narůstá pravá oddanost k Pánu.

Každý bhakta však občas prožívá chvíle beznaděje, skleslosti a malomyslnosti pro různé neúspěchy apod. Je-li schopen se pomocí bhakti znovu pozvednout, pak se dostává velmi snadno přes chvíle slabosti. Láska je jediná energie, která může člověka tehdy pozvednout. Pocit beznaděje pomine nejlépe tím, že konkrétně procitujeme náš vztah k osobnímu Bohu. Tehdy se v bhaktovi upevňuje víra, že ho Pán nenechá padnout.

Bhaktijóga je vhodná především pro ty, kdo se netrápí otázkou o jsoucnosti Boha, ale které zajímá pouze dosažení dokonalosti. Je vhodná pro ty, kdo jsou schopni mít přirozenou lásku k Bohu a obracejí se k Němu jako housata k vodě.

Uctívající se zpravidla uvádějí v těchto třídách:

a) Ti, kdo jsou v potížích, nesnázích a utrpení a obracejí se k Bohu, aby jim pomohl v jejich krajnostech

b) Ti, kdo Ho hledají, aby získali nějaký objekt tohoto světa, aby získali radost a štěstí

c) Ti, kdo Ho hledají pro poznání, ať vyšší či nižší

d) Ti, kdo Ho hledají pro Něho samotného a ze žádného jiného důvodu.

Všichni jsme začali na nejnižším stupni a je na nás, abychom došli vyšších stavů. Dlouho musíme zůstat v nižší bhakti, pochopit ji a zvýšit intenzitu našeho uctívání s cílem jej oprostit od sobeckých motivů. Kršna nemluví o nižším způsobu uctívání zlehčujícím tónem. Všechny uctívající nazývá ušlechtilými, ale samozřejmě říká, že uctívající dle čtvrtého zařazení, to jest z čisté lásky, jsou Mu nejdražší. Neříká, že neodpoví na volání těch, kteří Ho hledají z důvodu poznání, kteří se k Němu obracejí o pomoc v utrpení, nebo i těch, kdo Ho hledají z čisté sobeckých motivů. Pohled'te, s jakou velkodušností a láskou Božství odpovídá nejen na utrpení trpících, ale i na touhu lidí mít hezkou, i když iluzorní radost na tomto světě. Tato odpověď se považuje za vpravdě božskou. Nikdo nesmí zůstat mimo dosah Jeho obrovské a nesmírně milující náruče. Bůh nemůže odmítnout částečně vyvinutou bytost, když ta chce věci světa pro své uspokojení a růst. To je třeba si uvědomit, abychom neměli pohled naplněný sebeuspokojením a při tom měli určité opovržení pro mladé duše, které potřebují svá běžná potěšení světa pro vlastní růst.

Pochybujete o tom, že Bůh odpovídá na volání každého, když po něčem touží? V říši lidských záležitostí existuje zákon, který přináší každému, dříve

nebo později, to, co si přeje. Okamžité splnění není možné, ale budete-li pokračovat v přání a vynaložíte-li úsilí, je možné to mít. Jsme dětmi svrchovaného Pána, proto naše vůle, i když je vyjadřována v klamu ve tvaru přání, je respektována a nakonec splněna. Je možné, že si přejeme špatné věci, a proto pak trpíme, ale to nic neznamená. I splňování přání je částí naší výchovy a způsobuje, že si postupně přejeme správné věci a nakonec žádné – Jeho. On jediný je skutečným a jediným zdrojem všeho štěstí, které nedorozuměním hledáme pomocí předmětů.

K tomu vypráví Rámakršna:⁽²⁵⁾ „Luňák, který držel ve svém zobáku ulovenou rybu, byl pronásledován velkým množstvím vran a křičícími luňáky kteří jej klovali a snažili se rybu zmocnit. Byv unaven dlouhým obtěžováním, luňák odhodil rybu, kterou okamžitě zachytil jiný luňák. Celé hejno vran a luňáků se hned vrhlo na nového držitele ryby a předchozího si přestalo všímat. Ten pokojně usedl na větev stromu. Šel okolo sádhu, pozdravil luňáka a řekl: „Jsi mým guruem, ó luňáku. Naučil jsi mne, že neodvrhneme-li břemeno světských přání, není možné uniknout světským zmatkům a být v míru sám se sebou“.

Z uvedeného vyplývá, že se musíme naučit k Bohu obracet pro to, co chceme, i když naše přání budou na začátku sobecká. Otočení se k Němu představuje právě první krok k Němu. Pouhá skutečnost, že Jej prosíme, znamená, že jsme Mu začali důvěřovat a záviset na Něm. V tomto postavení důvěry a závislosti spočívá velké tajemství, jak rozvinout lásku k Bohu. Čím více Mu důvěřujeme, tím více roste naše láska a tím více se pomalu, ale vytrvale přetvořují naše přání po obyčejných věcech, v touhu po Něm, který splňuje naše přání. V tomto procesu je skryta božská alchymie.

Podrobně a obeznale líčí potíže a pochyby začínajícího žáka Aurobindo.⁽²⁶⁾ „Nelze vycházet z předpokladu, že láska k Božství vznikne jediné tehdy, pokud je získána zkušenost Božství. Oddaný bhakta volá: „Celý svůj život Tě hledám a stále tu nejsi a pořád Tě hledám a nemohu přestat hledat, milovat a uctívat“. Jestliže by skutečně nebylo možné milovat Boha dříve, dokud o něm není zkušenosti, jak by se to srovnávalo se zpěvy bhaktů? Žák hledá Boha s vytrvalostí a opravdovostí a někdo ho najde dříve, jiný později, ale většinou až po dlouhém hledání. Boha není možno nalézt, dokud Ho nehledáte. Žák neříká Bohu: „Nejprve mi ukaž svou lásku, ať zakusím zkušenost Tebe, uspokoj mou žádost a pak uvidím, zdali Tě budu moci milovat, jak si to zasloužís“. Člověk rozumu zas říkává: „Ať Bůh, jestliže existuje, mi napřed dokáže svou existenci, pak uvěřím a pak zajisté podniknu nějaké vážné a třeba dlouhotrvající úsilí, jak Jej najít a poznat, jaký je“. To ovšem není bhakti. Nebo existují jiné názory: „Jedno zda miluji či ne, já chci a vždy jsem chtěl a nyní chci více a více, ale nic nedostávám“. Chtění však není vším, je třeba provést očistu srdce a mysli. Zastávají se i názory, které by se daly vyjádřit takto: „Když jednou chci Boha, tak se mi Bůh musí

projevit, nebo mi aspoň poskytnout záblesky sebe, abych prožil opravdové a konkrétní zkušenosti, žádné nejasnosti, kterým bych nerozuměl. Boží milost musí přece odpovědět na mé volání – jinak není žádná milost!“ Milost skutečně nastává v určitých případech, ale není u ní místa pro nucení. Jestliže to Bůh musí udělat, pak to není milost, ale povinnost Boha, Jeho závazek. Někdy je kladen důraz na teorii bhakti, že člověk má vzývat jméno boží a Bůh musí odpovědět, musí se okamžitě zpřítomnit. Snad, ale pro koho to platí? Jedině pro ty, kteří pociťují sílu jména, kdož mají horoucnost pro jméno a dovedou ji také do jména vložit. Jestliže je někdo takový, pak obdrží odpověď okamžitě, ale jiní používají jméno po léta, než obdrží odpověď. Rámakršna ji obdržel po několika měsících, ale jakých měsících! A jaké podmínky musel splnit, aby odpověď získal. Měl však rychlý úspěch, protože měl čisté srdce a božskou vášeň v něm“.

Učitelé bhaktijógy dále říkají, že je možné milovat Boha celou svou bytostí a ve stejném čase zastávat své postavení ve strkajícím, cloumajícím davu lidí. Sledováním vlastní denní práce získáváme nejlepší a nejtvrdší trénink v oněch charakterových požadavcích, které jsou nezbytné pro žáka bhaktijógy. Jsou období, kdy je zapotřebí se odtáhnout od světa a usídlit se v ústraní tichého místa, kde v samotě můžeme být sami se sebou. „Knihy nás mohou poučovat o lásce boží“, říká ve své Bhaktijóze Rámajandás, „duchovní vůdce (guru) nám může ukázat, jak ji dosáhnout, a svým příkladem nás učí mnohým užitečným a inspirujícím věcem, ale pouze Bůh nás může naučit, jak Jej milovat tak, jak si to přeje On. Není dosti na tom milovat Jej naším vlastním způsobem – musíme to konat Jeho způsobem“.

Rámakršna⁽²⁷⁾ k tomu poznamenává: „Nezáleží na tom, žijete-li život hlavy rodiny, ale záleží na tom, abyste upevnili svou mysl na Boha. Jednou rukou vykonávejte svou práci a druhou se držte nohou Pána. Když se přihodí, že nemáte žádnou práci k vykonání, pak přitiskněte oběma rukama Jeho svaté nohy k srdci.“

Uvažujte vždy tak, že vaše rodinné záležitosti nejsou vašimi. Jsou božími a vy jste Jeho sluhou, poslušným Jeho rozkazů. Nabere-li tato myšlenka na síle, pak nezůstává nic, co by člověk mohl nazývat opravdu svým vlastním.

Učitelé říkají, máme-li přesvědčení o božím vedení, pak se máme toho přesvědčení držet a nestarat se o to, co se kolem nás děje, jedno zda je to příjemné či nepříjemné. Je třeba mít k obojímu stejné zaměření a přebývat ve víře v Boha. To však může nastat jedině máme-li silnou víru, že Bůh o nás všechny pečuje.

„Myslíte na Boha pouze v čase meditace a zůstává v zapomnění během ostatního času? Všimli jste si, že během Durgó púdzhi lampa, která je blízko obrazu, je zapálená a stále hoří? Nikdy nesmí zhasnout. Zhasne-li, pak hospodáře stihne neštěstí. Podobně, když instalujete Božství v lotosu svého

srdce, musíte mít lampu vzpomínání neustále zapálenou. Zatímco se zabýváte záležitostmi světa, měli byste mít svůj pohled stále otočený dovnitř a dívat se, zda lampa hoří či nikoli.“(28)

Veškeré úsilí a moudrost bhakti je v následujícím aforismu učitelů: „Následuj objekt, soustřed' na něj svou pozornost, miluj jej z celého srdce, nehledej nic jiného, nemysli na nic jiného, udělej ho svým vlastnictvím, věnuj se mu cele a budeš ho realizovat“.

Výchozí názor bhaktijógy zní: Žádosti, city a hnutí myslí samy o sobě nejsou špatné. Nezbytné je pouze jejich správné nasměrování k vyšší úrovni, až nakonec se zaměřují jediným směrem – k Bohu. Bhaktijógin má proto jen jednu touhu a cíl – milovat Boha. A láska nezná strachu. Pouze ti, kteří jsou na nízkém stupni bhakti, milují Boha ze strachu – říká Vivékánanda. Pro ty je Bůh vznešenou bytostí, která třímá v jedné ruce hůl a v druhé žezlo, a modlí se k němu ze strachu před trestem. Pro takové je předně tvrdým soudcem „desatera“ a jiných mravních příkázání. Pakliže Jej neuposlechli, obávají se trestu. Uctívat Boha ze strachu před trestem je určitým ponížením. Pokud to lze vůbec nazývat uctíváním, pak to představuje nejhrubší způsob lásky. Kde je strach, tam nemůže být pravá láska. Pouze k sobectví se přidružuje strach. Ten, kdo si pro sebe nic nepřejí – koho by se bál a kdo by jej mohl polekat? Láska a strach jsou neslučitelné. Oddanost a uctívání se různí v přístupu zcela podle mentální úrovně uctívajícího.

Písmo se zmiňuje o dvou zřejmých stupních uctívání. Nezralé myslí nejsou ani teoreticky schopné pochopit, že Boha je třeba nakonec realizovat jako naše nejvyšší Já. Uctívají Boha s pocitem, že jsou od Něj odděleny a že Mu jsou podrobeny. Pro takové je Bůh vesmírným Pánem, kterému mají věrně sloužit a tím získávat Jeho milost. Jejich idea Boha je antropomorfická (představa Boha jako „velkého“ člověka) a myslí si o Něm, že je vysoce nadřazeným druhem člověka. Snaží se procvičovat všechny ctnosti – být dobří k ostatním bytostem, protože se domnívají, že to Bůh od nich očekává, protože je Pánem všech. Takové uctívání má ovšem trochu sobecký náter. Uctívající se těší na osobní odměnu. Věčné pokračování své individuality považuje za zaručené. Takový druh uctívání dává nový život jejich egu.

Zralý uctívající přichází k názoru, že antropomorfismus nemůže být pravdivý. Naučí se myslet na Boha jako nikoli odděleného od sebe, jen jako na zdánlivě odděleného. Ví, že i tato zdánlivá oddělenost roztaje skrze neselhávající moc Jeho milosti. Nebojí se toho, neboť přestal mít strach ze ztráty individuality, a proto rychle postupuje ke stavu bez ega. V jeho případě je proud milosti samozřejmě hojnější, protože ego je tím, co tento proud jinak omezuje nebo vylučuje.

Bhaktové autority jsou zajedno, že k dokonalému zvládnutí požadavků bhaktijógy je třeba učitele. Studium knih je k tomuto účelu nedostačující.

K duchovnímu růstu musí být člověk probuzen a impuls k tomu musí vyjít z jiné bytosti. Člověk, z jehož nitra tento impuls vychází, bývá nazýván Guruem. Pokročilý Guru dává žákovi nejen instrukce, ale indukci přenáší na svého žáka sílu, která je nezbytná k vykonávání jeho pokynů. Slova Gurua nesou s sebou jistotu, kterou nelze získat žádným jiným způsobem.

Písmo velmi obhajuje a doporučuje satsang, společenství se světci nebo pokročilými sádhaky, jakožto efektivní prostředek učící jak být oddán Bohu. Sanga je sdružování a sat je pravda. Účinnost satsangu se přirovnává k bezpečné lodi, která převáží účastníky přes oceán zrodů a smrtí. Satsang způsobuje zesílení sattvy v myslích účastníků, čímž velmi zmohutní introverze.

Lásku k Bohu nenajdete v chrámech a kostelích, ani v knihách, ať jsou jakkoli posvátné. Láska k Bohu je v srdcích uctívajících a ve společenství milců Boha a poznáte ji při rozhovoru s nimi, když jim sloužíte a pozorujete jejich způsoby chování. Tehdy může bhakta nasát ducha lásky. Je pravdou, že láska k Bohu se v nás nerozezná, dokud nepřejdeme do styku s těmi, kdo mají hořící plamen v sobě. Milost Boha přichází zpravidla od těch, kdo ji předtím obdrželi. Společenství světců plodí touhu po Bohu, lásku k Bohu, a v duchovním životě se nic nedosahuje bez intenzivní touhy. Neustálým prodléváním v takové společnosti, jedinec bez Boha nemá klid.

Jediné přátelství, které je opravdu posvátné, je takové, které se setkává pro božský motiv. Bůh si přeje soulad duší pro jejich zduchovnění. Jsou to malé věci, které způsobují naši úzkost a jsou to malé věci, které způsobují, že zapomínáme na naše poslání. Proto musíme potkat někoho, kdo nám přináší zprávu od Boha, která nás učí lekcí, kterou on chce abychom se naučili. Setkání s dobrými lidmi je příjemné pro obě strany, pro toho, kdo se ptá i pro toho, kdo odpovídá. Rozhovor, který vzniká z otázky, poskytuje dobro každému.

Nárada Bhaktisútra (verš 38 a 39) o tom pojednává následovně: „(Bhakti obdrží) Esenciálně pouze milostí velkých bytostí, nebo troškou milostí Páně. Získat spojení s velkými je však obtížné. Jsou nepřístupní. Setkání s nimi však ve výsledku neselhává“.

Bhakti se zpravidla dělí na aparabhakti a parabhakti. První je nižší a druhá vyšší. Aparabhakti má dvě části. První se nazývá gauni a druhá mukhja. V gauni části je guna radžas v sattvické harmonizaci velmi činná. Mysl a tělo jsou všemi možnými způsoby aktivní ve službě Bohu. Ve vyšším, očištěném stadiu, mukhja bhakti, ubývá radžasu a samotná sattva vystupuje stále více do popředí. Mysl se stává klidnou, tělesná aktivita se omezuje a kontemplace o Božství se stane stálou a míruplnou.

Gauna bhakti (také označovaná jako přípravná) sestává z modliteb, obětí a bohoslužebných obřadů a uctívání obrazů a soch.

Uvádějí se tři způsoby uctívání, které tvoří podklad praktickým metodám jak provádět uctívání Boha. Jsou to způsoby fyzické, slovní a mentální. Fyzický, čili zevní způsob uctívání, se provádí skláněním se před Bohem,

podobou osobního Božství. Dále je to provádění a vykonávání obřadů, obětování květín, světelných tyčinek apod., praxi sebekázně, osobní službou při bohoslužbě a učitelé. Slovní uctívání se naplňuje modlitbami, prozpěvováním hymen, studiem písem a opakováním posvátných jmen a formulí. Mentální uctívání obsahuje neustálé vzpomínání na Boha, úsilí o sebeodevzdání, meditaci, zřikání se připoutanosti atd. Každý z těchto způsobů může sádhak provádět podle vlastních sklonů, schopností a životní situace. Praxe i jen jediné z těchto forem uctívání, je-li provázena stálou oddaností, plodí lásku k Bohu.

V gauna stadiu je bhakti jógou rituálu, uctívání a náboženských svátostí. Rituál na této cestě je fyzickou pomocí ke koncentraci a zastává důležité místo. Provádění rituálu, podobně jako je tomu u karmajógy, soustřeďuje myšlenky, brání jejich rozptýlení a soustřeďuje je na jediný předmět. Pro mnohé je to nejjednodušší způsob cesty.

Modlitba je považována za klíč k zpřítomňování Boha, a proto má pro žáka základní význam a důležitost. Dokud si žák uvědomuje pocit „já a ty“ a dokud pociťuje, že se sám modlí a medituje, dotud bude pociťovat, že Bůh naslouchá jeho modlitbě a že Bůh je osobou.

Žák se připomíná, že

„jsou modlitby a modlitby“ a že při modlitbě, jako i jiných formách uctívání, zdánlivě „maličkosti hrají velkou úlohu“. Při vroucí modlitbě přichází žák ve styk s nekonečnou silou a pak dochází nutně k jejímu účinku. Soustředěnou modlitbu provádí bhakta při každé příležitosti, ve dne v noci, bez ohledu na to, zda se pohybuje či nikoli.

Bhaktijógin koná všechny činy pro Boha. Každý obyčejný úkol se stane posvěceným, je-li zbožně věnován Bohu, takže lze říci, že bhakta žije život neustálé modlitby.

Modlíme-li se k Bohu o pomoc, nesmíme současně zapomínat, že „nebe pomáhá těm, kdo si sami pomáhají“. Napřed se musíme sami snažit ze všech sil, zbytek nechť náleží na vyšší moci a silách a o to se můžeme modlit k Bohu. Bůh nepomáhá zvenčí, ale posiluje naše vlastní síly, zvláště když je vytrvale procvičujeme. Je třeba, aby naše slova harmonizovala s našimi myšlenkami. Jsou-li v dokonalé harmonii, dobré výsledky se dostaví rychle. Mnoho lidí se ptá „proč se nenaplnují mé modlitby?“ Odpověď je, že modlitby nejsou v rovnováze s obsahem mysli. Bůh se odhalí jen tomu, kdo po Něm z plného srdce touží.

Modlit se, znamená být usazen u nohou Páně. Modlit se, znamená mířit na božský cíl šípem intenzivní touhy, když ostří šípu je naplněné nadějí. Modlit se, znamená obdržet útěchu i inspiraci jako žák v přítomnosti učitele. V modlitbě je obsaženo uctívání, láska a svatost.

„Je pravdou, je-li žádán, že uděluje předmět, o který se prosící modlí. Neposkytuje však takové dary, které by v přijímajícím dávaly vzniknout žádostem

tem k dalším prosbám. On ze své vlastní vůle obdarovává oddané, i když o to nežádají, přízní svých lotosových nohou, která má moc zničit všechna světská přání“ (Déva v Ratnávali).

Každý sádhak, který provádí jógu, se setkává s údobím, ba dlouhým údobím zklamání, neúspěchů, nevíry a temnoty. Přece je tu však „něco“, co jej udržuje a nese dál, navzdory jemu samému. Toto „cosi“ cítí, že cíl, který sleduje, je pravý – ba co víc, nejen cítí, ale ví. Bytosti je vlastní základní víra jógy, která říká, že Božství existuje a že Božství je jediné co stojí za to, aby bylo sledováno – nic jiného ve srovnání s Ním nemá cenu. Pokud je člověku tato víra vlastní, potud je určen pro duchovní život a možno říci, i když bude v jeho povaze plno překážek a bude napěchovaná všelijakými negacemi a obtížemi a i když člověk bude mít před sebou mnoho let bojů, přece je předurčen k úspěchu v józe.

Na závěr pojednání o modlitbě uveďme úchvatný způsob modlitby světce Nárady, když se modlil k Rámovi: „Ó Rámo, přivol, ať prožívám Tvou přízeň, lásku k Tvým lotosovým nohám“. „Staniž se, Nárado“, řekl Ráma, „ale nechceš požádat o něco jiného?“ Nárada odpověděl: „Pane, prosím Tě, přivol, ať nejsem přitahován Tvou májou, která okouzluje vesmír“. Ráma opět řekl: „Staniž se, Nárado, ale nechceš ještě něco jiného?“ Nárada na to odpověděl: „Ne, Pane, to je všechno, o co Tě prosím“.⁽²⁹⁾

Vedle modliteb bývá učitelem doporučováno opakování některých manter. Mantra je krátká formule nebo kombinace slabik či slov, která jsou seřazena tak, aby působila povznesení mysli nebo účinné ponoření do sebe tomu, kdo je pronáší a vytrvale opakuje.

Mantry mají tři charakteristiky:

- 1) Vždy obsahují nějakou krásnou a inspirující myšlenku.
- 2) Jsou sestaveny na základě znalostí účinků, které vznikají, jsou-li mantry pronášeny a opakovány správným způsobem. Pak vytvářejí stavy hlubokého míru, rovnováhy, ticha a štěstí. Je známo, že musí být pronášeny v jazyku, ve kterém byly vytvořeny, jinak nemají účinek.
- 3) Uvádí se, že ti, kteří mantry sestavili, – ršiové (mudrci, kteří došli poslední reality) a Guruové, skryli v mantrách požehnání, jehož účinek sestupuje z toho, kdo je patřičně pronáší.

Mantra odstraňuje tamasické elementy v mysli, její zastření. Mantra proniká intelekt a očisťuje ho. Odstraňuje všechny nečistoty v celé bytosti. Skrze očistěnou buddhi začíná intelekt vnímat svrchované poznání, když dlouhodobým opakováním mantry se v bytosti probudila spící jógová síla.

Svámí Muktánanda však upozorňuje, že se mantra pronáší často s nesprávným pochopením. Sádhak se domnívá, že hlásky mantry a její objekt jsou od sebe i od něj samotného oddělené, odlišné. To je důvodem, proč mantra nepřináší okamžitý efekt. Malá úvaha nás o tom přesvědčí. Předpo-

kládejme, že vás někdo nazve idiotem. Nebudete-li vnímat slovo idiot s tím, že je míněno na vás, nebudete na něj reagovat. Ztotožníte-li se však s ním, pak se rozpálíte, že se vám nahrne až krev do hlavy. Podobně ztotožníte-li se stejně intenzivně se jménem Božím, pak brzy zjistíte jeho vliv, protože jméno Boží není odlišné od Boha.

Tukaram⁽³⁰⁾, světec-básník ze 17. století, uvádí k užívání mantry: „S Božím jménem na rtech je blaho osvobození blízké“. Tulsídás⁽³¹⁾, světec-básník ze 16. století k tomu říká: „Každý opakuje jméno Rámy, podvodníci, zloději i kněží. Ale způsob, jak vyslovovali Jeho jméno velcí bhaktové byl zcela jiný, proto jim to přineslo vysvobození“.

Opakovaně vyslovovat posvátné jméno či formuli je velmi jednoduchou metodou, která je však velmi působivá a nevyžaduje k praxi žádné pomůcky. Může se provádět nahlas, polohlasně nebo mentálně. Z těchto tří způsobů je mentální nejpůsobivější.

Nejnámější mantra je ÓM (vyslov aum, přičemž sanskrtská výslovnost A je v tomto slově podobná velmi otevřenému O, čili přechod mezi A a O). Teorie k tomuto symbolu říká, že A jakožto první zvuk je vytvářeno zadní částí úst a M je až posledním zvukem, který se pronáší se zavřenými rty; U slouží coby skluza mezi nimi. Toto slovo skrývá v sobě obsah veškerého vyslovování a vyjadřuje symbolicky veškerou působivost prvního slova vůbec.

ÓM je podkladem všech zvuků a může se kýmkoliv, kdykoliv a naprosto bez jakéhokoliv nebezpečí opakovat potichu či nahlas. Naopak vyslovováním ÓM se v mysli udržuje nezbytná kontinuita a uvolněnost. ÓM se považuje za nejvyšší jméno boží. ÓM je vším a je jen jiné jméno pro brahman.

Ramana Mahárši také radí bhaktovi používání mantry a říká, že v počátečním stadiu, kdy je třeba rozvinout bhakti, se doporučuje opakovat mantry a pouze takovou neustálou praxí lze dosáhnout kontroly mysli. Jinak je totiž při kontrole mysli potíž při začátečnických stádiích meditace, když ty nebývají úspěšné. Proto je na začátku opakování manter prospěšné. Pro nováčka není jinak snadné dosáhnout dobrou úroveň tiché koncentrace, ledaže by měl zásluhu z minulosti.

Rámajandás tento úsek jógy komentuje a říká, že používání manter, čili slovní síly, tvoří část odvětví této jógy a žák zjistí, že vyslovování slovní modlitby, je-li patřičně prováděno, se stává pramenem obrovské síly a pomoci.

Aby bhaktovi konkrétně pomohl, obhazuje hinduismus bohoslužbu „v obrazech“. Tím se mu ale dostalo hojně fanatické kritiky ze strany lidí, kteří nemají trpělivost ani sympatii nutnou pro studium ideje, která tkví za všemi druhy obrazové bohoslužby. I filosof, když se pokouší myslet na nekonečno, musí se uchýlit k představě něčeho rozlehlého, o čem má zkušenost – rozsáhlý prostor, velké plochy vod oceánu nebo obrovské modré

nebe nad námi. Při přísné analýze zjišťujeme, že toto je také forma modlářství. Stejným způsobem je symbolem socha, která pomáhá uctívajícímu myslet na Boha.

Všechny školy bhakti proto provádějí bohoslužbu, která je nazývána pratíka upásana, přičemž pratíka znamená tolik, co symbol a upásana je uctívání. Při této bohoslužbě je určitý předmět pokládán za symbol Boha (např. kámen Šivův – lingam – znak jeho plodivé síly) a je uctíván, jako by byl samotným Bohem. Pratíka je pokládán pouze za reprezentanta Boha a není myšleno, že by byl totožný s Bohem. Bůh je hledán skrze pratíka a není uskutečňován jako pratíka. To je základní pravidlo a zní, že žák má předpokládat, že pratíka je Bohem a nikoli, že Bůh je pratíka, protože nalezení Boha v pratíka povznáší a zbožňuje tento symbol, kdežto opačný pochod – nalezení pratíka v Bohu – nepřináší nic, neboť Bůh je nekonečně vyšší než pratíka. Žák tedy zprvu miluje Boha pomocí nějakého objektu. Později bez předmětu, přirozeným přemístěním zájmu, pro lásku samu, nebo, což je stejné, pro Boha samotného, který je láskou.

Svámi Pávitrananda připodobňuje obrazovou bohoslužbu k pohledu na krásnou scénérii, která inspiruje umělce k myšlence na Stvořitele, podobně tomu je krásný obraz nástrojem, jehož prostřednictvím spatřuje uctívající svého Boha. I dítě ví, že kus hlíny není Bůh, ale když tento kus je uhněten do tvaru, může vzbudit v srdci uctívajícího lásku k Bohu. Pak jeho mysl překoná hmotný materiál obrazu či sochy a může vystoupit i do nadvědového stavu. Budeme-li upřímní, položíme si otázku: „Kdo je vůbec schopen myslet na nekonečno bez pomoci nějakého symbolu?“

Rámánudža vroucně uctíval Boha v symbolech a doporučoval dávat srdce v lásce tomu, co není brahman, ale co se za brahman pokládá.

Bhakta ovšem nikdy nesmí pokládat zvolenou symbolickou postavu za skutečný ideál. Kde dochází k této chybě, tam nastává duchovní degenerace a nevědomost ve formě sektářství, pobožnístkářství a fanatismu. Pro toto nebezpečí má obrazová bohoslužba mnoho odpůrců. Nicméně pro některé vrstvy je bohoslužba „v obrazech“ tím jediným, co je dovede zaujmout a naplnit. Proto má tento způsob uctívání, přes výhrady, své zcela oprávněné místo.

Rámákršna je znám tím, že neodmítal žádné náboženství a způsoby uctívání. Jeho postoj dobře vystihuje následující:⁽³²⁾ „Mnoho schodišť vede k velkému koupališti. Kdokoli tam jde, zvolí si jednu z existujících cest a koupe se nebo si nabírá vodu do přinesené nádoby. Je zbytečné se přít, že jeho (příchozí) schodiště je lepší než jiné. Podobně mnoho schodišť vede k vodě, která je zdrojem věčného blaha. Každé náboženství představuje jedno schodiště. Vystupujte po jednom z těchto schodišť s upřímným a opravdovým srdcem a dosáhnete zdroj věčného blaha. Neříkejte však, že vaše náboženství je lepší než jiné“.

Jednoho dne slyšeli žáci, jak Rámakršna hovoří k Matce vesmíru, jsa ve stavu božského opojení:⁽³³⁾ „Matko, každý říká – mé hodinky jdou přesně. Křesťané, hinduisté, mohamedáni, všichni prohlašují – mé náboženství je pravé. Ale Matko, žádné hodinky nejdou naprosto přesně. Kdo Tě opravdu může znát? Jestliže Tě však někdo hledá s toužícím srdcem, pak Tvou milostí Tě může dosáhnout kteroukoli cestou a náboženstvím“.

Učitelé bhakti předepisují také často džapu (stálé opakování jména božího), která má pro žáka význam modlitby. Džapa je vlastně polomechanický proces kontroly mysli, jejímž účelem je přerušit nechtěné – samovolné vystupující – pocity a myšlenky, a nastolit ušlechtilý pocit či myšlenku. Džapu možno vyslovovat hlasitě, tiše, či pouze v duchu. Učitelé popisují, že opakování božího jména přináší mysli asociace božských vlastností a má pozdvihující účinek. Jako při čtení obtížnější knihy dojdeme někdy k pasáži, které je při prvním čtení těžko rozumět, avšak čteme-li ji znovu a znovu, začíná se poznenáhlu její význam vyjasňovat, tak se vytrvalým opakováním ozřejmí i hlubší význam slov užívaných pro džapu. Tak jako se ujasní význam obtížné pasáže jenom tomu čtenáři, který ji věnuje plnou pozornost, tak i bhakta, opakuující jméno boží lhostejně nebo mechanicky, nemůže očekávat, že dosáhne téhož výsledku jako ten, kdo toto opakování koná s hlubokou vážností a soustředěním. Rámakršna nabádá, že by se člověk neměl ostýchat zpívat jména Boží. Člověk nedosahuje v duchovním životě úspěch, má-li jednu vlastnost z trojice: ostych, nenávist a strach.

Bhakta začíná se zpíváním božího jména, přičemž rozvíjí pocit radosti z Pána. Tato radost má dva aspekty, radost z vazby silou a radost z lásky. Vztah k Pánu jakožto síly, se nazývá „oddanost k atributům a velkoleposti boží“, protože obecně povstává z meditace o těchto attributech. Vazba s Pánem láskou je popisována jako „oddanost k Jeho kráse“, protože je pložena sladkostí Jeho božské krásy.

Další stav zahrnuje tichou nesobeckou adoraci Božství, provázenou oddaností mysli k Pánu. Taková stálá kontemplace o jeho moci, síle a kráse, vnáší osobní vztah mezi bhaktou a Pánem a nazývá se osobní láskou.

Rámakršna zmiňuje tento stav takto:⁽³⁴⁾ „Dojde-li člověk jednou k víře v moc božího jména a cítí-li náklonnost, aby Ho neustále opakoval, pak pro takového není zapotřebí rozlišování ani uctívacích cvičení. Všechny pochyby jsou odstraněny, mysl se stává čistou a Pán sám je realizován skrze moc Jeho svatého jména“.

Ve výrazovém znaku, jménu, je více než pouhá schopnost tlumočení. Je tvořící a vyvolává intuici, která jej tlumočí. Nemůže však vyvolat něco, co v něm není. Proto se dává prospěšná rada, číst pouze texty pocházející od ršů, mudrců, kteří mají vlastní duchovní zkušenosti. Vyslovování jména Páně má obdobný význam. Jméno je nejbližším vyjadřovacím symbolem božských zkušeností a věří se, že neustálé opakování jména spolu s meditací

poskytuje výslednou zkušenost. Zmiňovaný zvuk ÓM se uvádí v upanišádách jako nejbližší symbol absolutna a bhaktové mluví o totožnosti jména a Pána nesoucího jméno. Vibrace, obsažená ve jménu, je spontánním zvukovým výrazem duchovní zkušenosti a je jejím prvním zhmotněným výrazem. Z toho důvodu existuje velmi úzký vztah mezi zvukem a cítěním. Proto v mnohých sádhánách jsou předepsány rytmické mantry a jména, aby vybudily myšlenku nebo cítění, jehož je mantra nebo jméno výrazem.

Pravidelné používání určité mantry vytrhuje bhaktu z kolotoče radžasických světských myšlenek a upevňuje jej v sattvickém stavu mysli. Tím je pronášení mantry neocenitelnou pomůckou, která je stále a celý den k dispozici a která umožňuje zachovávat kontinuitu cesty.

Sádhak na sobě pozná, zda postupuje k Bohu. I jiní to poznají. Vášně, žádosti, hněv a chamtivost slábnou. Připoutanost k objektům smyslů se zeslabuje a s nárůstem odpoutanosti narůstá mír v srdci. Ovšem skutečný mír je ještě daleko. Když však zjistíte, že touhy po smyslových potěšeních slábnou a že láska se rozšiřuje na všechny bytosti, pak vězte, že roste k Bohu.

Na závěr dejme ještě slovo Rámakršnovi:⁽³⁵⁾ „Stojí Pán o všechno bohatství, které Mu nabízíme? Oh, ne! Světlo Jeho milosti padá jen na toho, kdo Mu obětuje v lásce a oddanosti. To, co hodnotí, je pouze láska a oddanost, rozlišování a sebezapření pro Něho“.

Boží milost

Božská milost může učinit cokoli, ale jen se souhlasem mysli sádhaka. Naučit se umožňovat působení milosti je celý smysl sádhany a znamená oprostít mysl od syrových tužeb tendencí radžasu a naplnit ji sattvou. Do očištěné mysli sestupuje milost Boha. V očištěné mysli je milost přítomná. Proto bhakta se zabývá očistou a stejně usiluje džňánin, protože ví, že milost Boží a očista mysli jsou souběžným pochodem. Milost sestupuje jen do sattvické mysli, jiná ji není schopná přijmout.

Milost je čímsi samovolným a prýští z božského Vědomí jako volný proud. Je silou, která jedná nad všemi pravidly a zákony, i nad zákonem karmanu. Je nevypočitatelná a neváže se na nic, co by intelekt mohl pokládat za podmínku, působí zcela zvláštním způsobem. Její působení není omezeno na spravedlivé a hříšníky. Působení milosti může začít každým okamžikem a řídí se vůlí, která bere v úvahu věci, které mysl není schopná zjistit.

Projevení milosti není možno nějak vyžadovat a vynucovat. Velcí bhaktové zdůrazňují, že realizace Boha nemůže být požadována jako věc práva, ani nenastává nutně jako následek dobrých skutků, pokání, obětí nebo důkladného studia. Děje se tak vždy jen působením Božské milosti. Nakonec je to vždy přijetí daru, nikdy se nejedná o prosazování nároku nebo získání zasloužené odměny.

Ať je milost jakkoli skrytá, pro samotnou skutečnost její existence by člověk neměl nikdy zoufat. Bhakta je hotov čekat na milost v dokonalé důvěře třeba celý život, věda, že přijde; nekolísá v lásce, protože ví, že je-li v uctívajícím opravdová touha po Bohu, pak jednoho dne musí tato touha dojít svého splnění.

Z poněkud jiného hlediska pojednává o milosti Ramana Mahárši. Říká, že přirozeností Boží je právě milost. Milost je svrchované Já a to jediné je. Jelikož se však mylně ztotožňujeme s tělem, pokládáme Gurua za svrchované Já. Z pohledu Gurua je však jen pravé Já a to jediné je. Guru říká, že svrchované Já jediné existuje. Copak není svrchované Já náš Guru? Odkud by jinak měla milost plynout a přicházet? Projev milosti je projevem svrchovaného Já a naopak. Bůh, Guru a svrchované Já jsou různá jména pro jedno a stejné.

Milost obdržíme sebepodrobením. Je to podrobení se tomu, u čeho hledáme milost. Pokud zastáváme názor, že jsme jedinci, dotud věříme v Boha. Když uctíváme Boha, Bůh se projeví jako Guru. Sloužíme-li Guruovi, projeví se jako svrchované Já. To je rozumové vysvětlení tohoto vývoje.

Božská milost je stále v pohybu, není okamžiku, kdy by neplynula a není člověka, na kterého by nebyla nasměrována. Obdržet ji však mohou pouze ti, kdo k tomu rozvinuli schopnost. Oddanost je stavem, který ji předchází; nikoli však k tomu, aby milost plynula, ale abychom byli schopni ji vnímat a vstřebat.

Stane-li se nám něco příjemného, jsme vděční Bohu a říkáme, že je to pro Jeho milost. Když se nám stane něco nepříjemného a zlého, vyčítáme to Bohu nebo našemu karmanu. Jinými slovy spojujeme milost s tím, co je nám příjemné a nedostatek milosti s tím, co je nepříjemné. Bůh nám připadá milostivý jen když jsme šťastní. Nám se zdá, že milost plyne jen občas, protože nedostáváme a nezažíváme pokaždé to, co chceme. Pro náš omezený pohled nazýváme nástroj naší lekce nepřítelem a domníváme se, že je povinností Boha nás chránit. Neradi přijímáme možnost, že naše nepříjemné, zlé zkušenosti jsou tu z důvodu Boží milosti. Je-li milost pravé Já, Guru, Bůh a Bůh je láska, může existovat něco jiného než láskyplná výchova, i když je pro naši omezenost pociťovaná nepříjemně?

Nejsme schopni pociťovat milost, i když stále plyne, protože jsme plni tužeb a očekávání. Milost pociťujeme a prožíváme, jen když naše touhy ustanou. Milost je tu stále, ale pociťujeme ji jediné, když se naše mysl ponoří do svrchovaného Já, buď při meditaci nebo podrobením se. Milost je na začátku sádhakovy cesty, uprostřed a na konci.

Jestliže se sádhak jednou setká s realizovanou bytostí, pak je to v jeho životě historickou událostí prvního řádu. Získá-li náklonnost takové dokonalé bytosti, pak se Její milost projeví v sádhakovi jako silné uvnitřnění, přirozená introverze. Sádhak začne najednou chápat věci v souvislostech, kterým předtím nerozuměl, jelikož byly pro něj zakryté. Jeho pohled,

stočený do vlastního nitra, začne nad vším převažovat, neboť milostí pocíťuje v sobě neustálý proud božského Vědomí. Jeho egu je odejmuta jeho ven promítající síla, neboť v takové konkurenci nemůže obstát.

Druhou fází, která nastane, je uschopnění. Sádhak je tehdy schopen provádět a uskutečňovat v praxi to, o co předtím dlouho usiloval.

Sádhak si uvědomuje, že intenzivní vnitřní probuzení a uschopnění je projevem milosti dokonalé bytosti, což ho naplňuje nepoznanou láskou, vděčností a touhou se zcela bytosti odevzdat, neboť uvolnění stisku ega mu přináší nesmírnou úlevu, dříve nepoznanou radost a rozvinutí vnitřní bohatosti.

K takovému prožitku milosti se váže následující vysvětlení: Jakýsi sádhak, oddaný Ramanovi Maháršimu, napsal o Ném, že vyzařuje paprsky, které působí na stoupence. Když si Ramana tuto větu přečetl, opravil ji – „vyzařuje a nasměrovává paprsky“. To znamená, že dokonalá bytost nebývá pasivní v případech, které vyžadují Její zásah. Tehdy směřuje paprsky milosti.

Závěrem ještě jedno prohlášení Ramany:⁽³⁶⁾ „Božská milost je podstatným znakem pro realizaci. Vede člověka k realizaci Boha. Taková milost je však udělována pouze tomu, kdo je pravým bhaktou nebo jóginem a který tvrdě a vytrvale usiloval na cestě osvobození“.

Morální vybavenost bhakty a předpoklady pro bhaktijógu

Aby se mohla dokonalost bhakti v žákovi uskutečnit, musí pro ni připravit podmínky. Často se však zdůrazňuje, že jakákoli přípravná činnost nemůže podmiňovat vynoření se zkušenosti. Bhaktická literatura zmiňuje různé podmínky, potřebné k úspěšnému sledování cesty uctívání.

Předně musí mít bhakta dychtivou víru, že obdrží to, co potřebuje a po čem touží, že se mu dostane milosti boží, bude-li se řídit stanovenými pravidly, které se týkají uctívání. Musí být schopen pečlivosti, která je nezbytná pro vlastní svědomité vykonávání všech detailů uctívání, bohoslužby apod.

Fyzicky, morálně a intelektuálně musí být vybaven, aby správně chápal a jednal podle stanovených pravidel. Nejvyšší cíl nemůže dosáhnout ten, kdo má slabé tělo a mysl. Pro uspokojivé vykonávání světských úkolů jsou nezbytné určité způsobilosti a schopnosti. Daleko závažnější jsou však v duchovních záležitostech.

Bhakta si musí zařídit vhodné prostředí, aby mohl nerušeně vykonávat svou praxi. Obratnosti nelze snadno dosáhnout a praví Guruové nejsou snadno dosažitelní a vhodné okolí nebývá k dispozici. I hmotné záležitosti mohou být překážkou. Pro člověka, který však má opravdové odhodlání, nebude mnoho obtíží. Když se rozhodne překonávat všechny překážky, které se mu stavějí do cesty, zjistí, že Bůh mu pomáhá při jejich postupném odstraňování.

Vůle je pro přípravné období nezbytnou výzbrojí a žák zjistí, že jediný způsob, jak ji nabýt, spočívá v používání, to jest cvičení vůle. Lidé se mylně domnívají, že vůle je od přírody u někoho silná a u jiného slabá. Pravdou je, že silná vůle je vůle vycvičená, která je poslušná soudu intelektu. Když se žák s vycvičenou vůlí z popudu intelektu rozhodne pro určitou činnost, pak se jeho vůle zapne do této činnosti tím, že donutí tělo a city ke spolupráci, případně i navzdory tělesným a citovým odporům.

Pokora představuje další velmi důležitý krok k dosažení bhakti. Běžně rozšířený názor líčí pokoru jako jakési krčení či postoj, který nepředpokládá žádnou páteř, vzpřímené čelení životu a schopnost říci „ne“! To však není pokora. Podstatou pravé pokory je přijetí a úplné vstřebání základní skutečnosti, že vše pochází od Boha a že Mu za vše děkujeme. Prožijeme-li tuto základní znalost, pak samovolně vyplyne bláznovství ega, které si rádo přivlastňuje chválu, ačkoliv mu naprosto nenáleží. Zapomínáním této základní skutečnosti se žák dopouští chyb a provinění, které plynou ze sebeprohlašování a sebeprosazování. Znakem pokory je přímočaré a upřímné přiznání vlastních chyb Bohu s prosbou o prominutí. Důležité je, aby žák po přiznání neprodléval u prohřešení, ale aby se co nejdříve vrátil k pozitivnímu provádění své praxe. Dokud je ego, dotud je nedokonalost, proto žák musí počítat s chybami. Pokorné přijetí této skutečnosti vede k pozitivní praxi a nikoliv k sebeobviňování či zůstávání a zabývání se prohřeškem, kdy jedna část nedokonalé myslí-ega vyčítá poklesky jiné nedokonalé části. Pozitivní praxe je tím, co napравuje provinění a co přivádí k Božství.

Odevzdanost je logickým důsledkem pravého poznání pokory. Někdy nás učí Bůh ve své moudrosti a lásce prostředky, o kterých se domníváme – podobni dětskému rozumu – že jsou kruté. Může k tomu použít někdy i člověka, jehož osobnost a nízkost je schopna nás tvrdě a bolestně poučovat, dokud nezmoudříme.

Trpělivost je nezbytná a bez ní není možné docílit pokroku v žádném směru. Pro praxi bhaktijógy je zapotřebí vysokého stupně trpělivosti, která je výslednicí mnoha každodenních pokusů nevnímat reptání ega. Každá překážka může sloužit jako prostředek k získávání trpělivosti. Bhakta se nikdy nehoní za okamžitými výsledky, pracuje pro věčnost.

Ramana Mahárši učil, že bhakta nesmí dovolovat mysli, aby se vylévala ven a hodovala v myšlenkách světa. Bhakta musí naprosto nutně obětovat a nabídnout Bohu vše, co má. Jak jinak můžete očekávat pokrok, milujete-li objekty jako „vaše“, když je Bohu nenabídnete? Podrobení se vůle Allaha je základním příkazem islámu. A Ježíš říkal:⁽³⁷⁾ „Přijďte ke mně, obtěžkáni svými břemeny a já vám dám odpočinutí“. Kršna říkal:⁽³⁸⁾ „Vzdej se všech povinností a hledej útočiště ve Mně a osvobodím tě od všech hříchů. Neboj se“. Někdy se vznáší námitka: „Copak Pán neučiní vše pro toho, kdo je Mu

oddán?“ Jistě, ale napřed se musíte stát uctívajícím a pociťovat oddanost a lásku k Němu. Bhakti však není maličkostí. Abyste ji obdrželi je nutná odevzdanost a vzdání se vaší mysli i života. To vše je nutné. Není-li to možné, pak nechte kanout slzy, protože nemáte lásku pro Něho.

Z řečeného vyplývá, hledá-li a nalézá-li bhakta útočiště u nohou Pána a zcela se Mu odevzdá, nemusí již nic jiného dělat a starat se.

Učitelé bhaktijógy poukazují na to, že na rozdíl od jiných cest, na cestě odevzdanosti neexistuje žádný jiný prostředek než Bůh. Jiný dokonce není ani přijatelný, protože by to bylo znakem, že bhaktova důvěra a odevzdanost Bohu není naprostá. Není-li důvěra, nemůže být odevzdanost. K tomu se v Rámájaně uvádí historka o rakšasovi Indrajitovi, který k zneškodnění Hanumána, věrného druha Rámy a krále opic, použil mocnou božskou zbraň nazvanou „brahma aštra“. Pomocí její síly svázal Hanumánovi nohy a ruce. Indrajit si však chtěl ještě pojistit jistotu, a tak dále svazoval Hanumána lany a řetězy. Tím božská zbraň přestala účinkovat, protože do ní přestala vtékat naprostá důvěra.

Bhakta vytrvale dlí láskyplným způsobem u vynikajících vlastností Boha. Takové vzpomínání plyne jemně a hladce, bez přerušování, jako když teče přeléváný olej. V kontemplaci o Bohu není žádného přibývání či poklesu. Meditací o Bohu uctívající skutečňuje Jeho skutečnou přítomnost. Bhakta nemá o tom nejmenší pochyby. Přítomnost boží je tak zřejmá, jak zřejmý je každý jiný předmět spatřovaný zrakem. Vnímáme-li bezprostředně před sebou nějaký objekt, pak nám jeho vjem dává neotřesitelný pocit opravdovosti. Bhaktovi, který se zabývá meditací o Bohu, se Bůh objevuje se stejně mocnou jistotou jako každý jiný objekt bezprostředního vnímání. Bhakta medituje o Bohu z čisté lásky k Němu a bez jakéhokoli nátlaku či popudu zvenci. Miluje Boha pro Něho samotného, ne pro Jeho úchvatné dary, které může bhaktovi poskytovat.⁽³⁹⁾

Rámánudža upozorňuje, že hluboká meditace o Bohu vyžaduje přísnou morální přípravu. Taková meditace bude zdárná jedině tehdy, jsou-li v bhaktovi zastoupeny vlastnosti:

čistota – svoboda – praxe – činnost – dobrota srdce – absence sklíčenosti a absence nadměrného veselí.

Bodhajana,⁽⁴⁰⁾ komentátor Rámánudžových súter říká, že k hluboké meditaci uvádí písmo obdobné požadavky a rozebírá je takto:

– Čistotou je míněna čistota těla vznikající z potravy, která nesmí být nečistá ať svou povahou či asociací. K tomu uvádí písmo (Čándógjópanišad VI, 26,2): „Je-li potrava čistá, je čistá i mysl. Je-li mysl čistá, meditace je pevná“.

– Svoboda znamená oproštění od tužeb. Písmo (Čándógjópanišad III, 14,1): „Medituj v míru“.

– Praxe znamená časté opakování toho, co bylo započato. Písmo (Brhadáranjakópanišad VIII, 6–8): „Stále se zabývá meditací o stejné myšlence“.

– Činností se míní provádění pěti velkých obětí dle vlastních možností. Písmo (Mundakópanišad III, 1,4): „Toho, kdo provádí činnosti, nutno považovat za vynikajícího mezi znalci brahman“. Jako pět velkých obětí se uvádí:

- 1) brahmajadžna – recitování písma
- 2) pitrijadžna – uctívání zemřelých
- 3) daivajadžna – obětovat bohům rozpuštěné máslo, mléko, vařenou rýží tím, že se lijí a hází do posvátného ohně
- 4) bhutajadžna – nabídnutí vařené rýže nebeským bytostem
- 5) manusjadžna – pohoštění hostů

– Dobrotou srdce nutno rozumět pravdivost, přímost, soucit, velkodušnost, neubližování, nehrabivost. Písmo (Mundakópanišad III, 1,5): „Lze Ho dosáhnout jen pravdou. Jedině pro takové je svět brahman, který je bez poskvrny.“ (též Prašnópanišad I, 16)

– Absence sklíčenosti. Sklíčenost je tamasická těžkopádnost mysli, která vzniká po započaté činnosti, vyplyne-li nepřiměřenost místa a času, a když vystupují obtíže a narůstají nutné materiálové náklady. Opakem toho je absence sklíčenosti. Písmo (Mundakópanišad III, 2,4): „Átman není slabochem dosahován“.

– Nadměrné veselí je radžasická radost způsobená kvalitou, která je v protikladu sklíčenosti. Její absence je však žádoucí, protože přílišná veselost je také překážkou. Písmo (Brhadáranjakópanišad IV, 4,23) požaduje: „Míruplně a tiše“.

Rámánudža dále vysvětluje filosofické důsledky těchto mravních povinností a požadavků a říká, že člověka stále provází karman, ať dobrý či špatný a zaplétá ho do cyklu zrození a smrti. Karman určuje povahu zrodů bytostí. Je-li karman nepříznivý, zabraňuje, aby v člověku vznikla touha po poznání či láska k Bohu. Hříšné činy jsou na překážku zrození bhakti v člověku. Proto je nutné příčiny hříšných činů odstraňovat, aby bhakti v srdci člověka mohla vzejít. Za nejvhodnější se doporučuje provádění činnosti bez touhy po jejím ovoci.

Nárada říká: „Karma (činnost) je to, co se líbí Harimu – tím je míněno učení, které vede k porozumění Jeho a kterým se plodí víra v Něho. Hari je duší všech a je jejich Pánem. Je příčinou, která není ničím podmíněná“; to je velmi známý verš z Bhagvaty Purány (IV, 29,49). Konej, konej, říká také Bhagavadgíta. Činnost je lepší než nečinnost. Ale která činnost je ta pravá? Odpovědí je, co se líbí Bohu je pravou činností. Každý čin člověka je dobrý, nemá-li k němu Bůh námitky. Tato definice tvoří základ a skrývá nesmírné pole etického poznání. Právě učení je takové, které poskytuje poznání Boha a upevňuje víru v Něho. Všechna výchova, která vede k tomuto závěru je dobrá. Každá jiná je indiferentní nebo špatná.

Jednou byl Rámakršna dotázán:⁽⁴¹⁾ Velké Duše jako Kristus a Čajtanja nás nabádají, abychom milovali všechny bytosti, jak to máme dělat? Ráma-

kršna odpověď: „Musíte milovat, protože Bůh dlí ve všech bytostech. Ale zlého člověka zdravte z povzdálí. Zmiňujete Čajtanju? Ten stahoval své duchovní cítění v přítomnosti nesympatických lidí.“

Rámakršna dále říká, že několik typů člověka nemůže dosáhnout božské poznání. První je člověk, který je svéhlavý, neústupný, s poblouzněnou myslí. Takový totiž naprosto postrádá bezelstnost. Bezelstný rychle realizuje Boha. Druhým typem je člověk, který je velmi choulostivý na vnější čistotu. Třetím typem je pochybující – skeptik.

Praxe bhaktijógy

Žák by si měl zavést systém tréninku, který by měl odpovědně a pravidelně plnit. Měl by spočívat v časovém rozvrhu, počínaje probuzením. Stanoví-li se čas vstávání, má v určenou dobu vstát bez odkladu a odmluvy. Ranní modlitby a meditace mají velký vliv na celodenní práci. Je velmi dobré začít den s odhodláním pěstovat určitou ctnost či odstranit určitý nedostatek, a proto se bhaktovi doporučuje, aby tento úmysl do rozjímání zahrnul. Zjištění, že žák nemá čas provádět ranní modlitby a meditace nepomáhá. Také nevede k řešení čekat, až se vhodná příležitost vyskytne. Je třeba začít a počítat s těmi časovými možnostmi, které jsou žákovi k dispozici. V daných možnostech věnuje žák aspoň krátkou chvíli těmto cvičením, či pouze jednomu z nich, a vytoužené širší uvolnění přenechá budoucnosti. Vynalézavost, jak nakládat s časovým rozdělením dne, svědčí o opravdovosti žákova úsilí a o vynaložené inteligenci. Zavedení každodenních zvyků zabezpečuje žák zpočátku nejlépe tím, že nový zvyk spojuje s určitým každodenním úkonem, např. se vstáváním, mytím, jídlem, odchodem z domu apod.

Během dne by měl žák pěstovat mlčenlivost a mluvit jenom tehdy, pokud je to nezbytné. Jeho řeč má být co možná jednoduchá a přímá. V jeho hovoru nesmí být nic, co by jiného zraňovalo, či co by slabý charakter podněcovalo ke špatnému činu. Pod žádnou záminkou se nemá zmiňovat o chybách či nedostacích, které upozoroval u jiných. Obecně se bhaktům radí tento postoj: „Nemluvte, když máte říci něco, co by vám vyneslo chválu nebo jinou libost. Využijte však každou příležitost, abyste mohli vykonat nějaký méně příjemný, ale nutný úkol a dělejte vše pro Pána. Zaveďte si zvyk, každý den si odepřít trochu pohodlí či libosti a výsledné nepohodlí nabídněte Bohu jako pokání za vaše předchozí přehlížení Jeho zákonů“.

Bhakta se modlí takto: „Pane, nedávej mi prosím takovou práci, která by způsobovala, že bych na Tebe zapomínal. Kamkoli mne usadíš, ať na Tebe vždy vzpomínám“.

Praxe bhaktijógy spočívá totiž v tom, že Boha klademe ve všech věcech a směrech na první místo. To se však snadno nedocílí, neboť v nás je přirozený sklon dávat sebe na první místo.

Život má dva proudy, které plynou každý jiným směrem. Žijete-li v povrchním proudu, pak váš život plyne směrem světských myšlenek, k myšlenkám „mé“ a „mě“. V tomto proudu jsou příliv a odliv, štěstí a bída, život a smrt. Pod tímto proudem plyne jiný v obráceném směru. Je introverzní a vede k nesmrtelnému blahu. V něm je neustálá radost, protože když se dotýkáte proudu, dotýkáte se přítomnosti Boží a vznikne nepřetržitě připomínání si Boha.

Ovšem abychom nepřetržitě vzpomínali na Boha, potřebujeme pravidelně provádět koncentraci, trpělivě a vytrvale. Docílit meditaci ve smyslu nepřerušovaného toku myšlenek směrem k Bohu, znamená „žít, pohybovat se a mít v Něm své bytí“, je stavem duchovního růstu, který máme právě dosáhnout koncentrací.

Láska k Bohu se prožívá a projevuje v několika úrovních. Na začátku zažívá žák úctu a bázeň. Tyto pocity v něm vybužuje i setkání s velkou osobností, s učitelem, Guruem, je-li nositelem pravdy poznání.

Později nastává radost v Bohu. Tento způsob lásky bývá připodobňován k radostem, které zažíváme při lásce k smyslovým objektům.

Třetím stavem je stesk bolesti, kterou milující zakouší, když je milý vzdálen. Je to sžíravá bolest, přepadající milujícího, když nepociťuje přítomnost milého, a nic než milovaný jej nemůže utišit. Když milující vplyne do tohoto stavu bhakti, pak je zachvácen nepokojem, který vše, co je od milovaného vzdálené, činí těžko snesitelným.

Nejvyšší stupeň představuje zůstávání v Bohu. Bývá dosahován jen bhaktou, který se dotkl Božích nohou.

Filozofie jógy učí, že nejvyšším účelem života je splynutí v jednotu se Svrchovaným. Svrchovanou lásku – parabhakti – však nelze získat bez vzdání se Bohu. Bhakti upanišady říkají, že je možné ji získat jen skrze milost boží.

Je nutno se odevzdat do vůle Pána tak, že se pokládáme za pouhé nástroje a že všechny síly naší mysli, smyslu a těla nenáleží nám, ale že působí skrze nás a že jsme jen nástroji v rukách všemocné síly, která je Pánem vesmíru.

K tomu je třeba zdůraznit, že na první pohled by se metoda odevzdanosti mohla zdát snadná, ale jakmile bhakta začne vážně metodu uskutečňovat, zjistí, že podrobení, skutečné a úplné vzdání se, bez jakýchkoli mentálních výhrad, vzdání se, které přijímá s radostí vše co přichází, ať dobré či zlé, jako všechno přicházející od Boha – to je vskutku těžké.

Jsou známé dva způsoby, jak dosáhnout vzdání se. První je bhaktický a je spojen s pocitem „jsem bezmocný a jedině Bůh je všemocný a není jiného prostředku pro mou záchranu, než se Mu vrhnout naprosto a úplně k nohám“. Tím se postupně nabývá přesvědčení, že jedině Bůh existuje a že ego nelze považovat za důležité. Druhý způsob je metodou džňány a bude o něm později pojednáno. Úplné vzdání se je jiné jméno pro džňanu, osvobození.

Svámi Ramdas⁽⁴²⁾ vysvětluje vzdání se takto: „Dokud máte pocit ega, musíte bojovat. Na konci vašeho boje dojdete k poznání, že jste nic nedosáhli. Pociťujete, že jste bezmocní. Pak přijde Bůh na pomoc. Ale pokud si myslíte, že si můžete sami pomoci, musíte bojovat. Boj končí v podrobení se, ve vzdání. Pak říkáte: Ó, Bože, Ty vše děláš. Začínáte zjišťovat, že všechno je vykonáváno Jeho vůlí a mocí. Toto poznání získáte vzdáním se. Pocit ega je pak odstraněn nejen ve vnitřním tichu, ale i ve vašem aktivním životě“.

Vztah mezi milujícím a Bohem je v parabhakti velice osobní a důvěrný. „Bůh vidí každého“, říká Rámajandás, „jakoby byl jedinou duší. Každá má pro Něho nejvyšší důležitost. Pro každou má ve svém vesmírném řádu a plánu připravené místo. Všechny naše příhody a skutky, myšlenky a naděje, ba i poklesky Jej zajímají. Má osobní zájem na každé duši. Dal nám život, abychom Ho mohli poznat a milovat. Naši nejvyšší snahou má být život v Jeho věčné přítomnosti. Jsme Bohu povinni láskou, neboť On je nejvyšší hodnotou“.

„Láska k Bohu je vnitřním postojem, hlubokou vnitřní touhou, která není měřitelná modlitbami a obřady. Milujte Boha z celého srdce, nikoli vzdáleným idealistickým uctíváním, ale celou láskou, kterou vaše teplé lidské srdce je schopné poskytnout. On vás miluje důvěrným způsobem, protože zná všechna vaše tajemství. Spolehněte se zcela na Něho a hovořte k Němu v modlitbě a přemýšlejte o Něm při své práci. Přemýšlejte o Něm každý den, když jdete po ulici, zaleťte k Němu uprostřed práce myšlenkou a spočívejte v Něm – a jednoho dne budete odměněni poznáním, že Bůh miluje vás a že si vaši lásku přeje“. Taklik svámi Rámajandás ve své Bhaktijóze.

Božská láska není něčím étericky studeným a vzdáleným, říká Aurobindo, ale je absolutně prudká, intimní, plná jednoty a užívající veškerého výrazového zanícení.

Ve stavu parabhakti je Bůh milován proto, že je milováníhodný a pro nic jiného. Tehdy bhakta miluje pro lásku samu a není ničeho jiného schopen. Ve stadiu parabhakti platí: Nežádej nic za svou lásku, buď stále dávajícím. Nes svou lásku Bohu v ústrety, ale neočekávej žádnou odměnu. Tento stav cituplně vystihuje Rabiah: „Ó můj Pane, jestliže Tě uctívám ze strachu před peklem, spal mne v pekle. Jestliže Tě uctívám z naděje na ráj, vyluč mne z ráje. Uctívám-li Tě však pro Tvé vlastní blaho, pak svou věčnou krásu ode mne nevzdaluj“.

Ramana Mahárši říká o parabhakti⁽⁴³⁾: „Zůstávat ve skutečném bytí a překonávat všechny myšlenky oddaností, je pravou podstatou svrchované bhakti“.

Aby získání stavu parabhakti přiblížil a jeho pochopení zpodobněním usnadnil, sestavuje Čaitanja, patřící mezi „velikány parabhakti“, nabývání lásky k Bohu do stupnice:

Prvním stupněm je láska míruplná, obsahuje uctívání, bohoslužby, tichou, nesobeckou adoraci Božství, provázenou oddaností myslí. Nepřetržitá kontemplace o Jeho moci a díle vytváří postupně osobní vztah mezi Pánem a milujícím a nazývá se osobní láskou.

Nejprve je bhakta v postavení sluhy, který slouží svému Pánu. Je to činná bohoslužba vyznačující se oddaností věrného služebníka, neboť první v lásce k Bohu je poslušnost. Ta pramení z Boha samého a z Něho vyvěrá. Bůh své vyvolence učí, jak Jej mohou poznávat a vede je k poslušnosti. Uzavírá s nimi svazek lásky, ačkoli je On nepotřebuje a oni jsou těmi, kteří potřebují Jeho. Jsme-li rádi poslušni Boha, je to znamením lásky k Bohu. Miluje-li Bůh svého služebníka, pak i služebník miluje svého Pána. Služebník není schopen milovat dříve, než Bůh miluje služebníka. To nastane, spatří-li služebníka, jak se snaží Bohu zalíbit.

Stav služebníka zahrnuje též vztah dítěte k otci a matce. Bhakta miluje otce (vztah častější v křesťanství) nebo miluje matku (častější v hinduizmu).

Rámakršna k tomuto vztahu poznamenává:⁽⁴⁴⁾ „Zjistíte-li, že se nemůžete zbavit pocitu „já“, pak ho nechte jako „já služebníka“. Není třeba se příliš obávat ega, které je centrované v myšlence „jsem služebníkem božím, jsem mu oddán“. Sladkosti způsobují nechutenství, ale nikoli karamel, který je výjimkou. „Já sluhy“, „já oddaného“, „já dítěte“ – každé z těchto se podobá čáře tažené holí na hladině vody. Takové „já“ nemá dlouhého trvání.”

Dalším stupněm je láska k Bohu jako k příteli, jako nejlepšímu příteli, kterého si možno představit. Jemu je možno svěřit nejtajnější myšlenky, o všem se s ním poradit a přitom mít jistotu, že přítel nám nebude vyčítat a bude pln pochopení. Bůh se tu stává druhem ve hře. Copak není celý svět jevištěm, ve kterém každý předvádíme nějakou úlohu? V tomto stadiu bhakta ví, že jej Bůh miluje. Ti, kteří dosáhli tohoto stavu, žijí zcela v důvěrnosti s Bohem a jsou přáteli Jeho konání. V nich vymizel všechny ustrašený respekt a veškerá bázeň před Bohem.

„Tak jako děti provádějí své hry a podobně králové a císaři, tak milovaný Pán si pohrává s tímto vesmírem. Svět je mu hrou, Jeho zábavou a bezpochyby Jej velice obveseluje. Staňme se radostnými spoluhráči, jako chudí či bohatí, jako nuzní nebo ti, kteří jsou v nebezpečí, či jako šťastní. Na tomto jevišti máme každou úlohu radostně přijmout, neboť Bůh hraje s námi a my s Ním. Pouze když zapomeneme, že je vše hrou, že jsme Mu pomocníky při hře, tehdy se stanou naše srdce těžká starostmi a strastmi a tíha světa na nás dopadá strašnou vahou. Jakmile však opustíme ony smrtelně vážné myšlenky, říkající, že příhody našeho krátkého života jsou skutečné, a když si uvědomíme, že jsme herci na jevišti a že hrajeme, pak veškerá bída rázem končí. On si hraje skryt v atomu, hraje, když tvoří slunce, měsíce, země; hraje si s lidským srdcem, hraje si se zvířetem i rostlinou. Staví si nás coby šachové figurky do toho či onoho pořadí a nakonec všechny zvrhne. Vědo-

mě či nevědomě jsme pomocníky v této hře. Jaká slast, jsme Jeho spoluhráči!“ – tolik svámi Vivékánanda⁽⁴⁵⁾.

O stupeň výše stojí láska k Bohu jako dítěti. Jak vyplývá z dosud vylíčených stupňů, láska bhakty k Bohu se postupně přetváří a stává odpoutanější. Aby z lásky bhakty vymizely všechny vlivy božské moci a s nimi odpadla veškerá bázeň, protože je lásce na škodu, učitelé bhakti doporučují uctívání Boha jako dítěte. Bázeň a poslušnost byly na místě k utvoření charakteru. Když se však bhakta upevnil a došel míruplné lásky a poněkud ochutnal strhující a vroucnou lásku boží, pak mu již netřeba duševní výchovy a etiky. Bhakta v tomto stupni již neuctívá všemohoucího a vznešeného Pána světa, ale dospěje k rozvinutí vyšších forem lásky. Aby se oprostil od všeho skrytého působení bázně, zaujímá k Bohu rodičovský postoj lásky a rozvíjí rodičovskou něžnost. Tento vztah je prost vši bázně i veškerého očekávání přízně. Rodiče bývají schopni pro dítě obětovat vše, ba i svůj život. Dítě je vždy tím, kdo přijímá. Takto uskutečňuje bhakta nesobeckou lásku k Bohu jako k dítěti.

Nejvyšší lidskou představou božského ideálu lásky je stav označovaný za „sladký“. Láska, která otřásá člověkem v jeho nejhlubších základech, která prostupuje všechny buňky jeho těla a zanechává je žíznivé touhou po milovaném – je láskou mezi mužem a ženou. Ve „sladkém“ stavu se stává Bůh manželem a všichni bhaktové se stanou ženami. Je pouze jeden muž v širším světě a tím je On, Milovaný. „Svrchovaný Pán je jediný muž, všichni ostatní od Brahmy dolů jsou ženy, závisejí na Něm a touží být s Ním spojeni“. Všechny síly těla i ducha, všechna láska a vašeň srdce má v tomto stavu za cíl Boha.

„Koho jiného by mělo srdce milovat? On je nejkrásnější, nejvznešenější. On je vznešenost a krása sama. Co jiného v tomto vesmíru má cenu, ne-li On? Ať je On naším manželem a milencem!“

Ovšem podmínkou pro dosažení stavu parabhakti je úplné vzdání se odpovědnosti v životě a naprostá podrobenost Bohu. Aby bylo vzdání se účinné, bhakta nesmí chovat žádnou vůli a vlastní touhu a musí být naprosto volný od myšlenky, že existuje individuální osobnost, která by byla schopná jednat nezávisle na Bohu.

Vzdání se není snadné. Lidé si představují, řeknou-li „odevzdávám se“ a předají svá břemena Pánu, že jsou volní a že mohou dělat, co se jim líbí. Ale ve skutečnosti tomu je jinak. Po odevzdání se nemůžete mít nějaké libosti a nelibosti. Vaše vůle musí úplně vymizet a vůle Pána zaujme její místo. Smrt ega tak zavede stav, který není odlišný od džňány. Platí tedy, ať jdete jakoukoli cestou, musíte se nakonec ztratit v Jediném. Vzdání se je úplné, dosáhnete-li stavu „Ty Jsi vše“ a „bud' vůle Tvá“.

Znakem důvěry v Boha je stav, kdy se bhakta odevzdá do rukou Božích jako zemřelý. Takový je pro omývání otáčen, nadzvedáván a pokládán jak Bůh chce – mrtvý se však nepohne, neboť neprojevuje vlastní vůli. Jen Bůh

je tím, kdo řídí a vládne. Podrobení se, je vzdání se původní příčině našeho bytí. Není to však zdroj, nějaký Bůh mimo nás. Zdroj nás samotných je uvnitř nás. Vzdejte se mu! To znamená, že máte hledat zdroj a ponořit se do Něj. Protože si představujete, že se sami nacházíte mimo tento zdroj, vzniká ve vás otázka: „Kde je zdroj?“ Někteří tvrdí, že jako cukr sám nemůže ochutnávat svou sladkost, ale že musí být někdo, kdo bude moci ochutnávat a užívat. K tomu však musí být individualita udržovaná odděleně od Božství. Ale což je Bůh necitný jako cukr? Jak je možné se Mu podrobit a přitom si podržet individualitu pro nejvyšší užití? Ba co více, někteří prohlašují, že bytost, když dosáhne božské říše a tam zůstane, slouží svrchované Bytosti. Copak zvuk slova „služba“ oklamе Pána? Copak On nepoznává? Čeká snad na službu těchto bytostí? Což On – čiré Vědomí – se jich nezeptá: „Kdo jste vy beze Mne, že předstíráte, že Mi budete sloužit?“

Když se mysl-ego ponoří do Sebe Sama a splyne se svrchovanou Bytostí, pak už žádná individualita nezbyvá a stává se samotným zdrojem. Co je tedy vzdání se, čeho a komu?

Odevzdá-li se bhakta zcela Bohu, pak zažívá nejvyšší blaho. Tato skutečnost je však v diametrálním rozporu se zkušenostmi platícími v běžném světě. Nezávislost považují všechny bytosti za nejvýše žádoucí a závislost za velice politováníhodnou. Nicméně platí, že všechna závislost na jiných je bídou, všechna závislost na sobě samém je blahem, neboť svrchovaná Bytost je radostí, blahem a štěstím. Blahem, které není zapříčiněné žádným karmanem. Z toho vyplývá, že všechny jiné věci, které nejsou svrchovanou Bytostí, nedisponují blahem. Proto závislost na Bohu (svrchované Bytosti) musí být blahem.

Tento stav půvabně vyjádřil Vivékánanda takto:⁽⁴⁶⁾ „Bhakta nechce nic jiného než lásku, nechce nic jiného než milovat a být milován. Jeho nadpозemská láska je podobná mořskému příboji, který se dere vzhůru proti proudu. Svět ho má za blázna. Znáám jednoho (Rámakršnu), o kterém se říkalo, že je šílený; a toto byla jeho slova: Přátelé, celý svět je blázincem. Bláznovství jednoho se zabývá pozemskou láskou, jiní blázní po cti, slávě a bohatství, jiní po osvobození a ráji. Jsem také blázen, blázním po Bohu. Mně je moje bláznovství nejmilejší“.

Intenzivní oddanost je provázená mentálním odtážením, když se bhakta ztrácí ve vytouženém Božském objektu oddanosti. Při takovém citovém vybavení bhakta podrobuje své ego u nohou Pána. Jeho uctívající mysl v extázi tajného milování s Pánem v Srdci, nalézá okamžik dokonalosti, kdy celá mysl je zaměstnána vstřebáváním Boha, aniž by uhnula k nějakému smyslovému objektu. V okamžiku takové koncentrace si bhakta přestane naprosto uvědomovat okolní svět a svou pozornost od fyzického těla zcela odtáhne. Když se mysl zaměstná výlučně jedinou myšlenkou, která je tak inspirující a božsky nádherná – Pán sám, pak se mysl rozpustí ve svaté sublimaci, po které nastává spojení, které je kompletní a nepopsatelné.

Nad hranicemi mysli leží království Ducha – átmana – svrchovaného Já. Proto nekolísavá oddanost musí vést a vede k úspěchu, k osvobození. Úspěch je pouze otázkou času – což může trvat dny, měsíce, roky či až příští zrození, podle míry připravenosti.

Jak z uvedeného vyplývá, uctívání Íšvary, osobního Boha, resp. všech Jeho inkarnací, je z hlediska spirituální cesty nesmírně účinné. Vede ke svatosti. To však není nejvyšší poznání, neboť dokonalé poznání překračuje Íšvaru. Tím je poznání neosobní Skutečnosti, která je nad každým projevem božské osoby. Musíme se stát brahman, protože brahman je v nás stále přítomný a je naším základem. Nemůžeme se však stát Íšvarou, neboť ten je mimo naší osobnost a je od ní odlišný. Íšvara, stejně jako člověk, je spojením brahman s májou, ovšem s tím rozdílem, že Íšvara je Pánem máji, kdežto člověk je její hračkou či poddaným. Z absolutního hlediska jsme s brahman totožní, ovšem z pohledu naší relativní přirozenosti jsme od Íšvary odlišní a Jemu podřízeni.

Z toho vyplývá, že se nikdy nemůžeme stát Pány vesmíru. To je funkce Íšvary. Strhnout moc Íšvary na sebe představuje touhu, která je nejzazším blázněním ega a je symbolizována křesťanskou legendou o pádu Lucifera.

Ti, kdo se všeho vzdali a kteří se stali zcela nesobeckými, nemohou jinak, než milovat svrchované Božství, protože je hodno lásky. Ono není nic jiného než láska. Rámakršna říkal: ⁽⁴⁷⁾ „Čistá láska a čisté poznání jsou stejné“. Když jste dosáhli nejvyšší moudrost, budete mít také nejvyšší oddanost a máte-li nejvyšší oddanost, musíte mít svrchovanou moudrost, protože láska je Bůh a Bůh je láska. Bůh je moudrost a moudrost je Bůh. Proto pravý jógin je pravým bhaktou i pravým džňáninem.

Ramana Mahárši také prohlašoval stejné: ⁽⁴⁸⁾ „Věčný, plynulý, přirozený stav přebývání ve svrchovaném Božství je džňána. Chceme-li přebývat ve Svrchovaném, musíme svrchované Božství milovat. Bůh je opravdu svrchované Božství a láska k Němu je láskou k Bohu; to je bhakti. Džňána a bhakti je jedno a stejné“.

Ekanáth, marathský básník-světec (16. století), připodobňoval bhakti a džňánu květu a plodu. Říkal, že nejsou od sebe oddělitelné – kvetoucí bhakti přechází v plod ve formě džňány.

Shrňme-li řečené, vidíme, že bhaktijóga představuje cestu lásky k Bohu, jejímž základem je

- orientace mysli k Bohu
- nabývání důvěry v Boha a snižování důležitosti ega
- nabývání odevzdanosti k Bohu s pochopením skutečnosti, že Bůh je vše
- nabývání lásky s částečným vzdáním se a výsledným vytenčováním ega
- úplné vzdání se vlastní vůle a kompletní přebývání ve svrchované

Bytosti

Žák bhaktijógy začíná svou cestu jako dualista, Bůh je od něho zcela oddělen. Když však do jeho vývoje vstoupí láska, pak přiblíží kouzlem své přitažlivosti bhaktu k Bohu a Boha k bhaktovi. Bhakta prochází celou škálou vztahů oddanosti a lásky – otcovskou, mateřskou, přítele, synovskou, milence a veškerý svůj cit promítá v představě božského ideálu.

Cíl dosáhne tehdy, když pociťuje zastavení celého procesu, když je slit v jedině: když láska, milující a milenec jsou jedno.

Džňánajóga

*Vpravdě, kdo zná Boha stává se Bohem.
Mundakópanišad II, 9*

*Ved' mne od nebytí k pravému bytí, od tem-
noty ke světlu, od smrti k nesmrtelnosti.
Brhadáranjakópanišad I, 3,28*

On je Já.

Išópanišad verš 16

Jóga, která zapojuje intelektuální stránku člověka, se nazývá džňánajóga a bývá označována za cestu poznání. Jako disciplína pojednává o poznání Sebe Sama – čistého Vědomí, átmanu. Učitelé prohlašují, že átman je Vědomím a neříkají, že je vědomý. Vysvětlení je velmi jednoduché, avšak důležité. Mysl je chabě a nepokojně vědomá. Její vědomí ve spánku úplně mizí. Musí proto existovat nějaký zdroj, z kterého mysl získává uvědomování. Tímto zdrojem je prvotní Vědomí, které konstantně svítí a tím se právě liší od mysli, jejíž světlo je jen odrazem světla Vědomí. Jelikož mudrci prohlašují, že átman nikdy nemá nedostatek vědomí, musí být Vědomí jeho přirozeností.

Vědomí nemá být chápáno jako pouhý přívlastek átmanu, ale jako jeho esence. Toto Vědomí se projevuje jako „já jsem“ – jako základní myšlenka, ze které se všechny ostatní odvíjejí.

Vědomí není kvalitou, je pravou substancí Skutečnosti a Skutečnost je skutečná jenom proto, že je Vědomím. Vědomí samo existuje, není ničeho jiného; a často se označuje za svrchované Vědomí, aby se odlišilo od mysli a intelektu.

Středem veškeré aktivity člověka jsou jeho touhy a přání; ty spočívají na představě jáství-ega a jsou jím podmíněny. Základním pocitem člověka je pocit vlastní existence, vědomý pocit „já jsem“. Zkoumání tohoto vědomého jáství a odhalení jeho skutečné podstaty – onoho vědomého svědka a trvalé přebývání v něm – je cílem džňánajógy.

Džňánajóga vychází z učení védanty. Védánta, doslova dovršení vědu, patří mezi šest základních staroindických filozofických systémů a zabývá se tím, co je za vědy a za fyzickým světem. Představuje tak metafyziku. Védántu charakterizuje hledání jednoty za mnohostí jevů světa a její učení spočívá na pojmu jednoty, totožnosti, čistého Vědomí (átman) s absolutním Vědomím (brahman). Džňánajóga neuznává jiné skutečnosti nežli átman-brah-

man. Dosažení cíle této jógy představuje realizaci pravé přirozenosti čistého Vědomí.

Podle védanty není realizace čistého Vědomí pomocí jáství (ego) totožná s procesem, který probíhá při poznání určitého ne-já pomocí já, jelikož nejde o dosažení objektu subjektem. Je nutno si pečlivě ujasnit základní názor prohlašovaný védantou: Realizace čistého Vědomí není závislá na žádném vývoji či na nějakých podmínkách.

Vše, co má základ v řadě příčin a následků, vše, co je závislé na procesu a co je tedy podmíněné, je proměnlivé a dočasné. Cokoliv má tvar a jméno, je pomíjivé. Jestliže se na absolutno hledí jako na objekt a je-li považováno za něco, co musí být teprve realizováno subjektem, pak je nutno předpokládat nějaký proces, jehož je zapotřebí k překlenutí mezery mezi objektem a subjektem. Takový názor a uctívání nemůže vést k něčemu, co by bylo trvalé a neomezené. Čisté Vědomí vyjadřované v upanišádách pojmy átman a brahman je bez mezer, neobsahuje nic „jiného, vnějšího, či druhého“ a je naprosto jednotnou totožností. Šankara rozlišuje pečlivě mezi subjektem a objektem. Tvrdí, že subjekt a objekt stojí proti sobě jako světlo a stín, takže to, co je subjektem, nemůže se nikdy stát objektem. Pod pojmem „ne-já“ rozumí nejen vnější svět, tělo a jeho orgány, nýbrž také celou výzbroj rozumu a smyslu.

Realizace čistého Vědomí ve smyslu védanty nastává tehdy, je-li odstraněna i ta nejmenší mezera mezi subjektem a objektem. Teprve potom září čisté Vědomí a nejeví se ani jako subjekt, ani jako objekt, jelikož je povzneseno nad jakékoli kategorie a nad veškerou dvojnost. Přestává vědomí objektu a subjektu a odpadá poznávání něčeho něčím. Absolutní Vědomí se promítá v jedinci jako subjekt. Nerealizuje-li jedinec absolutní jednotu překlenutím veškeré dvojnosti, pak není možné osvobození z koloběhu opětovných zrození a smrtí.

Šankara říká: „Věčný Duch, dlící jako svědek v každé bytosti, stejný, jediný, nejvyšší, není postihován nikým z vědu ani nějakou knihou, jejímž základem je uvažování. Je duší všeho... a proto ho nikdo nemůže popírat, neboť on je současně já toho, kdo popírá.“

Čisté Vědomí bývá v různých směrech jógy realizováno jako objekt. V bhaktijóze dochází v nejzazším stadiu k realizaci osobního Boha uvnitř i vně stravujícím účinkem lásky. Ve stavu sampradžňáta samádhi, v rádžájóze je realizováno jako zářící objekt. Překlenutí této mezery mezi objektem a subjektem děje se postupně stálou meditací a splynutím objektu a subjektu nastává zkušenost absolutna.

Džňánajóga je uctívání čistého Vědomí (átman) nižším já (ego). Aby toto uctívání bylo pravé, musí se žák oprostit od mylných předpokladů zavádějícího myšlení. Tak dlouho, dokud je Bůh pojímán sice jako „absolutní duch“ či kosmické Vědomí, ale přitom jako něco, co musí být realizováno jako

objekt, tak dlouho zůstává anátman (ne-Já). Žák si postupně uvědomuje, že „vše je již hotovo“, že pro něj nezbývá nic k vytvoření, ale že má pouze usilovat o odhalení závoje vlastní nevědomosti, který mu zakrývá opravdovou Skutečnost. Realizace čistého Vědomí nespočívá v něčem, co v nás nebylo, nebo nebylo obsaženo, ale je odhalením skryté nekonečnosti zjevnou konečností. Nejedná se o vytvoření něčeho, co by bylo podmínkou pro další poznávání, ale naopak jedná se o krok zpět, o oproštění se od zakrývajících přívlastků; jedná se o odečet nikoli o nárůst.

Jinými slovy, sebevětším získávacím úsilím a činností, nelze čiré Vědomí realizovat. Nic, co se připočítává, nemůže átman vytvořit, protože tu je rozdíl v celé kategorii. Hmotné nemůže sebevětším úsilím nikdy dosáhnout duchovní.

Pouze po úplném oproštění se od klamu mnohosti se sádhak může stát kořistí svrchovaného Jediného a stát se Jím. Stát se jedno s Ním tak, jako se ztaví kov, který předtím byl zformován v různých tvarech. Předtím existovala jména a tvary, avšak po Seberealizaci, dělení mizí a zůstává Jediné, podklad všech jmen a tvarů. Často se uvádí podobenství o vytepáných zlatých špercích, jako jsou např. jehlice, sponky, prsteny. Dělení ve jména a tvary však není skutečné, protože po roztavení zůstává pouze zlato, zatímco jména a tvary mizí. Všechna omezení se musí rozpustit, aby zůstalo pouze Jediné. To je v kostce celá cesta sádhaka, která končí ponořením a rozpuštěním mysli v je jím skutečném podkladu, pravém Já, věčném átmanu. – Kdyby v sádhakovi již neexistovala celá nedvojnost (naprosto hotová), svrchovaná Já, sádhak by:

- po Ném nikdy netoužil.
- se Jím nemohl nikdy stát.

Připoutanost a bída mají svůj původ v nevědomosti a odstranit je může pouze poznání. Učitelé říkají, že být neznalý pravé povahy věci a pokládat ji za něco odlišného od skutečnosti je stejná chyba, jako když syn považuje svého otce za nepřítele. Nevědomost má dvě fáze: vikšepa, což je působnost rozptýlení (např. chybné ztotožnění neomezeného átmanu s hrubohmotným tělem s výslednou idejí „já jsem tělo“), a avarana, znamenající působnost zakrytí. Avarana je příčinou, proč člověk říká, že átman neexistuje a že se neprojevuje. Avarana zastírá vnitřní zření tím, že vytváří zdání „ono To není – není nikde vidět“, podobně jako hutná temnota nočních mračen zastírá viditelnost. Avarana zastírá poznávání brahman, což je dokonalost sama a ponechává jeho modifikace (svět) a uvnitř nás zastírá čiré Vědomí a ponechává jeho modifikace (ego, mysl). Je proto jedinou příčinou chronické nemoci, nekonečné serie zrodů a smrtí. Všeobecný podklad „To je“ nemůže být nikdy zastřen – pouze jeho totožnost. Naše nevědomost nemůže zastřít skutečnost „Já jsem“, ale zastírá specifické poznání „Já jsem brahman“. Nevědomost se

projevuje hlavně omylným vkládáním ne-já znaků na čisté Vědomí, s následným vytvořením pocitu „já jsem tělo“.

Iluze z nepochopení Skutečnosti dává vznikat zmateným pojmům jako „já jsem tělo, jsem mysl, intelekt“. Vzhledem k světu vzniká pocit „jsem konající“. Vzhledem k mysli a intelektu vzniká pocit „jsem užívající“. Tyto pocity v seskupení tvoří osobnost – džívu. Vzešly z klamu a budou trvat, dokud klam bude trvat.

Poznání dharmy, vesmírného řádu, ruší nevědomost. Avšak tento druh poznání je rozdílný od poznání v obvyklém slova smyslu. Upanišady a Bhagavadgíta popírají, že by bylo možné poznání absolutna diskurzívním způsobem, tedy cestou pojmového myšlení, nedosahujícího poznatku intuicí, nýbrž postupem od představy k představě. Prohlašují rozhodně, že zkušenost vyplývající z bezprostředního poznání je přirozeně přímější, ba nejjasnější a nejplnější. Zkušenost bezprostředního poznání, čili anubhúti, je-li dosažena, odhaluje svou nadřazenost nad všemi ostatními zkušenostmi, a není jen pramenem nekonečné radosti a štěstí. Je plností veškerého pociťování, zahrnuje v sobě slast ánanda, blaho, a dává osvobození. Védánta prohlašuje, že tato zkušenost je bez počátku a bez konce, a dosáhneme-li ji, je nám zřejmé, že tu byla vždy a že nezačala existovat v žádném okamžiku. Byla to nevědomost, která ji svým závojem zahalovala, a jakmile byl závoj odstraněn, vysvitla Skutečnost v plné slávě. Jelikož absolutní Skutečnost není ani objektem ani subjektem, je její poznání zcela rozdílné od poznání objektů. Při poznávání objektů je poznávání zaměřeno k předmětu, avšak při poznávání čistého Vědomí je átman obsažen v poznání samém a pozornost je zaměřena na samotného poznávajícího. Poznat znamená být, jelikož poznání a átman jsou totožné. Staří učitelé říkají, že mezi átmanem, osobností a myslí je podobný vztah jako mezi obličejem, jeho zrcadlovým odrazem a zrcadlem.

Ve védántové literatuře je rozlišováno mezi parokšadžánou a aparokšadžánou (většinou se zkráceně uvádí pouze „džňána“). Džňána znamená realizaci, přímé uvědomování, totožnost átmanu s brahman. Parokšadžňána znamená nepřímé poznání. Takové poznání pouze chrání před nesprávnými, čili nevědomě vykonávanými činy. Naproti tomu aparokšadžňána znamená přímou realizaci, která rozptyluje základní příčinu všech činů, původní nevědomost, tak jako polední slunce rozptyluje všechnu temnotu. Avšak pouze parokšadžňána vede k aparokšadžňaně, neboť rozumové poznání připravuje cestu intuici odstraněním všech pochybností o možné zkušenosti.

Aparokšánubhúti je nejpřímější realizace čistého Vědomí. Je-li si átman vědom sama sebe, to jest nikoli prostřednictvím něčeho, co tvoří ne-já, pak lze říci, že čisté Vědomí má aparokšánubhúti sebe sama. Pak nezáhí nic jiného kromě čistého Vědomí. Rozlišování mezi poznávajícím, předmětem

poznání a poznáváním, rozdělení na činitele, předmět a činnost je zrušeno a rozpuštěno ve svrchovaném Já, átmanu.

Tento stav je popsán v Brhadáranjakópanišad následovně: „Když vše je rozpuštěno v átmanu a září samotný átman, pomocí čeho by se cokoli poznávalo? To je realizace átmanu nikoliv pomocí nějakého nástroje, jako jsou mysl, buddhi atd., ale pomocí samotného átmanu, když všechny nástroje přestaly pracovat. Takové aparokšánubhúti může nastat pouze v jediném případě, při realizaci pravého Já, čistého Vědomí. Žádná jiná zkušenost, ať se sebe více přiblíží stavu aparokšánubhúti, jej přece nedosahuje.“

Když jednou bylo bezprostřední poznání Sebe Sama dosaženo, nelze ho již nikdy ztratit. V jiných případech bezprostředního poznání je závoj odhalen jen dočasně a odhalení trvá pouze tak dlouho, pokud tento druh bezprostředního vnímání trvá. Závoj nevědomosti pak opět zakryje předmět ihned, jakmile proces poznávání pomine. Avšak bezprostředním poznáním brahman je původní nevědomost odstraněna trvale, a proto není nic, co by mohlo objekt opět zahalit. Je-li brahman intuice jednou získána – nelze ji více ztratit a trvá navždy, a právě v tom je rozdíl mezi aparokšánubhúti Šankary a samádhi Pataňdžaliho.

Zkušenost přímého poznání nepřichází jako výsledek určité speciální sádhany. Všechny sádhany pomáhají hledajícímu, aby se odtáhl od předsudku těla, mysli, intelektu. Skutečné poznání přichází pouze intuicí a je okamžité, „je jako blesk“. Intuice je náhlá a rychlá. Aby se hledající naučil odtáhnout od světských předmětů, to chce čas. Odtáhne-li se mysl od všech těchto předsudků, pak zkušenost neomezeného je okamžitá. V buddhistické literatuře se nazývá „okamžité vědomí“. Intelektuální analýza bývá proto nezbytná.

Jak je vidět, představuje nevědění (avidjá) největší překážku na cestě džňánina (ten, kdo jde cestou džňány). Nevědění, nepoznání, vzniká na základě nerozlišování a zastření (avarana) mezi objektem a subjektem. Nevědění se projevuje hlavně omylným vkládáním ne-já a jeho znaků na átmana, čisté Vědomí.

Toto nevědění, nepoznání, se v advaitě vysvětluje jevem „navrstvení“ nebo „položením na sebe“, položením klamu na skutečnost, dvojnosti na nedvojnost. Tím vzniká klam nepochopení skutečnosti a vyvstává iluze jako když ve stočeném laně spatřujeme přelud hada.

Šankara zkoumal jev navrstvení a prohlásil, že se jedná vždy o vzájemné navrstvení. Nejen lano získává vlastnosti hada, ale i had si vypůjčuje některé kvality lana. Had je skvrnitý, tenký a dlouhý. Hadí vlastnosti nejsou v laně, ale jsou na něm navrstveny, pokrývají lano. Lano zase propůjčuje existenci přeludu hada. Lano existuje a had neexistuje. Ale neexistující had existuje pro oklamaneho člověka. Pomyslný had si vypůjčil existenci od lana. Lano se nám tedy jeví jako neexistující a had jako existující. Spatřujeme vlastnosti hada a vlastnosti lana nevidíme a říkáme: „Had je, lano není“.

Dokud není poznána přirozenost stočeného lana a pokud poznání lana nebylo plně uskutečněno, dotud bude trvat klam, iluze, a vize stočeného hada bude stále přetrvávat. Právě ono úplné mentální zmatení způsobuje vizi hada. Když mentální pobláznění skončí, pak had už dále nemůže existovat. S poznáním existence lana se had okamžitě rozplývá.

Pokud nezažijeme zkušenost átmanu, dotud zažíváme svět mnohosti jevů skrze nástroje těla, mysli, intelektu. Jakmile byl átman realizován, veškerý vnímaný mnohostní jevový svět se odvalí a zmizí. Zkušenost svrchovaného Já je získána bezprostředním okamžitým poznáním. Existují zkušenosti, které k nám přistupují, když nám tlumočí zážitky skutečnosti, a přitom nemůžeme pro ně použít vyjadřovací prostředky prostoru a času, či příčinnosti, které jediné máme k dispozici. Takové zkušenosti jsou nesdělitelné, jelikož v nich je prvek nepopsatelnosti, který tvoří hlavní část zážitku. Chápeme zkušenost, ale nejsme schopni ji popsat stejně, jako například matka chápe, co je mateřský cit, avšak nemůže ho popsat, protože nemůže vyjádřit, jak své dítě miluje. Není možné obhájit názor, že zkušenost je neskutečná pouze proto, že je nesdělitelná a omezenými dorozumívacími prostředky nepopsatelná. Je nutno připustit, že existuje svět intuice, kde dorozumívání se děje nad běžnými sdělovacími možnostmi a kde jsou tyto možnosti překročeny.

Pataňdžali též popisuje bezprostřední možnost poznání. Předpokladem je mu dokonalá kontrola mentálních stavů. Pak Vědomí prosto všech rušivých vlivů poznává átman a je zažíváno přímo ve své celistvosti. Ve stavu samádhi, k němuž vede koncentrace a meditace, je objekt odhalen ve své existenci a umožňuje tak poznání pravdy oproštěné od jakéhokoli omylu, jelikož podává přímé poznání individuality věcí.

Jak bylo zmíněno, poznání pomocí ne-já je pouze relativní a podmíněné. Pokud existuje dělení na poznávajícího, poznané a poznávání, potud není dosaženo absolutní Pravdy. Védántová intuice zahrnuje v sobě zničení trojího dělení na subjekt, objekt a proces, které je v obvyklém poznávání obsaženo a nabízí nepodmíněné poznání nezávislé na jakémkoli objektu nebo subjektu. Tento ideál poznávání se nazývá „nepodmíněným zjevením“. Je to jedinečná kategorie v dějinách lidského myšlení a její vysoce transcendentní povaha se vymyká uchopení i nejmocnějším intelektem. Tato intuice přebývá ve své vlastní slávě a není naprosto žádným procesem, subjektem či objektem, ale věčnou Skutečností, která se odhaluje sama, nepodmíněná a nezplozená. Átman, čisté Vědomí, pravé Já, není možno ztotožnit s pojmem subjektu, protože subjekt je dějištěm poznání, kdežto átman je samotným zjevením. Védántová intuice náleží k nejvyšší kategorii, protože v ní nejsou protiklady. Je naprosto nedualistická a od všech dualistických zkušeností se zcela liší; a proto také nemůže být ničím nahrazena.

Védánta prohlašuje, že je nutno přejít od pojetí brahman jako objektu k jeho pojetí jako subjektu a posléze k pojetí svrchované jednoty Existence-Vědomí-Blaha (sat-čit-ánanda), které je samotnou džňánou. Džňána nezáčíná existovat z nějakého předchozího stavu neexistence, nýbrž je věčná a nezávisí na žádných podmínkách. Nevědomost se nemůže přeměnit v poznání, právě tak, jako je nemožná přeměna konečného v nekonečné, nebo připoutanosti v osvobození. To, co vzniká, je konečné, a je-li džňána nebo osvobození něco, co není přítomno věčně, pak podléhá nutně zkáze a zmaru a nemůže tedy poskytnout trvalé blaho. Je-li připoutanost absolutně skutečná a vesmír skutečný v absolutním smyslu, pak není svobody. Je-li však vesmír pouze závojem utkaným z nevědomosti a skutečný a svobodný je jenom átman, pak – a jenom pak – je možno mluvit o pojmech nekonečné svobody a o věčném osvobození.

Vivékánanda ve své Džňánajóze říká:⁽⁷⁸⁾ „Všechny síly vesmíru jsou již ve vás. My jsme ti, kdo si přikrýváme dlaněmi zrak a pak křičíme, že je tma. Vězte, že kol nás není temnot. Odtáhněte dlaně a světlo, které vždy tu bylo, se projeví.“

K rozptýlení nevědomosti slouží proces poznávání. Je prostředkem, sádhanou, přičemž poznávané se ve skutečnosti tímto poznáváním nevytváří, ale pouze se jím odstraňuje předchozí nevědomost. Nic jiného není zapotřebí, protože brahman je věčně celistvé.

Činy jsou vhodné nebo užitečné pro dosažení něčeho, čeho dosud dosaženo nebylo. V případě dosažení brahman ztrácí činy svůj účel, protože zde jde nanejvýš o znovudosažení něčeho, co již stejně věčně existuje. Dosažení neboli realizace absolutna se podobá – jak se často uvádí – nalezení ztraceného náhrdelníku, který nosíme stále na vlastním krku. Zatímco jej nosíme na sobě, zapomínáme na něj a hledáme jej velmi úzkostlivě jinde. Ale když poznáme svůj omyl, vidíme hned, že nebylo vytvořeno nic nového, že jsme si jen jasně uvědomili pravý stav věcí.

Činy však nejsou pro dosažení absolutna docela bezúčelné. Činnost totiž odstraňuje překážky, které stojí v cestě vynoření se touhy po brahmadžňáně, ale nemůže ovšem vytvořit džňanu samotnou. Proto nutno vykonávat činnost tak dlouho, dokud není jasně pociťováno obrácení mysli dovnitř k átmanu. Pak je nutné vzdát se činnosti, upustit od ní, protože je už nadále nepotřebná. Činnost tak připravuje cestu k dosažení džňány (poznání). Výsledkem poznání je osvobození. Činnost a džňána jdou tedy za sebou a nikoli vedle sebe současně.

Išópanišad⁽⁷⁹⁾ říká: „Ti, kdož následují nevědomost, vstoupí do slepé temnoty; avšak do větší temnoty vstoupí ti, kdož se zasvěcují pouze poznání.“ To znamená, že ti, kteří se neočišťují konáním činů a odmítají je před dosažením zralého poznání, nedosahují osvobození pro nečistoty, které zůstaly v jejich myslích. Nemohou udělat žádný pokrok, protože odmítli

očisťující a záslužné činy. Proto je ve výroku poukazováno na jejich větší sestup slovy „větší temnota“.

Prekážky na cestě džňány se odstraňují jednak nesobeckou činností a jednak opakovanými pokusy v koncentraci na jediný předmět. Dokud si mysl a tělo nezvykle nést velké nároky, kladené na ně při koncentraci a meditaci, dotud je pociťován odpor těla. V tomto směru je to právě činnost, která vytváří pokrok v každém směru, a ukázněným procvičováním těla a mysli se schopnosti a možnosti obou velice zvětší. Mysl je nečistá, je-li naplněna radžasickými žádostmi a vášněmi. Je-li od nich očistěna, je klidná a pokojná. Odstraňováním připoutanosti a celkovým očisťováním se mění dosavadní přirozený sklon mysli, který vede směrem ven, do světa vnějších objektů, a nabývá samovolného sklonu směrem dovnitř. V tomto bodě dovršuje a splňuje činnost svůj účel a neomylným znakem tohoto očistění je bezděčná tendence mysli k dostředivému proudění dovnitř, to je k átmanu.

Prvotní nevědomost jedince spočívá v tendenci považovat sebe sama za odlišného od átmanu. Jedinec během svých nesčetných předchozích zrození dovoloval své mysli, aby dala průchod myšlence, že tělo je já a že svět je skutečný. Setrvačností zvyku se tento mylný názor neustále promítá. Chybným směřováním sebe sama a těla dochází k tomu, že jedinec považuje sebe za činitele a uživatele radostí a strastí.

Vše, co je ve světě dvojnosti, ve světě rozporů a protikladů, je konečné. A dále, to co je omezené a ve světě protikladů, je nějakým způsobem spojeno a vpleteno do zármutku, utrpení a bídy. Mudrci říkají, že utrpení je přítomno při získávání bohatství, námahy je zapotřebí při udržení získaného a bolest je při spotřebovávání, i při úbytku či směně bohatství. Jaké potěšení tedy vyplývá z honby za bohatstvím, když plodí pouze utrpení?

Šťěstí, které pochází ze zevních předmětů, obsahuje tisíce běd – je tedy stejné hodnoty jako sama bída. Šťěstí proto není ve světě dvojnosti, když jsou všechny předměty konečné.

Kdo lpí na předmětech, bývá sužován lidmi. Člověk, který nelpí na předmětech, pociťuje štěstí. Proto ti, kteří touží po štěstí, měli by se vzdát připoutanosti k zevním předmětům. Žádosti také nejsou nikdy uspokojeny svým splněním, ale stále se zvětšují, podobně jako když se přileje olej do ohně. Lačnost žádostí vede k naprostému pomatení, které se promítá v neuskutečnitelné touze, aby požitek trval neustále, aby s časem rostl a zvětšoval se, aby byl prost všech překážek a obtíží a aby člověk pociťoval uspokojení z požitku.

Káma je žádost, kámí je ten, kdo má žádost – smyslový člověk. Šankara definuje smyslového člověka, že neustále zůstává u myšlenky „já jsem tělo“. Pokud existuje tento pocit, tělo vyžaduje smyslové uspokojení, stává se panovačným a smyslově nestoudným. Takový jedinec začne hledat smyslové uspokojení pro tělo jako tělo. Realizovaný je však v protikladu smyslovému,

je pravým opakem. Kámí (smyslový člověk) utíká za předměty, city, myšlenkami, zatímco realizovaný je vzdálen od těchto a je v neomezenosti pravého Já. Realizovaný a žádosti, to nejde dohromady. „Žádost“ znamená radžasický výron mysli směrem k objektům a zabývá se city, myšlenkami, za účelem uspokojení, zatímco mentální zájmy realizovaného jsou zcela odvrácené od všech objektů jak vnějších, tak vnitřních. Jako světlo a tma, noc a den, nemohou existovat společně současně, tak i „nevědomost“ a „poznání“ nemohou být společné.

Džnanin nebaží po světských předmětech, pohlíží na ně jako na fatamorganu, neskutečné město vykouzlené nějakým divotvorcem. Moudrý člověk se shovívavě usmívá nad jejich klamnou povahou a vůbec o ně nedbá. Když došel správného rozlišování, nemá touhu po předmětech, které lahodí smyslům. Zná jejich omezenost, netrvalost a falešnost, a zcela se jich vzdává. Staří učitelé popisují rysy vairágie – odpoutanosti, nepřivislosti – takto: nejprve je poznání, že povaha libostí odvozených od zevních předmětů je v podstatě nepravá a záludná, pak následuje pociťování odporu vůči nim a konečně se vyvinuje nepřipoutanost k smyslovým zkušenostem.

Věškerá bída a všechny potíže pramení z připoutanosti k věcem. Všechna připoutanost je ve skutečnosti jen nevědomost. Tato nevědomost spočívá v tom, že se spokojujeme s konečným nebo malým, pomíjivým. Proto je rozlišování – vivéka – mezi věčným a pomíjivým nezbytným krokem k vědňantové sádhane. Mysl běžného člověka je stále plně zaměstnávána dopady zvenců přicházejících vjemů; neustálým rozlišováním a nabývajícím poznáním dociluje žák toho, že se mysl postupně z jejich poutajícího vlivu uvolňuje. Jakmile někdo poznal záblesk nekonečna, nezničitelného a trvalého, dokáže rozlišit nekonečno od konečného, pak vzrůstá u něho netečnost -vairágja – ke všem pomíjivým požitkům. Pravá sádhana začíná tímto pochopením, zábleskem nekonečna. Člověka může přitáhnout pouze to, co projde polem jeho zkušenosti. Do této doby jej přitahují konečné věci, protože zakusil pouze konečné. Avšak jakmile se dostalo nekonečno do jeho dohledu, stane se přitažlivost konečných věcí oproti přitažlivosti nekonečna slabou a nepatrnou a nic kromě nekonečna ho už nemůže uspokojit. Všechny potíže, které bude nutno zakoušet pro jeho dosažení, se jeví malicherné oproti štěstí, které přinese.

Egocentrickou ideu vnímajícího, cítícího a myslícího musí sádhak zamítnout. Sádhak realizuje Vědomí, které je svědkem intelektu a jeho modifikací. Vědomí je subjektem, který poznává myšlenkový proces. Poznání Vědomí se uskutečňuje jedině ztotožněním. Aby se sádhak dokázal ztotožnit se Skutečností, je třeba, aby se odloučil od zajetí těla, mysli a intelektu. „Nejsem touto sestavou. Jsem všepřonikající Vědomí. Jsem svědkem vybavení a jeho funkcí“. Sádhak musí tuto ideu udržovat živou po celou dobu svého bdění. Samozřejmě se jedná také jen o myšlenku. Poznání, které

vzniká z této myšlenky, představuje také jen omezené poznání. Ale toto je správná myšlenka v intelektu, která odstranila nesprávnou. Jistěže zde nahrazuje jedna myšlenka druhou, ale toto omezené poznání odstraňuje klamnou domněnku, že anátman je átman. Zkušenost absolutna přichází po dlouhé cestě intelektuálních a jiných disciplín a je korunou myšlenkových procesů. Védántové intuice není dosahováno cestami, které by odpovídaly intelektu. Naopak, intuice je považována za zdokonalený stav myšlenky, koncentrace a meditace je jejich dozráním.

Nezbytným předpokladem pro dosažení védántové intuice je vairágja, což se překládá též jako bezžádostivost, odpoutanost, a týká se výhradně radžasu. Odpoutaná mysl není zbarvována lačností a žádostmi po objektech a jejich kvalitách. Kathópanišad⁽⁸⁰⁾ prohlašuje, že nikdo nemá naději na dosažení poznání a spásy, dokud se nevzdal svých skutků a nedosáhl klidu, míruplnosti a hlubokého soustředění.

Vairágja do značné míry podmiňuje džňánu, neboť hluboká koncentrace nutná pro védántovou intuici je neslučitelná se sebemenší připoutaností k nějaké věci. Tato intuice se popisuje jako nejvyšší forma sebeuvědomování nebo pochopení átmanu pomocí ega, a je jasné, že pouze zcela odpoutaná a dovnitř obrácená mysl nám může umožnit intuici, o které védánta hovoří. Pohyb neodpoutané mysli směřuje vždy ven a znemožňuje tak obrácení buddhi dovnitř. Dokud trvá sebemenší sklon k obrácení ven, do té doby buddhi nemůže dosáhnout nejvnitřnějšího bodu dostředivým směrem. Vairágja není však umělým potlačením žádostí nebo nějakým dočasným stavem. Je trvalou vlastností, které bývá dosahováno dlouhou cestou stálého rozlišování, třídění, zdravé disciplíny a vývoje. Vynořuje se postupně jako přirozený důsledek oproštění od žádostí, když byla plně poznána jejich omezenost a malichernost, v protikladu k nekonečným hodnotám átmanu.

Když džňánin opakovaně prožije omezenost a malichernost všech objektů žádostí, tato zkušenost se mu nakonec pevně vtiskne do mysli. Dochází pak k ryzímu oproštění se od žádostí. Výsledným stavem je, že žádosti do něj sice vstupují, ale nedotknou se ho, jako když vody vstupují do nehybného oceánu; nevyvolají v něm žádnou změnu.

Starí učitelé prohlašují, že vykonávání předepsaných povinností je lepší než pouhá živočišná existence, ale je nižší než uctívání osobního Boha. Jako nejlepší ze všeho doporučují meditaci o nirguna brahman. Přednost a výhoda každého z těchto způsobů uctívání spočívá v jeho blízkosti k poznání brahman. Meditace o nirguna brahman se postupně hrouží v poznání a je proto z nich nejlepší.

Pro meditaci o nirguna brahman není omezení. Vyžaduje pouze jednobodovou pozornost, stejně jako při meditaci o saguna brahman.

Stav nejhlubší meditace vede přímo k džňáně. Při plném soustředění na objekt meditace, kdy smysly a mysl jsou naprosto dostředivě orientovány,

nemohou do pole vědomí vstupovat žádné rušivé vlivy zevního světa, ba ani z podvědomí, když bylo očištěno dlouhou přísnou sebekázní. Tento stav posléze nachází odhalenou džňánu, přímé poznání čistého Vědomí, absolutna.

Tak jako hlad, způsobující bolest a zeslabení, musí být tím či oním způsobem odstraněn, tak se člověk zbavuje chybných názorů meditací a je jedno, podle kterých pravidel. Dlouhá a stále se prohlubující meditace odhaluje Pravdu. Meditace vede totiž k podstatě objektů a umožňuje vstoupit do nich a poznat je tím, že se meditující jimi stává a s nimi ztotožňuje. Koncentrace a meditace jsou védántou považovány v jistém smyslu za jedinou možnost, jak dosáhnout absolutní poznání. Meditace je bezpečně zaměřené vědomí, a proto meditace odhaluje, protože ve skutečnosti Vědomí je vše. Meditace sama o sobě je prostředkem, který sceluje – při meditaci o totožnosti átman a brahman – mezeru mezi meditujícím a meditovaným, a tím zvedá jedince do úrovně absolutna.

Amritabindópanišad říká, že pravé poznání povstává meditací o nirguna brahman, a označuje tuto meditaci za bránu k poznání a nadřazuje ji všem meditacím. Pañcadaśí⁽⁸¹⁾ k tomu poznamenává, že ti, kdo zanedbávají meditaci o nirguna brahman a dávají přednost pouti k posvátným místům a recitování svatých textů, jsou podobni těm, kteří odhazují z ruky hroudu másla a raději lížou prázdnou dlaň.

Když sádhak spočívá v čistém Vědomí, věda že to je átman, pak setřásá ze sebe všechen strach a obavy. Tyto strasti jsou vystřídány velkolepým pocitem osvobození. Strach se projevuje u každého tak dlouho, dokud pociťuje i ten nejmenší rozdíl mezi sebou a átman-brahman.

Všeobecně se uvádějí čtyři překážky na cestě k dosažení džňány:

- 1) nedostatky tělesné, nemoci,
- 2) nedostatky smyslů, jejich sklon orientovat se směrem ven,
- 3) nedostatky mysli, pochybnosti a váhavost,
- 4) nedostatky buddhi, neschopnost ke koncentraci a meditaci.

První druh nedostatků se odstraňuje řízenými a nesobeckými činy, druhý pomocí přísné sebekázně, kontrolou a návykem odtáhnout mysl od vnějších objektů, třetí pomocí rozjímání, čtvrtý pomocí vytrvale opakovaných pokusů o meditaci.

Aby rozjímající přemýšlel s patřičným zaujetím a zanícením, musí mít víru, šradhdhá, která v sobě zahrnuje přimknutí, víru a důvěru k námětu úvahy. Nikdo se nemůže plně oddat nějakému námětu, pokud se k němu necítí přitahován. K úspěšnému promýšlení je třeba nadšení a důvěry. Šradhdhá se dostavuje pouze ovládáme-li své smysly a snažíme-li se upnout pozornost na určitý námět. Kdo nemá šradhdhu, nemůže být schopen rozjímání, a tím ani meditace, a nedochází k džňáně. Sebevětší přemítání nedovolí plně pochopit téma, není-li k tématu kladný přístup, a proto je šradhdhá

považována za výchozí bod k džňáně. Šraddhá vzniká z oddané služby duchovnímu vůdci a z jeho vřelého následování po všech stránkách.

Než počne poznání jasně prosvěcovat, musí sádhak mnoho vykonat. Pro onu lepkavou nevědomost jsme stále ve spárech nepoznávání a zapomínání. Rozseknout tuto nevědomost bez milosti Boží je pro sádhaka prakticky nemožné. Ryzího sádhaka však milost vždycky najde. Sádhak se jí nejvíc přiblíží a milost nejlépe získává při satsangu, to jest ve společnosti mudrce, či aspoň ve společnosti velmi pokročilých žáků.

Satsang se v džňánajóze považuje za nejlepší prostředek. Ve společnosti moudrých se nejen rychle naučíme pravdě, ale také nám umožní sledovat jejich cestu a opravovat své vlastní chyby. Prodlévání ve společenství moudrých se považuje dokonce za lepší a účinnější, než pouhé vlastní úsilí se studiem svatých písem, jelikož moudří svým chováním a příkladem ukazují, jak máme žít. Pokud se nám podaří takovou společnost najít, strážme ji pečlivě.

Poznat mudrce lze jedině, poznáme-li způsob jeho života: Vykonává svoji práci bez spěchu a bez loudání – vždy se spokojenou myslí. Ať se mudrci přihodí něco dobrého či zlého, vždy zůstává klidný. Vykonává své denní povinnosti bez nadšení, ale také bez nechuti. V každé záležitosti se rychle rozhoduje a nezná strach, lenost či netečnost. Nestará se o záležitosti druhých. Neustále prosazuje dobro a nikdy ho nenapadne ani nejslabší pomýšlení, aby druhým ubližoval. Prakticky s nulovým úsilím překračuje oceán žádostí a náklonností a jeho mysl je v neustálém klidném a rovnovážném stavu.

Oheň poznávání, který se při takových setkáních rozdmychává, vede sádhaka k zintenzivnění vlastního úsilí a k záblesku poznání.

Už pouhé svítání dává vznik dokonalé spokojenosti a hledajícímu dává pocit, že se v něm vše dovršuje. V tomto stavu sádhak skutečně nehledá nic jiného než osvobození od vázanosti. Touží celou bytostí po realizaci neomezeného poznání a nakonec obdrží úplné uspokojení jeho realizací v sobě a poznáním jeho totožnosti se sebou.

Védántisté uvádějí dvě základní metody vedoucí k realizaci átmanu. První je metoda sánkhjová, představující proces zkoumání spojený s poznáním. Druhá metoda je jógová a představuje meditaci o čirém Bytí, oproštěném od přívlastků.

Metoda jógová vede k úplnému ztišení mysli, k samádhi, jehož plodem je svrchované poznání. Metoda jógy byla podrobně popsána v kapitole pojednávající o radžajóze. Je vhodná pro ty, kteří mají silný a přísný intelekt, chtějí intelektem překonat intelekt a nedůvěřují citovému vzplanutí oddanosti, avšak pociťují, že jejich mysl potřebují ještě zklidňující trénink.

Tato metoda odstraňuje svéhlavost mysli, avšak úspěch se dostavuje, jako u každé cesty, až po dlouhém a vytrvalém tréninku. Je běžně známé, po-

kouší-li se sádhak upevňovat pozornost mysli na své pravé Já, mysl se vymyká a tlačí pozornost skrze smysly k objektům. Ať je sádhak jakkoli rozhodný, mysl zůstává svéhlavá a jen obtížně se stahuje.⁽⁸²⁾

Mudrc Vasištha řekl Rámovi:⁽⁸³⁾ „Ó Rámo, i když je obtížné zvládnout mysl, přece ji lze podrobit odpoutanosti a vytrvalým úsilím. Budeš ovšem muset zatínat pěsti i zuby a držet na uzdě jak údy, tak smysly. K tomu je třeba silné vůle“.

Písmo popisuje průběh cesty jógy takto: Když má sádhak silnou touhu po osvobození, nachází Gurua. Od něho se dozvídá o nedvojném brahman, které svítí jako neomezené Bytí, Vědomí, Blaho. I když se jedná o nepřímé poznání, jasně chápe řečené a stáčí svou mysl jednobodově k brahman. Svědek je cílem jeho meditace.

Žák se zeptal svého Gurua: „Kdo je ten Bůh o kterém medituji?“ Guru odpověděl: „Bůh je svědkem tvé mysli“.

Aniž by rozjímal, medituje o nedvojném brahman, Bytí-Vědomí-Blahu, které je nerozlišené. Cvičením se mysl uklidní a postupně vchází v samádhi, kde zažívá svrchované blaho.

Metoda zkoumání zdůrazňuje, že je vhodná jen pro plně kvalifikované sádhaky. Džňáninové prohlašují, že mysl vděčí za svou existenci neprozkoumáním její přirozenosti a zaniká poučeným zkoumáním.

Plně kvalifikovaný sádhak má tyto vlastnosti:

Schopnost rozlišovat – vivéka – mezi skutečným a neskutečným. Je volný od touhy po příjemnostech tohoto i dalšího světa – vairágja. Má šatsamapatti, šest pokladů (viz dále), které jsou podkladem pro duchovní život a které připravují hledajícího pro přijetí vyššího poznání. Má nesmírnou touhu po osvobození – mumukšutva.

Pokud sádhak nemá všechny tyto čtyři kvality, pak nemůže v metodě zkoumání uspět, ať jakkoli usiluje. Jsou tedy vyjmenované kvality nezbytnou podmínkou pro metodu zkoumání, a proto bude vhodné je rozebrat, aby-
chom poznali jejich přirozenost a působení.

Rozlišování – vivéka – vzniká jediné v očištěné mysli. Přirozeností rozlišování, které vzniká poučením z písma, je přesvědčení, že jediné brahman je skutečné a vše ostatní je klamné. Výsledkem prováděného rozlišování je stálé a nekolísavé podržení této pravdy v paměti.

Nepřipoutanost, nepřivislost k libostem – vairágja – je podceňování smyslových požitků až po blaženosti nebeské. Žádné smyslové potěšení nemůže být věčné, protože pochází z činnosti. Přirozeností odpoutanosti je takto zamítnutí světa s tím, že pro jeho netrvalost není touhy po jeho nabídce. Výsledkem odpoutanosti je stav, ve kterém sádhak se odvrací s odporem od potěšení světa stejně jako od zvratků. Sádhak pak přirovnává svody světských a nebeských libostí k řezavému uhlí.

Šest pokladů nebo také šest ctností jsou tyto:

Šama – zklidnění mysli, která přestala reprodukovat neúnavně minulé dojmy, ale zůstává klidně u tématu, jak se to od ní požaduje.

Dama – sebeovládání, zvládnutí orgánů smyslů a činnosti, které jsou odtaženy od objektů, takže zůstávají klidné, dokud nejsou přivolány do funkce.

Uparati – obsahuje odtažení mysli od zevních předmětů, konec osobních přání, odumření chtivosti po určitých věcech a lidech; odtažení se od světského života a upevnění se ve svých duchovních zkušenostech.

Titikša – stálost, trpělivost, vyrovnané přijetí vlastních karmanových podmínek, takže vyrovnaně snáší tělesná potěšení i bolesti bez nespokojenosti či netrpělivosti.

Samádhána – setrvalost a jednobodovost, docilovaná sebraným soustředěním všech sil k jednomu zvolenému účelu, např. k upevnění pozornosti na átman-brahman.

Šraddhá – se často popisuje jako „pozitivní rámec mysli“; nebo se připodobňuje mateřské péči, neboť ochraňuje jógina; nejčastěji se označuje za víru a důvěru. Jako taková stojí v protikladu pochybám, které vysávají energii jógina a přerušují duchovní postup; bez této vlastnosti jógin nedocílí samádhi. Sádhak intuitivně věří v existenci nejvyšší Skutečnosti a neomezené vlastní pravé Já. S touto vírou je ochoten podstoupit každou oběť aby realizoval Pravdu.

Touha po osvobození – mumukšutva – je touha překonat vlastní ego-mysl, osobnost. Není to však neurotické utíkání před světem nebo sama před sebou. Touha po osvobození je výsledkem vyjmenovaných předchozích ctností. Tato touha nasměrovává pozornost soustředěně na jeden bod a je schopná prorazit mrak nevědomosti. Touha po osvobození vzniká při sdružování s realizovaným mudrcem a sádhak zůstává u Gurua a pracuje jen pro osvobození.

Zkoumání sádhaka bude úspěšné pouze pokud zmíněné požadavky zcela naplnil. V jiném případě se úspěch nemůže dostavit, jelikož účinnému zkoumání je každý nedostatek na překážku.

Písmo říká, že pro zkoumání je vhodný, kdo má vyváženou mysl, zvládnuté smysly a má odvalu. Další omezení, např. pokud se týče kasty, pohlaví či věku, neexistují.

Bez realizovaného džnána-Gurua a jeho milosti však nedojdou úspěchu jak učení, tak nevzdělání. Plně kvalifikovaný sádhak má své svrchované Já zastřené jen mocí nevědomosti a pouze očekává své probuzení. Zkoumání je proces velmi podobný probuzení, a proto je pro takového nejvhodnější. Písmo popisuje cestu zkoumání takto:

Když se sádhak od svého Gurua dozvěděl o přirozenosti sebe sama, která je v písmu popisována jako átman neboli neomezené Bytí, Vědomí a Blaho získává tím jasné nepřímé poznání. Dle poučení Gurua, zkoumá inteligent-

ním uvažováním a dochází čirého poznání, átmana, svého pravého Já. Poznává též anátman, to jest to, co je objektivní a necitné ego. Sádhak pak zahajuje proces odlišování a oddělování ega, který se postupně prohlubuje, až jej zažívá i v meditaci, kdy vyhasíná vše objektivní, až nakonec átman svou mocí vstřebá čirou mysl, která se ponoří do svrchovaného Blaha. Toto je krátké vysvětlení, poskytující všeobecný přehled.

Praxe zkoumání je ovšem nepoměrně obsáhlejší. Skládá se z

- a) naslouchání – šravana
- b) rozjímání – manana
- c) meditace – nididhyásana
- d) dokonalého pohroužení – samádhi.

Šravana je studium a naslouchání tomu, co Guru říká, přičemž se klade důraz na pečlivé pochopení smyslu jeho řeči.

Sádhak, který naslouchá slovům pravdy Gurua, touží neustále slyšet o nedvojném brahman, čímž částečně odstraňuje svou nevědomost. Odstraňuje tu část, která se myšlenkově promítá v pojetí – „Kde je átman? Není nikde vidět!“. To způsobuje zastírací moc nevědomosti (avarana) a ta je nasloucháním zničena. Sádhak musí naslouchat slovům pravdy tak dlouho, dokud v něm vystupují pochyby o ne-existenci nedvojného Bytí. Nevystupují-li pochyby, pak bylo dosaženo cíle naslouchání.

Když jednou provždy byla zničena nevíra v nedvojné Bytí, pak důvěru hledajícího nemůže otrást žádný úskočný argument. Plodem naslouchání je tedy odstranění všeho, co je na překážku víry sádhaka, a tak zůstává upevněn v nepřímém poznání pravého Já.

Nedvojné Bytí je zkoumáním odlišováno od hrubo- a jemnohmotného těla i těla příčinného, od pěti obalů a je prohlašováno za svědka všech tří stavů – bdění, snění a hlubokého spánku. Tento proces pokračuje v dalším kroku, v rozjímání.

Rozjímání znamená zkoumat, zvažovat, debatovat, podržet názor nebo zamítat. Je to práce, která je na západě vypjatě vystupňovaná, že skoro nejsme schopni ji zastavit; proto i ono veliké množství knižních publikací o duchovní cestě. Sádhak na západě se nutně ocitá v situaci, kdy zkoumá, zda čtené a slyšené neodporuje rozumu, zda je v souhlase s jeho vlastními zkušenostmi. Zvláště prověřuje, zda řečené nejsou prázdné sliby a zda ho nějaké ego nechce přesvědčovat jen o jeho názorech. Je mnoho hledisek, které se musí zvážit a jejich ověření musí být nejen možné ale i nutné.

Jinými slovy musí vyvinout a používat rozlišovací schopnost mezi skutečným a neskutečným. S touto pomocí je sádhak schopen čelit množství vjemů a údajů a brzy najde, co je pro něho vhodné a co je mu pomocí na cestě za Pravdou.

Když sádhak prošel tímto stadiem, začíná mu opravdová spirituální práce. Rozjímání naplňuje promyšlením, hlubokou pronikavou úvahou se

stálým nasměrováním myšlenek na nedvojné Bytí, aby dosáhl bezpečné nepřímé poznání. Zásadním neustálým soustředěním myšlenek na učení a jeho cíl, se sádhak noří do ducha učení tak, jak je mu předáváno. Důležité však je, aby sádhak nebyl odváděn jinými myšlenkovými pojmy a představami, které by byly cizí védántě, a tak se nasytí postoji a idejemi, které jsou pro nalezení pravého Já nezbytné. Cílem rozjímání je jednou provždy strhnout zastírací aspekt nevědomosti, který způsobuje, že člověk říká: „To se neprojevuje“. Výsledkem rozjímání má být neobnovení tohoto zastření a bezprostřední zkušenost Bytí je ovocem. Učitelé však říkají, že je třeba provádět rozjímání velmi dlouho, aby se temnota nevědomosti již neobjevila, nicméně říkají, že metoda se může zdát snadná nebo obtížná, dle toho, zda jsme ji již předtím prováděli či nikoli.

Pouze ten, kdo při rozlišování a zkoumání skutečného od neskutečného došel nepřímého poznání, je schopen rozjímáním nalézt bezprostřední zkušenost zážitku. Nikdo jiný nemůže mít úspěch při hledání.

Co je zkoumání sebe sama? Hledat své pravé Já jednobodovým intelektem uvnitř pěti obalů s uvažováním „Kdo je to já? Kde je? Jaké je?“ – to je zkoumání sebe sama. Žáku se doporučuje, aby uvnitř neskutečných obalů neustále usiloval jemně zaostřeným intelektem o zkoumání Skutečnosti, pravého Já. Takové zkoumání je uvažováním o pravém Já a jeho výsledkem je odstranění závoje nevědomosti. Neustálým uvažováním o vlastním pravém Já, které je za obaly, musí spálit aspekt zaclonění, který způsobuje, že říkáme, že „neprosvítá“.

Když Guru rozpoznal připravenost žáka, uvádí ho do svrchované Pravdy a sděluje žáku „To jsi Ty“. Žák naslouchá s veškerou schopností svého očištěného vědomí. Nejedná se při tom o pouhou slovní komunikaci. Toto je symbolem kontaktu, který existuje mezi dvěma bytostmi, které se doplňují. Nastává přímé předávání síly poznání. Vize Pravdy, která byla jako jiskra v žáku skryta, je rozžehnuta v plamen.

Žák často klade otázku, jak může vyvstat pochybnost, když pravé Já bylo realizováno? Mistrova odpověď říká: „Zkoumáme-li obaly a zamítáme-li je jako neskutečné, pak vlastní pravé Já, jejich svědčící vědomí, je realizované jako jedinečné. Je jemnější než éter, je podobné prázdnotě. A když byly obaly zamítnuty jako neskutečné a nic jiného není než prázdnu podobné Já, tehdy vyvstává obava a pochybnost, zdali nejsme ponecháni v nicotě, prázdnu.“

Naše pravé Já – čiré Vědomí – překonává vše a nemá nic společného s věcmi světa ani jeho činnostmi. Překonává také prázdnotu, a proto je jeho zážitek jedinečný a nepozemský. Proto může vystoupit obava: „Může toto být Já? To není možné, jak bych mohl být takovou prázdnotou?“ I po realizaci odhaleného pravého Já není víry ve vlastní zkušenost. Považuje se za nemožnou a vzniká pochybnost. Opakované zkoumání a uvažování však

odstraňuje pocit této nemožnosti. Mudrci znovu a znovu zdůrazňují, že je nezbytné opakovaně naslouchat, rozjímat a meditovat o átmanu, protože zaclonění se odstraní jedině dlouho prováděnou praxí. Se zánikem nevědomostí nastává konec všem překážkám a výsledkem je bezprostřední zkušenost, zřejmá jako jablko podržené na dlani.

Nic nelze poznat bez předchozího rozjímání. Je třeba pochopit védántské pravdy jako „To jsi Ty“, „Vše je átman“, „Vše je brahman“ apod. a jejich moudrost si ověřit vhodnými argumenty a rozhovory. Vytrvalým rozjímáním o jejich správnosti a opodstatněnosti nastane jejich dokonalé rozumové přijetí, a teprve pak jsou vytvořeny předpoklady pro odhalení jejich pravdivosti v intuitivní vizi. Okamžiky hluboké koncentrace nemohou přicházet – a také nepřicházejí – náhodou, ale pouze po dlouhém nepřerušovaném rozjímání. Stav nididhyásana přichází po rozjímání a nastává v okamžiku, kdy všechny pochyby a nejistoty byly přemýšlením vyhlazeny. Rozjímání, argumentace a rozhovory týkající se vnějších věcí jsou sice velmi užitečné k odstraňování pochybností a omylů, avšak jsou zcela bez užitku při samotném odhalení samozářícího čistého Vědomí. Bezprostřední zkušenost rozlišuje pravé Já od ega podobně jako se jasné slunce odlišuje od mraků. Moudrý sádhak, který takto pečlivě cvičí, realizuje nedvojný brahman.

Tehdy sádhak končí se studiem písma, protože když o pravém Já naslouchal a rozjímal, musí nyní meditovat. Když skončil s rozjímáním, pokračuje v meditaci (nididhyásana), provádí pohroužení, aby dosáhl stálou totožnost se samotným Vědomím.

Čtenář by neměl být udiven nad odlišným názvem meditace – nididhyásana. Toto pojmenování pochází ze slovního kořene dhyai. Jedná se o védántický název, který je definován obdobně jako dhyána rádžajógy.

Nididhyásana je řízené dlouhotrvající intenzivní soustředění se na skutečnou přirozenost átman-brahman. Je to vřelá meditace, prováděná s neodchylujícím úsilím a zájmem. Směřuje nad dokazování. Když sádhak opakovaně dlouze meditoval, noří se nakonec úplně do skutečné přirozenosti átman-brahman.

Dle Védántasáry je nididhyásana tok či proud idejí, které jsou všechny stejného druhu. Je to myšlenkový proud, který je oproštěn od myšlenek, které jsou z okruhu těla, ega i veškeré dvojnosti subjektu a objektu. Ve stadiu rozjímání je mysl nasycena idejemi a představami védánty tak, že žádné jiné myšlenky tam nemají prostor. Od tohoto okamžiku je sádhak hnán zůstat v nepřetržitém proudu védánty a své vlastní aktivity směřovat na ona centra, která ho vedou k cíli. Cílem je zaměření se na jedno bez druhého, které se aktivně již nehledá dokazováním a úvahou. Celý obsah mysli plyne k němu tak, jak je tomu ve vodách proudu. Vědomí bere na sebe samovolně formu brahman, ve kterém se rozpouští.

Při zmiňované aparokšánubhúti Šankary, není nic takového jako svět, není nejmenší stopy čehokoli – kromě Já. Šankara k nám hovoří o takovém stadiu zkušenosti, kde je nekvalifikovaná jednota, kde není společnost mnohých Já, ale pouze jediné Já, Jedno bez druhého, prostupující celé vědomí a tím i celý vesmír, přebývající ve své vlastní nádheře. A při aparokšánubhúti, kde Já nachází Já přímo, mizí úplně hmotný svět, který je pramenem mnohosti. Všechno ne-Já odchází, mizí dokonce ne-Já ve formě představ. Tato zkušenost odpovídá zkušenosti absolutna a nekonečna, jak to popisuje slavná stať z Čhándógiópanišad,⁽⁸⁴⁾ popisující bhúma – absolutno: „Kde nic jiného nemůže být viděno, nic jiného nemůže být slyšeno, a nic jiného nemůže být poznáno, než To, tam je zkušenost absolutna. To, co je bez omezení, je celé, nekonečné a nezničitelné; a tak vše, co má omezení, podléhá zničení. Toto bhúma přebývá ve své vlastní slávě nebo spíše nepřebývá vůbec v ničem. Toto bhúma je pod námi a též nad námi, je za námi stejně jako před námi, je jižně od nás i severně od nás – toto bhúma je vše“.

Advaitin (zastávce nedvojnosti) dává Bohu celou svou lásku, zatímco dvaitin (zastávce dvojnosti) mu dává jen část. Naše svrchované Já je nejdražší ze všech věcí, jak říkají upanišady, protože cokoli, co je nám drahé, je pro blaho pravého Já, ne pro blaho ega. Když jsou dva chápání jako dva, láska je nezbytně rozdělená. Jsou-li dva jedno, je láska nedělená. Bhagavadgíta říká, že mudrci jsou nejlepšími z oddaných. A opravdu nejvyšší chválou Boha není, že je nejvyšším Pánem veškerého stvoření, ale že je nejmilovanějším ze všech, jakožto naše pravé Já. Velkolepost Boha jako Boha je v relativitě, v máji, ale přirozenost Boha jako svrchované Já je absolutní Pravdou, která je nad májou. Uctívající, který má advaitický přístup, považuje Boha za toho, kdo stravuje ego.

Stav bez ega je neosobnost. Může vystoupit otázka, osobní či neosobní stav? Osobnost se zdá být něčím a neosobnost ničím. Je tomu tak proto, že si neuvědomujeme, že osobnost je omezena tělem, zatímco neosobní stav je absencí všech omezení. V obou stavech je stejné vědomí. Osobnost je Vědomí omezené prostorem, vecpané a uvězněné, zatímco neosobní stav je Vědomí takové, jaké ve skutečnosti je – neuvězněné, nekonečné a čisté.

Vývoj poznání džňány má sedm stadií, které uvedené tvoří zároveň shrnující závěrečný přehled:

1) Na počátku je intelekt zaměstnán neustále světskými záležitostmi a ve stavu prvotní nevědomosti se nepoznává, neví, že je samozářícím átmanem.

2) Utvrzování se v přesvědčení, že átman není, jelikož se neprojevuje, je charakteristické pro stadium zatemnění.

3) Výsledkem chybného směřování je pociťování „já“ jako činitele a toho, který užívá.

4) Do tohoto stadia se řadí slova učitele poskytující nepřímé vědění o átmanu. Zde se nastupuje vědomá cesta, která vyžaduje:

- kontrolu smyslů, která připravuje způsobilost k rozjímání,
- vairágju, která odpoutává mysl od připoutanosti k objektům a podmiňuje tak nutný sklon mysli dovnitř,
- správné rozjímání podmíněné očištěným intelektem, který je získáván očišťujícími činnostmi a disciplínou,
- hlubokou víru,
- trvalé rozlišování mezi pomíjivým a trvalým vede k mocné koncentraci a meditaci.

5) V tomto stadiu, po řadě zkoumání, úvah a dotazovacích meditací, dostává se jóginovi přímého poznání átmanu.

6) Jógin se vzdává ideje, že je činitelem a uživatelem – tyto ideje jsou považovány za zdroje smutku.

7) Vrcholu poznání je dosaženo tehdy, když se uvědoměle pociťuje jednotná jednota s kosmickým Vědomím, stejně jako běžný člověk pociťuje jednotu s tělem. Džňánin je šťasten vědomím, že vykonal, co mělo být vykonáno, a že dosáhl toho, čeho měl dosáhnout.

Sebezkoumání –

átmavičára Ramana Maháršiho

Přirozeností myslí je toulat se. Vy ale nejste myslí. Ta je nestálá, přechodná. Mysl vystane a zapadne, zatímco vy jste věční. Přebývat v pravém Já je to, co máte dělat. Nikdy si nevšímejte myslí. Když hledáme její zdroj, zmizí a pravé Já zůstává ve své přirozenosti.

Talks 93

Když existuje ego, existuje i vše ostatní. Není-li ega, není nic jiného. Opravdu ego je vše (ve dvojnosti). Proto zkoumání co je ego je vzdání se všeho.

Truth Revealed verš 26

„Lidé říkají, že odcházím“, prohlásil Ramana Mahárši krátce před smrtí těla, „kam bych měl jít? Jsem zde“.⁽⁸⁵⁾ Neřekl „budu zde“, ale „jsem zde“, protože je zde ve věčném „zde a nyní“, ve věčné přítomnosti. Každý návštěvník Ramanašramu, v Tiruvannamalai, kde je jeho tělo pohřbeno, se o těchto jeho slovech může přesvědčit.

Ramana Mahárši, který byl svými stoupenci nazýván Bhagaván, což je oslovení označující Božství, byl zcela ojedinělým zjevem 20. století.

Narodil se 30. prosince 1879 v Tiruchuzhi v tamilském distriktu jižní Indie. Jeho původní jméno bylo Venkataraman. Jako chlapec miloval sporty. Ve škole nevynikal zájmem o přednášené učivo.

Jednoho dne potkal příbuzného, který se právě vrátil z cesty a který mu řekl, že se právě vrátil od posvátné hory Arunáčaly. Slovo Arunáčala vzrušilo nezvykle jeho mysl a tak se hned zeptal, kde to je. Dozvěděl se, že na úpatí Arunáčaly leží město Tiruvannamalai.

Po úmrtí jeho otce se část rodiny přestěhovala ke strýci do Maduraje. Tam jej v červenci r. 1896 najednou přepadl strach, že zemře a zažil zkušenost smrti. Touto velkou zkušeností si jasně, jednou provždy uvědomil svou pravou totožnost. Sám o tom řekl: „Když jsem se položil na zem s nataženými údy, v duchu jsem si představoval blížící se smrt. Uvědomil jsem si, že tělo bude odneseno na pohřebiště a tam spáleno. “Já” však bude žít dál. Jakási síla, možno ji nazvat átmická síla nebo i jinak, vyvstala ve mně

a zmocnila se mne. Znovu jsem se narodil a stal se novým člověkem. Od tohoto okamžiku Já nebo Self soustředilo na sebe nesmírným kouzlem všechnu mou pozornost. Strach před smrtí zmizel jednou provždy a od té doby pokračovala absorbce pozornosti v Self zcela bez přerušení".

Po této zkušenosti ztratil Ramana veškerý zájem o školu a mnoho času strávil v meditaci, což nelibě nesl jeho starší bratr. Po jednom incidentu s ním se Ramana rozhodl, že odejde z domova. Odešel okamžitě na nádraží a zakoupil si jízdenku směrem k Tiruvannamalai, kam dorazil 1. září 1896.

Mahárši byl zcela svobodnou bytostí a svou volnost poskytoval jiným. Nikdy o nic nepožádal a nikoho nepožádal, aby pro něj něco udělal. Po většinu doby mlčel. Vyzařoval z něj mír, který byl nad veškeré pochopení.

Realizace Sebe Sama přišla k Maháršimu nehledána. Když realizoval, neměl žádné znalosti o védách, upanišádách apod. Jediné co znal, bylo pojednání ze života 63 tamilských světců, šivaistů. Poklad sebepoznání přistoupil k němu ve věku šestnácti let. Zažíval brahman, aniž by znal význam tohoto slova.

Zprvu přebýval ve sloupových prostorách velkého Šivova chrámu v Tiruvannamalai. Jeho sláva, jakožto tichého mudrce se brzy začala rozšiřovat vzdor jeho mládí. Postupně navštěvoval různé jeskyně na Arunáčale, ve kterých žil přes 20 let. Koncem roku 1922 se usadil na jižním úpatí Arunáčaly, kde záhy vznikla různá přístřeší jeho stoupenců, základ dnešního Ramanášramu.

Lidé ze všech částí Indie a později z celého světa přicházeli k němu, aby od něj získali duchovní útěchu. Mahárši byl každému přístupný, dnem i nocí. Nevedl a neměl žádný soukromý život.

54 let žil u Arunáčaly a byl každému hledajícímu k dispozici do roku 1950, kdy 14. dubna odložil tělo. Ramanovo učení patří filozoficky k advaita védántě. On sám by při tom řekl, že jeho učení má původ spíše v jeho vlastních zkušenostech, než že by pocházelo z něčeho co slyšel nebo četl. Ramana Mahárši učil v souhlase s advaitou, že pravé Já (átman, Self) je jedinou existující skutečností a že všechny jevy jsou v rámci toho nedílné projevy. Nejvyšším cílem života, dle Ramany a ostatních učitelů advaity, je překonat iluzi, že člověk je individuální osobností, která působí ve světě skrze tělo a mysl. Jakmile je toto poznání jednou dosaženo, člověk se stane vědom toho, čím opravdu je. Je beztvarym, neomezeným Vědomím, které v něm dlí. Tento závěrečný stav uvědomění, označovaný za Seberealizaci, je možno dle Ramany dosáhnout prováděním praxe sebezkoumání, átma-vičárou.

Ramana Mahárši zasvětil novou cestu. Je přizpůsobená podmínkám moderní doby a není závislá na formálních ritech a formálním zasvěcení. Každý sádhak zjistil, jak je obtížné najít pravé vedení na každé cestě, o kterých bylo pojednáno. Jedinečnost Ramany spočívá v tom, že jeho

vedení nepůsobilo jen za jeho života zde na zemi, ale je Guruem i dnes, stejně jako dříve. Mnozí, co ho nikdy neviděli, nalézají jeho vedení stejně působivé a účinné, jak ho vykonával, když byl ve fyzickém těle. Proto není zapotřebí, aby v jeho jménu nějaký nástupce poskytoval zasvěcení. Zasvěcení bylo u něj vždy tiché a neformální a tak je stále. Zasvěcení a vedení směřovalo vždy do nejhlubšího nitra a vyhýbalo se všem slovům a myšlenkám.

Metodu, kterou Ramana vždy doporučoval a o které hovořil jako o nejjednodušší a kterou kladl na první místo, bylo sebekoumání. Doporučoval átmavičáru, nebo prostě vičáru (zkoumání) jako nejpřímější metodu, kterou by měli provádět stoupenci, kteří jsou toho schopni.

Pocit „já“ je přirozený a společný nám všem, ale jen málokdo zkoumá přirozenost tohoto „já“. Bereme ho za samozřejmost a používáme fráze „já jsem hubený, já jsem tlustý“ a „já jsem byl“. Kdo nebo co je to já? Když se vás někdo zeptá, co tím míníme, používáme-li slovo „já“, musíme připustit, že jsme ještě nenašli správnou odpověď na tuto otázku. Protože vždy, když řekneme já, vztahujeme to k našemu tělu; ovšem spíše z hlediska vlastnictví (těla) a nikoli z hlediska úplné totožnosti (tělo je „já“).

Podobné se děje s myšlenkami a myslí, kterou používáme ale váháme ji označit za vlastní já. Ramana, který důkladně a podrobně zkoumal mysl, říká, že mysl sama jako taková neexistuje, že to je jen chumáč myšlenek.

Když Ramana říká, že není nic takového jako je mysl, říká, že není nic, čeho bychom se mohli dotknout, že není nic takového jak tělo, oddělená entita. Je to jen hrozen myšlenek, založený na „já“ myšlence, na které všechno visí. Když tedy myšlenky tvoří mysl, pak z toho vyplývá, když nemáme myšlenky, není mysl.

Může být člověk zcela oprostěn od myšlenek? Ano, hluboký spánek a stav džánána jsou toho důkazem. Z toho vyplývá, že ego je myslí a není ego a mysl, jak jsme si to dlouho mysleli.

Stav bez mysli by zřejmě nemohl nastat, kdyby mysl byla nezávislou entitou. Pokud je řeč o zničení mysli, pak Ramana míní praxi neustálého pozorného ponořování se do jejího zdroje a tam se ustálit. Když to bylo jednou dosaženo, zjišťuje se, že mysl sama je vědomím, je jako vlna v moři Vědomí a je svou podstatou Vědomím. Je to brahman v myšlenkové vlně. Ramana říkal:⁽⁸⁶⁾ „Co se nazývá myslí, je vědomá síla, přebývající v pravém Já“. Také říkal, že mysl je ve své čistotě silou samého pravého Já. Mysl tedy není žádným vlastním orgánem. Mysl je funkcí, při které hraje „já“ myšlenka zcela základní roli, neboť všechny ostatní myšlenky vystupují jen ve vztahu k ní. Tak ego vykonává myšlenkovou aktivitu. Ostatní osoby, druhé a třetí, vystupují jediné tehdy když nejprve vystoupila osoba první, oděna do tvaru „já“ myšlenky. Se zánikem první osoby, zbylé osoby také zanikají. Mysl je takto příčinou veškeré vázanosti člověka. Srovnáme-li myšlenky dle jejich

hodnoty, důležitosti, pak „já myšlenka“ je zcela vyjímečná. Idea osobnosti či „myšlenka já“ je také kořenem a kmenem všech ostatních myšlenek. Každá idea či myšlenka, vzniká pouze jako myšlenka někoho a není známo, že by existovala nezávisle na egu. Druhé a třetí osoby vzniknou pouze po první.

Když byl Ramana tázán, jak kontrolovat mysl, říkal:⁽⁸⁷⁾ „Ukažte mi mysl a pak budete sami vidět, jak si počínat“. Jak by bylo možné vyhladit mysl nějakou jinou myšlenkou nebo nějakou touhou? Myšlenky, touhy, úmysl jsou zase jenom částí mysli. Mysl nelze umlčet produkty mysli. Jediná síla, která je účinná, je nalézt její zdroj a toho se držet. Mysl držená ve zdroji se sama od sebe vytratí. Mysl, která kmitá a „venku“ poskakuje od jednoho objektu k druhému, je slabá. Takto rozptyluje svou energii v nejrůznějších myšlenkách. Když se nám podaří aby se mysl držela jediné myšlenky, pak je její energie uchráněna a podržena a mysl se stává silnou, to jest schopnou se soustředit jednobodově, aniž by odbíhala či byla rušena.

Nutné podržení pozornosti uvnitř, udržuje sádhak otázkou „Kdo jsem já?“ nebo „Co jsem já?“, o čemž bude ještě podrobně pojednáno. Mysl, která je obecně ve vleku nevědomosti, má sklon vybíhat ven, protože se radžasicky domnívá, že štěstí lze získat z vnějších představ. Získá-li sádhak, na základě předchozího zkoumání, pevné přesvědčení, že štěstí je uvnitř a že je naší pravou přirozeností, pak mysl nepoběží ven a zůstane tichá, neboť bude stočená ke svému zdroji. Mysl je výsledkem ega a zdrojem ega je právě Já. Toto poznání je nezbytnou podmínkou pro účinnou kontrolu mysli.

V praxi se jedná o pozornost věnovanou první osobě – já, když se naše mysl neustále zabývá druhými a třetími osobami a zapomíná na čisté poznání první osoby, která figuruje jakožto „já jsem“.

Ramana říká, že by sádhak neměl dávat ani prostor myšlenkám typu: „Je toto správné?“, nebo „Může se toto udělat?“. Sádhak by měl být na stráži již dříve než mu takové myšlenky přijdou a měl by mít mysl k tomu, aby byla v přirozeném stavu nepotřísněná myšlenkami. Žádná myšlenka není naším přítelem. Vždy je to převlečený nepřítel, připravený nás zneškodnit. Jakmile se dostanou myšlenky na povrch mysli, způsobují „více a více zla“, jak to Ramana nekompromisně prohlásil. Ramana málokdy používá tak silné výrazy. Učinil tak zřejmě proto, aby bylo jasné, že si není možné brát ubrousek před ústa, jedná-li se o vrácení se do původního stavu pomocí prostředků, které vedou k osvobození. Volní a osvobození od čeho? Od nečistot. Od přecpání mysli a rozptylování její energie, která se ztrácí v nesčetných myšlenkách.

Tomu v protikladu stojí volná mysl džňánina, která je volná od všech myšlenek. Jedná se o nesmírný prostor, který džňáninovi umožňuje svobodné fungování. Džňánin však může používat myšlenky, naopak on musí, jak by se mohl jinak dorozumívat? Má všechny mentální schopnosti k dispozici,

paměť, uvažování, odvozování apod. Ačkoli je džňáninova mysl volná od myšlenek, potřebné myšlenky se objeví, kdykoli to je třeba. Když se myšlenková aktivita naplnila, myšlenky přestanou. Pak je mysl zase volná, neomezená, nestísňená tlakem myšlenek, volná od myšlenkové tyranie.

Z dosud uvedeného vyplývá, že při našem pátrání cílíme na mysl samotnou, na její zdroj, nikoli na její funkce a projevy, pocity a vjemy nebo představy a kvality. Tyto její projevy jsou pro zkoumání nedůležité a je třeba je pominout, máme-li dosáhnout čistou mysl, která je jimi zakrytá. Pokud bude naše pozornost upnutá na projevy mysli, nikdy nedosáhneme základ mysli, Skutečnost. Ramana těmto projevům říká „pouhá jména“, neboť když je zkoumáme, zmizí. Je ironií, že všechny vědní obory, od fyziky počínaje až po psychologii, ba i filozofie, se zabývají pouze psychickými procesy, nikdy však myslí jako takovou.

Ramana rozlišuje mezi samotnou myslí a vnějšími objekty, které nazývá „jiné než mysl“ nebo „odlišné od mysli“, rozlišuje mezi pravým Já, které hledáme, a ne-Já, což máme zanechat, totiž světské objekty smyslů, protože vždy způsobují neklid mysli. Jsou předmětem zájmu radžasických tendencí a radžasickou charakteristikou je neklid. Požaduje na nás, abychom nelnuli k ne-Já objektům, jinak nemůžeme očekávat, že dosáhneme pravé Já. Neměli bychom pak ani právo se rmoutit, že nám Bůh či Guru nepomáhá. Když se přimkneme ke světu, jsme pro pravé Já ztraceni, při nejmenším po dobu našeho přimknutí. Přimkněme se k pravému Já a jsme pro svět ztraceni, nebo spíše svět pro nás přestal existovat. Nemůžeme doufat, že uvidíme světlo, když se tvrdohlavě přidržujeme temnoty. Jedno odpuzuje druhé.

Dokud se nevzdáme myšlenky, že svět je skutečný (ve védántickém slova smyslu), naše myšlenky jej budou stále pronásledovat. Budeme-li pokládat jev světa za skutečný, nikdy nepoznáme Skutečnost samu o sobě, ačkoli Skutečnost sama o sobě jediné existuje. Tuto situaci vysvětluje známý přírůbek „hada v laně“. Dokud vidíme hada, nemůžeme vidět lano jako takové. Neexistující had se pro nás stane opravdový, zatímco skutečné lano je pro nás naprosto neexistující.

Budeme-li vnímat jen klamavé zdání povahy pravého Já, na kterém veškerá iluze spočívá, dotud nejsme schopni vnímat jeho skutečnou přirozenost. Svět je klam navrstvený na Skutečnost. Dokud není klam odhalen, dotud není možno pravé Já realizovat.

Požadavek ztratit zájem o ne-Já objekty, obsahuje odpoutanost při vykonávání našich povinností, osvobození se od příliš oddaného zaujetí či vášně pro rodinu a majetek. Vzdát se pobláznění pro rodinu, je jedno, a úplně vzdát se rodiny je druhé, něco zcela jiného. Vzdát se vášně a zaujetí není stejné jako odloučení, únik. Pravým záměrem odpoutanosti je docílit mentální ticho, které lze dosáhnout zkoumáním vičárou.

Ramana k tomu říká:⁽⁸⁸⁾ „Zkoumání pomíjívě přirozenosti vnějších jevů vede k vairágja, odpoutanosti. Z toho důvodu je zkoumání prvním a nejvýznamnějším krokem, který nutno učinit a jehož výsledkem je přehlížení bohatství, slávy, pohodlí a potěšení. –Myšlenka já– se pak bude jevit jasněji ke zkoumání“.

Ramana říká, že chceme-li realizovat pravé Já, nemáme věnovat pozornost myšlenkám, protože to jsou paraziti naší pozornosti. Proto, chcete-li kontrolovat svou mysl, musíte zvednout pozornost od myšlenek a zaostřit ji na myslícího, to jest věnovat pozornost jádru, namísto okrajovým věcem. Toto zvednutí pozornosti nastává, zkoumáte-li „koho se ty myšlenky týkají?“. Odpověď bude „mne“. Zkoumáte-li dále, zeptejte se „kdo jsem já?“, a myšlenky na chvíli ustanou a je klid. Když po chvíli myšlenky opět vyvstanou, pak opakujte stejné. Ramana tento postup přirovnává k dobývání pevnosti, která je obléhána. Jakmile vojáci – myšlenky – z pevnosti vystoupí je třeba s každou jednotlivou takto zacházet, aby se nerozvinuly v proud. Nakonec bude pevnost dobyta.

Ovšem „kdo jsem já?“ není mantra, ani to není otázka. Je to jen postoj jak zkoumat mysl! Je to pomůcka pozornosti, která umožňuje její upevnění s tím, že se už další myšlenky netvoří.

Co je sebezkoumání? Není to intelektuální metoda analyzování, zkoumání. Intelektuální pochopení ega může být na začátku užitečné. Zvláště jeho tužeb a odporů, neboť samotné pátrání po čirém jáství nelze provádět myslí, která je v područí zastírajícího tamasu či pod vládou neklidu – radžasu.

Sebezkoumání je zřejmě zkoumání sebe sama. Vzniká však otázka, co je to zkoumat sám sebe? Týká se myslí nebo átmana? Nemůže se týkat átmana, protože omezené nemůže posoudit neomezené. Takže se týká myslí. Může se však mysl sama zkoumat a na sebe se dívat? Ano, Ramana říkal, že není třeba zkoumat platnost domněnek, které jsme o myslí získali. Při všech našich postojích bereme za zaručené, že mysl je oddělená entita, což představuje základní chybu, jak říká Ramana. Jak jsme již uvedli, při zkoumání co je mysl, nenalézáme nic takového, co by bylo samostatným útvarem. Ramana by trpělivě vysvětloval, že mysl je jen sérií myšlenek, které se stále mění, jak člověk reaguje na popudy světa, a že všechny jsou bez výjimky závislé na podpoře „já myšlenky“, podobně jako pnoucí rostlina na své podpoře.

Pátrání po čirém jáství se děje za myslí, za všemi projevy dvojného světa. Ramana učil otázku „kdo jsem já?“, a stejnou otázku znaly již upanišady, avšak Ramana ji filozoficky upravil pro naši dobu. Učil, že nejsme tělo a mysl a máme-li poznat pravdu o sobě, musíme zničit ego. To se docíluje zkoumáním onoho zkušenostního já, ega. Proto nasazuje při zkoumání otázku „kdo jsem já?“, neboť touto otázkou se mysl ponoří.

Na otázku však nečekejme mentální odpověď. Pro samotné rozpuštění „já myšlenky“, která je důvodem všech ostatních myšlenek a na kterou je otázka namířena, není žádná mentální odpověď možná. Otázka má dynamický dopad, nasměrovává totiž pozornost mysli pátravým pohledem do nitra, když se intuitivně pootočila ke svému zdroji, odkud vzešla. Myšlenka, která se vynořila se také ponoří. Když si sádhak tuto otázku často, dlouho a trpělivě klade a vytrvalé procvičování je nutné stále zdůrazňovat, pak se zvětší síla jeho mysli zůstat u svého zdroje.

Ramana také připouští otázku „odkud jsem já?“ s tím, že žák hledá v sobě místo, kde v něm vystupuje pocit já. Doporučuje se, aby se žák ptal sám sebe, znovu a opět, kde pociťuje výstup pocitu já. Ramana k tomu říká, abychom nehleděli na čas, nehodnotili jeho množství a zapomněli na něj a hlavně nedovolovali výstupu myšlenek. Když myšlenky přijdou, nedovolte je rozvinout v proud a zkoumejte „komu ty myšlenky přicházejí?“, odpověď bude „přišly mně“, a tak se držte toho „mně“ – „já“, „já si všímám těch myšlenek“, tak „kdo jsem já?“

Ramana dovoľoval i jednodušší způsob, říkat pouze já – já – já. Budete-li toto říkat, zjistíte, že se vaše „já – já říkání“ ponořuje hlouběji a hlouběji do nitra, do vašeho centra, přímo ke zdroji, které Ramana nazýval Srdcem. Tím označoval vlastní zkušenost. Říkal, že Srdce je naším nejdůležitějším centrem, je jedinou Skutečností a je jiným pojmenováním pro pravé Já, a pokud tak lze říci, je jeho sídlem. „Je samozářící a osvětluje mozek, který je sídlem mysli. Svět je spatřován myslí pomocí odraženého světla ze Srdce. Není-li mysl osvětlená, nevnímá.“⁽⁸⁹⁾ Není objektem meditace, ale je jeho sídlem. Sanskrtské pojmenování Srdce je „hrdajam“ a znamená „to (je) střed“, to jest kde vzniká a zaniká mysl. Je sídlem realizace, Self.

Self (německy Selbst) je výraz, který Ramana používal, stejně jako jiní indiští mudrci, jóginí a filozofové. Self doslovně významově vyjadřuje to, co je sebou samým, samo o sobě existující, Skutečnost, pravé Já. Self je neosobní, všezahrnující čiré uvědomování a bytí „já jsem“, které vyplývá ze své vlastní vnitřní podstaty a která je současně zdrojem, substancí a pravou přirozeností všeho, co existuje. Self lze v našem jazyku vyjádřit jedinečným opisem. Jinak je to Vědomí. Je stále přítomné, ale v čirosti zažívané jen když přestaly všechny omezující sklony v mysli. Stav stálého a nepřerušovaného uvědomování Self je Seberealizací.

Je-li Srdce vším a mimo něj nic není, pak je zřejmé, že je v celém těle, jakož i ve vesmíru. Nicméně pro účely sádhany se umísťuje. Ramana udává fyzické umístění Srdce na pravé straně prsou, asi dva prsty od hrudní kosti.

Když sádhak intenzivně provádí sebezkoumání a je pevně do sebe přivrácen, odpověď na otázku „kdo jsem já?“ přijde sama od sebe. Je jí probuzení proudu uvědomování, který vibruje jakostí podstaty naší bytosti. Sádhaka nutno upozornit, že probuzením proudu uvědomování, který je

pro sledování sebezkoumání podstatně důležitý, přichází k bodu, který při svědomitém a pokorném využití může pro něj znamenat rozhodující obrat.

Tento proud je zcela neosobní. Zkušenost tohoto proudu není mentální a přece si ho je mysl vědoma, není fyzická a přece je fyzicky jasně pociťován jako vibrace. Napřed vystupuje a vyskytuje se jen po déle prováděném sebezkoumání a udrží se jen při praktickém provádění sebezkoumání. Bude-li sádhak trvale a trpělivě provádět sebezkoumání, bude výstup proudu častější, až se stane nepřetržitý, nikoli jen ve chvílích meditace či sebezkoumání. Stane se spodním proudem i při hovoru a jiných činnostech. Podmínkou ovšem zůstává stále stáčení pozornosti dovnitř, ke zdroji.

Jakmile začíná být proud uvědomování nepřetržitý, ego se bude snažit vejít s ním v příměří a ukonejšit vypjatou pozornost. Přistoupíme-li na to, pak nabyde ego opět nepostřehnutelně na síle, až konečně začne znovu tvrdě bojovat o nadvládu. Proto i při nepřerušovaném proudu je nutné nepovolovat a usilovně pokračovat v sebezkoumání. Je nutné ho provádět tak dlouho, dokud není uskutečněno svrchované Já.

Při provádění sebezkoumání se začátečníkovi radí, že by neměl začínat s kladením otázky, je-li jeho mysl naplněna tryskem myšlenek. Doporučuje se provést základní zklidnění některým dechovým cvičením, uvedeným v kapitole pratjáhára rádžajógy. Po určitém zklidnění mysli a jejím přivrácení dovnitř, je možné začít se sebezkoumáním. Nejprve si položte otázku „kdo jsem já?“. Nečekáte, jak známo, na odpověď, protože se ptáte na něco, co je nad myslí. Chvíli na několik vteřin zažijete myšlenkový klid, dokud je pozornost vaší mysli přivrácená ke svému zdroji. Zpravidla však pozornost záhy poklesne, a tehdy se na obzoru mysli vynoří nějaká myšlenka a s ní se přeruší vnitřní přivrácení. Nesledujte význam myšlenky, co chce, čeho se týká, ale zeptejte se sami sebe: „Komu ta myšlenka přišla?“. Odpověď bude – „mně“. Tehdy se zeptejte: „Kdo ji myslí?“. Odpověď bude: já. Pak ať následuje vaše otázka „kdo jsem já?“, aby se kontinuita přivrácení pozornosti ke zdroji opět obnovila.

Kdykoli se octnete v situaci, která se vám nelíbí a vy jste si všimli nastupující tendence, která se začíná ve vás zlobit, např. obranné působení před nelibostí, pak se ptejte „kdo se tu začíná zlobit, komu se to nelíbí?“ a zase bude odpověď „mně“ a tedy „kdo jsem já?“. Všechno hněvání se a zklamání, všechen karman se týká osobnosti, ega. Zbavíte-li se osobnosti, zmizí s tím i všechno ostatní.

Ramana dále učil, abychom při sebezkoumání nevyvíjeli snahu třídit a luštit jednotlivé problémy a žáku se radí, aby raději uchopil osobnost přímo pod krkem. Tím, když zničí osobnost, zničí i její problémy.

Na začátku je ovšem třeba vyvinout mnoho úsilí. Při sebezkoumání se střetáváme se starým způsobem našeho chování a ten musíme překonat. Starý způsob chování, myšlenková nevázanost, se hned tak nevzdává a radžas nechce od své vlády v mysli odstoupit. Starý návyk konzervativního

setrvávání ve vlastních názorech a zvyklostech a zachovávání stávajících hodnot a způsobů myšlenkových reakcí a postupů, musíme prorazit zkoumáním: „Komu se děje, komu se nechce, kdo se cítí nespokojen?“. Je třeba si takto počínat a překonat nechuť k tomu pojetí cvičení, až se stane samozřejmostí a náš život se naplní mírem a radostí. Setrvalé odhodlání a rozhodnutí je vše, co je nutné.

Je pouze jedno Já, avšak pro způsob komunikace a pro vysvětlení a postupné chápání se uvádí i já osobnosti, kterým je naše ego. Právě Já, je absolutní Skutečností, Self, je čistou inteligencí átman-brahman. Můžete se ztotožňovat s egem osobnosti nebo toužit po totožnosti s pravým Já. Postupné vymizení problémů nastává při zkoumání: „Co je to ego? Odkud přišlo? Proč existuje?“. Žák najednou zjistí, že ego existuje proto, že v něj věří a že bez podpory jeho víry nemůže existovat. Při dalším a delším zkoumání se toto začne měnit, ega ubyde, postupně ztrácí na síle a vědomí nabere na mohutnosti.

Ego se ztotožňuje vždy s určitým hrubohmotným objektem, neboť není schopné izolovaně existovat, aniž by se s něčím nesdružilo. Aby „žilo“, musí se něčeho držet.

Ego čerpá charakteristický rys se sdružovat z nevědomosti, které je podrobeno. Zničení nevědomosti je právě předmětem úsilí sádhaka. Sklonu ega, ztotožňovat se s objekty je nutno zamezit až ho zrušit. Mylné ztotožňování s tělem se označuje za ideu „já jsem tělo“.

Sádhak v úsilí poznat právě Já, se proudem uvědomování ztotožňuje s vlastním Vědomím, které se oprošťuje od sdružování s vnějšími a vnitřními objekty a sádhak si uvědomuje svou vlastní totožnost se svým vědomím.

Náš úkol tedy spočívá ve vymazání pocitu ega, aby bylo pouze skutečné Já, které jediné je. Ramana toto komentoval slovy: „Máte pouze odskutečnit neskutečné a Skutečnost se sama projeví“.⁽⁹⁰⁾ Tento úkol znamená, že procházíme z jednoty skrze dvojnost do jednoty. Na začátku se nám zdá, že naše ego je neoddiskutovatelnou skutečností. Pak pociťujeme skutečnost obou, ega a Boha neboli pravého Já, a konec nastane, když se pocit ega rozpustí. Skutečnost je realizována mrtvou myslí, myslí, zbavenou myšlenek a stočenou dovnitř. Mysl pak vidí svůj zdroj a stává se Jím. Není to ovšem jako když subjekt vnímá objekt. Aby mysl viděla Srdce, stačí, aby byla stočená dovnitř. Myšlenky zakrývají světlo Srdce. Opakovaným stáčením do nitra a kontrolou myšlenek se mysl rozpouští, její poznávání světa ustává a svítí září Srdce jako právě Já.

Jádro problému leží v pocitu „já jsem konající“. Jak máme přesvědčení, že jsme určité jméno a tvar, tak pociťujeme také, že jsme konajícími. Pocit „jsem konající“ je nevyhnutelný a potřebný jev pocitu odděleného jedince, a je jeho praktickým vyjádřením. Je to účelová síla jáství. Jsme přesvědčeni, že síla k činům a jejich výsledky pocházejí od nás a jsou našim dílem. Je-li

tomu tak, co je pramenem inteligentního principu, který umožňuje činnost? Co je zdrojem vědomí v nás? Položíme-li si tuto otázku vracíme se k naší základní otázce: „Kdo jsem já? Odkud jsem já?“ Spojení s Vědomím je pravým zdrojem síly našich činností. Není to myšlenka jsem konající. Tato idea představuje radžasické navrstvení. Dokud si to s ní nevypořádáme, ji nepoznáme a nepocítíme ji jako cizího vetřelce, dotud musíme nést utrpení našeho břemene, protože bříme je přímým produktem této ideje.

Je rozšířeným názorem, že naše povinnosti a naše práce je pro nás překážkou. Ramana nechává tuto bublinu prasknout, když zdůrazňuje svrchovanou povinnost objevit pravý stav naší přirozenosti, a že to lze dosáhnout za všech situací, v harmonii se světskými povinnostmi. Nedostatek nespočívá v povinnostech. Chyba spočívá ve sklonu a povaze naší mysli. Chybou je, že se nedovedeme vypořádat s myslí. Rozluštění spočívá v pozorné praxi sebekoumání, v neustálém spodním proudu našeho naléhání nalézt pravý význam našeho Já. Vyvinout toto úsilí je dáno všem, jelikož rozlišovací schopnost je základní lidskou charakteristikou. Jakmile jednou mysl získá na síle a je praxí očištěna, získá schopnost stočit se dovnitř a přebývat ve zdroji.

Tím, že Ramana přesně označoval vše jako věc mysli, učinil mnoho věcí zcela zbytečnými, zvláště všechny možné oběti, které prováděli duchovní hledající v minulých dobách. Není již třeba provádět to, či ono. Jen je třeba provádět jedno – poznat přirozenost mysli. Je naprosto nutné si vzít na starost mysl, což by se mělo provést nezávisle na víře. Pro toto řešení je třeba uvést v pohyb již zmíněný proud meditace-uvědomování.

Čas, který bychom měli každý den věnovat sebekoumání by měl obnášet 30 až 60 minut dvakrát denně. Ovšem v ostatním čase nezapomíná sádhak na sebekoumání a věnuje mu pozornost při každé činnosti přes den. Úspěch se dostavuje, když má své pravé Já opravdu v úctě a lásce a touží-li ho opravdu nalézt. Provádí-li sebekoumání s oddaností a svědomitě, může si být jist, že milost pomoci Ramany ho bude podporovat, takže sebekoumání začne pokrývat stále větší část jeho denního programu.

Ramana označuje sebekoumání za přímou cestu. Přímou proto, že se sama o sobě bezprostředně týká mysli, jejího původu a přirozenosti, její podstaty. Když ve vás vystoupí touhy, mohou existovat bez toužícího? Najděte, kdo je toužící. Když zjistíte, že nevíte, vyzkoumejte, kdo je tím, kdo neví. K čemu je to dobré? Cílem je přivádět pozornost stále zpět k základní otázce o naší totožnosti. Máme se zbavit zvyklostního zabývání se druhými a třetími osobami. Dokud není ohnisko naší pozornosti jasně upřené na já, dokud trvale nepřivádíme pozornost k nám zpět, dotud zůstáváme otroky vlastní nevědomosti. Tato nevědomost je odpovědná za svéhlavost a toulavost mysli.

Zbavit se nevědomosti je možné jen tehdy, když se nenecháme unášet tryskem mysli. Myšlenkám se nesmí poskytovat žádná opora. Neměla by existovat žádná štěrbina, kterou by se mohly tajně vloudit. Úspěšní jsme tehdy, necháme-li myšlenky vyhladovět tím, když jim za žádnou cenu nevěnujeme pozornost. Zkoumání vede pozornost od myšlenek zpět k myslícímu.

Sebezkoumání jde přímo k jádru věci. Vyhýbá se každému systému a popírá každý systém, protože každý se považuje za produkt, projekci mysli, za její výron. Když mysl, ego, odejde, všechno ostatní také přestane a zmizí. Tím budeme probuzení. Máme být pouze v „ted“ a cvičit a pracovat. Paradoxní na této cestě sebezkoumání je, že cvičením, které ego vykonává a provádí, se ega zbavujeme, protože jeho projevy vždy znovu a znovu obcházíme a je zamezujeme. Když ego-já odešlo, pak tu už není nikdo, kdo by mohl nebo měl pracovat, vykonávat duchovní práci, protože ten, kdo cvičil, se stal Vědomím. To je přímá stezka. Ramana se zmiňuje o třech stupních aspirantů. První mu na nejvyšší úrovni předepisuje nepřetržité sebezkoumání, které uvede mysl do klidu a ticha a přivádí ji k srčovanému Já, až nakonec se rozpouští a přestává existovat. Výsledkem je zážitek pravého Já, který je zářivý. Cestu středního typu aspirantů představuje meditace o pravém Já a pozůstává z nepřetržitého směřování mysli k pravému Já. Pro třetí typ předepisuje kontrolu dechu, což přináší s sebou kontrolu mysli.

Nekonečná je listina toho, co bychom chtěli vykonat. Jsme chyceni v touze spolykat množství věcí, všechno možné okusit a navíc toneme ještě ve starostech o „jiné“. K čemu je tato lidská příležitost? Je to pro onen vnější vír událostí? Budeme-li svědomitě pozorovat, pak zjistíme, jakými haldami bezúčelných myšlenek se zabýváme a jaké množství činností uskutečňujeme. Dobrá a účinná kontrola času není jen účelná při podnikání, ale v celém životě. Nejvíce je toho ovšem třeba v duchovním životě. Ten vyžaduje na nás, abychom provedli průklest mrháním času, nezabývali se nepodstatnými věcmi a našli si čas pro vnitřní život, který nám příznivý karman umožňuje.

My se však nechceme vzdát našich dřívějších způsobů a přístupů, částečně pro nevyjadřovanou obavu opustit známé a poznané a částečně pro nedostatečnou víru v sebezkoumání, které je lékem pro všechny. Tak se dreme a podržujeme si často zcela nerušeně naše staré metody a k nim přidáváme sebezkoumání, jako bychom chtěli přidat k našemu jídlu ještě nějaké koření nebo nějakou přílohu. Je to samozřejmě lepší než neprovádět vůbec sebezkoumání, avšak může to mít obrácený výsledek tím, že se ukonejšujeme, že jdeme Ramanovou cestou.

Je možné, že naše neschopnost dát sebezkoumání čestné místo v naší sádhaně, vyvěrá z přílišné jednoduchosti a přímosti metody sebezkoumání.

Některým vznikají problémy, protože dávají průchod negativním zeslabujícím myšlenkám, jako „nejsem připraven pro sebezkoumání“, nebo „ještě nejsem očištěn“ apod. Čekat na den, kdy si budeme myslet, že naše mysl je čistá a připravená pro sebezkoumání, je stejně nesmyslné jako čekat u moře až se utiší vlny, abychom tam mohli plavat.

Při procesu této sádhany vystupuje zcela ojedinělý a nezvyklý jev:

„Proces dosahování ctností“ je totiž díky sebezkoumání obrácený. Nemusíme ctnosti vyhledávat a pěstovat, přicházejí samy, jak na této cestě pokračujeme. Nemusíme čekat na nic, neboť očista mysli samovolně nastává sebezkoumáním. Důležité je pouze sebezkoumání provádět.

Jakmile jsou jednou korodující faktory překonány, rozvíjí se důvěra a jistota v působivost sebezkoumání. Mimo to je vhodné uvažovat-meditovat o platnosti Ramanových slov, neboť on je Guruem všech, kteří jdou touto cestou. Znovu a opět nám radí stáčet svou pozornost dovnitř, abychom s nevyhnutelnou nezbytností hledali zdroj, ať zdroj zvuku, dechu, nebo individuality – já. V tom totiž spočívá klíč. Náš zdroj je plnost vědomí. Vědomé a vytrvalé ponořování vyhladí hromady myšlenek, které leží skryty v našich Srdcích.

Sebezkoumání nutno provádět neustále, dokud se jedinec neupevní ve stavu čistého bytí. Ramana zdůrazňoval, že sebezkoumání lze provádět za všech okolností. Mělo by být spodním proudem pod všemi činnostmi a jeho výhody by měly překrýt celý čas bdění. Zda provádět sebezkoumání např. jen ráno či dvakrát denně, podobná otázka může vzniknout jen u toho, kdo se ještě touto cestou hlouběji nezabývá. Jakmile totiž byl sebezkoumáním zažit přirozený stav, pak tento zážitek bude působit samovolně jako podnět.

Když jsme si zavedli čas a ladění sebezkoumání, je nutností si vzpomenout na přirozenost. Je třeba znovu a znovu si připomínat zapomenutou pravdu, že pravé Já je vždy blažené, že je plností vědomí. Zaměřujeme se na to, abychom odsekli kořen klamu oddělenosti. Musíme zničit myšlenku, že je třeba něco udělat, abychom dosáhli štěstí. Tento proces se urychlí opakovaným znovuvzpomínáním na pravdu o naší skutečné přirozenosti. Klamné pojetí postupně skončí a paměť pravdy vzejde.

Ramana Mahárši dává rady stoupencům z různých hledisek. Doporučuje věnovat pozornost myšlence „já jsem ten a ten“. Platnost přídavku k „já jsem“ a ztotožnění se s pojmem „ten a ten“ je třeba podrobit zkoumání. Jak se to dělá? Intelektuální analýzou tří stavů – bdění, snění a hlubokého spánku. Cíl tohoto záměru je vymezující. Je třeba si uvědomit a přesně pochopit, že individuální osobnost je něco, co přichází a odchází a zde trvale není. Při snění je jiná a vůbec není v hlubokém spánku. Jestliže jsem „ten a ten“, mohu někdy existovat a jindy nebýt? Zřejmě nikoli. Z toho důvodu je potřeba zkoumat ono ztotožnění a následné navalení oddělenosti. Když

člověk pilně zkoumá, způsobí ztichnutí mysli. Mysl se sebezkoumáním stočí dovnitř, na rozdíl od jejího běžného zvyklostního zaměření. Niternost je klíčem k stočení mysli dovnitř, která pak věnuje pozornost svému zdroji, plnému Vědomí. Když se mysl zabývá jinými osobami, druhými a třetími, namísto zabýváním se sama se sebou, uniká její energie a roztrhne se.

Jádro problému spočívá v tom, že se máme zabývat vlastníkem a ne vlastněnými věcmi. Dokud není pochopena pravá přirozenost ego-osobnosti, nejsme k problému obráceni čelem. Vykořenění ega je předmětem každého duchovního úsilí, protože jediné tehdy vysvitne Pravda. Je to stav, který předchází uvědomování si pravého Já.

Každá sádhana, mimo metody sebezkoumání, předpokládá podržení mysli jako nástroje pro vykonávání sádhany. Bez mysli není možné sádhany vykonávat. Během sádhany bere ego na sebe jemnější a jemnější formy, úměrně dle stavů, kterými prochází, ale samo o sobě není nikdy zničeno. Úsilí zničit ego-mysl jinou sádhanou než sebezkoumáním, přirovnává Ramana k situaci, kdy za policistu převlečený zloděj pátrá po zloději, kterým je on sám.

Jógové písmo v základě přijímá mylné chápání běžných lidí „já jsem tělo a mám oddělenou existenci“ a učí tudíž karma, bhakti, rádža a džňánajógu.

Karmajóga říká: „Konej bez přivislosti k ovoci, vzešlému z činnosti“.

Bjaktijóga říká: „Nemiluj nic jiného, miluj jediné Boha“.

Rádžajóga říká: „Oddělením se od Boha, ponížil jsi se na nepatrnou individuální duši; jdi a spoj se s Ním opět“.

Džňánajóga říká: „Poznej Boha“.

Ve všech těchto čtyřech jógách musí být „já“; aby konalo činnost bez přivislosti k jejím plodům, „já“, které miluje Boha, „já“, které se musí k němu vrátit a spojit se s Ním, a „já“, které bylo nevědomé o Bohu a které se nyní snaží Ho poznat. Všechny čtyři jógy nezbytně předpokládají „já“ ve formě „já jsem to“ nebo „já jsem ten a ten“. Bez tohoto „já“ nelze žádnou jógu provádět.

Jestliže sádhany samy o sobě se stávají prostředkem, který dává život neexistujícímu egu, jak ho mohou zničit? K provádění kterékoli sádhany kromě sebezkoumání je existence mysli nevyhnutelná. Ramana se nezabývá zjemňováním, zkvalitňováním ega-mysli, ale cestou sebezkoumání mysl přímo od základu likviduje tím, že se zabývá pouze jejím zdrojem, první osobou a ne druhými či třetími osobami, jak to činí ostatní sádhany.

Ramana však naprosto nepopírá účinnost těchto klasických cest, nicméně pro závěrečné rozpuštění jógami očištěného ega, považuje cestu sebezkoumání pro ponoření do zdroje, do Vědomí, a tím jeho rozpuštění, za jediné účinnou. Provedeme-li souhrn, pak rozdíl mezi metodou sebezkoumání a ostatními jógami spočívá v tom, že sebezkoumání je jediná metoda, která přímo zkoumá „holé“ já. Není zaměřená na působení já. Ať je

výsledek jakýkoli, je třeba si uvědomit, že v pozadí vzniklého výsledku stojí já. Když však nalezneme ono já a budeme schopni jej sledovat až k jeho zdroji, nastane jeho přímé vyhlazení a zůstane jedině zdroj, právě Já, Self. Vše ostatní se také vytratí a staneme se volní, osvobození. To je důvod proč se tato metoda – cesta – nazývá přímou. Nicméně některé metody nedoporučoval, např. techniku koncentrace, kdy se sádhak soustřeďuje na špičku nosu nebo na střed mezi obočím. Říkal, že mysl nemá být otupělá ale živá, aby mohla provádět sebezkoumání. Každá metoda, která otupuje mysl, vede opačným směrem a zavádí, protože způsobuje jen dlouhé období tupé mysli.

Jiné je to s pránájámou, kontrolou dechu. Ta je dobrá, ale působí a vytváří jen dočasnou pomoc. Dokud je dech držen bez přerušení, dotud převažuje ticho, když však kontrola poleví, dají se myšlenky znovu do práce. Proto je třeba vykonávat kontrolu dechu dlouho a svědomitě. Platí pravidlo, když je dech zadržen, je mysl bráněno odskakovat ke svým oblíbeným objektům. Tehdy nastává klid mysli, který trvá tak dlouho, pokud trvá zádrž. Mysl se praxí zdokonaluje, stane se jemnější, jako se zjemňuje ostří břitvy častým obtahováním. Kontrola dechu je velmi vhodná pro úvodní zklidnění mysli, kdy slouží k zavedení uklidnění, ve kterém je možno započít se sebezkoumáním.

Mnoho mentálních metod nemá úspěch, protože se zabývají problémem ega. Všeobecně se věří, je-li někdo soustavně ponižován a pokořován, stále urážen a je s ním zacházeno jako s rohožkou, že to člověka zbaví ega. Věří se, že takové ego bude opravdu dobře zkrocené. Funguje však toto? Když se situace osobnosti změní, není důvodu, proč by měla poníženost a pokora dále trvat. Pseudopokora je pouze pomíjivým jevem. V čem je přístup chybný? Tyto metody vycházejí z předpokladu, že ego je skutečné, že je oddělenou entitou, s kterou možno zacházet. Zde leží výhoda Ramanova rozluštění. Jeho jasný postoj a přístup říká, že ego nemá nezávislou existenci. Ani žádná meditace o objektu nepomáhá. Musíme pochopit a hluboce si osvojit, že subjekt a objekt jsou jedno. Při meditaci o objektu, konkrétním či abstraktním, boříme jednost a stvořujeme dvojnost.

Ramana někdy vypravoval podobenství o zlatě a špercích z něj vyhotovených. Šperky nemají nezávislou existenci na zlatě, ze kterého jsou zhotoveny. Stejně tak ego; pocit nezávislé osobnosti je mentální vlnou na moři vědomí a není oddělenou entitou.

Pravdu o egu objevíme jedině, když zkoumáme jeho zdroj. Zkoumání vrací ego zpět do místa, kde vystoupilo, do Vědomí. Při takovém noření se, zůstává jedině Vědomí a ego zmizí. Z toho vyplývá důležitost zkoumání „odkud jsem já?“. Při Ramanově metodě je závěrečná otázka jediná a stejná a je vznášena od samého začátku. Je tu pouze jediná otázka a ta ztišuje toho, kdo se táže, tázajícího. Jí je ohnisko pozornosti zaostřeno na toho, kdo

myslí. Pokud je pozornost upěvněná a není ji dovoleno uhnout, můžeme si být jisti, že jsme nad hranicí nekontrolovaných myšlenek. Sebezkoumání přivádí pozornost vždy zpět od myšlenek k myslícímu. Ramana se často setkával s otázkou „jak překonat mysl?“. Odpovídal takto:⁽⁹¹⁾ „Mysl je svou přirozeností nepokojná. Začněte ji osvobozovat od jejího neklidu a poskytněte jí mír. Osvobod'te ji od rozptylování a trénujte ji, aby se stáčela dovnitř a učiňte to svým zvykem. Toho lze dosáhnout, když si nebudete všimát vnějšího světa a dále odstraněním překážek, které brání míru mysli. Vnější kontakty a ne-Já předměty, způsobují nepokoj mysli. Ztráta zájmu o tyto ne-Já předměty je prvním krokem. Následuje zvyk introspekce a koncentrace.“

Nemůžeme postoupit při sebezkoumání, když je mysl v silném nepokoji. Na rozbouřeném moři nemůžeme uřídít svou loď. Napřed musíme kormidlovat do klidnějších vod, kde budeme schopni použít vesel, jak jinak máme doplout na místo našeho určení? Lidé si stěžují, že svět je dnes příliš bouřlivý, než aby jim umožnil mír. Ramana radí nedbat světa. Jestliže způsobuje svět nepokoj mysli, pak jeho nedbání zavede postupně uklidnění. Zkusme ho nebrat tak vážně. Pokud si však dále budeme vážně všimát světa, pak je to důkazem, že bouře je uvnitř nás a ne mimo nás.

Jako první krok navrhuje Ramana mentální uklidnění, protože není možné rovnou přejít od uspěchaných činností běžného života a skočit po hlavě do meditace a ještě očekávat, že budeme mít úspěch. Je třeba učinit více příprav studiím, přemýšlením, zúčastňováním se satsangů, aby světské zájmové vášny se přetvořily ve vášny vhodné pro sádhanu, aby mysl sama chtěla a klonila se k pohledu do nitra.

Je proto výhodné, když se žák rovnou nepokouší o meditaci, ale napřed zvládne Ramanovo učení a naučí se jak má nasměrovávat meditaci, aby dosáhl cíle. Čas není promarněn, protože důkladné studium neodstraňuje jen světské vášny, ale představuje i samotnou koncentraci, což je základním krokem k úspěšné meditaci.

Při sebezkoumání se zcela běžně užívá pojem meditace. Neznamená to však, že se jedná o meditaci v běžném slova smyslu. Meditace vyžaduje určitý objekt, něco o čem bychom mohli meditovat. Při sebezkoumání je pozornost zaměřena pouze na subjekt. Nehledáme něco mimo nás, ale jednoduše se soustředíme na bytí, na naše čiré „Já jsem“. Není to myšlení, ale zastavení myšlenek při podrženém vědomí. Tato praxe tvoří odtažení se do pravého Já, kdykoli jsme rušeni myšlenkami. Není to ničení mysli ale její stažení se do pravého Já.

Časté jsou stížnosti, že myšlenky ruší meditaci. Aniž bychom vnesli do našich cvičení nezbytné množství vlastních vkladů, aniž bychom tvrdě a pozorně pracovali na sebezkoumání, chceme, aby naše mysli byly pod naší kontrolou. Běžíme spolu s naší pádící myslí, držíme se společnosti myšlenek, nekonečně se zabýváme sledováním světských cílů a jsme tak ukvapení,

že si stěžujeme na pomalý postup. Ramana by řekl: „Přehlížejí nutnost vkládaného úsilí“. Dobrý žák se za těchto okolností sám sebe zeptá: „Používám sebezkoumání a používám otázku – Kdo jsem já ?– a zvednul jsem pozornost od myšlenek k tomu, kdo myslí?“

Při sebezkoumání je jedinec ohniskem naší pozornosti a ne jeho parazitické myšlenky. Odskoky pozornosti od jedince k myšlenkám se rychle poznávají. Myšlenky jsou ničeny, když si jich pozornost nevšímá. Když je pozornost jedince odtážená od myšlenek, pak je možné ji trvale zavěsit na pocit Já-Já. Tato pozornost věnovaná sobě samému, představuje zůstávání v pravém Já a je zážitkem přirozeného stavu. Zkušenost radosti v tomto stavu je přímá a okamžitá. Popisuje se jako pulzující projev pravého Já, světelný nebo jen zvukově pulzující a představuje určitý předstupeň realizace.

Často se sami zlehčujeme a zeslabujeme negativními myšlenkami. Vypadá to jako bychom se zabalovali do myšlenek jako „sebezkoumání je těžké, to není pro mne“, „to bude dlouho trvat“ apod. Ramana říká, že to jsou právě myšlenky „o obtížnosti, které tvoří takové překážky“. V nich není kousek pravdy. Pro sebezkoumání musí být mysl očištěná, což znamená nezastřená otupujícím vlivem tamasu a nepokrytá roztříšťující mnohostí zájmů tendencí radžasu. Je třeba vnášet do mysli prvky čisté sattvy, která pak vytváří schopnost jednobodové nerozptýlené zaměření pozornosti.

Při odpovídání na dotazy, jak kontrolovat mysl, Ramana vždy hleděl, aby tážající zaměřil svou pozornost napřed na potřebu poznat co je mysl, dříve než by začal usilovat o její ovládání. Když si to s egem nevyřídíme, neporozumíme pravé povaze mysli, naše úsilí se bude podobat veslování na připoutané lodi.

Když k Ramanovi přicházeli při příležitosti nějakého úmrtí truchlící, říkával jim, aby při příležitosti smrti blízkého nebyli jen smutní nad zemřelým, ale že by si měli dělat starosti, co se stane s nimi, až se jejich život ukončí. Budou-li o tom hluboce přemýšlet, bude zřejmé, že by se člověk měl ze všech sil snažit být si sebe sama co nejvíce vědom, až do samotného konce. Myšlenky by se měly vědomě zatlačovat k tomu, kdo myslí, a ten zase pomocí zkoumání zdroje myslícího, je tlačěn ke zdroji myslícího. Z toho vyplývá, že každá sádhana, která otupuje mysl a zbavuje sádhaka mentální ostražitosti, je nevhodná a je třeba se jí vyhnout.

Ramana byl dotazován, zda metody jako džapa, uctívání a poutě jsou účinné, odpověděl, že ano. Nakonec vedou k sebezkoumání, neboť každá, vytrvale prováděná sádhana, očišťuje mysl a činí ji zralou k ponoření. Ramana říkal: „Lidé se domnívají, že osvobození je kdesi daleko a že je třeba jej vyhledat. To je mylné. Znamená to jen poznat své vlastní Já.“

Osvobození není dosažení nějaké nové situace. Je to pouze nejpřesnější způsob pohledu na sebe sama, zde a nyní. O naší totožnosti máme nespráv-

ný názor. Podobáme se milionáři, který si vzal paličatě do hlavy, že je chudý žebrák a podle toho se choval a zůstával v bídě. Podobně my sami jsme nesmrtelní, ale představujeme si, že jsme smrtelní a jednáme podle naší víry. Nejsme nic jiného než svrchovaná Inteligence, neboli čiré poznání, jsme znalci všech věcí, jsme myslící, pociťující, chápající a tvořící a nejsme pouhou chemickou vazbou, pouhým masem, krví, kostmi, žlučí a hleny.

Mysl je zvyklá dělat to či ono, být aktivní, aby něco dosáhla a někdy, když si hraje, opomine i sattvické ladění. To činí nepozorovaně, a proto musí být sádhak ostrážitý a vytrvávat v citlivém zaměření na ni, aby z nedostatku zkušeností neztrácel nad ní dohled. Mentální žíly a tepny, které ztvrdly a po mnoho životů se zahlcovaly, když žily životem výlučného zájmu o sebeuspokojování, se musí otevřít a omladit. Ramana by řekl, že duchovní život je vzkvétání lásky. Jakmile přestane idea, která se stará jen o to, co je pro jedince dobré a zanikne postoj „co bych tu mohl pro sebe vyzískat?“, expanze srdce automaticky nastává.

Začínajícího žáka nutno upozornit, že sebezkoumání není jedinou metodou praxe, s kterou by musel začít. Někteří nevědí jak zkoumat, jak analyzovat své myšlenky a emoce. Začínají a končí u zkušenostního já. Jak by měli nalézt jeho zdroj a sledovat „já“ myšlenku, když ta je pro ně problémem, který nejsou schopni rozluštit. Těmto vičara nepřináší plody a představuje pro ně spíše překážku než pomoc. Ramana jim doporučuje, aby se uchýlili pod křídla bhakti a rozvinuli oddanost k nějakému ideálu – Bohu, Guruovi, lidstvu jako takovému a pod. Když se bhakti dostatečně rozvine a stává se samozřejmostí, pak zeslábnou jiné připoutanosti a rozvine se nepřivislost. Tím současně roste samovolně a nepostřehnutelně soustředování. Není-li aspirant schopen rozvinout oddanost k určitému ideálu, pak by měl provádět džapu nebo pránájámu. Všechna tato cvičení míří speciálně k zastavení měnlivosti toulající se mysli, s cílem spojit se v jedno a poznat svůj původní stav. Mentální rozptýlenost se podobá směsici zlatého prachu, písku, hlíny, popele a špíny všeho druhu. Koncentrace a meditace představují síto, které odlučuje zlato od ostatního. Meditace čeří nadís, kterými proudí vědomí do celého těla a nachází původ ve svém zdroji, Srdci. Pak nastupuje relaxace nervového systému, což ukazuje, že vědomí odtéká od nadís zpět do Srdce. Přílivy a odlivy vědomí, které s postupující praxí se stanou meditujícímu stále zřejmější, postupně odlučují tělo od vědomí a nakonec sádhakovi umožní v samádhi, aby vnímal čiré Vědomí. To je absolutní Božství.

Proto každá duchovní praxe doporučuje koncentraci. Vybudí ji bhakti, která rozžíná a udržuje oheň sebekázně. Bhakti je všeobjímající a je největší při úplném podrobení se, které sádhak dosahuje na cestě džňány vičarou. Ramana Mahárši prohlásil:⁽⁹²⁾ „Jsou dvě cesty. Buďto zkoumejte a dotazujte se sami sebe “kdo jsem já?” nebo se podroberte“. Řekl to i jasněji:

„Vzdejte se mně a já srazím vaši mysl“. Tento dodatek, nepředstavuje odlišnou cestu. Oddanost Guruovi je mocnou a podstatnou součástí cesty, kterou Ramana učil. Připomínal, že pravý Guru je v srdci a je pocítitelný, jakmile jednou ho začne mysl hledat.

Podrobení je všechno, co se na bhaktickém žáku vyžaduje a je zapotřebí. Ramana říká: „Buďte jen tiší a Bhagavan zbytek vykoná“. To je ten velký úkol – oddaností k Ramanovi a sebezkontrolováním udržet mysl v tichu, protože jediné když je tichá, je možno zaslechnout Gurua, kterým je právě Já. Působení Gurua na žáka popisuje Ramana vlastními slovy takto:⁽⁹³⁾ „V životě nadejde někdy doba, kdy člověk přestává být spokojen s životem a nespokojuje se již s tím, co má, hledá splnění svých přání skrze modlitbu k Bohu apod. Jeho mysl se postupně očišťuje, až začne posléze toužit po poznání Boha, spíše proto, aby se mu dostalo jeho milosti, než aby se splnila jeho světská přání. Pak se Boží milost začne projevovat. Bůh bere na sebe podobu Gurua a objeví se před uctívajícím, učí ho pravdě, ba co více, očišťuje jeho mysl tím, že se s ním sdružuje. Mysl oddaného žáka nabývá na síle a stane se schopnou se obracet dovnitř. Meditací se očišťuje dále a zůstává tichá, bez nejmenšího čeření. Tato klidná poloha je právě Já. Guru je jak vnější tak vnitřní. Zvenku postrkuje mysl, aby se obrátila dovnitř. Z vnitřku ji přitahuje k pravému Já a pomáhá ji utišit. To je milost Gurua. Není rozdíl mezi Bohem, Guruem a pravým Já“.

Když byl dotázán, jak lze dosáhnout, aby obdržel milost, odpověděl:⁽⁹⁴⁾ „Právě Já je samo milostí. To není něčím, co by mělo být teprve získáno. Je jen třeba vědět, že existuje. Slunce je jen jasem. Nevidí temnotu. A přece se mluví o tom, že temnota prchá, když se slunce přiblíží. Stejně tak mizí nevědomost oddaného, podobná fantomu temnoty, pro pouhý pohled Gurua. Jste obklopeni slunečním světlem, ale chcete-li vidět slunce, musíte se obrátit k němu a vzhlednout. Tak také lze nalézt milost vhodným přístupem, třebaže je zde a nyní.⁽⁹⁵⁾ Musíte učinit jedno ze dvou: buď se odevzdat a uvědomit si svou neschopnost a potřebu vyšší síly, která by vám pomohla, nebo pátrat po příčině bídy a jít ke zdroji a tím se ponořit do pravého Já. Oběma způsoby budete od bídy osvobozeni. Bůh či Guru nikdy neopouští oddaného, který se podrobil“.

Šivaprakasam Pillai,⁽⁹⁶⁾ který byl Ramanovi zcela podroben a odevzdán, se ho jednou zeptal: „Co zamýšlíš se mnou udělat?“ Ramana po několik minut mlčel a pak řekl: „Zda-li něco udělám nebo neudělám, není tvojí věcí, ty se máš jednoduše odevzdat a být tichý“. Tím vyjádřil Ramana prostou podstatu vzdání se. Obsahuje bezpodmínečné přijetí moudrosti Sadgurua a běh života, který nám určil. Dokud mysl klasifikuje události na „dobré a špatné“, opravdové odevzdání není. Pro žáka by mělo být zřejmé, že ať se stane cokoli, je to pro jeho dobro, protože to vševědoucí a všemocný Guru ustanovil. Musí být víra, naprostá víra, „že on nejlépe ví, co má dělat a také

kdy a jak“. Je-li tato víra úplná, pak je z naší mysli sejmuto břímě. Je nevyhnutelné se hluboce zabývat otázkou odevzdáním se. Bezpodmínečná víra v Mistra je vzdání se.

Ramana komentoval vzdání se velmi poučným způsobem:⁽⁹⁷⁾ „Hod'te všechnu odpovědnost na Boha. Sami břímě nenoste. Co vám může osud udělat? Za čas se vaše částečné vzdání změní a povede k úplnému“. Nutno zdůraznit, že opakovaně prohlašoval, že člověk nemá myslet na to, že podrobení má být úplné nebo vůbec žádné. Není to – buď, anebo. Změna postoje od intenzivního pocitu „jsem konající“ ku spoléhání se na vědomou sílu v nás, se dostavuje postupně. Rozleptání ideje „já konám“, se přes noc neuskuteční. To není okamžitou věcí. Když nás sebezkoumání vede víc a více k Srdci a jak v nás narůstá uvědomování si síly a milosti v nás, naše ego začne všest v hanbě hlavu. Nutno znovu zdůraznit, že tato změna nastává postupně a trvá tak dlouho, dokud se učíme.

Pro náš extrovertní pohled si představujeme, že tělo Gurua je sám Guru a že milost je přenosná, že totiž přichází z nějakého objektu. Ve skutečnosti milost vyvěrá z nitra hledajícího. Ramana odmítá všechny vnější objekty milosti, stejně tak jako pseudo-guruy, kteří prohlašují, že předávají milost slovem, šeptáním mantry, nebo ohněm a vodou. Tyto „iniciace“ považuje za fantastické. Jedná se o podřadné zboží, které čistě duchovní aspirant naprosto odmítá. Kdo o sobě prohlašují, že mají schopnost a autoritu předávat milost, či to, co je stejné – pravé Já, neznají pravé Já.

Když se nad tím vážně zamyslíme, pak ve světle vlastních zkušeností a úvah zjišťujeme, že to je vše tvrdá pravda. Duchovně nabitě mantry byly šeptány do uší miliónů a jejich výsledek je téměř nulový. Na západě máme podobné rity, o kterých se předpokládá, že působí zázračně na milióny, na ty, kdo se jich zúčastňují. A jaký je výsledek?

Duchovní zralost je jediné, co má působnost.

Ramana říká, že ticho pomáhá na duchovní cestě ze všeho nejvíce, víc, než všechny svazky písma a učeností. Pravé Já, je tichým svědkem všech událostí a je v každém a může být dosaženo pouze tichou myslí. Být pravým Já, znamená být tichý jako Ono.

Velmi zdůrazňoval potřebu víry, potřebu důvěry v naše schopnosti se zabývat množstvím tendencí, myšlenek, které se chtějí ihned vtlačit, jakmile nastalo určité mentální prázdno. Jeho slova byla tato: „Mnoho jich uspělo, protože věřili, že toho budou schopní. Co nakonec zможou vásany, tendence, když se koncentrujeme přímo na jádro?“⁽⁹⁸⁾

Milost není možno plně poznat, dokud se sádhak nesejde s Guruem, kdy její působení tak naroste, že se to stane velmi zřejmé a sádhak si to plně uvědomí. I když během života člověk něco takového pociťuje, přece plnost milosti se nemůže projevit, dokud nenastane vnitřní transformace skrze přítomnost a vedení Gurua a praxí sádhany.

Stálá přítomnost mudrce znamená velký rozdíl v rychlosti očisty mysli a tím vytvoření sklonu k provádění meditace. Možnost být v blízkosti je aktem milosti. Být stále s Mistrem, jak všichni ujišťují, kdo to zažili, je zřejmě vysokým stavem milosti, protože to urychluje zralost k realizaci.

Jeden návštěvník se obrátil na Ramanu s prosbou:⁽⁹⁹⁾ „Projevte mi milost“. Ramana mu na to odpověděl: „Milost je stále, neposkytuje se. Praxe je však nezbytná“. – Milost bývá srovnávána s bankovním kontem, které narůstá výdělků, vkladů a není volným darem. Očekávat milost, aniž bychom do ní dávali a přispívali, je nesmyslné očekávání. Milost se uděluje sama. Je jako oceán, který je plný a připravený se vlít do všech řek a kanálů, které jsou mu přístupny, kde nic nepřekáží. Úsilí odstraňuje překážky, ani není zapotřebí se o to modlit. Je-li stavidlo kanálu uzavřené, může nějaká modlitba pomoci, aby voda plynula do kanálů? Modlitba o milost pomáhá rozhojnit ryzí bhakti. Jestliže se bhakti zvětší tak, že se přemění v pravidelný neustálý proud, stane se praxí, otevře pak stavidla a dovolí hojný tok milosti.

Ramana ujišťuje, že milost není vnější věc. Pokud by byla vnější, byla by k ničemu – mohla by se poskytovat i bez zásluhy. Milost je niterná a poskytuje se na základě zásluh a úsilí. Kdo toto nemohou provádět, musí se spokojit s malými sousty a kůrkami.

Tvrdí se, že nedostatek času a nevhodné okolnosti jsou nepřáteli sádhanu. Mohou existovat na základě prárabdha karmanu. Ramana však ujišťuje, že prárabdha karman možno rozbít kladivem vykonávaného úsilí. Při nejzazším rozboru se zjišťuje, že je to neustálá a neúnavná praxe, která rozhoduje a je vrcholně důležitá.

Když se Kršna loučil se svým nejpřednějším žákem Uddhavou a odcházel ze světa, poskytl mu jeden z nejzávažnějších pokynů – aby vždy vyhledával satsang, neboť jak On prohlásil, nic se Mu tak nelíbí a nic netvoří rychlejší výsledky než společnost světců. Společnost s Guruem je ovšem nejlepším satsangem.

Naše mysli jsou zvyklé na komplikace a jednoduchost dávají do klatby. Pociťujeme-li však přítomnost Gurua, snadno se všechny pochyby překonávají, jelikož hlavní úlohou Gurua je odstraňovat pochyby hledajícího.

Ramana prohlásil, že Guru utká přízi a oblečení připraví na míru. Mnoho žáků toto však náležitě nechápe a pak pro nedostatek úcty se stává, že milost působí až po dlouhé době. K tomu je dobré si připomenout totožnost Gurua, Boha a pravého Já.

Když provádíme intenzivně a vytrvale sebezkoumání, dostáváme se do vlivu blaha pravého Já, jelikož sebezkoumání ego-mysl postupně umrtvuje. Nad tím bývá údiv, že smrt mysli nenastává okamžitě, ale postupně. Copak nenastane náhlá smrt mysli, když se ponoří do svého zdroje? Není tomu tak, protože tlak tendencí vystrčí mysl opět ven. Chvilé ponoru však mysl nesmírně očišťují, čímž se dostává smrti blíže. Ramana prohlašoval, že smrt

mysli nastává tehdy, když její očista je úplná a je schopná plně odrážet Vědomí zcela bez zkreslení, které jinak vzniká z omezeného ztotožnění. Stav, při kterém mysl vstupuje do zdroje, kdy užívá přirozené blaho a její výstup do světa smyslů, možno nazvat „turja“ neboli zkušenost čtvrté dimenze. V tomto stavu se bytost ocitá nad třemi mentálními způsoby, které jsou příčinou trojdimenzionálních zkušeností, není však ještě v onom stavu stabilizována.

Zpočátku je ponoření mysli velmi krátké, až najednou se již nevrátí. Když toto nastane, pak jsme v páté dimenzi „turja atita“, v radostném stavu, kdy nic nemůže rušit plnost existence, žádný kontakt s objekty, žádná činnost, myšlenky, nic. Pak blaho setrvalého uvědomování si pravého Já se stane naší vlastní zkušeností.

Základem všeho je, naučit se být si vědom pravého Já skrze pozorné sebezkoumání. Ramana říkal, že tendence vyprahnou, pokud žák zůstává tak, jaký sám je, sám sebou. Namísto aby si všímal dění a ruchu ega věnuje pozornost tichu. K tomu potřebuje jen aby zvedl pozornost od mysli k tichu, které je za ní u zdroje. Stálé spojování s čirým Já způsobuje vyschnutí myšlenkových semen, a vysychají tím i potenciální myšlenky, jelikož jsou zbaveny života. Celé učení je vlastně shrnuto ve větě: „Přebývej v tichu!“

Vypořádat se s horami nashromážděných minulých tendencí individualita nedokáže. Stopujeme-li však výstup tendencí, vásan, zkoumáním až přímo v jejich zdroji, pak se postupně rozpouštějí, jak docházíme k pravému Já. Tímto stopováním, zkoumáním, nemůžeme nikdy zbloudit, protože všechny myšlenky koření v pravém Já, podobně jako všechny větve stromu vycházejí z kmene, který má kořeny v zemi. Nejjistější způsob jak je likvidovat spočívá v tom, že budeme pozorní, když se objeví myšlenky tendencí a vásan a budeme stále zaměřeni na jejich zdroj. Když jim odepríme takto pozornost, znamená to pro ně vyschnutí z trvalého nezájmu. Žák si musí vštípit, že mysl představuje „já mám“ a pravé Já je „Já jsem“.

K závěru pojednání o sebezkoumání poskytněme ještě prostor přímému vyjádření Ramana Maháršího:

„Věčný, nepřerušovaný, přirozený stav přebývání v pravém Já, je džňána. Abychom mohli přebývat v pravém Já, musíme Ho milovat. Jelikož Bůh je skutečně pravé Já, pak milovat pravé Já je milovat Boha; a to je bhakti. Džňána a bhakti je jedno a totéž“.⁽¹⁰⁰⁾

„Vaší povinností je BÝT, a ne být to nebo ono, JSEM KTERÝ JSEM, obsahuje celou pravdu a metoda je shrnuta v – buď tichý“.⁽¹⁰¹⁾

Ze závěrečného souhrnu vyplývá: Nic se nemusí napřed vypracovávat nebo něco dosáhnout. Je třeba pouze jít přímo ke koření, kterým je „já myšlenka“. Tu nutno zkoumat otázkami „kdo jsem já?“, „koho ty myšlenky napadají?“, „kdo je myslí?“ Toto sebezkoumání je však třeba provádět trpělivě a neochvějně, a kladené otázky poslouží k uklidnění a utišení naší

nepokojné mysli. Když to budeme bděle a vytrvale provádět, bude se prostor mezi jednotlivými myšlenkami zvětšovat. Uvědomujme si tento prostor, je tichý. Je to naše pravá přirozenost – neposkvrněná, beztvará, čiré uvědomování. Svítí jako slunce, pouze stíny myšlenek se ji zdají ještě zakrývat.

Ramanův organizmus byl dlouho sužován závěrečným onemocněním, sarkomem. Bolest musela být nesnesitelná, ale nedal to nikdy na sobě znát. Když byl přímo dotázán, odpovídal, že to je bolest těla. Nebyl tělem, takže bolest nebyla jeho. Způsob, jak o nemoci mluvil a vtípkoval, činil dojem, jakoby se ho choroba jeho těla ani netýkala.

Ramana někdy říkal, že nemoc, která mučila jeho tělo, přesvědčuje stoupence o pravdě, že on není tělo. Smysl choroby směřoval k tomu, aby se v myslích stoupenců upevnila jistota jeho nepřetržité existence i tehdy, kdy jeho tělo již odpadne. Ramana řekl Dr. Raovi, lékaři ašramu, že jeho cílem bylo odstranit iluzi ztotožňování se s tělem, praktickým předvedením života, založeném na Srdci. Nejlepší způsob průkazu byla veselost Ramany, zatímco jeho tělo bylo fatálně pustošeno zhoubnou chorobou.

Stoupenci Ramanovi cesty sebezkoumání, kteří strávili několik dní v Ramanašramu, kde pobýval Mahářiši 54 let, svorně prohlašují, že v tomto místě nacházejí bezpečné vedení a zřejmou pomoc, díky intenzivnímu duchovnímu působení, které se z Ramanova prostředí vylévá. Přítomnost Ramany Gurua a jeho vedení se zřetelně pociťuje od chvíle, kdy se sádhak novému prostředí přizpůsobí.

Tehdy sádhaka napadá myšlenka, že by se měla přezkoumat stále zdůrazňovaná potřeba o nezbytnosti živoucího Gurua. Podle tradice má to být Guru ve fyzickém těle z masa a kostí. Když se nad tím zamyslíme, cožpak byl někdy tělem, které se tu pohybovalo? Cožpak Božství není věčné? A kvalita Ducha je menší než fyzického těla? A neříkal Ramana často, že práce Gurua je uvnitř a že Guru je vždy přítomen jako vnitřní Guru?

O správnosti těchto úvah se sádhak nejlépe přesvědčí, když bude vytrvale provádět sebezkoumání. Po čase zjistí, že v něm slábně idea „já jsem tělo“ a s ní její druh „já jsem konající“. Vše další se vyvíjí dle ryзости zaměření. Opravdového sádhaka Guru nikdy neopouští.

Doslov

Vážený čtenáři, tímto se uzavírá poselství jógy, védánty a praxe v jejich uskutečňování, jak je zpracovává toto sdělení, které si ovšem zdaleka nečiní nárok na úplnost. Nicméně i tak je zřejmé, že se jedná o poselství reálné, logické a objektivní a v jádru optimistické.

Filozofie jógy a védánty se zabývá životem člověka, opatřuje ho znalostmi o nevyhnutelných zákonitostech, které působí ve světě. Každému aspirantovi, kdo se k ní utíká, říká, jak si má počínat, aby se vyhnul zbytečným ztrátám, přičemž neztrácí ani na okamžik ze zřetele vrcholný cíl a poslání člověka – poznání svrchované Skutečnosti.

Filozofie takto pojatá představuje mateřskou i otcovskou náruč, přitahující a ochraňující každé dítě, které se k ní utíká. Trpělivě vysvětluje správné počínání a každé konejší tím, že je jí každý temperament milý.

Jóga a védánta má pochopení pro každého, neodsuzuje hříšníka, pouze nevědomost, která zastírá mysl.

Aspirant přichází k józe obvykle pro úzkost, nesvobodu a nesouzvuk, který ve svém životě prožívá, a hledá svobodu a volnost. Hledat svobodu je věcí každého. Svobodu hledají i náboženství, ať ji formulují dobře nebo méně zdařile, idea svobody je stále v člověku.

Ovšem žádné řeči ji nenaplní. Svět není optimistický ani pesimistický. Když jde aspirant životem a je upřímný, zjišťuje, že nedostatky neoplývá ani tak příroda, jako spíše on sám. Jóga a védánta ukazují cestu i metody, vedoucí ven ze zmatků a neporozumění. Nečiní tak na základě negace zla. Jóga nezastírá analýzu faktů jaké jsou a nesnaží se něco zakrývat. V józe a védántě nejsou žádná dogmata ani tabu. Védánta není něco, co by nebylo možné poznat. Řeč upanišad říká: „Bůh, kterého uctíváš jako neznámého je ten, o kterém s tebou mluvím“.

Božství, o kterém védánta pojednává je konkrétní. Mohlo by být něco konkrétnějšího, když ho aspirant vidí před sebou – všudypřítomného Boha, který je v každé bytosti, který je skutečnější než naše smysly?

Aspirantovi doporučuje, aby obrátil svou pozornost do sebe a rozpoznával různé motivační síly, které působí v jeho mysli. Je seznamován s gunami, které jsou podstatou jeho mysli i celé objektivní přírody, a doporučuje se mu aby v sobě rozvíjel sattvu, která má k nejvyšší Pravdě nejbliže.

Snad všechny potíže a omyly na cestě, vzniklé špatným přizpůsobením osobnosti, odpadnou pravidelným cvičením. Vše, co se na sádhakovi chce je, aby cvičil. Ať je lék sebeúčinnější, choroba neustoupí jenom proto, že si pacient lék opatřil a přečetl návod. Musí jej také v léčebných dávkách užívat a jeho organizmus jej musí přijmout. Léčba se musí stát součástí pacientovi struktury.

Zbavte se nevědomosti, zbavte se předsudků. Nejste slabí ani bední. Probud'te se a vstaňte, obluzení spavostí se vás netýká. Nemyslete si, že jste slabí a hříšní. Poznejte svou vlastní božskou přirozenost a buďte jí. Je to vaše svrchovaná povinnost i dědické právo, neboť védánta říká, že jste dětmi slavné nesmrtelnosti.

Doufat však v nějakou zkratku na cestě je klamné doufání. Žádný opravdový učitel vám nemůže slíbit zkratku na cestě. Nejkratší zkratkou je rozseknout ego na dvě části a projít vzniklou škvirou do království Pravdy, které je za ním. Pilnou a vytrvalou praxí a opravdovým sledováním ušlechtilých hodnot v životě, očistným působením sattvy v intelektu a emocích, sádhak vnímá a chápe božskou intuici a milost, která ho bezpečně vede životem.

Védánta nás vskutku seznamuje s Bohem. Boha, který je kdesi daleko, daleko nad přírodou, toho nutno přinést blíže, aniž bychom Ho snižovali. Bůh na nebesích se stává Bohem v přírodě a Bůh v přírodě se stává Bohem, který je přírodou. Bůh, který je přírodou se stává Bohem v chrámu našeho těla a Bůh, který dlí v chrámu našeho těla se stává naší nejvnitřnější Bytostí, námi samými.

Možná, že čtenáře na závěr napadne otázka: „Jak to, že se jóga zachovala po tolik století prakticky nezměněná, stejná?“ A z toho další: „Jak to, že přes zřejmou nedogmaticčnost, logiku a solidnost vnitřní výstavby i prověřených metod praxe, jóga nedosáhla a nedosahuje širšího uplatnění, rozšíření?“

Jóga, ani védánta, nikdy nebyla a nemohla být předmětem politických zájmů vládařů. Nikdy nebyly prosazovány mocí. Jak také, když zastávají ideu nenásilí a jednoty všeho života. Který vládce by je mohl opravdu uskutečňovat a zároveň prosazovat?

Jóga nikdy nebyla také předmětem náboženského zájmu kněžstva, protože i když pojednává o cestě k Bohu, není náboženstvím a je nad všemi vírami. Působení náboženství ve světě se nezaměřuje na člověka tak, že by ho houževnatě, systematicky a prakticky připravovalo, jak dosáhnout takového stavu čistoty, kdy by se Bůh sám stal jeho učitelem. Působnost církevních náboženství končí tam, kde začíná poznávání Boha a kde začíná jóga.

Učení jógy a védánty zůstaly nedotčené a odkázané samy na sebe. V každém čase existovali učitelé, kteří dosáhli poznání svrchované moudrosti a kteří vždy opravili každou případně vzniklou chybu a oživil starou Pravdu. Tak je tomu stále. Výsledkem této skutečnosti je, že jóga nezdegenerovala a je dodnes v krystalicky čistém stavu.

Na tom, že se metody jógy zachovaly v neporušeném stavu, má nepřímou zásluhu i okolnost, že se jóga nikdy nestala a nestane masovou záležitostí. Jóga totiž klade na každého aspiranta značné požadavky a jeho úspěch nezávisí na žádné vnější podpoře, ale na svrchované milosti, kterou může

aspirant „přitáhnout“ jedine správným, vytrvale prováděným jógovým postojem. Tato vnitřní pojistka, opřená o Skutečnost, je neselhávající.

O tom všem se sádhak může přesvědčit metodami a praxí, které vycházejí z jógy a védánty. Může být něco, co je k člověku laskavější a reálně optimističtější?

Seznam cizích odborných výrazů

Advaita	nedvojnost; škola védántické filozofie, prohlašující, že Bůh, duše a vesmír nejsou tři bytosti, ale Jediné, všeobjímající brahman
adžnáčakra	čakra umístěná mezi obočím
ahamkára	pocit osobnosti – „já pocit“, jáství
ahimsá	nenásilí, neublížování
anáhatačakra	čakra umístěná v prostoru uprostřed hrudi
ánandamájakoša	obal blaha, příčinné tělo
annamájakoša	obal potravy, fyzické tělo
antahkarana	vnitřní orgán, skládající se z vyšší mysli, jáství a nižší mysli, v klasické józe se označuje jako čitta
apána	dolů se pohybující dech (prána), odpovědný za vyprazdňování
aparigraha	nehrabivost
aparakšánubhúti	bezprostřední vnímání svrchovaného Já
ásana	tělesná pozice, prováděná za účelem posílení těla a očisty nervů a docílení jednobodového zaměření mysli
asat	neskutečno, – to, co není, na rozdíl od sat
asteja	nekradení
ášrama	duchovní instituce nebo společenství, kde se uskutečňuje duchovní disciplína; příbytek světce nebo mudrce
átman	svrchované Já, pravé Já, které je věčné, Self
átmavičára	zkoumání svrchovaného Já
Aurobindo Ghose	jeden z nejznámějších indických filozofů-mudrců tohoto století (1872–1950). Původem Bengalec, obdržel výchovu v Anglii. Posléze se usadil v Pondicherry, v jižní Indii. Jeho duchovní přístup je označován jako integrální jóga a snaží se o kombinaci osobního hledání a vývoje s evolučním osudem lidstva
avarana	zastírací moc nevědomosti
avatára	označuje projev, vtělení Božství na zemi (Višnuva apod.)
avidjá	nevědomost, spatřující nevěčné jako věčné, nečisté jako čisté
bandhy	jsou uzávěry, stahy svalstva, prováděné s cílem uzavřít na určitém místě těla tok psychosomatické energie (prány)
Bhagaván	Pán; titul označující Božství
Bhagavadgíta	filozofická báseň eposu Mahábhárata, ze 3. století před n. l., ústředním tématem je dialog mezi Kršnou a Ardžunou, hrdinným vojevůdcem rodu Panduovců
bhakta	uctívající, milující Boha
bhakti	stav oddané lásky k Bohu
bhastrika	dechové cvičení zvané „měchy“
Bhíšma	jeden z velkých hrdinů bitvy popisované v Mahábháratě
Brahmá	Bůh Stvořitel hiduistické Trojice

brahmačarja	zdrženlivost
brahman	absolutní Skutečnost, svrchované Bytí, všepronikající svrchovaný Princip, Self všech bytostí
Brahmánanda Svamí	duchovní syn Rámakršňův, původním jménem Rakhal, po smrti Vivékánandově byl zvolen presidentem Rámakršňovi společnosti, kterou spravoval až do své smrti r. 1922
Brahmasútras	nebo také Védántasútras, je systematické dílo védántické školy, autorství se připisuje Bádarájanovi; jejich vznik se datuje asi do 7. století před n.l.
Brunton Paul	anglický spisovatel, novinář, mystik, napsal řadu děl o indické filozofii a józe (1898–1981); jeho díla vydává v češtině nakladatelství IRIS RR
Buddha Gautama	žil okolo r. 500 před n.l.; jeho jméno znamená Osvícený, Probuzený, zakladatel buddhismu
buddhi	intelekt, poznávání, rozlišovací schopnost, moudrost
buddhindrijas	smysly poznávání
čakra	centra energie umístěná v jemnohmotném těle
čitta	obsah a náplň mysli; vjemy spojené s pamětí a usuzováním v klasické józe synonymum pro vnitřní orgán
dama	kontrola smyslů
dhárana	koncentrace, soustředění
dhyána	meditace
džňána	poznání svrchované Pravdy, svrchovaná Pravda
džňánin	osvícená bytost; mudrc, který realizoval svrchované Já a poznal nejvyšší Pravdu
džapa	opakování mantry
džíva	osobnost, ego
džívátman	vtělená bytost, individuální „duše“
Eckehart	německý dominikánský kazatel, největší středověký křesťanský mystik, narozený okolo r. 1260; jeho učení se velmi podobá učení Šankary
extroverze	sklon zabývat se převážně vztahy k jiným lidem a objektům
guny	složky prvotní Přírody, které jsou základem všech substancí a podkladem všech fyzikálních a mentálních jevů
guru	duchovní vůdce a učitel, realizovaný, dokonalý; píše se s velkým písmenem G
Hanumán	opičák, velký ctitel Rámy, velitel opičího vojska, zmiňovaný v Rámajaně
hathajóga	různá tělesná a mentální cvičení, prováděná za účelem očisty nadis a umožnění proudu prány; klidný tok prány ztišuje mysl
hinduismus	dominantní kultura Indie, založená na posvátné tradici brahmánů; náboženský-sociální jev s celým souborem náboženských a filozofických představ, které jsou začleněny do pevného rámce společenského řádu
hrdayam	duchovní Srdce, symbolické sídlo pravého Já
ida	jeden z tří proudů životní síly, obsahující chladivou energii mě- síce

inkarnace	vtělení
introverze	sklon zabývat se vlastním nitrem
islám	mohamedánské náboženství
Íšvara	nejvyšší, věčný Pán všech světů; osobní Bůh
Íšvarapranidhána	poslušnost a uctívání osobního Boha
jama	mravní zákazy, zdrženlivosti, uvedené v Jógasútře
jóga	doslova spojení; stav jednoty s Božstvím, Self; také praxe, která vede k tomuto stavu
Jógasútra	klasické pojednání o józe od Pataňdžaliho, vzniklé asi ve 2. století před n.l.
Jóga Vasištha	rozsáhlé dílo o nedvojné filozofii, mající okolo tisíc veršů a autorství je připisováno Valmikimu; obsah je uveden ve formě dialogu mezi mudrcem Vasišthou a Rámou
jógin	ten, kdo provádí jógu
kaivalja	doslova osamocení; osvobození, stav nepodmíněného bytí pravého Já
káma	touha po potěšení, po libosti
karman	činnost, skutek, výsledek konání
Kršna	vtělení Boha Višnu, učitel Ardžuny v Bhagavadgítě
kundaliní	prvotní kosmická energie, která spočívá stočená na konci páteře každého jedince
lílá	božské tvoření, mající dění světa jako hru
lingam	falický symbol Šivy, reprezentující neosobní aspekt Boha
Mahábhárata	jeden z dvou staroindických eposů (druhý je Rámájana), který dle tradice nadiktoval světec Vjása
májá	síla, která promítá neskutečné jako skutečné a předvádí to, co je dočasné a omezeného trvání jako věčné a stále
manana	rozjímání
manas	mysl, zprostředkující informace od smyslů
manipuračakra	čakra pupku, je ve spojení s živlem ohně, ovlivňuje trávení
manomájakoša	obal mysli, spojující smysly s intelektem
mantra	posvátná slova či zvuky, které obsahují sílu přetvořit nebo ochraňovat toho, kdo je opakuje; Božství ve zvuku
marga	cesta, stezka
mókša	osvobození z koloběhu zrození a smrti, od vlády gun a karmanu, překročení veškeré dvojnosti, poznání absolutna
mudry	hathajógové techniky, prováděné za účelem podržení prány v těle, nutící kundaliní proudit do sušumny
mukti	synonymum pro mókša
múladharačakra	nejníže položená čakra, položená v bázi páteře; je sídlem spící kundaliní
nádí	kanálky, řečiště, která rozvádějí vitální energii v těle
nididhyásana	meditace
nijama	mravní příkazy, uvedené v Jógasútře
nirguna brahman	Božství bez přívlastku; beztvary aspekt Božství
nirvána	doslova vyhasnutí; stav neotřesitelné dokonalosti, stav osvobození

nirvikalpa samádhi	nejvyšší stav soustředění, pohroužení, ve kterém se ztrácí veškerý pocit oddělenosti od svrchovaného Já
Nissargadatta Mahárádž (1897–1981)	mudrc, džňánin, který žil v Bombaji, realizoval nejvyšší poznání
niškámakarma	činnost postrádající sobecký motiv a vykonávaná bez očekávání odměny
nivrtti marga	cesta návratu, představuje duchovní orientaci, opouštějící radžasické zaměření, spojené s nabíráním sattvy
ÓM	prvotní zvuk, vibrace z které vychází celý vesmír; vnitřní esence všech manter
ÓM Guru	mantra, při které je právě Já připamatováváno jako Guru
padmāsana	velmi ceněná pevná pozice meditační
Pančadaší	dílo védántické filozofie ze 14. století n.l.
parabhakti	nejvyšší forma lásky k Bohu, ve kterém je já rozpuštěné
parokšánubhúti	nepřímé poznání
Pataňdžali	jógový učitel, žijící ve druhém století před n. l.; sestavil a uspořádal jógu v díle nazvaném Jógasútra
pingala	jeden z proudů životní síly, spojený s teplem slunce
prakrti	příroda, prvotní Příroda
prána	životní dech; vitální síla vesmíru, která udržuje život a představuje oživující sílu
pránájáma	ovládání a usměrňování dechu
pránámájakoša	obal vitality
pratíkaupāsana	bohoslužba, při které je určitý předmět pokládán za symbol Boha
pravrttimarga	cesta rozvoje; činnost pod vlivem guny radžas, vedoucí ke koloběhu zrození a smrti
puruša	čirý subjekt jedince, jógové označení pro átman
Rádhakrišnan	indický filozof a státník (nar. 1888 – 1975)
radžas	guna reprezentující vlastnost aktivity, žádosti, neklidu
rádžajóga	cesta k dosažení spojení s absolutnem Pataňdžaliho systému
rakšas	démonická bytost
Ráma	sedmá inkarnace Boha Višnu, o němž vypravuje staroindický epos Rámájana
Rámájana	národní staroindický epos o životě Rámy od Valmikiho, obsahuje 24 tisíc veršů
Rámakršna	bengálský mudrc (1836 – 1886), jehož učení se rozšířilo i na západě; spatřoval ve všech náboženstvích cesty k Bohu
Ramana Mahárši	tamilský mudrc (1879 – 1950), který metodou sebezkoumání upravil džňánajógu pro potřeby dnešní doby, realizoval svrchované poznání
Ramanašramam	ášram Ramana Maháršiho v Tiruvannamalai v jižní Indii
Rámánudža	(1017–1137), zakladatel kvalifikované nedvojnosti
reinkarnace	převtělování
rgvéd	nejstarší ze čtyř védů
rši	titul védických pěvců, kteří zří – zřeci

sádhak	ten, kdo provádí sádhanu
sádhana	metoda duchovního cvičení, cesta k dosažení dokonalosti, vyžaduje vždy mnoho sebekázně, úsilí a odpoutanosti
saguna brahman	absolutno s přívlastky
sahasráračakra	nejvýše umístěná čakra na vrcholu hlavy, sídlo Šivy
samádhána	setrvalost a jednobodovost docilované sebraným soustředěním všech sil k jednomu zvolenému účelu; synonymum pro samádhi
samádhi	stav, který nastává po úplném rozpuštění smyslových vjemů a myšlenek, ve kterém je dosaženo ztotožnění s objektem či subjektem meditace
samana	jeden z životních proudů, rozdělující živné látky v těle
samsára	cyklus zrození a smrti
samskáry	dojmy
sánkhja	staroindický dualistický filozofický systém
Sánkhja Kariká	klasické dílo od Íšvara Kršny, přibližně ze 4. stol. n. l.
sankalpa	chtění, přání, volba, záměr
santoša	spokojenost, ukojenost
satčitánanda	nejvyšší princip s atributy (sat = Bytí, čit = Vědomí, ánanda = Blaho) v absolutní dokonalosti
satja	pravda, pravdivost
satsang	setkání či shromáždění pravdivých a moudrých lidí, kde se předčítá písmo, hovoří o duchovních pravdách
sattva	guna, reprezentující vlastnosti jasu, světla, lehkosti a klidu
savikalpa samádhi	stav absorbce v objektu meditace, když poznání objektu je podrženo
Self	átman, puruša, nejzazší základ lidské bytosti, jejíž realizace je nejušlechtilejším a nejlepším dosažením člověka
siddhásana	meditační pozice, zvaná pozice adepta
siddhis	nadpřirozené síly
sušumna	centrální nádí, nejdůležitější ze všech, nacházející se v páteři a vede od kořene až k vrcholu hlavy; sušumnou stoupá kundaliní
sútra	doslova nit, sloužící ke propojování krátkých aforizmů, za účelem zapamatování si posvátného textu
svadhijája	intenzivní studium k doplnění praxe duchovních cvičení
svádhisthána	čakra nalézající se v prostoru pohlavních orgánů a má vztah k sexualitě
svámí	titul udílený mnichům, kteří se hlásí k védántě
šakti	síla; božská kosmická energie, která promítá, udržuje a rozpouští vesmír
šaktipat	přenos spirituální síly z Gurua na žáka; duchovní probuzení skrze boží milost
šama	zklidnění mysli
Šankara	také Šankaračárja (ačárja = učitel), filozof, mudrc, náboženský reformátor, hlasatel nedvojnosti (788–824)
šánti	mír, mentální rovnováha

šatsampatti	šest pokladů či ctností, uvedených v džňánajóze
šauča	očista tělesná i duševní
Šiva	Bůh Ničitel hinduistické Trojice, uctívány jóginy a džňánajógi- ny
šradhá	víra, důvěra; pozitivní rámec mysli jakožto opak pochyb
Taimni I.K.	teosofický filozof a spisovatel
tamas	guna, reprezentující vlastnosti tíže, temnoty a zastření
tanmátry	jemnohmotný aspekt materiálních elementů (prvků), tj. pros- toru (éteru), vzduchu, ohně, vody a země
tantra	ezoterická duchovní disciplína, která uctívá tvořivou sílu absolutna, božskou Matku, pomocí rituálů, manter apod.
Tao	neosobní vesmírný princip; taoism rozšířený v Číně v šestém a pátém století před n.l., kdy žil Lao'Č, který byl jeho hlavním exponentem
tapas	sebekázeň či asketická praxe, vedoucí k očistě mysli a umož- ňující kontrolu nad smysly
tattva	kategorie kosmické existence, sánkhja vyjmenovává 24 kate- gorií
Tiruvannamalai	město v jižní Indii, kde se nachází Ramanašram
titikša	stálost ve vyrovnaném přijímání vlastních karmanových pod- mínek
turja	transcendentní stav, čtvrtý stav vědomí, který je nad bděním, sněním a bezesným spánkem, ve kterém je vnímána bezpros- ředně přirozenost Skutečnosti
turjatita	stav nad turja; svrchovaně blahoplýný stav úplného osvobo- zení od dvojnosti a uvědomování si jediného Self ve všem
udána	vzhůru směřující dech (prána)
upanišady	filozofické spisy, připojené k védám, pojednávají o způsobu proniknutí do nitra, za účelem poznání átmana; celkem je známo 108 upanišad, z nichž deset se pokládá za nejvýznam- nější; Brhadáranjaka upanišada a Čandogja upanišada se po- kládají za nejstarší
uparati	odtažení mysli od hrubohmotných předmětů
vairágja	odpoutanost, nepřivislost, překonání žádostivosti
vásaná	latentní sklon, který přechází do současného života z minu- lých vtělení
Vasištha	mudrc vystupující v Rámajaně, Mahábháratě, Puránách a Jóga Vasišthě
védánta	doslovně konec véd, učení upanišad
védy	čtyři autoritativní hinduistická písma, kterým se připisuje božský původ a jsou to: rgvéd, adžurvéd, samavéd a atharva- véd
vičára	sebezkoumání, metoda doporučovaná Ramanou Maháršim
vidžňánamájakoša	obal intelektu
vikšepa	dynamická forma zastření mysli
Višnu	Bůh Udržovatel hinduistické Trojice; ochránce tvorů, jehož vtělením byl Ráma i Kršna

vivéka	rozlišování mezi Skutečnem a neskutečnem, pravdou a klamem
Vivékánanda Svámí	nejznámější osvícený žák Rámakršny, původním jménem Naren (1863–1902), zakladatel Rámakršnovi mise
vjána	dynamický dech (prána), držící organismus v rovnováze
Vjása	dávný mudrc, sestavil vědy, purány a je autorem Mahábháraty

Bibliografie

- Abhedananda Swami, Bhagavad Gita – The Divine Message I. + II. díl – Ramakrishna Vedanta Math, Calcutta 1969
- Abhedananda Swami, The Lore of Karma – Ramakrishna Vedanta Math, Calcutta 1947
- Aiyer Narayana, The Technique of Maha Yoga – Ramanakendra, Madras 1962
- Aksharajna Sri Ramana, The Sage of Arunagiri – Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1937
- Annamalai Swami, Living by the Words of Bhagavan – Sri Annamalai Swami Ashramam Trust, Tiruvannamalai India 1993
- Appasamy A. J., The Theology of Hindu Bhakti – The Senate of Serampore College, Madras, India 1970
- Avalon A., Die Schlangenkraft – překl. Laqua, – O. W. Barth, Weilheim, 1971 NSR
- Avalon A., Schakti und Schakta – překl. U. Mangoldt, – O. W. Barth, Weilheim 1962 NSR
- Bhagavadgíta (české překlady) R. Janíček, K. Weinfurter, J. Filipický a J. Vacek
- Bhagavad Gita with the Commentary of Sri Sankaracharya – translated by Alladi Manadeva Sastry – Samata Books, Madras, 1992 India
- Bible – Písmo Svaté Starého a Nového Zákona – Ekumenický překlad, Praha 1979
- Boží, brámani, lidé, Čtyři tisíciletí hinduismu – Academia, Praha 1964
- Brahma-Sútras with Commentary of Sri Sankara, – transl. by Swami Vireswarananda – Advaita Ashrama, Calcutta, 1982 India
- Brunton Paul, Ego. Od zrození ke znovuzrození – IRIS RR, Frýdek-Místek 1993
- Brunton Paul, Conscious Immortality – Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai 1996
- Cao-Tsu, The Economy of human life – Samata Books, Madras, 1993, Indie
- Cohen S. S., Reflections on Talks with Ramana Maharshi – Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai 1971 India
- Coster G., Yoga and Western Psychology – Harper and Row, New York 1972
- Eliade Mircea, Immortality and Freedom – Routledge and Kegan Paul, London 1958 Anglie
- Feuerstein Georg, Encyclopedic Dictionary of Yoga – Unwin Paperbacks, London 1990 Anglie
- Feuerstein Georg and Jeanine Miller, Reappraisal of Yoga – Rider Comp., London 1971 Anglie

- Ghose Aurobindo, *Essays on the Gita* – Dutton, New York 1950 USA
- Ghose Aurobindo, *On Yoga*, Vol. I + II – Sri Aurobindo Ashram, Pondichery 1955–1958 Indie
- Ghose Aurobindo, *The Life Divine* – Sri Aurobindo Ashram, Pondichery 1955 Indie
- Ghose Aurobindo, *The Synthesis of Yoga* – Sri Aurobindo Ashram, Pondichery 1971 Indie
- Godman David, *Be as you are. The teachings of Sri Ramana Maharshi* – Arkana, London, 1985
- Grof Stanislav, *Holotropní vědomí* – překl. Edlmann – Gemma 89, Praha 1993
- Guénon R., *Introduction to the study of the Hindu doctrines* – překl. Pallis M. – Luzac Comp., London 1945 Anglie
- Guénon R., *Man and his Becoming* – Oriental Book Reprint Corp., New Delhi 1981 Indie
- Hiriyanna M., *Vom Wesen der indischen Philosophie* – překl. Golzio, – Diedrichs Verlag, Mnichov 1990
- Chinmayananda Swami, *Talks on Sankara's Vivekachoodamani* – Triumph Press PVT Ltd., Bombay 1974 Indie
- Chinmoy Swami, *Kundalini* – překl. Poláková, Špaček – Madal Bal, Zlín 1994
- Iengar B.K.S., *Light on the Yoga Sutras of Patanjali* – Aquarian Press, London 1995 Anglie
- Isherwood Ch., *Vedanta for the Western World* – Unwin Book, London 1975 Anglie
- Isherwood Ch., *Vedanta for Modern Man* – Allen and Unwin, London 1952 Anglie
- Iyer T. K. S., *At the feet of Bhagavan* – Ramanasramam, Tiruvannamalai 1980 Indie
- Jóga – *Od staré Indie k dnešku* – M. Bartoňová, Z. Bašný, B. Merhaut, R. Skarnitzl – Avicenum, Praha 1971
- Lao-C', *Tao Te Ťing* – O Tao a Ctnosti, překl. Krebsová, – Odeon, 1971 Praha
- Madhavananda Swami, *Uddhava Gita* – Advaita Ashrama, Calcutta 1971
- Maharshi's Gospel Books I + II – Ramanasramam, Tiruvannamalai 1980 Indie
- Mahesh Yogi, *On the Bhagavad-Gita* – Penguin Books Ltd. Harmondsworth 1973 Anglie
- Mascaró J., *The Upanishads* – Penguin Books Ltd. Harmondsworth 1970 England
- Mouni Sadhu, *Samadhi* – Mandala Books, London 1962 Anglie
- Mudaliar Devaraja, *Day by Day with Bhagavan* – Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1977 Indie
- Mudaliar Devaraja, *Gems from Bhagavan* – Ramanasramam Tiruvannamalai 1969 Indie

- Muktananda Swami, Kundalini – SYDAT Foundation, South Fallsburg 1979 USA
- Muktananda Swami, Mystery of Mind – SYDAT Foundation, South Fallsburg 1981 USA
- Muktananda Swami, Play of Consciousness – SYDAT Foundation, South Fallsburg 1988 USA
- Muktananda Swami, Meditate – State University of New York Press, 1980
- Muktananda Swami, Where are you going? – Gurudev Siddha Peeth – Ganeshpuri, India 1981
- Nárada Bhakti Sutra – překl. Sadananda Sarasvati Swami – Divine Life Society
- Natarajan A. R., Insights into the Ramana Way – Ramana Maharshi Centre for Learning, Bangalore 1995 Indie
- Nikhilananda Swami, The Gospel of Sri Ramakrishna – Sri Ramakrishna Math, Madras 1974
- Nisargadatta Maharaj, I am That – překl. M. Frydman – Chelana 1984 Bombay 1984
- Osborna A., The teachings of Bhagavan Sri Ramana Maharshi in his own words – Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai 1988
- Osborne A., Ramana Arunachala – Ramansramam, Tiruvannamalai 1980
- Osborne A., For those with little dust – Ramana Publications Florida 1990
- Osborne A., The Collected Works of Ramana Maharshi – Rider and Comp., London 1969 Anglie
- Oppermann M.A., Yoga-Aphorismen des Patanjali – Theosophisches Verlagshaus, Leipzig 1908 NSR
- Pavitrana Swami, Common Sense about Yoga – Mayvati 1946 Indie
- Praxe provádění přítomnosti Boží bratra Lawrence – překl. Skarnitzl – Unitaria Praha 1990
- Potter H., Encyclopedia of Indian Philosophy – Princeton University Press, New Jersey 1987 USA
- Radhakrishnan S., The Bhagavadgítá – Blackie and Son, Calcutta 1975
- Radhakrishnan S., Indická filosofie, svazek I–II – Academia, Praha 1961, 1962
- Rajan N. N., The bloom of inner glory – Ramanasramam, Tiruvannamalai 1985 Indie
- Ramayandas S. D., Bhakti Yoga – Fowler, London 1935 Anglie
- Sadhu Om, The Path of Sri Ramana, Part I – Sri Ramana Kshetra, Kerala 1981 Indie
- Sadhu Om, The Path of Sri Ramana, Part II – Sri Ramana Kshetra, Kerala 1976 Indie
- Sayings of Sri Ramakrishna – Sri Ramakrishna Math, Madras 1975
- Shankara, Das Kleinod der Unterscheidung und die Erkenntnis der Wahrheit – překl. U. Mangoldt a K. Friedrichs – O.W. Barth, Mnichov 1981 NSR

- Sharamon, Baginski, Základní kniha o čakrách – překl. J. Kozák, – Pragma, Praha 1993
- Shastri Hari Prasad, Meditation. It's Theory and Practice – Shanti Sadan, London 1946 Anglie
- Sinha Nandlal, The Bhakti Sutras of Narada – Panini Office Bhuvaneshvari Ashrama, Allahabad 1911 Indie
- Subrahmanian K., Uniqueness of Sri Bhagavan – Sri Ramana Kendram, Hyderabad 1993 Indie
- Taimni I. K., The Science of Yoga – The Theosophical Publishing House, Madras 1974 Indie
- Taimni I. K., Self-Culture – The Theosophical Publishing House, Madras 1976 Indie
- Taimni I. K., Glimpses into the Nature of Yoga – The theosophical Publishing House, Madras 1975 Indie
- Talks with Sri Ramana Maharshi, Vol I to III – Ramanasramam, Tiruvannamalai 1978 Indie
- Upadesha Saram of Sri Ramana Maharshi – překl. Narasimhaswami, Ramanasramam, Tiruvannamalai 1980 Indie
- Venkatesananda Swami, The supreme Yoga (Yoga Vasishtha) – Divine Life Society, Shivanandanagar Rishikesh 1991 Indie
- Vidyaranya Swami, Panchadashi – překl. Hari Prasad Shastri, Shanti Sadan, London 1950 Anglie
- Vivekananda Swami, Jnana Yoga – Stuttgart 1923 NSR
- Vivekananda Swami, Karma Yoga und Bhakti Yoga – Zürich 1953 Švýcarsko
- Vivekananda Swami, The complete works of, Volume I, II, III – Advaita Ashrama, Calcutta 1972 Indie
- Werner Karel, Hathajóga – Olympia, Praha 1966
- Wood E., Yoga – Penguin Books, Harmondsworth, 1967, Anglie
- Wood E., Yoga Dictionary – Philosophical Library, New York
- Woods J. H., The Yoga System of Patanjali – Harvard Mass, 1927 Anglie
- Worthington V. A., History of Yoga – Routledge and Kegan Paul, London 1982
- Woodroffe J., Introduction to the Tantra Shastra – Ganesh, Madras, 1980 Indie
- Zbavitel D., Hinduismus a jeho cesty k dokonalosti – Dharma Gaia, Praha 1993
- Zimmer H., Indische Mythen und Symbole – překl. Eschmann – Dietrichs Verlag, Mnichov 1981
- Zimmer H., Philosophie und Religion Indiens – Suhrkamp, Frankfurt 1988 SRN

Časopisy:

- The Mountain Path Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, Indie
- Self Enquiry Ramana Maharshi Foundation, London, Anglie

Poznámky

I. díl

- 1 Taimni: Moderní věda se podobá hluchému, který s nesmírnou pečlivostí studuje všechny možné hudební nástroje, odmítá však věřit, že existuje hudba.
- 2 Vědy představují rozsáhlý soubor hymnů a různých pouček a spekulací. Nejstarší a nejvýznamnější je Rgvéd, obsahující 1028 hymnů, obětních písní a tvoří jádro védského písemnictví. Další je Sámavéd, který obsahuje sbírku melodií k hymnům. Třetí je Jadžurvéd, který obsahuje soubor obětních formulí. Čtvrtou knihou je Atharvavéd, který se zaměřuje na zařikávací formule. Doba vzniku védů je někde v dávnověku. Zapsány byly poměrně pozdě, až kolem roku 1500 před n. l. Dle tradice byly předány věštci, a považují se proto za zjevení, mající božský původ.
- 3 Upanišady v doslovném významu znamenají „sedět blízko“ (učitele). Tradičně se udává 108 upanišad, z toho prvních deset se označuje za „velké“. Smyslem upanišad je podávat „tajné učení“ a jejich metafyzické úvahy se zabývají čtyřmi tématy:
 - a) učením, že transcendentní základ člověka – átman – je totožný s brahman – transcendentním základem celého vesmíru,
 - b) učením o opakovaném vtělování lidských bytostí,
 - c) učením o karmanu, odplatě,
 - d) učením, že další vytváření karmanu a pokračování převtělování lze vyřešit správnými duchovními praxemi.Nejstarší upanišad – Brhadáránjaka – byla sepsána asi kolem roku 800 před n. l.
- 4 Šankara, Vivekachoodamani verše 56 a 61
- 5 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 259
- 6 Taimni, Glimpses into the nature of Yoga, str. 129
- 7 Brunton, Conscious Immortality, str. 135
- 8 Šankara komentuje tento verš ve svém komentáři k Bhagavadgítě na str. 257 takto: „Tím, že zanechává špatných způsobů svého vnějšího chování a mocí svého správného vnitřního rozhodnutí“.
- 9 Iengar, Light on the Yoga Sutras of Patanjali
- 10 Radhakrišnan se v komentáři k Bhagavadgítě, na str. 329, vyjadřuje o džívátmanu takto: Džívátman je jedním z center rozmanitého Božství a vyjadřuje určitý aspekt božského Vědomí.
- 11 Mouni Sadhu, Samadhi, str. 125
- 12 Šankara, Vivekachoodamani 3,3,
- 13 Čistotu těla zdůrazňuje i Pataňžali v příkazech rádžajógy a na stejné poukazuje Bhagavadgíta XIII, 7,

- 14 Semenné mantry jsou slabiky, které reprezentují určitá božstva. Jejich
pronášení vyvolává vibrace, které připravují probuzení a otevření
čakry.
- 15 Mudaliar, Day by Day with Bhagavan, str. 14
16 Jógasútra I, 33,
17 The Mountain Path III, 3, str. 265
18 Brunton, Ego. Od zrození ke znovuzrození, str. 155
19 Grof, Holotropní Vědomí, str. 128 a další
20 Taimni, Self-Culture, str. 120
21 Šankara's Commentary on Brahmasutra, IV, 2, str. 426
22 Šankara však zdůrazňuje, že se vstřebají pouze funkce, nikoli orgány
samy o sobě. Je třeba mít na zřeteli, že si nemáme plést smyslový orgán
s fyzickým místem. Orgán zraku je odlišný od oční bulvy.
- 23 Brunton, Ego. Od narození ke znovuzrození, str. 190–193
24 Aurobindo, Life Divine, str. 382: Svrchovaná Skutečnost je věčná,
absolutní a neomezená. Jelikož je absolutní a neomezená, je ve své
podstatě neurčitelná.
- 25 Tao Te Ting, verš 1
26 Antarejópánišad III, 3: Vše toto spočívá na Vědomí. Vědomí je
základem vesmíru. Vědomí je brahman.
- 27 Shankara's Commentary on Brahmasutra, II, 1,33: Brahman stvořuje
z pouhé kratochvíle.
- 28 The Complete Works of Swami Vivekananda, Vol. II, str. 165
29 Atma Boddha, překl. Friedrichs
30 The Gospel of Maharshi, str. 57
31 Annamalai Swami, Living by the words of Bhagavan, str. 132. Svámí
odložil své tělo v roce 1995
32 Mouni Sadhu, Samadhi, str. 167

2. díl

- 1 Jógasútra II, 3–9
2 Sayings of Sri Ramakrishna, III, 830
3 Ruysbroeck, The Mountain Path, II,1,str. 11: Božství je absolutním
tichem a spočinutím. Je volné od veškeré aktivity a lidskému myšlení
je nepřístupné. Je však skrz naskrz živé, je nesmírnou energií, která se
vylévá do stvořeného světa, aby jej stáhla zpět do sebe.
- 4 Bhagavadgíta XIV, 7: Věž, že radžas má povahu žádostivosti a vzniká
z žízňě připoutanosti. Vtěleného poutá pevným ulpíváním na činech.
- 5 The Mountain Path, III, 3, str. 269
6 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 390
7 Aurobindo, On Yoga II, I, str. 671
8 The complete works of Swami Vivekananda, I, str. 32
9 Radhakrishnan, Komentář k The Bhagavadgítě, str. 249
10 Dtto str. 365

- 11 Osborne, Teachings of Bhagavan Sri Ramana Maharshi in his own
words, str. 100
- 12 Sayings of Sri Ramakrishna, 829
- 13 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 108
- 14 Godman, The Teachings of Sri Ramana Maharshi, str. 134
- 15 Sayings of Sri Ramakrishna, 826
- 16 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 108
- 17 Klasické bhaktické dílo, pocházející pravděpodobně ze 12. stol. n.l.
- 18 The complete works of Swami Vivekananda, III, str. 74
- 19 Sayings of Sri Ramakrishna, 623
- 20 Nárada Bhaktisútra, verš 51–54
- 21 The complete works of Swami Vivekananda, II, str. 306
- 22 Višnu Purána, VI.5, 83–87
- 23 Sri Bhashiya II, 1,35
- 24 Bhagavata Purána, XI, 20,7
- 25 Sayings of Sri Ramakrishna, 549
- 26 Aurobindo, On Yoga II, str. 761–2
- 27 Sayings of Sri Ramakrishna, 267
- 28 Sri Ramakrishna the great Master, Swami Saradananda, str. 374
- 29 Sayings of Sri Ramakrishna, 453
- 30 Swami Muktananda, Where are you going?, str. 69
- 31 dtto str. 70
- 32 Sayings of Sri Ramakrishna, 462
- 33 dtto 485
- 34 dtto 590
- 35 dtto 669
- 36 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 33
- 37 Evangelium sv. Matouše, XI, 28
- 38 Bhagavadgíta, XVIII, 66
- 39 Čtenáři, který by se chtěl dozvědět víc o stavu přítomnosti Boží v člo-
věku, doporučuji nesmírně hluboký popis života bratra Vavřince, který
vyšel v překladu pod názvem „Praxe přítomnosti Boží“ v nakladatel-
ství Onyx, 2003 Praha.
- 40 Appasamy, The theology of Hindu Bhakti, str. 78
- 41 M., The Gospel of Sri Ramakrishna, str. 534
- 42 The Mountain Path, III, 2, str. 155
- 43 Godman, The Teachings of Sri Ramana Maharshi, str. 89
- 44 Sayings of Sri Ramakrishna, 121
- 45 The complete works of Swami Vivekananda, III, str. 94–95
- 46 dtto III, str. 100
- 47 Sayings of Sri Ramakrishna, 791
- 48 Maharshi's Gospel, I, 4, str. 25
- 49 Je třeba mít na mysli, že není kvalitativního rozdílu mezi puruši
Pataňdžalího a jediným átmanem Šankary.
- 50 Jógasútra, II, 33 a 34
- 51 dtto II, 35

- 52 dtto II, 36
53 dtto II, 37
54 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 12
55 Jógasútra, II, 38
56 Srovnej s Bhagavadgítou II, 45, kdy Kršna říká Ardžunovi: „... musíš se osvobodit od dvojnosti, buď upevněn v sattvě a buď povznesen nad hromaděním a uchováváním, buď vlastněn pouze átmanem“.
57 Jógasútra, II, 40, 41
58 dtto II, 42
59 dtto II, 43
60 Jóga Vasištha, II, 19
61 Šatapatha Brahmana, XI, 5, 7,1
62 Jógasútra, II, 45
63 Poslední tři požadavky příkazů – askéze, studium posvátných písem a poslušnost osobnímu Bohu, bývají nazývány „krijajógou“. Navzájem se dobře doplňují a tvoří významnou trojici.
64 Jógasútra II, 46
65 Tejjobindópanišad, I, 25
66 Jógasútra, II, 49, 50
67 dtto II, 52
68 Venakataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 584
69 Jógasútra, II, 53
70 Werner, Hathajóga, 1966
71 Višnu Purána, VI. 7 a 44
72 Jógasútra III, 1
73 Rabindranath Tagore – Víra je ptákem, který cítí světlo a zpívá, i když je úsvit ještě daleko.
74 Toto se stává, když se jóginovi nepodaří udržet pozornost mysli u objektu meditace a ta sklouzne do nevědomí. Jógín se tehdy mylně domnívá, že se jedná o vnor.
75 Aurobindo, On Yoga II, str. 706
76 Swami Muktananda, Meditate, str. 9
77 Mouni Sadhu, Samadhi, str. 66
78 The complete works of Swami Vivekananda, II, str. 356
79 Mascaró, The Upanishads, str. 49
80 Kathópanišad, II, 24
81 Pañcadaší, IX, 130
82 Staří učitelé džánány doporučují trik jak překonat vrtošivost mysli a říkají: „Dívejte se na vše co vnímáte i na vnímajícího jako na Self“.
83 Advaita Bodha Deepika, III, str. 54
84 Čándógjopanišad, 7,23 a 7,24
85 Osborne, For those with little dust, str. 8
86 Brunton, Conscious Immortality, str. 70
87 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 463
88 dtto str. 26
89 Mudaliar, Gems from Bhagavan, str. 42

- 90 Mudaliar, Day by day with Bhagavan, str. 24
- 91 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 25–26
- 92 Osborne, For those with little dust, str. 52–53
- 93 Godman, The teachings of Sri Ramana Maharshi, str. 96
- 94 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 322
- 95 dtto str. 33
- 96 Natarajan, Insights, str. 54
- 97 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 195
- 98 dtto str. 24
- 99 dtto str. 183
- 100 Maharshi's Gospel, str. 25
- 101 Venkataramiah, Talks with Sri Ramana Maharshi, str. 333

Knihy a překlady Rudolfa Skarnitzla

Rudolf Skarnitzl	ÚVOD DO FILOSOFIE A PRAXE JÓGY
Rudolf Skarnitzl	POZNÁVÁME SVÉ JÁ
Rudolf Skarnitzl	PERLIČKY MOUDROSTI VYPRÁVĚJÍ
Rudolf Skarnitzl	VÝROKY ŠRÍ RÁMAKRŠNY
Rudolf Skarnitzl	PRAXE PŘÍTOMNOSTI BOŽÍ
Annamalai Svámí	HOVORY O SEBEREALIZACI
Sádhu Óm	SVĚTLO NA UČENÍ
David Godman	ŽÍT PODLE BHAGAVÁNA
S. Radhakrisnan	BHAGAVADGÍTA s komentáři
Michael James	ŠTĚSTÍ A UMĚNÍ BÝT, kniha je ke stažení ve formátu pdf na adrese: www.rudolfskarnitzl.cz ; knihy lze na požádání svázat

Z dalších vydaných knih nabízíme

Chalíl Džibrán	PROROK, ZAHRADA PROROKOVA
Aldous Huxley	VĚČNÁ FILOZOFIE
Jaromír Kozák	EGYPTŠTINA, JAZYK BOHŮ, díl 1. gramatika
překlad J. Kozák	PISTIS SOFIA
překlad J. Kozák	KNIHY IEOU
Vladimír Kropáček	DRAHÉ KAMENY A JEJICH CESTY V HISTORII
Karel Makoň	ZÁKLADNÍ KURS NADŽIVOTNOSTI
Jan Marbela	HAMLET, ESOTERISMUS VELKÉHO DÍLA
Robert Nový	DRAHÉ KAMENY STAROVĚKU
Robert Nový	DUŠEVNÍ TĚLA, BARVY JEJICH AURY
	A CESTY DUŠE PO SMRTI
Rosa de Sar	MARIE Z MAGDALY A ŽENY V ŽIVOTĚ JEŽÍŠE
Rosa de Sar	MESIÁŠ
Jaromír Skřivánek	ŽIVOT JAKO ZÁZRAK, CESTOPIS DUŠE
Kay Pollack	ŽÁDNÁ SETKÁNÍ NEJSOU NÁHODNÁ
Lubomír Šejn	EMPIRIE A SKUTEČNOST
Bô Yin Râ	Dvacet šest knih z duchovního díla německého autora, filosofa a malíře Josepha Schneiderfrankena

Knihy žádejte u knihkupců nebo v: knihkupectví Dobra Bednářová Praha 1, Jan Jelínek – Hledající (knihkupectví a zásilkový obchod) Praha 6, knihkupectví U Džoudyho Praha 2 a v distribuci Kosmas. Úplnou nabídku knih najdete na www.onyxedition.com, objednat můžete na adrese onyxedition@seznam.cz nebo telefonicky na tel. 607 872 362

ÚVOD DO FILOZOFIE A PRAXE JÓGY

Ph.Mr. Rudolf Skarnitzl

Obálku s použitím obrazu Zdeňka Hajného „Katedrála“
navrhl Milan Šimon,
Sazba MPN

Vydalo Nakladatelství ONYX, Praha
www.onyxedition.com
2. opravené vydání
Zhotoveno v AMJ

ISBN 978-80-86788-86-9

