

Sádhu Óm

NEJVYŠŠÍ DŮLEŽITOST SEBEZKOUMÁNÍ

v podání Michaela Jamese

– první část –

(zveřejněno na www.rudolfskarnitzl.cz)



Michael James asistoval Šrí Sádhu Ómovi od roku 1976 do roku 1985 při překladu Bhagavánových tamilských spisů a *Guru Váčaka Kovai* a od té doby se věnoval zaznamenávání Bhagavánova učení. Mnoho jeho spisů a překladů bylo publikováno a některé jsou dosud dostupné na jeho webových stránkách: www.happinessofbeing.com

V období mezi prosincem 1977 a únorem 1980 jsem si načrtl pár poznámek týkajících se Bhagavánova učení, jež mně nebo někomu z mých přátel poskytl Šrí Sádhu Óm. O mnoho let později se tyto poznámky našly a přátelé mě vybízeli, abych je sdílel s ostatními, neboť prý obsahují velké myšlenkové bohatství, jež by pomohlo těm, kdo se vydali na cestu sebepoznání.

Nemohu tvrdit, že jsem do písmene zaznamenal slova Sádhu Óma, ale rozhodně jsem zachytil ten pocit, který ve mně vyvolala, a tak jsou mé poznámky odrazem mého nedokonalého pochopení, co jsem jej slyšel říkat. Navíc vše, co říkal, bylo přizpůsobeno možností pochopení a potřebám toho, s kým právě hovořil, a tak někdy říkal věci, které by mimo kontext mohly budit dojem, že jsou v rozporu s Bhagavánovým učení. A proto jsem při výběru a upravování úryvků z těchto poznámek pro tento a další výtisky záměrně vynechal části obsahující myšlenky, které nekorespondovaly s hlavním odkazem Sádhu Óma.

Také jsem své poznámky upravil tak, aby byly všechny myšlenky zcela pochopitelné a zřejmé. Takže to, co je zde zveřejněno, nejsou ani přesná slova Sádhu Óma, ani ony poznámky, jež jsem si sám udělal, ale jsem si jist, že jeho myšlenky výstižně sdělují.

Název „Nejvyšší důležitost sebezkoumání“ odráží podstatu učení Sádhu Óma, konkrétně, že praktikování sebezkoumání má tu nejvyšší důležitost a směřování naší pozornosti ke svrchovanému Já je jediným cílem Bhagavánova učení. Abychom zakusili prožitek svrchovaného Já, musíme se pečlivě a ostražitě pozorovat a vše ostatní vyloučit.

Bhagaván k vyjádření „sebezkoumání“, „sebekontroly“ nebo „sebezpozorování“ používal různé tamilské a sanskrtské pojmy, nejčastěji to byl však pojem tannattam, což je složeno z tan (kořen a předmětný pád slova tan, jež znamená „svrchované Já“) a nattam (což v tomto kontextu znamená zkoumání, vyšetřování, pozorování, kontrolování nebo pozornost), takže kdykoli Sádhu Óm použije pojem „sebezkoumání“, rozumějme tomu jakožto překladu tannattam nebo jako kterémukoli z pojmů, jež Bhagaván v tomto smyslu používal, např. tat-gavanam (sebezpozorování), átma-vičára (sebezkoumání), svarúpa-dhjána (rozjímání o svrchovaném Já), svarúpa-

smarana (*rozvzpomínání se na svrchované Já*), átma-čintana (*meditování o svrchovaném Já*), átmanusamdhána (*rozjímání o svrchovaném Já*), ahámukham (*obrácení pozornosti dovnitř, ke svrchovanému Já*) nebo ahanokku (*hledění dovnitř, na svrchované Já*).

Michael James

3. prosince 1977

Sádhu Óm: Guru jedná prostřednictvím naší vlastní schopnosti správně rozlišovat (*vivéka*). Uvažování (*manana*) o guruově učení je samo o sobě duchovní praxí (*sádhana*), neboť naším uvažováním a správným rozlišováním se uvolňujeme ze sevření *vásan* (tendencí či sklonů mysli) a mysl se tak udržuje v tichosti – to znamená v míruplném stavu sebezpozorování.

4. prosince 1977

Sádhu Óm: Ačkoli se různé teoretické koncepty, které Bhagaván vyučoval (týkající se karmy, *prárabdhy*, odevzdání, Boha, gurua, a tak dále) často mohou ocitat ve vzájemném rozporu, vždy budou reprezentovat potřebu pozornosti k sobě samému. Všechny tyto teorie jsou pouze vodítkem, jež nám pomáhá držet se sebezkoumání. Každá z nich je přizpůsobena náladě mysli příslušného člověka.

Sebezkoumání je jedinou jednoznačnou teorií. Všechny ostatní koncepty jsou plné skulin a rozporů. Místo toho, aby mysl utišily, vzbuzují pochybnosti. Odložte je a zkoumejte, kdo o nich uvažuje.

Sebezkoumání je jediným cílem Bhagavánova učení. Učil nás, že svrchované Já existuje, je skutečné a všechno ostatní je pouhým snem, produktem naší představivosti. Řekl: „Věnujte pozornost tomu, proč jste přišli.“ Přišli jsme, abychom poznali svrchované Já, a ne proto, abychom se učili mnohým teoriím. Porozumíme-li důkladně jeho učení, naučíme se zklidnit mysl v jakékoli situaci.

Bhagaván nám poskytl jednoduchou pravdu: „Uvědomování si svého svrchovaného Já je tím jediným, co zůstává trvalé. Proto je neustále zkoumejte: pozorujte je a pevně se ho držte.“ Ačkoli je toto učení tak jednoduché, má hodnotu toho nejcennějšího pokladu.

Upomínání se na naše svrchované Já je projevem nejvyšší milosti. Zapomnění (tedy to, že věnujeme pozornost čemukoli jinému) vede k trápení. Upamatování se na svrchované Já je završeno mírem a blahem.

Kdykoli se vynoří pochybnosti, otázky či nové myšlenky, uvažujte, zda se mohou objevit i ve spánku. Pochopitelně nemohou, a tak je jejich povaha čistě vnější. Proto na ně zapomeňte a jen „budte“, jako byste spali.

Mysl funguje na základě naší zkušenosti. Vykořeňte všechny rušivé elementy ostrou rozlišovací schopností. Nespolehejte se na to, že mysl ovládnete násilím.

Krišna řekl, že se bude věnovat potřebám těch, kteří vždy meditují pouze o něm a nemyslí na nic jiného (*Bhagavadgíta 9.22; Bhagavad Gíta Saram verš 31*). Co to znamená? On je naším skutečným svrchovaným Já a není nic jiného než on, takže může pozornost věnovat pouze sám sobě. Pokud i my zkoumáme pouze svrchované Já a nic dalšího, kde jsou nějaké „potřeby“? Kromě nás samých není nic skutečného, a tak pozorujme pouze svrchované Já.

Když se Ramasvami Pillai otázal Bhagavána, které myšlenky bychom měli odmítnout jakožto špatné a které přijmout jakožto dobré, odpověděl: „Odmítněte všechny myšlenky, dokonce i myšlenku na Bhagavána.“

Nikdy se v počátcích své *sádhany* nepovažujte za začátečníka. Vždy jednejte tak, jakoby měl úsvit poznání přijít každým okamžikem.

Na své vlastní nohy se můžeme postavit jedině tehdy, dokážeme-li odmítnout všechna vyrušení – ať se děje, co se děje – ostrou rozlišovací schopností. Potom všechny knihy, *satsang* a další vnější pomůcky, pozbydou důležitosti.

Ať už nás vyruší cokoli, pamatujte, že se to děje, protože „Já Jsem“. Budeme-li denně praktikovat, myšlenka „Já Jsem“ nás okamžitě vtáhne zpět do sebezpozorování.

K našemu cíli nevedou žádné přímé cesty. To vylučuje strnulý či formální přístup, neboť sebezkoumání je uměním a každá situace vyžaduje jedinečný způsob řešení. Bhagaván nám poskytl celou škálu zbraní pro různé příležitosti, takže pokud nám nefunguje štít, použijme meč. Pokud je mysl zaneprázdněna, může nám pomoci, odevzdáme-li se, avšak je-li mysl tichá, nemyslete si: „Měl bych se odevzdat; jak to udělat?“ ale místo toho tento klid využijte k tomu, abyste zůstali u svého svrchovaného Já.

Není nic takového jako „částečné odevzdání“. Odevzdání je skutečné pouze tehdy, je-li úplné. To, co se nazývá „částečným odevzdáním“, je pouze cvičením směřujícím k plnému odevzdání a jeho podstatou je správné rozlišování v jakékoli situaci tak, aby se mysl stočila zpět k sebezkoumání.

5. prosince 1977

Sádhu Óm: Přebývání v „Já Jsem“ je v každém případě správným rozjímáním (*manana*). Je to cvičení, jež vykoření všechny ostatní zájmy (druhé a třetí osoby) a usnadní setrvávání ve svrchovaném Já.

Dobro a zlo existují na základě předpokladu „já jsem tělo“. Prožitkem džňánina je jednoduše „Já Jsem.“ Ačkoli se může zdát, že džňánin vnímá rozdílnost, ve skutečnosti nikdy nerozlišuje mezi dobrým nebo špatným. Je vždy spokojen jen

s prožitkem „Já Jsem.“ „Já Jsem“ je zároveň cestou i cílem. (Jak nás Bhagaván učí v *Guru Váčka Kovai*, verš 579)

Bhagaván je nejvyšší *siddha*. Ví dobře, jak máme na sobě pracovat a jak to máme provést. Ačkoli si toho nejsme vědomi, on pracuje neustále.

Nevyrovnané chování se objevuje pouze v případě, že se žák odmítá vzdát své individuality, přestože se ve svém náhledu výrazně posunul. Bhagaván vždy poskytuje žádoucí úhel pohledu (prožitek svrchovaného Já) spolu se ztrátou individuality, a tak u těch, které osvobodí, nebudou patrné žádné vnější změny a žádné „já“ je nepřiměje k tomu, aby prohlásili „já jsem změnil svůj názor“, ani nic dalšího (tedy nebudou tvrdit, že byli osvobozeni).

Kdysi to vysvětloval na příkladu ovoce s tvrdou slupkou, které slon celé spolkne a celé vyloučí. Ale pokud se slupka odstraní, zvíře dužinu stráví. Podobně, když Bhagaván stráví naše ego, navenek se budeme jevit nepozměněni. Nikdo nemůže říci, kolik takových bytostí již Bhagaván strávil.

V jednom ze svých veršů říká Muruganar Bhagavánovi: „Dal jsi mi *sahadžu* (moji přirozenou podstatu), aniž bys mě nechal zakusit *nirvikalpa samádhi*, zavřít oči či provést jakoukoli *sádhanu*.“ Takové je Bhagavánovo vedení, ale pokud by byl dotázán, jak to udělal, řekl by: „Já nevím. Víím jen, že Jsem.“

Mezi *džňánou* a *adžňánou* existuje velmi tenká hranice. K jejímu překročení nám může někdy pomoci šok, čímž dojde ke změně úhlu našeho pohledu.

„Já Jsem“ není ani vevnitř ani venku. Držte se faktu, že „Já Jsem“ nemá žádná omezení. Přidržujte se pocitu Bytí. To jest svrchovaného Já, jež je tím jediným, co existuje.

Koncept zákonu karmanu je plný trhlin, dvojznačností a pochybných předpokladů. Za prvé předpokládá, že nikdy neexistující ego existuje jako konající a na vrcholku těchto nepravdivých předpokladů se vrství další a další nepravdy: existence Boha, *agámija*, *sánčita*, *prárabdha* (tři druhy karmanů), jejich funkce a tak dále. Nezpochybňujte pouze teorie; zpochybňujte, zda existujete jako konající.

6. prosince 1977

Sádhu Óm: Zasvěcení je nezbytné pouze u těch studentů, kteří jsou v první či druhé úrovni (ve škole *bhakti* popsané v *The Path of Sri Ramana*), neboť se potřebují naučit rituály a *mantry*, než začnou praktikovat. Studenti čtvrté úrovně již žádné zasvěcení nepotřebují, neboť samotný fakt, že se dostali až k *satguruovi*, značí, že přípravnými cvičeními již úspěšně prošli.

Guru pracuje přímo prostřednictvím aspirantovy zralé mysli, používaje jeho rozlišovací schopnost k obrácení pozornosti směrem ke svrchovanému Já. Pokud aspirant důkladně studuje (*šravana*) a uvažuje (*manana*) o slovech *guru*a, zřetelně

porozumí, že sebezkoumání je jedinou praxí, jež je nutná, a že všechna ostatní cvičení jsou zbytečná.

Skutečný aspirant pochopí, že „Já Jsem“ je *guruem*. Pokud by byl *guru* pouze tělem, zmizel by stejně rychle, jako se objevil, a proto by byl zcela k ničemu. Hledat „žijícího“ *guru*a je absurdní, neboť „žijící“ *guru* se dříve nebo později stane mrtvým *guruem*. Pokud aspirant pochopí učení *guru*a správně, již nikdy nebude hledat *guru*a vně, neboť bude věřit, že *guru* je vždy přítomen v podobě „Já Jsem“.

Bhagaván říkával, že tělo *guru*a je závojem halícím jej před pohledy jemu oddaných, neboť před nimi skrývá svoji pravou podstatu, své svrchované Já. Jakou výhodou jsou dnes obdařeni ti, kdo zažili požehnání jeho fyzické přítomnosti? Vše, co dnes mají, jsou vzpomínky, jež nemají vyšší hodnotu než sen. Pyšná myšlenka: „Viděl jsem Bhagavána,“ je jen další příležitostí, jak nasytit své ego.

Přijdeme-li za Bhagavánem, je to důkazem naší nevědomosti, ale on tuto nevědomost odstraní tím, že nám umožní, abychom pochopili, že jeho přítomnost není omezena na nějaké konkrétní místo, neboť existuje sám o sobě. Nedovoluje nám, abychom se poutali k čemukoli vnějšímu, ale vede nás k tomu, abychom správně rozlišovali a chápali, že „Já Jsem“ je to jediné věčné a že *guru* proto nemůže být ničím jiným než právě tím.

Jsem teď do Bhagavánova učení plně ponořen a natolik v něm utvrzen, že se nejsem schopen zajímat o žádného jiného *guru*a nebo jiné teorie. Toto však není chybou, neboť takovéto silné přesvědčení je nezbytné.

Když Bhagaván umíral na rakovinu, složil jsem báseň o deseti verších: „Pokud můžeš učinit jediné předsevzetí (*sankalpu*), vzpomeň si na toto ubohé stvoření, jež si samo neumí pomoci,“ a tak dále. Když si tyto řádky Bhagaván přečetl, usmál se a ten úsměv mi ukázal moji bláhovost. Řekl mi tím: „Pokud ti moje myšlenka, pohled či dotyk mohou pomoci, jak ohromnou sílu má pak moje mlčení?“

Přemýšlení, pohled a dotyk jsou činnostmi těla, zatímco ticho tělo nepotřebuje. Ticho je nejúčinnější zbraní, takže žádat *guru*a, aby použil jiné prostředky, je jako žádat generála, aby pomocí páčidla dobyl pevnost, ačkoli ji už bombarduje kanóny a dalšími mocnými zbraněmi. Bhagavánova slova jsou dostačující k tomu, abychom obrátili svoji mysl dovnitř, a jeho ticho je dostatečné k tomu, aby se dělo vše, co je třeba.

Se svým *guruem* musíme být spokojeni, neboť i na duchovní cestě je věrnost (oddanost jednomu *guruovi*) nezbytná. Pokud hledáme dalšího a dalšího *guru*a, ukazuje to na bloudivou mysl a nedostatek rozlišovací schopnosti, což bude pro jeho práci, již koná z milosti, překážkou.

Provádíme-li důkladné rozjímání (*manana*) o Bhagavánově učení, nezbude žádný prostor pro nespokojenost.

9. prosince 1977

Sádhu Óm: Musíme být opatrní, abychom žádným způsobem neživili naše malé „já“. To je důležitou součástí spirituální praxe (*sádhany*). Musíme být před jeho růstem na pozoru při sebemenším pohybu. Sedět v Old Hall (Bhagavánově „staré hale“ v Ramanášramu) je dobré, ale zároveň je nezbytné neustále hlídat, abychom nesytili své „malé já“.

O tom, že bychom se stali *guruem* či vůdcem druhých, bychom vůbec neměli uvažovat. Těmto myšlenkám je třeba se vyhýbat. Stále musíme být pokorní a skromní. Chceme-li slávu či uznání druhých, pak nejsme lepší než světští lidé, neboť si stále myslíme, že štěstí pramení z vnějších objektů.

Může se aspirant setkávat se světsky orientovanými lidmi? Jejich myšlenkový proud se od toho našeho zcela odlišuje. Pokud stále více cítíme, že na tento svět nepatříme a máme stále méně chuti se se světsky orientovanými lidmi setkávat, je to známkou pokroku.

Skutečný pokrok nespočívá v probouzení *kundaliní*, ale v pouhé pokoře. Pěstování skromnosti v každém ohledu je jistým prostředkem dosažení *samádhi*.

Bhagaván nám řekl, abychom byli tiší, ale dnešní takzvaní „jogíni“ a „maharišiové“ jsou slyšet až moc. Bhagaván žil jako dokonalý příklad džňánina, ale kde naleznete dalšího takového mezi dnešními slavnými „mudrci“? Tomu, co nás naučil Bhagaván, se nejvíce podobá Tinnai svámí: naprosto nezasahovat. Být v tichosti a nezasahovat je nejlepším způsobem, jak v tomto světě žít.

Jedna stará žena se podívovala, proč se Bhagaván ve velikém horku potuluje kolem Arunáčaly a prodírá se trnitými rostlinami. A když se ho zeptala, proč prostě jen nezůstal v tichosti, neodpověděl arogantně: „Ale já jsem velký *Mahářiši*,“ jen si pomyslel, „ano, to je také dobré. Proč ne? Být v tichosti je nejlepší.“

Neměli bychom chtít něco mít nebo něčím být. Velcí svatí se modlili, „Pošli mě do nebe nebo do pekla. Ani netoužím po Osvobození (*móksa*). Jen mě nech, abych se Tě mohl držet.“ K čemu je nám uznání druhých? Bude stejně trvat nejdéle jen tak dlouho, dokud budou živá jejich těla.

10. prosince 1977

Sádhu Óm: Ve verši 273 *Guru Váčaka Kovai* říká Bhagaván, že sebeuvědomění (*sat-bódha* či vědomé bytí), které existuje a svítí ve všech, jako všechno, je guru.

Na to, aby žák postoupil do čtvrté úrovně (ve škole *bhakti*), musí *guru*a milovat z celého srdce a musí se snažit jeho učení praktikovat, alespoň pokud mu rozumí. Pokud není žákova touha upřímná a žák se nesnaží následovat *guruovo* učení, nemá tu pravou *guru-bhakti* požadovanou pro postup.

Například, ačkoli Devaraja Mudaliar řekl, že jeho mozek nedokáže provádět sebezkoumání, byl Bhagaván pro něj vším, a tak následoval dle svého chápání cestu sebeodevzdání. Nenadanost žáka může být nahrazena jeho nekritickou vírou v *guru*, s níž je možno překonat všechny překážky. I když nejsme v naší snaze setrvat u svého Svrchovaného Já úspěšní, měli bychom o to alespoň upřímně usilovat.

Pokrok by se nikdy neměl hodnotit. Bhagaván ví přesně, co kdo z nás potřebuje k tomu, aby dozrál, takže ví, kterou *vásanu* je třeba rozpustit. Ten, kdo dnes dosahuje 5%, může zítra dostat 100%, zatímco někdo jiný, kdo dnes má 90%, se nemusí po roky vyvíjet vůbec. Člověk může být lapen ve světských záležitostech, ale pokud stále cítí: „Toto vše je zbytečným nesmyslem, kdy mohu být v tichosti?“ může jednat lépe než ten, kdo neustále sedí v meditaci.

Jedna oddaná žena, jež žila poblíž, si Bhagavánovi stěžovala, že nebyla schopná dojít k němu do haly celých patnáct dní, neboť se musela věnovat příbuzným, kteří ji přijeli navštívit. On odpověděl: „To je dobře. Je správné, že jste byla doma s příbuznými a vaše mysl byla s nimi, namísto toho, abyste byla zde a vaše mysl by bloudila k nim.“

Ramakrišna vyprávěl následující příběh: Jeden *sádhu* vedl čistý život a chtěl pomoci jedné zbožné prostitutce. A tak počítal lidi, kteří navštívili její dům, a za každého návštěvníka položil na hromadu jeden kámen. Po mnoha letech jí řekl, že hromada kamenů reprezentuje její hříchy. Prostitutka se v pokání uzamkla za dveřmi a zemřela hlady. *Sádhu* zemřel též, ale ona byla pro své pokání vzata do nebe, zatímco on do pekla, neboť jeho mysl stále spočívala u jejích hříchů.

Také vyprávěl podobný příběh o dvou kamarádech, z nichž jeden poslouchal *Bhágavatam*, zatímco ten druhý šel do nevěstince. První litoval svého rozhodnutí a záviděl svému kamarádovi, o němž si myslel, že se v nevěstinci dobře baví, zatímco ten byl sám sebou naprosto znechucený a daleko raději by naslouchal čtení ze svaté knihy. První šel do pekla a ten druhý do nebe.

Z těchto dvou příběhů vyplývá poučení, že naše vnější jednání není tak důležité, jako naše vnitřní pohnutky a názory. Podobně, silné toužení po přebývání ve Svrchovaném Já je zásadní, i když se nám trvalé přebývání nedaří.

Abychom se osvobodili, potřebujeme jen jednou zažít pocit čistého Bytí. Když aspirant dostatečně dozraje ve škole *bhakti*, *guru* mu poskytne závěrečný impuls, a tak postoupí do páté úrovně, jíž je Osvobození (*mókša*). To se může stát kdykoli.

Touha setrvat ve svrchovaném Já je hlavním znakem *guru-bhakti*.

Část dvě

10. prosince 1977 (pokračuje)

Sádhu Óm: Lidé si tu přejí po své smrti něco zanechat, ale když tělo opustí tento svět, jenž je jen naší projekcí, svět přestává existovat. Pokud se staráme o svět, nepochopili jsme Bhagavána správně.

V anglickém překladu *Kdo jsem já?* je ve *Slovech vděčnosti* svět definován jakožto „zřejmá objektivní realita“ (což je termín, který Bhagaván nepoužil ve svém tamilském originále). Co znamená „objektivní realita“? Objekty mají stejný stupeň skutečnosti jako subjekt, ale oba jsou nereálné. Realita není ani objektivní, ani subjektivní.

Dokonce i Krišna hovoří o opravdovém hledajícím, jenž jde kupředu za blahem nebeského světa a pak se vrací do *sádhaný* v tomto světě, jako by všechny tyto světy existovaly i během naší nepřítomnosti.

Bhagaván řekl, že svrchované Já nejen že nerozpoznává ostatní věci, ale nepoznává ani samo sebe. Vědění je součástí diády (vědění či nevědění) a triády (poznávající, vědění a poznané), ale svrchované Já je pouhým Bytím, a proto postrádá jakékoli formy konání, včetně poznávání. Bytí je poznávání, ale ne v běžném slova smyslu vztahujícím se k nějaké činnosti. Proto, když Bhagaván řekl, že svrchované Já nepoznává ani samo sebe, myslel tím, že jeho sebeuvědomování není konáním, ale jeho přirozeným stavem čistého Bytí. Nemyslel tím, že nepoznává „Já Jsem“, ale že postrádá poznávání v té podobě, jak jej obvykle chápeme.

Tento svět není ničím jiným než projekcí našich vlastních *vásan* (dispozic), takže každý, kdo na ně reaguje pocity, jako jsou např. zvědavost, touha, zlost, strach nebo nenávisť, je jako malé děcko nebo opice, jež se poprvé vzhlíží v zrcadle. Nejprve je zvědavé, potom rozzlobené, potom dá obrazu ránu a nakonec vyděšené uteče k mámě.

Pokud si něco přejeme od Boha nebo *guru*, není to *deva-bhakti* nebo *guru-bhakti* (pravá láska k Bohu nebo *guruovi*), ale pouze *visaya-bhakti* (láska k předmětům nebo vnějším prožitkům). Jen pokud si již nic nepřejeme, jsme připraveni na třetí nebo čtvrtou úroveň (ve „škole *bhakti*“ popisované v díle *The Path of Sri Ramana*).

Při prvním setkání s *guruem* touží i ti nejčistší aspiranti po *mókše* a míru. *Mumukšutva* je pro čtvrtou úroveň nezbytná (*guru-bhakti*), ale guru každému aspirantovi zdůrazňuje, že *mókša* (osvobození) nespočívá v tom, že něco získáme, ale že naopak všechno ztratíme. Pochopení tohoto je cílem čtvrté úrovně, a pokud to opravdu zvládneme, můžeme postoupit do úrovně páté (čistého *svátma-bhakti*, jímž je láska ke svrchovanému Já, tedy pravému stavu *mókša*).

Mnozí jako Muruganar a Nátananandar přišli za Bhagavánem pro osvobození (*mókšu*) a modlili se o to. Jejich modlitby očistily jejich mysl a obdařily je rozlišovací

schopností, jež jim umožnila pochopit, že jedinou pravou *mókšou* je naprostá ztráta individuality.

Bhagaván nás učil, jak se máme modlit: ve verši 30 v *Akšaramanamalai* zpíval: „Znič (mou světskou) velikost a učiň (mě) nahým (ve stavu *nirvány*), pocti mě velikostí (své) milosti.“

Řekl, že i odevzdání (jak je obvykle chápáno) není pravým *deva-bhakti*, neboť vše je již Bohem, takže jen můžeme vrátit to, co nikdy nebylo naše, jak nás učil ve verši 486 *Guru Váčaka Kovai*: „(Představa, že jsme odděleni od Boha), kdy sami sebe láskyplně nabízíme Bohu, existujícímu jako (naše skutečné), jasně pociťované Já, je jako ulomení (kousku) sladkého cukru (modly) Ganapati a nabízení (ve formě služby) tohoto kousku Ganapati.“

Pravé *deva-bhakti* není o růstu odděleného já ani o odevzdání tohoto já Bohu.

Ve verši 29 *Upadéša Undijar* zpíval: „Setrvávání v tomto stavu (sebepoznání), (jímž je) určité prožívání svrchovaného blaha, zbaveného jakýchkoli myšlenek na upoutání či osvobození, je setrváváním ve službě Bohu.“

Zůstáváme-li tak, aniž bychom rostli jakožto oddělené „já“, ušetříme Boha toho, aby nás osvobozoval z nevědomosti, již jsme si sami vytvořili. To je ta nejlepší služba, kterou mu můžeme prokázat, a ta je jedinou skutečnou *deva-bhakti*.

13. prosince 1977

Sadhu Óm: Mysl bude vždy považovat sebezkoumání za obtížné, neboť nikdy nemůže pozorovat svrchované Já. To může být vnímáno pouze samo sebou.

Když jeden francouzský stoupenec vyprávěl Muruganarovi, že Svámí Siddheswarananda (zakladatel a ředitel centra Ramakrishna Mission ve Francii) řekl: „Jen málokdo věděl, kdo je Bhagaván,“ Muruganar odpověděl, „To je pravda. Bhagavánův *ášram* není spoután čtyřmi stěnami tohoto místa. Jeho *ášramem* je celý vesmír. On je celým vesmírem.“ Později dodal: „Jen Bhagaván existuje.“

Během jeho poslední nemoci, když pár oddaných navrhlo, aby se modlil k Bhagavánovi, aby mu ulevil v jeho utrpení, Muruganar odpověděl: „Můžete se modlit ke svému Bohu, ale já nemohu. Můj Bůh neodpovídá. Můj Bůh odpovědět nemůže“.

Šástra-vásana (dispozice ke studiu mnohých duchovních a filosofických textů) je stvořena pouze tehdy, když se jedinec věnuje pouze *šřavaně* (čtení) a povrchní *mananě* (reflexi). Pokud učený *pandit* sleduje jméno a slávu, a při tom provádí o něco hlubší *mananu*, pochopí toto: „Jestliže *brahman*, svrchované Já, je jediným, co existuje, proč bych měl usilovat o uznání druhých? Kde jsou ti druzí? Kdo jsem já?“

Pokud je přemítání o slovech *guruva* jen pomůckou při naší *sádhaně*, nevytvoří žádnou *šastra-vásanu*. *Guruova* slova vždy stočí mysl zpět k sebezkoumání, neboť všechna ukazují jen ke svrchovanému Já.

Mladý a opravdový aspirant, jehož mysl je stále čerstvá, potřebuje jen trochu *manany*. Kdykoli jeho mysl zabloudí, připomene si, že „Vše, co vnímám smysly, je poznáváno mnou, takže veškeré poznání jen potvrzuje, že Já Jsem,“ a tak snadno znovu nastolí pozornost k sobě samému. V průběhu *nididhjásany* (rozjímání o svrchovaném Já) nám může být nápomocna jemná *manana* (jen pár myšlenek), která zabrání tomu, aby nás naše mysl odváděla od sebezkoumání. Nakonec je však nutné se všech pomocných technik vzdát. V díle „*Kdo jsem já?*“ Bhagaván říká, že přijde čas, kdy budeme muset zapomenout vše, co jsme se naučili. Zapomenout druhé i třetí osoby (vše, co není námi) je mírem; myslet na ně přináší těžkosti.

Když byl Natananadar mladý, poradil jednou jednomu staršímu stoupenci, jenž kladl Bhagavánovi mnoho otázek, jak praktikovat *átma vičáru*: „Když nekonečně a sebeosvětlující „Já“ stojí uvnitř vás pevně jako skála, proč máte tolik pochybností?“

19. prosince 1977

Sádhu Óm: Citová nevzrušenost (*vajrágja*) přichází pouze skrz poznání. Je kultivována reflexí (*manana*) a rozlišováním (*vivéka*) a udržována jasným přesvědčením, že vše je „Já“, že nic neexistuje nezávisle na našem sebe uvědomění a že existuje pouze svrchované Já.

Proč bychom měli tvrdit, že mysl či ego existují ve spánku, aby poznali „nicotu“? Proč raději nepochopit, že je to svrchované Já, jež pozná „nicotu“, a že „nicota“ sama není ničím jiným než svrchovaným Já. Pokud toto pochopíte, pochopíte rovněž, že svrchované Já zná „mnohost“ a že „mnohost“ není ničím jiným než svrchovaným Já.

Ve skutečnosti neexistuje ani ego ani mysl, tak proč říkat, že existují ve spánku? Je jen jedno „Já“, takže to „Já“, jež zná toto vše, je jediným svrchovaným Já. Proč tedy vůbec připouštět existenci ega?

Podle Bhagavána nepřipouštíme ani existenci „prázdnoty“ nebo „nicoty“, neboť abychom prožili takový stav, museli bychom v něm existovat, a proto by prázdnota nebyla zbavená nás, ale jen ostatních věcí. Jelikož nic jiného v ní neexistuje, byla by plná nás, tudíž *púrna*, nikoli *súnja*. Komukoli, kdo se domnívá, že dosáhl prázdnoty, by Bhagaván řekl: „Zkoumejte, kdo to prožívá“. Nicméně, ani to by nebylo nutné, pokud bychom se pevně drželi sebezpozorování.

V *mangalam* verzi *Ulladu Narpadu Anubandham* Bhagaván říká, že vše je svrchovaným Já: Já je tím, v čem, čemuž, z čehož, pro něhož a jímž je vše. V podstatě jsou sebezkoumáním i všechny naše každodenní činnosti. Proč tedy potřebujeme Bhagavánovu pomoc? Jen proto, že nyní zaměňujeme naši přirozenost sebe

uvědomování za stav, kdy vnímáme mnoho jiných věcí, než sebe samé. To, že nás Bhagaván žádá, abychom pozorovali sami sebe, je jen prostředkem k odstranění těchto chybných prožitků jinakosti a mnohosti.

Jeden postarší stoupenec přestal na čas Bhagavána navštěvovat, neboť se domníval, že se může stát Bhagavánem sám od sebe. Po dlouhé době se ovšem vrátil, zrovna když Bhagaván sešival z listů talíře a Bhagaván mu řekl: „Podívej, sešít tyto talíře nám dá spoustu práce, ale až se z nich najíme, zahodíme je. Bhagaván je jako talíř z listů: můžeš ho zahodit, až když ti plně posloužil.“ Proto Bhagaván a jeho pomoc, již nám poskytuje, jsou nezbytné až do okamžiku, kdy nás osvítí prožitek sebepoznání, a poté uvidíme, že my – jediné svrchované Já – je tím jediným, co existuje, a že Bhagaván a jeho pomoc jsou také naší součástí.

Naše mysl vnímající objekty je jako sluneční světlo dopadající na zrcadlo a promítající je na zeď. Reflexe (jež je jako objekty, které vnímáme) je světlem, odrážející zrcadlo (jež je jako naše prožívající mysl) je světlem – a když se do něj přímo podíváme, zdá se být dalším sluncem – a slunce (jež je jako svrchované já, zdroj světla vědomí naší mysli) je světlem. Vše je světlem a světlo je jedním. Podobně, my a vše, co prožíváme, jsou jen jedním světlem vědomí, kterým je svrchované Já.

Může mysl vznikat bez účasti svrchovaného Já? Může existovat bez sebe uvědomování? Vše je tak jednoduché, ale nezralá mysl říká: „Pak je sebepoznání něčím podobným jako nicota ve spánku. To není příliš lákavé ve srovnání se všemi zajímavostmi, které nám nabízí vnější svět.“ Co na to můžeme říct? Nemůžeme je změnit, a tak je musíme nechat trpět ještě trochu více, dokud nepochopí, že jednota je mírem a mnohost je bolestí.

Ve stínu je příjemně, na sluníčku vedro. Vždycky máme možnost se otočit, abychom viděli světlo a zároveň se kryli ve stínu. Pokud jsme silou starého zvyku znovu vykročili ven, řekneme Bhagavánovi: „To byla pouze *lája*, já chci *nasu*,“ a on odpoví: „otoč se znovu ke zdroji a podívej se, zdali tam existuje mnohost.“ Opakovaným vědomým odvracením se od mnohosti tak zjišťujeme, že kromě nás nic neexistuje a že tu není nic, čeho bychom se měli bát. Někdo dosáhne této realizace po několika pokusech, ale jiným to trvá déle, neboť jejich pozornost není tak ostrá a průzračná.

Úryvky z nahrávky: 13. března 1977

Sádhu Óm: Sebezkoumání probíhá neustále. Nevyžaduje žádnou snahu. Celá tato filosofie je založena na principu, že lidi neuspokojuje věnovat pozornost druhým či třetím osobám, takže *vajrágja* (osvobození od touhy prožívat jinakost) je nezbytná. Měli bychom vědět, že pozornost k druhým či třetím osobám nás uvádí do strasti.

Když byl Bhagaván tázán: „Proč bychom měli věnovat pozornost první osobě či *átmanu*?“ odpověděl, „pokud nepozorujete první osobu, pozorujete druhou nebo

třetí osobu. Pokud neprovádíte *átmavičáru*, provádíte *anátmavičáru*. Ani jedno není nutné. Bytí je nekonání, nepozorování." Dokud nedojdeme k poznání, že věnování pozornosti druhým či třetím osobám – ba dokonce první osobě – je naprosto zbytečné, měli bychom pozornost směřovat k osobě první. Ale jakmile to vnímáme jako únavné, osvobodíme se i od toho a těšme se ze stavu čirého bytí.

(Později Sádhu Óm vysvětlil, že je to jako bychom říkali: „Pokud se ti nelíbí tato mince s pannou, můžeš mít tuto s orlem,“ s vědomím, že obě mince jsou jednou a toutéž. Setrvávání pouze se svým bytím je stavem, kdy se nevěnujeme ničemu jinému, než svrchovanému Já.)

K tomu, aby mohla být pozorována druhá a třetí osoba, je potřebná i osoba první. Nemusí snad první osoba existovat, aby mohla začít pozorovat jakoukoli druhou nebo třetí osobu a zároveň vědět o své existenci? Po té, co se probudíme ze spánku, je prvním, co si uvědomíme, to, že jsme ten a ten či ta a ta. Toto samo o sobě je sebezpozorování. Uvědomění, že „jsem ten a ten či ta a ta“ je uvědomění první osoby. Jak toto uvědomění přichází? Pouze tak, že si všímáme první osoby. Takže pozornost k první osobě je něčím, co běží stále, i když si zrovna všímáme druhé či třetí osoby. Bez pozornosti k osobě první nemůžeme vnímat osoby druhé ani třetí.

Uvědomění druhé a třetí osoby je důkazem existence osoby první. Je-li vnímán svět, ukazuje to na to, že je přítomna první osoba. Toto je sebezpozorování bez úsilí. Džňánin je takto k sobě pozorný neustále. On ve skutečnosti pozor *nedává*, on pozorností je. Pokud si něco uvědomuje, pak zřetelně ví, že „Jelikož Jsem, toto poznávám. Jelikož Jsem, toto slyším. Jelikož Jsem, toto cítím“. Toto „Já Jsem“ je permanentním poznáním. Tato stálá pozornost k sobě samému neuvadá, ani když věnuje pozornost druhým a třetím osobám.

To je ten rozdíl mezi *džňáninem* a *adžňáninem*. *Adžňánin* zapomíná vnímat svoji existenci, zatímco *džňánin* toto neopomíjí. Je si plně vědom svého „Já Jsem“. Jak by tu mohlo být toto vědomí, pokud by zde nebyla pozornost? Jelikož pozornost a vědomí jsou jedním a tím samým, pak pokud si uvědomujeme „Já Jsem“, věnujeme onomu „Já Jsem“ pozornost. Při takovém sebezpozorování zde nebude žádná námaha a nebude zde žádné zapomínání na první osobu, i když budeme pozornost věnovat osobě druhé či třetí.

Můžeme ve skutečnosti na svrchované Já zapomenout? Ne, nemůžeme. Nemůžeme nic jiného, než jej znát.

V hlubokém spánku je naše sebezpozorování prosto druhých a třetích osob. Ve spánku nepotřebujeme žádné vnější ukazatele, žádné druhé ani třetí osoby, abychom věděli, že „Já Jsem“. Sebezpozorování je ve spánku vždy přítomno. Ačkoli druhé a třetí osoby jakožto vnější znaky zde chybí, nepochybujeme o tom, zda „Jsme“ či „Nejsme“. Naše bytí je naší pozorností; naše *sat* je naším *čít*; naše čisté bytí je naším vědomím.

Nyní chceme poznávat, a tak musíme být pozorní. „Pozorovat“ je slovesem, ale ačkoli „Jsem“ je také slovesem, není činností, *krijá-rúpa*, ale pouze bytím, *sat-rúpa*. V „Já Jsem“, jakožto pouhém bytí, není žádné úsilí, a tak ani únava. Sebezpozorování je naše *svabhava*, naše původní podstata, již není ani naše konání, ani naše snažení. Je stálé, a to i ve spánku.

Když jednou zjistíme, že jsme si plně vědomi našeho bytí ve spánku, prostoupí nás poznání, že jej stejně tak budeme vnímat po smrti a v *praláje* (rozpuštění vesmíru). Jsme jen my; nic není nikdy zničeno.

Ve spánku neexistuje strach. Bhagaván řekl: „Kde jsou myšlenky, tam bude strach. Když myšlenky ustoupí, strach zmizí.“ Strach, smutek a touha nejsou ničím jiným než myšlenkami. Mysl je vytváří. Ve spánku zůstáváme sami, bez myšlenek. Když jsme sami, strach neexistuje. Strach přichází jen prostřednictvím mysli, a ta nás zrazuje. Beze strachu můžeme být jen tehdy, jsme-li dokonale sami, když jednoduše zůstáváme tím, čím jsme, bez myšlenek. Ve spánku strach neexistuje, neboť zde není žádná mysl.

Ten, kdo myslí, je první myšlenkou, myšlenkou „já“. Kdo je tím, kdo myslí? Ego, první osoba. První osoba, první myšlenka vznikají v momentě, kdy se probouzíme ze spánku. Vědomí první osoby je první vjem, který zaznamenáme, když se probudíme. Proto sebezpozorování probíhá neustále. Než to pochopíme, musíme se neustále zabývat pozorností k sobě samému. Ale jakmile si to uvědomíme, již se nikdy nemusíme ničeho obávat.

Poznání svrchovaného Já se stane ve zlomku vteřiny. Potom vše, celý vesmír, zmizí.

Světlo i tma jsou nezbytnou součástí promítání filmu. V projektoru je světlo, ale film obsahuje tmavší části, které zabraňují průniku světla. Jen skrz méně tmavé části může světlo pronikat na plátno. Pokud by bylo přítomno pouze světlo, neviděli bychom z filmu nic. Podobně bychom neviděli nic, pokud by byl film zcela tmavý. Proto jsou nezbytné jak světlo, tak tma. Abychom viděli představení tohoto světa, je nezbytná jak *vidjá* (vědomí či sebeuvědomění), tak *avidjá* (nevědomost či sebezapomnění). Ale musíme toto představení mít?

Část tři

23. prosince 1977

Sádhu Óm: Jednou se PWD inspektor zeptal Bhagavána: „Jak můžeme žít v tomto světě neposkvrněný život?“ a ten odpověděl, „znáš *nattan-kal* (kámen stojící v křižovatce), který máme ve svých vesnicích (v oblasti Maduraj). Podívej se, kolik má funkcí: Vesničané na něj pokládají svá břemena, když si potřebují odpočinout, krávy se o něj drbají, ti, co žvýkají betel, o ně otírají zbytek *chunnambu* (vápenné pasty) a ostatní na něj plivou. Musíme v tomto světě žít jako *nattan-kal*.“

Bhagaván se jeví být soucitným jen z našeho pohledu. On ve skutečnosti žádný soucit nemá, neboť soucit s sebou nese existenci ostatních a v jeho pohledu žádní druzí nejsou. Nicméně by se dalo i říci, že je soucitný dokonale, neboť nás všechny miluje stejně jako sebe, takže opravdově trpí při každém našem utrpení. Všimněte si paradoxní povahy sebepoznání. Smiřuje nesmiřitelné protiklady. Být dokonale soucitný je pak totéž, co být naprosto nesoucitný. Kdo může pochopit stav sebepoznání?

„Láska je naším bytím, touha je naším vznikáním.“ Láska chce jednotu, touha chce mnohost. Láska se pohybuje vždy směrem k jednotě a touha vždy směrem k mnohosti. Láska nás se svrchovaným Já vždy spojuje, zatímco touha nás od něj odděluje. Dokonalé naplnění lásky je láska k sobě samému (*svátma-bhakti*), jež je prožitkem naprosté jednoty. Touha naopak nemůže být dokonale naplněna nikdy.

Proto všechny *jógy* či *sádhany* směřují k jednotě (která je někdy nazývána „spojením“ s Bohem nebo realitou) a jednobodovost mysli je jejich nástrojem. *Sádhana* je cestou od touhy k lásce a láska k sobě samému je řídicí silou stojící za tímto postupem. Aspirant, jenž postupuje směrem k lásce, je veden k lásce k jednomu Bohu nebo jednomu *guruovi*, což je nejvyšší forma dualistické lásky a nejučinnější pomoc při budování sebelásky.

Guru aspirantovi ukazuje, že jediným prostředkem, jak dosáhnout sebelásky, je pozornost k sobě samému, ale dokud jeho praxe nevykvetě do skutečné sebelásky, zůstává aspirant závislý na svém *guruovi*, jakožto objektu svého zbožňování. Jeho *guru-bhakti* je jeho přístavem a oporou, jež posilují jeho růst k sebelásce. Toto je stav, který Bhagaván popisuje ve verši 72 v *Akšaramanamalai*: „Ochraňuj mě, Arunáčalo a buď mi oporou, k níž mohu Inout, abych nezvadl jako křehká liána, jež se nemá po čem pnout.“

Aspirantova láska a víra ve svého *guruu* jej neustále směřují k sebepozorování, což je cesta, kterou mu *guru* ukazuje. Aspirant je pak více a více přesvědčen, že jeho vlastní bytost je pravou podobou jeho *guruu*. Tak se jeho dualistická *guru-bhakti* přirozeně a hladce rozplývá do nedvojné *svátma-bhakti* (lásky ke svrchovanému Já), jež je jeho pravou podstatou. Věrnost zacílená k jednomu *guruovi* a jeho učení je proto nezbytnou součástí *sádhany*, a sama ustoupí touze po ovoci sebepoznání.

Ve *Šrí Arunáčala Stuti Pančakam* nás Bhagaván učí pravé podstatě *guru-bhakti*. Například: „Arunáčalo, když jsem u tebe hledal své útočiště jakožto u svého jediného Boha, zcela jsi mě zničila.“ (*Akšaramanamalai* verš 48)

„Je to pro mne nějakým nedostatkem, křivdou? Dělej, cokoli si přeješ, má milovaná, jen mi umožňuj, abych mohl stále více milovat tvé nohy.“ (*Navamanimalai* verš 7)

„...Co říci? Tvoje vůle je mojí vůlí, a to samo o sobě je mým štěstím, pane mého života.“ (*Patikam* verš 2)

Je nezbytné snažit se procvičovat sebepozorování dříve, než komentovat či překládat Bhagavánova díla. Jen opakovanou snahou a selháváním můžeme porozumět jeho učení.

Vezměte si například první větu *Ulladu Narpadu*: „Existuje vědomí samo o sobě, kromě toho, co jest?“ Mysl, jež není přivyklá praktikovat sebepoznání, bude toto vnímat jakožto velmi abstraktní myšlenku, neboť první slovo *ulladu* („to, co jest“) okamžitě vyvolává představu věci, takže taková mysl pochopí tuto větu jakožto: „Pokud věci neexistují, mohou být vnímané?“ Ale Bhagaván vždy odkazuje na svrchované Já, takže slovem *ulladu* nemyslí nic jiného, než „Já“, které je jedinou realitou, tedy tím jediným, co skutečně existuje.

Nicméně, toto je okamžitě pochopeno pouze těmi, kdo jsou poctivě ponořeni do sebepozorování. Taková osoba tuto větu pochopí takto: „Může kromě toho, co jest (jmenovitě „Já“), existovat nějaké vědomé bytí (jakákoli forma uvědomění „Jsem“)?“ z čehož vyplývá: „Moje sebeuvědomování (*čit*) není ničím jiným, než mým bytím (*sat*).“ Je to tak jednoduché, ale běžným lidem to připadá abstraktní.

Všechna písmena a všichni *guruové* cílí naši pozornost k nám samým, ale jak jsem řekl v první části knihy *The Path of Sri Ramana*, do dneška vždy na počátku připouštějí náš nevědomý pohled považující ego za reálné, a tak začínají své učení z této perspektivy. Ale proč nezačít přímo v jádru – od toho, co je opravdu skutečné? Bhagaván byl revoluční, a tak nikdy nepřipustil, že by náš úhel pohledu byl správný. Namísto toho vždy poukazoval přímo na jedinou zřejmou skutečnost, „Já Jsem“.

Dnes si lidé o józe vytvářejí nejrůznější představy. V *Ulladu Narpadu* nám Bhagaván jasně vysvětluje, co jóga ve své nejhlubší podstatě je. Za dílo *Ulladu Narpadu* vděčíme Muruganarovi. Bez jeho přičinění bychom těchto dvacet jedna veršů nepoznali (odkaz na dvacet jedna samostatných veršů sepsaných Bhagavánem). Muruganar je sebral dohromady a 21. 6. 1928 požádal Bhagavána, aby je rozpracoval do díla, jež by odhalovalo svrchovanou pravdu a vysvětlovalo, jak ji můžeme zažít, což jej podnítilo, aby během následujících třech týdnů sepsal dílo *Ulladu Narpadu*, v němž se nakonec z původních jedenadvaceti veršů objevily jen tři (jmenovitě verše 16, 37 a 40), zatímco zbylých osmnáct bylo zařazeno do dodatků (*anubandham*). Bhagaván si byl tak jistý silou svého mlčení, že se vůbec nesnažil své učení sepsat či zaznamenat, takže za toto dílo a za kompilaci třech hlavních *šaster* (textů písmena), jež obsahují Bhagavánovu filosofii, jmenovitě *Upadéša Undijar*, *Ulladu Narpadu* a *Guru Váčaka Kovai*, vděčíme Muruganarovi.

24. prosince 1977

Sádhu Óm: (Když byl tázán, proč Bhagaván při přepisu *Nan Yar*? (Kdo jsem já?) do formy eseje vynechal v mladší verzi tvořené třiceti otázkami a odpověďmi první větu své odpovědi na otázku 19 „Bůh a *guru* nám mohou cestu k *mókše* (osvobození)

jen ukázat, ale nemohou nás v ní sami o sobě (na základě vlastní vůle) upevnit.): „Co tehdy Bhagaván řekl, je pravda, neboť pokud po *móksě* sami netoužíme, ani Bůh, ani *guru* nám ji nikdy nedají. Tato touha je láskou – *prijá*, jež je jedním ze tří aspektů reality, *sat-čit-ánanda* (bytí – vědomí – blaho) známých též jako *asti-bhati-prijá* (bytí – záření – láska). Tyto aspekty tvoří podstatu svrchovaného Já a jsou tedy i předpokladem *móksi*. Možná tuto větu vynechal, aby ji lidé nepochopili špatně a nenechali se odradit, neboť milost, jíž se nám dostává od Boha či *guru*a, v nás klíčí jako semínko, z něhož touha po *móksě* vyrůstá a postupně plně vykvétá až do *svátma-bhakti* (lásky ke svrchovanému Já), jež je *móksou* sama o sobě.

Poznámka:

V pozdější verzi, jež měla formu dvaceti osmi otázek a odpovědí, kompilované a poprvé vydané v roce 1932, asi pět let poté, co toto dílo Bhagaván napsal v podobě eseje, změnil vydavatel (jehož původ je nám dnes neznámý) poslední sloveso v této větě (první větě odpovědi na otázku 20) ze serkka mudiyaadu, což znamená „nemoci/nebýt schopen propojit (nebo upevnit)“ na serkkaar, což znamená „nepropojit (neupevnit)“. (Michael James)

26. prosince 1977

Sádhu Óm: Myšlenka, slovo a čin by měly být vždy ve vzájemném souladu a rovnováze, neboť jedině tak může být naše srdce naplněno milostí. Milost k nám bude volně proudit jedině tehdy, bude-li mít k tomu volnou cestu. Pokud se myšlenka, slovo a skutek vzájemně popírají a každý běží jiným směrem, proud milosti bude přerušen.

Nevím, jak takto lidé mohou žít (myšleno chování podvodníků), neboť jejich mysl nemůže nikdy odpočívat. K takovýmto lidem se nemůže milost dostat, dokud svůj lstivý přístup a chování nezmění.

28. prosince 1977

Sádhu Óm: *Prijá* je láskou, náklonností a radostí, je to *ánanda* aspekt v nás. Pokud po *móksě* netoužíme, žádný *guru* nám ji neposkytne. Nyní chceme mnohost, a tak používajíc původní svobodu k projevům vůle a konání (což je odrazem nekonečné svobody *brahman*, naší původní podstaty), vidíme mnohost. *Guru* nás učí, abychom chtěli a milovali pouze jednotu. Vítězí nad námi láskou a my ho milujeme tak moc, že věříme, že to, co nás učí, je správně. V souladu s jeho učením chceme být tím, čím skutečně jsme. Říká: „Pouze buďte“, a tak se snažíme zůstat u svého svrchovaného Já, k němuž nás přitahuje naše láska.

Kdo chce mnohost? Vědy říkají „To jsi ty“. Vždy musíme přijít k tomuto „Já“, tak co to je? Role *guru*a spočívá v tom, že v nás podněcuje zájem, abychom po tomto „Já“ pátrali, poznávali jej a zůstávali s ním. Lidé si myslí, že jsou tu další proměnné, které náš úspěch ovlivňují, jako například meditace, *tapas*, a tak dále, ale jedině, co se po nás chce, je, abychom toužili Být.

A kdo je *guru*? Ve skutečnosti Bůh ani *guru* neexistují. Existuješ pouze ty. Až se z tohoto snu probudíš, zjistíš, že není žádný Bůh ani žádný *guru*, ani žádné ego hladovějící po *mukti*.

Rámakrišna jednou řekl, že božská *anugraha* (milost) je k dispozici i *guruova anugraha* je k dispozici, ale daleko více je žádána *anugraha* ještě jedné osoby. To jest, vaše vlastní *anugraha* je tím, co je naprosto zásadní.

Jakmile jsme jednou vyhledali *gurua*, nemusíme se ničeho obávat. Všechno se děje tak, jak má. Jednou, během oslav Golden Jubilee v roce 1948 jsem si byl tolik jist jeho milostí, že jsem složil nadšenou báseň na téma: „Kdo může zemřít? Může se mě smrt ještě někdy dotknout? Nechtě se Brahma, Višnu a Šiva ke mně otočí zády! Brahma právě přišel o jedno ze svých stvoření,“ a tak dále. Bhagaván si to sotva přečetl a odložil to. Nicméně, o několik měsíců později se přihodilo toto: Měl jsem splín a bez jeho milosti jsem se cítil bezmocně. V tomto rozpoložení jsem se za ním vypravil - a našel ho, jak si čte mé oslavné verše. Zastyděl jsem se. Nemusel nic říkat. To byl jeho způsob, jak mě naučit, že není potřeba být sklíčený.

Lidé chtějí „živého *gurua*“. Předpokládám, že od něj očekávají, že jim ukáže cestu za „živým Bohem“. *Guru* po nás chce, abychom sami sebe vnímali jako *brahman*, ale my chceme *brahman* vidět v lidské podobě.

Bhagaván trval na tom, že tělo *gurua* je nedůležité, neboť tím pravým *guruem* je samo svrchované Já. Dokázal to tím, že to pravé poznání nám předal až v okamžiku, kdy své tělo opustil. Dle Muruganara Bhagaván vždy říkal, že jeho tělo bylo závojem reality a že jasné světlo spatříme až poté, kdy toto tělo odejde.

Lidé mi oponují: „To se ti to říká, že živý *guru* je zbytečný, když jsi živého *gurua* měl.“ Odpovídám jim, že právě od živého *gurua* jsem se naučil, že živý *guru* není nezbytný a každý se může naučit totéž, pokud studuje Bhagavánovo dílo a provádí trochu *manany* (reflexe) o jeho smyslu.

Pokud nepochopíte, že *guruem* je svrchované Já, ani živý *guru* vám nemůže pomoci. Většina lidí, kteří byli s Bhagavánem a nedosáhli *móksi*, jí nedosáhli, protože po ní netoužili. Bhagaván nás učí, že dříve nebo později se budeme muset spokojit jen se svrchovaným Já, tak proč se s ním nespokojit hned teď?

Lidé si myslí, že *guru* musí být osobou, ale *guru* je jen první osobou, tím skutečným „Já“ v nás. Nespokojí-li se lidé s touto první osobou, jdou hledat osobu druhou, aby se stala jejich *guruem*. Nicméně, naším cílem by mělo být zbavit se i té první osoby (našeho ega), aby se naše falešná osobnost rozpustila ve svrchovaném Já.

Když náš *guru* říká, že nám nemůže poskytnout *móksu*, pokud ji sami nechceme, měli bychom si pomyslet: „Cože, to jsem skutečně tak důležitým činitelem?“ a naše pozornost by se měla nasměrovat k nám samotným. *Guru* nám

poskytne *mókušu* tím, že nás přiměje, abychom ji chtěli, a proto vždy zdůrazňuje nezbytnost naší vlastní touhy a snahy po jejím dosažení.

Ve skutečnosti je *guru* vším ve všem, takže je pro nás nezbytný, a jen on nám *mókušu* může poskytnout. Je v podstatě námi, naším svrchovaným Já, *sat-čit-ánanda*, takže nám dává *mókušu*, jakožto náš přirozený stav bytí (*sat*), pomocí vědomí (*čit*) a lásky (*ánanda*). Snaží se, abychom jej znali a milovali jako sebe samé.

29. prosince 1977

Sádhu Óm (odpovídá na moji otázku, zda prováděl nějakou *sádhanu* během let, než přišel za Bhagavánem): Toužil jsem po milosti a stále myslel na Boha. To je dostatečná *sádhana*!

Někteří lidé říkají, že světlo, které bylo vidět v momentě Bhagavánovy smrti byl on, vraceje se do *Skandaloky* (svět Skandy, mladšího syna boha Šivy). Nejprve se jej snaží ohraničit tělem a poté jej ohraničují jako světlo. Jejich mysl je tak omezená potřebou ohraničovat, že mají tendenci ohraničovat neohraničitelné. Bhagaván vždy říkal: „Nemyslete si, že toto tělo jsem já. V každém z vás svítím jako vaše „Já“. A pouze toto pozorujte.“

Jak často a po dobu kolika životů jsme se oklamávali myšlenkou, že naše služba společnosti je nesobecká? Dělali jsme to jen pro naše vlastní sebeuspokojení či slávu. Pro každého z nás je naprosto přirozené, že sami sebe milujeme. Všichni jsme přirozeně sobectví, takže nejprve musíme zjistit, kdo opravdu jsme. Až poznáme, kdo skutečně jsme, budeme vše považovat za svoji součást, a tak bude naše sobectví naší nejvyšší hodnotou. Jen džňánin ví, jak být skutečně sobecký, neboť bez poznání sebe sama nemůžeme vědět, co skutečné (neomezené) sobectví je.

Na cestě odevzdání svatí zpívají: „Pošli mě do nebe nebo do pekla, ale nedovol, abych na tebe zapomněl,“ jako by nebe a peklo skutečně existovaly. Jejich modlitba jen dokazuje jejich absolutní lásku k Bohu. Učí nás správnému přístupu, ale vědí, že nebe a peklo ve skutečnosti neexistují. Všechny tyto dvojnosti – nebe a peklo, dobro a zlo, Bůh a jednotlivec – existují jen v mysli. Takže nakonec se musíme naučit tuto mysl uklidnit.

Když jsem poprvé přišel za Bhagavánem a slyšel, jak neustále opakuje, že každý nakonec dojde na cestu sebezkoumání, připadalo mi, že je velmi zaujat svým vlastním učením, ale brzy jsem pochopil, proč na tom trval. Konečným cílem je pouze jednota, a abychom zažili jednotu, naše mysl musí ustoupit, což se zcela podaří pouze tehdy, když si nevšímáme ničeho jiného, než sami sebe.

Pokud se nezabýváme jen sami sebou, nemůže naše mysl ustoupit, neboť je udržována pozorností k ostatním věcem. Tím, kdo zažívá jinakost, je jen tato mysl. Když mysl zcela ustoupí, zbude jen pozornost k sobě samému a pozornost k sobě samému je stavem absolutní jednoty. Bhagaván toto učení opakoval den co den,

třeba desetkrát, dvacetkrát, ale přesto jsme se nezměnili. Ani on své učení nezměnil, neboť pro něj byla tato pravda naprosto jasná.

Zásadní chybou, kterou všichni děláme, je, že považujeme tělo za své „já“. Tento hluboce zarytý pocit „já jsem tělo jmenující se tak a tak“ je příčinou všech problémů. Když se rozbije CD přehrávač, musíme celou svou pozornost věnovat jemu, abychom jej mohli opravit. Podobně, abychom napravili tuto chybnou identitu „já jsem tím a tím“, musíme ji pozorovat, abychom poznali, co to opravdu je: co nebo kdo jsem?

Pouze zkoumáme-li sami sebe, může ten falešný přívlastek zmizet, a to, co zbude, je čirá realita „Já Jsem“. „Jsem ten a ten“ je *naivedyam* (jídlo, jež je nabízeno Bohu) a když Bhagaván stráví přívlastek „ten a ten“, zbude pouze „Já Jsem“, jež je jeho *praśadam* (očištěný zbytek potravy Boha, který je sdílen jeho oddanými jakožto důkaz jeho milosti).

„Já Jsem“ je to jediné, co existuje, takže je to pravdivou podobou Boha a *guru*. Opečovávat a zbožňovat své tělo je tedy tím nejhorším možným uctíváním. Pokud se tohoto uctívání vzdáme tím, že pochopíme pravdu o sobě, pak můžeme Bohu zasvětit vše, neboť budeme vědět, že není nic jiného než On, naše pravá podstata.

Část čtyři

31. prosince 1977

Sádhu Óm: Oddanost Bohu nebo *guruovi* jako druhé nebo třetí osobě nám nikdy neposkytne pravé poznání (*džňánu*); oddanost může plodit opět jen oddanost. Poznání plodí poznání. „Já Jsem“ je jediným pravým poznáním, a tak pozorujeme-li pouze toto, docházíme k pravému poznání. Sebepozorování je jediným pravdivým prostředkem, konečným prostředkem.

1. ledna 1978

Sádhu Óm: Když se vzbudíme ze spánku, zažíváme jasnost poznání do té doby, než si uvědomíme svoje tělo a svět. Prováděním *sádhany* se snažíme zůstat u této jasnosti.

Pokud jste schopni si tuto průzračnost uvědomovat tam, kde jste, nemusíte nezbytně nutně sedět ve staré hale (hala v Ramanášramu, kde žil Bhagaván). Přesto meditace ve staré hale nikomu neuškodí. Nemusíte se však nijak znepokojovat úvahami nad tím, zda je to pro vás dobré či ne, neboť v tom, co pro vás není, vám Bhagaván zabrání. Ve staré hale je cosi zvláštního, co nám automaticky pomáhá uvědomit si svoje bytí, ale samozřejmě si jej můžeme být vědomi i kdekoli jinde.

Pravé Já nepotřebuje úsilí, neboť sebezpozorování je přirozené a bez úsilí. Úsilí je nutné pouze pro mysl. Přirozeností svrchovaného Já je pozorovat svrchované Já a přirozeností mysli je pozorovat druhé a třetí osoby. Sádhana je záležitostí mysli a snaha pozorovat pocit „já“ je jen trikem utišujícím mysl – ponechávajícím ji v jejím přirozeném stavu čistého vnímání sebe sama.

Nemůžeme nekompromisně tvrdit, že sebezkoumání začíná snahou a končí bezúsilností, ale co se týče *sádhaka* (praktikujícího), toto tvrzení platí. Snaha je nutná tak dlouho, dokud se mysl potřebuje upomínat na svoji pravou podstatu „Já Jsem“, ale v okamžiku, kdy nám i pouhá přítomnost druhých a třetích osob automaticky připomíná naši vlastní existenci „Já Jsem“ (neboť ten, kdo si je uvědomuje, je „Já“), pak již úsilí není třeba. Když soustředíme pozornost pouze na vlny, musíme vyvinout určité úsilí, abychom si všimli i oceánu, který je nese. Ale když víme, že vlny nejsou ničím jiným než oceánem, snaha není potřeba.

Všechny myšlenky obsahují prvky minulosti či budoucnosti. Můžete vytvořit myšlenku o přítomném okamžiku? Pokud se o to vážně snažíte, všechny myšlenky včetně myšlenky „já“ zmizí. To je další klíč k sebezpozorování. Jak vidíte, je jich mnoho.

Otázka: V praxi vlastně nikdy sebezpozorování neprovádíme. Všechn čas, který trávíme ve staré hale, věnujeme snaze tak učinit. Pokud bychom skutečně pozorovali svrchované Já, byli bychom osvobození, je to tak?

Sádhu Óm: Cože, vy tím chcete říci, že ještě nejste osvobozeni? Copak stále nepozorujete svrchované Já? Znáte „Já Jsem“ a něco můžete poznat pouze tehdy, když to pozorujete. I když pozorujete druhé a třetí osoby, je to „Já“, kdo pozoruje a „Já“ si je vždy vědomo samo sebe.

Taková *manana* (pravé uvažování) je nutná, dokud neporozumíte důkladně tomu, že sebezpozorování je přirozené a věčné a že všechno ostatní je odleskem tohoto sebeuvědomění. Tato *manana* vás dovede přímo na hranice. *Nididhjášana* (pravé rozjímání, praktikování čirého sebezpozorování) je vlastně jen chvilkovou záležitostí. Pokud skutečně provádíte to, co jste slyšeli a pochopili, překročíte hranici a to je *džňána*.

Ignorujte mysl, ta nás nemusí zajímat. My nejsme mysl, takže pokud o ni ztratíme zájem, zemře přirozenou smrtí. Proto Bhagaván stále přitahuje pozornost ke svrchovanému Já. Nikdy nám nedovolí, abychom se zajímali o chod mysli či o něco jiného než o pocit „já“. „Co je toto „já“? Kde je jeho zdroj? – Vše, co je potřeba, je náš vzrůstající zájem o tento pocit. To je *bhakti*.

Zkoumání, víra a *bhakti* si vzájemně neodporují. Všechny jsou stejně důležité. Zkoumání začíná vírou. Pokud bychom nevěřili svému *guruovi*, který nám říká, že sebezpozorování je prostředkem, jak dosáhnout pravého štěstí, nezajímali bychom se o pozorování první osoby. A když praktikujeme sebezkoumání, naše prožívání vnitřní čistoty potvrzuje naši víru, a tak vzrůstá i naše láska ke *guruovi*.

Někteří lidé si myslí, že mohou praktikovat sebezkoumání, aniž by potřebovali víru nebo *bhakti*. Takoví lidé nevědí, čím *bhakti* a sebezkoumání skutečně jsou.

Účelem vnějšího *guru*a je vysvětlit nám nezbytnost sebezpozorování a zapálit pro něj naše srdce. *Guruem* pochopitelně nemusí být živá bytost. Bhagavánovy knihy dělají tutéž službu a on nám v případě potřeby poskytuje spřízněné duše a další vnější pomocníky. I prostředí a okolnosti, v nichž žijeme, jsou poskytovány naším *guruem*, který ví, jaké prostředí je k našemu zrání nejvhodnější.

Když začneme usilovat o věnování pozornosti první osobě, probudí se náš vnitřní *guru*, jímž je naše svrchované Já. Kdykoli se obrácíme k „já“, zapojujeme svého vnitřního *guru*a. Jakmile ochutnáme sebezpozorování, naše láska k němu počne přirozeně vzrůstat a zrát, jako kinetická energie gumového míče, jenž poskakuje dolů ze schodů.

Dobrým způsobem, jak utišit mysl, je uvažovat o velkých džňáninech. Když byl Ardžunův vnuk, král Parikšit proklet, aby do sedmi dnů zemřel, odebral se za svým *guruem*, Suka Brahmaríšou. Suka mu řekl, že měl velké štěstí, neboť mu bylo dáno sedm dnů a začal mu vyprávět příběh o Krišnovi. Parikšit byl natolik ponořen do naslouchání příběhu o velikosti Krišny, že šest dnů uběhlo, aniž by si toho povšiml. A když mu Suka připomenul, že přišel den jeho smrti, odpověděl: „Kdo zemře - jen toto tělo!“ Příběh o Krišnovi mu přinesl *džňánu*. Když jsem kdysi přemýšlel o Bhagavánovi a jeho skutečné velikosti, uběhlo třeba několik hodin, aniž bych si toho povšiml. Velcí džňáninové mají takovou moc, že pouhé přemýšlení o nich nám pomáhá ztišit naši mysl.

2. ledna 1978

Sádhu Óm: Přijmeme-li Bhagavána celým srdcem za svého *guru*a, nemusíme se již ničeho bát: jsme jako dítě na klíně své matky. Samozřejmě nemůžeme očekávat, že si nás Bhagaván vybere za své žáky, neboť z jeho pohledu žádní druzí nejsou. Stačí, když si jej jakožto svého jediného *guru*a a ochránce vybereme sami.

Jakmile se celým svým srdcem rozhodneme, utvoříme s ním skutečné pouto či *satsang*. Toto je právě ten *satsang*, o němž Bhagaván hovoří v prvních pěti verších *Ulladu Narpadu Anubandham*. Od okamžiku, kdy se s ním v srdci propojíme, nás bude ovlivňovat zvnějšku i zevnitř. Vně bude tvořit vhodné hmotné prostředí a zevnitř bude pracovat do hloubky v našem *cittam* tak, že bude ničit naše *vásany* pálením, sušením, chrlením či jakýmkoli jiným vhodným působením. My ovšem nemusíme žádné změny zaznamenat, neboť mysl není vhodným nástrojem pro měření vlastního vývoje.

Vliv jeho mlčení samozřejmě závisí na nás (naší vnímavosti), tedy na kvalitě přijímače. Jak říká v *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*), musíme s opravdovostí následovat cestu, kterou nám *guru* ukazuje. Svoji láskou k němu si musíme být jisti. Říká, že září

v každém z nás jako „Já“, takže pokud jej skutečně milujeme, budeme tomuto „Já“ věnovat pozornost přirozeně a s radostí. Když se mu odevzdáme, postará se o to, abychom udělali vše, co je nutné. Máme-li pozorovat svrchované Já, přivede nás k tomu a potřebujeme-li jiné zkušenosti, zajistí nám je.

Byl-li Bhagaván skutečně pravým *guruem* i tehdy, když ještě existoval v těle, pak musí být pravým *guruem* i teď. Tehdy měl ovšem všech pět vlastností brahman, *sat-čít-ánanda-náma-rúpa* (bytí, vědomí, blaženost, jméno a tvar), zatímco teď pozbývá jména i tvaru, svých nepravých vlastností, a září bez omezení jako čisté *sat-čít-ánanda*. Proto je jeho moc neomezená. Vždy říkával, že jeho tělo zahalovalo jeho pravou podstatu a že ti, kdo jeho tělo považovali za *guruu*, budou zklamaní. Teď, když jeho tělo odešlo, nás tu zanechal bez viditelného tvaru, k němuž bychom se mohli upínat, takže nemáme jinou možnost, než přijmout fakt, že „Já Jsem“ je samo naším *guruem*. Zjistil jsem, že mnoho žáků, kteří se k němu obraceli poté, co odložil tělo, je upřímnějších a má jasnější porozumění než většina těch, kteří přišli dříve (neboť se upínali na jeho fyzickou podobu).

Nyní jej nemůžeme zaměňovat za tělo, tak jaký bychom měli užitek z toho, když bychom vyhledávali další těla, která jsou pověstná jakožto velcí *mahátmové*? Řekl nám, že ten největší *mahátma* je naší součástí, tak proč myslet na další a nesetrvávat míruplně u toho svého (našeho svrchovaného Já)?

Měřítkem Bhagavána můžeme vidět, že jakýkoli potenciální *guru*, který přednáší a létá po světě, domnívaje se, že vede ostatní, není skutečným *guruem*, neboť *guru* nevidí žádné nevědomé *džívy*, které by vedl. Bhagaván se nikdy nesnažil nikoho vést, setrval v tichosti a vždy považoval za nesmírný zázrak, když k němu přicházeli lidé se slovy: „Bhagaváne, nevím, kdo jsem, prosím ukaž mi cestu.“ Co na to mohl odpovědět? Mohl jen odvětit další otázkou: „Kdo je ten, co neví, kdo je? Kdo je toto já?“

Mantra, jež je tvořena posvátnými slabikami, v překladu doslova znamená „to, co nás ochraňuje, když se o tom rozjímá“. Vychází ze stejného základu jako *manas* (mysl) a *manana* (meditace nebo poznávání). Kdo má být chráněn? Ego! Jméno Boha by nás alespoň přivedlo k Bohu, ale *mantra* nás před Bohem jen bude ochraňovat (naše ego, mysl a individualitu). V Indii se *mantry* staly natolik populární, že dnes nejsou lidé spokojeni, pokud nějakou nedostanou. Nicméně, *mantry* se týkají jen světských záležitostí, a tak Bhagaván ani Rámakrišna nikoho do *manter* nezasvěcovali.

Co se týče *mantra-džapy*, Bhagaván doporučoval, abychom sledovali zdroj, z něhož zvuk *mantry* vzniká. Co tím myslel? Jelikož zvuk pochází od toho, jenž *mantru* opakuje, měli bychom dle jeho mínění *mantru* ignorovat a místo toho se držet sebezpozorování.

Mysl musí být zaměřena do jednoho bodu tak, aby se upínala k jedné jediné věci, ale k tomu nepotřebujeme žádnou druhou nebo třetí osobu (jimiž mohou být i dech, *mantra* či podoba Boha). Stejně tak můžeme začít svoji praxi soustředění

s pozorností upřenou na první osobu – „já“. Pokud se chceme naučit jezdit na kole, abychom mohli dojet do Tirukoilur, proč bychom trénovali někde jinde a nezkusili to přímo na silnici na Tirukoilur? Podobně, pokud je naším cílem svrchované Já, proč nezačít rovnou s pozorností k němu?

Někdo může říci, že pozorování „já“ je obtížnější než pozorování jiných věcí, ale dá se toto tvrzení dokázat? V prvním díle knihy „*The Path of Sri Ramana*“ jsem vysvětloval, co je složité a co je snadné. Ať se soustředíte na cokoli, kamkoli vaše pozornost putuje, musíte ji stáhnout zpět ke svému cíli, ať už je tímto cílem „já“ nebo jiný objekt. Pozorování první osoby je přímým způsobem a pozorování čehokoli jiného není o nic jednodušší. Praktikování koncentrace na jakýkoli předmět však jen posílí orientaci mysli na vnější předměty, což nás bude vyrušovat, když se budeme chtít soustředit na svrchované Já.

V *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*) říká Bhagaván: „...když tělo zemře, mysl zůstává a odnáší *pránu*.“ To jednoduše znamená, že když se mysl vrátí do svého zdroje, zanikne i nutkání či zvyk dýchat. Jakmile mysl znovu povstane a stvoří nové tělo, dech se obnoví automaticky a okamžitě. Vědomí těla je vždy spojeno s dýcháním. Dýchání je zakořeněný zvyk mysli, a pokud se budeme snažit odhalit, jak dýchání začíná, mysl se stáhne. To je dalším klíčem k sebezpozorování (neboť dýchání začíná jen z nás samých).

Vědci hovoří o autonomním nervovém systému, ale nic takového neexistuje. Pokud by se podívali, jak tyto „autonomní“ procesy začínají, pochopili by, že všechny tělesné funkce jsou volní procesy mysli a mohou být ovlivňovány, pokud je mysl ostrá a vybroušená.

Bhagaván říkával, že sen je aktivitou napůl zmatené mysli. Mysl samotná je ve své podstatě zmatením. Máme tolik popletených přesvědčení – že se rodíme, že máme minulost a budoucnost a tak dále – ale pokud všechny tyto věci opravdu zvážíme, zjistíme, že je poznáváme pouze tehdy, je-li naše mysl aktivní. Pokud mysl pečlivě kontrolujeme s cílem zjistit, jak a kdy všechny tyto myšlenky vznikají, zjistíme, že trvale září pouze vědomí „Já Jsem“. Minulost a budoucnost jsou jen myšlenkami, které existují teď, v přítomném okamžiku.

Proto jsem *pukka* – ateistou. Vždycky říkám: nevěřte ničemu, co přímo nezažíváte! To jediné, co můžeme poznat přímo a s jistotou, je „Já Jsem“. O svém zrození víme jen z doslechu od ostatních, ale tyto „ostatní“ známe jen tehdy, známe-li sebe. Naše současné vědomí minulosti je jen myšlenkami získanými z paměti či vnějších zdrojů, jimiž jsou druhé nebo třetí osoby. Avšak druhé a třetí osoby můžeme poznávat až poté, co poznáme osobu první. Naše víra v budoucnost závisí také na druhých a třetích osobách, jmenovitě na hodnotící povaze našeho intelektu. I naše prožívání přítomného okamžiku je zprostředkováno naší myslí a našimi smysly. Celé naše poznání je tedy víceméně odrazem našeho původního vědomí „Já Jsem“. To celé je křehkým odleskem našeho vlastního sebe-uvědomování a zdá se být reálným

a podstatným jen díky nevědomosti naší mysli, jež zmizí, pokud důkladně zkoumáme první osobu nebo přítomný okamžik.

V *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*) Bhagaván říká, že ti, kdo si zaslouží milostivý pohled *guru*a, budou jistě spaseni a že pohled *guru*a není jen pohledem jeho očí. Pokud si přejeme poznat, zda se na nás někdo dívá, musíme se dívat na něj a jelikož svrchované Já je *guruem*, musíme se obrátit do sebe, abychom viděli, zda svrchované Já hledí na nás. *Guru* se na nás vskutku stále dívá a tak pro naši spásu musíme výhradně věnovat pozornost jemu, jenž září jako „Já“.

Mnoho lidí mi říká: „Toto sebezkoumání je obtížné, poradte nám raději, jak se odevzdat,“ ale v *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*) Bhagaván říká, že sebezpozorování je zároveň i sebe odevzdáním: „Být zcela ponořen do *átma-ništhy* (přebývání v sobě samém), neponecháváje sebemenší prostor vzniku nějaké myšlenky kromě *átma-čintány* (myšlenka o našem pravém vlastním Já), je odevzdáním se Bohu.“

Když se mě lidé ptají, jakou meditaci Bhagaván vyučoval, odpovídám, že meditace znamená myšlení, ale Bhagaván nás instruoval, abychom nemysleli – a přestali medítovat. Toto nás učí v prvním *mangalam* verši *Ulladu Narpadu*: „...Jelikož projevená realita existuje v našem srdci, aniž bychom mysleli, kdo může (nebo jak může někdo) medítovat o (této) existující realitě, která se nazývá „srdce“? Spočívát ve svém srdci je samo o sobě „meditací“.“

Cílem všech jógových směrů je zaměřit mysl do jednoho bodu a pevně v něm setrvat. Proto vždy lidem doporučuji, aby se drželi jen jednoho *guru*a a jeho učení následovali celým srdcem. I kdyby byl *guru* podvodníkem, dokud je vaše *guru-bhakti* upřímná, jednobodovost vaší mysli vám brzy osvětlí, že se jedná o podvodníka. Proto Bhagaván kritizoval ty, kteří navštěvovali mnoho *mahátmů*. Například, ve verši 121 *Guru Váčaka Kovai* říká: „Ty, který toužíš poznat tohoto *mahátmu* a tamtoho *mahátmu*! Pokud zkoumáš a zažíváš podstatu svého vlastního *mahátmu*, (svrchovaného Já), jenž je tvou součástí, (uvidíš, že) každý *mahátma* je pouze (tím) jedním (tvým vlastním Já).“

Pokud potkáte jednoho skutečného *mahátmu*, naučí vás, že *átman* ve vás je tentýž jako *átman* všech *mahátmů* a že je proto zcela zbytečné chodit za jakýmkoli dalším *mahátmou*. K opravdovému praktikování sebezpozorování je jednobodová *guru-bhakti* nezbytná.

Sebezpozorování se dá praktikovat i tak, že sledujeme, kdy přesně, jak a z čeho vzniká myšlenka. Taková pozornost automaticky odstaví mysl. Myšlenka vzniká jen tehdy, nejsme-li si sebe vědomi (*pramada*) a věnujeme-li pozornost jiným objektům než svrchovanému Já.

Část pět

3. ledna 1978

Otázka: Je pozornost k přítomnému okamžiku tímž, co sebezpozorování?

Sádhu Óm: Ano, nebo spíše je klíčem k sebezpozorování. Pozorování jakékoli druhé nebo třetí osoby není v ryze přítomném okamžiku možné, neboť myšlenky, jež jsou pozorností věnovanou druhým nebo třetím osobám, se neustále pohybují. Vlnící se pozornost nikdy nemůže vést k poznání pravé skutečnosti, neboť chceme-li poznat pravou skutečnost, musí se naše pozornost zastavit (neboť podstatou pravé skutečnosti je ticho).

Pokud hledáte přítomný okamžik mezi druhými a třetími osobami, nenajdete nic kromě nepřetržitého pohybu z minulosti do budoucnosti. Pokud ale pozorujete osobu první, pozornost se zastaví, čímž se navrátí do svého zdroje. Pak poznáte, že svrchované Já je přítomno neustále jako „Nyní“ a nic jiného že neexistuje.

Při pozorování onoho „Nyní“ lidé často zjišťují, že to nejde, neboť mají sklon pozorovat pouze druhé a třetí osoby. Praktikování sebezpozorování je zásadní, neboť jedině tak můžeme pochopit, čím přítomný okamžik vlastně je.

V první větě prvního *mangalam* verše *Ulladu Narpadu* se Bhagaván ptá: „Bez (či kromě) toho, co jest, může existovat vědomí bytí?“ To znamená, kdyby nebylo to, co je, jmenovitě „Já“, může existovat uvědomění „Jsem“? Toto uvědomění „Jsem“, jež je sebeosvěcující, ukazuje zřetelně, že něco skutečného opravdu existuje a že tato skutečnost nemůže být jiná než toto uvědomění (neboť uvědomění „Jsem“ je vědomím první osoby – vědomí sebe sama a ničeho jiného). Tato věta jasně odkazuje na existenci a uvědomění „Já“ a nikoli na existenci nějakého jiného objektu, neboť poznávané objekty závisí na „Já“.

Jelikož pravá skutečnost „Já“ existuje mimo myšlení, v srdci, a proto je nazývána „srdcem“, jak bychom o ní mohli meditovat? To jasně ukazuje na absurditu meditace. Všechna náboženství vyučují, že bychom měli přemýšlet a meditovat o existenci Boha, ale jelikož Bůh existuje mimo naše myšlení, jak bychom o něm měli přemýšlet nebo meditovat? Bhagaván nás proto učí, že přebývání v našem srdci samotném – to jest jako „Já Jsem“ – je samo o sobě pravou „meditací“. To znamená, že jediným způsobem, jak můžeme „meditovat“ o tom, co je skutečné, je zůstat tím, čím jsme, bez myšlenek. To, co je skutečné, leží mimo mysl, a proto nás mysl k tomu nikdy nedovede. Abychom toho docílili, musíme se vzdát veškerých myšlenek (včetně první myšlenky, toho „já“, které myslí), a čistě jen být.

4. ledna 1978

Sádhu Óm: O podstatě (hlubokého) spánku se ve stavu bdělosti můžeme jen dohadovat, neboť o tom, co to spánek vlastně je, nemáme jasnou představu. Pokud jej začneme důkladně zkoumat, zjistíme, že mezi spánkem a *džňánou* není v podstatě

rozdíl. Spánek je stavem štěstí, které prožíváme během nepřítomnosti osobního „já“, světa i Boha. To, že milujeme spánek, je jen důkazem toho, že milujeme stav bez ega, jak Bhagaván popisuje ve třetím verši *Ulladu Narpadu*: „... ten stav zbavený „já“ je příjemný každému.“ To, co běžně nazýváme spánkem, je omezené, neboť s probuzením v nás opět povstává osobní „já“. Oproti tomu, *džňána* žádná omezení nemá, takže štěstí, které *džňána* přináší, je nekonečné.

Lidé často Bhagavána vyzdvihují, jak je skvělý, neboť řekl něco, co řekl Buddha, něco jiného, než řekl Kristus a tak dále, jako by jeho velikost nemohla existovat sama o sobě. Kristus, Buddha, Šankara, Rámakrišna a další byli všichni skvělými příklady *džňáninů*, ale navenek pendlovali mezi diskutováním, učením a zakládáním náboženství, zatímco Bhagaván, jenž pouze setrval v tichosti, je *džňanou* samotnou. Poukazovat na jeho velikost ve světle těchto *džňáninů* by bylo absurdní, neboť ta je samozářící podstatou všeho světla. Pokud tak činíme, je to jako bychom opírali bambus o úpatí Arunáčaly a tvrdili, že kopec podpíráme, ačkoli mnoho takových bambusů na něm samo roste.

Jsme učeni, že svět je naší projekcí, ale to neznamená, že vidoucí je projektorem. My, vidoucí (mysl nebo ego), jsme součástí projekce, jak Bhagaván říká ve verši 160 *Guru Váčaka Kovai*: „Falešná osoba (či duše), jež se chová jako „já“, se podobá jednomu ze stínových obrazů (v obrazu tohoto světa, který je jako promítání v kině).“

Kdo je tímto „já“ kterému říkáme projektor? Zkoumáme-li „kdo jsem já“, odhalíme, že neexistuje ani projektor, ani jeho projekce.

Hledání pravdy o světě a Bohu je zbytečné, jak nás Bhagaván učí ve druhém a třetím verši *Ulladu Narpadu*. Mnohost světa umožňuje existenci dvojností, jako například skutečný a neskutečný, vědomý a nevědomý, šťastný a zoufalý. Tam, kde je dvojnost, tam je i pochybnost. Svrchované Já je jedno, zbavené dvojností, a tak sebepoznání nenechává žádný prostor pochybnostem. Proto bychom se měli vyhnout zkoumání Boha nebo světa a zkoumat místo toho pouze „já“. „Já“ potom zmizí spolu s Bohem i světem.

Výsledný „stav nepřítomnosti ega je příjemný každému“ (*Ulladu Narpadu* verš tři), jak dokazuje naše zkušenost spánku.

5. ledna 1978

Sádhu Óm: „Pokud je „Já“ považováno za tvar, svět a Bůh budou také vnímání jako tvary“ (*Ulladu Narpadu* verš čtyři). Dokonce pojetí Boha jakožto „beztvarého“ je jen myšlenkovou podobou nebo představou. „*Nirguna dhjána*“ či uctívání beztvarého Boha je marným úsilím, jako kdyby se člověk snažil dosáhnout za horizont, aby se dotkl všeprostopujícího vesmíru“ (*Šrí Arunácala Aštakam* verš tři).

Pravá skutečnost nemůže být nalezena meditací, protože během ní je pozornost věnována mysli a jejím projekcím. Může být nalezena jedině ne-meditací, jíž je sebezpozorování. Nicméně, Bhagaván řekl, že bychom si neměli myslet, že uctívání *saguna* (projeveného Boha) je zbytečné. Měli bychom provádět buď *saguna* uctívání nebo sebezpozorování.

Ve čtvrtém verši *Ulladu Narpadu* se Bhagaván ptá: „Může to, co je viděno, být něčím jiným než okem, (které to pozoruje)?“ To jest, povaha toho, co je vnímáno, nemůže být jiná než povaha vnímajícího. Proto podoba světa a Boha závisí na podobě toho, kdo vidí. „Já“ a jeho podoby závisí na podobě vidoucího.

„Oko“ je také používáno v tamilštině ve smyslu „*džňána*“ (poznání nebo vědomí), a tak „nekonečné (neomezené či nesmírné) oko“ je svrchované Já, které – jsa bez hranic a bez formy – může vidět jen neomezenost a beztvarost. Proto svrchované Já nikdy nemůže vidět žádné jméno ani tvar, ani nic jiného než samo sebe. Vnímá jen beztvarost sebe – uvědomění „Já Jsem“.

Toto je vyjádřeno Bhagavánem ve verši dvacet sedm *Šrí Arunáčala Akšaramanamalai*: „Ó Arunáčalo, slunce s jasnými paprsky, jež pohlcuje vše (celou podobu vesmíru)...“(viz také *Šrí Arunáčala Pančaratnam* verš jedna). Tj., ve světle čistého sebe-uvědomění, jímž je Arunáčala, ego – „já“, svět a Bůh zmizí.

Existuje-li vědomí těla, existuje i vědomí světa. Pokud by ani jeden z pěti tělesných obalů nebyl vnímán jakožto „já“, nebylo by možno spatřit ani svět, ani Boha (*Ulladu Narpadu* verš pět). Svět a Bůh jsou pak stvořeni na základě našeho chybného ztotožňování svého těla s „Já“. Tudíž stvořitel světa i Boha je právě toto „Já“, které se zaměňuje za tělo, a tak bychom měli zkoumat „Kdo je toto já?“ Odtud můžeme vyvodit, že svět a Bůh jsou skuteční jen natolik, nakolik je pravdivá myšlenka „Já jsem toto tělo“. A jelikož je toto ztotožňování se s tělem nereálné, jsou stejně nereální svět i Bůh.

Jak se zbavit *vásan* (mentálních sklonů či dispozic)? Nyní považujeme tyto *vásany* za „své“ či za „já“. Toto hrubohmotné tělo je samo jejich projevem. Ve spánku žádné z nich nevnímáme, můžeme tedy předpokládat, že zůstávají ve svém zárodku. Abychom vysvětlili domnělou nevědomost spánku (jež existuje pouze z pohledu naší probuzené mysli), předpokládáme existenci příčinného těla, jehož tvar má původ v celkové souhře všech *vásan*. Toto příčinné tělo jako by zahalovalo či bránilo našemu čistému sebeuvědomování, a tudíž si je vědomo jen stavu temné nevědomosti.

Nicméně, praktikováním sebezpozorování za bdělého stavu si více a více uvědomujeme sami sebe navzdory hře *vásan*, které si pak začneme uvědomovat i ve spánku a které pak budeme vnímat jako stíny tvořené mlhavým odleskem naší mysli, jež je odrazem jasného světla našeho sebeuvědomování.

Dokud věnujeme pozornost a jejich následkům (myšlenkám, touhám a předmětům světa), budeme je považovat za „já“ nebo „moje“ a tudíž se jimi necháme spoutávat. Nicméně, pokud je ignorujeme a místo toho pozorujeme pouze „já“, zničíme je – to jest, odhalíme jejich neexistenci.

Neměli bychom se nechat odradit jejich silou a zdánlivě nekonečnou hrou. Měli bychom pamatovat, že se objevují, neboť „Já Jsem“, ale nepřicházejí, aby nás obtěžovaly ve spánku, přestože my nepřestáváme existovat. Proto „Já Jsem“ je skutečné a *vásany* jsou neskutečné. S tímto pevným přesvědčením bychom měli nerušeně pokračovat v sebezpozování a o *vásany* se přestat zajímat.

Bhagaván nám poskytl následující definici skutečnosti: „ Jen to, co je věčné, neměnné a sebezpozávající, je skutečné.“ (Tudíž nic jiného než „Já“ neexistuje, protože všechno ostatní je pomíjivé, proměnlivé a nepoznávající se samo sebou, ale jen prostřednictvím „Já“.)

Když přijmeme existenci světa, zjistíme, že bychom měli přijmout i existenci síly – kterou můžeme nazývat Bohem – jež je za to zodpovědná – a jež určuje naši *prarábdhu*, stanovující vše, co máme v tomto světě prožít. Jak Bhagaván říká v prvním verši *Upadéša Undyjar*: „Zákon *karmy* je určován Bohem. Může být *karma* Bohem, když *karma* je *džada*? (postrádající vědomí)?“

Když se Bůh nejeví jako objekt vnímatelný našimi smysly, tvrdíme, že v něj nevěříme. To je jako říkat, že vidíme obraz na plátně kina, ale nevidíme světlo, které jej promítá. Svět je takovým obrazem a Bůh sebezpozávajícím světlem, „Já Jsem“, což vytváří podobu světa a možné fungování *karmy*.

Mimo tělo a mysl žádný svět neexistuje, jak říká Bhagaván ve verších 5 a 6 *Ulladu Narpadu*. Svět je jen rozšířením mysli, projektovaným skrz smysly těla. Obrázek světa je projektován na plátno, jímž je naše mysl; je osvětlován myslí a je viděn myslí. Tato mysl není ničím jiným než svrchovaným Já, proto v prvním verši *Ulladu Narpadu* Bhagaván říká: „(...) Obraz jmen a tvarů (svět), ten, kdo (jej) pozoruje, plátno, na němž (to) závisí, a vše prostupující světlo (vědomí) – všechno toto je on (ta „jediná věc“ či základ), jímž je svrchované Já.“

Zaměňovat tělo, jež je jedním z obrazů, za „Já“ a tak vnímat svět, který je všemi dalšími obrazy, jako něco jiného, ležícího vně „Já“, je klamem (*májou*). Bez tohoto klamu „já jsem toto tělo“, bychom neviděli žádný obraz světa. Jelikož tak omezujeme „Já“ hranicemi těla, vznikají koncepty „uvnitř“ a „venku“.

Dokud budeme tento klam považovat za skutečnost, budeme i svět zažívat jako skutečný. Jediným způsobem, jak vnímat neskutečnost a neexistenci světa, je tedy zkoumání tohoto pocitu „já jsem tělo“. Pokud tak učiníme, zmizí, a pak se již nemusíme znepokojovat klamnou podobou světa.

6. ledna 1978

Svámí Natanananda: Co je meditace? Kdo může meditoval? Může tělo meditoval? Může svrchované Já meditoval? Meditace je jen živením neexistujícího „já“. Pravá *sádhana* spočívá ve stálé bdělosti navzdory vystupování tohoto „já“.

Jednou z možností, jak zabránit výstupu „já“, je chovat se (uvnitř i vně) v každé situaci tak, jak byste se domnívali, že by se zachoval Bhagaván. Pokud toto praktikujete, bude „já“ ve vás ubývat a Bhagaván přibývat, až vás nakonec zcela pohltí.

Kdykoli je narušen náš vnitřní mír, může za to vystupující pocit „já“. Míru nemůže být dosaženo, pokud je „já“ aktivní. Proto jediným prostředkem, jak udržet vnitřní mír, je vnitřní bdělost, která nás ochraňuje před vpádem rušivých myšlenek. Sebezpozorování není aktivitou, ale stavem klidné bdělosti, soustředěného pozorování „já“ a tak i předcházením vpádu mentální aktivity.

Meditace, jež je mentální aktivitou, není skutečná, a tak nikdy nemůže odhalit, co skutečné je. Jedině ne-meditace, která se vyhýbá aktivitě mysli, odhaluje pravou skutečnost. V prvním *mangalam* verši *Ulladu Narpadu* Bhagaván říká: „Jelikož skutečnost („Já Jsem“) existuje v Srdci bez přítomnosti mysli, jak máme meditoval o skutečnosti, která se nazývá „Srdce“? Setrvávání v Srdci samo o sobě (tedy jako „Já Jsem“) je (tou pravou skutečnou) meditací.“

Jelikož myšlení si všímá druhých a třetích osob, jediným efektivním způsobem, jak se vyhnout myšlenkám, je sebezpozorování. Vystupování „já“ je pozorností k druhým a třetím osobám, takže pozornost k první osobě samotné může „já“ utišit.

Bhagaván zdůrazňuje, že podoba světa je závislá na klamu „já jsem toto tělo“. Aby podnítil *vajrágju* (nežádostivost), vede nás k pochopení, že myšlenka „já jsem tělo“ je původcem veškerého utrpení a že musí být proto vykořeněna.

Osekávání větví či poražení kmene stromu klamu je zbytečné, neboť musí být zničen jeho kořen „já jsem tělo“. Ten je zničen jedině sebezpozorováním. Proto Bhagaván v *Ulladu Narpadu* ve verši 26 říká: „Pokud existuje ego, které je zárodkem (nebo kořenem), pak existuje vše. Pokud ego neexistuje, neexistuje nic. Ego samo je vším. Proto vězte, že zkoumání „co je toto (ego)?“ je zároveň vzdáváním se všeho.“

Musíme se vznášet za pomoci obou křídel: *vivéky* (pravé rozlišování) a *vajrágji* (nežádostivosti).

Sádhu Óm: Všichni víme o své vlastní existenci „Já Jsem“. Pokud věnujeme „Já Jsem“ důležitost a snažíme se tak zůstat, provádíme sebezpozorování, čímž bráníme vystoupení „já“, vyhýbáme se pozorování druhých a třetích osob a bděle střežíme vpád myšlenek.

Ve všem, co děláme, je „jsem-ství“: Já jsem (ten)chodící, já jsem (ten)myslící, atd. (V angličtině vyjádřeno přítomným časem průběhovým: „I am walking“, v češtině pro to nemáme ekvivalent kromě vidu nedokonavého, takže česky bychom to správně přeložili jako já chodím, myslím,..atd. pozn. překl.) Pokud si všímáme tohoto „jsem-ství“ a zkusíme u něj setrvat, je to dostačující. Nepotřebujeme se pak zabývat myšlenkami. Nechme je přijít a odejít. Myšlenky jsou myšlenkami jen tehdy, když je pozorujeme. Pokud je ignorujeme, přestávají existovat. Náš smysl díky „jsem-ství“ (*asmítva*) ukazuje na naše sebeuvědomování či čisté bytí. Čisté bytí je konečným cílem. Proto Natananandar říkal, že se našim dnešním snahám jednoho dne zasmějeme.

Část šest

7. ledna 1978

Sádhu Óm: Pokud vás zaplaví vlna vášně, touhy, chtíce či strachu, ponořte se pod ně a zaměřte svou pozornost k sobě samému, nebo si uvědomte jejich zbytečnost a odstraňte je prostřednictvím *vivéky* (ostrého rozlišování) a *vajrágji* (nevášnivosti). Pokud vlny pokračují a zesilují se a žádná z těchto metod nepomáhá, modlete se k Bhagavánovi. Modlitba vyvěrající ze zoufalého srdce má svoji osobitou sílu. Kdykoli se cítíme bezmocní, je modlitba naší nejlepší zbraní. On je vždy připraven být nápomocen, pokud je modlitba upřímná.

Záslužné činy (*púnja karma*) konané s *kamjátou* (touhou po osobním profitu) mysl neočišťují. Činy konané bez této touhy (*niškámja karma*) mysl očišťují, ale jsou tím nejméně účinným prostředkem.

Pokud jsou služba a modlitba konány bez potlačení ega, nebudou naši mysl očišťovat. Služba následovaná pýchou ego jen živí. Lepší než služba je *šravana* (poslouchání či studování *guruova* učení) a *manana* (uvažování o něm). Čtení o životě svatých a uvažování o jejich chování a učení nám pomůže utiřit ego. Ještě lepší než toto je *satsang*. Ve společnosti skutečných *sádhuů* (*džňáninů*) nemůžeme konat jinak než s lidskostí. *Satsang* (jež je odvozen od *sat*, pravdy) očišťuje mysl mnoha způsoby, ale nejlepším *satsangem* je přebývat jako „Já Jsem“. Jak říká Šankara v díle *Vivékačudamani* (verš 364): „Stokrát lepší než *šravana* je *manana*, ale sto tisícrát lepší než *manana* je *nididhjasana* (rozjímání), pozorné sledování vědomí „Já Jsem“.

Skutečnost všeho, co se jeví, je stejná, jako skutečnost toho, kdo to vidí. Bůh, kterého vidíte, je stejně tak skutečný jako vy, kdo jej vidíte. Pokud sloužíte Bohu, který má jméno a tvar, bude vaše mysl očištěná a pokud je očištěná dostatečně, získá podobu *guru*, který vás povede k sebepozorování. *Guruovi* neposkytujeme pouze službu, my jej musíme poslouchat. Ve verši 274 v díle *Guru Váčaka Kovai* říká Bhagaván: „Ti, kdo nemají (čistou) mysl, nerozpoznávají, že *džňána-guru*, který má lidskou podobu (ačkoli ve skutečnosti) pevně setrvává jako svrchovaná realita (vědomí „Já Jsem“), je beztvary, (čímž) nese jho špatného chování a hříchu.“

To neznamená, že *guru-bhakti* (oddanost *guruovi*) je špatná, ale že naše oddanost není pravdivou *guru-bhakti*, pokud zároveň nepraktikujeme to, co nás *guru* učí. Ačkoli vnější forma *guru*a a jeho učení jsou projekcí našich vlastních *vásan* (sklonů), proberou nás, stejně jako slona probere lev, o němž se mu zdá.

Sebepozorování je nejefektivnějším prostředkem očišťování mysli. Čím více pozornosti věnujete svrchovanému Já a čím více tak zakoušíte štěstí vyplývající ze setrvávání v něm, tím jasněji porozumíte a tím pevněji budete přesvědčení, že veškeré štěstí pochází jen ze svrchovaného Já a ono malé „já“ vede jen k zoufalství. A tak vzroste i vaše *vajrágja* (nežádostivost) a vaše vazby k hmotným objektům zeslábnou.

Kdykoli máte chvíli pro sebe, uvažujte: „Co je to – tenhle egoistický život? Teď považuji tohle tělo za „já“ a tenhle svět za realitu. Cítím, že lnu k věcem, lidem a okolnostem, ale to vše prožívám jen několik let, než to přestanu vnímat navždy. Tak proč bych se měl zajímat o to, co je pomíjivé? Všechno kolem se nám zdá být skutečné jen proto, že „Já Jsem“ je skutečné, tak proč bych neměl objevit pravdu, jež leží za tímto „já“?“ S tímto uvažováním budete o pomíjivý život ztrácet zájem a o to víc budete chtít setrávat pouze jakožto „Já Jsem“.

Když mi lidé říkali: „Máš štěstí, byl jsi s Bhagavánem,“ zaznamenal jsem někdy, jak ve mně s pýchou roste ego. Nicméně, milostí Bhagavána jsem přišel na vhodnou odpověď: „V nemocnici existuje oddělení pro ambulantní pacienty, kteří potřebují jen drobné ošetření, ale ty nejtěžší případy potřebují neustálý lékařský dohled. Totéž se děje v duchovní oblasti, takže jsem v tak zoufalém stavu, že potřebuji, aby mě Bhagaván umístil do oddělení těžce nemocných a osobně se o mě staral.“ Ti, kdo Bhagavána osobně nepotkali, mají štěstí, neboť jsou uchráněni jeho mylnému zaměňování za tělo.

Nevědomost je dvojitá: „já vím“ a „já nevím“. Obě závisejí na vystupujícím „já“ a obě zmizí v okamžiku, kdy toto „já“ dostaneme pod kontrolu. Ve verši 9 *Ulladu Narpadu* říká Bhagaván: „Dyády (dvojice protikladů jako vědomost a nevědomost) a triády (tři složky objektivního poznávání: poznávající, poznávání a poznávané) existují (pouze), držíme-li se „jednoho“ (konkrétně naší mysli nebo ega, které sami zažívají ono poznání či nevědomost). Pokud se (kdokoli) podívá za mysl (aby zjistil), co „jednota“ je, (dyády a triády) přestanou existovat (neboť ego, na němž závisejí, bude shledáno neskutečným). Jen ti, kdo to poznali (tuto neskutečnost ega), jsou ti, kdo poznali pravdu. Pak nebudou mateni.“

Ve stavu *džňány* (poznání) žádné „já“ nemůže vzniknout, aby řeklo „já se poznávám“ nebo „já se nepoznávám“. Toto je pravda, kterou nás Bhagaván učí jak ve verši 33 *Ulladu Narpadu*, tak ve verši 2 *Šrí Arunácala Aštakam*: „Tvzení „já se nepoznávám“ (nebo) „poznal jsem se“ je důvodem k výsměchu. Proč? Pokud má někdo ze sebe učinit objekt poznání, jsou tedy dvě svrchovaná Já? Neboť pravdivým prožitkem každého je být jedním. Pokud za (svou) myslí pátrám po tom, kdo je ten, co

zkoumá, (a) když se pozorovatel stane neskutečným, vidím to, co zůstává (doslova bez počátku, bez konce a bez přerušení bytí – vědomí – blaženost). Mysl (pak) nevystává, aby hlásila „já jsem viděl“, (tak) jak by mohla povstat a sdělovat „já jsem neviděl“? Kdo má moc osvětlit toto tvrzení slovy, když v dávných dobách jsi to (dokonce i) ty (jako Dakšinamurti) osvětlil beze slov? Jen abys osvětlil svůj stav beze slov, jsi stál zářící (ze) země (k) nebi bez pohybu (či jako hora).”

Tvrzení „já se poznávám“ je stejně tak absurdní, jako tvrzení „nepoznávám se“. Ve verši 12 *Ulladu Narpadu* Bhagaván říká: „(Pravým) poznáním je jediné to, co je zcela zbaveno jak poznávání, tak nevědomosti. Poznávání (čehokoli jiného než sama sebe), není pravým poznáním. Svrchované Já, jež září, aniž by poznávalo či činilo poznávaným cokoli mimo sebe, je (pravým) poznáním. Věž, že nejde o prázdnotu.”

Bhagaván jednou řekl Muruganarovi: „Nejen že svrchované Já nepoznává jiné objekty, ono nepoznává ani samo sebe jakožto „Já jsem toto.“ Ve verši 26 *Upadéša Undijar* říká: „Bytí svrchovaným Já je jeho poznáváním, neboť svrchované Já nezná dvojnost...“. To znamená, že neexistují dvě svrchovaná Já, aby jedno mohlo být poznáváno druhým. Jelikož svrchované Já je neoddělitelně jediné, může samo sebe poznat jen tak, že samo sebou je. A poněvadž být si vědomý sám sebe je jeho pravou přirozeností, tak jeho bytí samo sebou je i jeho poznáním sama sebe.

Ve verši 8 *Ulladu Narpadu* Bhagaván říká: „Pokud (jej) uctíváme v jakékoli podobě a dáváme (mu) jakákoli jména, jsme na cestě, která nám (bezejmennou a beztvarou) podstatu (absolutní realitu či Boha) zobrazuje prostřednictvím jména a tvaru. Nicméně, věž, (že) pravé poznání skutečnosti svrchovaného Já nastává až v okamžiku, kdy jsme jím vstřebáni a kdy s ním zcela splyneme. “

Zde „poznání skutečnosti (či pravdy) svrchovaného Já“ může znamenat buď poznání neskutečnosti ega, či poznání, kdo skutečně jsme. Nicméně, „poznání neexistence ega“ v tomto kontextu sedí lépe, uvážíme-li tvrzení „ponořit se do skutečnosti pravé podstaty“, ačkoli obě hovoří o tomtéž.

Ať už se vydáme kteroukoli z těchto cest, „skutečnost svrchovaného Já“ může být pravdivě poznána jediné tím, že se do ní ponoříme a splyneme se skutečností této pravé podstaty, jež je naším pravým Já.

Uctívání této pravé podstaty (jež je také nazývána „svrchovaná realita“ nebo „Bůh“) pod jakýmkoli jménem nebo v jakékoli podobě může vést k tomu, že si ji pod tímto jménem či v této formě budeme představovat, ale tímto způsobem nemůžeme získat poznání pravé podstaty skutečnosti, jež jakékoli jméno nebo tvar postrádá. Abychom poznali pravou podstatu skutečnosti, musíme pochopit pravou podstatu svého svrchovaného Já, toho, kdo poznává. Proto ve verši 1073 *Guru Váčka Kovai* Bhagaván říká: „Mnoho (podob) Boha, které získáváme (v podobě vizí nebo jiných takových dualistických zkušeností) čistou (bezpodmínečnou) službou, se zjevuje a mizí a (tudíž) zaniká, zatímco naše (pravá) podstata (s jistotou) existuje jasně a bez ustání, a tak je pravou podobou Boha, který existuje beze změny.”

Pokud je Bůh zažíván či poznáván jako odlišný od toho, kdo jej poznává, stává se objektem poznávání, a tak je v tomto případě jeho existence závislá na poznávajícím. Jelikož poznávající je neskutečný, je neskutečné i vše to, co poznává. Proto může být absolutní realita Boha skutečně poznána jen tehdy, je-li s ní poznávající sjednocen. Pokud jsou poznávající a poznávané součástí jedné reality, pak se jedná o skutečné poznání.

8. ledna 1978

Sádhu Óm: Třináctý verš *Ulladu Narpadu* začíná Bhagaván tvrzením: „Pravé Já, jež je pravým poznáním (*džňánou*), je jedinou skutečností. Poznávání, které je roztržité (tedy poznávání mnohosti), je nevědomostí (*adžňána*)“. Sebe-poznání září jako „Jsem“. Mnohost zahrnuje svět, Boha i ego. Jelikož nic neexistuje, pokud to není poznáno (prožitě), naše poznání mnohosti je samo o sobě existencí této mnohosti.

V tomto verši poté pokračuje tvrzením: „(Tato) nevědomost, která je nereálná, neexistuje odděleně od svrchovaného Já, jímž je poznání. Ornamenty na zlatém šperku nemohou existovat, neexistuje-li šperk.“ To znamená, že i poznání a existence mnohosti nemohou existovat odděleně od svobodného „Já Jsem“. Mnohost je jako pestrá škála zlatých ornamentů a „Já Jsem“ je jako zlato, jejich podstata. Tak jako zlatník vidí pouze zlato, *džňánin* vidí pouze „Já Jsem“, což je *džňána*. Když *džňánin* řekne, že svět je neskutečný, myslí tím, že mnohost neexistuje, a když řekne, že svět je skutečný, myslí tím, že „Já Jsem“ je to jediné, co existuje.

Náboženství se snaží přetvořit Boha, který je třetí osobou, do druhé osoby, aby jej mohla poznávat přímo (*sakšat*), ale i druhé osoby mohou být poznány pouze nepřímo prostřednictvím osoby první. Když světlo „Já Jsem“ prostupuje filmem našich *vásan*, objevuje se ve dvou formách: jednak jako pozorovatel (první osoba) a jednak jako pozorované (druhé a třetí osoby). První osoba, „já jsem ten a ten“ je jednou z expanzí našich *vásan* – je jedním z obrazů (jméno a tvar) promítaných na obrazovku bytí světlem vědomí. To je první *vásana*, kořen všech ostatních *vásan*.

V tamilštině je první osoba nazývána *tanmai-y-idam*, což doslova znamená „příbytek svrchovaného Já“, neboť každá ze tří gramatických osob je považována za „příbytek“ (*idam*). Druhá osoba se nazývá *munnilai-y-idam*, „příbytek, jenž stojí vpředu“ a třetí osoba je *padarkkai-y-idam*, „příbytek, jež se rozprostírá“. Proto Bhagaván hovoří o těchto třech „příbytcích“, když ve verši 14 *Ulladu Narpadu* říká: „Pokud existuje první osoba (*tanmai*), druhá a třetí osoba (*munnilai-padarkkaigal*) také existují. Pokud první osoba přestane existovat, (neboť) o sobě začne hledat pravdu, druhé a třetí osoby zaniknou též a *tanmai* (skutečné „jáství“), jež září jako jednota (nerozdělená podobou těchto třech zdánlivě oddělených osob či „příbytků“), je jediným (pravým) stavem svrchovaného Já.“

Proto „Já Jsem“ je pravou *tanmai* a „já jsem ten a ten/ta a ta“ zlodějem, druhou osobou, jež to, že je osobou první (*tannmai*), pouze předstírá. K pravému poznání (*džňáně*) dochází jedině tehdy, jsou-li tělo a osobnost, jež mylně považujeme za „Já“, první osobu, rozpoznávány jakožto osoby druhé, tedy jako to, co pravé „Já“ není.

Za zmínku stojí, že Bhagaván nikdy netvrdil, že tato falešná první osoba, ego, skutečně existuje, ale hovořil o ní pouze v podmiňovacím způsobu: „Pokud existuje první osoba...“ Její existenci ve skutečnosti nikdy nepřijal.

Lidé, kteří se nesetkali s Bhagavánem, se často domnívají, že svrchované Já poznají v okamžiku, kdy v nich umlknou všechny myšlenky (které jsou druhými nebo třetími osobami). Oni nerozumí, že první osoba, která je kořenem všech myšlenek, musí odejít taktéž. Když se mě někteří lidé přicházejí zeptat na mé zkušenosti, říkám jim, že žádné zkušenosti nemám, neboť pokud neexistuje prožívající, nemůže existovat ani žádná zkušenost.

Část sedm

9. ledna 1978

Sádhu Óm: (zodpovídá otázku o celibátu): Proč máme hledat potěšení v čemkoli mimo své svrchované Já?

Ve verši 14 *Ulladu Narpadu* Bhagaván říká: „Pokud existuje první osoba (*tanmai*), druhá a třetí osoba (*munnilai-padarkkaigal*) také existují. Pokud první osoba přestane existovat, (neboť) o sobě začne hledat pravdu, druhé a třetí osoby zaniknou též a *tanmai* (skutečné „jáství“), jež září jako jednota (nerozdělená podobou těchto třech zdánlivě oddělených osob či „příbytků“), je jediným (pravým) stavem svrchovaného Já.“

Verše 14, 15 a 16 *Ulladu Narpadu* by měly být chápány jako celek, neboť pojednávají o realitě času a prostoru. V tamilštině jsou první, druhá a třetí osoba nazývány jako „tři příbytky“ spíše než jako „tři osoby“, takže verš 14 pojednává o těchto třech rozdílných „příbytcích“, zatímco verš 15 se zabývá třemi částmi času: přítomností, minulostí a budoucností. Verš 16 toto pojednání uzavírá znovu poukázáním na neskutečnost času a prostoru.

První osobu a přítomný okamžik běžně nevnímáme a místo toho pozorujeme druhé a třetí osoby, minulost a budoucnost. Všechny naše myšlenky se týkají druhých a třetích osob, minulosti a budoucnosti, ale pokud se snažíme vytvořit myšlenku o první osobě nebo o přítomném okamžiku, mysl ustoupí, jelikož „Já“ a „Nyní“ nejsou ničím jiným než svrchovaným Já. Tudiž, zkoumání „co (kdy a kde) je přítomný okamžik?“ je totéž jako zkoumání „kdo (nebo co) jsem já?“.

Jsme jako vězeň v trojúhelníkovém žaláři (*kde jedna strana - zed' chybí – pozn. LH*). Protože věnujeme pozornost jen dvěma ze třech zdí (druhým a třetím osobám

nebo minulosti a budoucnosti), myslíme si, že jsme uvězněni, ale pokud zkusíme obrátit svoji pozornost ke zdi třetí (první osobě nebo přítomnému okamžiku), zjistíme, že žádná taková zeď neexistuje a že tedy neexistuje ani žádná nesvoboda.

Když poprvé objevíme, že ona třetí zeď neexistuje, zatoužíme se tím směrem rozběhnout, abychom z vězení unikli. Podobně by se dal charakterizovat prožitek průzračné jasnosti sebe uvědomění, označující se jako *sfurana*, který vzniká, když zkoumáme první osobu nebo přítomný okamžik. Poté nás guru povede k tomu, abychom si všimli, že když neexistuje ona třetí zeď, neexistuje ani žádné vězení (spoutanost). Pak se naše touha utéct utiší a my budeme dokonale spokojeni přesně tam, kde jsme. Tehdy se *sfurana*, stav dokonalé čirosti sebe-uvědomění, stává naší skutečnou přirozeností spíše než něčím novým. Toto je náš přirozený stav (*sahadža sthiti*), v němž jsme dokonale spokojeni tak, jak jsme.

Neustálé putování naší pozornosti z jedné osoby na druhou a na třetí, a z minulosti do budoucnosti je jako houpání kyvadla, kde „Já Jsem“ nebo „Nyní“ je jeho vertikální středovou osou. Stejně tak jako houpající se kyvadlo nikdy neztratí kontakt se svojí vertikální osou, i když v ní nikdy nespočine, není naše pozornost nikdy mimo kontakt se svým středem „Já Jsem“ nebo „Nyní“, i když v něm nikdy nezůstává. Stav, kdy naše pozornost spočívá v „Já Jsem“ a v „Nyní“ je znám jako *átma-ništha* nebo *samádhí* (což znamená *samá-dhí*: vyrovnaná, harmonická či lhostejná mysl) a podobá se trvale odpočívajícímu kyvadlu.

Jelikož naše pozornost nikdy neodpočívá, neodpočívá ani čas, a tak není přítomný okamžik nikdy plně prožit. Čas je neustálým proudem tekoucím z minulosti do budoucnosti. Pokud zkusíme pochopit podstatu přítomného okamžiku tak, že pozorujeme druhé a třetí osoby, budeme jako člověk zkoušející se postavit na hlavu svému vlastnímu stínu. (Neboť druhé a třetí osoby vnímáme v iluzorním plynutí času a ne v konkrétním přítomném okamžiku). Pokud zkusíme něco změřit, aniž bychom znali jednotku měření (ať už to jsou dolary, kila či cokoli jiného), nebudeme znát hodnotu toho, co jsme měřili. Stejně tak je marné se snažit poznat pravdu o minulosti a budoucnosti, pokud neznáme pravou povahu přítomnosti, jak Bhagaván říká ve verši 15 *Ulladu Narpadu*: „Minulost a budoucnost jsou závislé na přítomnosti. Když se objeví, jsou obě pouze přítomností. (Proto) je přítomnost tím jediným (časem, který skutečně existuje). (Tudíž) bez poznání pravdy o přítomnosti je snaha poznat minulost nebo budoucnost totéž, co snaha počítat bez (znalosti jednotky měření).“

Pravda o přítomnosti je však taková, že ve skutečnosti neexistuje. Pokud to víme, pak můžeme zvážit pravou hodnotu všeho ostatního poznání.

Přítomné místo a čas, ono „tady“ a „ted“ je „Já Jsem“. Žádná druhá nebo třetí osoba nemůže skutečně existovat tady a ted, protože jsou všechny jen objekty poznávanými první osobou, která jediná je „zde“, a tudíž dlí na místech jiných než je „zde“. Druhé a třetí osoby jsou předmětem změny, tudíž jsou spojeny s časem, a tak existují pouze v konstantním toku času z minulosti do budoucnosti a nikdy se

nezastaví v přítomnosti. Proto nemohou být nikdy zažívány přímo v přítomném okamžiku, onom „ted“. Proto, „být tady a ted“ musí být tímtež, co setrvat ve svrchovaném Já, jež je naším přirozeným stavem sebe-pozorování. Ono „tady a ted“ není objektem; je subjektem „já“ a tudíž může být poznáno jen neobjektivní pozorností.

10. ledna 1978

Sádhu Óm: *Ništha* znamená „stát uvnitř“. Kyvadlo může setrvat jen ve svém vlastním středu - nemůže se zastavit ani vychýlené vpravo, ani vlevo. Podobně se nemůže zastavit mysl, věnuje-li se druhým nebo třetím osobám (neboť pozornost ke všemu jinému než k sobě samé ji vychyluje z jejího středu). Ve svém středu se zastaví, pozoruje-li jen sama sebe. Pak přestává být myslí a je samotným svrchovaným Já.

Přítomnost zahrnuje poznání. Pokud říkám, že svrchované Já je přítomností, vyplývá z toho, že poznáváme svrchované Já. Bhagaván nám často připomínal, že svrchované Já je tady a ted, vždy poznané a „realizované“. Sebepoznání je základem všeho dalšího poznání, jak říká ve verši 13 *Ulladu Narpadu*: „Svrchované Já, jež je poznáním (*džňánou*), je jedinou skutečností. Mnohočetné poznání (poznání mnohosti) je nevědomost (*adžňána*). I (taková) nevědomost, která je neskutečná, neexistuje odděleně od svrchovaného Já, jež je poznáním. Všechny ornamenty jsou neskutečné. Posuďte sami, mohou existovat mimo zlato (jejich podstatu), která je skutečná?

Jiné věci mohou být poznávány jen tehdy, poznáváme-li svrchované Já. Poznáváme-li jakýkoli objekt, poznáváme zároveň svrchované Já. To neznamená, že je tento objekt prožíván jako „já“, ale že tento objekt může být poznán pouze tehdy, je-li poznáváno i „já“, neboť nejprve si „já“ musí uvědomit samo sebe, abychom si mohli uvědomit „já znám tento objekt“.

Když se mě lidé ptají, zda poznávám svrchované Já, vždycky odpovídám: „Já nevím nic víc, než co byste vy sami nevěděli. Neznám žádné úchvatné a slavné svrchované Já. Vím jen, že Já Jsem.“

V *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*) Bhagaván říká, že pokud neskončí vnímání podoby světa, nemůže být svrchované Já jako takové poznáno. Nicméně, i když svět vnímáme, ukazuje to na to, že je poznáváno i svrchované Já, neboť je vnímán jen díky skutečnosti „Já Jsem“. Proto Bhagaván ve verši 6 *Arunáčala Aštakam* říká: „(...) Ó milosrdná horo, nech je, ať se objevují či neobjevují (co na tom záleží?) Kromě tebe nic neexistuje!“

Je přirozeností mysli, že putuje a poznává mnoho věcí, ale proč by vás to mělo znepokojoovat? Vaše pozornost těká, neboť svoji mysl ztotožňujete s „já“. Ale jste vy touto myslí? Jste jen tím, kdo myslí zná.

Bhagaván často používal termín *udasina bhava*, což znamená nezaujatý postoj, a je nezbytné, abychom takový postoj zaujali vůči svojí mysli. V první řadě je nutná změna identifikace: namísto označování mysli jako „já“ se zaměřte na to, kdo mysl za „já“ považuje. Úsměvně tuto změnu identity nazývá jako padělání, ačkoli skutečným paděláním je právě naše chybná identifikace s myslí.

Mysl se neustále zabývá tím, že něco poznává, ale vy musíte pochopit především to, že mysl sama o sobě žádný poznávací potenciál nemá. Ten existuje jedině proto, že jí věnujeme pozornost. Pokud budete pozorovat jen toho, kdo mysl poznává, jak by vás bloumání mysli mohlo zasahovat?

JK (Krišnamurti) říká: „Pozorujte; pozorujte a nechte mysl, ať si jde, kam chce,“ jako kdyby tak nečinila stále, i bez našeho svolení. To, co říká, je svým způsobem pravda, ačkoli nevím, zda to chápe správně. Mělo by to znamenat: zůstaňte jen jako pozorovatel. Pokud tak učiníte, pozorování okamžitě skončí, neboť pokud pozorujete pozorovatele, nebude pozornost věnována procesu pozorování – nebude poznáváno – a tudíž nebude existovat. Na vlastní uši jsem ho neslyšel a všichni ti, kdo mi jeho slova zprostředkovali, jen velmi zhruba chápali to, co tím skutečně myslel.

Většina náboženství říká, že Bůh stvořil svět a že ty jsi nepatrné nic, jež v něm existuje, což jen prohlubuje naše nepochopení. Bhagaván říká: „Ty jsi a svět se jeví jen proto, že ty jsi.“ To nemůže být chápáno tak, že svět skutečně existuje, jen se zdá být skutečný. To znamená, že jeho forma není přirovnatelná k něčemu, co skutečně existuje - jako voda, která se objeví, když otočíme kohoutkem, ale naopak k něčemu, co se skutečně jen jeví, tedy jako voda, jež se objevuje v podobě fata morgány.

Obrátit svoji pozornost k této třetí zdi skutečně není nic složitého, ale dokud se identifikujete se svou myslí jakožto s „já“, bude se vám zdát, že jste neúspěšní.

11. ledna 1978

Sádhu Óm: V tamilštině Bhagaván často používal termín *nam*, inkluzivní zájmeno pro první osobu množného čísla, „my“, označující svrchované Já, jako ve verši 16 *Ulladu Narpadu*: „Kromě „my“, pozorujme - kde je čas a kde je prostor? Pokud jsme tělo, budeme chyceni v čase a prostoru. (Ale) jsme my tělo? Jelikož jsme jedním, nyní, potom a pořád, jedno, zde, tam a všude ve vesmíru, existuje (jen) my, bezčasé a bezprostoré my.”

Poznámka:

V tamilštině jsou dvě různé první osoby množného čísla: nam, které zahrnuje všechny oslovené a nangal, jež vylučuje všechny oslovené. Když odkazujeme na svrchované Já, používal Bhagaván vždy inkluzivní nam spíše než exkluzivní nangal. (Michael James)

První věta tohoto verše by neměla být interpretována ve významu „kde bez nás existuje čas a prostor?“ Protože toto může naznačovat, že čas a prostor jsou skutečné. Tím, že pokládá tuto řečnickou otázku, má Bhagaván na mysli to, že při zkoumání neexistuje nic kromě nás: jsme jen my a není žádný čas ani žádný prostor.

Tento odvozený význam je opakován v poslední větě, která může být chápána buď jako „existuje (pouze) my, my zbavené času a prostoru“ nebo „existuje (jenom) my, my; čas a prostor neexistují“.

Když Bhagaván prvně napsal tento verš, odkazoval pouze na čas, ale poté jej upravil, aby odkazoval i na prostor. V původní podobě verše dnes označeného jako 13 *Upadéša Tanippakkal* (Jednotlivé verše pokynů) napsal: „Kromě my, kde je čas? Pokud nezkoumáme naše svrchované Já, myslíme si, že jsme tělo a čas nás pohltí. (Ale) jsme tělo? Jsme vždy jedno, nyní, v čase, co uplynul a (v čase) který přijde. Proto existuje jen my, my, co pohltilo čas“.

Čas a prostor (nebo vesmír) jsou prvním projevem mysli nebo *máji* a bez tohoto konceptu času a prostoru nemůže mysl vzniknout. Proto můžeme z tohoto vězení času a prostoru uniknout jen tak, že pozorujeme první osobu a přítomný okamžik. Pozornost je silou, jež umožňuje, aby se projevilo cokoli. Tím, že ji otočíme dovnitř, stejná síla pozornosti může být využita k tomu, aby spojila vše se svým zdrojem. Jedině my, síla pozornosti, skutečně jsme. Proč se považovat za osobu? My jsme, ale proč přidávat označení „osoba“? Jednoduše zjistěte, co toto „Já Jsem“ je.

Existují dva procesy na duchovní cestě (*sádhane*), jeden je vzestupný a druhý sestupný. Vzestupný proces neguje všechno jakožto „ne-já“ zušlechťováním našeho pouhého vědomí „Já Jsem“ a vymotáváním jej ze všech jeho nadbytečných přívlastků, a toto vede ke vzniku *sfurany*, čerstvé a silné čirosti sebe-uvědomění. Sestupný proces objímá vše jakožto „Já“ tím, že jedině Já existuje a vše ostatní zdá se existovat, protože Já Jsem. Tento sestupný proces vede až do *sfurany*, což je naším přirozeným stavem (*sahádža sthiti*).

12. ledna 1978

Sádhu Óm: V *Upadéša Undijar* končí druhý a třetí ze tří řádků každého verše slovem *undipara*, což je složenina dvou sloves, *undi*, což znamená „stoupat“ a *para*, což znamená „létat“, a tak to může znamenat „stoupat a létat“, ale zrovna tak „hrát *undi*“, starověkou hru, kterou hrávaly děti a která pravděpodobně zahrnovala skákání a zpívání. *Undijar* je proto starověký typ písně složený v určitém metrickém verši a takové písně byly původně složeny, aby tuto hru doprovázely. V tomto hravém stylu písní Bhagaván vyjádřil nejvyšší pravdu, neboť taková pravda může být uchopena jedině dětskou myslí. Mysl dítěte je jako nepopsaná tabule, zatímco mysl starší osoby je jako tabule dočista počmáraná, popálená mnoha hluboce zarytými dogmaty a předem vytvořenými myšlenkami.

Poznámka:

V Crumbs from His Table, kapitola 13, „Some Surprising Incidents“, Ramananda Swarnagiri vzpomíná: „Šrí Bhagaván pomáhal dětem, jimž nebylo více jak deset let, při učení se z paměti svého sanskrtského díla Upadéša Saram. Ramananda se smál, doslova až se za břicho popadal marností učení těchto dětí, kteří nemohli pochopit ani A ani B z této vysoce metafyzické poezie. Šrí Bhagaván se k němu mlčky otočil a poznamenal, že ačkoli tyto děti nemohou zatím významu této poezie rozumět,

bude se jim to jednou nesmírně hodit a s velkou vděčností a radostí se k ní budou navracet, budou-li v dospělosti v nesnázích. (Michael James)

Část osm

13. ledna 1978

Sádhu Óm: Ti, co postoupili do páté úrovně (stavu neduální sebelásky (*svátma-bhakti*), jenž je nejvyšším stupněm školy bhakti popsané v kapitole 2 druhé části díla *The Path of Sri Ramana*), se navenek ničím specifickým nevyznačují. Obvykle se projevují stejně jako stoupeneci *pukka* ve čtvrtém stupni (stavu *guru-bhakti*).

Guruové Saiva Siddhanta, Appar, Jnanasambandhar, Manickavachagar a Sundaramurthi byli do jednoho džňáninové od okamžiku, kdy začali skládat verše, ale celé své životy strávili jakožto studenti ve druhé úrovni (stoupeneci, kteří slouží nebo se modlí k mnoha různým jménům a podobám Boha), navštěvovali velké množství chrámů a psali verše oslavující chrámová božstva.

Dokonce i Bhagaván se choval jako věrný stoupenec Arunáčaly. Prováděl *giri-pradakšinu* (obcházení hory) a povzbuzoval ostatní, aby tak činili též. Nikdy nikomu nedovolil, aby kolem něj kroužil, něčím jej ověnčoval nebo mu věnoval *púdžu*. Místo toho vždy ukázal k Arunáčale jakožto k formě *guru*a a řekl, že toto je ten pravý „Ramana Sadguru“ a byl často pohnut k slzám při čtení nebo poslechu *stoter* (náboženských písní). Svůj poslední večer měl oči zavřené déle než dvě hodiny, ale přibližně v osm hodin, když jsme začali zpívat refrén *Akšaramanamalai*, „Arunáčala Šiva“, je na chvíli otevřel a od toho okamžiku až do 8.47 se mu po tvářích kutálely slzy oddanosti. Své tělo opustil, když jsme zpívali verš 72: „Ochraňuj mě Arunáčalo a buď mi oporou, k níž mohu lnout, abych neuvadl jako křehká liána, jež se nemá po čem pnout.“

Když jednou Bhagaván obcházel Arunáčalu a prováděl *pradakšinu* svatyně Durvasy, aby inspiroval ostatní, prohlásil rozverně: „I když jiné svatyně necháváme bez povšimnutí, Durvasu bychom neměli ignorovat.“ (Neboť Durvasa byl dávný mudrc, jenž byl znám pro svoji prudkou povahu). Nicméně, nikdy se před žádným božstvím ani před žádným člověkem neskláněl.

Muruganar byl také příkladem čtvrté úrovně *bhakti*. Bhagavánovi vždy prokazoval zbožnou úctu, například u sebe stále nosil jeho fotografii a poblíž jeho obrázku nikdy nenosil boty. Při pouhé zmínce Bhagavánova jména ronil slzy. Tímto realizoval učení, jež Bhagaván popsal ve verši 39 *Ulladu Narpadu Anubandham*: „Vždy vnímejte *advaitu* (nedvojnost) ve (svém) srdci, (ale) nikdy ji nepřevádějte do konání. Ó synu, *advaita* je vhodná ve třech světech, ale věz, že s *guruem* vhodná není (to znamená, že i když můžeme dosáhnout nedvojného stavu v přítomnosti jakéhokoli ze tří Bohů Brahmy, Višnu a Šivy, nemůžeme nikdy dosáhnout nedvojného stavu v přítomnosti *guru*a).“

Když se mě lidé ptají, proč dělám *pradakšinu* a klaním se Arunácale, odpovídám: „Pokud mě vnímáte jakožto ego, pak je v pořádku, že tak činím. Ale pokud mě vnímáte jako svrchované Já, pak to nejsem já, ale jen moje tělo.“ *Advaita* nemůže být převedena do konání, neboť jde o stav, který je jakéhokoli konání zcela zbaven, neboť jakákoli činnost s sebou nese dvojnost. Žádné konání nemůže změnit skutečnost, že nedvojnost je pravdivá.

Jednou kdosi řekl Bhagavánovi: „Bhagaváne, toto sebezkoumání je velmi obtížné. Mohu namísto toho praktikovat jinou *jógu* nebo meditovat?“ čemuž Bhagaván souhlasně přikývl. Když ona osoba odešla, podívovali se někteří stoupenici tomu, proč Bhagaván něco takového potvrdil, a tak vysvětlil: „On říká, ‚Sebezkoumání je obtížné, čímž má na mysli, že jej nechce praktikovat, tak co mohu dělat? I když mu řeknu, aby nedělal *jógu* nebo aby nemeditoval, stejně nebude sebezkoumání provádět. Za pár měsíců se vrátí a řekne, že meditovat je také těžké a zeptá se, zda by místo toho mohl provádět *džapu*. A když po nějaké době skončí s *džapou*, zjistí, že jeho mysl stále bloudí, a tak přijde a zeptá se, jestli by mohl zpívat *stotry*. Všechno toto bude jen známkou toho, že není schopen dělat nic. Pokud jsme schopni vyvinout byť malou snahu zpívat *stotry* nebo provádět *džapu* nebo jakoukoli jinou *sádhanu*, můžeme věnovat stejně velké úsilí pocitu ‚Já Jsem‘.“

Jindy někdo Bhagavánovi řekl, že se bojí, aby praktikováním sebezkoumání jen nemarnil svůj čas, neboť přes své snahy opakovaně zjišťuje, že se vrací do nepozornosti. A tak se jej tázal, zda by tedy nebylo lepší, aby místo toho prováděl nějakou *džapu*. Bhagaván odpověděl: „Nemáte se čeho bát. Jste jako osoba, která se bojí pustit větve, i když stojí na zemi. Myslíte si, že když se svrchovaného Já pustíte, pustí svrchované Já vás?“

14. ledna 1978

Sádhu Óm: Když byl Muruganar jednou tázán ohledně ostatních *guruů*, odvětil: „Byl jsem oslněn sluncem, takže nevidím nic jiného“.

Jak Bhagaván vysvětluje ve verších 17 a 18 *Ulladu Narpadu*, *adžňánin* omezuje „Já“ na formu těla a realitu na formu světa. Výsledkem toho je, že *adžňánin* nepovažuje „Já“ a realitu za jedno a totéž. Ale *džňánin* vidí, že „Já“ svítí jako neomezené svrchované Já a realita září jakožto beztvará podstata světa, a proto ví, že „Já“ je onou realitou.

Jelikož *džňánin* ví, že svrchované Já je tím jediným, co existuje, nevidí nic jakožto ne-já, a tudíž ví, že dokonce i tělo a svět jsou jeho součástí. Musíme si dát ale pozor, abychom mylně nevykládali *džňáninův* výrok tak, že svět je reálný. To, co *džňánin* vidí jako reálné, je jen „je-ství“ světa. Jak *džňánin*, tak *adžňánin* řeknou: „Toto je stůl,“ ale *adžňánin* vidí jen jeho formu, a tak zaměňuje jeho „je-ství“ za vlastnost této formy, zatímco z pohledu *džňánina* jen „je-ství“ (bytí nebo sat) je

reálné, a tak stůl není ničím jiným než nekonečným, nedělitelným a tudíž beztvárným „je-stvím“.

Poznámka:

I když v tomto kontextu slovo „svrchované Já“ (angl. „self“ pozn. překl.) jednoznačně pojmenovává to, co skutečně jsme a nikoli ego, jímž se být zdáme, jako ve všech ostatních souvislostech záměrně se vyhýbám obecně platnému zvyku psát ve slově „self“ velké „s“, neboť rozlišování mezi vyšším „Self“ a nižším „self“ naznačuje cosi dualistického, a Bhagaván nás učil, že nic jako dvojí „self“ neexistuje. Ať už prožíváme sami sebe takové, jací skutečně jsme nebo jako něco jiného (tedy tělo, mysl a osobnost), stále jsme jedním a tímž „self“. V některých souvislostech může „self“ jasně odkazovat k tomu, čím skutečně jsme a v jiných souvislostech k tomu, čím se teď zdáme být, ale v mnoha různých kontextech není vůbec užitečné toto rozlišovat a vlastně to může být překážkou. V tamilštině Bhagaván někdy používal slovo tan, což znamená self, aby v jedné části věty pojmenoval náš skutečný self a aby pojmenoval náš mylný self (ego) v jiné části téže věty. A jelikož tamilština nerozlišuje velká a malá písmena, nechal na nás, abychom z kontextu vyrozuměli, co měl na mysli. (Michael James).

Vzhledem k tomu, že *džňánin* zažívá tělo jako „Já“ a svět jako realitu, může se zdát, že se chová stejně jako *adžňánin*, ale rozdíl mezi nimi spočívá v jejich pochopení „Já“ a reality. Ačkoli je tento rozdíl z jejich pohledu velmi jemný, je vskutku nesmírný, jako rozdíl mezi vrcholkem hory a údolím.

Během *sádhany* musíme odmítnout všechno to, co není „Já“ jako *anátma* (ne-self, ne-já), ale když prožíváme „Já“ takové, jaké skutečně je, zjistíme, že nic jiného než právě ono neexistuje. Praxe odmítání všeho jiného než „Já“ tím, že ničemu jinému nevěnujeme pozornost, je někdy popisována jako vzestupná cesta, zatímco stav pravého sebe-uvědomění, v němž vše je prožíváno jako totožné s „Já“ je někdy popisován jako cesta sestupná, ačkoli vlastně vůbec nejde o „cestu“, ale o náš přirozený stav bytí.

Tudíž to, co Bhagaván popisuje ve verších 17 a 18 *Ulladu Narpadu*, je „sestupná cesta“, stav „*sahádža samádhi*“, v němž vše je pojímáno jako „Já“. Tento stav je tím, co *šastry* pojmenovávají výroky jako „Toto vše je *brahman*“, ale jelikož *panditové* přemýšlejí o *brahman* jakožto o třetí osobě, nedaří se jim uchopit pravou podstatu těchto poznámek.

Brahman by mělo být vždy považováno za osobu první, „Já“, neboť je naším přirozeným stavem čistého nedvojného sebe uvědomění. Jen pokud opravdu chápeme *brahman* jakožto jediné „Já“, můžeme získat správný náhled (*dristi*), že záměrem těchto posvátných výroků bylo hluboko se do nás zarýt, což je postoj nezbytný pro praktikování *sahádža samádhi*. Tento náhled je názorem: „Toto všechno existuje jen proto, že existuji já“ – to znamená, pevné přesvědčení, že vše, co prožívám, konkrétně mysl, tělo a svět, a vše, co se v nich odehrává, by nemohlo existovat, pokud bych neexistoval já a nezažíval je, a tak jsou naprosto závislé na mém bytí a vědomí „Já Jsem“. Tím, že se pevně přidržíme tohoto názoru, můžeme praktikovat sebezpozorování, i když se zrovna věnujeme vnějším aktivitám.

18. ledna 1978

Sádhu Óm: Sebeopozorování, které provádíme uprostřed dalších aktivit, nebývá velmi hluboké, a tak bychom si měli také vyčlenit čas, abychom jej praktikovali intenzivněji. Když tak učiníme, mělo by být naším záměrem obrátit svoji pozornost o 180° od ostatních věcí směrem ke svrchovanému Já. Pak prožijeme dokonalou čistotu sebe uvědomění, neposkrvněnou ani nejmenším vnímáním něčeho jiného. Toto je stav pravého sebepoznání, který dočista zničí iluzi, že my jsme touto myslí, a potom se iluze prožívání čehokoli jiného kromě „Já“ nikdy nevrátí.

Chcete-li se obrátit o 180 stupňů směrem ke svrchovanému Já a ucítíte, že vaše pozornost ztrácí na intenzitě, nesnažte se ji udržet násilím. Lepší je dovolit jí, aby se na chvíli vrátila k nule a pak to zkusit znovu. Pokud si přejete do něčeho uhadit, je daleko účinnější svou pěst rychle stáhnout zpět, neboť tak bude mít váš úder největší sílu. Podobně bude mít vaše snaha nejvyšší možný účinek, pokud svůj pokus obrátit pozornost ke svrchovanému Já zahájíte na úrovni nula.

Nepřetržitým opakováním těchto nových pokusů se postupně naučíte obracet svoji pozornost blíže a blíže ke svrchovanému Já: O 40, 60, 75 stupňů a více. Mezi jednotlivými pokusy můžete užitečně strávit svůj čas odpočinkem v nule (tj., všímáním si druhých a třetích osob), prováděním *manany* (přemýšlením o Bhagavánovo učení) nebo *šravany* (čtením jeho učení). Mezi jednotlivými pokusy se musíte také starat o to, abyste zůstali nepohnutí, ať už se stane cokoli, neboť jedině tak si můžete vypěstovat pevné základy *vajrágji* (osvobození se od touhy pozorovat cokoli jiného než „Já“) a bhakti (lásky směřované k „Já“), odkud pak budete schopni provést svůj konečný skok, a to úplný obrat o 180 stupňů směrem ke svrchovanému Já.

Někteří zralí žáci tuto nepřetržitou snahu vyvíjet nepotřebují, neboť si jsou svrchovaného Já bděle vědomi neustále, a tedy jsou i stále připraveni na to, aby se ke svrchovanému Já obrátili o plných 180 stupňů. Jejich praxe se dá připodobnit k houpání koulaře, jež se připravuje na svůj vrh.

Když mě Džanaki Matha poprvé učil, jak provádět dualistické meditace jako například *murti-dhjánu* (meditaci na podobu Boha), zjistil jsem, že mě nepřetržitě praktikování takovéto meditace přivádí k vizím a dalším božským prožitkům. Ale brzy jsem pochopil, že takto nikdy svrchované Já nepoznám. Jen *svarúpa dhjána* (meditace na svrchované Já, což je jen jiný název pro to, čemu Bhagaván říkal *átma - vičára*), nás může nechat prožít svrchované Já takové, jaké skutečně je.

19. ledna 1978

Sádhu Óm: Je složité setkávat se se *sádhaky*, kteří jsou na jiné vlně. Naslouchání jejich představám a pohledům, jež se týkají jiných *guruů*, u nás vzbuzuje pocity osamělosti, neboť my milujeme Bhagavána a chceme myslet jen na něj

a naslouchat jen jeho učení. Ale je třeba se vyvarovat toho, abychom druhé poučovali. Nejsme-li k tomu vybídnuti, neměli bychom Bhagavánovo učení nikomu svěřovat.

Jiní *guruové*, jako například Buddha nebo Šankara, přišli na svět šířit své myšlenky. Bhagaván nám však ukázal, že to není nutné. Svět je jako tvůj stín. Když jdeš se svým učením ven, uteče ti mezi prsty, ale pokud si jej necháš uvnitř sebe, bude tě následovat a usadí se v tobě. Pokud tiše udržuješ oheň odevzdání se svrchovanému Já, který v tobě Bhagaván roznítil, a uvnitř svého srdce stále rozpaluješ *šranu*, *mananu* a *nididhjasanu* (studování, rozjímání a praktikování jeho učení), je to ten nejlepší způsob, jak učit svět, aby ho následoval.

„Jednej bez touhy po ovoci,“ říká *Bhagavadgíta*. Sebeopozorování není v podstatě ani činností, ani *karmou*, neboť jde o stav pouhého bytí, nekonání. Ale dokud jej považujeme za něco, co musíme dělat, je tím jediným „konáním“, jež nepřináší žádné ovoce nebo *karma-falu*. Proto je sebeopozorování jedinou pravou *karma-jógou*. Proto Bhagaván říká ve verši 10 *Upadéša Undijar* a ve verši 14 *Ulladu Narpadu Anubandham*: „Bytí, které se usadilo v místě, z něhož (jsme) vyrostli – to je *karma* a *bhakti*, to je *jóga* a *džňána*. Zkoumání, kdo je ten, co nese *karmu*, *vibhakti* a *vijógu* a *adžňanu*, je samo o sobě *karmou*, *bhakti*, *jógou* a *džňanou*. Přijdeme pak na to, že bez „já“ tyto (defekty) nikdy neexistují. Pravou skutečností je jedinečně nepřetržitě setrvávání u svrchovaného Já.“

Když vystupujeme jako „já“, pocítíme, že jsme vtaženi do děje (karmy) a že se nacházíme ve stavu *vibhakti* (neodevzdání se) nebo nedostatku pravé lásky k Bohu, *vijógy* (oddělenosti) od Boha a *adžňány* (nevědomosti) naší pravé přirozenosti. Proto je usazení se ve svrchovaném Já, zdroji, z něhož jsme povstali, a zkoumání, kdo je ten, co prožívá *karmu*, *vibhakti*, *vijógu* a *adžňanu*, tou jedinou správnou cestou, jak praktikovat čtyři základní druhy *jógy* či jak propojit: *niškámja karmu* (konání bez touhy), *bhakti* (oddanost), *rádža jógu* a *džňanu* (sebepoznání). Když takto zkoumáme, pak falešné „já“ poklesne a zmizí a v jeho nepřítomnosti nebude nikdo, kdo by prožíval *karmu*, *vibhakti*, *vijógu* nebo *adžňanu*. To, co zbude, je čistá realita, což je stav, v němž permanentně setrváváme jako svrchované Já, aniž bychom prožívali cokoli jiného.

Kundžu Svámí: Perumal Svámí, jenž se s ášramem dlouze soudil, přišel ve svých posledních letech za Bhagavánem a stěžoval si: „Když jsem byl mladý muž, přišel jsem za tebou pro *mókšu* (osvobození), ale ty jsi dovolil, abych byl sveden na scestí mojí slabou *buddhi* (myslí nebo intelektem). Nyní půjdu zcela jistě do pekla,“ na což Bhagaván odpověděl, „A ty si myslíš, že já tam nejsem?“

Poznámka:

Jindy mi Kunju Svámí vyprávěl podobný příběh: Poté, co ášram vyhrál proces, který proti němu a proti Bhagavánovi vedl u místního soudu Perumal Svámí, přišel za Bhagavánem a zlostně tvrdil: „Ačkoli jsi tenhle případ vyhrál, nedám ti pokoj. Povedu to k vyššímu soudu a budu pokračovat v boji, dokud nevyhraju. Pokud jsi Bůh, jak říkají, můžeš mě uvrhnout do pekla, ale ani tehdy tě nenechám na

pokoji," na což Bhagaván odpověděl: „I když půjdeš do pekla, neopustím tě.“ Ať už tomu Perumal Svámí porozuměl či ne, byla tato slova zdvořilým ubezpečením, že by jej nikdy neopustil, ale zcela jistě by ho zachránil. Slyšel jsem tento příběh i z jiných zdrojů, a tak věřím, že je spolehlivý. (Michael James)

Jindy se nový stoupenec, který právě dočetl Bhagavánův životopis, zlostně zeptal: „Co je zač ten Perumal Svámí?“ ale Bhagaván odpověděl láskyplně: „To je *namma* (náš) Perumal,“ a pokračoval v jeho chvále, popisuje vše dobré, co učinil. Nejen že Bhagaván vůči nikomu necítil žádnou nenávist, ale ani nedovolil, abychom ji cítili my.

Část devět 20. ledna 1978

Sádhu Óm: Kdykoli ve stavu bdělosti necítíte lásku k sebezpozorování, zákonitě se věnujete pozorování druhých a třetích osob (věcí, které jsou jiné než první osoba), a tak je v takových chvílích nejlepší uchýlit se ke *šřavaně* (studiu Bhagavánova učení) a *mananě* (přemýšlení o nich).

Nejefektivnějším způsobem, jak postoupit, je praktikovat sebezkoumání přerušovaně. Je zbytečné se do něj bez přestávky nutit násilně, neboť to by bylo podobné, jako stát hluboko v bahně a zkoušet z něho vybědnout: čím více se snažíte, tím hlouběji klesáte. Pevná opora je zásadní a ta je zajištěna *šřavanou* a *mananou*. Je jí též *vajrágja* (nevášnivost), jež je osvobozením se od potřeby zabývat se objekty majícími charakter druhých či třetích osob a bhakti (oddanost), která je láskou věnovanou pouze osobě první.

Takto by měl probíhat celý náš život, s myslí zaujatou *šřavanou*, *mananou* a *nididhjasanou* (rozjímáním o svrchovaném Já). *Šřavana* a *manana* mohou v závislosti na individuální mysli zabrat mnoho času, ale pravá *nididhjasana* trvá jen zlomek vteřiny. I když se nám podaří otočka o 179 stupňů od všeho ostatního kromě svrchovaného Já, stále to není pravá *nididhjasana*: je to zatím jen snaha - jako skok devět a půl stopy dlouhý přes studnu o průměru deset stop. Takže, abychom se prožili ve své pravosti, musíme provést obrat o plných 180 stupňů.

Také je nutno vědět, jaký typ *šřavany* je efektivní. Správná *šřavana* by měla být zaměřena jen jedním směrem, takže čtení tu toho a tu tamtoho od mnoha různých *guruů* efektivní *šřavanou* není. Nejprve musíte nalézt *guru*a, s jehož myšlenkovým proudem jste zcela v souladu, potom objevit, co je jeho pravým učením, a pak je praktikovat sám/sama. Ačkoli existuje mnoho knih, v nichž jsou zaznamenány Bhagavánovy odpovědi na otázky jeho návštěvníků, a ačkoli obsahují mnoho užitečných myšlenek, nebudeme provádět dostatečnou sádhanu, pokud je budeme jen číst. Obsahují totiž mnoho myšlenek, jež jsou odpověďmi na otázky mnoha různých lidí, kladených z mnoha různých perspektiv, a takové odpovědi často nereprezentují jádro jeho učení, neboť své odpovědi šil vždy na míru tak, aby

vyhověly určitým potřebám, zájmům a snahám každého jednotlivého tazatele a jejich schopnosti či ochotě porozumět tomu, co se jim snažil sdělit.

Abychom pochopili tyto odpovědi v jejich perspektivě, musíme na ně pohlížet v kontextu jeho pravého učení, takže ten, kdo dobře nezná podstatu jeho základního učení, bude vystaven riziku, že jeho odpovědi nepochopí nebo že jimi bude zmaten. Proto, pokud chceme provádět *šřavanu* správně a efektivně, musíme opatrně a opakovaně studovat a přemýšlet o jeho vlastních původních spisech jakými jsou *Nan Yar? (Kdo jsem já?)*, *Upadéša Undijar*, *Ulladu Narpadu*, *Anma Viddai a Ekatma Pančkam*.

Kromě těchto několika málo textů nemusí skutečný aspirant číst nic dalšího, aby pochopil Bhagavánovo základní učení správně. Ani *The Path of Sri Ramana* by nebyla nezbytná, důležitá je jedině proto, že někteří lidé neporozuměli jeho učení správně. Buď nestudovali jeho původní spisy dostatečně pečlivě, byli zmateni jinými knihami, nebo se spoléhali na nedostačující překlady a výklady jeho učení.

Někteří autoři si například představují *sfurana* jako nějakou „pulzaci“, „tepání“ či „vibraci“ srdce, a tak napsali, že to je to, čeho bychom se měli držet. Nicméně, cokoli, co pulzuje, tepe či vibruje, je něčím jiným než „Já“, které to prožívá, a tak jde jen o druhou osobu. Prožitek „Já“, první osoba, je takový, že se nedá nijak jinak popsat. Když Bhagaván užíval termínu *sfurana*, myslel tím jenom *aham-sfurana* (jasný svit „Já“), což není poznáním něčeho nového mimo „Já“, ale novým náhledem na „Já“, na naše svrchované Já. Tj., jde o čerstvou průzračnost našeho sebeuvědomění. Jde o uvědomění téhož „Já“, které prožíváme neustále, ale je prožíváno s čerstvým stupněm průzračnosti. Je to taková čistota, že v momentě jejího prožívání nemáme nejmenších pochyb, stejně jako když jste plně spokojeni po přepychovém jídle, nepochybujete o tom, zda ještě máte hlad. Jakmile to jednou prožijete, průzračnost, jež se nazývá *sfurana*, nemůže být zapomenuta, a pokud se jí pevně držíme, automaticky nás povede do *sahádža sthiti* (naší přirozenosti).

Ačkoli potřebujeme praktikovat sebezpozorování přerušovaně, musíme i mezi těmito pokusy zůstat bdělí, abychom se vyhnuli zbytečným myšlenkám. Většina myšlenek, které nás během dne napadají, slouží pouze k tomu, aby odvedla naši pozornost od svrchovaného Já. A tak musíme svůj návyk zabývat se jen pozorností k sobě samému postupně kultivovat a ničemu jinému se nevěnovat. Pokud bychom každý okamžik, který věnujeme zbytečným myšlenkám, raději věnovali svrchovanému Já, strávili bychom většinu času svého každodenního života sebezpozorováním. Proto je netečnost vůči myšlenkám týkajícím se čehokoli jiného než svrchovaného Já při praktikování sebezpozorování mocnou pomůckou.

Bhagaván to, co prožíval, dokonce i činnost své mysli, svou řeč, ani tělo nikdy nepovažoval za své a nikdy to nevnímal jako „já myslím“, „já mluvím“ nebo „já dělám“. Kvůli naprostému nedostatku pocitu konajícího napsal jménem Perumala

Svámího oslavný verš na sebe sama jakožto Lorda Subrahmanya a podepsal jej „Perumal“.

Poznámka:

Tento verš je uvedený ke konci sekce 291 spisu Talks, v němž je zaznamenáno, že verš byl sice napsán jeho rukou, ale myšlenka patřila Perumalu Svámímu a když byl tázán, zda s obsahem verše souhlasí, odpověděl: „Stejně tak, jako když je modla vychvalována jakožto Subrahmanya.“ (Michael James)

A jménem Jagadisvara Sastri napsal verš *hridaya kuhara mardhye...* (ve středu jeskyně srdce...), který zase podepsal jako „Jagadisa“.

Poznámka:

Bhagavánův tamilský překlad tohoto verše je zahrnut v Ulladu Narpadu Anubandham jako verš 8. (Michael James)

Při utišené mysli mohou vyplouvat pravdy o minulosti a budoucnosti, jež ovšem nemají nic společného se *siddhi* (získání nadpřirozených schopností), neboť se to děje jen v nepřítomnosti jakéhokoli chtění či touhy po tomto zážitku. Podobně jen s tichou a klidnou myslí můžeme pochopit Bhagavánovo mlčenlivé učení. Není získáváno prostřednictvím slov, ale jen jako hluboké a průzračné pochopení a dává nám silné přesvědčení, že nikdo nemůže zpochybnit naši víru v to, co skrz ně objevujeme. I kdybychom se sebevíce snažili, nenajdeme slova, která by vystihla onu čistotu, kterou skrz jeho mlčení poznáváme.

21. ledna 1978

Sádhu Óm: Tím, že v našem světě může bujet falešnost a bezpráví, a pravda a právo mohou být utlačovány, nás Bhagaván jen zkouší. Pokud dovolíme, aby „Já“ vyvstalo jako objekt, bude se nám v našem nitru posmívat: „Tak ty pořád věříš, že je tento svět reálný?“ Proto je naší povinností zůstat v tichosti. Pokud jsme napadeni, musíme reagovat, jako bychom jen odháněli vosu. Ale ať už reagujeme jakkoli, musíme zůstat v tichosti, jak vně, tak uvnitř. Neměli bychom o tom dále přemítat nebo se zlobit na každého, kdo nám nějak neprospěl.

26. ledna 1978

Sádhu Óm: Podobně jako Bhagaván, i Šrí Rámakrišna učil, že Boha poznáme jen tehdy, budeme-li se tázat, kdo je toto „já“, které chce poznat Boha.

Poznámka:

Ke konci kapitoly 7 spisu The Gospel of Šrí Ramakrišna je zaznamenáno, že v pondělí 1. ledna 1883 Šrí Ramakrišna řekl: „Každý nakonec Boha najde tak, že se snaží zjistit, kdo je toto „já“. (1942 American edition, p. 180). (Michael James)

Odevzdat se znamená chtít jen to, co pro nás chce Bhagaván. Pokud jsou naše tužby v rozporu s tím, co chce on, jak by nám mohl poskytnout *mókšu* (osvobození)? To, co chce on, je dát nám *mókšu*, ale *mókša* znamená osvobodit se od touhy, takže pokud nejsme ochotni vzdát se všech svých tužeb, nemůže nám být věnována, neboť Bhagaván nás nebude nutit, abychom přijali to, co sami nechceme.

Když chceme jen to, co on nám sám dá, můžeme žít osvobození od všech trápení a starostí, neboť se nikdy nemůže stát nic jiného než to, co je jeho vůlí, a tak s radostí uvítáme vše, co se nám přihodí. Z toho plyne, že mezi setrváváním u svrchovaného Já a naprostým odevzdáním se není rozdíl. Pokud setrváváme u svrchovaného Já, nemůžeme vnímat nic jiného než svrchované Já. Nemůžeme-li se identifikovat s tělem, jak bychom si mohli cokoli přát nebo se modlit, aby nám byla odejmuta bolest?

Pokud jsou naše přání a naše vůle dokonale naladěny na ty jeho, jak by mu mohly naše *vásany* (tendence či sklony) překážet v jeho práci? Upřímná ochota odevzdat se jeho vůli dokonale neutralizuje moc všech našich dalších *vásan*.

Proto bychom mu měli bez nejmenšího váhání vypsát prázdný šek – tj. plně mu odevzdat svoji původní svobodu vůle a konání – neboť neexistuje nikdo, kdo by nás miloval více než on. Miluje nás jako sebe sama, neboť nás miluje takové, jací skutečně jsme, zatímco my se milujeme jako osoba, která ovšem není naší pravou podstatou.

Čím je silnější naše víra v jeho lásku a moc, tím tišší je naše mysl, a tím klidnější a příjemnější bude náš život. Aby nás zachránil před připoutaností, kterou vytváří naše ego, pracuje stejně těžce a efektivně v každém z nás. Jsem si tím tak jistý, že se sám o nikoho nebojím. Neboť on, jakožto naše pravé Já, pracuje v každém z nás a ví nejlépe, jak každého z nás spasit.

30. ledna 1978

Sádhu Óm: Bhagaván vede své stoupence zvláštním způsobem: nikdy nám neřekne, jak moc jsme v dovednosti setrvávání ve svrchovaném Já pokročili. Je tak mistrovským *guruem*, že nikdy nedopustí, aby vzniklo jakékoli pyšné „já“, které by si myslelo „já jsem na své cestě pokročilo“. Jsme-li velmi pokročilí, budeme se cítit naprosto bezcenní, jak Bhagaván vyjadřuje ve verši 39 *Šrí Arunácala Akšaramanamalai*: „Ó Arunácalo, jak bych tě mohl já, horší než pes, hledat a nalézt!“

Když se otočíme o 130 nebo o 140 stupňů od všech ostatních objektů směrem ke svrchovanému Já, můžeme často uspět, ale stále budeme cítit, že jsou naše pokusy žalostně nedostačující. Jsme jako malé děti, jež rostou, aniž by si toho ti, kdo je vidí denně, všimli. Ačkoli nevíme, co je pro nás nejlepší, Bhagaván to ví a proto se stará o naše zrání takovým způsobem, který je pro náš současný stav vývoje nejvhodnější.

Když poprvé vstoupíme na cestu Šrí Ramany, potřebujeme určitou dávku rozvažování, abychom se v jeho učení pevně ukotvili. V okamžiku, kdy je naše víra dostatečně pevná, se mu můžeme slepě odevzdat. Jakmile víme, že jsme na široké hlavní silnici, jež má pevná svodidla na obou stranách, která nás chrání před tím, abychom sjeli z cesty, můžeme zavřít oči a slepě se rozběhnout vpřed! Proto v druhé části *The Path of Sri Ramana* zdůrazňuji, že se nemůžeme stát *jóga-bhrastou* (osobou,

kteřá sejde z cesty *jógy*) poté, co vstoupíme do třetí nebo čtvrté úrovně ve škole *bhakti* (stádia, v nichž se jedinec naučil nasměrovat svou oddanost jen k Bohu či *guruovi*). Jsme kořistí lapenou v čelistech mocného tygra, a tak již nikdy nebudeme opuštěni.

Ačkoli v žádném případě nemůžeme svůj pokrok v praxi setrvávání ve svrchovaném Já nijak změřit, nestranným rozvažováním o svých vlastních tužbách můžeme posoudit, v jaké úrovni školy *bhakti* se nacházíme. Relativně málo lidí je ve třetím nebo čtvrtém stupni, neboť aby do nich postoupili, musí být sami od sebe plně oddáni buď Bohu, nebo *guruovi*, a to nikoli proto, že by na své oddanosti chtěli něco vyzískat. I mezi Bhagavánovými stoupenci je mnoho těch, kteří se nedostali dále než na třetí úroveň. Ač jsou mu plně oddáni (což je základním požadavkem pro třetí stupeň), stále očekávají, že jim naplní jejich osobní přání a tím způsobem se k němu modlí. Tak není jejich láska k Bhagavánovi čistá, neboť je smíšená s jejich láskou k tomu, co od něho žádají.

Je-li naší největší touhou zničení „já“, vstupujeme do čtvrté úrovně, přestože je v nás stále plno skrytých *vásan*. Tehdy jsme skutečně zachyceni guruovým milosrdným pohledem. Když nás takto zachytí, nemusíme si s našimi *vásanami* dělat starosti, neboť když v nás ukryté touhy promluví, jeho milost nás s jistotou ochrání.

Šravana, *manana* a *nididhjasana* (studium, uvažování a rozjímání) mohou ruku v ruce pokračovat. Když se věnujete nějakému umění, zakusíte všechny nesnáze, které to s sebou nese a taková zkušenost vám umožňuje jasněji a hlouběji pochopit instrukce, které jste obdrželi.

Proto pokaždé, když uklouznete při snaze praktikovat *nididhjasanu* a nepodaří se vám otočit o plných 180 stupňů, vraťte se ke své *šravaně* a *mananě* a zjistíte, že pak můžete Bhagavánovo učení uchopit jasněji.

Šravana a *manana* jsou stále velmi důležité. Některé starověké advaitické texty uvádějí, že i poté, co žák realizuje pravdu, mu guru doporučuje, aby po zbytek života pokračoval stejným způsobem jako předtím, tedy studoval a uvažoval o jeho učení. Jelikož nám *guru* říká, abychom utišili mysl, někdo z toho dělá chybné závěry, že *šravana* a *manana* nejsou potřeba. To by ovšem bylo podobné jako jíst bez rukou, protože nám bylo řečeno, že můžeme jíst pouze ústy. Pokud můžete zůstat v tichosti a dvacet čtyři hodin denně nepřemýšlet, je to dobré, ale pokud se někdy nemůžete myšlení ubránit, přemýšlejte o Bhagavánově učení.

Část deset

1. února 1978

Sádhu Óm: Musíme pochopit, že Bhagaván nepoužívá slovo *ulladu* (což znamená „to, co je“ nebo „ten, který je“), aby označil nějaký abstraktní koncept bytí nebo skutečnosti, jako někteří filosofové. Používá je, aby jednoduše vyjádřil existenci

jediného svrchovaného Já a existenci samozřejmé skutečnosti „Já Jsem“, která je jasně poznatelná každým.

Když „Já“ zůstává tak, jak je, bez jakýchkoli přídavků, je jedinou realitou, ale když povstává jako „já jsem toto tělo“, je nereálné. Tj. v komplexním prožitku „já jsem toto tělo“ je reálné jen to „Já Jsem“ a přídavek „toto tělo“ je nereálný. Tudíž složením reálného a nereálného dochází k tomu, že to „Já“, které cítí „já jsem toto tělo“, je také nereálné.

Jelikož toto „já“ je nereálné, proč bychom se měli znepokojovat jeho defekty: *karma* (činnost), *vibhakti* (nedostatek oddanosti), *vijóga* (oddělenost) a *adžňána* (neznalost svrchovaného Já)? Pokud zkoumáme to „já“, které má tyto defekty, zjistíme, že je nereálné, a tudíž jsou nereálné i všechny jeho defekty. Proto ve verši 14 *Ulladu Narpadu Anubandham* Bhagaván říká: „Zjišťování, ke komu patří *karma*, *vibhakty*, *vijóga* a *adžňána* je samo o sobě *karmou*, *bhakti*, *jógou* a *džňánou*. (To je proto, že) když zkoumáme (sebe sama), (bude jasné, že) tyto (*karma*, *vibhakti*, *vijóga* a *adžňána*) nikdy neexistovaly bez „Já“, (které je samo nereálné). Jedinou pravdou je setrvat permanentně jako svrchované Já.”

První a jedinou naší povinností je nalézt pravdu o tom, kdo je toto „Já“. V *Nan Yar?* (*Kdo jsem já?*) Bhagaván říká, že i ten největší hříšník může být přetvořen a spasen, pokud se pevně drží sebezpozorování.

Všechny takzvané „jiné cesty“ jsou tu jen proto, aby očišťovaly mysl, neboť nemohou zcela zničit ego. Proto Bhagaván říká ve verši tři v *Upadéša Undijar*: „Činnost bez touhy (*niškámja karma*) konaná (s láskou) k Bohu očišťuje mysl a (tudíž) ukazuje cestu osvobození.”

Átma vičára (sebezkoumání či sebedotazování) je jedinou „cestou k osvobození“, jediným prostředkem, jak zničit ego, ale tuto skutečnost pochopí jen taková mysl, která je již do určité míry očištěná. Pokud jsme toto pochopili, nemusíme již nic jiného hledat. Kromě toho, že *vičára* zničí naše ego, očistí naši mysl daleko efektivněji a účinněji, než jakákoli jiná cesta.

Proto jsou jiné cesty než *átma vičára* jen pro ty, kdo nepochopili, že cílem je vyhlazení individuality a *vičára* je jediným způsobem, jak tohoto cíle dosáhnout. Takoví lidé nejsou pravými aspiranty, neboť aspiranty se staneme jediné tehdy, chceme-li s upřímnou láskou nechat toto „já“ opadnout, pro což je *átma vičára* tím jediným prostředkem. Jediný benefit, který pramení z ostatních cest, je dostatečné očištění mysli, nezbytné k tomu, abychom pochopili, že *átma vičára* je cestou, skrz niž můžeme dosáhnout svého konečného cíle, stavu Osvobození či pravého sebezpoznání.

Tomu, jehož mysl není dostatečně průzračná, aby porozuměl, že svoji pravou podstatu můžeme poznat jediné tak, že se pozorujeme, se *átma vičára* jeví jako

„intelektuální sebe-analýza“. Až když se naučíme toto sebezpozorování milovat, budeme *átma vičáru* praktikovat skutečně správně.

2. února 1978

Sádhu Óm: Bhagaván opakovaně zdůrazňoval, že *átma vičára* je tou jedinou pravou a zároveň nejsnazší cestou pro každého. Například, v *Nan Yar? (Kdo jsem já?)* říká: „Jedině (prostřednictvím) *vičáry* (zkoumání), kdo jsem já, může mysl opadnout (či přestat existovat); (...)”

Aby mysl opadla (nadobro), není jiné vhodné cesty než *vičáry*. Pokud je mysl kontrolována jinak, bude se sice tvářit, jako by opadla, (ale) objeví se znovu.(...) Proto je *pránájáma* (ovládání dechu) jen pomůckou, jak mysl ovládnout, ale *manónasu* (zničení mysli) nepřinese. Stejně jako *pránájáma* jsou *murti-dhjána* (meditace na podobu Boha), *mantra-džapa* (opakování posvátných slov jako například božího jména) a *ahára-nijama* (omezení příjmu potravy) jen pomůckami, které kontrolují mysl (ale nepřinesou její zničení). (...)

Ve verši 885 *Guru Váčaka Kovai* Bhagaván říká: „Kromě cesty sebezkoumání toho nejpodstatnějšího vědomí („Já Jsem“) nevede žádná jiná cesta, včetně *karmy*, k dosažení a radostnému prožití svrchovaného Já, pokladu, který září v našich srdcích.”

Ve verši 17 *Upadéša Undijar* říká: „Když někdo vědomě zkoumá podobu mysli, (bude jasné, že) nic takového jako „mysl“ neexistuje. Toto je ta přímá cesta.”

Podobně, v *Maharshi's Gospel* (Kniha 2, kapitola 1) je zaznamenáno, že řekl: „Ať už má vaše dotazování jakoukoli podobu, musíte nakonec dojít k jedinému, svrchovanému Já. (...)

Sebezkoumání je jediným, neomylným prostředkem, jedinou přímou cestou k realizaci nepodmíněného Absolutního Bytí, jímž skutečně jste. (...) jakákoli *sádhana* (duchovní cesta) kromě *átma vičáry* předpokládá používání mysli jakožto nástroje k vykonávání *sádhany* a bez mysli nemůže být praktikována. Ego na sebe v průběhu praxe může brát jiné nebo jemnější podoby, ale není nikdy zničeno. (...) Snaha zničit ego nebo mysl prostřednictvím jiné *sádhany* než *átma vičáry* je jako když zloděj v policejním převleku honí zloděje, tedy sám sebe. *Átma vičára* sama o sobě může odhalit pravdu o tom, že ani ego, ani mysl ve skutečnosti neexistují a umožňuje nám, abychom realizovali čisté, nediferencované Bytí svrchovaného Já nebo Absolutna.

(...) být svrchovaným Já, tedy tím, kdo skutečně jste, je jediným způsobem, jak realizovat blaho, které vám vždy patřilo.”

Jelikož svrchované Já si neuvědomuje nic jiného než samo sebe, „Já jsem“, „být svrchovaným Já“, jednoduše znamená neuvědomovat si nic jiného než jen „Já“, což je celou podstatou praxe *átma vičáry*. Jak Bhagaván říká ve verši 26 *Upadéša*

Undijar: „Být svrchovaným Já je poznat svrchované Já, neboť svrchované Já nejsou dva. (...)“.

Kvůli své touze konstantně zažívat i něco dalšího než jen „Já“, nám může prožívání čistého „Já“ připadat obtížné, ale Bhagaván nás ujišťuje, že to je vlastně velmi snadné – mnohem snadnější než jakýkoli jiný způsob, kterým se snažíme osvobodit. Toto je důrazně potvrzeno ve verši 4 *Átma – Vidjá Kirtanam*: „Chceme-li rozvázat karmická pouta (a) povznést se nad tu trosku, jež vzniká se zrozením, je tato cesta (*átma vičára*) vskutku snadnější, než jakákoli jiná. Když jen Jsme a ukotvíme se ve stavu bez jakékoli činnosti myslí, řeči nebo těla, ach pak se v (našich) srdcích rozsvítí světlo svrchovaného Já. (Toto je) naším věčným prožitkem. Strach zmizí. Jen oceán blaženosti (zůstane). (Proto) ach, je celá ta věda o svrchovaném Já nesmírně jednoduchá, ach, nesmírně jednoduchá!“

Každá další *sádhana* s sebou nese nějakou činnost (*karmu*) myslí, řeči nebo těla, zatímco *átma vičára* je jen o utišení myslí, tedy o tom, že jen zaměříme svoji pozornost do jejího zdroje „Já jsem“. A tak zatímco je jakákoli jiná *sádhana* praxí „konání“, *átma vičára* je praxí pouhého bytí – s dokonalou jasností sebeuvědomění. A jelikož je bytí jednodušší než konání, je *átma vičára* ze všech cest tou nejjednodušší.

Účelem *niškámja púdži*, *džapy*, *dhjány* a všech dalších *sádhán* jiných než *átma vičára*, je jen pročistit mysl. Očištěná mysl je jediným benefitem, který z těchto *sádhán* pramení, neboť žádná z nich nemůže sama o sobě zničit ego. Výhodou očištěné myslí je, že „ukazuje cestu k osvobození“, jak Bhagaván říká ve verši tři *Upadéša Undijar*. Tj. umožňuje myslí, aby rozlišovala, rozuměla a byla pevně přesvědčena o tom, že *átma vičára* je sama o sobě cestou k Osvobození.

A tak, když Šrí Bhagaván říká v *Maharshi's Gospel* (část 2, kap. 1): „*Átma vičára* sama o sobě může odhalit pravdu, že neexistuje ani ego, ani mysl“, není k ostatním *sádhánám* ani zaujatý ani kritický. Jen tvrdí, že ačkoli jiné *sádhany* mysl očišťují, zničit ji nemohou. Proto nemůžeme tyto cesty, jež očišťují mysl, zaměňovat za „cestu k Osvobození“, jež je tou „jedinou cestou“, cestou, kterou ve verši 14 *Upadéša Undijar* popisuje jako *vazhi* („jedinou cestou“ či „cestou pátrání“)

Pravý aspirant je ten, jehož mysl je dostatečně očištěna, aby porozuměl, že *átma vičára* sama o sobě může být „cestou Osvobození“ a tudíž ji milovat. Ti, co toto nepochopí, mohou být nanejvýš stoupenci Boha.

Bhagaván říká, že *átma vičára* je přímou cestou, a to ne proto, že by nás nabádal k přímému útoku na mysl, ale protože chce, abychom se obrátili přímo na svrchované Já, „Já jsem“, a v tomto stavu mysl ignorovali. Proto je *átma vičára* tak říkajíc utíkáním a ukrýváním se před myslí namísto přímého zápasu s ní. Toto je tím, co Ráмова metoda označuje jako usmrcení Valiho.

Vali měl takovou schopnost, že vždy získal polovinu síly každého, s kým se utkal, takže byl automaticky mocnější, než jakýkoli jeho protivník. Proto jej ani Ráma nemohl zabít v přímém souboji, musel se ukrýt za strom a zastřelit ho tam odtud. Stejně jako Vali, i mysl získává polovinu naší síly, snažíme-li se s ní bojovat přímo, neboť naše pozornost je tím, co ji udržuje a živí. Takže čím více si jí všímáme (tj. jejího nepřetržitého toku), tím více síly jí dáváme. Proto je pozorování „Já“ jedinou možností jak ji zničit, neboť jediné tak budeme ignorovat všechny ostatní myšlenky, které mysl tvoří.

Všechny další *sádhany*, jež jsou pouze činnostmi, jež „já“ vykonává, se snaží zničit mysl tím, že ji používají jako prostředek, a proto je Bhagaván přirovnává k někomu, kdo čelí Valimu, nebo ke zloději, který předstírá, že je policistou chytajícím zloděje nebo člověkem snažícím se utéct vlastnímu stínu. Proto nám Bhagaván radí, abychom ignorovali svůj stín, mysl i ego tak, že obrátíme svoji pozornost ke slunci, jímž je „Já Jsem“.

