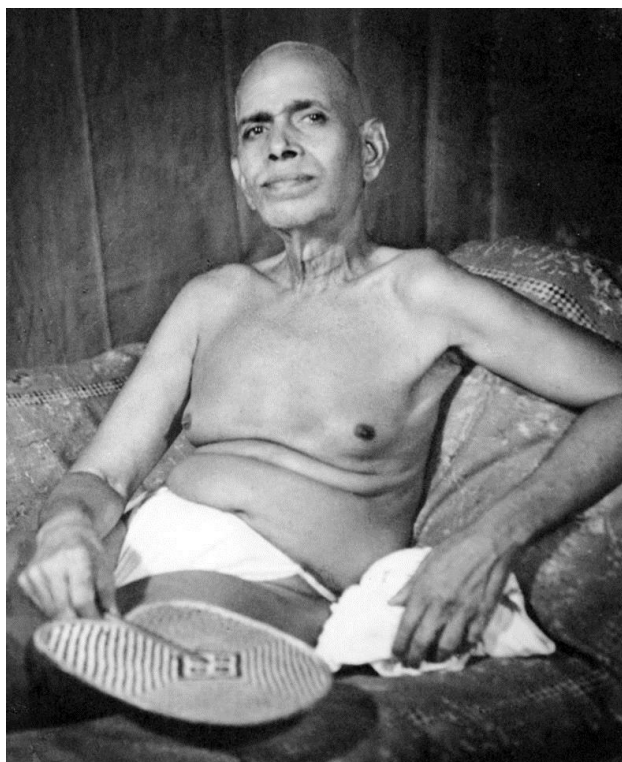


Vymažte ego

vybrané myšlenky a citace z knihy *Vymažte ego*, kterou ze slov Bhagavána sestavil Svámí Raješváránanda
překlad z angličtiny Rudolf Skarnitzl; zveřejněno na www.rudolfskarnitzl.cz



Bhagaván Šrí Ramana Mahářiši

Bhagaván Šrí Ramana představoval ideál lidské rasy. Byl divem světa, který vyzařoval duchovní mír. Byl mystériem nad mystériemi. Jeho život představuje studium božského osvětlení, které spočívá v dynamickém tichu. Všechna trápení a bolesti světa v jeho přítomnosti roztávaly jako led v blízkosti ohně. Ramana byl tím, kdo objevil ztracenou techniku božího uvědomování, která je darem poskytnutým lidstvu.

Ať ho nazýváme mudrcem, filozofem, poustevníkem nebo vtělením Boha, žádný z těchto názvů ho náležitě nevystihuje. Každé z nich vyznívá poněkud nedostatečné, neboť on je všechna převyšuje. Nebyl produktem dnešní doby, ale ani nežil v tradici minulosti.

Neosvítil ho žádný guru a ani svaté písmo jej neučinilo velkým. Byl jedinečný tím, že zůstával pravdivý sám sobě a byl sám sebou. Znalost teorie písma a komentářů k němu přistoupila po jeho seberealizaci. Sám sobě byl hledáním i cílem.

Vytýčil a vyzdvihl před námi slávu a cíl života – znovuzískání plného božského vědomí, naší vlastní vrozené čisté přirozenosti, což není něco, co by se mělo vytvořit či dosáhnout, ale je to uvědoměním, které si je samo sebe plně vědomo a které nemůže mít nějaký začátek či konec, neboť je věčné. Bhagaván prohlásil, že v každém individuálním žití, v každé bytosti, existuje absolutno – *átman*, Já Jsem – samo o sobě.

Realizace vybavuje každého čirým vědomím, stavem neosobnosti, bezčasovosti, bezprostorovosti, bezpříčinnosti, stavem bez ega, svobodou a mírem. Bhagaván byl sám o sobě svědectvím tohoto vznešeného projevu, který skutečně stále stojí před dveřmi každého z nás.

Duchovní Srdce naší bytosti je Srdcem celého vesmíru. Bhagaván je lékem, který přivádí lidstvo do jeho původního stavu, k jeho ztracenému dědictví a štěstí, oproštěnému od sociálních, politických a ekonomických problémů současné doby, včetně jejich nejrůznějších příznaků a strašáků. Bhagaván je lékem pro všechny obtíže, které dělí jednoho člověka od druhého, jednu třídu od druhé, národ od národa, když tyto rozpory bují jako plevel v nové sadbě. Tento lék spočívá vždy v novém a novém probuzení duchovního vědomí lidstva.

Když stoupenec dosáhne určitého stupně zralosti a stane se vhodný pro osvícení, pak stejný Bůh, kterého uctíval, přichází jako guru a vede ho. Guru přichází, aby stoupenci sdělil: „Bůh je v tobě samém. Hluboce se ponoř (do nitra) a realizuj (uvědom si tuto skutečnost).“

Bůh, guru a *átman* je jedno jediné a milost Boha, gurma, *átmanu* je v každém z nás. Kdyby byla něčím vnějším, byla by neužitečná. *Átman* je milostí. Není něčím, co by se mělo získat od jiných. Jediné, co je zapotřebí, je vědět o existenci *átmanu* – milosti v nás. Nikdy nejsme a nemůže být mimo pole jejího působení. Milost je tu stále. Pouze se nejeví, protože převládá nevědomost. Budeme-li mít opravdovou důvěru, pak se začne projevovat. *Šradhdhá*, milost, světlo, duch, jsou všechno synonyma pro pravé Já.

Milost je na začátku, uprostřed i na konci. Pro mylné ztotožňování se s tělem, považujeme milost také za vtělenou, za vtělenou do gurma. Pohled gurma však vidí jen *átman*. Pravé Já je pouze jediné. Guru nám říká, že existuje jen jedno jediné pravé Já a že ono je naší milostí. Odkud by jinak měla milost přicházet? Projev milosti je projevem *átmanu* a naopak. Všechny naše pochyby vznikají z našeho klamného názoru a z následného očekávání pro nás vnějších věcí a záležitostí. Pro *átman* ale neexistuje nic vnějšího.

Nejvyšší formou milosti je ticho. Je také nejvyšším spirituálním poučením. Všechny jiné způsoby instrukcí jsou jen odvozeninou ticha, a proto jsou druhotné důležitosti. Ticho je prvotní formou. Mlčí-li guru, mysl hledajícího se očisťuje sama od sebe.

Stav, který překonává řeč i myšlení je mlčení. Je to meditace bez mentální aktivity. Podrobení mysli je meditací. Hluboká meditace je věčnou promluvou. Ticho je vždy osvobozující, je to věčný proud vyjádření. Ticho vždy oslovuje, je to věčný tok řeči. Ticho je mluvou přerušováno, protože slova zabraňují sdělení. Přednášky mohou posluchače celé hodiny zajímat, aniž by ho však zlepšily. Na druhé straně ticho je trvalé a je dobrodiním pro celé lidstvo. Tichem je míněna výmluvnost. Ústní podání není tak výmluvné jako ticho, neboť ticho je nepřetržitou výmluvností. Je nejlepším vyjadřováním.

Jsou čtyři druhy ticha: ticho řeči, očí, uší a mysli. Jedině to poslední je čirým tichem a je nejdůležitější. Komentář ticha je nejlepším komentářem, jak vyjevil mudrc Dakšinamurti. Pouze ticho je věčnou promluvou, je oním prvotním Slovem a je řečí, která vede od srdce k srdci.

Ego je pouze přízrakem, který nemá vlastní tvar, ale který se živí na tvaru, kterého se drží. Když je tento tvar hledán, dává se ego na útěk a zmizí. Když vyvstane ego, opravdu všechno ostatní vyvstává s ním a jeho zmizením vše ostatní přestává. Zničení ega sebezkoumáním je pravé sebezapření. Bytí, které je bez (pocitu) ega je To, je Tím, co je naším pravým stavem, když je sebezkoumáním realizováno zničení ega.

Abychom poznali pravé Já, není zapotřebí se učit písmo, podobně jako nikdo nepotřebuje zrcadlo, aby věděl, že je sám sebou. Všechno vědění, které jsme nahromadili, je zde pouze k tomu, abychom se ho nakonec vzdali, protože se vztahuje k ne-Já. Zaměstnání, péče o rodinu a o děti nejsou nezbytně překážkou. Pokud nejste schopni nic jiného dělat, tak alespoň mentálně neustále opakujte já-já, ať přitom děláte jakoukoli práci, jedno zda stojíte, sedíte či chodíte. Já je jménem Boha. Je první a největší z manter. I posvátné ÓM je až druhotné.

Když vyvstane individuální já, samo se stane jak subjektem, tak i objektem. Když já jako ego nevystupuje, pak není ani subjektu, ani objektu. Kdo je zralý, tomu není třeba již nic jiného říkat. On ví, že má svou mysl stočit dovnitř, pryč od všeho ostatního. K tomu je však třeba hrdinství (*dhírá*). Ale jakého hrdinství je třeba, abychom našli sami sebe? *Dhí* znamená mysl, *ra* znamená ochranu její energie, aby neplynula do myšlenek. *Dhírá* je tedy ten, kdo dovede zastavit tok myšlenek a stočit mysl dovnitř.

Znát *átman* znamená být *átmanem*. Být znamená znát (prožívat) existenci vlastního bytí, které nikdo nepopírá, stejně jako člověk nepopírá své oči, ačkoli je nevidí. Potíž spočívá v tom, že jedinec touží sám sebe objektivizovat asi podobně, jako člověk objektivizuje své oči, když se postaví před zrcadlo. Člověk je tak navyklý objektivizovat, že až zapomíná poznávat sebe sama jednoduše proto, že pravé Já nelze objektivizovat. Kdo může poznat pravé Já? Je možné, že by jej poznalo necitné tělo nebo mysl? Celou dobu mluvíme jen o já-já-já. Ale když „já“ zkoumáme, říkáme, že o něm nic nevíme. My sami jsme pravé Já, nicméně se tážeme, jak pravé Já – *átman* dosáhnout.

Právě ono nyní se odehrávající navalení těla na *átman*, je tak hluboce zakořeněné, že to co se vidí a co se odehrává před našima očima, se pokládá za samozřejmé, Není však samozřejmý ten, kdo vidí, tj. vidoucí sám o sobě? Jedině vidící je skutečný a věčný. Přebývat v pravém Já a být v pravém Já a nevidět „já“ – to je realizací.

Bhagaván:

Meditace vyžaduje objekt, o kterém by se mohlo meditoval, zatímco při vičáře, sebezkoumáním, existuje jedině subjekt bez jakéhokoli objektu. Tím se meditace liší od vičáry. Vičára je procesem i cílem zároveň. Cílem konečné skutečnosti je „Já Jsem“. Držet se s úsilím čirého bytí, to je vičára. Když je to spontánní a přirozené, pak se jedná o realizaci.

Co je to meditace? Meditace spočívá ve vytěšňování myšlenek. Všechny potíže jsou kvůli myšlenkám a samy o sobě jsou i tyto potíže myšlenkami. Vzdejte se

myšlenek. To je blaho a zároveň i meditace. Myšlenky jsou pro myslícího, Zůstávejte jako pravé Já myslícího, a tím nastane konec myšlenek.

Vědomí je čiré poznání. Z toho vystupuje mysl, která se skládá z myšlenek. Esencí myslí je uvědomování čili vědomí. Když je uvědomování zastřeno egem, pak je funkcí myslí uvažování, myšlení nebo vnímání. Univerzální mysl však není omezena egem a mimo sebe ničeho nemá, a proto je pouze uvědomováním. To je stav, který bible popisuje jako „Jsem, který Jsem“. Egem posedlá mysl je vyčerpaná a příliš slabá, aby odolávala myšlenkám, ať jsou bolestivé nebo radostné.

Mysl je jen proudem myšlenek, které procházejí vědomím a jsou uvědomovány. Ze všech myšlenek je z nich nejprvnější myšlenka „já jsem tělo“. Je to klamná myšlenka, jelikož se však bere za pravdivou, umožňuje, aby vyvstaly i ostatní myšlenky a na tuto prvotní myšlenku se napojily. Mysl tedy není ničím jiným, než výplodem prvotní nevědomosti, a proto je neskutečná.

Pojem „absence myšlenek“ neznamena, že je tu prázdno. Musí tu být někdo nebo něco, kdo či co si nepřítomnost myšlenek uvědomuje. Poznání a nevědomost se týkají pouze myslí a jsou dvojností. Pravé Já je však nad nimi. Neexistuje potřeba, aby pravé Já vidělo něco jiného. Neexistují dvě já. To, co není pravé Já, je jen malé já, ego, které nikdy nemůže pravé Já spatřit. Pravé Já nedisponuje zrakem či sluchem. Je nad smysly. Je zcela samostatné jako čiré vědomí, čiré světlo.

Jak lze nejsnadněji dojít k jednobodovosti (nerozptylování) myslí? Nejsnadnější cestou je, když hledáme její zdroj. Hledejme, zda existuje nějaká taková věc, jako je mysl. Jedině když je mysl, vystoupí požadavek jednobodové myslí. Když mysl zkoumáme a stočíme naši pozornost dovnitř, zjistíme, že žádná taková věc jako mysl není.

Nejsou dvě myslí, jedna dobrá a druhá špatná. Existují pouze *vásany* čili tendence myslí, které jsou dobré, prospěšné, nebo naopak zlé a neprospěšné. Když je mysl spojena s prvním druhem tendencí, pak se nazývá dobrá, když se druhým, nazývá se špatnou. Nicméně když se setkáte s lidmi, kteří jsou plni zlých myšlenek, nedoporučuje se, abyste je nenáviděli nebo jimi pohrdali. Libosti a nelibosti, láska a nenávisť, toho všeho je třeba se vyvarovat. Také se nedoporučuje, aby se mysl zabývala či si hrála s objekty nebo záležitostmi světského světa. Pokud je to jen možné, nepleťte se do záležitostí jiných.

Mysl, ego, intelekt jsou vše jen různá jména pro vnitřní orgán (*antahkárana*). Mysl je jen shlukem myšlenek. Mysl může existovat jedině pro ego. Proto se ego (*aham*) honí za všemi myšlenkami. Proto hledejte, kde já vzniká, a tím zmizí všechny ostatní myšlenky. Mysl je vědomím, které na sebe vzalo omezení. Prapůvodně jsme neomezení a dokonalí. Teprve později bereme na sebe omezení a stáváme se myslí.

Když po myslí požadujeme, aby zabila sebe – mysl, je to stejné, jako když zloděje zaměstnáme jako strážníka. Půjde zajisté s námi a bude předstírat, že chytá zloděje, ale nikdy

se nic nestane. Proto se musíme svojí pozornost stočit dovnitř a hledat, kde mysl vzniká. Pak mysl přestane existovat. Je však samozřejmé, že na duchovní cestě mysl musíme používat. Pouze pomocí mysli můžeme mysl zničit, přesněji rozeznat, co je a co není skutečné.

Jednou jsem byl nějakým křesťanem dotázán na nauku o dědičném hříchu, kde se hovoří o tom, že každý člověk je zrozen v hříchu a že z něho může být vysvobozen pouze vírou v Ježíše Krista. Indická filozofie na to poskytuje následující odpověď: O hříchu se říká, že je v člověku, ale ve spánku není žádného člověčenství. Člověčenství přichází s probuzením, spolu s myšlenkou „já jsem tělo“. Tato myšlenka je skutečným prapůvodním hříchem a musí se odstranit, což nelze jinak, než smrtí ega. Pak už tato myšlenka nevzniká.

Nerozlišené vědomí čirého bytí je Srdcem, kterým ve skutečnosti jsme. Značí to ostatně slovo *hridajam* (já jsem Srdce). Ze Srdce vystupuje pocit „já jsem“, jakožto prvotní, vlastní zkušenost. Tento pocit je sám o sobě *šuddha sattva* (tj. stav, který je nepotřísněný *radžasem* a *tamasem*). Ve stavu *šuddha sattva (svárúpa)* se Já projevuje a vědomě trvá v *džáninovi*.

Závěrem ještě několik citací Bhagavána:

Kdo se sám sebe ptá „Kdo jsem já?“, nebo „Odkud jsem?“, třebaže neustále existuje, podobá se opilci, který se ptá na svou totožnost a kde se nachází.

Skutečností je, že tělo je v átmanu. Zatímco ten, kdo si myslí, že átman je v necitném těle, se podobá tomu, kdo považuje látku promítacího plátna, které umožňuje a je podkladem pro promítání obrazů, za něco, co je obsaženo v promítaných obrazech.

Do Tiruvannamalai existují různé cesty, nicméně Tiruvannamalai je pořád stejné, ať jej dosáhneme z kterékoli strany. Podobě i přístup k realizaci se liší podle typu osobnosti. Nicméně pravé Já je jedno a totéž. Být však v Tiruvannamalai a ptát se na cestu k němu, je směšné. Stejně tak je absurdní, že když jsem átmanem, ptáme se, jak átman realizovat. Vy jste átman a zůstávejte jím. To je vše. Otázky vznikají na základě stávajícího mylného ztotožnění átmanu s tělem. To je nevědomost, která musí zmizet. Po jejím odstranění zůstává jedině átman.

„Já jsem Já“ je átman. „Já jsem to“ představuje ego. Je-li já pokládáno jen za Já, pak je to átman. Pokud se při styku s objekty světa toto uvědomění ztratí a člověk říká: „Já jsem to, nebo ono, jsem takový a onaký,“ pak je to ego.

Bhagaván: Vše je předurčeno.

Osborne: Jak je to tedy potom s odpovědností a se svobodnou vůlí člověka?

Bhagaván: Proč vstupuje tělo do existence? To je určeno různými událostmi, které jsou vytyčeny pro současný život člověka. Co se týče svobody, člověk má neustále svobodu se neztotožňovat s tělem a nebýt dotýkán libostí či nelibostí, které jsou s činnostmi těla spojeny.