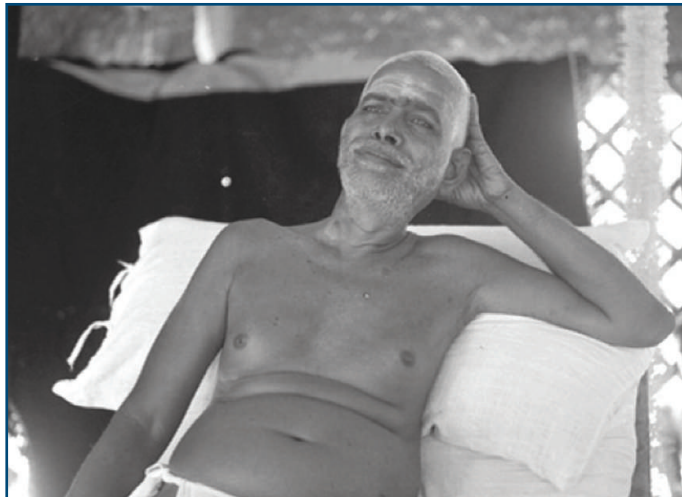


BUĎTE  
ČÍM  
SKUTEČNĚ  
JSTE



RAMANA MAHARŠI



Ramana Mahárši

# BUĎTE ČÍM SKUTEČNĚ JSTE

Učení Šrí Ramany Maháršiho

Editor David Godman

## Obsah

PODĚKOVÁNÍ	5
ÚVOD	6
ČÁST PRVNÍ: JÁ	10
KAPITOLA 1 POVAHA JÁ	10
KAPITOLA 2 UVĚDOMĚNÍ JÁ A NEZNALOST JÁ	17
KAPITOLA 3 DŽŇÁNIN	27
ČÁST DRUHÁ: DOTAZOVÁNÍ A SEBEODEVZDÁNÍ	34
KAPITOLA 4 SEBEDOTAZOVÁNÍ - TEORIE	34
KAPITOLA 5 PRAXE SEBEDOTAZOVÁNÍ	41
KAPITOLA 6 SEBEDOTAZOVÁNÍ - CHYBNÉ CHÁPÁNÍ	51
KAPITOLA 7 VZDÁNÍ SE	59
ČÁST TŘETÍ: GURU	67
KAPITOLA 8 GURU	67
KAPITOLA 9 TICHO A SAT-SANGA	75
ČÁST ČTYŘI: MEDITACE A JÓGA	81
KAPITOLA 10 MEDITACE A KONCENTRACE	81
KAPITOLA 11 MANTRY A DŽAPA	88
KAPITOLA 12 ŽIVOT VE SVĚT	94
KAPITOLA 13 JÓGA	100
ČÁST PÁTÁ: ZKUŠENOST	108
KAPITOLA 14 SAMÁDHI	108
KAPITOLA 15 VIZE A PSYCHICKÉ SÍLY	114
KAPITOLA 16 PROBLÉMY A EXPERIMENTY	119
ČÁST ŠESTÁ: TEORIE	126
KAPITOLA 17 TEORIE STVOŘENÍ A SKUTEČNOST SVĚTA.	126
KAPITOLA 18 REINKARNACE	135
KAPITOLA 19 PODSTATA BOHA	140
KAPITOLA 20 UTRPENÍ A MRAVNOST	146
KAPITOLA 21 KARMA, OSUD A SVOBODNÁ VŮLE	152
SLOVNÍČEK	157
POZNÁMKY A ODKAZY	161
BIBLIOGRAFIE	172

## Ramana Mahárši

*Jedinci si musí své karmany odpykat, ale Íšvara vše řídí tak, aby se karmanů využilo pro jeho cíl co nejlépe. Bůh ovocem karmy manipuluje, ale nic k ní nepřidává ani z ní neubírá. Skladištěm dobré a zlé karmy je podvědomí člověka. Íšvara z tohoto skladiště vybírá to, co vidí jako nejvhodnější pro duchovní rozvoj každého člověka v daném čase, ať je to příjemné nebo bolestné. Nic tu není libovolné.*

### PODĚKOVÁNÍ

Šrí Ramanašramu za povolení otisknout výtahy většiny knih, uvedených v bibliografii.  
Rider a Comp., Londýn, za povolení otisknout výtah z knihy A Search in Secret India.  
Sádhu Óm za povolení otisknout materiál z The Path of Śrí Ramana a za povolení použít a upravit jeho nepublikované překlady děl Śrí Ramany Maháršiho a Guru Vachaka Kovai.  
Michaelu Jamesovi za pomoc při úpravě veršů od Guru Vachaka Kovai a za poskytování konstruktivních rad v průběhu přípravy knihy.

### BUĎTE ČÍM SKUTEČNĚ JSTE

David Godman strávil posledních devět let v Indii, kde studoval a praktikoval učení Śrí Ramany. Je knihovníkem ášramu Śrí Ramany a bývalým vydavatelem The Mountain Path, žurnálu, který propaguje učení Śrí Ramany



# ÚVOD

V roce 1896 odešel šestnáctiletý školák od své rodiny a poháněn vnitřním nutkáním, došel pomalu k Arunáčale, svaté hoře a poutnímu středisku v Jižní Indii. Po svém příjezdu se zbavil všech svých peněz i majetku a vzdal se nově objevenému uvědomění, že jeho skutečnou podstatou je beztvaré, niterné vědomí. Jeho absorpce v tomto uvědomění byla tak intenzivní, že si vůbec neuvědomoval své tělo ani svět; hmyz spolykal kusy jeho nohou, jeho tělo zpusťlo, protože byl při vědomí jen tak dalece, aby se najedl, a jeho vlasy a nehty narostly do neúnosné míry. Po dvou nebo třech letech v tomto stavu se pomalu začal vracet k fyzické normálnosti, což byl proces, který trval po několik let. Jeho uvědomování si sebe jakožto vědomí nebylo tímto fyzickým přechodem ovlivněno a zůstalo nepřerušené a nezkalené po celý zbytek jeho života. Podle Hindského vyjadřování „realizoval Já“; to znamená, že realizoval přímou zkušenost toho, že nexistuje nic kromě nedělitelného univerzálního vědomí, které zakoušel v jeho neprojeveném tvaru jakožto bytí nebo uvědomování a ve tvaru projeveném jakožto zjevený vesmír.

Normálně je toto uvědomění získáno až po dlouhé a namáhavé době duchovního cvičení, avšak v tomto případě k němu došlo spontánně bez předchozího snažení nebo touhy. Ventakaraman, šestnáctiletý školák byl sám v hořejším pokoji domu svého strýce v Madurai (nedaleko jižního cípu Indie), když byl náhle sevřen intenzivním strachem ze smrti. V několika příštích minutách prošel simulovanou zkušeností smrti, během které si byl poprvé uvědoměle vědom, že jeho skutečná podstata je nezničitelná a že nesouvisí s tělem, myslí ani osobností. Mnoho lidí se zmiňovalo o takových neočekávaných zážitcích, ale ty byly téměř vždy dočasné. Ve Ventakaramanově případě byla zkušenost trvalá a neodvolatelná. Od té doby přestalo existovat jeho vědomí jakožto individuální osoby a již nikdy v něm znovu nepůsobilo. Ventakaraman nikomu o své zkušenosti neřekl a šest týdnů udržoval zdání, že je obyčejným školákem. Zjistil však, že zachovávat tuto pózu je stále těžší a po šesti týdnech opustil svou rodinu a odešel přímo ke svaté hoře Arunáčale.

Volba Arunáčaly nebyla zdaleka náhodná. Jméno Arunáčaly během svého krátkého života vždy spojoval s Bohem a bylo pro něj velkým objevem, když zjistil, že tato hora není nějaké nebeské království, ale hmotná pozemská jsoucnost. Hora sama byla Hindy dlouho považována za manifestaci Šivy, hindského Boha a Ventakaraman v pozdějších letech často říkal, že to byla duchovní síla Arunáčaly, která přivedila jeho Seberealizaci. Jeho láska k hoře byla tak velká, že ode dne, kdy k ní v roce 1896 došel, nebylo možno jej až do jeho smrti v roce 1950 přesvědčit, aby odešel dál než dvě míle od jejího úpatí.

Po několika letech, kdy žil na jejích svazích, se jeho vnitřní uvědomění začalo projevovat jako vnější duchovní záření. Toto vyzařování přivábilo malý kroužek oddaných, a ačkoli většinou zůstával tichý, zahájil svou výuku. Jeden z jeho nejprvnějších následovníků, pohnut zřejmou svatostí a moudrostí mladého

muže, se ho rozhodl přejmenovat na Bhagavána Šrí Ramanu Maháršiho - Bhagaván znamená Pán nebo Bůh, Šrí je indický čestný titul, Ramana je zkrácené jméno Venkataraman a Mahárši v sánskrtu znamená „velký zřec“. Jméno získalo u ostatních oddaných oblibu a brzy se stalo titulem, pod nímž se stal známým světu.

V tomto stádiu svého života mluvil Šrí Ramana jen velmi málo a tak bylo jeho učení předáváno neobvyklým způsobem. Místo aby dával slovní poučení, vyzařoval trvale tichou silou, jež zklidňovala mysl těch, kdo na ni byli naladěni a někdy jim i poskytla přímou zkušenost stavu, ve kterém byl on sám neustále ponořen. V pozdějších letech se stal ochotnějším předávat své nauky verbálně, ale i tehdy bylo tiché učení vždy přístupné těm, kdo byli schopni je dobře využít. Šrí Ramana trval během celého svého života na tom, že tento tichý proud síly reprezentuje jeho učení v nejpřímější a koncentrované formě. Důležitost, kterou tomu přikládal, dokazují jeho častá tvrzení v tom smyslu, že slovní poučení mají být dávana jen těm, kdo nejsou schopni porozumět jeho mlčení.

Jak mýjela léta, stával se stále slavnějším. Vyrostlo kolem něj společenství, přicházely tisíce návštěvníků, aby ho viděli a posledních dvacet let svého života byl všeobecně považován za nejpopulárnějšího a nejzbožňovanějšího světce Indie. Někteří z těchto tisíců byli přitahováni mírem, který pociťovali v jeho přítomnosti, jiní věrohodným způsobem, kterým vedl své duchovní následovatele a interpretoval náboženská učení a jiní zase přicházeli, jen aby mu vyprávěli o svých problémech. Ať byly důvody jejich příchodu jakékoli, byl téměř každý, kdo s ním přišel do styku, uchváten jeho prostotou a skromností. Dával se návštěvníkům k dispozici čtyřicet hodin denně tím, že žil a spal ve společné hale, jež byla vždy pro každého otevřena a jeho jediným soukromým vlastnictvím byla bederní rouška, šálek na vodu a vycházková hůl. Ačkoli jej tisíce zbožňovaly jako živoucího Boha, odmítal komukoli dovolit, aby s ním zacházel jako se zvláštní osobností a vždy odmítal přijmout cokoli, co by ve stejné míře nemohl používat každý v jeho ášramu. Podílel se na společné práci a po mnoho let vstával ve tři hodiny ráno, aby pro obyvatele ášramu připravil potravu. Jeho smysl pro rovnost byl legendární. Když jej přicházeli navštívit hosté - nehrálo roli, zda to byly významné osobnosti, venkované nebo zvířata - zacházelo se se všemi se stejným respektem a úctou. Jeho rovnostářský zájem se týkal i místních stromů; své následovníky zrazoval od toho, aby z nich trhali květy nebo listy a kdykoli bylo z ášramových sromů utrženo ovoce, snažil se, aby to bylo provedeno tak, aby strom trpěl co nejmenší bolestí.

Během této doby (1925-50) byla střediskem života ášramu malá hala, kde Šrí Ramana žil, spal a přijímal návštěvníky. Většinu dne trávil sedě v jednom rohu vyzařuje svou tichou silou, přičemž současně odpovídal na dotazy hostů, kteří za ním přicházeli ze všech koutů světa. Jen zřídka svěřoval své myšlenky papíru a tak jeho slovní odpovědi, jež během této doby (zdaleka nejlépe zdokumentované části jeho života) podával, představují největší přetrvávající zdroj jeho učení.



Tato verbální poučení plynula autoritativně z jeho přímého poznání, že vědomí je jedinou existující skutečností. Proto byla všechna jeho vysvětlování směřována k tomu cíli, aby jeho následovníky přesvědčila, že to je jejich skutečný a přirozený stav. Málo jeho následovníků bylo schopno vzít tuto pravdu za svou v její nejvyšší a neředěné formě a proto své učení přizpůsoboval tak, aby vyhovovalo omezenému chápání lidí, kteří k němu přišli pro radu. Vzhledem k této tendenci je možné rozlišit mnoho různých úrovní jeho učení. Na nejvyšší úrovni, jež mohla být vyjádřena slovy, říkával, že existuje pouze vědomí. Byli-li toto tvrzení přijato skepticky, říkával, že uvědomění si této pravdy brání sebeomezující ideje myslí a že kdyby byly tyto ideje odstraněny, byla by realita vědomí odhalena. Většina jeho následovníků shledávala tento přístup na vysoké úrovni poněkud příliš teoretickým - byli zcela ponořeni do sebeomezujících idejí a Šrí Ramana je povzbuzoval k tomu, aby svou představu, že pravda o vědomí jim může být odhalena až po dlouhé době duchovních cvičení, opustili. Aby takové lidi uspokojil, předepisoval jim Šrí Ramana novou metodu pozornosti vůči sobě, kterou nazval sebedotazování. Tuto techniku doporučoval tak často a tak naléhavě, že ji mnoho lidí považovalo za nejvýraznější rys jeho učení.

Ani tak nebylo mnoho lidí spokojeno a žádali dál o radu, týkající se jiných metod nebo se snažili vtáhnout jej do teoretických filosofických diskusí. S takovými lidmi opouštěl Šrí Ramana dočasně své absolutní stanovisko a dával vhodné rady na každé úrovni, na které byl dotázán. Když se při těchto příležitostech zdálo, že akceptuje a schvaluje mnohé z omylů, které jeho návštěvníci měli o sobě samých, bylo to jen proto, aby přitáhl jejich pozornost k některému aspektu svého učení, o kterém věděl, že by jim pomohlo k lepšímu pochopení jeho skutečných názorů.

Tato modifikace jeho učení, jejímž cílem bylo splnění potřeb různých lidí, vedla nevyhnutelně k mnoha rozporům. Jednomu člověku například mohl říci, že individuální já neexistuje a pak se obrátit k jinému a dát mu detailní popis toho, jak individuální já funguje, hromadí karmu a reinkarnuje se. Lze říci, že obě taková protikladná tvrzení jsou pravdivá, pohlížíme-li na ně z různých hledisek, ale první tvrzení má větší platnost, je-li nazíráno z absolutního hlediska vlastní zkušenosti Šrí Ramany. Toto stanovisko, shrnuté jeho tvrzením, že existuje pouze vědomí, je nakonec jediným měřítkem, kterým může člověk realisticky ocenit relativní pravdu jeho značně odlišných a protichůdných tvrzení. Ať se jeho ostatní tvrzení od tohoto jakkoli odlišují, lze předpokládat, že jsou do této míry rozředěnou pravdou.

S touto skutečností na mysli jsem se snažil text knihy uspořádat takovým způsobem, že jeho nejvyšší nauky uvádím na prvním místě a méně důležité nebo ředěnější nakonec. Jedinou výjimkou je kapitola, ve které hovoří o svém tichém učení. Měla by být někde blíže začátku, ale z řady důvodů jsem považoval za účelnější zařadit ji do části, uvedené asi v polovině knihy.

Pro tuto strukturu jsem se rozhodl ze dvou důvodů. Především dává čtenáři možnost odhadnout relativní význam různých uvedených myšlenek a za druhé a zejména, to byla metoda učení, které dával Šrí Ramana přednost. Když ho

hosté přicházeli navštívit, vždy se je snažil přesvědčit o pravdě svých vyšších učení a jen tehdy, když se nezdáli být ochotni je přijmout, oslaboval své odpovědi a hovořil na relativnějším úrovni.

Nauky jsou podány ve formě otázek a odpovědí, ve kterých Šrí Ramana uváděl své názory na různé problémy. Každá kapitola je věnována určitému tématu a každý námět má krátkou předmluvu s úvodními nebo vysvětlujícími poznámkami. Otázky a odpovědi, které tvoří podstatu každé kapitoly, byly vzaty z mnoha zdrojů a uspořádány tak, aby vypadaly jako souvislý rozhovor. Tuto metodu jsem byl nucen použít proto, že nejsou k dispozici dlouhé, souvislé konverzace, které by pokryly celé spektrum jeho názorů na určitý předmět. Pro ty, kdo se o věc zajímají, jsou zdroje citací, jež rozhovory tvoří, uvedeny v seznamu na konci knihy.

Šrí Ramana obvykle odpovídal na otázky jedním ze tří místních jazyků jižní Indie: Tamilštinou, Telugu a Malajalam. Nikdy nebyly pořízeny magnetofonové záznamy a většinu jeho odpovědí spěšně zaznamenávali jeho oficiální vykladači v angličtině. Protože někteří z nich nebyli v angličtině plynně zblhlí, byly některé jejich záznamy mluvnicky nesprávné nebo byly pořízeny v nabubřelé angličtině, která někdy způsobovala, že řeč Šrí Ramany zněla jako mluva pompeziánské viktoriána. Odchýlil jsem se od zveřejněných textů tím, že jsem několik nejhorších případů tohoto druhu opravil; význam nebyl v těchto případech porušen, byl pouze změněn způsob vyjadřování. Některé otázky a odpovědi jsem zkrátil proto, abych zbavil text pasáží, které se příliš odchyľují od diskutovaného tématu. Otázky jsou v knize uváděny jako „Ot.“ a odpovědi Šrí Ramany jako „Odp.“

Původní texty, z nichž jsou tyto rozhovory přejaty, jsou charakteristické přílišnou početností velkých písmen. Většinu z nich jsem odstranil a ponechal je jenom u tří slov: Guru, Já a Srdce. Šrí Ramana těchto výrazů často používal jako synonym pro vědomí, a kdekoli je tento význam zachován, zachoval jsem i velká písmena, abych se vyhnul zmatku.

Na konci knihy je uveden úplný slovníček sánskrtských slov, která nebyla v textu přeložena. Tento slovníček zahrnuje i krátké charakteristiky neznámých lidí, míst a písemných prací, o kterých je v textu zmínka. Šrí Ramana příležitostně užíval sánskrtská slova neobvyklým způsobem. V několika případech tak učinil i v této knize. Neohlížel jsem se na standardní slovníkové definice a uvedl místo nich definice, které přesněji odrážejí zamýšlený význam.



# ČÁST PRVNÍ: Já

To, v čem se všechny světy zdají nepřetržitě existovat, to jehož jsou všechny světy vlastnictvím, to, z čeho všechny tyto světy vznikají, to, proč všechny existují, to, čím všechny tyto světy vešly do existence a to, které tím všim vskutku je - to jediné je existující skutečnost. Chovejme v lásce toto **Já**, jež je skutečností v Srdci. [1]

## KAPITOLA 1

### POVAHA JÁ

Podstata učení Šrí Ramany je vyjádřena jeho častým tvrzením, že existuje jediná vnitřní skutečnost, přímo zažívaná každým, která je současně zdrojem, substancí a skutečnou podstatou všeho, co existuje. Dával jí nespočet různých jmen, z nichž každé označovalo jiný aspekt téže nedělitelné skutečnosti. Následující klasifikace zahrnuje všechna jeho známější synonyma a vysvětluje význam různých použitých termínů.

1) **Já** Tento termín je používán nejčastěji. Definoval jej tím, že řekl, že skutečné **Já** nebo skutečné „**Já**“ není zjevnou zkušeností zkušeností individuality, ale neosobním všezahrnujícím vědomím. Nesmí být zaměňováno s individuálním já, o kterém řekl, že v podstatě neexistuje, protože je výtvořem myslí, jež brání pravdivé zkušenosti skutečného **Já**. Zastával názor, že skutečné **Já** je vždy přítomno a vždy zakoušeno, ale zdůrazňoval, že člověk si ho, takového jaké je, uvědoměle vědom, jen když ustanou sebeomezující tendence myslí. Trvalé a nepřetržitě uvědomování si **Já** je známo jako Seberealizace.

2) **Sat-Čit-Ánanda** je sánskrtský výraz, který se překládá jako Bytí-Vědomí-Blaho. Šrí Ramana učil, že **Já** je čisté bytí, subjektivní vědomí „**Já jsem**“, které je zcela prosté pocitu „**jsem to**“ nebo „**jsem ono**“. V **Já** neexistují subjekty ani objekty, je tu jen uvědomování si bytí. Protože je toto uvědomování vědomé, je také známo jako vědomí. Přímou zkušeností tohoto stavu je podle Šrí Ramany stav nezkaleného štěstí a proto se k jeho popsání používá také výrazu **ánanda** neboli blaho. Tyto tři aspekty, bytí, vědomí a blaho jsou zažívány jako jednotný celek a nikoli jako oddělené atributy **Já**. Jsou stejně nedělitelné, jako jsou vlhkost, průzračnost a tekutost nedělitelnými vlastnostmi vody.

3) **Bůh** Šrí Ramana byl toho názoru, že vesmír je udržován silou **Já**. Protože teisté normálně přisuzují tuto sílu Bohu, používal často slova **Bůh**, jakožto synonyma pro **Já**. Používal i slov 6

**Brahman**, to jest svrchované bytí Hinduismu a **Šiva**, hindské jméno Boha. **Bůh** Šrí Ramany není osobním Bohem, ale beztvarym bytím, jež udržuje vesmír. Není stvořitelem vesmíru, jenž je jen manifestací jeho vnitřní síly; je od něj neoddělitelný, ale není ovlivňován jeho objevováním se ani mizením.

4) **Srdce** Když Šrí Ramana hovořil o **Já**, často užíval sánskrtského slova **hrida-jam**. Překládá se obvykle jako „**Srdce**“ ale doslovnějším překladem by bylo „**zde je střed**“. Při používání tohoto zvláštního termínu neměl na mysli existenci určitého místa nebo centra **Já**, pouze ukazoval, že **Já** je zdrojem, z něhož se manifestuje vše co je zjeveno.

5) **Džňána** **Zkušenost** **Já** se někdy nazývá **džňanou** nebo **poznáním**. Tento výraz by neměl být chápán tak, že existuje osoba, která má poznání **Já**, protože ve stavu uvědomění **Já** neexistuje lokalizovaný znalec, ani nic od **Já** odděleného, co by mohlo být poznáno. Skutečné poznání, neboli **džňána**, není předmětem zkušenosti a není ani pochopením stavu odlišného a odděleného od subjektu znalce. Je to přímé a vědoucí uvědomění jediné skutečnosti, ve které přestaly subjekty a objekty existovat. Ten, kdo je v tomto stavu upevněn, je znám jako **džňánin**.

6) **Turiya** a **turiyatita** Hinduistická filosofie postuluje tři střídající se úrovně relativního vědomí - bdělost, snění a hluboký spánek. Šrí Ramana prohlašoval, že **Já** je základní realitou, která je podkladem objevování se těchto tří dočasných stavů. Proto někdy nazýval **Já** jménem **turiya avastha**, neboli čtvrtým stavem. Příležitostně používal i slova **turiyatita**, jež znamená „**překračující čtvrtý**“, aby vyjádřil fakt, že ve skutečnosti neexistují čtyři stavy, ale jen jeden skutečný transcendentální stav.

7) Ostatní výrazy Za uvedení stojí ještě tři další výrazy pro **Já**. Šrí Ramana často zdůrazňoval, že **Já** je skutečným, přirozeným stavem bytí člověka a proto příležitostně používal výrazů **sahadža sthiti** - přirozený stav a **swarupa**, který znamená skutečný tvar nebo skutečnou přirozenost. Používal i slova „**ticho**“, aby naznačil, že **Já** je tichý, bez myšlenek jsoucí stav nerušeného míru a úplné tichosti.

*Ot.: Co je skutečnost?*

Odp.: Skutečnost musí být vždy skutečná. Nemá tvar ani jméno. To, co je jejich podkladem, je skutečnost. Je základem ohraničení, jsouc sama bez hranic. Není vázána. Je základem neskutečnosti, jsouc sama skutečná. Skutečnost je to, co je. Je jaká je. Překračuje řeč. Je mimo výrazy „**existence**, **neexistence**“ atd. [1]

Jenom skutečnost, která je pouze vědomím, jež zbývá když je zničena nevědomost spolu s poznáváním předmětů, je **Já** (átma). V tomto **Brahma swarupa** (skutečný tvar **Brahman**), jenž oplývá uvědoměním **Já**, neexistuje ani nejmenší nevědomost.

Skutečnost jež plně září bez utrpení a bez těla, nejenom když je svět poznán, ale i když poznán není, je vaším skutečným tvarem (**nija-swarupa**).

Vyzařování vědomí-blaha ve formě jediného vědomí, jež září stejně uvnitř i vně, je svrchovaná, blahopláná prvotní zkušenost. Její formou je ticho a **džňáni** nové ji prohlašují za konečný, nezrušitelný stav pravého poznání (**džňána**).



Vězte, že jen samotná džňána je nepřipoutaností; jen džňána je čistotou, džňána je dosažením Boha; pouze džňána, prostá zapominání Já, je nesmrtelností; jen samotná džňána je vším. [2]

*Ot.: Co je toto vědomí, jak je může člověk dosáhnout a kultivovat?*

Odp.: Vy jste vědomí. Vědomí je jen vaše jiné jméno. Poněvadž jste vědomím, není třeba je získávat nebo kultivovat. Vše, co máte udělat, je vzdát se uvědomování si jiných věcí, jež jsou ne-Já. Pokud se člověk jejich uvědomování zřekne, zbude čisté vědomí, a to je Já. [3]

*Ot.: Je-li samo Já vědomé, proč si je nyní neuvědomují?*

Odp.: Dualita neexistuje. Vaše současné poznání je způsobeno egem a je jen relativní. Relativní poznání potřebuje subjekt a objekt, zatímco vědomí Já je absolutní a objekt nepotřebuje.

Podobně je relativní i paměť, která vyžaduje objekt, jenž má být zapamatován a subjekt, který si pamatuje. Kdo si má pamatovat koho, není-li duality? [4]

Já je vždy přítomno. Každý si přeje poznat Já. Jakou pomoc člověk potřebuje, aby poznal sám sebe? Lidé chtějí Já uvidět jako cosi nového. Já je však věčné a zůstává stále stejné. Přejí si je vidět jako planoucí světlo a podobně. Jak by to bylo možné? Není světlem ani temnotou. Je pouze tím, čím je. Nemůže být definováno. Nejlepší definicí je, „jsem, který jsem“. Šrutis (písma) popisují Já tak, že má velikost lidského palce, konečku vlasu, elektrické jiskry, že je nesmírné, jemnější než nejjemnější, atd. Ve skutečnosti proto nemají důvod. Je to jen bytí, ale odlišné od skutečného a neskutečného; je to vědění, ale odlišné od poznání a nevědomosti. Jak by mohlo být vůbec definováno? Je to prostě bytí. [5]

*Ot.: Co uvidí člověk, když realizuje Já?*

Odp.: Vidění neexistuje. Viděním je pouze bytí. Stav Seberealizace, jak to nazýváme, není získáním něčeho nového nebo dosažením velmi vzdáleného cíle, ale jen bytím, kterým vždy jste a kterým jste vždy byl. Vše, čeho je třeba, je nepokládat nepravdivé za pravdivé. My všichni považujeme za skutečné to, co skutečné není. Musíme se, pokud jde o nás, této praxe vzdát. Pak realizujeme Já jakožto Já. Jinými slovy „budte Já“. Jednou se budete sám sobě smát, že jste se snažil objevit Já, jež je tak samozřejmé. Co tedy můžeme na tuto otázku odpovědět?

Toto stádium překračuje vidoucího i viděné. Není tu žádný pozorovatel, který by mohl cokoli spatřovat. Vidoucí, jenž nyní toto vše vidí, přestává existovat a zůstává samotné Já. [6]

*Ot.: Jak je to možno poznat přímou zkušeností?*

Odp.: Hovoříme-li o poznání Já, musí existovat dvě já, jedno já, které poznává, druhé, jež je poznáváno a proces poznávání. Stav, který nazýváme realizací, znamená prostě být sám sebou, nic nepoznávat ani se ničím nestávat. Jestliže člověk realizoval, je tím, čím jediné je a vždy byl. Člověk nemůže tento stav poznat. Může tím jenom být. My, samozřejmě nepřesně, mluvíme o Seberealizaci, protože chybí lepší termín. Jak má být „realizováno“ neboli uskutečněno to, co jediné je skutečné?

*Ot.: Někdy říkáte, že Já je ticho. Proč?*

Odp.: Pro ty, kdo žijí v Já jakožto kráse prosté myšlenek, neexistuje nic, o čem by se mělo přemýšlet. Co by se s tím dalo srovnat je jenom zkušenost ticha, neboť v tomto svrchovaném stavu neexistuje nic, co by mělo být dosaženo, než člověk sám. [8]

*Ot.: Co je to mouna (ticho)?*

Odp.: Onen stav, který přesahuje řeč a myšlenku je mouna. [9] To, co je, je mouna. Jak by bylo možné vysvětlit mouna slovy? [10]

Mudrci říkají, že jenom stav, ve kterém ani v nejmenším nevzniká „já“-myšlenka, je Já (swarupa), které je tichem (mouna). Jen tiché Já je Bůh, jen Já je džíva (individuální duše). Jenom Já je tento starobylý svět.

Všechny ostatní vědomosti jsou jen drobnosti a triviality; jen zkušenost ticha je skutečné a dokonalé poznání. Vězte, že mnoho vnějších rozdílů je neskutečných, že to jsou pouhá navrstvení na Já, jež má formu skutečného poznání. [11]

*Ot.: Jak je možno říci, že Já je jen jedno jediné, když skutečně všude pozorujeme nesčetná těla a Já, jež je oživují?*

Odp.: Kdyby byla přijata myšlenka „já jsem tělo“, bylo by Já mnoho. Stav, ve kterém tato idea mizí, je Já, protože v tomto stavu není jiných objektů. Z tohoto důvodu je Já považováno za jedno jediné. [12]

Protože tělo jako takové neexistuje z přirozeného hlediska Já ale jen z extrovertního hlediska myslí, oklamané silou iluze, je chybou nazývat Já, prostor vědomí, dehi (vlastník těla).

Svět bez těla neexistuje, tělo nikdy neexistuje bez myslí, mysl neexistuje bez vědomí a vědomí nikdy neexistuje bez skutečnosti.

Pro moudrého, jenž poznal Já zbožštěním se ve svém nitru, neexistuje kromě Já nic, co by mělo být poznáno. Proč? Protože jakmile zmizelo ego, jež ztotožňuje tělesný tvar s „já“, stává se mudrc beztvarým bytím-vědomím. [13]

Džňánin (ten, jenž realizoval Já) ví, že je Já a že nic, ani jeho tělo ani cokoli jiného kromě Já neexistuje. Jaký je pro takového člověka rozdíl mezi přítomností a nepřítomností těla?

Je chybné hovořit o realizaci. Co tu je k realizování? Skutečné je vždy takové, jaké je. Nevytváříme nic nového ani nedosahujeme ničeho, co bychom již dříve neměli. Ilustrace, uváděné v knihách, jsou tyto. Kopeme studnu a vytvoříme velkou jámu. Prostor v jámě jsme my sami nevytvořili. Byl tam již předtím a my jsme jen odstranili hlínu, která jej vyplňovala. Prostor tu byl tehdy a je tu i nyní. Podobně musíme odstranit dlouhověké samskary (vnitřní tendence), které jsou v našem nitru. Když jsme se jich všech vzdali, zazáří samotné Já. [14]

*Ot.: Ale jak to provést a dosáhnout osvobození?*

Odp.: Osvobození je naší vlastní podstatou. To jsme my. Právě ta skutečnost, že si osvobození přejeme, ukazuje, že svoboda od všech pout je naší skutečnou přirozeností. Není to něco, co bychom měli získat. Vše, co je nutné, je zbavit se klamné představy, že jsme spoutáni. Když toho dosáhneme, nebude existovat žádná touha ani myšlenka. Člověk je v poutech tak dlouho, dokud touží po osvobození, tím si můžete být jist. [15]



*Ot.: Říká se, že ten kdo realizoval Já, nebude zakoušet tři stavy - bdění, snění ani hluboký spánek. Je to pravda?*

Odp.: Co vás nutí říkat, že tyto tři stavy nezažívají? Říkáte-li, „měl jsem sen, hluboce jsem spal, jsem bdělý“, musíte připustit, že jste ve všech třech stavech byl. Z toho je jasné, že jste celý ten čas existoval. Zůstanete-li tak jak nyní jste, budete ve stavu bdělém; ten se ve stavu snění skryje a stav snění zanikne, když přejdete do hlubokého spánku. Existoval jste tehdy, jste nyní a existujete v každém čase. Tři stavy přicházejí a mizejí, ale vy existujete vždy. Je to jako v biografu. Plátno je tu stále, ale obrazy se na něm objevují a mizí. Plátno není ničím zasaženo, zůstává plátnem. Podobně zůstáváte i vy ve všech třech stavech svým Já. Když toto víte, nebudou vás tři stavy trápit, právě tak jako obrazy neposkvrní plátno, na němž se objevují. Na plátně někdy vidíte ohromný oceán s nekonečnými vlnami; ten zmizí. Jindy hledíte na oheň, šířící se všude kolem - a ten zmizí rovněž. Plátno tu v obou případech je. Zvlhlo snad vodou nebo je sežehl oheň? Neovlivnilo je nic. Podobně vás vůbec neovlivňují věci, které se přiházejí ve stavu bdělosti, snu nebo hlubokého spánku; zůstáváte svým vlastním Já.

*Ot.: Znamená to, že ačkoli lidé všechny tři stavy - bdění, snění a hluboký spánek zažívají, nejsou jimi ovlivněni?*

Odp.: Ano, je to tak. Všechny tyto stavy přicházejí a odcházejí. Já se tím netrápí, má jen jediný stav.

*Ot.: Znamená to, že takový člověk bude na tomto světě jen jako svědek?*

Odp.: Je to tak; právě z toho důvodu uvádí Vidjaranya v desáté kapitole Pančadasi jako příklad světlo, jež osvětluje jeviště divadla. Když se provozuje divadelní hra, je zde světlo, které bez rozdílu osvětluje všechny herce, služebníky nebo tanečníky a také celé publikum. Toto světlo existovalo dříve než hra začala, existuje během představení i po jeho konci. Podobně dává vnitřní světlo, to jest Já, světlo egu, intelektu, paměti i mysli, aniž by bylo samo podrobena procesu růstu a rozpadu. Ačkoli během hlubokého spánku ani obou ostatních stavů není ego pocíťováno, zůstává toto Já bez atributů a samo ze sebe září. [16]

Ve skutečnosti existuje představa Já jakožto svědka pouze v mysli; není to absolutní pravda o Já. Svědčení se vztahuje k předmětům, kterých se týká. Svědek i předmět jeho svědčení jsou mentální výtvoři. [17]

*Ot.: Jak jsou tři stavy vědomí podřízeny, pokud jde o stupeň skutečnosti, stavu čtvrtému (turija)? Jaký je skutečný vztah mezi těmito třemi stavy a stavem čtvrtým?*

Odp.: Existuje jen jeden stav, a to vědomí nebo uvědomování nebo existence. Stavy bdění, snění a hlubokého spánku nemohou být skutečné. Prostě přicházejí a odcházejí. To, co je skutečné, bude existovat vždy. „Já“ neboli existence, jež jediné přetrvává ve všech třech stavech, je skutečné. Ostatní tři stavy skutečné nejsou a nelze tedy říkat, že mají takový a takový stupeň reality. Zhruba to můžeme říci takto. Existence neboli vědomí je jedinou skutečností. Vědomí plus spánek nazýváme spánkem. Vědomí plus snění nazýváme sněním. Vědomí je plátnem, na němž se všechny obrazy zjevují a mizí. Plátno je skutečné, obrazy jsou

jen pouhé stíny na něm. Protože jsme díky dlouhodobému zvyku považovali tyto tři stavy za skutečné, nazýváme stav pouhého uvědomování či vědomí stavem čtvrtým. Neexistuje však žádný čtvrtý stav, ale jen jeden jediný. [18]

Mezi sněním a bdělým stavem není rozdílu kromě toho, že snění je krátké a bdění dlouhé. Protože je bdění dlouhé, představujeme si, že je to skutečný stav. Naším skutečným stavem je ale turija - čtvrtý, který je vždy stejný, a o stavech snění, bdění a hlubokého spánku nic neví. Protože tyto tři stavy nazýváme avasthas (stavy), říkáme i čtvrtému stavu turijha avastha. Není to však avastha, ale skutečný, přirozený stav Já. Když je toto realizováno, poznáme, že to není turija neboli čtvrtý stav, protože ten je jen relativní, ale že jde o turijatita, stav transcendentální. [19]

*Ot.: Proč by však měly tyto tři stavy vznikat a zanikat na skutečném stavu nebo plátně Já?*

Odp.: Kdo klade tuto otázku? Říká Já, že tyto stavy vznikají a zanikají? Ten, kdo říká, že přicházejí a mizejí, je ten, kdo vidí. Vidoucí a viděné tvoří společně mysl. Podívejte se, zda taková věc jako mysl existuje. Mysl se pak vnoří do Já a neexistuje ani vidoucí ani viděné. Takže správná odpověď na vaši otázku je, „ani nevznikají, ani nemizí“. Trvá pouze Já, takové, jaké vždy je. Tři stavy vděčí za svou existenci tomu, že je nezkoumáme; zkoumání znamená jejich konec. Ať to však člověk vysvětluje jakkoli, skutečnost se nevyjasní, dokud člověk nedosáhne Seberealizace; pak se diví, že byl k samozřejmé a jediné existenci tak dlouho slepý.

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi myslí a Já?*

Odp.: Není tu rozdílu. Mysl obrácená dovnitř je Já, je-li obrácena ven, stává se egem a celým světem. Z bavlny lze vyrobit různé oděvy, kterým dáváme rozličná jména. Zlato zpracované do různých ozdob dostává také různá jména. Všechny oděvy však jsou bavlnou a všechny šperky zlatem. Jediné je skutečné, co je mnohé, jsou pouhá jména a tvary.

Mysl však neexistuje odděleně od Já, to jest, nemá nezávislou existenci. Já bez mysli existuje, ale mysl bez Já neexistuje nikdy. [20]

*Ot.: Říká se, že Brahman je Sat-Čit-Ānanda. Co to znamená?*

Odp.: Ano, je to tak. To, co je, je pouze Sat. To se jmenuje Brahman. Světlem Sat je Čit a jeho přirozeností je Ānanda. Čit a Ānanda se však od Sat neliší. Celá trojice dohromady je známa jako Sat-Čit-Ānanda. [21]

*Ot.: Je-li Já existencí Sat a vědomím Čit, proč jsou popisovány jakožto odlišné od existujícího a neexistujícího, citlivého a necitlivého?*

Odp.: Ačkoli je Já skutečné, otázkám o své realitě, které obsahují dualitu, neposkytuje prostor, neboť zahrnuje vše. Proto se říká, že je odlišné od skutečného i neskučného. Podobně se i přesto, že je vědomím, říká, že je odlišné od citlivého i necitlivého, protože pro Já neexistuje nic, co by mělo poznat nebo čím by mělo být poznáno. [22]

Říká se, že Sat-Čit-Ānanda znamená, že svrchované není asat (odlišné od bytí), není ačit (odlišné od vědomí) ani anánanda (odlišné od štěstí). Poněvadž jsme v jevovém světě, mluvíme o Já jako o Sat- Čit-Ānanda. [23]





## KAPITOLA 2

*Ot.: V jakém smyslu je štěstí či blaho (ánanda) naší skutečnou přirozeností?*

Odp.: Dokonalé blaho je Brahman. Dokonalý mír je Já. To jediné existuje a je vědomé. [24] To, co se nazývá štěstím, je jen přirozeností Já; Já se od dokonalého štěstí neliší. To, co se nazývá štěstím, je jediné, co existuje. Znajete tuto skutečnost a přebýváte ve stavu Já, zažívejte věčné blaho. [25]

Myslí-li člověk, že štěstí je způsobeno vnějšími příčinami a že je jeho majetkem, lze právem dojít k závěru, že štěstí musí růst s jeho rostoucím bohatstvím a mizet úměrně jeho ztrátám. Bude-li člověk bez majetku, bude jeho štěstí nulové. Jaká je skutečná zkušenost člověka? Potvrzuje tento názor?

V hlubokém spánku člověk nemá žádné bohatství a nemá ani své tělo. Namísto aby byl nešťasten, je šťastný. Každý touží po zdravém spánku. Závěr je ten, že štěstí je člověku vlastní a není způsobeno vnějšími příčinami. Člověk musí realizovat Já, aby poklad štěstí otevřel. [26]

*Ot.: Šrí Bhagaván hovoří o Srdci jako o sídle vědomí, jež je identické s Já. Co přesně Srdce znamená?*

Odp.: Nazývejte to jakkoli - Bůh, Já, Srdce nebo sídlo vědomí, je to vždy jedno a totéž. Srdce znamená samotné jádro bytí člověka, centrum, bez něhož nic neexistuje. [27]

Srdce není tělesné, ale duchovní. Slovo hridajam je složeno z částí hri a ajam a znamená „to je střed“. Je to to, z čeho vznikají myšlenky, na čem se drží při životě a kde se rozpouštějí. Myšlenky jsou obsahem mysli a stvořují vesmír. Tomu, z čeho bytostí vstupují do existence, se v Upanišadách říká Brahman. Je to Srdce. Brahman je Srdce. [28]

*Ot.: Jak lze Srdce realizovat?*

Odp.: Neexistuje člověk, který by třeba jen chvíli nezakoušel zkušenost Já. On sám je Já. Já je Srdce. [29]

Srdce je centrem, z něhož vše tryská. Protože vnímáte svět, tělo a podobně, říkáte, že existuje jejich centrum, nazývané Srdce. Když jste v Srdci, poznáte, že Srdce není ani centrem, ani ohraničenou oblastí. Nic kromě něj neexistuje. [30]

Jen vědomí, jež je skutečnou existencí a jež nevychází, aby poznávalo věci, které se liší od Já, je Srdcem. Protože pravda o Já je známa jen tomuto vědomí, které je prosto aktivity, je toto vědomí, které je stále upřeno na Já, jediné, jež je září pravého poznání.

### UVĚDOMĚNÍ JÁ A NEZNALOST JÁ

Šrí Ramana příležitostně naznačoval, že existují tři typy duchovních aspirantů. Nejpokročilejší z nich Já realizují, jakmile jsou poučeni o jeho skutečné podstatě. Aspiranti druhého typu musí o Já nějakou dobu před jeho realizací uvažovat. Příslušníci třetí kategorie jsou méně šťastní, protože k dosažení cíle Sebe-realizace obvykle potřebují dlouhá léta intenzivní duchovní praxe. Šrí Ramana někdy používal k popisu těchto tří úrovní tohoto přirovnání: „Střelný prach se vznítí jedinou jiskrou, dřevěné uhlí musí být nějakou chvílí zahříváno a mokré uhlí vyžaduje ke svému vznícení dlouhodobé sušení a ohřívání.

Příslušníky prvních dvou kategorií Šrí Ramana učil, že existuje jen samotné Já, jež lze přímo a vědomě zažívat nevěnováním pozornosti chybným představám, které o sobě máme. Všechny tyto chybné představy dohromady nazýval „ne-Já“, protože jsou imaginárním nánosem nesprávných představ a mylných pocitů, jež účinně zahalují opravdové zažívání skutečného Já. Základním mylným pocitem je, že je Já omezeno na tělo a mysl. Jakmile si člověk přestane představovat, že je individuální osobností obývajícím určité tělo, celá superstruktura špatných představ se rozpadne a je nahrazena vědomým, trvalým uvědomováním si skutečného Já.

Na této úrovni učení neexistuje problém učení ani cvičení. Vše, čeho je třeba, je pochopit, že Já není cílem, jehož má být dosaženo; je to pouze uvědomění, které nastane, jsou-li odstraněny všechny omezující představy o ne-Já.

*Ot.: Jak mohu dosáhnout Sebe-realizace?*

Odp.: Realizace není nic, co by mělo být nově získáno; je již zde. Je jen třeba je, zbavit se myšlenky „nerealizoval jsem“.

Ticho neboli mír je realizace. Neexistuje ani okamžik, kdy by Já neexistovalo. Pokud trvá pochybnost nebo pocit nerealizovanosti, je třeba snažit se těchto myšlenek zbavit. Jsou vyvolány ztotožňováním Já s tím, co Já není. Když ne-Já zmizí, zůstane pouze Já. Aby vznikl prostor, stačí odstranit předměty. Prostor se odnikud nebere.

*Ot.: Když není bez vásana kšája (zničení tendencí mysli) realizace možná, jak mám uskutečnit stav, v němž jsou vásany zničeny?*

Odp.: V tomto stavu nyní jste.

*Ot.: Znamená to, že přebýváním v Já budou vásany (tendence mysli) zničeny, jestliže a kdykoli se objeví?*

Odp.: Budou samy zničeny, zůstanete-li čím jste.

*Ot.: Jak mám dosáhnout Já?*

Odp.: Žádné dosahování Já neexistuje. Kdyby mělo být Já dosahováno, znamenalo by to, že není zde a nyní a že musí být teprve získáno. Co nově získáváme, také ztrácíme. Nebude to tedy trvalé. Co není trvalé, nestojí zato, abychom o to usilovali. Proto říkám, že Já se nedosahuje. Vy jste Já, již jím jste.



Pravda je, že si svého blaženého stavu nejste vědom. Nevědomost převládá a zahaluje Já, jež je čistou blažeností, závojem. Snaha je zaměřena jen na odstranění tohoto závoje, kterým je nesprávné poznání. Nesprávné poznání je jen klamně ztotožnění Já s tělem a myslí. Tato klamná identifikace musí zmizet a pak zůstane jen samotné Já.

Realizace je proto pro každého; realizace nečiní mezi aspiranty rozdíly. Právě pochybnost o tom, zda můžete realizovat a pocit „nerealizoval jsem“ jsou samy o sobě překážkami. Zbavte se i těchto překážek. [1]

*Ot.: Jak dlouho trvá dosažení mukti?*

Odp.: Mukti nemá být získáno v budoucnosti. Je zde a vždy.

*Ot.: Souhlasím, ale nezažil jsem to.*

Odp.: Zkušenost je zde a nyní. Člověk nemůže popřít své vlastní Já.

*Ot.: To znamená existenci, ale nikoli štěstí.*

Odp.: Existence je totéž co štěstí a štěstí totéž co existence. Slovo mukti je tak provokativní. Proč by měl člověk mukti hledat? Člověk věří, že existuje pouto a proto hledá osvobození. Skutečností však je, že neexistuje pouto, ale jenom osvobození. Proč mu máme dávat jméno a hledat je?

*Ot.: To je pravda, ale jsme nevědomí.*

Odp.: Odstraňte tedy nevědomost. To je vše, co je třeba udělat. Všechny otázky, týkající se mukti, jsou nepřipustné. Mukti znamená osvobození z otroctví, které předpokládá existenci pout. Pouta však neexistují a neexistuje proto ani mukti. [2]

*Ot.: Jaké povahy je realizace obyvatel Západu, kteří uvádějí, že měli záblesky kosmického vědomí?*

Odp.: Přichází to jako blesk a stejně to i mizí. To, co má počátek, musí mít i konec. Pouze je-li realizováno vždy přítomné vědomí, bude realizace trvalá. Vědomí je s námi vždy. Každý ví „já jsem“. Nikdo nemůže své vlastní bytí popřít. Hluboce spící člověk není vědomý, ale v okamžiku, kdy se probudí, se vědomým zdá být. Je to však tatáž osoba. Mezi tím, kdo spal a kdo je nyní bdělý nenastává změna. V hlubokém spánku si nebyl vědom těla a tudíž vědomí těla neexistovalo. V bdělém stavu si svého těla vědom je a vědomí těla tedy existuje. Rozdíl spočívá ve vnoření se vědomí těla a nikoli v nějaké změně skutečného vědomí.

Tělo a vědomí těla vznikají současně a společně i mizí. To vše nás opravňuje abychom řekli, že v hlubokém spánku neexistují omezení, zatímco v bdělém stavu existují. Těmito omezeními jsou vazby. Pocit „jsem tělo“, je mylný. Klamný pocit „já“ musí zmizet. Skutečné „já“ je zde vždy. Je zde a nyní. Nikdy se nově neobjevuje ani znovu nemizí. To, co je, také musí provždy přetrvat. To, co se nově objevuje, bude ztraceno. Srovnajte hluboký spánek se stavem bdění. V jednom z těchto stavů se tělo objevuje, ale ve druhém nikoli. Proto bude tělo ztraceno. Vědomí ale existovalo před ním a přežije je.

Není nikdo, kdo by neřikal, „já jsem“. Příčinou všeho klamu je nesprávný pocit, „Já jsem tělo“. Toto nesprávné poznání musí zmizet. Realizace není získáním něčeho nového a není ani novou schopností. Je to jen odstranění všech kamufláží.

Nejzazší pravda je tak prostá. Neexistuje nic většího než být v prvotním stavu. To je vše, co je třeba říci. [3]

*Ot.: Je člověk v hlubokém spánku blíže čistému vědomí než ve stavu bdění?*

Odp.: Stav spánku, bdění a snění jsou pouhé jevy, objevující se na (pozadí) Já, které je samo nehybné. Je také stavem prostého uvědomování. Může někdo v kterémkoli okamžiku existovat mimo Já? Taková otázka by mohla vzniknout jen kdyby to bylo možné.

*Ot.: Neříká se často, že je člověk v hlubokém spánku čistému vědomí blíže než v bdělém stavu?*

Odp.: Otázku je možno položit i ve formě, „Jsem sám sobě blíže v hlubokém spánku než v bdění?“

Já je čisté vědomí. Nikdo nemůže být od Já vzdálen. Otázka je možná jen tehdy, existuje-li dualita. Ve stavu čistého vědomí však dualita neexistuje.

Týž člověk spí, sní i bdí. Bdění je považováno za stav, plný krásných a zajímavých věcí. Nepřítomnost těchto věcí nutí člověka říkat, že stav spánku je mrtvý. Vyjasněme si tento bod, dříve než pokročíme dále. Připouštíte, že ve spánku existujete?

*Ot.: Ano, připouštím.*

Odp.: Byl jste ve spánku toutéž osobou, která je nyní vzhůru. Je to tak?

*Ot.: Ano.*

Odp.: Takže mezi spánkem a bdělým stavem existuje spojitost. Co to je tato spojitost? Je to jen stav čistého bytí.

Mezi oběma stavy je rozdíl. Jaký? Věci, totiž tělo, svět a předměty se v bdělém stavu objevují, ale ve spánku mizí.

*Ot.: Já však nejsem ve spánku vědomý.*

Odp.: To je pravda, ve spánku neexistuje vědomí těla ani světa. Vy však musíte ve spánku existovat, abyste nyní mohl říci, „Nebyl jsem ve spánku vědomý“. Kdo to nyní říká? Je to bdící člověk. Spáček to říci nemůže. To znamená, že ten, kdo nyní ztotožňuje Já s tělem, říká, že takové uvědomění ve spánku neexistovalo. Protože se ztotožňujete s tělem, vidíte svět kolem sebe a říkáte, že stav bdění je plný krásných a zajímavých věcí. Stav spánku se jeví jako mrtvý, protože jste ve spánku jakožto jedinec neexistoval, takže neexistovaly ani tyto věci. Existuje spojitost bytí ve všech třech stavech, ale neexistuje spojitost mezi jedincem a předměty.

*Ot.: Ano.*

Odp.: To, co je spojité, je i stálé, to jest trvalé. To, co je nespojité, je přechodné.

*Ot.: Ano.*

Odp.: Proto je stav bytí trvalý, ale tělo a svět nikoli. Jsou to prchavé jevy, probíhající na plátně bytí-vědomí, jež je věčné a nehybné.

*Ot.: Relativně vzato, není stav spánku blíže čistému vědomí než stav bdění?*

Odp.: Ano, v tomto smyslu: když přecházíte ze spánku do bdělého stavu, musí se vynořit myšlenka „já“ (individuální já) a musí začít fungovat mysl. Pak vznikají myšlenky a tělesné funkce začínají svou činnost. To všechno dohromady nás nutí říkat, že jsme vzhůru. Nepřítomnost tohoto vývoje je charakteristická pro spánek, který je proto blíže čistému vědomí než bdělý stav.



Neměli bychom si však proto přát stále spát. Je to především nemožné, protože spánek se vždy bude s ostatními stavy střídát. Za druhé, spánek nemůže být stavem blaha, v němž se nalézá džňánin, jehož stav je trvalý a neproměnný. Navíc lidé nepovažují stav spánku za stav uvědomělý, zatímco mudrc je vědomý vždy. Stav spánku se tedy od stavu, ve kterém přebývá mudrc, liší.

A ještě, stav spánku je volný od myšlenek a dojmů jimiž na člověka působí. Nemůže být vůlí člověka měněn, protože úsilí je v jeho podmínkách nemožné. Ačkoli je blíže čistému vědomí, není pro snahy o realizaci Já vhodný. [4]

*Ot.: Není realizace absolutního bytí člověka, to jest Brahma-džňána, něčím zcela nedosažitelným pro laika jako jsem já?*

Odp.: Brahma-džňána není poznání, které má být získáno a jehož získáním může člověk dosáhnout štěstí. To je nesprávný názor, kterého by se měl člověk vzdát. Já, které hledáte, jste opravdu vy sám. Vaše domnělá nevědomost vám způsobuje zbytečný zármutek, tak jako to bylo s deseti pošetilými muži, kteří truchlili nad ztrátou desátého, jenž ve skutečnosti nebyl nikdy ztracen.

Deset bláhových mužů se podle podobenství brodilo proudem a po dosažení protějšího břehu se chtěli přesvědčit, že všichni bezpečně prošli. Jeden začal počítat, ale při počítání ostatních zapoměl na sebe. „Vidím jen devět mužů, jistě jsme jednoho ztratili. Kdo by to mohl být?“, říkal. „Počítal jsi správně?“ ptal se druhý a začal počítat sám. Ale napočítal také jen devět, neboť i on zapoměl na sebe. „Je nás devět“, souhlasili ostatní, „ale kdo chybí?“, ptali se. Každá snaha najít „ztraceného“ druha byla marná. Ať to byl kdokoli, utopil se, řekl nejcitlivější z nich, „je ztracen“. Propukl v pláč a ostatní ho následovali.

Viděl je soucitný kolemjdoucí a vypytl se, co se přihodilo. Pověděli mu to a řekli, že i přes několikeré počítání nemohou desátého najít. Když pocestný slyšel tuto historku a viděl, že je mužů deset, uhodl, co se stalo. Aby pochopili, že je jich deset a že všichni proud přešli, řekl jim: „Ať jeden po druhém počítá sám sebe, ale popořadě, jeden, dva, tři a tak dále, a já přitom každého plácnu, takže si všichni budete jisti, že jste byli do sčítání zahrnuti jen jednou. Tak najdeme chybějícího „desátého.“ Když to muži slyšeli, zaradovali se, že najdou „ztraceného“ druha a na metodu pocestného přistoupili. Laskavý poutník dal každému z těch deseti herdu a každý z nich se přitom sám započítal. „Deset“, řekl poslední, když padla poslední rána. „Je nás deset“, řekli jednohlasně a poděkovali pocestnému, že je zbavil zármutku.

To je podobenství. Kde se ten desátý muž vzal? Byl vůbec někdy ztracen? Naučili se všichni něčemu novému, když zjistili, že tu celou dobu byl? Důvodem jejich zármutku nebyla skutečná ztráta kohokoli, ale jejich vlastní nevědomost nebo spíše pouhá domněnka, že se jeden ztratil.

Přesně stejný je i váš případ. Ve skutečnosti nemáte důvod být ubohý a nešťastný. Vy sám kladete omezení na svou skutečnou přirozenost nekonečného bytí a přitom pláčete, že jste jen konečné stvoření. Potom začnete provádět ta či ona duchovní cvičení, abyste neexistující omezení překročil. Jestliže však samotné vaše cvičení předpokládá omezení, jak vám může pomoci je překročit?

Proto vám říkám, poznejte, že skutečně jste nekonečně čisté bytí, Já. Vždy jste tímto Já a ničím jiným než Já. Proto si nikdy nemůžete nebýt Já vědom. Vaše nevědomost je jen imaginární, podobně jako oněch deseti bláznů, kteří nevěděli o „ztraceném“ desátém. Byla to nevědomost, která jim způsobila zármutek.

Vzete tedy, že pravé poznání vám nevytváří nové bytí, ale jen odstraňuje vaši nevědomou nevědomost. Blaho není k vaší existenci přidáváno, je pouze odhaleno jako váš přirozený stav, věčný a nezničitelný. Jediná cesta, jak se zbavit zármutku, je poznat Já a být jím. Jak by to mohlo být nedosažitelné? [5]

*Ot.: Ačkoli nás Bhagaván nás často poučuje, nejsme schopni chápat.*

Odp.: Lidé říkají, že Já, které je všepřonikající, nejsou schopni poznat. Co mohu dělat? I maličké dítě říká, „já existuji, já dělám, toto je mé“. Každý tedy chápe, že „Já“ existuje vždy. Pouze tehdy, existuje-li „Já“, existuje pocit ztotožnění s tělem - to je Venkanna, toto Ramana, atd. Musíme hledat se svíčkou, abychom věděli, že ten, jenž je vždy viditelný, je naše vlastní Já? Říkat, že neznáme Átma swarupa (tj. skutečnou přítomnost Já), která se od vlastního Já člověka neliší, ale je v něm, je podobné jako říkat, „Neznám sám sebe“. [6]

*Ot.: Jak však má člověk tohoto stavu dosáhnout?*

Odp.: Není cíle, který by měl být dosažen. Neexistuje nic, co by mělo být dosaženo. Jste Já. Existujete vždy. O Já nelze říci nic víc, než že existuje. Vidět Boha nebo Já znamená pouze bytí Já nebo sebou samým. Vidět znamená být. Vy, který jste Já, chcete vědět, jak Já dosáhnout. To je podobné, jako případ muže, jenž byl v Ramanášramu a ptal se, jak je do něj daleko, kolik tam vede cest a která je pro něj nejlepší. Vše, co se od vás žádá, je vzdát se myšlenky, že jste toto tělo a vzdát se všech myšlenek na vnější věci, neboli na ne-Já. [7]

*Ot.: Co to je ego-já? Jak souvisí se skutečným Já?*

Odp.: Ego-já se objevuje a mizí, je pomíjivé, zatímco skutečné Já je trvalé. Ačkoli jste v této chvíli skutečným Já, ztotožňujete skutečné Já s ego-já.

*Ot.: Jak tento omyl vzniká?*

Odp.: Zjistěte, zda vznikl.

*Ot.: Člověk musí povýšit ego-já na opravdové Já.*

Odp.: Ego-já vůbec neexistuje.

*Ot.: Proč nám ale působí potíže?*

Odp.: Či je to potíže? Také potíže je představou. Potíže i potěšení se týkají jen ega.

*Ot.: Proč je svět tak ponořen do nevědomosti?*

Odp.: Starejte se o sebe a svět nechte, ať se o sebe postará sám. Zkoumejte své Já. Jste-li tělem, existuje i viditelný svět. Jste-li duchem, je vše jen duch.

*Ot.: To bude platit pro jednotlivce, ale co zbytek?*

Odp.: Nejprve to proveďte a zjistěte, jestli potom nějaká otázka vzniká.

*Ot.: Existuje avidja (nevědomost)?*

Odp.: Pro koho?

*Ot.: Pro ego-já.*

Odp.: Ano, pro ego. Odstraňte ego a avidja zmizí a přetrvá jen samotné skutečné Já. Ego vyznávající nevědomost není k spatření. Nevědomost ve skutečnosti neexistuje. Všechna písmata mají za úkol nevědomost vyvracet.



*Ot.: Jak vzniklo ego?*

Odp.: Ego neexistuje. Nebo snad připouštíte dvě já? Jak může existovat nevědomost, není-li ego? Začnete-li to zkoumat, zjistíte, že avidja (nevědomost), která už neexistuje, tu není nebo řeknete, že zmizela.

Ego předpokládá nevědomost. Proč myslíte na ego a proč trpíte? Ještě jednou - co je to nevědomost? Je to to, co neexistuje. Život na světě však hypotézu nevědomosti potřebuje. Avidja je jen naše nevědomost a nic jiného. Je to nevědomost neboli zapomenutí Já. Může na slunci existovat tma? A podobně, může před sebe-vědomým a samozářícím Já existovat nevědomost? Kdybyste znal Já, neexistovala by nevědomost ani utrpení.

Je to mysl, která pocituje trápení a bídu. Tma nikdy nepřichází ani neodchází. Spatřujte slunce a tma nebude existovat. Podobně spatřujte Já a shledáte, že neexistuje avidja. [8]

*Ot.: Jak vzniklo neskutečné? Může neskutečné vzniknout ze skutečného?*

Odp.: Zjistěte, zda vzniklo. Z jiného hlediska nic takového jako je neskutečnost neexistuje. Existuje pouze Já. Když se snažíte vystopovat ego, které je základem vnímání světa a všeho ostatního, zjistíte, že ego vůbec neexistuje, stejně jako neexistuje všechno toto stvoření, jež vidíte. [9]

*Ot.: Je to kruté od boží líla, že činí poznání Já tak obtížným.*

Odp.: Poznání Já je bytím Já a bytí znamená existenci, vlastní existenci člověka. Nikdo svou existenci nepopírá o nic víc než své oči, i když je nemůže vidět. Potíž tkví ve vaší touze Já objektivizovat, stejně jako objektivizujete své oči, pohlížíte-li na ně v zrcadle. Jste na objektivitu tak zvyklí, že jste poznání sebe ztratil jednoduše proto, že Já objektivizováno být nemůže. Kdo má poznávat Já? Může je poznat necitlivé tělo? Stále hovoříte a uvažujete o svém „já“, ale jste-li dotázáni, popíráte, že byste je znali. Jste Já a přesto se ptáte, jak Já poznat. Kde je potom boží líla a kde je její krutost? Protože lidé Já popírají, mluví písma o máji, líle atd. [10]

*Ot.: Pomáhá má realizace ostatním?*

Odp.: Ano, zajisté. Je to nejlepší možná pomoc. Ačkoli ve skutečnosti žádní ostatní, kterým by se mělo pomáhat, neexistují. Protože realizované bytí spatřuje pouze Já, podobně jako zlatník vidí ve všech špercích jen zlato. Ztotožnili se s tělem, pak existují jen formy a tvary. Jestliže však své tělo překročíte, zmizí ostatní spolu s vaším tělesným vědomím.

*Ot.: Platí to i pro rostliny, stromy atd.?*

Odp.: Existují vůbec odděleně od Já? Zjistěte to. Myslíte si, že je vidíte. Tato myšlenka prýští z Já. Najděte, kde vzniká. Myšlenky pak vznikat přestanou a přetrvá jen samotné Já.

*Ot.: Teoreticky tomu rozumím, ale přesto tu jsou.*

Odp.: Ano. Je to jako představení v biografu. Na promítací plátno dopadá světlo, a stíny, jež se po něm míhají, vyvolávají v obecnstvu dojem, že sleduje nějakou hru. Kdyby bylo v této hře promítnuto na plátno i obecnstvo, byl by na plátně vidoucí i viděné. Aplikujte to na sebe. Vy jste plátno, Já vytvořilo ego a ego má své myšlenky, které jsou zobrazovány jako svět, stromy a rostliny, na něž se

ptáte. Ve skutečnosti není toto vše nic jiného než Já. Spatřujete-li Já, zjistíte, že je vším, že je všude a vždy. Neexistuje nic jiného než Já.

*Ot.: Ano. Ale stále ještě to chápu jen teoreticky. A přece je odpověď jednoduchá, krásná a přesvědčivá.*

Odp.: I myšlenka, „Nerealizoval jsem“, je překážkou. Ve skutečnosti je jenom Já. [11] Naší skutečnou podstatou je mukti. Představujeme si, že jsme vázání a činíme různé lopotné pokusy, abychom se stali volnými, přestože celou dobu volní jsme. To bude pochopeno teprve až dosáhneme tohoto stádia. Budeme překvapeni, jak šíleně jsme se snažili získat něco, čím jsme vždy byli a čím jsme. Objasní to ilustrace. V této hale usne nějaký muž. Zdá se mu, že odešel na cestu kolem světa, že prochází hory a doly, lesy a pole, pustiny i moře a různé kontinenty a že se po mnoha letech únavného cestování vrací do této země, přijíždí do Tiruvannamalai, vstupuje do ašramu a prochází halou. V tomto okamžiku se probudí a shledá, že se nepohnul ani o píd, ale usnul v hale. Nevrátil se do této haly po velkém úsilí, ale je a vždy byl v ní. Je to přesně tak. Je-li položena otázka, „Proč si představujeme, že jsme vázání, když jsme volní“?, odpovídám, „Proč si představujete, že jste na cestě kolem světa, překračujete hory a doly, pouště a moře, když jste celou tu dobu zde v hale? To vše je mysl neboli mája (iluze)“. [12]

*Ot.: Jak tedy neznalost této jediné skutečnosti v adžňáninovi (ten, kdo nerealizoval Já) tak nešťastně vzniká?*

Odp.: Adžňánin vidí jen mysl, která je pouhým odrazem světla čistého vědomí, vznikajícím v Srdci. O Srdci samotném neví nic. Proč? Protože je jeho mysl stočena ven a nikdy svůj zdroj nehledala.

*Ot.: Co brání nekonečnému nedělenému světlu vědomí, jež vzniká v Srdci, aby se adžňáninovi odhalilo?*

Odp.: Tak jako voda v nádobě odráží nesmírné slunce uvnitř úzkých stěn nádoby, tak také vásany, neboli latentní tendence myslí jedince, fungující jako odrazové médium, zachycují všepřonikající světlo vědomí, vznikající v Srdci. Formou tohoto odrazu je jev nazývaný mysl. Adžňánin, spatřuje pouze tento odraz, je oklamán a uvěří, že je konečným bytím, džívou, individuálním já. [13]

*Ot.: Jaké jsou překážky, jež brání realizaci Já?*

Odp.: Jsou to zvyky myslí (vásany).

*Ot.: Jak tyto mentální zvyky (vásany) překonat?*

Odp.: Realizováním Já.

*Ot.: To je začarovaný kruh.*

Odp.: Je to ego, které vyvolává takovéto potíže, vytvářejíc překážky a trpíc potom zmateností zřejmých paradoxů. Zjistěte, kdo provádí zkoumání a Já bude nalezeno. [14]

*Ot.: Proč je mentální pouto tak vytrvalé?*

Odp.: Podstatou pouta je pouze vznikání ničivé myšlenky, „Jsem odlišný od skutečnosti“. Protože člověk jistě nemůže zůstat od skutečnosti oddělen, odmítněte tuto myšlenku, kdykoli vznikne. [15]

*Ot.: Proč si nikdy nepřipomínám, že jsem Já?*

Odp.: Lidé mluví o paměti a zapomínání plnosti Já. Zapomínání a paměť jsou



jen myšlenkové formy. Budou se měnit tak dlouho, dokud budou existovat myšlenky. Skutečnost však leží za nimi. Paměť a zapomínání musí na něčem záviset. Toto něco musí být pro **Já** cizí, protože jinak by nebylo zapomínání. To, na čem paměť i zapomínání závisí, je představa individuálního já. Když se po něm člověk podívá, individuální „já“ nenajde, protože je neskutečné. Toto „já“ je tudíž synonymem pro iluzi nebo nevědomost (mája, avidja nebo adžňána). Poznat, že nevědomost nikdy neexistovala, je cílem všech duchovních učen. Nevědomost se musí týkat někoho, kdo je vědomý. Uvědomění je džňána. Džňána je věčná a přirozená, adžňána je nepřirozená a neskutečná.

*Ot.: Proč člověk není spokojen, když slyší tuto pravdu?*

Odp.: Protože nebyly zničeny samskary (vnitřní tendence mysli). Dokud nepřestanou samskary existovat, budou tu vždy pochybnosti a rozpaky. K likvidaci pochybností a zmatků směřuje veškeré úsilí. Aby se tak stalo, musí být vykořeněny. Samskary jsou jejich kořeny. Stanou se neúčinnými vlivem cvičení, která předepsal Guru. Guru nechává na hledajícím, aby je prováděl tak, aby mohl sám zjistit, že nevědomost neexistuje. Prvním stádiem je slyšení pravdy (šravana). Není-li pochopení pevné, musí člověk cvičit uvažování (manana) a nepřerušovanou kontemplaci. Tyto dva postupy spálí semena samskár tak, že se stanou neúčinnými. Někteří výjimeční lidé dosáhnou neotřesitelné džňány poté, co jen jedenkrát vyslechnou pravdu. To jsou pokročilí hledající. Začátečnickům trvá její získání déle.

*Ot.: Jak vůbec nevědomost (avidja) vzniká?*

Odp.: Nevědomost nevzniká nikdy. Nemá skutečné bytí. To, co je, je jen vidja (poznání).

*Ot.: Proč je tedy nerealizují?*

Odp.: Vinou samskár. Zjistíte však, kdo nerealizoval a co nerealizoval. Potom bude jasné, že žádná avidja neexistuje. [16]

*Ot.: Začínat cílem je tedy špatné, že?*

Odp.: Pokud existuje cíl, kterého má být dosaženo, nemůže být trvalý. Cíl musí již být zde. Snažíme se dosáhnout cíle pomocí ega, ale cíl existoval před egem. To, co je v cíli, bylo i před naším zrozením, to jest, před zrozením ega. Protože existujeme, zdá se, že existuje i ego.

Pohlížíme-li na **Já** jako na ego, staneme se egem, jestliže na ně hledíme jako na mysl, staneme se myslí, pokud jako na tělo, stáváme se tělem. Je to myšlenka, která tolika způsoby vytváří pochyby. Stín na vodě se chvěje. Může někdo chvění stínu zastavit? Kdyby se přestal chvět, nepozoroval byste vodu, ale jen světlo. Podobně si nevšímejte ega a jeho aktivit a pozorujte jen světlo, jež je za ním. Ego je myšlenka „já“. Pravda „já“ je **Já**.

*Ot.: Je-li to jen záležitost vzdání se představ, pak je to jen jeden krok k realizaci.*

Odp.: Realizace je již zde. Stav volnosti od myšlenek je jediný skutečný stav. Takový děj jako realizace neexistuje. Existuje někdo, kdo nerealizoval **Já**? Popírá někdo svou vlastní existenci? Mluvení o realizaci implikuje dvě já - jedno, které realizuje a druhé, které je realizováno. Má se realizovat něco, co ještě realizováno není. Jak bychom neznali své **Já**, když jednou připouštíme svou existenci?

*Ot.: Kvůli myšlenkám, myslí.*

Odp.: Přesně tak. To co zahaluje naše štěstí je mysl. Jak víme, že existujeme? Říkáte-li, že díky světu kolem nás, jak to tedy, že jste existoval v hlubokém spánku?

*Ot.: Jak se zbavit mysli?*

Odp.: Je to mysl, která chce sama sebe zahubit? Mysl se sama zabít nemůže. Vaším úkolem tedy je najít skutečnou povahu mysli. Potom poznáte, že mysl neexistuje. Když je nalezeno **Já**, není mysl nikde. Přebývá v **Já**, nemusí se člověk o mysl starat. [17]

*Ot.: Je mukti totéž co realizace?*

Odp.: Mukti nebo osvobození je vaší podstatou. Je to naše jiné jméno. To, že chceme mukti, je velmi zábavné. Je to jako když člověk, který dlí ve stínu, stín dobrovolně opustí, vyjde na slunce a pociťuje zde nepříjemné horko; vydá velké úsilí na to, aby se vrátil do stínu a pak se raduje, „Jak sladký je stín! Konečně jsem dosáhl stínu!“ My děláme přesně totéž. Nejsme od skutečnosti odlišni, to jest, vytváříme **bheda bhava** (pocit rozdílnosti) a pak podstupujeme velkou sádhanu (duchovní cvičení), abychom se **bheda bhava** zbavili a realizovali jednotu. Proč si **bheda bhava** představovat nebo vytvářet a pak je ničit? [18]

*Ot.: To lze realizovat jen milostí mistra. Četl jsem Šrí Bhagavatu. Říká, že blaho je možno získat jen v prachu u mistrových nohou. Prosím o milost.*

Odp.: Co jiného je blaho než vaše vlastní bytí? od bytí, jež je totéž co blaho, nejste oddělen. Nyní si myslíte, že jste myslí nebo tělem, jež se obojí mění a pomíjí. Vy jste však neměnný a věčný. To byste měl vědět.

*Ot.: Je tma a já jsem nevědomý.*

Odp.: Tato nevědomost musí zmizet. A dále, kdo říká, „Jsem nevědomý“? Musí to být svědek nevědomosti. Ten je to, čím jste. Sokrates říká, „Vím, že nic nevím“. Může to být nevědomost? To je moudrost.

*Ot.: Proč se tedy cítím nešťastný, když jsem ve Vellore a pociťuji mír ve vaší přítomnosti?*

Odp.: Může být cítění na tomto místě blahem? Říkáte, že když toto místo opustíte, jste nešťastný. Tento mír tedy není trvalý, je smíšen s nešťastností, kterou pociťujete jinde a v jiných časových obdobích. Mír musí být trvalý, aby mohl být užitečný. Je to vaše vlastní bytí, které je trvalé. Budte **Já** a to je blaho. Jste vždy to. [19] **Já** je vždy realizováno. Není třeba snažit se realizovat, co již je a vždy bylo realizováno. Svou vlastní existenci totiž nemůžete popřít. Tato existence je vědomí, **Já**.

Pokud neexistujete, nemůžete klást otázku. Musíte tedy svou existenci připustit. Tato existence je **Já**. Je již realizována. Proto výsledkem snahy realizovat je pouze uvědomění si vašeho současného omylu - totiž, že jste své **Já** nerealizoval. K žádné realizaci nedochází. Jen se odhaluje **Já**.

*Ot.: To zabere léta.*

Odp.: Proč léta? Představa času je jen ve vaší mysli. Pro **Já** čas neexistuje. Čas jako představa vzniká až po vzniku **Já**. Vy však jste **Já** mimo prostor a čas. Existujete i bez prostoru a času. [20]



Kdyby byla pravda, že to realizujete později, znamenalo by to, že nyní realizován nejste. Nepřítomnost realizace v této chvíli se může opakovat v každém okamžiku budoucnosti, protože čas je nekonečný. Proto by také taková realizace nebyla trvalá. To však není pravda. Považovat realizaci za netrvalou je chyba. Je to opravdu věčný stav, který nemůže být změněn.

*Ot.: Ano, časem to pochopím.*

Odp.: Vy to již jste. Čas a prostor nemohou **Já** ovlivnit. Existují ve vás. I všechno to, co kolem sebe vidíte, je ve vás. Existuje příběh, který tento bod ilustruje. Jakási dáma měla kolem krku nádherný náhrdelník. Jednou na to v rozčilení zapoměla a myslila, že se ztratil. Dostala strach a prohledala celý svůj dům, ale marně. Ptala se svých přátel a sousedů, zda o něm něco nevědí. Nevěděli. Nakonec jí přítel poradil, aby se pokusila svůj náhrdelník ucítit na krku. Tak zjistila, že ho měla na krku celou tu dobu a byla šťastná. Když se jí ostatní později ptali, zda ztracený náhrdelník našla, řekla, „Ano, našla jsem jej“. Stále ještě cítila, že ztracený šperk našla.

Nuže, ztratila jej vůbec? Měla jej celou dobu kolem krku. Ale posuďte její pocity. Byla šťastná, jakoby našla ztracený šperk. S námi je to podobné, představujeme si, že jsme v určité době realizovali toto **Já**, zatímco jsme nikdy nic jiného než toto **Já** nebyli. [21]

*Ot.: Musí existovat něco, co mohu udělat, abych tohoto stavu dosáhl?*

Odp.: Představa, že existuje cíl a cesta k němu, je špatná. My jsme vždy cílem a mírem. Toto vše chceme jen proto, abychom se zbavili pocitu, že mírem nejsme.

*Ot.: Všechny knihy říkají, že je nezbytné vedení Gurua.*

Odp.: Guru vám řekne jen to, co teď říkám já. Nedá vám nic, co byste již neměl. Nikdo nemůže dostat něco, co by již neměl. I kdyby něco takového dostal, odejde to, jak to přišlo. Co přišlo, to také odejde. Zůstává jen to, co bylo vždy. Guru vám nemůže dát nic nového, co byste již neměl. Vše, co je třeba, je odstranění pocitu, že jsme nerealizovali **Já**. Jsme vždy **Já**, jen si to neuvědomujeme. [22] Chodíme kolem dokola a hledáme átman (**Já**) říká, „Kde je átma? Kde je?“, až nakonec je dosaženo úsvitu **džňána drishti** (víze poznání) a my říkáme, „Toto átma jsem já“. Tuto vízi bychom si měli osvojit. Jakmile je jednou dosažena, přestane připoutanost existovat, i když se bude člověk pohybovat ve světě. Jakmile jste si jednou obul střevíce, nepocítíte vaše noha při chůzi po kamenech či trnách na cestě, žádnou bolest. Chodíte beze strachu nebo starostí, i když vám stojí v cestě hory. Stejně bude pro toho, kdo dosáhl **džňána drishti**, všechno přirozené. Co existuje kromě vlastního **Já**?

*Ot.: Přirozený stav lze poznat jen když pomínou všechny tyto světské víze. Jak však docílit, aby pomínuly?*

Odp.: Pomine-li mysl, pomine celý svět. Příčinou toho všeho je mysl. Jestliže ta pomine, projeví se přirozený stav sám. **Já** samo sebe po všechny časy prohlašuje za „**Já-Já**“. Je samozářící. Je zde. Je toto vše. My jsme jenom toto. Proč bychom to hledali, když tím jsme? Staří říkají: „Bude-li vidění absorbováno v **džňáně**, uvidí člověk svět jakožto Brahman“.

## KAPITOLA 3

### DŽŇÁNIN

Mnoho návštěvníků **Šrí Ramany** projevovalo nenasytnou zvědavost, pokud jde o stav **Seberealizace** a zajímali se zejména o to, jak **džňánin** zažívá sám sebe a okolní svět. Některé otázky, které byly **Bhagavánovi** položeny k tomuto předmětu, odrážely bizarní představy o tomto stavu, které má mnoho lidí, ale většína z nich byla obměnou některého z následujících dotazů:

1) Jak může **džňánin** fungovat bez jakéhokoli individuálního uvědomování nebo vědomí?

2) Jak může říkat, že nic nedělá (stanovisko, které **Šrí Ramana** často uváděl), když ostatní vidí, že je ve světě aktivní?

3) Jak vnímá svět? Vnímá jej vůbec?

4) V jakém vztahu je **džňáninovo** uvědomování si čistého vědomí k proměnlivým stavům těla a myslí, které jsou zažívány v bdělém stavu, ve stavu snění i hlubokého spánku?

Skrytým předpokladem všech těchto dotazů bylo přesvědčení, že tu je osoba (**džňánin**) zažívající stav, který se nazývá **Já**. Tento předpoklad není správný. Je pouhou mentální konstrukcí, kterou vymysleli ti, kdo **Já** nerealizovali, aby **džňáninově** zkušenosti dali smysl. Dokonce i používání slova **džňánin** je známkou této chybné víry, protože tento výrazdoslova znamená toho, kdo zná **džňánu**, skutečnost. **Adžňánin** tento výraz používá proto, že si představuje, že svět je vytvořen z těch, kdo pravdu hledají a těch, kdo znají skutečnost; pravda **Já** je ta, že neexistují ani **džňáninové** ani **adžňáninové**, ale jen **džňána**.

**Šrí Ramana** na to poukazoval přímo i nepřímo při mnoha příležitostech, ale jen málo tazatelů bylo schopno třeba jen pojmově pochopit důsledky tohoto tvrzení. Z toho důvodu své myšlenky přizpůsoboval tak, aby odpovídaly předpoklům jeho posluchačů. Ve většině rozhovorů, uvedených v této kapitole, uznává, že tazatelé vnímají rozdíl mezi **džňáninem** a **adžňáninem**, a aniž by vyvracel základ tohoto předpokladu, přijímá úlohu **džňánina** a pokouší se vysvětlit důsledky bytí v tomto stavu.

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi **baddha** a **muktou**, člověkem spoutaným a osvobozeným?*

Odp.: Běžný člověk žije v mozku a není si vědom sám sebe v Srdci. **Džňána siddha** (**džňánin**) žije v Srdci. Když se pohybuje, jedná s lidmi a zachází s věcmi, ví, že to, co vidí, není odděleno od svrchované skutečnosti, **Brahman**, kterou realizoval v Srdci jako své vlastní **Já**, skutečno.

*Ot.: Jak je to s běžným člověkem?*

Odp.: Právě jsem řekl, že vidí věci mimo sebe. Je oddělen od světa, od své vlastní hlubší pravdy, od pravdy, která je podstatou jeho i toho, co spatřuje. Člověk, který realizoval svrchovanou pravdu své vlastní existence, realizuje, že to je jediná svrchovaná skutečnost, jež je za ním, za světem. Doopravdy si je jakožto



jediného a skutečného vědomí **Já** ve všech já, **Já** věčného a neměnného ve všem, co je dočasné a proměnlivé. [1]

*Ot.: Jaký je vztah mezi čistým vědomím, které realizoval džňánin, a „jástvím“, které je uznáváno jako první fakt zkušenosti?*

Odp.: Nediferencované vědomí čistého bytí je Srdce, neboli hridajam, kterým skutečně jste. Ze Srdce vzchází „jáství“ jakožto prvotní údaj lidské zkušenosti. Samo o sobě má naprosto čistý (**suddha sattva**) charakter. V této formě prvotní čistoty (**suddha- sattva-swarupa**) není kontaminováno **radžasem** ani **tamasem** (činností a netečností), takže „Já“ se jeví takové, jaké by existovalo v džňáninovi.

*Ot.: V džňáninovi existuje ego v čisté formě a proto se jeví jako něco skutečného. Mám pravdu?*

Odp.: Existence ega v jakékoli formě, ať v džňáninovi nebo adžňáninovi, je sama zkušeností. Avšak pro adžňánina, který je sveden k tomu, aby si myslel, že bdělý stav a svět jsou skutečné, se jako skutečné jeví i ego. Protože vidí, že džňánin jedná jako ostatní jedinci, cítí se nucen postulovat nějakou představu individuality i vzhledem ke džňáninovi.

*Ot.: Jak tedy v džňáninovi funguje **aham vritti** („já“ - myšlenka)?*

Odp.: Nefunguje v něm vůbec. Skutečnou podstatou džňánina je samo Srdce, neboť je totožný s nediferencovaným, čistým vědomím, o kterém mluví Upanišady jako o **pradžňáně** (plném vědomí). Pradžňána je skutečně Brahman, absolutno, a neexistuje Brahman od pradžňány odlišné. [2]

*Ot.: Má džňánin **sankalpy** (touhy)?*

Odp.: Hlavními kvalitami obyčejné mysli jsou **tamas** a **radžas** (netečnost a vzruch); taková mysl je plná egoistických tužeb a slabostí. Džňáninova mysl však je **suddha-sattva** (čistá harmonie) a je beztvářá, fungujíc v jemné **vidžňá-namajakóša** (pochva poznání), jejímž prostřednictvím udržuje kontakt se světem. Jeho touhy jsou proto také čisté. [3]

*Ot.: Snažím se džňáninův náhled na svět pochopit. Je svět po realizaci vnímán?*

Odp.: Proč si děláte starosti se světem a s tím, co se stane po realizaci? Nejprve realizujte **Já**. Co na tom, zda je svět vnímán nebo ne? Ziskáváte něco, co by vám pomohlo ve vašem zkoumání, když svět během spánku nevnímáte? A naopak, ztrácíte snad něco, když svět vnímáte? Pro džňánina nebo adžňánina je zcela nepodstatné, zda svět vnímají nebo ne. Spatřují jej oba, ale jejich hlediska se různí.

*Ot.: Vnímají-li džňánin a adžňánin svět podobným způsobem, jaký je mezi nimi rozdíl?*

Odp.: Spatřuje svět, spatřuje džňánin **Já**, jež je podkladem všeho viděného.; adžňánin, ať svět vidí nebo ne, neví nic o jeho pravém bytí, o **Já**.

Vezměte například obrázky, pohybuující se na plátně při promítání filmu. Co před sebou vidíte než film začne? Jenom plátno. Na tomto plátně uvidíte celý film a obrázky vypadají skutečně. Jděte však a zkuste je uchopit. Co držíte? Jen plátno, na kterém se obrázky objevily. Co tu zůstane po skončení filmu, když obrázky zmizí? Opět plátno. Tak to je i s **Já**. Ono jediné existuje a obrazy přicházejí a odcházejí. Budete-li se držet **Já**, nebudete objevením se obrázků okla-

mán. Nehraje roli ani to, zda se obrázky objevují nebo mizí. Přehlížeje **Já**, myslí si adžňánin, že je svět skutečný, podobně jako když přehlíží plátno, spatřuje jen obrázky, jakoby existovaly nezávisle něm. Jestliže člověk ví, že bez vidoucího není nic k vidění, tak jako bez plátna neexistují obrázky, není oklamán. Džňánin ví, že plátno i obrázky jsou jen **Já**. S obrázky je to **Já** ve své projevené formě, bez nich zůstává ve formě neprojevené. Pro džňánina je zcela nepodstatné, zda je **Já** v té nebo oné formě. On je vždy **Já**. Avšak adžňánin, který vidí džňánina v činnosti, je zmaten. [4]

*Ot.: Spatřuje **Śrī Bhagaván** svět jako součást sebe samého? Jak vidí svět?*

Odp.: Je jen samotné **Já** a nic jiného. Vinou nevědomosti však je diferencováno. Diferenciace je trojí:

1. téhož druhu;
2. různých druhů;
3. jako části sebe samého.

Svět není jiné **Já**, podobně **Já**. Není od **Já** odlišný a není ani součástí **Já**.

*Ot.: Nezrcadlí se svět na **Já**?*

Odp.: Při zrcadlení musí existovat objekt a obraz. **Já** však takové rozdíly nepřipouští. [5]

*Ot.: Má džňánin sny?*

Odp.: Ano, má sny, ale ví, že to jsou sny, stejně jako ví, že je snem i bdělý stav. Můžete je pojmenovat jako sen číslo 1 a sen číslo 2. Džňánin, který je upevněn ve stavu čtvrtém - stavu svrchované skutečnosti turija - nezučastněně svědčí třem stavům ostatním, bdění, snění a bezesnému spánku, jakožto obrazům, které jsou na něm navrstveny. [6]

Pro ty, kdo zažívají bdění, snění a spánek, je stav bdělého spánku, jenž je mimo tyto tři stavy, nazván turija (čtvrtý). Protože však existuje jen samotný stav turija a protože tři zdánlivé stavy neexistují, považujte za jisté, že sama turija je **turijatita** (ten, který překračuje čtvrtý). [7]

*Ot.: Pro džňánina tedy není mezi třemi stavy myslí rozdíl?*

Odp.: Jak by mohl být, když je samotná mysl rozpuštěna a ztracena ve světle vědomí?

Pro džňánina jsou všechny tři stavy stejně neskutečné. Adžňánin však není schopen si to uvědomit, protože pro něj je standardem skutečnosti bdělý stav, zatímco pro džňánina je standardem skutečnosti skutečnost sama. Tato skutečnost čistého vědomí je ve své podstatě věčná a proto existuje během toho, co nazýváte bděním, sněním a spánkem. Pro toho, kdo je s touto skutečností sjednocen, neexistuje ani mysl, ani tři stavy a tudíž ani introverze ani extroverze.

Je stále v bdělém stavu, protože je probuzen pro věčné **Já**; je vždy ve stavu snění, protože svět pro něj není nic víc než opakovaný snový zjev; je stále ve spánku, protože je trvale ve stavu prostém vědomí, „**Já** jsem tělo“. [8]

*Ot.: Neexistuje pro džňánina žádná **dehatma buddhi** (představa já jsem tělo)? Když například **Bhagavána kousne hmyz, nemá žádný pocit**?*

Odp.: Pocit existuje a existuje i **dehatma buddhi**, která je společná džňáninovi i adžňáninovi s tím rozdílem, že adžňánin si myslí, že tělo je on sám, zatímco



džňánin ví, že všechno je **Já** nebo že toto vše je Brahman. Je-li tu bolest, nechte ji být. Je také součástí **Já**. **Já** je **púrna** (dokonalé).

Po překročení dehatma buddhi se člověk stane džňáninem. Bez této myšlenky nemůže existovat ani **kartritva** (konání) ani **karta** (konající). Džňánin tedy nemá karmu (to jest, džňánin nevykonává žádné činnosti). To je jeho zkušenost. Jinak by to nebyl džňánin. Adžňánin však džňánina ztotožňuje s jeho tělem, což džňánin nedělá. [9]

*Ot.: Vidím, že něco děláte. Jak můžete říci, že nikdy nevykonáváte činnosti?*

Odp.: Rádio mluví a zpívá, ale když je otevřete, nikoho uvnitř nenajdete. Podobně je moje existence jako prostor; ačkoli toto tělo mluví jako rádio, není uvnitř nikdo, kdo by konal. [10]

*Ot.: Je pro mne těžké to pochopit. Mohl byste to, prosím, rozvést?*

Odp.: Knihy to různě ilustrují, aby nám pomohly pochopit, jak může džňánin žít a konat bez myslí, i když život a konání používání myslí vyžaduje. Hrnčířský kruh se točí i potom, co jej hrnčíř přestal po dohotovení nádoby roztáčet. Stejně se po vypnutí proudu ještě nějakou minutu točí elektrický ventilátor. Prarabdha (předurčená karma), která tělo stvořila, je donutí projít všemi činnostmi, které mu byly určeny. Džňánin však všemi činnostmi prochází bez pocitu, že je jejich konatelem. Je těžké pochopit, jak je to možné. Běžně podávaná ilustrace je ta, že džňánin vykonává činnosti nějak tak, jako když je dítě ve spánku nakrmeno a příští ráno o tom nic neví. Je třeba mít na paměti, že všechna tato vysvětlení nejsou určena džňáninovi. On ví a nepochybuje. Ví, že není tělem a ví, že nic nedělá, i když může jeho tělo být do nějaké činnosti zapojeno. Tato vysvětlení jsou určena přihlížejícím, kteří džňánina považují za sjednoceného s tělem a nemohou ho s tělem neztotožňovat.

*Ot.: Říká se, že ořes z realizace je tak velký, že jej tělo nemůže přežít.*

Odp.: Existují různé polemiky nebo myšlenkové školy pokud jde o to, zda džňánin může po realizaci žít dál ve svém fyzickém těle. Někteří trvají na tom, že ten, kdo umírá, nemůže být džňáninem, protože džňáninovo tělo musí zmizet ve vzduchu nebo nějaké takové nesmysly. Nabízejí se různé druhy legračních představ. Kdyby člověk musel hned po realizaci **Já**, opustit své tělo, rád bych věděl, jak se nějaké vědomosti o **Já** nebo o stavu realizace dostaly k ostatním lidem. A znamenalo by to, že všichni ti, kteří nám dali ovoce své Seberealizace v knihách, nemohou být považováni za džňániny, protože po realizaci dál žili. A jestliže se tvrdí, že člověk nemůže být považován za džňánina potud, pokud ve světě vykonává činnosti (činnost není bez myslí možná), pak musí být za adžňániny považováni nejen velcí mudrci, kteří po dosažení džňány vykonali různé práce, ale i bozi a Íšvara (svrchovaný osobní Bůh Hinduismu) sám, protože stále pečuje o svět. Faktem je, že džňánin může vykonat jakékoli množství činností, a to dobře vykonat, aniž by se s ní jakýmkoli způsobem ztotožňoval nebo si představoval, že je konatelem. Skrze jeho tělo působí nějaká síla, která je používá k tomu, aby byla práce vykonána. [11]

*Ot.: Je džňánin schopný nebo způsobilý páchat hříchy?*

Odp.: Adžňánin někoho spatřuje jakožto džňánina a ztotožňuje ho s tělem.

Protože nezná **Já**, a za **Já** mylně považuje své tělo, přenáší týž omyl na stav džňánina. Džňánin je tudíž považován za tělesný nástroj.

Protože dále adžňánin, ačkoli ve skutečnosti není konající, se za konatele považuje, a činnosti těla má za své vlastní, myslí si, že džňánin, který koná tělem, je stejně aktivní. Džňánin sám však zná pravdu a není ničím oklamán. Stav džňánina nemůže určovat adžňánin; proto také tato otázka trápí jen adžňánina a pro džňánina neexistuje. Konající musí určovat povahu činností. **Já** nemůže být konající. Zjistěte, kdo je konající a **Já** bude odhaleno.

*Ot.: Tak je to tedy. Vidět džňánina neznamená mu rozumět. Vidíte džňáninovo tělo a ne jeho džňánu. Aby člověk džňánu znal, musí být džňáninem.*

Odp.: Džňánin nikoho jako adžňánina nevidí. V jeho pohledu jsou všichni džňániny. Ve stavu nevědomosti přenáší člověk svou nevědomost na džňánina a zaměňuje ho za konatele. Ve stavu džňány nevidí džňánin nic, co by bylo oddělené od **Já**. **Já** je zářící, jediná čistá džňána. Proto v jeho pohledu adžňána neexistuje. Pro tento druh iluze nebo přenosu existuje následující ilustrace. Dva přátelé usnuli bok po boku. Jednomu z nich se zdálo, že prošli douhou cestou a zažili přitom zvláštní věci. Při probuzení o nich svému příteli vypravoval a ptal se ho, zda to tak bylo. Ten se mu jednoduše vysmál a řekl, že to byl jen jeho sen, který nemůže druhého ovlivnit.

Tak je to s adžňáninem, který své iluzorní představy přenáší na druhé. [12]

*Ot.: Řekl jste, že džňánin je a může být činný, a zacházet s lidmi i věcmi. Nyní o tom nepochybuji. Ale současně říkáte, že nevidí rozdíly; pro něj je všechno stejné, je vždy ve vědomí. Je-li to tak, jak zachází s rozdíly, s lidmi a věcmi, které jistě rozdílné jsou?*

Odp.: Vidí tyto rozdíly jako pouhé jevy, nevidí je jako oddělené od opravdového, skutečného, se kterým je sjednocen.

*Ot.: Zdá se, že džňánin je ve svých vyjádřeních přesnější, že oceňuje rozdílnosti lépe než obyčejný člověk. Je-li cukr sladký a plyněk hořký pro mne, zdá se, že si to uvědomuje i on. Ve skutečnosti jsou pro něj všechny tvary, chuti, zvuky atd. tímtež, čím jsou pro ostatní. Je-li tomu tak, jak je možno říci, že to jsou jen jevy? Nejsou součástí jeho životní zkušenosti?*

Odp.: Řekl jsem již, že rovnost je opravdovou známkou džňány. Samotný výraz rovnost implikuje existenci rozdílů. Je to jednota, kterou džňánin vnímá ve všech rozdílech a kterou já nazývám rovností. Rovnost neznamená přehlížení rozdílů. Máte-li realizaci, můžete vidět, že všechny tyto rozdíly jsou velmi povrchní, že vůbec nejsou podstatné nebo trvalé, a že to, co u všech těchto jevů podstatné je, je jediná pravda, skutečno. Tomu já říkám jednota. Zmínil jste se o zvuku, chuti, tvaru, vůni atd. Opravdový džňánin vnímá rozdíly, ale vždy si uvědomuje a zažívá jedinou skutečnost v nich ve všech. To je důvod, proč nemá žádné záliby. Ať chodí, hovoří nebo jedná, je to všechno jediná skutečnost, ve které koná, pohybuje se nebo hovoří. Nemá nic kromě svrchované pravdy. [13]

*Ot.: Říká se, že se džňánin ke všem chová absolutně stejně?*

Odp.: Ano. „Přátelství, laskavost, štěstí a jiné takové **bhavas** (postoje) se pro něj stávají přirozené. Láska k dobru, laskavost k bezmocným, štěstí, pramenící





z konání dobrých skutků, odpouštění zla, všechny tyto věci jsou přirozenými vlastnostmi džňánina. (Patañdzali, Jóga Sutry, 1:37).“ [14]

Ptáte se na džňániny: jsou stejní v jakémkoli stavu a za jakýchkoli podmínek, protože znají skutečnost, pravdu. V každodenní rutině přijímání potravy, pohybování se a při všem ostatním, konají džňáninové jen pro druhé. Ani jedinou činnost nekonají pro sebe. Již jsem vám mnohokrát řekl, že tak jako existují lidé, jejichž povoláním je truchlit za peníze, jsou také džňáninové, kteří konají pro druhé, aniž by byli činností sami dotčeni.

Džňánin pláče s plačícím, směje se se smějícím se, hraje si s tím, kdo si hraje a zpívá se zpívajícím, zachovává rytus písně. Co ztrácí? Jeho přítomnost je jako čisté, průzračné zrcadlo. Odráží obraz přesně takový, jaký je. Džňánin, jenž je jen zrcadlem, však není činností ovlivněn. Jak může být zrcadlo nebo podstavec, na kterém je upevněno, ovlivněno odrazy? Na druhé straně se musí ti, kdo jsou ve světě činní - konatelé činů - sami rozhodnout, která píseň a která činnost je pro dobro světa, co je v souladu se šastrami a co je proveditelné. [15]

*Ot.: Říká se, že existují **sadeha muktové** (ti, kdo byli osvobozeni v těle) a **videha muktové** (osvobození v čase smrti).*

Odp.: Osvobození neexistuje, kde jsou tedy muktové?

*Ot.: Nehovoří hindské šastry o mukti?*

Odp.: Mukti je synonymem pro **Já**. Dživan mukti (ten, kdo byl osvobozen v těle) a videha mukti tu jsou jen pro nevědomé. Džňánin si není vědom mukti ani **bandha** (pouta). O spoutanosti, osvobození a postupu mukti se mluví s adžňáninem, aby mohl setřást svou nevědomost. Existuje jen mukti a nic jiného.

*Ot.: Z Bhagavánova hlediska to je v pořádku, ale co my?*

Odp.: Rozdíl mezi „on“ a „já“ je překážkou džňány. [16]

*Ot.: Jednou jste řekl: „Osvobozený člověk má skutečně volnost konat jak se mu líbí, a když opustí smrtelnou schránku, dosahuje rozhršení a nikdy se nevrací do tohoto zrození, které je ve skutečnosti smrtí“.*

*Toto stanovisko působí dojmem, že ačkoliv džňánin nevstupuje do zrodu na této úrovni, může, pokud si to zvolí, pokračovat v práci na úrovních jemnějších. Existuje v něm nějaká touha volit?*

Odp.: Ne, to nebyl můj úmysl.

*Ot.: Kromě toho, jeden indický filosof říká v jedné ze svých knih, interpretujících Šankaru, že nic takového jako videha mukti neexistuje, protože mukta získává po smrti světelné tělo, ve kterém zůstane, dokud nebude osvobozeno celé lidstvo.*

Odp.: To nemůže být Šankarův názor. Ve verši 566 říká **Vivékačudamani**, že po rozpuštění fyzické schránky se osvobozený člověk stává něčím jako „Vodou vlitou do vody a olejem vlitým do oleje“. Je to stav, ve kterém není ani pouto ani osvobození. Vztít na sebe jiné tělo znamená přehodit přes skutečnost závoj, byť jakkoli jemný, a to je pouto. Osvobození je absolutní a nezrušitelné. [17]

*Ot.: Jak je možno říci, že džňánin není ve dvou úrovních? Pohybuje se s námi v tomto světě a vidí různé předměty, které vidíme i my. Nevypadá to, že by je neviděl. Když se například prochází, vidí stezku, po které jde. Je-li na ní stůl nebo*

*židle, vyhne se jim a obejde je. Nemusíme tedy připustit, že vidí svět a jeho předměty, zatímco, samozřejmě, spatřuje Já?*

Odp.: Říkáte, že džňánin vidí stezku, jde po ní, přijde k překážce, obejde ji, atd. V čím pohledu toto vše je, v džňáninově nebo ve vašem? Džňánin vidí jenom **Já** a všechno v **Já**.

*Ot.: Nejsou v knihách ilustrace, které nám tento **sahadža** (přirozený) stav objasňují?*

Odp.: Jsou. Vidíte například odraz v zrcadle a zrcadlo. Víte, že zrcadlo je skutečné a že obraz na něm je pouhým odrazem. Abychom viděli zrcadlo, je nutné přestat vidět odraz, který na něm je? [18]

*Ot.: Jaké jsou základní zkoušky, které odhalí člověka velké duchovnosti, když se o některých říká, že se chovají jako pomatení lidé?*

Odp.: Džňáninovu mysl zná jen džňánin. Avšak mír myslí, který proniká atmosféru světce, je jediným prostředkem, jak hledající pochopí jeho velikost.

Jeho slova, činy ani zjev nejsou známkou jeho velikosti, protože jsou obvykle mimo dosah chápání běžných lidí. [19]

*Ot.: Proč se v písmech říká, že mudrc je jako dítě?*

Odp.: Mudrc a dítě jsou si svým způsobem podobní. Dítě zajímají události jen pokud se odehrávají. Jakmile pomínou, přestává na ně myslet. Je tedy zřejmé, že v dítěti nevyvolávají dojem a dítě jimi není mentálně ovlivněno. S džňáninem je to stejné. [20]

*Ot.: Vy jste Bhagaván. Měl byste tedy vědět, kdy dosáhnu džňány. Řekněte mi, kdy budu džňáninem.*

Odp.: Jsem-li Bhagaván, pak neexistuje nikdo kromě **Já** - proto ani džňánin ani adžňánin. Není-li tomu tak, jsem stejně dobrý jako vy a vím tolik jako vy sám. Jinak na vaši otázku nemohu odpovědět. [21]

Někteří lidé, když sem přijdou, se neptají na sebe. Ptají se: „Vidí dživan mukta svět? Je ovlivněn karmou? Co je osvobození po opuštění těla? Je člověk osvobozen jen, když tělo opustí nebo i tehdy, když v těle žije? Mělo by se tělo mudrce rozpustit ve světle nebo zmizet pohledu jiným způsobem? Může být člověk osvobozen, i když je tělo opuštěno a zůstává mrtvé?“

Jejich otázky jsou bez konce. Proč se zatěžovat tolika dotazy? Spočívá snad osvobození ve znalosti těchto věcí?

Proto jim říkám: „Nechte osvobození být. Je tu pouto? 9

Zjistěte to. Především a na prvním místě spatřujte sebe“. [22]



# ČÁST DRUHÁ:

## Dotazování a sebeodevzdání

„Já existuji“, je jediná trvalá a samozřejmá zkušenost každého člověka. Nic kromě „Já jsem“ není tak zřejmé. To, co lidé za samozřejmé považují, to jest, zkušenosti, které získávají prostřednictvím smyslů, samozřejmě zdaleka nejsou. Jen samotné Já je. Proto jedinou věcí, která se má provádět, je sebedotazování a býtí „Já jsem“. „Já jsem“ je skutečnost. „Já jsem to nebo ono“ je neskutečné. „Já jsem“ je pravda, jiné jméno pro Já. [1]

Odevzdanost není nic jiného než poznání sebe sama. [2]

Zkoumání ukazuje, že svrchovaná odevzdanost a džňána jsou ve své podstatě jedno a totéž. Říkat, že jedno z obojího je prostředkem k druhému, svědčí o neznalosti podstaty obou. Vězte, že cesta džňány a cesta odevzdanosti jsou vzájemně propojeny. Sledujte tyto dvě neodlučitelné cesty aniž, byste jednu odděloval od druhé.[3]

## KAPITOLA 4

### SEBEDOTAZOVÁNÍ - TEORIE

Je třeba připomenout, že v kapitole o Sebe-dotazování a Sebe-zapomínání Šrí Ramana prohlašoval, že Seberealizace může být získána jen vzdáním se představy individuálního já, které funguje prostřednictvím těla a mysli. Několik jeho pokročilých žáků to bylo schopno udělat rychle a snadno, ale pro ostatní se odložení celoživotně zakořeněných zvyků ukázalo být skutečně nemožné bez podrobení se nějakým duchovním cvičením. Šrí Ramana s nimi v jejich trápení soucítit a kdykoli byl požádán, aby předepsal nějaká duchovní cvičení, která by Sebe-uvědomování usnadnila, doporučoval techniku, kterou nazýval sebedotazováním. Toto cvičení bylo úhelným kamenem jeho praktické filosofie a následující tři kapitoly budou věnovány detailnímu uvedení všech jeho aspektů.

Než se pustíme do popisu samotné techniky, bude třeba vysvětlit názory Šrí Ramany na podstatu mysli, protože cílem sebedotazování je odhalit přímou zkušeností, že mysl neexistuje. Podle Šrí Ramany se každá vědomá činnost mysli nebo těla točí kolem tichého předpokladu, že zde je nějaké „já“, které něco dělá. Společným činitelem ve výrocích „myslím“, „pamatuji“, „dělám“, je „já“, který na sebe bere za všechny tyto činnosti odpovědnost. Tento společný činitel nazýval Šrí Ramana „já“-myšlenkou (**aham-vritti**). Aham-vritti doslovně znamená „Mentální modifikace já“. Já, neboli skutečné „Já“ si nikdy nepředstavuje,

že něco vykonává nebo myslí; „já“, které si toto všechno představuje, je mentální fikcí, a proto se nazývá mentální modifikací Já. Protože je tento překlad aham-vritti dost toporný, překládá se to obvykle jako „já“-myšlenka.

Šrí Ramana podporoval názor, že pocit individuality je pouze „já“-myšlenkou, která se manifestuje různými způsoby. Místo toho, aby různé činnosti mysli (například ego, intelekt a paměť) považoval za oddělené funkce, pohlížel na ně raději jako na různé formy „já“-myšlenky. Protože individualitu kladl na roveň mysli a mysl pokládal za rovnou „já“-myšlence, plyne z toho, že ztráta pocitu individuality (to jest Seberealizace) implikuje zmizení mysli i „já“-myšlenky. To potvrzují jeho častá tvrzení o tom, že po Seberealizaci neexistuje nikdo, kdo by myslel myšlenky, nikdo, kdo by vykonával činnosti a neexistuje ani uvědomování si individuální existence.

Protože podporoval názor, že Já je jedinou existující skutečností, považoval „já“-myšlenku za klamnou ideu, která nemá vlastní reálnou existenci. Vysvětloval, že může vstoupit do existence jen tehdy, když se ztotožní s nějakým objektem. Když vznikají myšlenky, „já“-myšlenka si okamžitě nárokuje jejich vlastnění - „já myslím“, „já dělám“, „já věřím“ - avšak oddělená „já“-myšlenka, která by existovala nezávisle na objektech s nimiž se ztotožňuje, neexistuje. Jako skutečná souvislá jsoucnost pouze, vypadá, a to díky nepřetržitému proudu identifikací, ke kterým ustavičně dochází. Skoro každé takové ztotožnění lze vystopovat k počáteční doměnce, že „já“ je omezeno na tělo, a to buď jako vlastník - obyvatel nebo jako cosi, co existuje současně s fyzickým tvarem. Myšlenka, „Já jsem tělo“, je prvotním zdrojem všech ostatních nesprávných identifikací a její rozpuštění je hlavním cílem sebedotazování.

Šrí Ramana zastával názor, že tento sklon k sebeomezujícím identifikacím lze zastavit snahou o oddělení objektu „já“ od myšlenkových objektů, s nimiž je identifikován. Protože individuální „já“-myšlenka nemůže bez objektu existovat, pak bude-li pozornost soustředěna na subjektivní pocit „já“ nebo „já jsem“ s takovou silou, že nevzniknou myšlenky, „Já jsem toto“ nebo „Já jsem ono“, nebude individuální „já“ schopno se s ostatními objekty spojit. Je-li toto uvědomování si „já“ udržováno, pak individuální „já“ („já“-myšlenka) zmizí a na jejím místě bude přímá zkušenost Já. Tuto trvalou pozornost, zaměřenou na vnitřní uvědomování si „já“ nebo „já jsem“, nazval Šrí Ramana sebedotazováním (vičárou) a vždy ji doporučoval jako neúčinnější a přímou cestu k odhalení neskutečnosti „já“-myšlenky.

V terminologii Šrí Ramany vzniká „já“-myšlenka z Já neboli ze Srdce a klesá do Já zpět, když její sklon ztotožňovat se s myšlenkovými objekty, ustane. Proto svou radu často upravoval tak, aby byla s tímto obrazem vznikání a zanikání „já“ v souladu. Mohl říci: 'Sledujte „já“-myšlenku do jejího zdroje' nebo: 'Zjistěte odkud „já“ pramení' a smysl by byl tentýž. Ať mluvil jakkoli, vždy svým oddaným radil, aby si „já“-myšlenku uvědomovali, dokud se nerozpuští ve zdroji, z něhož vzešla.

Někdy se zmínil o tom, že také myšlení na „já“ nebo mentální opakování tohoto slova vede člověka správným směrem, ale je nutno říci, že jde jen o před-



běžné stádium cvičení. Opakování „já“ stále ještě obsahuje subjekt („já“-myšlenku) vnímající objekt (myšlenky „já, já“), a pokud takováto dualita existuje, bude se „já“-myšlenka stále dařit. Nakonec zmizí, jen když vnímání všech objektů, fyzických i mentálních, ustane. Toho se nedosáhne uvědomováním si „já“, ale **bytím** „já“. Toto stádium zakoušení subjektu je spíš než uvědomováním si objektu, kulminační fází sebedotazování a bude detailněji vysvětleno v následující kapitole.

Toto důležité rozlišení je klíčovým prvkem, který sebedotazování odlišuje od téměř všech duchovních praxí, a vysvětluje, proč Šrí Ramana tak důsledně trval na tom, že většina jiných cvičení není účinná. Často poukazoval na to, že tradiční meditace a jógová cvičení vyžadují existenci subjektu, který medituje a objektu a obvykle dodával, že takový vztah myšlenku „já“ udržuje místo aby ji eliminoval. Podle jeho názoru sice mohou taková cvičení efektivně utišit mysl a mohou dokonce vyvolat i blahoplňné zážitky, ale nikdy nevyústí v Seberealizaci, protože „já“-myšlenka není izolována a zbavena své identity.

Rozhovory, které jsou obsahem této kapitoly, se většinou týkají názorů Šrí Ramany na teoretický základ sebedotazování. Praktické aspekty této techniky budou detailněji vysvětleny v kapitole 5.

*Ot.: Co je podstatou myslí?*

Odp.: Mysl není nic jiného než „já“-myšlenka. Mysl a ego jsou jedno a totéž. Jiné mentální schopnosti, jako je intelekt a paměť jsou pouze toto. Mysl (**manas**), intelekt (**buddhi**), skladiště mentálních tendencí (**čittam**) a ego (**ahamkara**), to vše je jen samotná mysl. Je to jako když člověk dostává různá jména podle svých různých funkcí. Individuální duše (džíva) není nic jiného než tato duše neboli ego. [1]

*Ot.: Jak můžeme odhalit podstatu myslí, to jest její nejzazší příčinu nebo noumenon, jehož je manifestací?*

Odp.: Uspořádání myšlenek podle jejich hodnoty ukáže, že „já“-myšlenka je důležitá v každém případě. Idea nebo myšlenka osobnosti je také kořenem nebo kmenem všech myšlenek ostatních, protože každá idea nebo myšlenka vzniká jen jako něčí myšlenka a není známo, že by existovala nezávisle na egu. Ego tedy vykazuje myšlenkovou aktivitu. Druhá a třetí osoba (ty, on, ono atd.) se bez první osoby (já) neobjeví. Vznikají tedy až poté, co se objeví první osoba a tak se zdá, že všechny tři osoby vznikají a mizí společně. Vysledujte tedy nejzazší příčinu „já“ neboli osobnosti. [2]

Odkud toto „já“ pramení? Hledejte je v nitru - potom zmizí. To je hledání moudrosti. Když mysl nepřetržitě pátrá po své podstatě, odhalí, že taková věc jako mysl neexistuje. To je přímá cesta pro všechny. Mysl jsou pouze myšlenky. Kořenem všech myšlenek je „já“-myšlenka. Mysl je tedy jen „já“-myšlenkou. [3]

Zrození „já“-myšlenky je zrozením člověka a její smrt je smrtí osobnosti. Nesprávné ztotožnění s tělem nastává poté, co vznikla „já“-myšlenka. Pokud je „já“ naživu, existuje zármutek. Když „já“ přestane existovat, neexistuje ani zármutek.

*Ot.: Ano, ale když se zaměřím na „já“-myšlenku, vzniknou jiné myšlenky a ruší mne.*

Odp.: Podívejte se, či ty myšlenky jsou a ony zmizí. Mají svůj kořen jen v „já“-myšlence. Držte se jí a ony zmizí. [4]

*Ot.: Jak může zkoumání iniciované egem odhalit svou vlastní neskutečnost?*

Odp.: Ponoříte-li se do zdroje, z něhož pramení „já“-myšlenka, je jevová existence ega je překročena.

*Ot.: Není však aham-vritti jen jednou ze tří forem, v nichž se samo ego manifestuje? Jóga Vašista a ostatní staré texty říkají, že ego má tři formy.*

Odp.: Je to tak. Ego je popisováno tak, že má tři těla, hrubohmotné, jemnohmotné a kauzální, ale je to jen pro účel analytického výkladu. Kdyby metoda dotazování závisela na formě ega, můžete si být jist, že se dotazování stane zcela nemožným, protože forem ega může být celý zástup. Proto máte pro účely sebedotazování postupovat na základě předpokladu, že ego má jen jednu formu, a to aham-vritti.

*Ot. To se však pro realizaci džňány může ukázat být neadekvátní.*

Odp.: Sebedotazování, prováděné jako sledování niti aham-vritti je úplně stejné, jako když pes stopuje svého pána podle jeho pachu. Pán může být na neznámém vzdáleném místě, ale psu to nezabrání, aby ho našel. Pro zvíře je spolehlivým vodítkem pánův pach a nic jiného, například jeho oblek, tělesná konstrukce či velikost nehraje roli. Tohoto pachu se pes neúchylně drží, když ho hledá a nakonec najde.

*Ot.: Stále ještě zůstává otázkou, proč by mělo být hledání zdroje aham-vritti, jako něčeho odlišného od ostatních vrittis (modifikací myslí), považováno za přímý prostředek Seberealizace.*

Odp.: Ačkoli je představa „já“-ství či „já“ jsem-ství obvykle známa jako aham-vritti, není to ve skutečnosti vritti (modifikace) jako ostatní vrittis myslí. Protože na rozdíl od ostatních vrittis myslí, které v podstatě nemají vzájemnou souvislost, je aham-vritti stejnou a podstatnou měrou spojena s každou jednotlivou a se všemi vrittis myslí současně. Bez aham-vritti nemůže žádná jiná vritti existovat, avšak aham-vritti může existovat sama o sobě, nezávisle na kterékoli vritti myslí. Aham-vritti je tedy od ostatních vrittis fundamentálně odlišná.

Takže hledání zdroje aham-vritti není pouhé hledání základu jedné z forem ega, ale hledání samotného zdroje, z něhož vyvěrá „já“-ství. Jinými slovy, hledání a realizace zdroje ega ve formě aham-vritti nutně implikuje překročení ega v každé z jeho možných forem.

*Ot.: Připustíme-li, že aham-vritti v podstatě obsahuje všechny formy ega, proč má být právě tato vritti zvolena jako prostředek sebedotazování?*

Odp.: Protože to je jediný neredukovatelný fakt vaší existence a protože hledání jejího zdroje je jediná uskutečnitelná cesta, kterou můžete pro realizaci Já použít. O egu se říká, že má kauzální tělo (stav „já“ ve spánku); jak je však můžete učinit subjektem svého zkoumání? Když ego přijme tuto formu, jste ponořen do temnoty spánku.

*Ot.: Není však ego ve své jemné a kauzální formě příliš nehmatatelné na to, aby mohlo být dotazováním, prováděným ve stavu bdělé myslí, upoutáno do zdroje aham-vritti?*



Odp.: Ne, dotazování se na zdroj aham-vritti se dotýká samotné existence ega. Proto nemá subtilnost formy ega věčný význam.

Ot.: *Jak může být zkoumání ega ve formě aham-vritti k nějakému užitku, když jediným cílem je realizovat nepodmíněné čisté bytí Já, jež v žádném případě na ego nezávisí?*

Odp.: Z funkčního hlediska má ego jednu jedinou charakteristiku. Funguje jako uzel mezi **Já**, jež je čistým vědomím a fyzickým tělem, které je inertní a necitné. Proto se ego nazývá **čit - jada - granthi** (uzel mezi vědomím a netečným tělem). Ve svém hledání zdroje aham-vritti se zabýváte podstatným, **čit** (vědomí) aspektem ega. Proto musí dotazování vést k realizaci čistého vědomí **Já**. [5]

Musíte rozlišovat samo o sobě čisté „Já“ a „já“-myšlenku. „Já“- myšlenka, jež je jen myšlenkou, vidí subjekt a objekt, spí, probouzí se, jí a myslí, umírá a znovu se rodí. Čisté „Já“ je však čistým bytím, věčnou existencí volnou od nevědomosti a myšlenkového klamu. Zůstanete-li jakožto „Já“, jako své samotné bytí bez myšlenky, „já“- myšlenka zmizí a klam bude provždy zničen. V biografu můžete vidět obrázky jen ve velmi slabém světle nebo ve tmě. Když se světlo rozsvítí, obrázky zmizí. Také v záplavě světla svrchovaného **átmanu** zmizí všechny objekty.

Ot.: *To je transcendentální stav.*

Odp.: Ne. Co je překračováno a kým? Existujete jen vy sám. [6]

Ot.: *Říká se, že Já je mimo mysl a přece realizace s myslí souvisí. „Mysl o tom nemůže přemítat. Nemůže to být myšleno myslí a jen mysl to může realizovat.“ Jak lze tyto protimluvy vysvětlit?*

Odp.: **Átman** je realizován s **mruta manas** (mrtvou myslí), to jest s myslí bez myšlenek a obrácenou dovnitř. Potom mysl spatřuje svůj zdroj a stává se tím (**Já**). Není to jako by subjekt vnímal objekt.

Je-li pokoj temný, je třeba lampy, aby jej osvětlila a očí, aby rozeznávaly předměty. Když však vyjde slunce, není k spatřování předmětů žádné lampy zapotřebí. Abychom viděli slunce, nepotřebujeme lampu, stačí obrátit k samozářícímu slunci své oči.

Podobné je to s myslí. K spatřování předmětů je třeba odraženého světla myslí. Abychom viděli Srdce, stačí, aby k němu byla mysl obrácena. Mysl tak sama sebe zničí a potom září samotné Srdce. [7]

Podstatou myslí je pouze vědomí nebo uvědomování. Když však nad ní získá vládu ego, funguje jako schopnost uvažovat, myslet či pociťovat. Kosmická mysl, jež není omezena egem, nemá nic od sebe odlišného a je tedy pouze vědomá. To je to, co znamená biblické, „Jsem, který jsem“. [8]

Vězte, že když mysl zanikne ve svrchovaném vědomí vlastního **Já** člověka, všechny proměnlivé síly, počínaje silou zalíbení (včetně síly konání a síly poznání) zcela zmizí, neboť jsou rozpoznány jakožto neskutečné představy, objevující se ve formě vědomí vlastní člověku. Nečistá mysl, jež funguje jako myšlení a zapominání je **samsara**, což je cyklus zrození a smrti. Jen skutečné „Já“, v němž aktivity myšlení a zapominání zanikly, je čistým osvobozením. Je prosto

**pramada** (zapominání **Já**), jež je příčinou zrození a smrti. [9]

Ot.: *Jak má být ego zničeno?*

Odp.: Nejprve ego spoutejte a pak se tažte, jak má být zničeno. Kdo klade tuto otázku? Je to ego. Klade této otázky je jistý způsob jak ego hýčkat a nikoli jak je zabít. Když budete ego hledat, zjistíte, že neexistuje. To je způsob, jak je zničit. [10]

Ot.: *Jak je umožněna realizace?*

Odp.: Existuje absolutní **Já**, z něhož vychází jiskra jako z ohně. Jiskra má jméno ego. U nevědomého člověka se v okamžiku svého vzniku ztotožní s objektem. Na takovém sdružování s objekty nemůže ego zůstat nezávislé. Sdružování je adžňána čili nevědomost a její destrukce je cílem našich snah. Je-li jeho tendence k objektivizaci odstraněna, zůstane ego čisté a také se ponoří do zdroje. Klamná identifikace s tělem je **dehatma buddhi** (idea „jsem tělo“). Než bude dosaženo dobrého výsledku, musí zmizet.

„Já“ je ve své čistotě zakoušeno v intervalech mezi dvěma stavy nebo dvěma myšlenkami. Ego je jako píďalka, jež se pustí místa, na kterém se drží, jen když se zachytí jiného. Její pravou podstatu lze odhalit jen je-li mimo kontakt s předměty nebo myšlenkami. [11]

Toto duchové ego, jež je bez tvaru, vchází přijetím tvaru do existence; přijme-li tvar, trvá; vyživujíc se tvary jež přijímá, roste ještě více; opouštějíc jeden tvar, přijímá jiný, ale je-li hledáno, prchá.

Jen existuje-li ona první osoba, ego, ve formě, „Já jsem tělo“, existuje druhá a třetí osoba (ty, on, oni atd.). Jestliže je pátráním po pravdě první osoby tato první osoba zničena, přestane existovat i druhá a třetí osoba a pak zazáří vlastní podstata člověka, protože člověk bude opravdu stavem **Já**. [12]

Myšlenka, „Já jsem tělo z masa a krve“, je onou jedinou nití, na které jsou navěšeny různé jiné myšlenky. Proto obrátíme-li se do nitra s otázkou, „Kdo jsem já?“, všechny ostatní myšlenky (včetně „já“-myšlenky) skončí a spontánně zazáří poznání **Já**. [13]

Ot.: *Když čtu díla Šrí Bhagavána, shledávám, že o zkoumání se hovoří jako o jediné metodě realizace.*

Odp.: Ano, to je vičára (sebedotazování).

Ot.: *Jak se má provádět?*

Odp.: Tazatel musí připustit existenci svého **Já**. „Já jsem“ je realizace. Sledování této cesty až do realizace je vičára. Vičára a realizace jsou jedno a totéž.

Ot.: *To je nejasné. O čem mám meditovat?*

Odp.: Meditace vyžaduje objekt, o kterém se medituje, zatímco při vičáře existuje jen subjekt bez objektu. Takto se meditace liší od vičáry.

Ot.: *Není dhjána (meditace) jedním z účinných postupů, vedoucích k realizaci?*

Odp.: Dhjána je koncentrací na předmět. Splňuje ten účel, že udržuje stranou rozmanité myšlenky a ulpívá na jediné, která musí před realizací také zmizet. Realizace však není nic nového, co by se mělo získat. Je již zde, ale stojí jí v cestě clona myšlenek. Všechny naše pokusy směřují k odstranění této clony a pak je



realizace odhalena.

Radí-li se hledajícím, aby meditovali, bude jich mnoho s touto radou spokojeno. Někdo z nich se však může zeptat, „Kdo jsem já, abych meditoval o předmětu?“ Takovému člověku je třeba říci, aby hledal **Já**. To je závěr. To je vičára.

*Ot.: Bude samotná vičára bez meditace fungovat?*

Odp.: Vičára je cestou i cílem. „Já jsem“ je cíl a konečná realita. Usilovné setrvávání v něm je vičára. Je-li setrvávání spontánní a přirozené, je to realizace. [14] Opustí-li člověk vičáru, nejučinnější sádhanu, neexistuje žádný jiný adekvátní prostředek k ovládnutí mysli. Je-li mysl ovládnuta jinými způsoby, bude jakoby podrobena, ale povstane znovu. [15] Sebedotazování je neselhávající a jediný přímý prostředek, vedoucí k realizaci nepodmíněného, absolutního bytí, kterým skutečně jste.

*Ot.: Proč se má za jedinou přímou cestu k džňáně považovat sebedotazování?*

Odp.: Protože každá sádhana s výjimkou átma-vičáry (sebedotazování) pokládá zadržetí mysli za nástroj k provádění sádhany a nemůže být praktikována bez mysli. Ego může v různých etapách praxe nabývat odlišných a jemnějších forem, ale samo není nikdy zničeno.

Když král Džanaka zvolal, „Teď jsem odhalil zloděje, který mne stále okrádal. Hned se s ním vypořádám“, mluvil ve skutečnosti o egu nebo mysli.

*Ot.: Zloděj však mohl být zajat i jinými sádhany.*

Odp.: Pokus zničit ego nebo mysl prostřednictvím jiných sádhán než átma-vičára lze přirovnat ke zloději, který se vydává za policistu, jenž zloděje, tedy sebe chytá. Jen átma-vičára může odhalit pravdu, že ani ego ani mysl ve skutečnosti neexistují a pomoci člověku realizovat čisté nediferencované bytí **Já** neboli absolutno.

Po realizaci **Já** nezbyvá nic, co by mělo být poznáno, protože ona je dokonalým blahem, je vším. [16]

*Ot.: Proč je sebedotazování přímější než ostatní metody?*

Odp.: Pozornost, zaměřená na vlastní **Já**, které vždy září jakožto „já“, totiž nedělená, čistá realita, je tím jediným plavidlem, na kterém může jedinec, oklamán myšlenkou „Já jsem tělo“ překročit oceán nekončících zrodů. [17]

Skutečnost je jednoduše ztráta ega. Zničte ego hledáním jeho identity. Protože ego není entita, zmizí automaticky a skutečnost zazáří sama o sobě. To je přímá metoda, na rozdíl od metod jiných, které lze provádět jen při zachování ega. Na těchto cestách vzniká spousta pochybností a nakonec zůstává k zodpovězení věčná otázka, „Kdo jsem já?“. V této metodě je však závěrečná otázka otázkou jedinou a vzniká již na počátku. Pro uskutečňování tohoto hledání není žádná sádhana nutná.

Neexistuje větší mystérium než toto: jsou sami skutečností, snažíme se skutečnost najít. Domníváme se, že existuje něco, co naši skutečnost zakrývá a že to musí být, předtím než je skutečnost získána, zničeno. To je směšné. Přejde den, kdy se budete sám smát svým dřívějším snahám. To, co nastane onoho dne, kdy se budete smát, existuje již nyní a zde. [18]

## KAPITOLA 5

### PRAXE SEBEDOTAZOVÁNÍ

Těm, kdo se sebedotazováním začínali, Šrí Ramana radil, aby upnuli svou pozornost na niterný pocit „já“ a udržovali ji tam co možná nejdéle. Bylo jim řečeno, aby se v případě, že jejich pozornost ulpí na jiných myšlenkách, vraceli k „já“-myšlence, ihned, jakmile zpozorují, že se jejich pozornost toulá. Navrhoval různé pomůcky k podpoře tohoto postupu - člověk by se měl sám sebe ptát, „Kdo jsem já?“ nebo, „Odkud toto já přichází?“ - avšak konečným cílem je být si trvale vědom „já“, které je odpovědné za všechny aktivity těla i mysli.

V prvních etapách cvičení je zaměření pozornosti na pocit „já“ mentální aktivitou, jež má formu myšlenky nebo vjemu. Jak se praxe rozvíjí, ustupuje myšlenka „já“ subjektivně zažívanému pocitu „já“ a když se tento pocit přestane spojovat a identifikovat s myšlenkami a předměty, úplně zmizí. Co zbude, je zkušenost bytí, ve které přestal dočasně působit pocit individuality. Zkušenost může být nejprve přerušovaná, ale opakovaným cvičením se stává její dosažení a udržení stále snadnějším. Když sebedotazování dosáhne této úrovně, existuje bez jakéhokoli úsilí uvědomování bytí, za kterého už není individuální úsilí dále možné, protože „já“, které tuto snahu vyvíjí, přestalo dočasně existovat. Není to seberealizace, protože se „já“-myšlenka sama od sebe periodicky znovu objevuje, ale je to cvičení nejvyšší úrovně. Opakované zažívání tohoto stavu bytí zeslabuje a ničí **vásany** (mentální tendence), jež vznik „já“-myšlenky způsobují, a když byl jejich vliv dostatečně oslaben, zničí síla **Já** zbylé tendence tak dokonale, že „já“-myšlenka již nikdy nevznikne. To je konečný a nevratný stav seberealizace.

Tato praxe sebezpozorování či uvědomování si „já“-myšlenky je jemnou technikou, jež obchází obvyklé represivní metody kontroly mysli. Není to koncentrační cvičení, ani nepřispívá k potlačení myšlenek; tato praxe se pouze odvolává na vědomí zdroje, z nějž pramení mysl. Metodou a cílem sebedotazování je přebývat ve zdroji mysli a uvědomovat si, čím člověk skutečně je, odtazením mysli a zájmu od toho, čím není. V počátečních stádiích je úsilí ve formě přenášení pozornosti od myšlenek na myslitele nezbytné.

Jakmile však je vědomí „já“-pocitu pevně nastoleno, je další úsilí škodlivé. Od té doby je to spíš proces bytí než konání, spíš pocit bytí bez úsilí než snaha být.

Být tím, čím člověk již je, nevyžaduje úsilí, protože bytí je vždy přítomno a vždy zakoušeno. Na druhé straně, předstírat, že člověk je něčím, čím není (tj. tělem a myslí), vyžaduje trvalé mentální úsilí, i přesto, že toto úsilí je skoro vždy na podvědomé úrovni. Z toho tedy plyne, že ve vyšších stádiích sebedotazování úsilí odvádí pozornost od zkušenosti bytí, zatímco zastavení mentálních snah ji odhaluje. **Já** nakonec není odhaleno v důsledku provádění čehokoli, ale jen bytím. Jak Šrí Ramana jednou poznamenal:

„Nemedituj - bud'!



Nemysli, že jsi - buď!

Nepřemýšlej o bytí - ty jsi!“

Sebedotazování by nemělo být považováno za meditační cvičení, které se provádí v určitých hodinách a v určitých pozicích; mělo by probíhat během hodin našeho bdění stále, bez ohledu na to, co děláme. Šrí Ramana neviděl žádný rozpor mezi prací a sebedotazováním a tvrdil, že po krátkém cvičení může být sebedotazování prováděno za všech okolností. Občas říkal, že pravidelná období formální praxe jsou dobrá pro začátečníky, ale nikdy nedoporučoval dlouhá sezení v meditaci. Vždy dával najevo svůj nesouhlas, když někdo z jeho oddaných projevil přání vzdát se svých světských činností ve prospěch meditativního života.

*Ot.: Říkáte, že člověk může realizovat Já tím, že je hledá. V čem je podstata tohoto hledání?*

Odp.: Jste myslí nebo si myslíte, že jste myslí. Mysl není nic jiného než myšlenky. Nuže, za každou jednotlivou myšlenkou je myšlenka obecná, a to myšlenka „já“, to jest vy sám. Nazvěme toto „já“ první myšlenkou. Držte se této „já“-myšlenky a zkoumejte, co to je. Když se do tohoto zkoumání silně zaberete, nebudete moci jiné myšlenky myslet.

*Ot.: Když to udělám a ulpím na svém já, to jest na „já“-myšlence, ostatní myšlenky přicházejí a odcházejí, a já se sám sebe ptám, „Kdo jsem já?“, ale odpověď nepřichází. Být v tomto stavu je praxe. Je to tak?*

Odp.: To je omyl, kterého se lidé často dopouštějí. Když opravdově zkoumáte „já“, stane se to, že „já“-myšlenka zmizí a zmocní se vás něco jiného z hlubin, co není oním „já“, na něž jste své zkoumání zaměřili.

*Ot.: Co to je, to jiné?*

Odp.: Je to skutečné Já, skutečný význam slova „já“. Není to ego. Je to samo svrchované bytí.

*Ot.: Vy jste však často říkal, že člověk, který začíná se zkoumáním, musí ostatní myšlenky odmítnout, ale myšlenky jsou nekonečné. Je-li odmítnuta jedna myšlenka, přijde jiná a zdá se, že to nemá konce.*

Odp.: Neříkám, že musíte v zamítání myšlenek stále vytrvávat. Ulpěte na sobě, tj. na „já“-myšlence. Když vás váš zájem udrží u této jediné ideje, budou ostatní myšlenky odmítnuty automaticky a zmizí.

*Ot.: Takže odmítání myšlenek není nezbytné?*

Odp.: Ne. Na nějakou dobu může být pro někoho potřebné. Říkáte, že odmítá-li člověk každou myšlenku když vznikne, nemá to konce. Jste-li bdělý a vynaládáte velké úsilí na odmítnutí každé myšlenky jakmile vznikne, brzy zjistíte, že jdou hlouběji a hlouběji do vašeho vnitřního já. Na této úrovni není nutno snahu o zamítání myšlenek vyvíjet.

*Ot.: Tedy je možné být bez úsilí a bez napětí?*

Odp.: Nejen to, za určitým stupněm úsilí vyvíjet nemůžete.

*Ot.: Chci být poučen dále. Mám se snažit vůbec nevyvíjet úsilí?*

Odp.: Zde se bez úsilí neobejdete. Půjdete-li hlouběji, nebudete moci žádnou snahu vyvíjet. [2]

Stáčí-li se mysl vlivem dotazování do zdroje aham-vritti, vásany vyhasnou. Světlo Já dopadá na vásany a vyvolává jev odrazu, jež nazýváme myslí. Jestliže tedy vásany vyhasnou, zmizí i mysl, která je absorbována světlem jediné skutečnosti, Srdcem.

To je souhrn a podstata všeho, co aspirant potřebuje vědět. Co je od něj naléhavě vyžadováno, je vážné a jednobodové dotazování se na zdroj aham-vritti. [3]

*Ot.: Jak by měl s touto praxí začínat začátečník?*

Odp.: Mysl zeslábne jen pomocí sebedotazování, „Kdo jsem já?“ Myšlenka, „Kdo jsem já“, ničící všechny myšlenky ostatní, bude sama nakonec zničena jako louč, která zapálila pohřební oheň. Když vzniknou jiné myšlenky, měl by se člověk bez snahy o jejich sledování ptát, „Komu vznikají?“ Co na tom záleží, kolik myšlenek vzniká? Když se v každém okamžiku, kdy myšlenka vznikne, člověk pozorně zeptá „Komu to vzniká?“, zjistí, že „mně“. Když se pak dále ptá, „Kdo jsem já?“, obrátí se mysl zpět do svého zdroje (Já) a myšlenka, která vznikla, zmizí. Opakovaným cvičením tedy roste schopnost mysli přebývat ve svém zdroji.

Ačkoli tendence k smyslovým objektům (višaja vásany), které se během věků stále opakovaly, vznikají v obrovském počtu jako nové vlny na oceánu, vymizí všechny, když se meditace o vlastní podstatě stane intenzivní. Aniž by člověk poskytoval prostor pochybující myšlence, „Je možné všechny tyto tendence (vásany) zničit a trvat jako samotné Já?“, měl by se pevně a vytrvale držet pozornosti k já.

Pokud v mysli existují tendence k smyslovým objektům, je zkoumání „Kdo jsem já?“ nezbytné. Pokud myšlenky vznikají, měl by je člověk ihned anihilovat v samotném místě jejich původu. Nevěnování pozornosti čemukoli jinému (anja) je nepřipoutanost (vajrágja) či stav bez tužeb (nirasa). Neopouštění Já je poznání (džňána). Obojí (stav bez tužeb a poznání) je ve skutečnosti jedno a totéž. Stejně jako se lovec perel, připoutávaje k svému pásu kámen, noří do moře a sbírá perlu ležící na dně, tak může každý, kdo se s nepřipoutaností vnoří hluboko do svého nitra, získat perlu Já. Uchyluje-li se člověk k trvalému uvědomování si své skutečné podstaty (swarupa-smarana) dokud nedosáhne Já, bude toto samo dostačující.

Dotazování se „Kdo jsem já, jenž jsem v poutech?“ a znalost vlastní skutečné podstaty (swarupa), to jediné je osvobození. Stálé udržování mysli, upevněné v jediném Já, se nazývá „sebedotazování“, zatímco meditace (dhjána) znamená považovat se za absolutno (Brahman), jež je existencí-bytím-blahem (sat-čít-ananda). [4]

*Ot.: Jogínové říkají, že jestliže si člověk, přeje najít 6*

*pravdu, musí opustit tento svět a odejít do opuštěných džunglí.*

Odp.: Opouštění činný život není nutné. Meditujete-li každý den hodinu nebo dvě, můžete ve svých povinnostech pokračovat. Meditujete-li správným způsobem, bude vyvolaný proud mysli pokračovat ve svém toku i během práce. Je to, jakoby existovaly dva způsoby vyjádření téže ideje; stejná linie, jakou jste



nastoupil v meditaci, bude pokračovat i během vašich činností.

*Ot.: Jaký to bude mít výsledek?*

Odp.: Tak, jak budete pokračovat, shledáte, že se vaše postoje vůči lidem a předmětům postupně mění. Vaše činnosti budou mít tendenci dobrovolně sledovat vaše meditace.

*Ot.: Nesouhlasíte tedy s jogíny?*

Odp.: Člověk by se měl vzdát osobního sobectví, jež ho svazuje s tímto světem. Vzdát se klamného já je skutečné vzdání se.

*Ot.: Jak je možno stát se nesobeckým, když člověk vede život světské činnosti?*

Odp.: Mezi prací a moudrostí není rozpor.

*Ot.: Myslíte, že člověk může pokračovat ve všech starých činnostech například ve své profesi a současně dosáhnout osvícení?*

Odp.: Proč ne? V tom případě si však člověk nebude myslet, že je starou osobností, která vykonává práci, protože jeho vědomí bude postupně měněno, dokud nebude soustředěno v tom, co je mimo malé já.

*Ot.: Věnuje-li se člověk práci, zbude mu na meditování málo času.*

Odp.: Vymezování času na meditaci je jen pro duchovní nováčky. Pokročilý člověk bude zažívat hlubší krásu ať pracuje nebo ne. Zatímco jeho ruce jsou ve společnosti, jeho hlava zůstává chladná a v samotě.

*Ot.: Vy tedy neučíte cestu jógy?*

Odp.: Jogín se snaží dovést mysl k cíli tak jako když pasák pohání býka holí; na této cestě však hledající býkovi lichotí, podáváje mu hrst trávy.

*Ot.: Jak se to dělá?*

Odp.: Musíte se sám sebe zeptat, „Kdo jsem já?“. Toto zkoumání nakonec povede k odhalení čehosi ve vás, co je za myslí. Vyřešte tento velký problém a vyřešíte i všechny ostatní. [5]

*Ot.: Při hledání „já“ není nic vidět.*

Odp.: Protože jste zvyklí identifikovat se s tělem a dívat se očima, říkáte, že nic nevidíte. Co tu je k vidění? Kdo má vidět? Jak vidět? Existuje jen jedno vědomí, které se, manifestujíc se jako „já“ - myšlenka, identifikuje s tělem, promítá se očima a spatřuje okolní předměty. Jedinec je omezen bdělým stavem a očekává, že uvidí něco odlišného. Svědectví jeho smyslů bude pečeti důkazu. Nepřipustí však, že ten kdo vidí i viděné jsou manifestací téhož vědomí, totiž „já, já“. Iluzi, že Já musí být viditelné, pomáhá člověku překonávat kontemplace. Ve skutečnosti nic vizuálního neexistuje. Jak nyní pociťujete „já“? Držte před sebou zrcadlo, abyste poznal své bytí? Vědomí je „já“. Realizujte to je a poznáte, že to je pravda.

*Ot.: Při pátrání po původu myšlenek dochází k vnímání „já“. Ale mne to neuspokojuje.*

Odp.: Zcela správně. Vnímání „já“ je spojeno s tvarem, možná s tělem. S čistým Já by nemělo být spojováno nic. Já je nespojená, čistá skutečnost, v níž tělo svítí a ego září. Po utišení všech myšlenek zůstane čistě vědomí.

V okamžiku probuzení ze spánku, než se staneme vědomí světa, je tu čistě „já, já“. Setrvejte na něm beze spánku a nedovolte myšlenkám, aby se vás zmocni-

ly. Podržíte-li je pevně, na tom, je-li svět spatřován, nezáleží. Vidoucí zůstává jevy nedotčen. [6]

Co je ego? Zkoumejte to. Tělo je necitlivé a nemůže říci „já“. Já je čisté vědomí a je neduální. Nemůže říkat „já“. Ve spánku neříká „já“ nikdo. Co je potom ego? Je to něco mezi netečným tělem a Já. Nemá žádné **locus standi**. Hledáme-li je, mizí jako duch. V noci si člověk může díky hře stínů představovat, že má po boku ducha. Podívá-li se lépe, zjistí, že ve skutečnosti tu žádný duch není a že to, co za ducha považoval je jen strom nebo sloup. Pokud se dobře nepodívá, může ho duch strašit. Je třeba jen dobře se podívat a duch zmizí. Duch tu nikdy nebyl. Tak je to i s egem. Je to nehmatatelné pouto mezi tělem a čirým vědomím. Není reálné. Dokud se na ně člověk dobře nepodívá, bude obtěžovat. Když je však hledáme, zjišťujeme, že neexistuje.

Tady je příběh, který to ilustruje. Při hindských svatbách trvají často oslavy pět nebo šest dní. Při jedné takové příležitosti byl jakýsi cizí host nevěstinou stranou omylem považován za významného člověka a chovali s tedy k němu s velkou úctou. Když to viděla ženichova strana, považovala ho za osobnost důležitou pro stranu nevěsty a také mu prokazovala zvláštní respekt. Cizinec si to pěkně užíval, ale byl si také skutečné situace celou dobu vědom. Při jakési příležitosti mu chtěla ženichova společnost o něčem vyprávět a tak se na něj nevěstinych lidí ptali. Hned vycítil nepříjemnost a vytratil se. Stejně je to s egem. Hledáme-li je, mizí. Jestliže nikoli, obtěžuje dále. [7]

*Ot.: Když se snažím zkoumat, „Kdo jsem já?“, usínám. Co mám dělat?*

Odp.: Setrvávat v dotazování během hodin bdění. To by docela stačilo. Když budete ve zkoumání setrvávat až do usnutí, bude pokračovat i během spánku. Ve zkoumání pokračujte, jakmile se probudíte. [8]

*Ot.: Jak mohu dosáhnout míru? Nezdá se, že bych jej mohl získat prostřednictvím vičáry.*

Odp.: Mír je váš přirozený stav. Mysl je přirozenému stavu na překážku. Nezažíváte-li mír, znamená to, že jste svou vičáru prováděl jen v myslí. Zkoumejte, co mysl je a ona zmizí. Bez myšlenek taková věc jako mysl ve skutečnosti neexistuje. Nicméně díky vynořování myšlenek uhadujete něco o jejich počátku a nazvete to myslí. Když zkoušíte spatřit, co to je, zjistíte, že taková věc jako mysl skutečně neexistuje. Když mysl takto vymizela, realizujete věčný mír. [9]

*Ot.: Když se věnuji dotazování na zdroj, z něhož „já“ pramení, dospívám do stádia tichosti, za které, jak zjišťuji, nemohu dále pokročit. Nemám žádnou myšlenku a je tu prázdnota a pusto. Je tu jemné světlo a já cítím, že nemám tělo. Nemám ani poznání ani vizi těla a tvaru. Tento zážitek trvá skoro půl hodiny a je příjemný. Mám pravdu, když z toho usuzuji, že to vše bylo zapotřebí, aby věčné štěstí, tj. svoboda nebo spasení, ať už to nazveme jakkoli, prodlužovalo cvičení tak dlouho, až budu moci tuto zkušenost prožívat hodiny, dny a měsíce?*

Odp.: To neznamená spasení. Takový stav se jmenuje manolja či dočasné utišení myslí. Manolája znamená koncentraci, jež dočasně zamezí pohyb myšlenek. Jakmile koncentrace skončí, běží myšlenky, staré i nové jako obvykle. A i kdyby toto zkonejšení myslí trvalo tisíc let, nikdy nepovede k úplnému zni-



čení myšlenek, jež je tím, co se nazývá osvobozením od zrodů a smrtí. Žák proto musí být stále na pozoru a vnitřně se dotazovat, kdo je ten, který má tuto zkušenost, kdo realizuje její příjemnost. Bez takového dotazování se dostane do dlouhého tranzu nebo hluboce usne (jóga nidra). Bez správného vedení v tomto stádiu spirituálního cvičení mohou být mnozí oklamáni a upadnout do léčky klamného pocitu osvobození. Jen málo z těchto žáků dokáže bezpečně dojít cíle.

Následující příběh to velmi dobře ilustruje. Jeden jogín prováděl po mnoho let pokání (tapas) na břehu Gangy. Když dosáhl vysokého stupně koncentrace, uvěřil, že setrvání v tomto stádiu prodlouží období dosaženého osvobození a praktikoval to. Jednoho dne, než vstoupil do hluboké koncentrace, pocítil žízeň a zavolal žáka, aby mu přinesl pitnou vodu z Gangy. Než se však žák s vodou vrátil, vstoupil do jóga nidra a setrval v něm bezpočet let, během kterých proteklo pod mostem mnoho vody. Jakmile se z tohoto stavu probudil, volal, „Vodu! vodu!“, ale nebyl tu už ani jeho žák ani Ganga.

První věc, o kterou žádal, byla voda proto, že před vstupem do hluboké koncentrace byla nejsvrchnější myšlenkou jeho mysli, a svou koncentrací, jakkoli byla hluboká a dlouhá, byl schopen ukolébat své myšlenky jen dočasně. Když nabyl vědomí, vyplula tato svrchní myšlenka s rychlostí a silou přívalu, bořícího vše kolem. Stalo-li se něco takového s myšlenkou, která vyvstala bezprostředně předtím než usedl k meditaci, není pochyby o tom, že i myšlenky, které zakořenily dříve, zůstaly nezničené. Lze o něm tvrdit, že byl spasen, je-li osvobozením anihilace myšlenek?

Sádhakové (žáci hledající pravdu) jen málokdy pochopí rozdíl mezi tímto dočasným ztišením mysli (manolaja) a trvalým zničením myšlenek (manonasa). V manolája dochází k dočasnému potlačení myšlenkových vln, a přestože toto dočasné období může trvat tisíc let, myšlenky, které jsou takto dočasně utišeny vzniknou znovu, jakmile manolája pomine. Člověk tedy musí svůj duchovní postup pečlivě sledovat. Nesmí dovolit, aby byl takovými obdobími tichosti myšlenek přemožen. V okamžiku, kdy člověk toto zažívá, musí oživit své vědomí a vnitřně se zápat, kdo tuto zkušenost ticha zakouší. Když člověk myšlenkám nedovolí, aby ho rušily, nemusí být současně přemožen hlubokým spánkem (jóga nidra) ani autohypnosou. Ačkoli to je známkou pokroku směrem k cíli, je to také bod, kde se cesta k osvobození a cesta k jóga nidra rozdělují. Snadnou a přímou cestou, nejkratším řezem směřujícím ke spáse, je metoda zkoumání. Tímto zkoumáním zavedete myšlenkovou sílu hlouběji, až dosáhne svého zdroje a ponoří se do něj. Tehdy dostanete ze svého nitra odpověď a zjistíte, že tam spočíváte, ničíte myšlenky jednou provždy. [10]

*Ot.: Tato „já“-myšlenka vzniká ze mne. Neznám však Já.*

Odp.: To všechno jsou jen mentální představy. Nyní se ztotožňujete s klamným „já“, jež je „já“-myšlenkou. Tato myšlenka vzniká a zaniká, zatímco pravý význam „já“ je mimo obě dvě. Ve vašem bytí nemůže existovat žádný zlom. Vy, který jste spal, jste teď také probuzen. Během hlubokého spánku žádné neštěstí neexistovalo, ale nyní existuje. Co se to stalo, že pocítujete ten rozdíl? Během

spánku neexistovalo žádné „já“, zatímco teď je přítomno. Skutečné Já není zřejmé a klamně „já“ se předvádí. Toto klamně „já“ je překážkou pravého poznání. Zjistěte, kde toto klamně „já“ vzniká a ono pak zmizí. Budete pak jen tím, čím jste, to jest absolutní bytím.

*Ot.: Jak to provést? Zatím se mi to nepodařilo.*

Odp.: Hledejte zdroj „já“-myšlenky. To je vše, co má člověk dělat. Vesmír existuje díky „já“-myšlence. Jestliže tato myšlenka skončí, je konec i bídě. Klamně „já“ skončí jen, je-li nalezen jeho zdroj. [11]

Lidé se často ptají, jak kontrolovat mysl. Říkám jim, „Ukažte mi mysl a pak budete vědět, co máte dělat“. Mysl je skutečně jen klubko myšlenek. Jak ji můžete zničit myšlenkou nebo přáním? Vaše myšlenky a přání jsou částí a součástí mysli. Mysl je prostě živena vznikáním nových myšlenek. Je proto bláhové chtít mysl zabít pomocí mysli. Jediná cesta jak to provést, je najít její zdroj a držet jej. Mysl se pak sama ztratí. Jóga učí čitta vritti niródha (kontrola aktivity mysli). Já však říkám átma vičára (sebezkuování). To je praktická cesta. Čitta vritti niródha nastává ve spánku, mdlobě nebo v důsledku hladovění. Jakmile je však příčina odstraněna, myšlenky propuknou znovu. K čemu to je? Ve stavu strnulosti existuje mír, nikoli bída. Bída se však vrací, jakmile strnulost pomine. Niródha (kontrola) je tedy bezúčelná a nemůže přinést trvalý prospěch.

Jak tedy učinit prospěch trvalým? Lze toho docílit nalezením příčiny bídy. Bída je způsobena vnímáním objektů. Jestliže neexistují, zastaví se přísun myšlenek a bída je vyhnána. „Jak přestanou objekty být?“, je další otázka. Šrutis (písma) a mudrci říkají, že objekty jsou jen mentálními výtvoři. Nemají individuální existenci. Zkoumejte to a ověřte pravdivost tohoto tvrzení. Dojdete k závěru, že objektivní svět je v subjektivním vědomí. Já je tedy jedinou realitou, která proniká svět a také jej zahaluje. Protože neexistuje dualita, nevzniknou žádné myšlenky, jež by rušily váš mír. To je realizace Já. Já je věčné a věčná je i realizace.

Abhjása (duchovní praxe) spočívá ve stažení se do Já, kdykoli jste rušen myšlenkou. Není to koncentrace nebo zničení mysli, ale stažení se do Já. [12]

*Ot.: Proč je koncentrace neúčinná?*

Odp.: Žádat mysl, aby mysl zahubila je jako dělat ze zloděje četníka. Půjde s vámi a bude předstírat, že chytá zloděje, ale nic tím nezískáte. Musíte se tedy obrátit dovnitř a podívat se odkud mysl pramení a ona pak přestane existovat.

*Ot.: Nezaměstnáváme stále ještě mysl při jejím stáčení dovnitř?*

Odp.: Ovšemže zaměstnáváme mysl. Mysl lze zabít jen pomocí mysli, to je dobře známo a uznáváno. Avšak místo toho, abyste se do toho pouštěl, říkáte, že je tu mysl a že ji chcete zabít, začnete hledat zdroj mysli a zjistíte, že vůbec neexistuje. Mysl obrácená ven má za následek myšlenky a objekty. Obrácena dovnitř, stává se sama Já. [13]

*Ot.: Ani tak nerozumím. Vy teď říkáte, že „já“ je špatné „já“. Jak toto špatné „já“ odstranit?*

Odp.: Nemusíte odstraňovat špatné „já“. Jak může „já“ odstranit samo sebe? Vše, co potřebujete udělat, je najít jeho zdroj a dlít v něm. Vaše snahy mohou jít





jen tak daleko. Pak se to, co je mimo, o sebe postará samo. Zde jste bezmocný. Nemůžete toho dosáhnout žádným úsilím.

*Ot.: Jestliže „já“ jsem vždy, zde a nyní, proč to nepocítuji?*

Odp.: To je to. Kdo říká, že to nepocítuje? Říká to skutečné „já“ nebo klamné „já“? Zkouvejte to. Zjistíte, že to je klamné „já“. Klamné „já“ je překážkou. Musí být odstraněno, aby skutečné „já“ nemuselo být skryto. Pocit, že jsem nerealizoval, je překážkou realizace. Ve skutečnosti realizace je tu a neexistuje nic jiného, co by se mělo realizovat. Realizace by pak byla něčím novým. Kdyby dosud neexistovala, musí nastat později. Kdo se narodil, musí zemřít. Kdyby realizace nebyla věčná, nestálo by za to ji mít. Proto to, co hledáme není něčím, co se má teprve stát. Je to pouze to, co je věčné, ale co není vinou překážek poznáno. Je to to, co hledáme. Vše, co máme dělat, je odstranit překážky. To, co je věčné, není vinou nevědomosti jako takové poznáno. Přeneste se přes nevědomost a bude dobře.

Nevědomost je totožná s „já“-myšlenkou. Najděte její zdroj a ona zmizí.

„Já“-myšlenka je jako duch, který ačkoli není hmatatelný, vzniká současně s tělem, roste s ním i mizí. Vědomí těla je klamné „já“. Vzdejte se tohoto vědomí těla. Dokážete to hledáním zdroje „já“. Tělo neříká „Já jsem“. Jste to vy, kdo říká, „Jsem tělo“. Zjistěte, kdo tento „já“ je. Budete-li hledat jeho zdroj, zmizí. [14]

*Ot.: Jak dlouho může mysl setrvávat nebo být udržena v Srdci?*

Odp.: Tato doba se prodlužuje praxí.

*Ot.: Co se stane na jejím konci?*

Odp.: Mysl se vrátí do současného normálního stavu. Jednota v Srdci je vystřídána růzností vnímaných objektů. Jmenuje se to vycházející mysl. Mysl směřující do Srdce se nazývá nehybnou myslí. [15]

Když člověk denně víc a víc cvičí tímto způsobem, stane se jeho mysl extrémně čistou, protože byly odstraněny její defekty a cvičení se stane tak snadným, že očištěná mysl vklouzne do Srdce, jakmile je cvičení zahájeno. [16]

*Ot.: Je možné, aby se člověk, který jednou v meditaci zažil zkušenost sat-čit-ánanda, po vystoupení z meditace znovu ztotožnil s tělem?*

Odp.: Ano, je to možné, ale během praxe se toto ztotožňování postupně ztrácí. V proudu světla Já se temnota nevědomosti rozpouští navždy. [17]

Zkušenosti získané bez vykořenění všech vásan nemohou být trvalé. K vymazání vásan je třeba úsilí; po vykořenění vásan zůstane poznání neotřesitelné. [18]

S dlouhodobými tendencemi je třeba bojovat a odejdou. U těch, kdo se věnovali sádhane v minulosti, odcházejí rychleji a u ostatních pomaleji.

*Ot.: Odcházejí tyto tendence postupně nebo zmizí všechny najednou v jediném dni? Ptám se na to proto, že ačkoli tu jsem byl dlouhou dobu, nepozoroval jsem v sobě žádnou postupnou změnu.*

Odp.: Když vychází slunce, odchází temnota postupně nebo najednou? [19]

*Ot.: Jak mohu říci, zda ve svém zkoumání dělám pokrok?*

Odp.: Mírou vašeho pokroku na cestě k Seberealizaci je stupeň absence myšlenek. Seberealizace sama však pokrok nepřipouští, je vždy táž. Já vždy setrvává

v realizaci. Překážkou jsou myšlenky. Pokrok se měří stupněm odstranění překážek, které stojí v cestě pochopení, že Já je vždy realizováno. Myšlenky musí být zastaveny zkoumáním, komu vznikají. Jděte tedy do jejich zdroje, kde nevznikají.

*Ot.: Pochybnosti vznikají vždy. Proto má otázka.*

Odp.: Pochybnost vznikne a je odstraněna. Vznikne jiná a je opět odstraněna, aby opět uvolnila místo další a tak to jde stále dál. Všechny pochybnosti odstranit nelze. Zjistěte, v kom pochybnosti vznikají. Pak vznikat přestanou. To je způsob, jak je odstranit. [20]

*Ot.: Měl bych pokračovat v dotazování, „Kdo jsem já“ bez odpovědi? Kdo se ptá koho? Jaké bhavana (postoj) by měla mysl během dotazování zaujímat? Co je „já“, Já nebo ego?*

Odp.: Při dotazování „Kdo jsem já“, je „já“ egem. Ve skutečnosti se ptáme na zdroj či původ tohoto ega. V mysli nesmíte mít žádný postoj. Vše, co se od vás žádá, je vzdát se představy, že jste takovým a takovým tělem a takovým a takovým jménem atd. Není třeba mít představu o své skutečné podstatě. Existuje taková, jaká vždy byla. Je to skutečnost a ne představa. [21]

*Ot.: Není však zábavné, že „já“ hledá „já“? Neukáže se nakonec, že dotazování, „Kdo jsem já“, je prázdnou formulí? Nebo si mám tuto otázku klást bez konce a opakovat ji jako nějaké mantram?*

Odp.: Sebedotazování určitě není prázdnou formulí a je i něčím více než mantrou. Kdyby bylo zkoumání „Kdo jsem já“, pouze mentálním dotazováním, nemělo by valnou cenu. Skutečným účelem tohoto zkoumání je soustředit celou mysl na její zdroj. Proto nejde o to, že by jedno „já“ hledalo jiné „já“. Ještě mnohem méně je sebedotazování prázdnou formulí, neboť zahrnuje intenzivní aktivitu celé mysli, jejímž cílem je udržovat ji v trvalé rovnováze v čistém uvědomění Já. [22]

*Ot.: Stačí, abych se této átma vičáře věnoval nějaký čas ráno a večer? Nebo bych ji měl provádět vždy, ať píši nebo se procházím?*

Odp.: Co je vaší skutečnou podstatou? Je to psaní, procházení se nebo bytí? Neměnnou skutečností je bytí. Dokud si tento stav čistého bytí neuvědomíte, měl byste se věnovat dotazování. Jakmile se v něm jednou upevníte, další potíže nebudou.

Dokud myšlenky nevzniknou, nebude se na jejich zdroj nikdo dotazovat. Dokud si myslíte, „Já chodím“, „Já píši“, ptejte se, kdo to dělá. [23]

*Ot.: Když budu odmítat myšlenky, mohu to nazývat vičárou?*

Odp.: Může to být vodítko. Vičára však ve skutečnosti začíná tehdy, když se připoutáte k Já a jste již mimo mentální pohyby, mimo myšlenkové vlny.

*Ot.: Vičára tedy není intelektuální?*

Odp.: Ne, je to antara vičára, vnitřní dotazování. [24]

Začátečníkovi se doporučuje, aby ze zaměřil na mysl a zkoumal ji. Co však vůbec mysl je? Je projekcí Já. Podívejte se, komu se jeví a odkud vzniká. Zjistíte, že základní příčinou je „já“-myšlenka. Jděte hlouběji. „Já“-myšlenka zmizí a bude existovat jen nekonečně rozšířené vědomí „já“. [25]



Ot.: V ášramu Šrí Aurobinda jsem položil Matce tuto otázku: „Udržuji svou mysl prázdnou bez vznikajících myšlenek, takže se Bůh může projevit ve svém skutečném bytí. Já však nic nevnímám.“ Dostal jsem tuto odpověď: „Postoj je to správný. Síla sestoupí dolů seshora. Je to přímá zkušenost.“ Měl bych provádět něco dalšího?

Odp.: Budte tím, čím jste. Vše co je třeba, je ztratit ego. To co je, tu je vždy. Jste tím již nyní. Jste tu, abyste spatřoval prázdnost. Na co čekáte? Myšlenka „neviděl jsem“, čekání na to, že uvidíte a přání něco získat jsou, dílem ega. To vše říká ego, ne vy. Budte sám sebou a ničím více!

Něco jste získal tím, že jste se narodil. Protože jste to získal, také to vrátíte. Zanechte tedy všech těch slovíček. Budte čím jste. Spatřujte kdo jste a trvejte jakožto **Já**, volný od zrození a smrti, od přicházení a odchodů. [26]

Ot.: Jak má člověk poznat **Já**?

Odp.: Poznat **Já** znamená být **Já**. Můžete říci, že neznáte **Já**? Popíráte existenci svých očí ačkoli je nemůžete vidět a nemůžete do nich bez zrcadla pohledět? Stejně jste si vědom **Já**, i když **Já** není objektivizováno. Nebo snad své **Já** popíráte protože není objektivizováno? Když říkáte, „Nemohu poznat **Já**“, znamená to nedostatek v pojmech relativního poznání, neboť jste na relativní poznání tak zvyklý, že s ním sám sebe ztotožňujete. Tato klamná totožnost je příčinou toho, že zřejmé **Já** neznáte, protože nemůže být objektivizováno. A potom se ptáte, „Jak má člověk poznat **Já**?“

Ot.: Mluvíte o bytí. Bytí čím?

Odp.: Vaší povinností je být a nikoli být to nebo ono. „Jsem, který jsem“, je sumou celé pravdy. Metodu vyjadřují slova „Buď tichý“. Co znamená být tichý? Znamená to zničit sám sebe. Protože každá forma nebo tvar jsou příčinou strastí. Vzdejte se pocitu, „Jsem takový a takový“. [27] Vše, co je třeba k realizaci **Já**, je být tichý. Co může být snazší? Proto je dosažení **atma-vidja** (sebezpoznaní) to nejlehčí. [28]

Pravda o sobě samém je to jediné, co stojí za to vypátrat a poznat. Bera ji za cíl své pozornosti, měl by ji člověk dychtivě poznávat ve svém Srdci. Toto poznání sebe sama bude odhaleno jen tomu, kdo je vědomý a tichý, čistý a volný od aktivit vzrušené a trpící mysli. Poznejte toto vědomí, které vždy září v Srdci jakožto beztvaré **Já**, „já“ a které se poznává tím, že je člověk tichý a nemyslí na nic jako na existující nebo neexistující, to jediné je dokonalá skutečnost. [29]

## KAPITOLA 6

### SEBEDOTAZOVÁNÍ - CHYBNÉ CHÁPÁNÍ

Filosofické výroky Šrí Ramany se velmi podobaly těm, které schvalovali následovníci **advaita védanty**, což je indická filosofická škola, která rozkvétala více než tisíc let. Šrí Ramana a advaitinci spolu souhlasili ve většině teoretických záležitostí, ale jejich postoje k praxi se radikálně liší. Zatímco Šrí Ramana doporučoval sebedotazování, radila většina učitelů advaity systém meditací, jež mentálně potvrzovaly, že **Já** je jedinou skutečností.

Taková tvrzení, jako „**Já** jsem Brahman“ nebo „**Já** jsem on“, se obvykle používají jako mantry, méně často však člověk medituje o jejich významu a snaží se zažít závěry, které z tohoto výroku plynou.

Protože sebedotazování často začíná otázkou, „Kdo jsem já?“, domnívalo se mnoho tradičních žáků advaity, že odpovědí je, „**Já** jsem Brahman“ a zaměstnávali své mysli opakováním tohoto mentálního řešení. Šrí Ramana tento přístup kritizoval a říkal, že když je mysl stále zaměstnána hledáním nebo opakováním odpovědi na otázku, nikdy neklesne do svého zdroje a nezmizí. Ze stejného důvodu byl kritický i vůči těm, kdo se snažili používat otázku, „Kdo jsem já?“ jako mantram a uváděl, že oba přístupy cíl sebedotazování míjejí. Podle něj není otázka, „Kdo jsem já?“ výzva analyzovat mysl a dojít k nějakému závěru, ani mantrická formule, ale prostě nástroj, usnadňující přesměrování pozornosti od objektů myšlenek k tomu, kdo je myslí a vnímá. Podle jeho mínění není odpověď na otázku, „Kdo jsem já?“ možné najít myslí nebo v mysli, protože jedinou skutečnou odpovědí je zkušenost nepřítomnosti mysli.

Jiný, značně rozšířený omyl vzniká z hinduistické víry, že **Já** lze odhalit mentálně, odmítáním všech myšlenkových objektů a vjemů jakožto **ne-Já**. Tento přístup se tradičně nazývá **neti - neti** (ne to, ne to). Ten, kdo cvičí podle tohoto systému, verbálně odmítá všechny objekty, které ztotožňují „já“ s „**Já** nejsem mysl“, „já nejsem tělo“ atd. v očekávání, že nakonec „já“ zažijí v jeho čisté, neposkrvněné formě. Protože hinduismus nazývá „sebedotazováním“ právě tuto praxi, byla často zaměňována s metodou Šrí Ramany. Postoj Šrí Ramany k tomuto tradičnímu systému sebeanalýzy byl zcela negativní a své oddané od jejího praktikování odrazilo s tím, že jde o intelektuální aktivitu, která nemůže jít za mysl. Ve své standardní odpovědi na otázky o účinnosti této praxe říkával, že „já“-myšlenka je takovými činnostmi podporována a že „já“, jež eliminuje tělo a mysl jakožto „ne-já“, nemůže nikdy eliminovat samo sebe.

Ti, kdo následovali školu „**Já** jsem Brahman“ a „neti-neti“, sdíleli společný názor, že **Já** může být odhaleno myslí, a to buď pomocí potvrzení nebo negace. Názor, že mysl může vlastní aktivitou dosáhnout **Já**, je kořenem



většiny omylů, týkajících se praxe sebedotazování. Klasickým příkladem je přesvědčení, že sebedotazování zahrnuje koncentraci na určité centrum v těle, jež se jmenuje Srdeční centrum. Tento rozšířený názor vyplývá z nesprávné interpretace některých výroků Šrí Ramany o Srdci a abychom pochopili, jak tento názor vznikl, bude třeba obírat se některými jeho myšlenkami o tomto námětu podrobněji.

Když popisoval původ „já“-myšlenky, říkal někdy, že stoupá k mozku kanálem, jenž začíná v centru na pravé straně hrudi. Nazýval je Srdečním centrem a říkal, že když „já“-myšlenka klesne zpět do Já, vrací se do tohoto centra a mizí. Říkal také, že když je Já trvale zakoušeno, existuje jasné vědomí, že toto centrum je zdrojem mysli i světa. Tato tvrzení však nejsou striktně pravdivá a Šrí Ramana je občas kvalifikoval jako pouhé schematické obrazy, dané lidem, setrvávajícím ve ztotožňování se se svým tělem. Říkal, že Srdce není ve skutečnosti umístěno v těle a že z nejvyššího hlediska je rovněž nesprávné říkat, že „já“-myšlenka z tohoto centra na pravé straně prsou vzhází a že se do něj noří.

Protože Šrí Ramana často říkal, „Najděte místo, kde „já“ vzniká“, nebo „Najděte zdroj mysli“, mnoho lidí interpretovalo tyto výroky tak, že by se měli při sebedotazování koncentrovat přesně na toto centrum.

Šrí Ramana tuto interpretaci mnohokrát odmítl když říkal, že zdroj mysli nebo „já“ lze odhalit jen pozorností obrácenou k „já“-myšlence a ne koncentrací na určitou část těla. Někdy říkal, že zaměření pozornosti na toto centrum je dobré koncentrační cvičení, ale nikdy je nezaměřoval se sebedotazováním. Říkal také, že meditace na Srdce je účinnou cestou k dosažení Já, ale nikdy netvrdil, že by to mělo být prováděno koncentrací na Srdce. Místo toho doporučoval, aby člověk meditoval o Srdci „tak jak je“. [1] Srdce „tak jak je“ není místo, je to vnitřní Já a jeho skutečnou podstatu si člověk může uvědomit jen tak, že jím je. Nemůže být dosaženo koncentrací.

Ačkoli existuje několik potenciálně nejasných vysvětlení, týkajících se Srdce a Srdečního centra, není v žádném z Bhagavánových písemných prací ani v zaznamenaných rozhovorech, jediný výrok, který by podporoval tvrzení, že sebedotazování má být prováděno soustředěním se na toto centrum. Ve skutečnosti je na základě pečlivého zkoumání jeho výroků k tomuto předmětu možno usoudit, že zatímco zkušenost Já obsahuje uvědomění si tohoto centra, koncentrace na ně ke zkušenosti Já nevede.

*Ot.: Začínám se sám sebe ptát, „Kdo jsem já?“, eliminuji tělo i mysl jakožto ne-“já“ a nejsem schopn pokročit dále.*

Odp.: Jen tak daleko může jít intelekt. Váš postup je jen intelektuální. Všechna písmena se o něm zmiňují jen proto, aby hledajícího vedla k poznání pravdy. Na pravdu se nedá přímo ukázat. Proto tento intelektuální proces.

Víte, člověk, který eliminuje všechna ne - „já“, nemůže eliminovat „já“. Abychom mohli říkat, „Nejsem toto“ nebo „Nejsem ono“, musí „já“ existovat. Toto „já“ je pouze ego či „já“-myšlenka. Teprve když vznikne „já“-myš-

lenka, vznikají myšlenky jiné. „Já“- myšlenka je kořenem myšlenek. Je-li tento kořen zničen, jsou současně zničeny všechny ostatní. Proto hledejte kořen myšlenky „já“, ptejte se, „Kdo jsem já?“. Najděte její zdroj a pak všechny myšlenky zmizí a zůstane čisté Já.

*Ot.: Jak to mám udělat?*

Odp.: „Já“ je tu vždy - v hlubokém spánku, ve snění i v bdělém stavu. Ten který spal, je tentýž, který nyní hovoří. Pocit „já“ existuje vždy. Nebo snad popíráte svou existenci? Nikoli. Říkáte, „Já jsem“. Zjistěte kdo to je. [2]

*Ot.: Já medituji neti-neti (ne to, ne to).*

Odp.: Ne - toto není meditace. Najděte zdroj. Musíte neomylně dosáhnout zdroje. Potom klamně „já“ zmizí a skutečné Já bude realizováno. První nemůže existovat bez druhého. [3]

Nyní existuje chybné ztotožňování se s tělem, smysly atd. Vy je odkládáte, a to je neti. Správně se to dá provést jen tak, že se přidržíte toho, jenž nemůže být odložen. To je iti (to co je). [4]

*Ot.: Když myslím otázku, „Kdo jsem já?“, přichází odpověď „Nejsem toto smrtelné tělo, ale čaitanja, átman (vědomí, Já)“. A pojednou vznikne jiná otázka „Proč vstupuje átman do máji (klamu)?“ nebo jinými slovy, „Proč stvořil Bůh tento svět?“*

Odp.: Dotazovat se, „Kdo jsem já“ skutečně znamená najít zdroj ega nebo „já“-myšlenky. Nemáte myslet jiné myšlenky, jako například, „Nejsem toto tělo“. Hledání zdroje „já“ znamená zbavit se všech myšlenek. Jiným myšlenkám, takovým, o kterých jste se zmiňoval, nemáme poskytovat volné pole, ale máme udržovat pozornost upevněnou na nalezení zdroje „já“-myšlenky tak, že se při vzniku jakékoli myšlenky ptáme, komu vznikla. Zní-li odpověď, „Já mám tuto myšlenku“, pokračuje zkoumání dotazem, „Kdo je tento „já“ a co je jeho zdrojem?“ [5]

*Ot.: Mám stále opakovat, „Kdo jsem já?“, jako mantru?*

Odp.: Ne. „Kdo jsem já“ není mantra. Musíte pátrat, kde ve vás vzniká „já“-myšlenka, jež je zdrojem všech myšlenek ostatních [6]

*Ot.: Mám meditovat o „Já jsem Brahman“ (aham Brahmasmi)?*

Odp.: Tato slova nejsou určena k tomu, abyste si myslel, „Jsem Brahman“. **Aham** (já) je známo každému. Brahman přebývá jakožto aham ve všech. Najděte „já“. „Já“ již je Brahman. Nemusíte tak přemýšlet. Prostě najděte „já“.

*Ot.: Není zbavování se pochev (neti-neti) zmiňováno v šastras?*

Odp.: Když vznikne „já“ myšlenka, existuje klamně ztotožnění „já“ s tělem, smysly, myslí atd. „Já“ je s nimi ztotožňováno nesprávně a skutečné „Já“ se ztrácí z dohledu. Zmínky o zbavování se pochev se uvádějí proto, abychom oddělili čisté „Já“ od „já“ poskvrněného. Přesně to však neznamená zbavování se ne-Já, ale nalezení skutečného Já. Skutečné Já je nekonečné „já“. Toto „Já“ je dokonalost. Je věčné. Nemá počátek ani konec. Druhé „já“ se rodí a také umírá. Je dočasné. Pátrejte, komu měníci se myšlenky náležejí. Zjistíte, že vznikají až po „já“-myšlence. Podržte tuto „já“-myšlen-



ku a ona vymizí. Vysledujte zpětně zdroj „já“-myšlenky. Zůstane samotné Já.

*Ot.: Provést to je těžké. Teorii chápu, ale jaká je praxe?*

Odp.: Pro ty, kdo nemohou pátrat po Já, jsou určeny jiné metody. I k pouhému opakování „Aham Brahmasmí“ či k myšlení na ně je třeba konatele. Kdo to je? Je to „já“. Buďte tímto „já“. To je přímá metoda. Také ostatní metody nakonec každého k této metodě pátrání po Já přivedou.

*Ot.: Jsem si vědom „já“. Moje trápení však nekončí.*

Odp.: Tato „já“-myšlenka není čistá, je poskvrněna sdružováním se s tělem a smysly. Zjistěte, kdo se trápí. Je to „já“-myšlenka. Držte ji. Ostatní myšlenky pak zmizí.

*Ot.: Ano, ale jak to mám udělat? To je celá ta potíž.*

Odp.: Myslete „já, já“ a setrvejte u této jediné myšlenky až do zmizení ostatních. [7]

*Ot.: Není potvrzení Boha účinnější než dotazování, „Kdo jsem já?“ Potvrzení je pozitivní, zatímco dotazování je negativní. Mimo to vyžaduje osamělost.*

Odp.: Pokud budete hledat způsob jak realizovat, budete dostávat radu, abyste našel Já. Příčinou vaší osamělosti je hledání metody.

*Ot.: Není lepší říkat, „Jsem svrchované bytí“ než ptát se, „Kdo jsem já?“*

Odp.: Kdo to tvrdí? Musí tu být někdo, kdo to říká. Najděte ho.

*Ot.: Není meditace lepší než zkoumání?*

Odp.: Meditace předpokládá mentální zobrazování, zatímco zkoumání se týká skutečnosti. První je objektivní, zatímco druhé je subjektivní.

*Ot.: K tomuto předmětu musí existovat nějaký vědecký přístup.*

Odp.: Vystříhat se neskutečného a hledat skutečnost je vědecké.

*Ot.: Mám na mysli, že musí existovat postupná eliminace, nejprve myslí, pak intelektu a potom ega.*

Odp.: Skutečné je jediné Já. Vše ostatní je neskutečné. Mysl a intelekt neexistují mimo vás.

Bible říká, „Buď tichý a věz, že já jsem Bůh“. Tichost je jediným předpokladem realizace Já jakožto Boha. [8]

*Ot.: Je soham (tvrzení „Já jsem on“) totéž jako „Kdo jsem já?“*

Odp.: Je jim společné jen aham („já“). Člověk je soham, jiný člověk je koham (kdo jsem „já“). Liší se od sebe. Proč bychom měli říkat soham? Člověk musí najít skutečné „Já“. V otázce, „Kdo jsem já?“ znamená „já“ ego. Když se snažíme je sledovat a najít jeho zdroj, vidíme, že nemá oddělenou existenci, ale noří se do skutečného „Já“. [9]

Vidíte tu nesnáz. Vičára je metoda odlišná od meditace sivoaham nebo soham („Jsem Šiva“ nebo „Jsem on“). Já kladu důraz spíše na sebepoznání, protože dříve než přistoupíte k poznávání světa a jeho Pána, se zajímáte o sebe sama. Meditace soham nebo meditace „Já jsem Brahman“ je víceméně mentální myšlenkou. Avšak zkoumání Já, o kterém hovořím, je přímá metoda, která je skutečně meditaci nadřazena. V okamžiku, kdy začnete

hledat Já a jdete hlouběji a hlouběji, skutečné Já na vás čeká, aby vás vzalo dovnitř. Cokoli se potom stane, bude vykonáno něčím jiným a vy na tom nemáte žádný podíl. V tomto procesu se automaticky vzdáváte všech pochybností a diskusí, tak jako ten, kdo usne, zapomene pro tu chvíli na všechny své starosti.

*Ot.: Jaká je tu jistota, že je tu něco, co čeká, aby mne přivítalo?*

Odp.: Je-li člověk dostatek vyvinutou duší (pakvi) stává se přirozeně přesvědčeným.

*Ot.: Jak je tento vývoj možný?*

Od.: Na to jsou různé odpovědi. Ať však byl předešlý vývoj jakýkoli, vičára vývoj urychluje.

*Ot.: To je debata v kruhu. Jsem vyvinutý a jsem tedy vhodný pro zkoumání, ale příčinou mého rozvoje je samotné zkoumání.*

Odp.: Mysl má vždy tyto potíže. Aby byla spokojená, chce určitou teorii. Člověk, který skutečně touží dosáhnout Boha, nepotřebuje žádnou teorii, aby si uvědomil své vlastní bytí. [10]

*Ot.: Metoda, kterou Bhagaván vyučuje je nepochybně přímá. Je to však tak těžké. Nevíme, jak s tím začít. Kdybychom se stále ptali, „Kdo jsem já?, kdo jsem já?“ jako při džapě (opakování božího jména) nebo to opakovali jako mantru, bylo by to nudné. V jiných metodách existují nějaké předběžné kroky, s kterými je možno začít a pak postupovat krok za krokem. V Bhagavánově metodě však nic takového neexistuje a hledat okamžitě Já, ačkoli to je přímá metoda, je velmi těžké.*

Odp.: Sám připouštíte, že je to přímá metoda. Je to metoda přímá a snadná. Sledujeme-li jiné věci, které jsou nám cizí, tak snadno, jak může být pro nás těžké sledovat své vlastní Já? Neexistuje počátek ani konec. Jste sám sebou, a to na počátku i na konci. Kdybyste byl zde a Já někde jinde a musel Já dosáhnout, mohlo by se vám říkat jak začít, jak postupovat a potom jak dosáhnout. Dejme tomu, že vy, který jste nyní v Ramanašrámu, se ptáte, „Chci jít do Ramanašrámu. Jak mám začít a kudy tam mám dojít?“, co vám na to má člověk říci? Když člověk hledá Já je to totéž. Člověk je vždy Já a nic jiného. Říkáte, že se (otázka) „Kdo jsem já?“ stává džapou. Není to myšleno tak, abyste se stále ptal, „Kdo jsem já?“ V takovém případě nezemře myšlenka tak snadno. V přímé metodě, jak ji nazýváte, se po vás žádá, abyste se soustředil do svého nitra, kde „já“-myšlenka, jež je kořenem všech myšlenek ostatních, vzniká. Protože Já není vně, ale uvnitř vás, máte se ponořit dovnitř místo abyste vycházel ven. Co může být snadnější než jít sám k sobě? Faktem však zůstává, že někomu se to bude zdát těžké a nebude ho to přitahovat. To je důvod, proč se vyučovalo tolik metod. Každá z nich bude někoho lákat jakožto nejlepší a nejsnadnější. Je to v souladu s jejich pakva neboli připraveností. Někteří lidé však nebude přitahovat nic jiného než vičára marga (cesta zkoumání). Ti se budou ptát, „Chcete, abych poznal nebo viděl to či ono. Kdo však je ten, kdo poznává a vidí?“ Ať zvolíte jakoukoli jinou metodu, bude tu vždy ten, který koná. Tomu nelze uniknout. Člo-



věk musí zjistit, kdo tím konatelem je. Do té doby nemůže sádhana skončit. Nakonec tedy musí všichni zjistit, „Kdo jsem já?“ Můžete si stěžovat, že tu neexistuje nic předběžného nebo pozitivního, s čím by se dalo začít. K započetí tu máte „já“. Víte, že vždy existujete, zatímco tělo vždy neexistuje, například ve spánku. Spánek odhaluje, že existujete i bez těla. Ztotožňujeme „já“ s tělem, domníváme se, že **Já** má tělo a že má omezení a odtud pocházejí všechny naše strasti. Vše, co máme udělat, je vzdát se ztotožňování **Já** s tělem, tvary a omezeními a potom sebe sami poznáme jakožto **Já**, kterým vždy jsme.[11]

*Ot.: Mám myslet, „Kdo jsem já?“*

Odp.: Poznal jste, že „já“-myšlenka vzniká. Držte se „já“- myšlenky a najdete její zdroj.

*Ot.: Mohu znát způsob?*

Odp.: Dělejte, jak vám teď bylo řečeno a dívejte se.

*Ot.: Nechápu, co bych měl dělat.*

Odp.: Kdyby to bylo objektivní, bylo by možné ukázat cestu objektivně. Toto je subjektivní.

*Ot.: Já však nerozumím.*

Odp.: Cože! Vy nevíte, že jste?

*Ot.: Prosím, ukažte mi cestu.*

Odp.: Je třeba ukazovat vám cestu uvnitř vašeho vlastního domu? Je to ve vašem nitru. [12]

*Ot.: Říkal jste, že centrem **Já** je Srdce.*

Odp.: Ano, je to samotné svrchované centrum **Já**. Nemusíte o tom pochybovat. Skutečné **Já** je tam v Srdci za džívou neboli já-egem.

*Ot.: Buďte nyní tak laskav a řekněte mi, kde je v těle.*

Odp.: Svou myslí to nemůžete poznat. Když vám řeknu, že centrum je tady (ukazuje na pravou stranu hrudi), nemůžete to realizovat představou. Jediná přímá cesta jak si to uvědomit, je přestat fantazírovat a snažit se být sám sebou. Když realizujete, automaticky cítíte, že centrum je tam.

To je centrum, Srdce, o kterém mluví písma jako **hritguha** (dutina srdce), **arul** (milost), **ullam** (Srdce).

*Ot.: V žádné knize jsem nenašel tvrzení, že je tam.*

Odp.: Dávno poté, co jsem sem přišel, jsem v malabarské verzi Aštangahriadajam, což je uznávané dílo o ajurvědu (hindská medicína), narazil na verš, který se zmiňuje o tom, že **ojas sthana** (zdroj tělesné vitality nebo místo světla) je umístěn na pravé straně prsou a nazývá se sídlem vědomí (**samvit**). Nevím však o žádné jiné knize, která by toto jeho umístění uváděla.

*Ot.: Mohu si být jist, že klasici mínili termínem Srdce toto centrum?*

Odp.: Ano, je to tak. Měl byste se však spíš snažit získat zkušenost než hledat jeho umístění. Když chce člověk vidět, nepotřebuje vědět, kde má oči. Srdce je vám vždy otevřeno chcete-li do něj vstoupit a vždy vaše konání podporuje, i když si toho nejste vědom. Je možná lepší říci, že **Já** je Srdce

samo, než tvrdit, že je v něm. Skutečně, samotné **Já** je centrem. Je všude, vědomo si sebe jakožto „Srdce“, vědomí **Já**. (13)

*Ot.: Jak může být v tom případě umístěno v nějaké části těla? Určení místa pro Srdce by znamenalo stanovení fyziologických omezení pro to, co je mimo prostor a čas.*

Odp.: To je správné. Ale člověk, který se ptá na polohu Srdce považuje sám sebe za existujícího v těle nebo s ním. Když nyní kladete tuto otázku, řekl byste, že je tady jen vaše tělo a že vy mluvíte z nějakého jiného místa? Ne, vy svou tělesnou existenci přijímáte. Každý dotaz, týkající se fyzického těla, vzniká na základě tohoto hlediska. Čisté vědomí je, popravdě řečeno, nedělitelné. Nemá části. Nemá formu ani tvar, žádné „uvnitř“ ani „vně“. Neexistuje pro ně „vpravo“ ani „vlevo“. Čisté vědomí, které je Srdcem, zahrnuje vše a nic není venku nebo mimo ně. To je nejzazší pravda.

Z tohoto absolutního hlediska nemá Srdce, **Já** nebo vědomí ve fyzickém těle žádné zvláštní místo. Proč? Tělo samotné je pouhou projekcí myslí a mysl je jen chabým odrazem zářícího Srdce. Jak může být to, v čem je všechno obsaženo, samo omezeno na malou část uvnitř fyzického těla, jež je nekonečně malou jevovou manifestací jediné reality? Lidé tomu však nerozumí. Nemohou přestat myslet v pojmech fyzického těla a světa. Říkáte například, „Přišel jsem do tohoto ášramu ze své země za Himálajemi“. Ale to není pravda. Kde je „přícházení“ a „odcházení“ nebo jakýkoli pohyb pro jediného, všepromikajícího ducha, kterým skutečně jste? Jste tam, kde jste vždy byl. Je to vaše tělo, které se pohybovalo nebo bylo přenášeno z místa na místo než dosáhlo tohoto ášramu. To je jednoduchá pravda, ale člověku, který sám sebe považuje za subjekt, žijící v objektivním světě, se to jeví jako něco úplně fantastického!

Je to způsobeno sestupem na úroveň obyčejného pochopení, že Srdce má ve fyzickém těle přiřčené místo.

*Ot.: Jak mám potom rozumět stanovisku Šrí Bhagavána, že zkušenost Srdcečního centra je na určitém místě hrudi?*

Odp.: Jakmile jste jednou uznal, že z přesného a absolutního stanoviska je Srdce jakožto čisté vědomí mimo prostor a čas, snadno v této správné perspektivě pochopíte i zbytek.[14]

*Ot.: O Srdci se říká, že je vpravo, vlevo nebo ve středu. Jak máme o Srdci medítovat při takových rozdílech názorů?*

Odp.: Vy jste, a to je skutečnost. Dhjánu (meditaci) provádíte vy, pro sebe a v sobě. Musí probíhat tam, kde jste. Nemůže být mimo vás. Jste tedy centrem dhjánu a tím je Srdce.

Pochyby vznikají, když je identifikujete s něčím hmatatelným a fyzickým. Srdce není představa, není objektem meditace. Je však sídlem meditace. Trvá jen samotné **Já**. V Srdci vidíte tělo a je v něm i svět. Není nic od něj odděleného. Sídlí tam všechny druhy snah. [15]

*Ot.: Říkáte, že „já“-myšlenka vzniká v Srdcečním centru. Měli bychom hledat její zdroj tam?*



Odp.: Žádám vás, abyste pozoroval, kde ve vašem těle vzniká „já“, ale ve skutečnosti není docela přesné říkat, že „já“ vzniká a klesá do Srdce na pravé straně hrudi. Srdce je jen jiné jméno pro skutečnost a není ani uvnitř ani vně těla. Žádné uvnitř nebo venku nemůže existovat, protože ono jediné je. [16]

*Ot.: Měl bych meditovat na pravé straně hrudi, abych meditoval na Srdce?*

Odp.: Srdce není fyzické. Meditace by neměla být vpravo ani vlevo. Je třeba meditovat o **Já**. Každý ví, „Já jsem“. Kdo je ten „já“? Není uvnitř ani vně, napravo ani nalevo. „Já jsem“, toť vše. [17] Opusťte myšlenku vpravo a vlevo. Náležejí tělu. Srdce je **Já**. Realizujte to a potom uvidíte sám. [18] Není třeba vědět, kde a co je Srdce. Když se budete věnovat pátrání po „**Já**“, svou práci vykoná. [19]

*Ot.: Co je oním Srdcem, o němž se mluví v **Upadéša Saram**, kde se říká, „Přebývání v Srdci je nejlepší karma, jóga, bhakti a džňána?“*

Odp.: Srdce, o kterém se tu mluví, je zdrojem všeho, je tím, v čem vše žije a do čeho se vše nakonec vnoří.

*Ot.: Jak si můžeme takové Srdce představit?*

Odp.: Proč byste si měl něco představovat? Máte jen pozorovat, odkud „já“ pramení. [20] To, odkud se řinou všechny myšlenky vtělených bytostí, se nazývá Srdcem. Všechny jeho popisy jsou jen mentální představy. [21]

*Ot.: Říká se, že v hrudi existuje šest orgánů různých barev, z nichž Srdce je na šířku dvou prstů vpravo od středu. [22] Srdce je však také beztvaré. Máme si tedy představovat, že tvar má a meditovat o něm?*

Odp.: Ne. Jediné, co je třeba, je zkoumat, „Kdo jsem já?“ To, co zůstává během bdění a hlubokého spánku, je totéž. Avšak v bdění existuje utrpení a snaha je odstranit. Když jste dotázán, kdo se probudil ze spánku, říkáte „já“. Nyní se vám říká, abyste se tohoto „já“ pevně držel. Když to uděláte, věčné bytí se samo odhalí. Cílem je zkoumání „já“ a ne meditace na centrum Srdce. Neexistuje žádné uvnitř nebo venku. Obojí buď znamená totéž nebo nic.

Existuje ovšem cvičení meditace na centrum Srdce. Je to jen cvičení a ne zkoumání. Jen ten, kdo medituje na Srdce, může zůstat vědomý, když mysl přestane být aktivní a zůstane tichá; ti kdo meditují na jiná centra si nemožnou být tak vědomí a na to, že mysl byla tichá usuzují, až když je zase aktivní. [23]

Ať si člověk představuje kterékoli místo v těle, jakožto sídlo **Já**, objeví se **Já** tomu, kdo takto myslil, díky síle myšlení, jakoby zde na tomto místě sídlilo. Avšak jen milované Srdce je útočištěm onoho vznikajícího a zanikajícího „já“. Vězte, že ačkoli se říká, že Srdce existuje uvnitř i vně, není to absolutní pravda, protože tělo, jež se jeví jako základ rozdílů mezi „uvnitř“ a „vně“, je představou myslící mysli. Srdce, zdroj, je počátkem, středem a koncem všeho. Srdce, svrchovaný vesmír, není nikdy tvarem. Je to světlo pravdy. [24]

## KAPITOLA 7

### VZDÁNÍ SE

Mnoho světových náboženských tradic doporučuje jako prostředek k překročení individuálního já, vzdát se Bohu. Šrí Ramana potvrzoval platnost takového přístupu a často říkal, že tato metoda je stejně účinná jako sebedotazování. Cesta sebeodevzdání je tradičně spojena s dualistickými bohoslužebnými praktikami, ale pro Šrí Ramanu měly tyto činnosti až druhotný význam. Místo toho zdůrazňoval, že skutečné sebeodevzdání ve vztahu subjekt - objekt zbožňování Boha překračuje, protože může být úspěšně dovršeno, jen když přestane existovat ten, kdo si představuje, že je od Boha oddělen. K dosažení tohoto cíle doporučoval dvě různá cvičení:

1) Setrvávat na „já“-myšlence tak dlouho až ten, kdo si představuje, že je od Boha oddělen, zmizí.

2) Předat veškerou odpovědnost za svůj život Bohu nebo **Já**. Aby bylo takové sebeodevzdání účinné, nesmí mít člověk žádné vlastní přání ani vlastní vůli a musí být zcela oproštěn od ideje, že existuje jakási individuální osoba, schopná konat nezávisle na Bohu.

První metodou je jasně sebedotazování maskované jiným jménem. Šrí Ramana často kladl praxi sebeodevzdání a zkoumání za sobě rovné, když říkal, že to jsou jen dvě různá jména pro tentýž postup nebo že to jsou dva jediné účinné prostředky, kterými lze dosáhnout seberealizace. Je to zcela v souladu s jeho názorem, že každá praxe, zahrnující uvědomování si „já“, je správnou a přímou cestou k **Já**, zatímco ostatní cvičení takovými cestami nejsou.

Zdůrazňování subjektivního vědomí „já“, jako jediného prostředku k dosažení **Já**, ovlivnilo jeho postoj k bhaktickým cvičením a uctívání, které jsou s oddaností k Bohu obvykle spojovány. Nikdy své oddané od provádění takových cvičení nezrazoval, ale upozorňoval, že každý vztah k Bohu (oddaný, věřící, služebník) je iluzí, protože existuje jen Bůh. Skutečnou oddaností je zůstat tím, čím člověk skutečně je, setrvávat ve stavu bytí, ve kterém přestávají všechny myšlenky o vztazích k Bohu existovat.

Druhá metoda, metoda odevzdání odpovědnosti za svůj život Bohu, také souvisí se sebedotazováním, protože směřuje k eliminaci „já“-myšlenky tím, že ji odděluje od předmětů a činností, s nimiž se trvale ztotožňuje. Při sledování této praxe by mělo existovat trvalé uvědomění, že neexistuje individuální „já“, které koná či touží, že tu je pouze **Já** a neexistuje nic od **Já** odděleného, co by bylo schopno akce, která by na **Já** nebyla závislá. Kdykoli se během této praxe stane člověk vědomým toho, že přebírá odpovědnost za své myšlenky a činy - například, „Já chci“, „Já dělám toto“ - měl by svou mysl odtáhnout.



nout od vnějších kontaktů a upevnit ji na Já. Je to podobné jako přesunutí pozornosti, které nastává při sebedotazování, když si člověk uvědomí, že ztratil pozornost vůči sobě. V obou případech je třeba „já“-myšlenku izolovat a přinutit ji, aby zmizela ve svém zdroji.

Samotný Šrí Ramana připouštěl, že spontánní a úplné odevzdání „já“ (uskutečně) touto metodou je pro mnoho lidí nemožným cílem a proto svým oddaným často radil věnovat se předběžným cvičením, která by zkultivovala jejich oddanost a kontrolu mysli. Většina z těchto cvičení zahrnuje myšlení na Boha nebo Gurua či meditaci o nich opakováním jeho jména (džapa) nebo vizualizací jeho podoby. Svým oddaným říkal, že bude-li to prováděno pravidelně, s láskou a oddaností, bude mysl bez úsilí absorbována v předmětu své meditace.

Jakmile toho bylo jednou dosaženo, stane se odevzdání mnohem snadnějším. Trvalé vědomí Boha brání mysli ve ztotožňování se s jinými objekty a posiluje přesvědčení, že existuje jenom Bůh. Vyvolává to také zpětný tok síly nebo milosti od Já, který oslabuje lpění na „já“-myšlenky a ničí vásany, které udržují a posilují svou existenci. Nakonec je „já“-myšlenka zeslabena na ovladatelnou míru a s trochou pozornosti vůči svému Já lze docílit toho, aby dočasně klesla do Srdce.

Tak jako při sebedotazování, nastává konečná realizace automaticky silou Já. Když byly všechny tendence mysli, směřující ven, rozpuštěny opakovanou zkušeností bytí, zničí Já pozůstatek „já“-myšlenky tak dokonale, že už nikdy nevznikne. Tato konečná destrukce „já“ nastane jen tehdy, je-li odevzdání zcela bez motivu. Je-li tu touha po milosti nebo po Seberealizaci, nemůže to být nikdy víc, než částečné odevzdání, výměnný obchod, při kterém „já“-myšlenka vyvíjí úsilí v očekávání odměny.

*Ot.: Co to je nepodmíněné odevzdání?*

Odp.: Jestliže se člověk odevzdá, neexistuje nikdo, kdo by kladl otázky nebo na něhož by se myslelo. Buď jsou myšlenky odstraněny prodléváním na „já“-myšlenky nebo se člověk bezpodmínečně podrobí vyšší moci. To jsou jediné dvě cesty, vedoucí k realizaci. [1]

*Ot.: Nevyžaduje celkové nebo úplné odevzdání, aby člověk neměl ani touhu po osvobození nebo po Bohu?*

Odp.: Dokonalé odevzdání vyžaduje, abyste neměl žádné vlastní přání. Musíte být spokojeni s čímkoli, co vám Bůh dává, což znamená nemít vlastní touhy.

*Ot. Tuto věc nyní chápu, chtěl však bych vědět, jakými kroky mohu odevzdání dosáhnout.*

Odp.: Existují dvě cesty. Člověk se dívá na zdroj „já“ a noří se do něj. Druhou cestou je pocit, „Já sám jsem bezmocný, jen Bůh je všemohoucí a pokud se mu celý nevydám, neexistuje pro mne jiná cesta do bezpečí“. Tímto způsobem v sobě člověk postupně rozvine přesvědčení, že existuje jen Bůh a že to, co dělá ego, nemá platnost. Obě metody vedou ke stejnému cíli. Kompletní odevzdání se je jiným názvem džňány nebo osvobození. [2]

*Ot.: Myslím, že odevzdání je snazší. Půjdu touto cestou.*

Odp.: Ať jdete kteroukoli cestou, musíte na ní ztratit sám sebe. Odevzdání je úplné, když dospějete do stádia, „Ty jsi“ a „Tvá vůle bude uskutečněna“.

Existuje stav se neliší od džňány. V soham (potvrzení výroku „já jsem on“) existuje dvaita (dualismus). Ve skutečnosti neexistuje ani dvaita ani advaita, ale to, co je.

Vzdání se vypadá snadně, protože si lidé představují, že když jejich rty jednou vysloví, „Odevzdávám se“, a když složí svá břemena na Pána, jsou volní a mohou dělat co chtějí. Faktem však je, že po svém odevzdání nemůžete mít žádné libosti či nelibosti; vaše vůle musí kompletně přestat existovat a vůle Pána musí zaujmout její místo. Takováto smrt ega přináší stav, který se neliší od džňány. Ať tedy jdete kteroukoli cestou, musíte dojít k džňáně neboli jednotě. [3]

*Ot.: Který způsob zabití ega je nejlepší?*

Odp.: Pro každého je nejlepší ta cesta, která se mu zdá nejsnadnější nebo která ho nejvíc přitahuje. Všechny cesty jsou stejně dobré, vedou-li k danému cíli, totiž k ponoření ega do Já. Pro to, co bhakta (oddaný) nazývá odevzdáním, má ten, kdo se věnuje vičáre, jméno džňána. Oba se snaží vrátit ego do zdroje, z něhož vzešlo a ponořit je do něj. [4]

*Ot.: Nemůže takovou schopnost v hledajícím posílit milost?*

Odp.: Nechte to Bohu. Odevzdejte se bez výhrad. Jedno z obojího musíte udělat. Buď se odevzdat, protože připouštíte svou neschopnost, a požádat vyšší sílu aby vám pomohla, nebo zkoumat příčinu bídy tím, že půjete ke zdroji a ponoříte se do Já. Každá z těchto cest vás osvobodí od bídy. Bůh nikdy nezapomíná na toho, kdo se mu vzdal.

*Ot.: Jaký význam má mysl po odevzdání se?*

Odp.: Klade odevzdaná mysl otázky?

*Ot.: Doufám, že je vlivem trvalé snahy o sebeodevzdání zažívána vzrůstající milost.*

Odp.: Odevzdejte se jednou provždy a skončete s touhou. Pokud přetrvává pocit, že konáte, je tu touha. Je tu také osobnost. Zmizí-li, ukáže se, že vyzařuje čisté Já. Poutem je pocit, že konáme a nikoli samotné konání. „Buď tichý a věz, že já jsem Bůh“. Tichost je zde úplným sebeodevzdáním beze stopy individuality. Tichost převáží a žádné čerání mysli nebude existovat. Vzrušení mysli je příčinou touhy, pocitu, že konáme a osobnosti. Je-li odstraněno, je klid. „Vědět“ znamená „být“. Není to relativní poznání, zahrnující trojici poznání, poznávání a poznávané.

*Ot.: Je myšlenka, „Jsem Bůh“ nebo „Jsem svrchované bytí“ k užítku?*

Odp.: „Jsem který jsem.“ „Já jsem“ je Bůh, nikoli myšlení „Já jsem Bůh“. Realizujte „Já jsem“ a nemyslete „Já jsem“. Říká se, „Věz, že já jsem Bůh“ a ne „Mysli já jsem Bůh“. [6]

Všechny hovory o sebeodevzdání jsou, jako když uštipujeme hnědý cukr z obrazu Pána Ganeše, který je z něj vytvořen a pak mu jej nabídneme jako



**naivedja**, jako dar. Říkáte, že nabízíte své tělo, duši a vše co máte, Bohu. Je to vše, co nabízíte vaše, abyste to mohli nabízet? V nejlepším případě můžete říci, „Až do nynějška jsem se mylně domníval, že vše, co je tvé, je moje. Nyní si uvědomuji, že je to tvé. Už nebudu dál jednat, jako by to bylo mé.“ Toto poznání, že neexistuje nic jiného než Bůh nebo **Já**, že neexistuje ono já a mé a že existuje pouze **Já**, je džňána. Není tedy rozdílu mezi bhakti a džňánou. Bhakti je džňána **mata** neboli matka džňány. [7]

*Ot.: My, jakožto lidé světa máme ten nebo onen zármutek a nevíme, jak jej překonat. Modlíme se k Bohu a přece nejsme uspokojeni. Co můžeme dělat?*

Odp.: Důvěřovat Bohu.

*Ot.: Odevzdáme se a přece se nám nedostává pomoci.*

Odp.: Ano. Jestliže jste se odevzdal, musíte být schopen setrvat v boží vůli a nestěžovat si na to, co se vám nelíbí. Věci se mohou ukázat jako zcela jiné, než jak zřejmě vypadají. K důvěře v Boha vede lidi často zoufalství.

*Ot.: My jsme však lidé světa. Je tu manželka, děti, přátelé, příbuzní. Nemůžeme přehlížet jejich existenci a sami se podrobit boží vůli, aniž bychom si zachovali kousek své osobnosti.*

Odp.: To znamená, že jste se nepodrobil jak prohlašujete. Musíte jen důvěřovat v Boha. [8]

Podrobte se mu a přebývejte v jeho vůli, ať se objevuje nebo mizí. Čekejte jeho potěšení. Žádáte-li ho, aby jednal jak vy si přejete, nepodrobujete se mu, ale poručíte. Nemůžete ho nutit, aby vás poslouchal a přitom si myslet, že jste se mu odevzdal.

On ví, co je nejlepší, i kdy a jak to provést. Nechte vše zcela na něm. Břemeno je jeho a vy už nemáte žádné starosti. Takové je odevzdání. Taková je bhakti.

Nebo pátrejte, v kom tyto otázky vznikají. Ponořte se hluboko do Srdce a buďte **Já**. Aspirantovi je otevřena jedna z těchto cest. [9]

*Ot.: Podrobení je nemožné.*

Odp.: Ano, podrobení je nemožné zpočátku. Částečné podrobení je však možné pro všechny. Během času povede k podrobení úplnému. Nu, a je-li podrobení nemožné, co se dá dělat? Mír myslí neexistuje. Nemůžete ho nastolit. Lze to dokázat jen sebeodevzdáním. [10]

*Ot.: Je sebeodevzdání jako takové postačující k dosažení Já?*

Odp.: Stačí, kdy člověk odevzdá sám sebe. Sebeodevzdání znamená vzdát se původní příčině svého bytí. Neklamte sám sebe představou, že takový zdroj je nějaký Bůh mimo vás. Váš zdroj je uvnitř vás. Vzdejte se mu. Znamená to, že byste měl hledat zdroj a ponořit se do něj. [11]

*Ot.: (Předaná Šrí Ramanovi formou psaného lístku.) Říká se, že člověk může dosáhnout všeho, vezme-li své útočiště zcela a pouze v Bohu bez myšlenky na cokoli jiného. Znamená to sedět stále tiše na jednom místě a kontemplotovat o Bohu při odmítání všech myšlenek, včetně myšlenek na potravu, která je pro zachování těla podstatná? Znamená to, aby když člověk*

*onemocní, nemyslel na lék a ošetření, ale svěřil své zdraví nebo chorobu výhradně prozřetelnosti?*

*V Bhagavad Gítě se říká: „Ten, kdo se zbaví všeho toužení a pokračuje bez zaujetí, zbaven pocitu „já“ a „mé“, ten dosahuje míru“ (2:71). To znamená oproštění se od všech přání. Měli bychom se proto věnovat výhradně kontemplaci na Boha a přijímat vodu a potravu jen je-li pro nás z Boží milosti dosažitelná, aniž bychom o ně žádali? Nebo to znamená, že bychom měli malé úsilí vyvíjet? Bhagaváne, vysvětlíte prosím tajemství tohoto sarana-gati (odevzdání).*

Odp.: (Po přečtení lístku oslovil Bhagaván všechny přítomné.) **Ananja saragati** (úplné sebeodevzdání) nepochybně znamená být bez připoutanosti k myšlenkám, ale znamená to vzdát se i myšlenek na potravu a vodu, které jsou pro zachování fyzického těla podstatné? Je tu dotaz, „Mám jíst jen dostanu-li něco na boží pokyn, aniž bych o to žádal? Nebo mám vydat nějaké malé úsilí?“ Dobře. Berme to tak, že to, co máme k jídlu, přichází samo od sebe. Ale i tak. Kdo má jíst? Předpokládejme, že někdo vloží jídlo do našich úst. Neměli bychom je nakonec spolknout? Není to úsilí? Ptá se, „Když onemocním, mám brát lék nebo zůstat klidný a nechat své zdraví a nemoc v božích rukou? V knize **Sadhana Pančakam**, kterou napsal Šankara, se tvrdí, že pro léčení nemoci, zvané hlad, by měl člověk jíst potravu, kterou obdržel jako almužnu. Pak ovšem člověk musí jít a prosit o ni. Kdyby všichni lidé zavřeli oči a řekli, že budou jíst, jen přijde-li potravu, jak by šel svět dál? Člověk tedy musí přijímat věci tak, jak přicházejí v souladu se svými tradicemi, ale nesmí mít pocit, že věci sám vykonává. Pocit, že konám, je vazbou. Je tedy třeba přemýšlet a najít metodu, kterou lze tento pocit překonat, místo toho, abychom pochybovali o tom, zda máme v nemoci přijmout lék nebo se při hladu najíst. Takové pochybnosti budou vznikat stále a nikdy neskončí. Vzniká třeba i otázka, „Mohu vzdychout, když mám bolest? Mohu po výdechu vdechnout?“ Nazývejte to Íšvarou (Bohem) nebo karmou (osudem); nějaká **karta** (vyšší moc) bude všechno na tomto světě udržovat v chodu podle stavu rozvoje myslí každého jednotlivce. Předá-li se odpovědnost vyšší moci, půjdou věci samy od sebe. Chodíme po této zemi. Přemýšlíme přitom na každém kroku, jestli máme zvedat jednu nohu po druhé nebo se v nějaké fázi zastavit? Neprobíhá chůze automaticky? Totéž platí při nadechování a vydechování. Není k tomu třeba speciálního úsilí. A tak je to i se životem. Můžeme se něčeho vzdát, když chceme nebo něco dělat, když se nám to líbí? Velmi mnoho věcí se děje automaticky, aniž bychom si toho byli vědomi. Dokonalé odevzdání se Bohu znamená vzdát se všech myšlenek a soustředit na něj svou mysl. Kdybychom se na něj mohli koncentrovat, ostatní myšlenky zmizí. Kdyby činnost myslí, mluva i tělo splynuly s Bohem, byla by všechna břemena našeho života na něm. [12]

*Ot.: Je ale Bůh skutečně konatelem všech činností, které provádím?*

Odp.: Současné trápení vzniká z toho, že si člověk myslí, že vykonavate-





lem je on. Je to však omyl. Je to vyšší síla, která vše koná a člověk je jen nástrojem. Přijme-li toto postavení, je osvobozen od strastí, v jiném případě se o ně uchází. Vezměte například sochu u základu **gopuram** (věž chrámu), která je vytvořena tak, že vypadá, jako by nesla břemeno věže na svém rameni. Její postoj i vzhled jsou obrazem velikého napětí, působivého dojmem, že nese váhu věže. Přemýšlejte však. Věž je postavena na zemi a spočívá na svých základech. Postava je rovněž součástí věže, ale je vytvořena tak, aby vypadala, že nese její tíhu. Není to směšné? A takový je i člověk, který na sebe bere pocit, že koná. [13]

*Ot.: Swámí, je dobré milovat Boha, že? Proč tedy nesledovat cestu lásky?*

Odp.: Kdo řekl, že ji nemůžete sledovat? Když však mluvíte o lásce, existuje tu dualita, že ano - člověk, který miluje a jsoucnost, nazývaná Bůh, která je milována. Jedinec není od Boha oddělen. Láska tedy znamená, že člověk miluje své vlastní **Já**.

*Ot.: To je důvod, proč se vás ptám, může-li být Bůh uctíván skrze cestu lásky.*

Odp.: To právě říkám. Láska sama je skutečnou formou Boha. Odmítáte-li prohlásováním, „Nemám rád toto, nemám rád ono“, všechny věci, to co zbývá je swarupa, to jest skutečná forma **Já**. Je to čisté blaho. Nazývejte to čistým blahem, Bohem, Átmanem nebo jakkoli chcete. Je to oddanost, je to realizace, je to vše.

Když vše takto odmítnete, je to, co zůstane, samotné **Já**. Je to skutečná láska. Člověk, který tajemství této lásky zná, shledává, že samotný svět je plný univerzální lásky. (14)

Pouze zkušenost nezapomínajícího vědomí je stavem oddanosti (bhakti), který je vztahem neochabující opravdové lásky, protože skutečné poznání **Já**, která září jakožto nedělené, svrchované blaho, pulzuje jako podstata lásky.

Pouze zná-li člověk pravdu lásky, jež je skutečnou podstatou **Já**, bude rozmotán silný, spleťtý uzel života. Člověk dosáhne osvobození jen tehdy, dosáhne-li výšin lásky. Takové je srdce všech náboženství. Zkušeností **Já** je jen láska, jež vidí pouze lásku, slyší jen o lásce, cítí jen lásku, chutná jen lásku a čichá jen lásku, jež je blahem. [15]

*Ot.: Toužím po bhakti. Chci víc než toto toužení. Ani realizace pro mne není důležitá. Kéž jsem ve svém toužení silný.*

Odp.: Je-li tu toužení, bude vám realizace vnucena, i kdybyste ji nechtěl. [16] Toužete po ní intenzívně, aby se vaše mysl rozpustila v oddanosti. Když shoří kafír, nezbuďte nic. Mysl je kafrem. Je-li rozpuštěna v **Já** aniž by po sobě zanechala nejmenší stopu, je to realizace **Já**. [17]

*Ot.: Věřím v murti dhjánu (uctívání ve tvaru). Nepomůže mi získat džňánu?*

Odp.: Určitě ano. **Upasana** (meditace) napomáhá koncentraci mysli. Mysl je tedy oproštěna od jiných myšlenek a je plna tvaru, o němž se medituje. Mysl se pak sjednocuje s předmětem meditace a to ji zcela vyčistí.

Potom přemýšlejte, kdo je ten, jenž uctívá. Odpověď zní „já“, to jest **Já**. Tímto způsobem lze **Já** nakonec dosáhnout. [18]

Uctívání beztvaré skutečnosti nemyšlením myšlenek je nejlepší bohoslužbou. Není-li však člověk pro uctívání Boha bez tvaru připraven, je pro něj vhodné jen uctívání ve tvaru. Uctívání bez tvaru mohou provádět jen ti lidé, kteří jsou prosti ego-formy. Vězte, že každé uctívání, které provádějí lidé s egem, je pouze uctíváním tvaru.

Jen čistý stav, ve kterém je člověk přitahován k milosti (**Já**) a který je prostý jakékoli připoutanosti, je skutečným stavem ticha, jenž neobsahuje nic jiného. Vězte, že skutečným mentálním uctíváním (**manasika púdža**) je jen (stav) kdy člověk stále setrvává jakožto toto ticho, zažívá je takové, jaké je. Vězte, že nepřetržitě provádění opravdového a přirozeného uctívání, při kterém mysl pokorně setrvává jakožto vlastní **Já** poté, co nastolila Pána na trůn svého Srdce, je nejlepší ze všech forem uctívání. Pouze ticho, prosté sebevědomého ega, je osvobozením. Hříšné zapomínání **Já**, které způsobuje, že člověk z tohoto ticha vyklouzne, je samo ne-oddaností (vibhakti).

Když se člověk zcela odevzdal u nohou Šivy, stává se v podstatě (svým) **Já**, je dosažený výsledný mír, v němž není uvnitř Srdce ani ten nejmenší prostor pro stížnosti na vlastní chyby a nedostatky, podstatou svrchované oddanosti. To, že se člověk stává otrokem Pána a zůstává klidný a tichý, zbaven dokonce i egoistické myšlenky, „Jsem jeho otrok“, je přebýváním v **Já** a to je svrchované poznání. [19]

*Ot.: Mohou duchovní aspiranti v životě dosáhnout tohoto cíle, chodí-li světem zpívající písně na počest Boha? Nebo by měli zůstat jen na jednom místě?*

Odp.: Je dobré udržovat mysl soustředěnou jen na jednu věc, ať člověk chodí kudy chce. K jakému je to užitku, držet tělo na jednom místě, je-li mysl dovoleno, aby se toulala?

*Ot.: Je ahetuka bhakti (uctívání bez motivu) možné?*

Odp.: Ano, je to možné. [20] Uctívání Boha kvůli vytouženému předmětu je uctívání tohoto předmětu samotného. Úplné zastavení každé myšlenky na vytoužený předmět je pro mysl, která si přeje dosáhnout stavu Šivy [21], prvním předpokladem.

*Ot.: Šrí Bhagaván naznačuje k nalezení Krišny v Srdci cestu, která spočívá v podrobení se všemu a v pohlížení na vše jako na Pána samotného. Je to správná cesta, vedoucí k Seberealizaci? Není snazší uctívat Bhagavána ve všem s čím se mysl setká, než hledat nadsmyslnou cestou mentálního zkoumání, „Kdo jsem já?“*

Odp.: Ano, když ve všem vidíte Boha, myslíte na Boha nebo ne? Jistě musíte na Boha myslet, chcete-li ho vidět všude kolem sebe. Takovéto udržování Boha v mysli se stává dhjánu (meditací) a dhjánu je stádiem, jež realizaci předchází. Realizovat můžeme jen **Já** a v **Já**. Nikdy nemůžeme být od **Já** odděleni. Dhjánu musí realizaci předcházet, je však nepodstatné,



jestli jste prováděl dhjánu na Boha nebo na Já, protože cíl je týž. Vy chcete vidět Boha ve všem a v sobě ne? Je-li všechno Bohem, nejste do toho všeho zahrnut i vy? Když jste sám Bohem, je to nějaký zázrak, že je Bohem všechno? Toto je metoda doporučovaná ve **Šrí Bhagavatam** a jinde. Ale i pro tuto praxi musí existovat ten, kdo vidí nebo myslí. Kdo to je?

*Ot.: Jak spatřovat Boha, který je všepronikající?*

Odp.: Vidět Boha znamená být Bohem. Není nic mimo Boha, čím by měl pronikat. On jediný je. [22]

*Ot.: Bhakta potřebuje Boha, kterému může prokazovat bhakti. Má se mu říkat, že existuje jen Já a nikoli ten, kdo uctívá a uctíváné?*

Odp.: Ovšem, Bůh je pro sádhanu zapotřebí. Ale konce sádhany, dokonce i v bhakti marga (cesta oddanosti), se dosahuje až po úplném odevzdání. Co jiného to znamená než to, že vyhlazení ega má za následek jeho přebývání v **Já** tak, jak to vždy bylo? Ať si zvolíte jakoukoli cestu, „já“ neuniknete, neuniknete onomu „já“, které provádí **niškáma karmu** (činy bez motivace), „já“, jež touží po spojení s Pánem, od něhož se cítí být odloučeno, „já“, které cítí, že vyklouzlo ze své přirozené podstaty atd. Zdroj tohoto „já“ musí být nalezen. Pak budou všechny otázky zodpovězeny. [23]

*Ot.: Je-li „já“ také jen klamem, kdo potom klam odstraní?*

Odp.: Klam „já“ odstraní „**Já**“ a přece zůstane jakožto „já“. Takový je paradox Seberealizace. Realizování v tom žádný paradox nevidí. Vezměte případ Bhakti. Přistupuji k Íšvarovi a prosím, abych v něm byl absorbován. Pak se s důvěrou odevzdám a soustředím se na něj. Co potom zbude? Na místě původního „já“ ponechává dokonalé sebeodevzdání residuum Boha, v němž je „já“ ztraceno. To je nejvyšší forma oddanosti (**parabhakti**) a odevzdání a nejvyšší **vajrágja** (nepřipoutanost).

Vzdáváte se toho a onoho ze „svého“ vlastnictví. Vzdáte-li se místo toho „já“ a „moje“, je odevzdáno všechno naráz. Je ztraceno i samo sémě vlastnění. Hřích je tedy zničen v zárodku nebo je rozdrčen zárodek samotný. Aby toho bylo dosaženo, musí být nepřipoutanost velmi silná. Je třeba být v tom stejně horlivý jako člověk, který se, držen pod vodou, snaží dostat na povrch, aby si zachránil život. [24]

## ČÁST TŘETÍ: Guru

Bůh a Guru nejsou ve skutečnosti odlišní. Tak jako nemůže uniknout kořist, jež upadla do tygřích zubů, tak jistě budou spaseni ti, kteří vešli do záře Guruovy milosti, a nikdy nebudou zapomenuti; zatím by však člověk měl neúnavně sledovat cestu, kterou mu Guru ukázal. [1]

S Bhagavánova hlediska žáci neexistují, ale s hlediska žáka je milost Gurua jako oceán. Přejde-li pro vodu s pohárem, dostane jí jen pohár. Stěžovat si na lakotu oceánu není k ničemu; čím bude jeho nádoba větší, tím více si bude moci odnést. Je to zcela na něm. [2]

Jednou z metod, jež umožňují dočasné zastavení mentálních aktivit, je sdružování se se světci. Jsou znalí **samádhi**, které se s nimi stává snadným, přirozeným a věčným. Ti, kdo se plní pochopení pohybují v jejich těsné blízkosti, od nich zvyk na samádhi postupně absorbují. [3]

## KAPITOLA 8

### GURU

Výraz Guru je sice obvykle volně užíván k označení toho, kdo uděluje duchovní rady, ale ve slovníku Šrí Ramany mělo toto slovo definici mnohem omezenější. Pro něj je skutečným Guruem ten, kdo realizoval **Já** a kdo je schopen používat své síly k tomu, aby ostatním pomáhal k dosažení cíle Seberealizace.

Šrí Ramana často říkal, že Bůh, Guru a **Já** znamená totéž; Guru je Bohem v lidském tvaru a současně je **Já** v Srdci každého oddaného. Protože je uvnitř i vně, pracuje jeho síla dvěma různými způsoby. Vnější Guru uděluje rady a jeho síla umožňuje oddanému udržovat pozornost upřenou na **Já**; vnitřní Guru přitahuje mysl oddaného k jejímu zdroji, absorbuje ji v **Já** a nakonec ji ničí.

Hlavní zásadou učení Šrí Ramany je, že Guru je nutný téměř pro každého, kdo se snaží o trvalé uvědomování si **Já**. Katalytická úloha Gurua v duchovním rozvoji je proto zásadní; s výjimkou vzácných případů je nevědomost o **Já** tak hluboce zakořeněna, že z ní nejsou jednotliví žáci schopni svým vlastním úsilím uniknout.

Ačkoli Šrí Ramana učil, že ti, kdo hledají Seberealizaci, Gurua nevyhnutelně potřebují, zmiňoval se i o tom, že Guru nemá moc přivodit realizaci těm, kdo ji nehledají dost energicky. Když činí jednotlivec vážné pokusy o odhalení **Já**, začne milost Gurua plynout automaticky. Jestliže taková snaha chybí, je Guru bezmocný.



Rozhovory, uvedené v této kapitole shrnují názory Šrí Ramany na Gurua a úlohu, kterou hraje při zprostředkovávání realizace Já. Různé způsoby, kterými Šrí Ramana používal své vlastní síly, budou detailněji vysvětleny v deváté kapitole.

*Ot.: Co to je milost Gurua? Jakým způsobem vede k Seberealizaci?*

Odp.: Guru je Já. Občas člověku v životě nestačí to co má a snaží se své touhy uspokojit prostřednictvím modlitby k Bohu. Jeho mysl se postupně očisťuje, až se jeho touha poznat Boha stane silnější, než přání získat jeho milost ke splnění svých světských tužeb. Pak se začne projevovat Boží milost. Bůh na sebe vezme podobu Gurua, objeví se oddanému, učí ho pravdě a navíc ještě očisťuje jeho mysl tím, že mu dovoluje dlít ve své společnosti. Mysl oddaného sílí a je pak schopna obrátit se dovnitř. Meditací je dále očisťována a zůstává tichá bez nejmenšího vzruchu. Tento klidný prostor je Já.

Guru je vnější i vnitřní. Zvnějšku dává myslí podněty, aby se obrátila dovnitř. Z nitra přitahuje mysl k Já a napomáhá ke zklidnění myslí. To je milost Gurua. Není rozdílu mezi Bohem, Guruem a Já.

*Ot.: V Theosofické společnosti meditují za účelem hledání mistrů, kteří by je vedli.*

Odp.: Mistr je uvnitř; meditace má odstranit klamnou představu, že je jen vně. Kdyby byl cizincem, kterého očekáváte, musel by opět zmizet. Jaký by byl užitek takového přechodného bytí? Avšak tak dlouho, dokud si myslíte, že jste oddělen nebo že jste tělem, je třeba i vnějšího mistra a ten se objeví v těle. Když ustane chybné ztotožňování se s tělem, shledáte, že mistr není nic jiného než Já.

*Ot.: Pomůže nám Guru poznat Já prostřednictvím zasvěcení?*

Odp.: Drží vás snad Guru za ruku a šeptá do ucha? Můžete si ho představit tak, že je tím, čím jste vy sám. Protože si myslíte, že jste tělem, myslíte, že i on má tělo a že pro vás může udělat něco hmatatelného. Jeho práce však probíhá uvnitř, v duchovní oblasti.

*Ot.: Jak lze Gurua najít?*

Odp.: Bůh, jenž je uvnitř, se ve své milosti slitovává nad milujícím oddaným a projevuje se mu způsobem, odpovídajícím stupni jeho vývoje. Oddaný si myslí, že je člověkem a čeká na vztah mezi dvěma fyzickými těly. Avšak Guru, který je Bohem či Já, konajícím práci uvnitř, pomáhá člověku spatřovat chyby na jeho cestách a vede ho správnou stezkou, dokud nerealizuje Já uvnitř. [1]

*Ot.: Jaké jsou znaky skutečného učitele (sadgurua)?*

Odp.: Trvalé přebývání v Já, pohlížení na všechno stejným okem, neotřesitelná odvaha v každém čase, v každém místě a za všech okolností. [2]

*Ot.: Existuje mnoho duchovních učitelů, kteří učí různé cesty. Kterého si má člověk vybrat za svého Gurua?*

Odp.: Zvolte toho, který vám dává šánti (mír). [3]

*Ot.: Neměli bychom brát v úvahu také jeho učení?*

Odp.: Ten, který horlivého žáka učí, aby dělal to neb ono, není pravý učitel.

Žák svými činnostmi trpí už dost a chce klid a mír. Jinými slovy, chce své aktivity zastavit. Řekne-li mu učitel, aby dělal ještě něco navíc nebo místo svých ostatních činností, bude to pro něj pomoc?

Činnost je tvoření. Činnost je ničení přirozeného štěstí člověka. Ten, kdo doporučuje činnost, není mistrem, ale zabijákem. Za těchto okolností je možno říci, že v podobě mistra přišel tvořitel (Brahma) nebo smrt (Jama). Taková osoba nemůže aspiranta osvobodit, ale jen zesílí jeho pouta. [4]

*Ot.: Jak mohu najít svého Gurua?*

Odp. Intenzivní meditací. [5]

*Ot.: Je-li pravda, že Guru je vlastní Já člověka, na jakém základě spočívá tvrzení, které praví, že ať je žák jakkoli učený nebo ať vlastní jakékoli okultní síly, nemůže bez milosti Gurua dosáhnout Seberealizace?*

Odp.: Ačkoliv z hlediska absolutní pravdy je stav Gurua stavem člověka samého (Já), je pro „já“, které se vinou nevědomosti stalo jedincem (džívou), velmi těžké realizovat bez milosti Gurua svůj pravý stav nebo podstatu.

*Ot.: Jaké jsou známky milosti Gurua?*

Odp.: To není možno vyjádřit slovy nebo myšlenkami.

*Ot.: Je-li to tak, jak to, že se říká, že milostí Gurua realizuje žák svůj pravý stav?*

Odp.: Je to jako když se slon vzbudí proto, že viděl ve snu lva. Tak jako je jisté, že se slon probudí při pouhém zahlédnutí lva, je jisté i to, že se žák probudí ze spánku nevědomosti do bdělosti pravdivého poznání dobrotivým pohledem milosti Gurua.

*Ot.: Jaký to má význam, když se říká, že přirozenost Gurua je táž jako přirozenost svrchovaného Pána (sarešvara)?*

Odp.: Za prvé, individuální duše, která touží dosáhnout stavu božství nebo stavu pravdivého poznání, praktikuje nepřetržitou oddanost. Když oddanost jedince dosáhla stádia zralosti, Pán, který je svědkem této individuální duše a je s ní totožný, se projeví. Objeví se v lidském tvaru pomocí sat-čit-ánanda, svých tří přirozených charakteristik a vytvoří jméno, které také milostivě převzme. Pod záminkou žehnání do sebe žáka absorbuje. Podle tohoto učení může být Guru opravdu nazván Pánem.

*Ot.: Jak tedy některé velké osobnosti dosahují poznání bez Gurua?*

Odp.: Pro některé zralé osoby září Pán jako beztvaré světlo poznání a zprostředkovává uvědomění pravdy. [6]

*Ot.: Jak se má člověk rozhodovat pro správného Gurua? Jaká je swarupa (přirozenost nebo skutečná forma) Gurua?*

Odp.: Správným Guruem je ten, na něž je vaše mysl naladěna. Ptáte se „Jak rozpoznat, kdo je Guru a co je jeho swarupa?“ Nuže, měl by se vyznačovat klidem, trpělivostí, schopností odpouštět a dalšími ctnostmi; měl by být schopen přilákat ostatní jen pomocí svých očí, tak jako magnet přitahuje železo; měl by mít vůči všem pocit rovnosti. Ten, kdo tyto ctnosti má, je opravdový Guru, chce-li však člověk poznat Guruovu swarupu, musí především znát svoji. Jak může člověk poznat pravou přirozenost Gurua, když nezná svou?



Chcete-li vnímat skutečnou přirozenost nebo tvar Gurua, musíte se nejprve naučit dívat se na celý vesmír jako na **Guru Rupam** (forma Gurua). Člověk musí vidět Gurua ve všech živých bytostech. Musíte se na všechny předměty dívat jako na Boží rupa (formu). Jak může ten, jenž nezná své vlastní **Já**, vnímat skutečnou podobu Boha nebo skutečnou formu Gurua? Proto poznejte ze všeho nejdřív svou vlastní skutečnou podobu a přirozenost.

*Ot.: Není Guru nutný k tomu, abychom poznali i toto?*

Odp.: To je pravda, na světě je hodně velkých lidí. Dívejte se na ně jako na Guruy, na něž je vaše mysl naladěna. Ten, ve kterého budete mít důvěru, je vaším Guruem. [7]

*Ot.: Jaký význam má při osvobození milost Gurua?*

Odp.: Osvobození není někde mimo vás. Je jen ve vašem nitru. Když člověk touží po osvobození, vnitřní Guru ho do **Já** vtahuje a vnější Guru ho tam vtahuje. To je milost Gurua. [8]

*Ot.: Někteří lidé tvrdili, že jste řekl, že žádný Guru není zapotřebí. Jiní říkali opak. Co říká Mahárši?*

Odp.: Nikdy jsem neřekl, že Gurua není zapotřebí.

*Ot.: Šrí Aurobindo a jiní o vás tvrdí, že vy jste žádného Gurua neměl.*

Odp.: Všechno záleží na tom, co nazýváte Guruem. Nemusí mít lidský tvar. Dattatréja měl dvacetčtyři Guruy včetně pěti prvků, země, vody, atd. Jeho Guruem byl každý předmět v tomto světě.

Guru je absolutně nutný. Upanišady říkají, že nikdo kromě Gurua nemůže člověka vyvést z džungle intelektu a smyslového vnímání. Proto tu musí být Guru.

*Ot.: Já myslím lidského Gurua. Mahárši žádného neměl.*

Odp.: Mohl jsem tu a tam nějakého mít. A nezpíval jsem hymny Arunácala? [9] Co je Guru? Guru je Bůh nebo **Já**. Člověk se o splnění svých přání nejdříve modlí k Bohu. Pak přijde doba, kdy se nedomodlí za splnění materiálních přání, ale pouze pro Boha samotného. Bůh se mu pak v nějaké podobě objeví v odpověď na jeho modlitbu a v souladu s jeho potřebami. [10]

*Ot.: Jste-li věrný jednomu Guruovi, můžete uznávat i jiné?*

Odp.: Guru je jen jeden. Není fyzický. Dokud existuje slabost, je podpora síly nutná.

*Ot.: J. Krišnamurti říká, „Ne, Guru není nezbytný“.*

Odp.: Jak to mohl vědět? Něco takového může člověk říci až po realizaci a ne před ní. [11]

*Ot.: Může nám Šrí Ramana pomoci realizovat pravdu?*

Odp.: Pomoc tu je vždy.

*Ot.: Není tedy třeba klást otázky. Já stále přítomnou pomoc necítím.*

Odp.: Podrobně se a najdete ji.

*Ot.: Jsem vždy u vašich nohou. Dá nám Bhagaván nějaké upadéša (poučení), kterým bychom se měli řídit? Jak jinak bych mohl pomoc získat, když žiji 600 mil odtud?*

Odp.: Sadguru (Guru, který je jedno s bytím) je uvnitř.

*Ot. Potřebuji sadgurua, aby mi pomohl to pochopit.*

Odp.: Sadguru je uvnitř.

Ot.: Chci viditelného Gurua.

Odp.: Tento viditelný Guru říká, že je uvnitř. [12]

*Ot.: Nezávisí úspěch na milosti Gurua?*

Odp.: Ano, závisí. Není samo vaše cvičení způsobeno takovou milostí? Zisk je výsledkem praxe a následuje za ní automaticky. V **Kaivalja** je strofa, ve které se říká, „Ó Guru! Byl jsi vždy se mnou, pozoroval jsi mne během několika inkarnací a určoval můj směr až do mého osvobození“. Když nastane příležitost, manifestuje se **Já** navenek jakožto Guru, jinak je vždy uvnitř a dělá to, co je třeba. [13]

*Ot.: Někteří žáci Širdi Sai Baby uctívají jeho obraz a říkají, že je jejich Guruem. Jak je to možné? Mohou jej uctívat jako Boha, ale jaký užitek mohou získat jeho uctíváním jako svého Gurua?*

Odp.: Zajišťuji si tím koncentraci.

*Ot.: To je všechno velmi dobré, souhlasím. Může to být do jisté míry cvičení koncentrace. Nemá však být tato koncentrace zaměřena na Boha?*

Odp.: Jistě, ale Guru koneckonců znamená **guri**, koncentraci.

*Ot.: Jak může neživotný obraz pomáhat při rozvíjení hluboké koncentrace? Ta vyžaduje živoucího Gurua, který může při cvičení pomáhat. Pro Bhagavána je snad možné dosáhnout dokonalosti bez žijícího Gurua, ale je to možné u lidí jako jsem já?*

Odp.: To je pravda. Ale i tak, uctíváním neživého portrétu se mysl stává do jisté míry koncentrovanou. Tato koncentrace nebude trvalá pokud člověk nepozná své vlastní **Já** dotazováním. Pro takové dotazování je pomoc Gurua nezbytná. [14]

*Ot.: Říká se, že Guru může způsobit, aby jeho žák realizoval tím, že na něj přenese část své síly. Je to pravda?*

Odp.: Ano. Guru realizaci nepřináší, pouze odstraňuje překážky. **Já** je realizováno vždy.

*Ot.: Je absolutně nezbytné, aby měl člověk, hledající realizaci, Gurua?*

Odp.: Pokud hledáte realizaci, je Guru nezbytný. Guru je **Já**. Berte Gurua jakožto skutečné **Já** a své já jakožto individuální já. Odstranění tohoto pocitu duality je odstranění nevědomosti. Dokud ve vás dualita přetrvává, je Guru nezbytný. Protože sám sebe ztotožňujete s tělem, myslíte si, že tělem je i Guru. Nejste-li tělem vy, není jím ani Guru. Vy jste **Já** a je jím i Guru. Toto poznání získáte tím, co nazýváte Seberealizací.

*Ot.: Jak může člověk vědět, že je určitý jedinec schopen být Guruem?*

Odp.: Podle klidu myslí, pocítovaného v jeho přítomnosti a úcty, kterou k němu cítíte.

*Ot.: Když se stane, že se Guru ukáže být nekompetentní, jaký bude osud žáků, kteří k němu mají slepou důvěru?*

Odp.: Každý podle svých zásluh. [13]

*Ot.: Mohu mít milost Gurua?*



Odp.: Milost je tu vždy.

Ot.: Já ji však necítím.

Odp.: Podrobení způsobí, že člověk milost pochopí.

Ot.: Podrobil jsem své srdce a duši. Jsem nejlepší soudcem svého srdce. Přesto nepocítuji milost.

Odp.: Kdybyste se byl odevzdal, nevznikaly by otázky.

Ot.: Odevzdal jsem se. Otázky však vznikají stále.

Odp.: Milost je trvalá. Váš úsudek je proměnlivý. Kde jinde může být vina? [16]

Ot.: Může mít člověk více než jednoho duchovního mistra?

Odp.: Kdo je mistrem? Je to konec konců samotné Já. Podle stupně rozvoje myslí se Já manifestuje jako mistr zevně. Slavný dávný světec Dattatrėja říkal, že měl více než dvacetčtyři mistrů. Mistrem je ten, od koho se něco naučíte. Guru může být také neživotný, jako v případě Dattatrėji. Bůh, Guru a Já jsou identičtí.

Duchovně založený člověk si myslí, že Bůh je všepřonikající a bere Jeho za svého Gura. Bůh ho přivádí do styku s osobním Guruem a člověk ho rozpoznává jako vše ve všem. Konečně je též člověk doveden milostí svého Gura k tomu, že cítí, že skutečností je jeho Já a nic jiného. Takto shledává, že jeho Já je mistr. [17]

Ot.: Ve Šrimad Bhagavad Gítě se říká: „Realizujte Já s čistým intelektem a také službou Guruovi a zkoumáním.“ Jak to lze sladit?

Odp.: „Íšvara Gururatmeti“ - Íšvara, Guru a Já jsou totožní. Pokud ve vás přetrvává pocit duality, hledáte Gura s myšlenkou, že je od vás odlišný. Učí vás však pravdě a vy získáváte vhled. [18]

Jen ten, kdo poskytuje svrchované poznání Já, je svrchovaný Guru, který je mudrci chválen jako forma Boha, jenž je Já. Držte se ho. Tím, že se člověk přiblíží Guruovi a věrně mu slouží, pochopí díky jeho milosti příčinu svého zrodu a svého utrpení. Když potom ví, že jsou způsobeny tím, že se vzdálil od Já, bude nejlépe, když pevně vytrvá jakožto Já.

Ačkoli se těm, kdo ochotně přijali cestu spásy a neúchylně ji sledují, může občas stát, že se od Védické cesty uchýlí, buď ze zapomětlivosti nebo z nějakých jiných důvodů, vězte, že by nikdy neměli jít proti slovům Gura. Slova mudrce ujišťují, že když se člověk prohřeší proti Bohu, může to napravit Guru, ale je-li takové zlo způsobeno Guruovi, nenapraví je ani Bůh.

Pro toho, kdo má díky neobyčejné, intenzivní a překypující lásce dokonalou víru v pohled milosti, udělovaný Guruem, nebude utrpení existovat a bude v tomto světě žít jako **Puruhuta** (jméno Indry, krále bohů).

Mír, jedinou věc, po které každý touží, nemůže nikdo získat žádným způsobem, ničím prostřednictvím a v žádné době ani na žádném místě, pokud nedosáhne klidu myslí skrze milost sadgura. Proto vždy hledejte tuto milost s jednobodovou myslí. [19]

Ot.: Existují Bhagavánovi žáci, kteří tuto milost měli a realizovali bez větších obtíží. Také já si tuto milost přeji. Protože jsem žena a žiji daleko odtud,

nemohu využívat svaté společnosti Maháršiho tolik a tak často, jak bych si přála. Možná, že se sem už nebudu moci vrátit. Až budu zpátky doma, chtěla bych na Bhagavána vzpomínat. Bylo by Bhagavánovi líbo udělit mi modlitbu?

Odp.: Kam jdete? Nejdete nikam. I kdybyste byla tělem, přišlo z Lucknow do Tiruvannamalai vaše tělo? Jednoduše jste se posadila do vozu a nějaký dopravní prostředek se pohyboval. A teď nakonec říkáte, že jste sem přišla. Skutečnost je taková, že nejste tělem. Já se nepohybuje, svět se pohybuje v něm. Ve vás změna není. Tak tedy i tehdy, když jste, jak se zdá, daleko odtud, jste zde, tam a všude. Tyto scény se posouvají. A pokud jde o milost, milost je ve vás. Je-li vnější, je bez užítku. Milost je Já. Milost je zde vždy.

Ot.: Myslím, že když si vzpomenu na vaši podobu, bude moje mysl posílena a také přijde odezva z vaší strany. Neměla bych být ponechána svým individuálním snahám, které jsou nakonec jen slabé.

Odp.: Milost je Já. Již jsem řekl, že vzpomenete-li na Bhagavána, jste k tomu podnícena svým Já. Není milost již tady? Existuje chvíle, kdy ve vás milost nepracuje? Vaše vzpomínání je předzvěstí milosti. To je odezva, to je podnět, to je Já a to je milost.

Není důvodu k obavám. [20]

Ot.: Mohu být bez vnější pomoci a svým vlastním úsilím sama vstupovat do hlubší pravdy?

Odp.: Samotná skutečnost, že hledáte, je projevem božské milosti. V Srdci září vnitřní bytí, skutečné Já. Musíte se pokusit jít zvnějšímu dovnitř. Váš pokus je opravdové zkoumání, hluboký niterný pohyb je milostí. Proto říkám, že není skutečného zkoumání bez milosti a pro toho, kdo nehledá Já milost neexistuje. Obojí je nutné. [21]

Ot.: Jak dlouho je Guru pro Seberealizaci nutný?

Odp.: Guru je nutný tak dlouho, dokud existuje nevědomost. Nevědomost je způsobena tím, že člověk sám vkládá na Já chybná omezení. Bůh, když je uctíván, poskytuje vytrvalost v uctívání, která vede k podrobení. Oddanému, který se podrobuje, ukazuje Bůh své slitování tím, že se manifestuje jakožto Guru. Guru, neboli Bůh způsobuje, že oddaný říká, že Bůh je v nitru a že není odlišný od Já. To vede k introverzi myslí a nakonec k realizaci.

Ot.: Je-li milost tak důležitá, jakou roli hraje individuální úsilí?

Odp.: Úsilí je nutné až do stavu realizace. Jen potom se stane Já spontánně zřejmým; jinak nebude štěstí úplné. Až do tohoto stavu spontaneity musí úsilí v té či oné formě existovat. [22]

Existuje stav, který je mimo naše úsilí nebo neúsilí. Pokud není realizován, je úsilí nezbytné. Po ochutnání tohoto blaha, i jediném, se bude člověk opakovaně snažit získat je znovu. Kdo jednou okusil blaho míru, nebude nikdy chtít být mimo ně, ani se nebude chtít věnovat žádné jiné činnosti. [23]

Ot.: Je božská milost pro získání realizace nezbytná nebo může samotné poctivé úsilí jedince vést ke stavu, v němž není návratu k životu a smrti?

Odp.: Božská milost je pro realizaci podstatná. Vede člověka k Bohu, realizaci. Taková milost však je udělována jen tomu, kdo je pravým oddaným



nebo jogínem. Je udělována jen těm, kdo se na cestě ke svobodě bez ustání ze všech sil namáhali. [24]

*Ot.: Má na milost nějaký vliv vzdálenost?*

Odp.: Čas a prostor jsou v nás. Jste stále ve svém Já. Jak to ovlivňuje čas a prostor?

*Ot.: Rozhlasový přenos slyší dřívě ti, kdo jsou blíž. Vy jste Hind a my Američané. Hraje to nějakou roli?*

Odp.: Ne.

*Ot.: Druzí mohou číst i myšlenky.*

Odp.: To dokazuje, že vše je jedno. [25]

*Ot.: Soucítí s námi Bhagaván a ukazuje svou milost?*

Odp.: Jste po krk ve vodě a přece po ní voláte. Je to stejné, jako když žízni ten, kdo je po krk ve vodě, jako když žízni ryba nebo voda. [26]

Milost existuje vždy. „Bez milosti Gurua si nelze osvojit nevášnivost, ani realizaci pravdy ani přebývání v Já.“

Cvičení však je také důležité. Setrvávání v Já vlastním úsilím je jako trénování hravého býka, upoutaného ve stáji tím, že ho lákáme sladkou trávou a nedovolíme mu, aby se toulal. [27]

*Ot.: Nedávno jsem objevil tamilskou píseň, ve které autor nařiká, že není jako houževnatá mladá opice, která se může pevně držet své matky, ale spíše jako kňourající kotě, které musí matka nosit v zubech za krk. Autor proto prosí Boha, aby se o něj staral. Můj případ je přesně stejný. Musíte se nade mnou slitovat, Bhagaváne. Držte mne za krk a dávejte pozor, abych nespádl a neublížil si.*

Odp.: To není možné. Je zapotřebí obojího, abyste se snažil a aby Guru pomohl. [28]

*Ot.: Jak dlouho to trvá, než člověk obdrží milost Gurua?*

Odp.: Proč to chcete vědět?

*Ot.: Aby mi to dalo naději.*

Odp.: I takové přání je překážkou. Já existuje vždy a bez něj není nic. Buďte Já a touhy i pochybnosti zmizí. [29]

Milost je začátkem, středem i koncem. Milost je Já. Vlivem nesprávného ztotožnění Já s tělem je Guru považován za tělo. S hlediska Gurua je Guru jen Já. Já je jen jediné a Guru vám říká, že jen Já jediné je. Není tedy Já vaším Guruem? Odkud odjinud přichází Milost? Přichází jen z Já. Manifestace Já je manifestací milosti a naopak. Všechny tyto pochybnosti způsobují špatné názory a následné očekávání věcí, které jsou pro člověka vnější. Pro Já není nic vnější. [30]

## KAPITOLA 9

### TICHO A SAT-SANGA

Ačkoli Šrí Ramana rád verbálně předával své učení každému, kdo ho o to požádal, často poukazyval na to, že „tiché učení“ je přímější a účinnější. Tato „tichá učení“ spočívala v duchovní síle, která se zdála vyzařovat z jeho těla, v síle tak mocné, že ji považoval za nejpřímější a nejdůležitější aspekt svého učení. Místo aby dával slovní návody na kontrolu mysli, vyzařoval bez úsilí tichou silou, která automaticky zklidňovala mysl každého, kdo byl v jeho přítomnosti. Lidé, kteří byli na tuto sílu naladěni, říkají, že ji pociťovali jako stav vnitřního míru a pohody; u některých pokročilých oddaných dokonce uspíšila přímou zkušenost Já.

Tato metoda výuky má v Indii dlouhou tradici a jejím nejslavnějším představitelem byl Dakšinamurti, který byl manifestací Šivy a který silou svého mlčení přivedl ke zkušenosti Já čtyři učené mudrce. Šrí Ramana mluvil o Dakšinamurtim často a s velkým uznáním a jeho jméno se objevuje v mnoha rozhovorech této kapitoly.

Tento tok síly od Gurua může přijímat každý, jehož pozornost je soustředěna na Já nebo na podobu Gurua; vzdálenost není na překážku účinnosti. Tato pozornost se často nazývá **sat-sanga**, což doslova znamená „sdružení se s bytím“. Šrí Ramana tuto praxi z celého srdce doporučoval a často říkal, že je to nejúčinnější cesta k dosažení přímé zkušenosti Já. Tradičně to znamená být ve fyzické přítomnosti toho, kdo realizoval Já, ale Šrí Ramana tomu přikládal širší význam. Říkal, že nejdůležitějším prvkem sat-sanga je mentální spojení s Guruem; sat-sanga nastává nejen v jeho přítomnosti, ale kdykoli a kdekoli, tehdy, když na něj člověk myslí.

Následující citace poukazuje na sílu sat-sanga. Sestává z pěti sánskrtských veršů, které Šrí Ramana v různých dobách objevil. Jejich obsah na něj učinil takový dojem, že je přeložil do tamilštiny a vtělil je do **Ulladu Narpadu Anubandham**, jedné z jeho vlastních rukopisných prací, které ze zabývají podstatou skutečnosti.

1) Pomocí sat-sanga bude odstraněno sdružování s předměty světa. Když je toto světské sdružování odstraněno, bude připoutanost neboli tendence mysli zničeny. Ti, kdo jsou oprostěni od mentální připoutanosti, zmizí v tom, co je nehybné. Tak dosáhnou **dživan mukti** (osvobození). Pěstujte sdružování s nimi.

2) Svrchovaný stav, který je vychvalován a kterého se v tomto životě dosahuje čistou vičárou vznikající v Srdci, když přebýváme se **sádhuem** (vznešená osobnost nebo ten, kdo realizoval Já), nemůže být dosažen tím, že nasloucháme kazatelům, studiem, učením se významu písem, ctnostnými skutky ani ostatními prostředky.

3) K čemu jsou náboženské zvyky (**nijamas**), dosáhne-li člověk sdružo-



vání se sádhuy? K čemu je vějří, když vane výtečný, chladný jižní vánek?

4) Vedro odstraní chladný měsíc, chudobu nebeský strom, splňující všechna přání a hřích smyje Ganga. Ale vezte, že to všechno, počínajíc horkem, odstraní pouhé získání **daršanu** (pohledu) nesrovnatelných sádhuhů.

5) S oněmi velkými dušemi (mahátmy) nelze srovnat posvátná místa koupelí s vodou a obrazy božství, která jsou vytvořena z kamene a hlíny. Ah, jaký div! Tato místa koupelí a božstva poskytují po nespočetných dnech čistotu mysli, zatímco stejná čistota je lidem poskytnuta ihned, jakmile do jejich očí pohlédne sádhuh. [1]

*Ot. Proč Bhagaván nechodí a nekáže lidem pravdu ve velkém?*

Odp.: Jak víte, že to nedělám? Copak kázání spočívá jen v tom, že se někde postavíte a řečníte k lidem okolo? Kázání je prosté sdělování pravdy; doopravdy může být provedeno jen v tichu. Co byste si myslel o člověku, který celé hodiny naslouchá kázání a odejde, aniž by jím byl ovlivněn natolik, aby změnil svůj život? Srovnajte ho s jiným, který sedí ve svaté přítomnosti a po nějakém čase odejde se zcela změněným názorem na život. Co je lepší, hlasitě bez účinku kázat nebo tiše sedět a vysílat vnitřní sílu?

Dále, jak vzniká mluva? Nejprve tu je abstraktní poznání. Z toho vzniká ego, které pak dává vznik myšlenkám a myšlenky mluvenému slovu. Slovo je tedy pra-pravnukem původního zdroje. Může-li mít slovo nějaký účinek, sudte sami o kolik mocnější je kázání prostřednictvím ticha? [2]

*Ot.: Jak může být ticho tak mocné?*

Odp.: Realizovaný vysílá vlny duchovního vlivu, který k němu přitahuje mnoho lidí. A přitom může sedět v jeskyni a zachovávat naprosté ticho. Můžeme poslouchat přednášky o pravdě a potom odcházet s tím, že sotva nějaké téma pochopíme. Přijdete-li však do kontaktu s realizovaným člověkem, i když třeba nemluví, poskytne vám mnohem větší pochopení námětu. Nemusí ani chodit ven mezi lidi. Je-li to třeba, může jako nástroj používat jiných lidí. [3]

Guru je poskytovatel ticha, který odhaluje světlo Sebepoznání, zářící jako neeliminovatelná skutečnost. Mluvená slova nejsou k žádnému užitku, když se oči Guru setkají s očima žáka. [4]

*Ot.: Uděluje Bhagaván dikša (zasvěcení)?*

Odp.: Nejlepší a neúčinnější dikša je **mouna** (mlčení). Praktikoval ji Šrí Dakšinamurti. Zasvěcení dotekem, pohledem atd. jsou nižšího řádu. Tiché zasvěcení mění srdce všech. [5]

Když k Dakšinamurtimu přicházeli žáci, zachovával mlčení. To je nejvyšší forma zasvěcení, která zahrnuje formy ostatní. Při ostatních dikšas musí být vytvořen vztah mezi subjektem a objektem. Nejprve musí vyzářovat subjekt a potom objekt. Nejsou-li ti dva zde, jak se může jeden dívat na druhého nebo se ho dotýkat? **Mouna dikša** je nejdokonalejší; zahrnuje v sobě pohled, dotek i učení. Očistí jedince v každém směru a upevní jej ve skutečnosti. [6]

*Ot.: Swámí Vivékananda říká, že duchovní Guru může do značné míry přenášet duchovnost na žáka.*

Odp.: Existuje nějaká substance, která se má přenášet? Přenos znamená vykořenění pocitu, že je člověk žákem. Mistr to dělá. Ne že by člověk jednou něčím byl a později byl metamorfován v něco jiného.

*Ot.: Není milost darem Gurua?*

Odp.: Bůh, milost a Guru jsou synonymní, a také věčné a niterné. Není již Já uvnitř? Má je snad udělit Guru svým pohledem? Jestli si to Guru myslí, nezaslouží si toto jméno.

Knihy říkají, že existuje mnoho druhů dikša, zasvěcení rukou, dotykem, očima atd. Říkají také, že Guru provádí nějaké rituály s ohněm, vodou, džapou nebo mantrami a předvádí tak fantastická představení dikša, jako by se žák stával zralým až poté, co Guru takové postupy provede.

Hledáme-li jedince, není nikde k nalezení. Takový je Guru. Takový je Dakšinamurti. Co dělal? Když k němu přicházeli žáci byl tichý. Zachovával ticho a pochybnosti žáků byly rozptýleny, což znamená, že ztratili své individuální totožnosti. Toto je džňána a nikoli všechna ta záplava slov, která je s ní obvykle spojována.

Ticho je nejmocnější forma práce. Jakkoli veliké a důrazné mohou šastry být, míjejí se účinkem. Guru je tichý a ve všem převládá mír. Jeho mlčení je větší a důraznější než všechny šastry dohromady. Tyto otázky vznikají z pocitu, že ačkoli tu člověk byl tak dlouho, slyšel tak mnoho a snažil se tak tvrdě, nezískal nic. Práce probíhající uvnitř není viditelná. Guru je ve skutečnosti vždy ve vašem nitru. [7]

*Ot.: Může Guruovo mlčení skutečně přinést pokročilé stavy duchovního uvědomění?*

Odp.: Je jeden starý příběh, který sílu Guruova mlčení demonstruje. Tattvaraya složil **bharani**, druh tamišské básnické skladby, na počest svého Gurua Swarupanandy a shromáždil skupinu učených panditů, aby dílo vyslechli a ocenili jeho hodnotu.

Panditové vznesli námitku, že bharani se skládá jen na počest velkých hrdinů, schopných zabít v boji tisíc slonů a že není správné takové dílo skládat na počest askety. Autor na to odpověděl, „Pojďme všichni k mému Guruovi a tam celou záležitost vyřešíme“. Přišli ke Guruovi a poté co zaujali svá místa, autor sdělil Guruovi účel jejich návštěvy. Guru seděl tichý a také ostatní zachovávali mouna. Minul celý den, přišla noc a ještě další dny a noci a všichni stále mlčenlivě seděli, aniž koholi z nich napadla nějaká myšlenka, nikdo nepřemýšlel ani se neptal na to, kvůli čemu sem přišli. Po třech nebo čtyřech takových dnech pohnul Guru poněkud svou myslí a shromáždění znovu získali svou myšlenkovou aktivitu.

Potom prohlásili, „Vítězství nad tisíci slony není ničím vedle Guruovy moci vítězit nad rozběhnutými slony všech našich eg dohromady. Jistě tedy zasluhuje bharani na svou počest.“ [8]



*Ot.: Jak tato tichá síla pracuje?*

Odp.: Řeč je jen komunikačním prostředkem pro sdělování myšlenek jednoho člověka druhému. Vzniká až poté co vzniknou myšlenky. Ostatní myšlenky vznikají až po vzniku „já“-myšlenky, takže „já“-myšlenka je kořenem všech rozhovorů. Když člověk zůstane bez myšlení, rozumí druhým prostřednictvím univerzálního jazyka mlčení. Mlčení hovoří vždy. Je to vytrvalý tok řeči, který je přerušován hovorem. Slova, která vám říkám, této němé řeči překážejí. Vezmeme například drát, kterým protéká elektřina. Jestliže existuje odpor, který brání jeho průtoku, svítí v lampě nebo se točí jako ventilátor. Zůstává v drátu jako elektrická energie. Podobně je i mlčení věčným proudem řeči, jehož překážkou jsou slova.

To, co člověk nepozná pomocí hovorů trvajících několik let, může poznat okamžitě v mlčení či před mlčením - Dakšinamurti a jeho čtyři žáci jsou toho dobrým příkladem. Je to nejvyšší a neúčinnější řeč. [9]

*Ot.: Bhagavám říká, „Vliv džňánina se do oddaného vkrádá v mlčení“. Bhagaván též říká, „Kontakt s velkými muži (mahátmy) je jeden z nejúčinnějších prostředků realizace vlastního bytí člověka“.*

Odp.: Ano, v čem je rozpor? Džňánin, velký muž, mahátmové - vy mezi nimi děláte rozdíl?

*Ot.: Ne.*

Odp.: Kontakt s nimi je dobro. Budou pracovat prostřednictvím mlčení. Hovorem se jejich síla zmenšuje. Mlčení je nejmocnější. Hovor je vždy méně mocný než mlčení, takže mentální kontakt je to nejlepší.

*Ot.: Platí to i po rozpuštění džňáninova fyzického těla nebo je to pravda jen když je v těle z masa a kostí?*

Odp. Guru není fyzický tvar, takže kontakt s ním zůstane zachován i poté, co jeho fyzické tělo zmizí. Člověk může jít k jinému Guruovi, když ten jeho odejde, ale všichni Guruové jsou jedno a žádný z nich není tvarem, který vidíte. Mentální kontakt je vždy nejlepší. [10]

*Ot.: Spočívá působení milosti v účinkování mysli Gurua na mysl žáka nebo jde o jiný proces?*

Odp.: Nejvyšší formou milosti je ticho. Je to také nejvyšší upadeša (učení).

*Ot.: Vivékananda také řekl, že mlčení je nejhlasitější formou modlitby.*

Odp.: Je to tak pokud jde o mlčení toho, jenž hledá. Mlčení Gurua je nejvyšší upadéša. Je to také milost ve své nejvyšší formě. Všechna ostatní dikša (zasvěcení) jsou odvozena od mouna a jsou tudíž druhotná. Když Guru mlčí, je mysl hledajícího vyčištěna sama od sebe. [11]

*Ot.: Mlčení Šrí Bhagavána je samo o sobě účinnou silou. Přináší nám jistý mír myslí.*

Odp.: Mlčení je nikdy nekončící hovor. Mluvená řeč je překážkou řeči mlčení. V mlčení je člověk v intimním kontaktu s okolím. Mlčení Dakšinamurtiho odstranilo pochybnosti čtyř mudrců. **Mouna vjáhkhja prakatita tattvam** znamená pravdu vysvětlenou mlčením. O mlčení se říká, že je

vysvětlováním. Tak mocné je mlčení. Pro mluvenou řeč je třeba orgánů řeči, jež jsou její podmínkou. Ta druhá řeč však je dokonce i mimo myšlenky. Je to krátká transcendentální mluva nevyslovených slov (**para vak**). [12]

*Ot.: Může mít z tohoto mlčení prospěch každý?*

Odp.: Mlčení je skutečná upadeša. Je to dokonalá upadeša. Je vhodná jen pro nejpokročilejší žáky. Ostatní nejsou schopni z ní čerpat plnou inspiraci. Proto vyžadují pro vysvětlení pravdy slova. Pravda však je mimo slova. Nepřipouští vysvětlování. Vše, co je možno udělat, je naznačit ji. [13]

*Ot.: Říká se, že jeden pohled na mahátmu postačí, že idoly, poutě apod. jsou neúčinné. Jsem tu již tři měsíce, ale nevím, jaký jsem měl z hledění na Maháršiho užitek.*

Odp.: Pohled má očistný účinek. Očista nemůže být zviditelněna. Uhlí potřebuje ke svému vznícení dlouhou dobu, kus dřevěného uhlí vzplane v kratším čase a střelný prach se vznítí okamžitě - podobně to je se stupni (zralosti) lidí, kteří přicházejí s mahátmy do styku [14]. Oheň moudrosti stráví všechny činnosti. Moudrosti se dosahuje sdružováním se s moudrými (sat-sanga) nebo spíš s jejich mentální atmosférou. [15]

*Ot.: Může mlčení Gurua poskytnout realizaci i když žák nevyvíjí žádné úsilí?*

Odp.: V blízkosti velkého mistra přestávají být vásany aktivní, mysl se stává tichou a výsledkem je **samádhi**. Žák tedy získává v přítomnosti mistra pravé poznání a správnou zkušenost. K tomu, aby zůstaly neotřesitelné, je třeba dalšího úsilí. Žák nakonec pozná, že je to jeho pravé bytí a bude tak osvobozen ještě zaživa. [16]

*Ot.: Máme-li zkoumat uvnitř, musíme být v blízkosti Mistra?*

Odp.: Je to nezbytné do doby než zmizí všechny pochybnosti. [17]

*Ot.: Nejsem schopen se sám soustředit. Hledám sílu, která by mi v tom pomohla.*

Odp.: Ano, ta síla se jmenuje milost. Jednotlivě toho nejsme schopni, protože je mysl slabá. Milost je nezbytná. **Sádhu seva** (služba sádhuovi) ji poskytne. Není tu však nic nového k získání. Tak jako se slabý člověk dostává pod kontrolu silnějšího, dostává se slabá mysl člověka pod kontrolu snadněji v přítomnosti sádhuů silných myslí. To, co je, je jen milost; nic jiného neexistuje. [18]

*Ot.: Je nutno sloužit Guruovi fyzicky?*

Odp.: Šastry říkají, že Guruovi je nutno sloužit dvanáct let, aby člověk dosáhl Seberealizace. Co Guru dělá? Dává ji žákovi? Není snad **Já** vždy realizováno? Co potom znamená obecná víra? Člověk je vždy **Já** a přece o tom neví. Místo toho je zaměňuje za ne-**Já**, tělo atd. Toto zaměňování je způsobeno nevědomostí. Je-li nevědomost odstraněna, přestane tento zmatek existovat a bude odhaleno pravé poznání. Setrváváním v kontaktu s realizovanými mudrci ztrácí člověk postupně svou nevědomost až do té doby, než je odstraněna docela. Tak je odhaleno věčné **Já**. [19]





Ot.: Říkáte, že se od žáka vyžaduje, aby setrval ve společnosti moudrých (sat-sanga) a sloužil jim.

Odp.: Ano, to první ve skutečnosti znamená sdružovat se s neprojeveným sat, neboli absolutním bytím, ale protože to dokáže jen málokdo, je nejlepší druhá cesta, jež je sdružením s projeveným sat, to jest s Guruem. Vyhledávání společnosti světců by se mělo provádět proto, že myšlenky jsou tak vytrvalé. Světec již mysl překonal a setravá v tichu. Zůstávat v jeho společnost pomáhá vyvolat tento stav i v ostatních, jinak nemá vyhledávání jeho společnosti žádný význam. Guru poskytuje sílu, která je k tomu potřebná, aniž to ostatní vidí. Služba znamená především přebývání v Já, ale zahrnuje i péči o pohodlí Guruova těla a o místo jeho přebývání. Kontakt s Guruem je také nutný, ale jde o kontakt duchovní. Hledá-li žák Gurua vnitřně, nezáleží na tom, kam jde. Je třeba chápat, že přebývání tu a onde je totéž a má též účinek. [20]

Ot.: Mé zaměstnání vyžaduje, abych žil v místě kde pracuji. Nemohu zůstat v blízkosti sádhů. Mohu dosáhnout realizace i bez sat-sanga?

Odp.: Sat je aham pratjája saram, Já všech já. Sádhů je toto Já všech já. Je vlastní všem. Tudíž nikdo není mimo sat-sanga. [21]

Ot.: Je prodlévání v blízkosti Gurua prospěšné?

Odp.: Mínete fyzickou blízkost? K čemu je dobrá? Jediné co hraje roli je mysl. Mysl musí být v kontaktu. [21] Sat-sanga způsobí, že mysl klesne do Srdce.

Takové sdružování je jak mentální, tak fyzické. Viditelná bytost Gurua táhne mysl dovnitř. Je také v Srdci hledajícího a tak vtahuje jeho dovnitř obrácenou mysl do Srdce. [23]

Ot.: Všechno co chci vědět je, je-li sat-sanga nutná a zda mi to, že jsem sem přišel, pomůže nebo ne.

Odp.: Nejprve musíte určit, co sat-sanga je. Znamená spojení se sat neboli skutečností. Člověk, který zná nebo realizoval sat, je rovněž považován za sat. Takové sdružování se sat nebo s tím, kdo sat zná, je pro všechny absolutně nutné. Šankara řekl, že ve všech třech světech neexistuje takové plavidlo jako je sat-sanga, které by člověka bezpečně převezlo přes oceán zrození a smrti. [24]

Sat-sanga znamená sanga [sdružení] se sat. Sat není nic jiného než Já. Poněvadž je nyní jasné, že Já je sat, hledáme společnost mudrce, který toto pochopil. To je sat-sanga. 6

Výsledkem je introverse. Pak je odhaleno sat. [25]

# ČÁST ČTVRTÁ: Meditace a jóga

Nejlepší meditace je ta, která pokračuje ve všech třech stavech. Musí být tak intenzivní, že nedává prostor ani myšlence, „Já medituji“. [1]

Když byla záliba vidět prostřednictvím klamavých smyslů podrobena a bylo tak ukončeno objektivní poznávání mysli, nestálého ega, je poznání světla beze světla a zvuku beze zvuku skutečnou silou jógy (jóga šakti) [2].

## KAPITOLA 10

### MEDITACE A KONCENTRACE

Tvrzení Šrí Ramany o tom, že uvědomování si myšlenky „já“, je základním požadavkem seberealizace, ho přivedlo k závěru, že každá duchovní praxe, která tuto disciplínu nezahrnuje, je nepřímá a neúčinná:

„Tato cesta (pozornost obrácená k „já“) je cesta přímá; všechny ostatní jsou nepřímé. Tato cesta vede k Já, ostatní vedou jinam. I v případě, že se Já dosáhne jinými cestami, je to jen proto, že na svém konci vedou k cestě první, která je dovede k cíli. Aspirant tedy musí nakonec použít cestu první. Proč to tedy neučinit již nyní? Proč mařit čas?“ [1]

To znamená, že i jiné techniky mohou občas člověka přivést k vnitřnímu stavu ticha, v němž se pozornost bezděčně zaměřuje na „já“, neboli nastává sebeuvědomování, avšak tato cesta, vedoucí k Já, činí velkou okliku. Šrí Ramana tvrdil, že ostatní cesty mohou vést jen tam, kde sebedotazování začíná a proto je nikdy neschvaloval s výjimkou těch případů, kdy vycítil, že někteří tazatelé nejsou schopni nebo ochotni sebedotazování provádět. Ilustruje to rozhovor ze Šrí Ramana Gíty (první sbírky otázek a odpovědí), ve kterém Šrí Ramana podrobně vysvětluje, proč je sebedotazování jedinou cestou k realizaci Já. Ani potom, co tazatel pozorně vyslechl jeho vysvětlení, nebyl ochoten uznat, že sebedotazování je jedinou cestou k Já a ptal se, zda existují nějaké jiné metody, které by k realizaci Já vedly. Šrí Ramana mu odpověděl:

„Ten kdo medituje (o předmětu) i ten, kdo praktikuje sebedotazování, směřuje ke stejnému cíli. Jeden žízni po tom, aby něčeho dosáhl; druhý hledá toho, jenž touží dosáhnout. První potřebuje delší čas, ale nakonec Já dosáhne.“ [2]

Protože Šrí Ramana nechtěl otrást vírou člověka, o němž věděl, že má záli-



bu pro meditaci typu subjekt-objekt a protože již poznal, že není ochoten sebedotazování provádět, povzbuzoval ho k používání jeho vlastní metody sdělením, že mu dosažení Já umožní. S hlediska Šrí Ramany je jakákoli metoda lepší než žádná, protože vždy existuje možnost, že žák k sebedotazování přivede.

Ze stejných důvodů dal mnoho podobných odpovědí i řadě jiných lidí. Tyto odpovědi, z nichž vyplývá, že v seberealizaci mohou vyústit i jiné metody než sebedotazování, které by však neměly být chápány jako ryzí hodnota, neboť byly dány osobám, jež sebedotazování nepřítahovalo a jež chtěly jít svou vlastní cestou. Mluvil-li k ostatním oddaným, které tzv. „nepřímé metody“ nepřítahovaly, obvykle vždy znovu potvrdil, že pozornost obrácená k „Já“, je svrchovaně nevyhnutelná.

Ačkoli Šrí Ramana důrazně obhajoval své názory na sebedotazování, nikdy netrval na tom, aby kdokoli měnil svou víru či praxi a nebyl-li schopen své následovníky přesvědčit, aby praktikovali sebedotazování, dával jim cenné rady, týkající se jiných metod. V rozhovorech této kapitoly většinou zodpovídá otázky těch oddaných, kteří chtěli poradit ve věcech běžných forem meditace (dhjána). Při poskytování těchto rad obvykle definoval meditaci jako koncentraci na jednu myšlenku při vyloučení všech ostatních, ale někdy podal i definici vyšší, když řekl, že pravá meditace je udržování mysli upevněné na Já. Taková praxe je ve skutečnosti jen jinak pojmenované sebedotazování, neboť jak vysvětlil v jedné ze svých ranných písemných prací, „Pouze udržování mysli upevněné v Já se nazývá sebedotazování, zatímco meditace znamená, že myslíme na sebe jako na Brahman“. [3]

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi meditací [dhjána] a zkoumáním [vičára]?*

Odp.: Obojí znamená totéž. Ti, kdo nejsou způsobilí pro zkoumání, musí cvičit meditaci „Já jsem Brahman“, „Já jsem Šiva“ a tímto způsobem setrvalvat jakožto Brahma nebo Šiva. To nakonec vyústí v reziduální uvědomování si Brahman nebo Šivy jakožto jsoucnosti. Žák si pak uvědomí, že toto je čisté bytí, Já.

Tomu, kdo se věnuje zkoumání, kdo začíná s ulpíváním pozornosti na sobě a dotazuje se sebe sama, „Kdo jsem já?“, se stane Já jasným.

Mentální představa sebe sama jakožto svrchované reality zářící jako bytí - vědomí - blaho, je meditací. Upevnění mysli na Já, které způsobí, že je sémě klamu zničeno, je dotazování.

Ten kdo medituje o Já v jakémkoli bhava (mentální obraz), dosahuje ho pouze v této podobě. Ti pokojní, kteří zůstávají tiší bez jakéhokoli bhava, dosahují vznešeného a nepodmíněného stavu kaivalja, beztvareho stavu Já. [5]

*Ot.: Meditace je přímější než zkoumání, neboť meditace setrvává na pravdě, zatímco zkoumání odděluje pravdu od nepravdy.*

Pro začátečníka je meditace na tvar snadnější a vhodná. Její praktikování vede k sebedotazování, které spočívá v oddělování skutečného od neskutečného.

K čemu je setrvávání na pravdě, jste-li naplněn antagonistickými faktory? Sebedotazování vede přímo k meditaci tím, že odstraňuje překážky, které vás nutí domnívat se, že Já ještě není realizováno. [6]

Meditace se liší podle stupně pokročilosti hledajícího. Je-li člověk připraven, může se soustředit na toho, kdo myslí a ten pak automaticky klesne do svého zdroje, čistého vědomí.

Nemůže-li se žák přímo soustředit na myslícího, musí meditovat o Bohu; při správném provádění se stane natolik čistým, aby se mohl soustředit na toho, kdo myslí a vnořit se do absolutního bytí [7].

Meditace je možná, jen je-li zachováno ego. V tom případě existuje ego a předmět, o kterém se medituje. Tato metoda je tedy nepřímá, protože Já je jen jedno jediné. Hledáním ega, tj. jeho zdroje, ego mizí. To, co zůstává, je Já. To je metoda přímá. [8]

*Ot.: Neexistuje žádná cesta do nitra prostřednictvím meditace?*

Odp.: Kde jinde teď jsme? Jsme v samotném svém bytí.

*Ot.: Je-li to tak, nevíme o tom.*

Odp.: Co nevíme a komu tato nevědomost patří? Nevíme-li o Já, existují snad „já“ dvě?

*Ot.: Neexistují dvě „já“. Pocit omezení nelze popřít. Vzhledem k omezením....*

Odp.: Omezení je jen v mysli. Cítíte je v hlubokém spánku? Když spíte, existujete - svou existenci v té době nepopíráte. Totéž Já je zde a nyní i ve stavu bdělém. Říkáte nyní, že existují omezení. Co se děje v bdění je to, že nyní existují rozdíly mezi oběma stavy. Tyto rozdíly jsou způsobeny myslí. Ve spánku mysl neexistovala, zatímco nyní je v činnosti. Já existuje i za nepřítomnosti mysli.

*Ot.: Ačkoli to chápu, nerealizoval jsem to.*

Odp.: Pomocí meditace to v budoucnosti uskutečníte.

*Ot.: Meditace je záležitostí mysli. Jak může mysl sama sebe zahubit, aby bylo odhaleno Já?*

Meditace je prodlévání na jediné myšlence. Tato jediná myšlenka vylučuje všechny myšlenky ostatní. Rozptýlenost mysli je známkou její slabosti. Mysl získává trvalou meditací na síle, což znamená, že slabost nestálé mysli ustupuje trvalému pozadí, jež je bez myšlenek. Tento prostor bez myšlenek je Já. Mysl ve své čistotě je Já.

*Ot.: Co je to dhjána (meditace)?*

Odp.: Je to trvání jakožto vlastní Já bez jakékoli úchylky od vlastní podstaty a bez pocitu, že člověk medituje.

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi dhjánou a samádhi?*

Odp.: Dhjána se dosahuje prostřednictvím záměrného mentálního úsilí. V samádhi takové úsilí neexistuje.

*Ot.: Jaké faktory je třeba mít v dhjáně na zřeteli?*

Odp.: Pro toho, kdo je upevněn ve svém Já (atmaništa) je důležité snažit se, aby se ani v nejmenším neodchýlil od této absorpce. Kdyby se od své skutečné podstaty odchýlil, mohl by spatřovat jasné záblesky nebo slyšet neobvyklé



zvuky či považovat za skutečné vize bohů, objevujících se v jeho nitru či zevně. Neměl by se jimi dát klamat a zapomínat na sebe sama. [10]

*Ot.: Jak takovou meditaci praktikovat?*

Odp.: Meditace je, popravdě řečeno, átmaništa (stav upevnění jakožto Já). Když však myslí probíhají myšlenky a člověk vyvíjí snahu, aby je odstranil, nazývá se toto úsilí obvykle meditací. Átmaništa je vaše skutečná přirozenost. Buďte tím, čím jste. To je cíl.

*Ot.: Myšlenky se však vynořují. Má naše úsilí směřovat jen k jejich eliminaci?*

Odp.: Ano. Meditace zaměřená na jedinou myšlenku způsobuje, že jsou ostatní myšlenky odstraněny. Meditace je ve svém účinku pouze negativní v tom smyslu, že všechny ostatní myšlenky odstraňuje.

*Ot.: Je řečeno, „Átma samstham manah krtva“ (upevnění myslí na Já). Avšak Já je nepředstavitelné.*

Odp.: Proč si vůbec přejete meditoval? Říká se vám átma samstham manah krtva proto, že to chcete provádět. Proč nezůstanete jaký jste bez meditace? Co to je, ono manah (mysl)? Jsou-li eliminovány všechny myšlenky, stává se mysl **átma samstha** (upevněnou v Já).

*Ot.: Je-li dán tvar, jsem schopen o něm meditoval a všechny ostatní myšlenky zmizí. Já je však beztvaré.*

Odp.: Meditace na tvar nebo na konkrétní předměty bývá nazývána dhjána, zatímco dotazování se na Já je vičára (sebedotazování) nebo **nididjáana** (nepřerušované uvědomování si bytí). [11]

*Ot.: V dhjání je víc potěšení než v radostech smyslových. A přece se mysl obrací za smyslovými potěšeními a radost z dhjány nehledá. Proč je to tak?*

Odp.: Potěšení nebo bolest jsou pouze aspekty myslí. Naši základní podstatou je štěstí. My jsme však na Já zapoměli a představujeme si, že Já je tělo nebo mysl.

Toto chybné ztotožnění je příčinou vzniku utrpení. Co dělat? Tato mentální tendence je velmi stará a trvala nespočetnou řadu minulých zrodů. Tím způsobem zesílila. Musí zmizet dřív než se prosadí základní přirozenost, to jest štěstí. [12]

*Ot.: Jak se dhjána cvičí - s otevřenými nebo zavřenými očima?*

Odp.: Lze to dělat oběma způsoby. Důležité však je, aby byla mysl obrácena dovnitř a zůstala ve svém hledání aktivní. Někdy se stává, že při zavřených očích vystupují s velkou silou latentní myšlenky. Při otevřených očích může být zase obtížné stočit mysl dovnitř. Je k tomu třeba síly myslí. Když mysl vnímá předměty, je poskvrněna. Jinak je čistá. Nejdůležitější je udržet během dhjány mysl aktivní při jejím hledání, nempouštět do ní vnější dojmy a nemyslet na nic jiného. [13]

*Ot.: Bhagaváne, kdykoli medituji, cítím velké horko v hlavě a když vytrvám, hoří mi celé tělo. Co s tím lze dělat?*

Odp.: Provádíte-li meditaci mozkiem, objevují se pocity horka a také bolest hlavy. Koncentraci je třeba provádět v Srdci, jež je chladné a osvěžující. Rela-

xujte a vaše meditace bude snadná. Udržujte svou mysl stálou jemným odmítáním všech rušivých myšlenek, ale provádějte to bez napětí. Brzy se vám to podaří. [14]

*Ot.: Jak se uchráním před usínáním během meditace?*

Odp.: Snažte-li se předejít spánku, bude to znamenat myšlení v meditaci, kterému se musíte vyhnout. Jestliže však během meditace upadnete do spánku, bude meditace pokračovat i během něj a po něm. Avšak, když už o tom mluvíme, spánku je třeba se zbavit, protože konečný přirozený stav musí být dosažen vědomě v **džagrat** (bdělý stav) bez rušivých myšlenek. Bdění a spaní jsou pouhé obrazy na plátně přirozenosti, totiž stavu bez myšlenek. Nechte je míjet bez povšimnutí. [15]

*Ot.: O čem se má meditoval?*

Odp.: O čemkoli, čemu dáváte přednost.

*Ot.: Šiva, Višnu a gajatri jsou prý stejně účinní. O kterém bych měl meditoval?*

Odp.: O kterémkoli, kterému dáváte přednost. Držte se však jediného.

*Ot.: Jak mám meditoval?*

Odp.: Soustředte se na toho, kterého máte nejraději. Jakmile převáží jediná myšlenka, jsou všechny ostatní odsunuty a nakonec vymazány. Pokud převažuje různost, existují špatné myšlenky. Když převáží objekt lásky, opouští pole jen myšlenky dobré. Držte se proto jen jedné myšlenky. Dhjána je hlavním cvičením.

Dhjána znamená boj. Jakmile začínáte meditoval, shromáždí se ostatní myšlenky, sjednotí svou sílu a snaží se onu jedinou myšlenku, kterou se snažíte udržet, vymazat. Dobrá myšlenka musí opakovaným cvičením postupně získávat na síle. Jakmile zesílí, dají se ostatní myšlenky na útěk. To je královská bitva, ke které v meditaci vždy dochází.

Člověk se chce zbavit bídy. To vyžaduje klid myslí, který znamená nepřítomnost rušení, způsobovaného myšlenkami všeho druhu. Klid myslí poskytne jenom dhjána. [16]

*Ot.: Protože Bhagaván říká, že Já, ačkoli sídlí v Srdci, může působit v libovolném centru neboli čakramu, nebylo by možné dosáhnout horlivým cvičením koncentrace nebo dhjány mezi obočím toho, aby se sídlem Já stalo toto centrum?*

Odp.: Pokud upíráte svou pozornost na nějaké místo v těle, je jakákoli úvaha o sídle Já jen teoretická. Považujete se za subjekt, za vidoucího, a místo, kam upíráte svou pozornost se stává viděným předmětem. To je pouhá bhavana (mentální představa). Když naopak vidíte samotného vidoucího, ponořujete se do Já a stáváte se s ním jedno. To je Srdce.

*Ot.: Doporučuje se cvičení koncentrace mezi obočím?*

Odp.: Konečný výsledek cvičení jakéhokoli druhu dhjány je, že předmět na který žák upevňuje svou pozornost, přestane existovat jakožto odlišný a oddělený od subjektu. Subjekt a objekt se stávají jediným Já a to je Srdce.

*Ot.: Proč nás Šrí Bhagaván nevede k cvičení koncentrace na některé určité centrum nebo čakru?*



Odp.: Jóga sastra říká, že **sahasrara** (čakra umístěná v mozku) nebo mozek je sídlem **Já. Puruša Sukta** prohlašuje, že jeho sídlem je Srdce. Aby se mohl žák osvobodit od možných pochybností, říkám mu, aby sledoval nit „jáství“ nebo „já jsem-ství“ až do jeho zdroje. Především proto, že nikdo nepochybuje o tomto „já“-pocitu. Za druhé, ať je použit jakýkoli prostředek, je konečným cílem realizace zdroje „já jsem“-ství, jež je primárním údajem vaší zkušenosti.

Jestliže tedy cvičíte sebedotazování, dosáhnete Srdce, jež je **Já**. [17]

Ot.: *Cvičím hatha-jógu a také medituji „Já jsem Brahman“. Po několika chvilkách této meditace převládá prázdnota, mozek se stává horkým a objevuje se strach ze smrti. Co bych měl dělat?*

Odp.: „Já jsem Brahman“ je jen myšlenka. Kdo ji vyslovuje? Brahman sám ji neříká. K čemu tedy je ji vyslovovat? Neříká to ani skutečné **Já**. Protože **Já** vždy setrvává jakožto Brahman. Říkat to, je jen myšlenka. Čí myšlenka to je? Všechny myšlenky pocházejí z neskutečného „já“, to jest z „já“-myšlenky. Proto vytrvejte bez myšlení. Pokud existují myšlenky, bude existovat i strach.

Ot.: *Když o tom dále přemýšlím, dochází k zapomínání, mozek se stává horkým a já se bojím.*

Odp.: Ano, mysl je soustředěna v mozku a proto tam máte pocit horka. To je způsobeno „já“-myšlenkou. Když vznikne „já“-myšlenka, vzniká současně i strach ze smrti. Pokud jde o zapomínání, bude existovat tak dlouho, dokud bude existovat myšlenka. Nejprve existuje myšlenka „Já jsem Brahman“ a pak převládne zapomínání. Zapomínání a myšlenka existují jen pro „já“-myšlenku. Držte ji a ona zmizí jako přelud. Co zbude, je skutečné „**Já**“ a to je **Já**.

„Já jsem Brahman“ je koncentrační pomůcka, protože tato myšlenka nepřipouští myšlenky jiné. Když pak zůstane jen tato myšlenka samotná, podívejte se, kdo ji myslí. Zjistíte, že „já“. Odkud je tato „já“-myšlenka? Zkoumejte to a „Já“-myšlenka zmizí a zazaří samotné **Já**. Žádné další úsilí není třeba.

Když zbude jediné skutečné „**Já**“, nebude říkat „Já jsem Brahman“. Cožpak člověk stále opakuje „Já jsem člověk“? Pokud k tomu není vyzván, proč by se měl za člověka prohlašovat? Plete si snad někdo sám sebe se zvířetem, aby měl říkat, „Ne, já nejsem zvíře, já jsem člověk“? Podobně to nemají důvod činit Brahman ani „**Já**“, jež jsou jedinou existující skutečností, a proto není třeba opakovat, „Já jsem Brahman“. [18]

Ot.: *Proč by měl člověk používat autohypnózu myšlením na nemyslitelnou věc? Proč nepoužít jiné metody, jako je zírání do světla, zadržování dechu, poslušání hudby, naslouchání vnitřním zvukům, opakování posvátné slabiky **óm** nebo jiných manter?*

Odp. Zírání do světla ohlupuje mysl, způsobuje na určitou dobu ochrnutí vůle a přitom nezajišťuje žádný trvalý prospěch. Kontrola dechu přechodně ochromuje vůli, ale ani to není trvalé. Stejně je to s posloucháním zvuků,

pokud není mantra posvátná a nezajišťuje pomoc vyšší síly k pročištění a povznesení myšlenek. [19]

Ot.: *Doporučuje se nám soustředit se na bod na čele mezi obočím. Je to správné?*

Odp.: Každý si je vědom „já jsem“. Bez ohledu na toto vědomí hledá člověk Boha. K jakému užitku je soustřeďovat pozornost mezi obočím? Je pouhou pošetlostí říkat, že Bůh je mezi obočím. Cílem takové rady je napomoci koncentraci mysli. Je to jedna z nejsilnějších metod jak kontrolovat mysl a zabránit jejímu rozptylování. Je mocně zaměřena do jediného kanálu. Je to pomoc při koncentraci.

Nejlepším prostředkem realizace je dotazování, „Kdo jsem já?“ Současná potíž se týká mysli a musí být odstraněna jen myslí. [20]

Ot.: *Nesoustřeďuji se vždy do jednoho centra v těle. Někdy shledávám snadnější koncentrovat se do jednoho centra, jindy do jiného. A občas, když se koncentruji do jednoho centra, přijde myšlenka a sama o sobě se usadí v jiném. Proč se to děje?*

Odp.: Může to být způsobeno vaším minulým cvičením. Ale v každém případě je nepodstatné, na které centrum se soustřeďujete, protože skutečné Srdce je v každém z center a i mimo vaše tělo. Ať se soustřeďujete na kteroukoli část svého těla nebo na jakýkoli vnější objekt, Srdce je tam.

Ot.: *Může se člověk soustřeďovat jednou na jedno centrum a jindy na jiné nebo by se měl vytrvale soustřeďovat vždy na jediné?*

Odp.: Jak jsem právě řekl, ať se soustředíte kdekoli, nemůže to být na škodu, protože koncentrace je vždy jen prostředkem jak se zbavit myšlenek. Ať se soustředíte na kterékoli centrum nebo předmět, ten kdo se soustřeďuje je vždy **týž**. [21]

Ot.: *Někteří říkají, že člověk by měl cvičit meditaci jen na hmotné objekty. Když se člověk stále snaží zabít mysl, může to být zhoubné.*

Odp.: Pro koho je to zhoubné? Může být zhouba oddělena od **Já**?

Nedělené „**Já**, **Já**“ je nekonečný oceán. Ego, „já“-myšlenka, je na něm jen bublinou a jmenuje se **džíva**, neboli individuální duše. I bublina je vodou, neboť když praskne, smísí se s oceánem. Součástí oceánu je i tehdy, když bublinou zůstává. Z důvodu neznalosti této prosté pravdy se s velkou obratností a složitými detaily vyučují nespočetné metody různých názvů, jako například jóga, bhakti, karma, z nichž každá má opět řadu modifikací, a to všechno jen za účelem nalákání žáků a matení jejich mysli. Totéž platí pro náboženství, sekty a dogmata. K čemu jsou? Jsou pomocí a cvičením potřebným pro poznání **Já**.

O objektech vnímaných smysly se mluví jako o bezprostředním poznání (**pratjaksá**). Může být něco tak přímého jako **Já** - vždy zakoušené bez pomoci smyslů? Smyslové vjemy mohou být jen nepřímým poznáním a nikdy přímým poznáním. Přímým poznáním je jen vlastní uvědomění člověka a to je společná zkušenost člověka a všech. K poznání vlastního **Já** není třeba žádná pomoc. [22]



# KAPITOLA 11

## MANTRY A DŽAPA

Mantra je slovo nebo slovní spojení, které Guru obvykle dával žákovi jako součást zasvěcovacího ritu. Jestliže Guru nahromadil duchovní sílu v důsledku své realizace nebo meditace, je její část přenesena do mantry. Když žák toto slovo trvale opakuje, je Guruova síla vyvolána takovým způsobem, že pomáhá žákovi pokročit směrem k cíli, k Seberealizaci. Šrí Ramana platnost tohoto tvrzení uznával, ale velmi zřídka sám mantramy uděloval a nikdy je nepoužíval jako součást zasvěcovacího ceremoniálu. Na druhé straně vysoce oceňoval praxi **namadžapa** (trvalé opakování jména božského) a často ji doporučoval jako užitečnou pomoc pro ty, kdo sledují cestu odevzdanosti.

V kapitole 7 bylo řečeno, že odevzdání se Bohu nebo Já může být účinně praktikováno tím, že si žák v každé době uvědomuje, že neexistuje individuální „já“, které koná a myslí, ale jen „vyšší moc“, jež je odpovědná za všechny činnosti světa. Šrí Ramana džapu doporučoval jako účinný způsob kultivování tohoto postoje, neboť nahrazuje vědomí jedince a světa trvalým vědomím této vyšší síly.

V ranějším stádiu je opakování božského jména jen cvičením koncentrace a meditace, ale s pokračující praxí se dosahuje stádia, kdy opakování probíhá bez úsilí, automaticky a plynule. Tohoto stádia se nedosahuje jen koncentrací, ale úplným podrobením se božství, jehož jméno je opakováno: „K používání božského jména musí člověk Boha vzývat s touhou a bezvýhradným sebeodevzdáním. Jen po takovém odevzdání je jméno boha s člověkem trvale.“ [1]

Když Šrí Ramana mluvil o tomto pokročilém stádiu džapy, měly jeho myšlenky téměř mystickou dimenzi. Mluvil o identitě božského jména a Já a občas dokonce říkal, že když je Já realizováno, opakuje se jméno boží bez úsilí, trvale a samo v Srdci.

Tohoto nejzazšího stádia lze dosáhnout jen tehdy, když se praxe džapy prolne s praxí sebe-pozornosti. Potřebu tohoto přechodu ilustroval Šrí Ramana obvykle citací ze slov Namdévových, který byl Maharaštra světcem ve čtrnáctém století: „Všepromikající podstata Jména může být pochopena jen tehdy, když si člověk uvědomí své vlastní „Já“. [2] Tato citace pochází z krátké Namdévovy práce, nazvané **Filosofie Božského jména** a její plný text je uveden v jedné z odpovědí Šrí Ramany v dalším pokračování této kapitoly. Objevil ji poprvé v roce 1937 a posledních třináct let svého života měl jeden její výtisk na malé polici u svého lože. Často z ní čítal, když se ho návštěvníci ptali na podstatu a užitečnost džapy, a mnohokrát o ní mluvil s uznáním, jež dovoluje předpokládat, že plně schvaloval její obsah.

*Ot.: Mou praxí byla trvalá džapa na jméno Boha při vdechu a na jméno*

*Sai Baba při výdechu. Současně s tím jsem vždy hleděl na Babovu podobu. I v Bhagavánovi vidím Babu. Nuže, měl bych pokračovat nebo tuto metodu změnit, když mi cosi zevnitř říká, že držím-li se jména a podoby, nikdy se nad ně nedostanu? Nemohu však pochopit, co mám dělat dál, až se jména a tvaru vzdám. Osvětli mi Bhagaván tuto otázku?*

Odp.: Můžete ve své současné metodě pokračovat. Když se džapa stává souvislou, všechny ostatní myšlenky ustanou a člověk se dostává do své vlastní podstaty, kterou je džapa nebo džňána. My svou mysl stáčíme ven, směrem k věcem světa a nejsme si tudíž vědomi, že naší skutečnou přirozeností je vždy džapa. Když vědomým úsilím džapy nebo dhjány, jak to nazýváme, zabráníme své mysli v myšlení na jiné věci, pak to, co zůstane, je naše skutečná přirozenost, jež je džapa. Dokud si myslíte, že jste jméno a tvar, nemůžete jméno a tvaru uniknout ani džapou. Když si uvědomíte, že jménem ani tvarem nejste, pak obojí samo odpadne. Žádné další úsilí není třeba. Džapa nebo dhjána k tomu přirozeně a samozřejmě povedou. To, co je dnes považováno za prostředek, džapu, bude poznáno jako cíl. Jméno a Bůh nejsou od sebe odlišné. To jasně ukazuje Namdévovo učení. [3]

1) Jméno proniká celým nebem, nejnižšími oblastmi a celým vesmírem. Kdo může říci, do jakých hlubin pekel a do jakých výšin nebe se rozprostírá. Nevědomý projde 84 **lakš** [8,4 milionu] různých zrození, aniž by pochopil podstatu věcí. Namdév říká, že Jméno je nesmrtelné. Tvarů je nespočet, avšak Jméno je vším.

2) Samotné Jméno je tvarem. Mezi Jménem a Tvarem není rozdíl. Bůh se stane projeveným a přijme Jméno a Tvar. Odtud je ve Védách zavedeno Jméno. Vězte, že není mantramu nad Jméno. Ti, kdo říkají něco jiného, jsou nevědomí. Namdév říká, že jméno je **Kešava** (Bůh) samotný. To je známo jen milujícím oddaným Pána.

3) Všepromikající přirozenost Jména může být pochopena, jen když člověk pozná své vlastní „Já“. Když není poznáno vlastní jméno člověka, není možno získat všepromikající Jméno. Když člověk pozná sám sebe, nachází Jméno všude. Spatřovat Jméno jako odlišné od Jmenovaného, vytváří klam. Namdév říká, „Ptejte se Svatých“.

4) Nikdo nemůže realizovat Jméno praxí poznávání, meditace nebo sebekázně. Nejprve se odevzdejte u nohou Gurua a učte se poznávat, že samotné „Já“ je Jméno. Až najdete zdroj tohoto „Já“, vnořte svou individualitu do oné jedinství, jež je samo-existující a prostá vši duality. To, co proniká mimo **dvaita** [dualita] a **dvaitatita** (to, co je mimo dualitu) - ono Jméno - vešlo do tří světů. Jméno je samotné **Parabrahman**, kde neexistuje činnost vznikající z duality. [4]

Stejnou myšlenku lze najít i v Bibli: „Na počátku bylo Slovo a to Slovo bylo u Boha a to Slovo byl Bůh“. [5]

*Ot.: Takže skutečné jméno Boha bude nakonec odhaleno sebedotazováním?*



Odp.: Protože vy sám jste formou džapy, jaký div to bude, poznáte-li svou vlastní přirozenost dotazováním se kdo jste! Džapa, jež dříve probíhala s úsilím, pak bude pokračovat v Srdci bez únavy a bez úsilí. [6]

*Ot.: Jak dlouho mám kvůli tomu džapu provádět? Mám se přitom také soustředit na obraz Boha?*

Odp.: Džapa je důležitější než vnější forma. Musí být prováděna dokud se nestane přirozenou. Začíná úsilím a pokračuje, dokud nezačne probíhat sama od sebe. Je-li přirozená, nazývá se realizací.

Džapu je možno provádět i když je člověk zaměstnán jinou prací. To, co je, je jediná skutečnost. Může být představena tvarem, džapou, mantrou, vičárou nebo jakýmkoli jiným pokusem o dosažení reality. Nakonec se všechny rozpustí v oné jediné skutečnosti. Bhakti, vičára a džapa jsou jen různé formy našich snah uniknout z neskutečnosti. Neskutečnost je v současnosti utkvělá myšlenka, ale naší skutečnou přirozeností je skutečnost. Nesprávně trváme v neskutečnosti, to jest v připoutanosti k myšlenkám a světským činnostem. Jejich zastavení odhalí pravdu. Naše snahy směřují k tomu, aby byly drženy stranou, ale to se provádí pouze myšlením na skutečnost. Ačkoli je to naše skutečná podstata, vypadá to, jako bychom na ni mysleli, jen když provádíme tato cvičení. Co skutečně děláme, znamená totéž co odstraňování překážek, stojících v cestě odhalení našeho skutečného bytí.

*Ot.: Je jisto, že naše pokusy budou úspěšné?*

Odp.: Realizace je naší přirozeností. Není to nic nového, co by se mělo získat. Co je nové, nemůže být věčné. Proto není třeba uvažovat o tom, zda člověk může získat nebo ztratit **Já**. [7]

*Ot.: Je dobré provádět džapu, když víme, že dotazování na **Já** je ta pravá věc?*

Odp.: Všechny metody jsou dobré, protože nakonec povedou ke zkoumání. Džapa je naší skutečnou přirozeností. Když realizujeme **Já**, pokračuje džapa bez úsilí dál. Co je v jednom stádiu prostředkem stává se v jiném cílem. Když džapa pokračuje bez úsilí, je to realizace. [8]

*Ot.: Nejsem zběhlý v písmech a shledávám, že metoda sebedotazování je pro mne příliš těžká. Jsem žena se sedmi dětmi a mnoha starostmi o domácnost a tak mám jen málo času pro meditaci. Žádám, aby mi Bhagaván dal nějakou jednodušší a snazší metodu.*

Odp.: K poznání **Já** není třeba znalosti písem, tak jako žádný člověk nepotřebuje zrcadlo, aby sám sebe spatřil. Všechny znalosti jsou třeba jen k tomu, aby byly nakonec odloženy jakožto ne-**Já**. Ani domácí práce ani péče o děti nemusí být nutně překážkou. Nemůžete-li dělat nic víc, stále si sama pro sebe mentálně říkejte, „**Já, Já**“, tak jak se to doporučuje v „Kdo jsem já?“... jestliže člověk bez přestání myslí „**Já, Já**“, povede to k onomu stavu (**Já**). Opakujte to stále, ať děláte jakoukoli práci, ať sedíte, stojíte nebo chodíte. „**Já**“ je jméno Boha. Je to první a největší ze všech manter. Druhé takové je jen **óm**. [9]

*Ot.: Co je lepší dělat pro kontrolu mysli, provádět džapu **adžapa** (nevysloveného) **mantram**u nebo **ómkar** (zvuk „óm“)?*

Odp.: Co si představujete, že je nevyslovené a neúmyslné džapa (adžapa)? Bude to adžapa, když budete ústy opakovat „**soham, soham**“ („já jsem on, já jsem on“)? Adžapa ve skutečnosti znamená znát džapu, která probíhá neúmyslně, aniž by byla vyslovena ústy. Aniž by znali tento pravý význam džapy, myslí si lidé, že to znamená tisíckrát ústy opakovat slovo „soham, soham“ a počítat je na prstech nebo na šňůrách růžence.

Před započítáním džapy je předepsána kontrola dechu. To znamená provádět nejprve **pránajámu** (kontrolu dechu) a teprve potom začít opakovat mantram. Pránajáma především znamená zavřít ústa, že ano? Jestliže je zastavením dechu pět prvků v těle svázáno a kontrolováno, je to, co zůstane, skutečné **Já**. Toto **Já** bude samo od sebe vždy opakovat „**aham, aham**“ („**Já, Já**“). To je adžapa. Když toto víte, jak byste mohl považovat za adžapu to, co se vyslovuje ústy? Vize skutečného **Já**, které samočinně, samo od sebe a v nikdy nekončícím proudu, který se podobá nepřetržitému vytékání oleje, je adžapa, gajatri a všechno.

Kdybyste věděl, kdo je ten, jenž provádí džapa, věděl byste, co je džapa. Budete-li hledat a snažit se zjistit kdo je ten, jenž provádí džapu, pak se samotná džapa stane **Já**.

*Ot.: Provádění džapy ústy tedy není vůbec k žádnému užítku?*

Odp.: Kdo říká, že tu není užitek? Taková džapa bude prostředkem pro **číta suddhi** (pročištění mysli). Protože se džapa provádí opakovaně, úsilí zraje a dříve nebo později vede na správnou cestu. Cokoli je vykonáno, ať dobře nebo špatně, není nikdy zmařeno. Jen rozdíly a zásluhy a provinění každého budou tím, o čem se bude s přihlédnutím ke stavu vývoje dotyčné osoby hovořit. [10]

*Ot.: Není mentální džapa lepší než orální?*

Odp.: Orální džapa spočívá ve zvucích. Zvuky vznikají z myšlenek, protože člověk musí před slovním vyjádřením myšlenek myslit. Myšlenky tvoří mysl. Proto je mentální džapa lepší než orální džapa.

*Ot.: Neměli bychom kontemplantovat džapu a také ji opakovat ústně?*

Odp.: Když se džapa stane mentální, kde je jaká potřeba zvuků?

Když se džapa stane mentální, stává se kontemplantací. Dhjána, kontemplace a mentální džapa jsou jedno a totéž. Když se myšlenky přestanou proměňovat a převládne jen jedna jediná myšlenka s vyloučením všech ostatních, říká se tomu kontemplace. Cílem džapy nebo dhjány je vyloučení různých myšlenek a přimknutí se k oné jediné. Pak i tato myšlenka zmizí ve svém zdroji - absolutním vědomí. **Já**, mysl, se zaměstnává džapou a pak klesá do svého vlastního zdroje.

*Ot.: O mysli se říká, že vzniká v mozku.*

Odp.: Kde je mozek? Je v těle. **Já** říkám, že samotné tělo je projekcí mysli. Mluvíte o mozku, když myslíte na tělo. Je to mysl, která vytváří tělo, mozek v něm a také zjišťuje, že je mozek jejím sídlem.



*Ot.: Šrí Bhagaván říkal, že džapa musí být sledována do svého zdroje. Není tím míněna mysl?*

Odp.: To je všechno jen dílo mysli. Džapa pomáhá mysl upevňovat na jedinou myšlenku. Všechny ostatní jsou první myšlenky podřízeny až do té doby, kdy zmizí. Když se to děje mentálně, nazývá se to dhjánu. Dhjánu je vaše skutečná přirozenost. Má však jméno dhjánu, protože se provádí s úsilím. Úsilí je třeba tak dlouho, dokud se myšlenky střídají. Protože jste spojeni s ostatními myšlenkami, nazýváte kontinuitu jediné myšlenky meditací nebo dhjánu. Stane-li se dhjánu nenásilnou, poznáte, že to je vaše skutečná přirozenost. [11]

*Ot.: Lidé dávají Bohu různá jména a říkají, že jméno je posvátné a že opakování jména přináší člověku zásluhy. Může to být pravda?*

Odp.: Proč ne? Nosíte jména, na která slyšíte. Vaše tělo však nebylo zrozeno s tím, že by na něm bylo toto jméno napsáno, ani nikomu neříká, že má takové a takové jméno. A přece jméno dostáváte a slyšíte na ně, protože jste se s tímto jménem identifikovali. Proto jméno něco naznačuje a není to pouhá fikce. Podobně účinné je Boží jméno. Opakování jména je připomínkou toho, co označuje. Odtud jeho význam. [12]

*Ot.: Když provádím džapu hodinu a déle, dostávám se do stavu podobného spánku. Při probuzení si vzpomenu, že moje džapa byla přerušena. Proto se snažím znovu.*

Odp.: „Jako spánek“, to je správné. To je přirozený stav. Protože jste nyní svázán s egem, myslíte si, že přirozený stav je něco, co přerušuje vaši práci. Musíte proto svou zkušenost opakovat, dokud si neuvědomíte, že je to váš přirozený stav. Potom shledáte, že džapa je vnější, ale ona bude stále dál automaticky pokračovat. Vaše současná pochybnost je způsobena klamným ztotožněním, totiž tím, že sám sebe ztotožňujete s myslí, která provádí džapu. Džapa znamená přilnout k jediné myšlence při vyloučení všech ostatních. To je účelem. Vede to k dhjánu, jež končí v Seberealizaci neboli džňáně.

*Ot.: Jak bych měl džapu provádět?*

Odp.: Člověk by neměl používat Boží jméno automaticky bez citu oddanosti. [13]

*Ot.: Takže mechanické opakování je bezúčelné?*

Odp.: Akutní nemoci nelze vyléčit pouhým opakováním jména léku, ale jen tím, že lék vypijete. Podobně pouta zrození a smrti neodpadnou jen mnohonásobným opakováním mahavakjas, například „já jsem Šiva“. Místo chození okolo a opakování „Já jsem svrchovaný“, buďte vy sám svrchovaný. Utrpení zrodů a smrtí neskončí tím, že budete bezpočtykrát opakovat „Jsem toto“, ale jen tím, že jako toto setrváte. [14]

*Ot.: Může mít někdo nějaký prospěch z opakování nahodile vybraných posvátných slabik (manter)?*

Odp.: Ne, člověk musí být kompetentní a do takových manter zasvěcený. Ilustruje to příběh o králi a jeho ministři. Král navštívil svého minister-

ského předsedu v jeho sídle. Tam mu bylo řečeno, že se premiér zabývá opakováním posvátných slabik. Král na něj čekal a když se sešli, ptal se, jaká mantra to byla. Ministerský předseda odpověděl, že to byla ta nejsvětější ze všech, gajatri. Král zatoužil po tom, aby ho do ní premiér zasvětil, avšak ten se vyznal, že toho není schopen. Král se jí tedy naučil od někoho jiného, a když ministra příště potkal, opakoval před ním gajatri a chtěl vědět, je-li správná. Ministr řekl, že mantra je správná, ale že pro něj není vhodné, aby ji vyslovoval. Když na něm král vymáhal vysvětlení, zavolal ministr sluhu a nařídil mu, aby se krále chopil. Rozkazu nebylo uposlechnuto. Byl opakován, ale znovu nebyl proveden. Král propadl zuřivosti a kázal téměř muž, aby se chopil ministra a jeho rozkaz byl splněn okamžitě. Ministr se usmál a řekl, že tato příhoda je vysvětlením, které král požadoval. „Jak to?“, ptal se král. Ministr odpověděl, „Rozkaz byl stejný a vykonavatel též, avšak autorita byla různá. Když jsem vydal rozkaz já, byl výsledek nulový, zatímco když jste vy poručil, mělo to okamžitý účinek. Podobné je to s mantrami. [15]

*Ot.: Učil jsem se, že mantra džapa je v praxi velice účinná.*

Odp.: Já je největší ze všech manter - pokračuje automaticky a věčně. Nejste-li si vědom této vnitřní mantry, měl byste ji vědomě brát jakožto džapu, která se provádí se snahou odstranit všechny ostatní myšlenky. Stálou pozorností vůči ní se nakonec stanete vědomým vnitřní mantry, která je stavem realizace a je nenásilná. Pevnost tohoto uvědomování vás plynuje a bez úsilí udrží v proudu i když budete sebevíc pohroužen do jiných činnostech. [16]

Opakováním manter je kontrolována mysl. Mantra se tak sjednocuje s myslí a také s pránou (energie udržující tělo).

Když se slabika mantramu sjednotí s pránou, nazývá se to dhjánu a když se dhjánu stane hlubokou a pevnou, vede k **sahadža sthitti** (přirozený stav). [17]

*Ot.: Dostal jsem mantru. Lidé mne straší tím, že mi říkají, že její opakování může mít nepředvídatelné následky. Je to pouze pranava (óm). Hledám tedy radu. Mohu ji opakovat? Mám v ni velkou víru.*

Odp.: Jistě, měla by být opakována s vírou.

*Ot.: Půjde to samo nebo mi laskavě můžete dát nějaké pokyny?*

Odp.: Cílem mantra džapy je realizovat, že v nás již stejná mantra jde i bez úsilí. Ústní džapa se stává mentální a mentální džapa se nakonec sama projeví jako věčná. Mantra je skutečná přirozenost člověka. Je to také stav realizace.

*Ot.: Lze takto dosáhnout blaha samádhi?*

Odp.: Mantra se stává mentální a nakonec odhalí sama sebe jakožto Já. To je samádhi. [18]



# KAPITOLA 12

## ŽIVOT VE SVĚTĚ

Existuje dobře zažitá hindská tradice, která vážným duchovním aspirantům předepisuje čtyři životní stádia (ášramy).

1) **Brahmačárja** (celibátní studium). Dlouhé období studia písem před sňatkem, probíhající obvykle na instituci specializované na Védické vědy.

2) **Grihastha** (sňatek a rodina). Očekává se, že po ukončení studia se aspirant ožení a bude svědomitě zastávat povinnosti, spojené se zaměstnáním a domácností, aniž by k nim byl připoután.

3) **Vanaprastha** (poustevnictví v lesích). Když byly splněny rodinné povinnosti (to obvykle znamená do doby než se děti ožení a vdají), může se aspirant odebrat na opuštěné místo, obvykle do lesů, a trvale se věnovat meditaci.

4) **Sanjása** (putující mnich). V závěrečném stádiu hledající zcela opustí svět a stane se putujícím žebravým mnichem. Protože nemá žádné materiální, společenské či finanční závazky, odstranil **sanjásin** teoreticky jakoukoli připoutanost, jež dříve brzdila jeho pokrok na cestě k Seberealizaci.

Tato starobylá struktura podporuje v Indii všeobecný názor, že je nutno vzdát se rodiny a věnovat se meditativnímu životu v askesi celibátu, má-li hledající opravdový zájem o realizaci Já. Šrí Ramana byl na tento názor mnohokrát dotazován, ale vždy jej odmítal schválit. Vždy odmítal dávat svým oddaným povolení k tomu, aby se vzdali svých světských povinností ve prospěch meditativního života a vždy trval na tom, že realizace je pro každého stejně dosažitelná bez ohledu na fyzické okolnosti. Místo toho, aby radil fyzické zřeknutí se, říkal svým oddaným, že bude duchovně užitečnější, aby plnili své normální povinnosti s vědomím, že neexistuje žádné individuální „já“, které činnosti jež koná tělo provádí nebo za ně odpovídá. Byl pevně přesvědčen, že mentální postoj má větší vliv na duchovní pokrok než fyzické okolnosti a trvale zrazoval všechny tazatele, kteří cítili, že by vliv jejich okolí, byť slabý, mohl být k duchovnímu úspěchu.

Jediné fyzické změny, které kdy požehnal, byly změny dietní. Uznával všeobecně sdílenou hindskou teorii diety, jež prohlašuje, že typ potravy, kterou člověk přijímá, ovlivňuje kvantitu a kvalitu jeho myšlenek a doporučoval mírné přijímání vegetářské stravy, jakožto nanejvýš užitečnou pomoc pro spirituální praxi.

Hindská dietní teorie, kterou Šrí Ramana schvaloval, klasifikuje různé potraviny podle mentálních stavů, které vyvolávají:

1) **Sattva** (čistota nebo harmonie). Za sattvické potraviny jsou považovány mléčné výrobky, ovoce, zelenina a obilniny. Dieta, sestavená převážně z těchto produktů, pomáhá duchovním aspirantům docílit klidné, tiché mysli.

2) **Radžas** (aktivita). Radžastická potrava zahrnuje maso, ryby a pálivou koře-

něnou potravu, jako jsou například chilli papriky, cibule a česnek. Přijímání této potravy má za následek příliš aktivní mysl.

3) **Tamas** (netečnost). Potraviny shnilé, okoralé nebo prošlé fermentačním procesem (například alkohol), jsou považovány za tamasické. Pojídání těchto potravin vede k apatii, k letargickým stavům mysli, bránícím jasnému a rozhodnému myšlení.

*Ot.: Mám v úmyslu opustit svou službu a zůstat se Šrí Bhagavánem.*

Odp.: Bhagaván je vždy s vámi, ve vás a vy sám jste Bhagaván. Abyste toto realizoval, nemusíte ani opustit svou práci, ani utíkat daleko od domova. Zřeknutí se neznámá viditelnou změnu kostýmu, zřeknutí se rodinných pout, domova apod., ale vzdání se tužeb, zálib a připoutanosti. Není třeba, abyste opustil svou práci, ale vzdejte se Bohu, jenž je nositelem břemen všech (bytostí). Ten, kdo se skutečně vzdá tužeb, splyne se světem a svou lásku rozšíří na celý vesmír.

Rozšíření lásky a náklonnosti bude pro opravdového uctíváče Boha mnohem lepší než zřeknutí se, protože ten, kdo opustí okamžité vazby, šíří pouta lásky a náklonnosti na širší svět, na svět mimo hranice kast, náboženského vyznání a rasy. Sanjásin, který viditelně odhodil svůj oděv a opustil domov, to neučinil pro nějakou averzi vůči svým bezprostředním příbuzným, ale proto, že svou lásku rozšířil na ostatní kolem něj. Když toto rozšíření přichází, člověk nepocituje, že by z domova utíkal, ale odpadne z něj, jako padá zralé ovoce ze stromu. Do té doby by bylo opuštění domova nebo zaměstnání bláznovstvím. [1]

*Ot.: Jak grihastha (hospodář) v soustavě mókša (osvobození) žije? Musí se nutně stát žebrákem, aby dosáhl osvobození?*

Odp.: Proč si myslíte, že jste grihastha? Myšlenka, že jste sanjásin (potulný mnich), vás bude pronásledovat, i když odejdete jako sanjásin. Ať žijete dál jako hospodář nebo se toho zřeknete a odejdete do lesa, vaše mysl půjde s vámi. Zdrojem myšlenky je ego. Vytváří tělo a svět a způsobuje, že se považujete za grihastha. Zřeknete-li se, ego jen nahradí myšlenkou sanjása myšlenkou grihastha a prostředí domova za les. Mentální překážky vám však zůstanou. V novém prostředí dokonce ještě vzrostou. Změnit prostředí nepomůže. Překážkou je mysl a tu je třeba překonat ať jste doma nebo v lese. Dokážete-li to v lese, proč ne doma? Proč tedy měnit prostředí? Své snahy můžete uskutečňovat i teď, ať je prostředí jakékoli.

*Ot.: Lze dosáhnout samádhi (uvědomění skutečnosti) když se člověk zabývá světskou prací?*

Odp.: Překážkou je pocit, „Já pracuji“. Ptejte se sám sebe, „Kdo pracuje?“ Vzpomeňte si, kdo jste. Pak vás práce nebude vázat, ale bude probíhat automaticky. Nesnažte se ani pracovat, ani se zřeknout; je to vaše snaha, která je vazbou. Co se má stát, to se stane. Nemáte-li pracovat, nebude práce k mání, i kdybyste se za ní honil. Jestliže jste předurčen k tomu, abyste pracoval, nebudete se moci práci vyhnout, a budete nucen se jí věnovat. Nechte to tedy vyšší síle; nemůžete se zřeknout nebo zůstat podle své volby.





Ot.: *Bgahaván včera říkal, že když se člověk zabývá hledáním Boha „uvnitř“, bude vnější práce probíhat automaticky. V životopise Šrí Čaitanji je řečeno, že během svých přednášek ke studentům hledal ve skutečnosti v nitru Krišnu, zapomínal vše, co se týkalo jeho těla a stále hovořil jen o Krišnovi. To vyvolává pochybnost v tom směru, zda může být práce bezpečně ponechána sobě samé. Neměl by člověk část své pozornosti věnovat fyzické práci?*

Odp.: Já je vším. Jste od Já oddělen? Nebo snad může práce probíhat bez Já? Já je univerzální a tak tedy budou všechny činnosti pokračovat ať se snažíte v nich angažovat nebo ne. Práce bude pokračovat sama od sebe. Proto řekl Krišna Ardžunovi, že se nemusí obtěžovat zabít Kuruovce, protože ti již byli zabiti Bohem. Nebylo na něm, aby se rozhodl pracovat a trápit se tím, ale měl by své vlastní přirozenosti dovolit, aby plnila vůli vyšší síly.

Ot.: *Práce však může utrpět tím, že se jí nebudu věnovat.*

Odp.: Věnovat se Já znamená věnovat se práci. Protože se ztotožňujete s tělem, myslíte si, že práci vykonáváte vy. Avšak tělo a jeho činnosti včetně práce nejsou od Já odděleny. Jakou roli hraje, zda se práci věnujete nebo ne? Když přecházíte z místa na místo, nesledujete své kroky a přece se nakonec octnete u cíle. Víte jak chůze probíhá, aniž byste ji sledoval. Podobně je to i s jinými druhy práce. [2]

Ot.: *Budou činnosti člověka vždy správné, má-li stále na paměti Já?*

Odp.: Měly by být. Taková osoba se však nezajímá o správnost nebo nesprávnost činností. Činnosti takového člověka patří Bohu a jsou tedy správné.

Ot.: *Jak může být má mysl tichá, když ji musím používat víc než jiní lidé? Chtěl bych odejít do ústraní a zbavit se své šéfovské práce.*

Odp.: Ne. Můžete zůstat kde jste a pokračovat v práci. Co je tím spodním proudem, který oživuje mysl a umožňuje jí všechnu tuto práci vykonávat? Je to Já. To je tedy skutečný zdroj vaší činnosti. Buďte si jej během své práce prostě vědom a nezapomínejte na ně. Kontemplujte v pozadí své mysli i během práce. Nespěchejte přitom, dopřejte si dost času. Udržujte živou vzpomínku na svou skutečnou podstatu i při práci a vyhýbejte se spěchu, který je příčinou vašeho zapomínání. Buďte rozvážený. Meditujte abyste utišil mysl a učinil ji vědomou jejího skutečného vztahu k Já, jež ji podpírá. Nepředstavujte si, že jste to vy, kdo vykonává práci. Myslete na to, že to je spodní proud který ji koná. Ztotožněte se s tímto proudem. Budete-li pracovat beze spěchu a připomínat si to, nemusí být vaše práce nebo služba na překážku. [3]

Ot.: *Nepomůže člověku v počátečních stádiích, když vyhledá samotu a vzdá se vnějších povinností svého života?*

Odp.: Zřeknutí se děje vždy v mysli a nikoli tím, že člověk odejde do lesa nebo na opuštěné místo a vzdá se svých povinností. Hlavní věcí je dohlížet na to, aby se mysl nestácela ven, ale dovnitř. Ve skutečnosti nezáleží na člověku, zda odejde tam či onam místo nebo zda se vzdá či nevzdá svých povinností. To vše se děje podle předurčení. Všechny činnosti, kterými má tělo projít, jsou stanoveny, když vchází do existence. Nezáleží na tom, zda je přijmete nebo odmítnete. Jediná svoboda, kterou máte, je obrátit mysl dovnitř a vzdát se svých činností tam.

Ot.: *Není však možné, zvláště pro začátečníka, mít něco na pomoc, něco jako plůtek kolem mladého stromku? Neříkají například naše knihy, že konat pouti k posvátným místům nebo získat sat-sanga je pomocí na cestě?*

Odp.: Kdo říká, že to nepomáhá? Jde jen o to, že takové věci nezávisí na vás, zatímco stáčení mysli ano. Mnoho lidí touží po poutích nebo sat-sanga, o kterých jste se zmínil, ale jsou všem dopřány?

Ot.: *Proč nám zbývá jen toto stáčení mysli dovnitř a žádná vnější věc?*

Odp.: Chcete-li se dostat k základům, musíte zkoumat, kdo jste a zjistit, kdo je ten, jenž má svobodu nebo předurčení. Kdo jste vy a proč jste dostal toto tělo, jež má tato omezení? [4]

Ot.: *Je pro vičáru potřebná samota?*

Odp.: Samota existuje všude. Jedinec je vždy sám. Jeho úkolem je zjistit to uvnitř a ne hledat to venku. [5]

Samota je v mysli člověka. Člověk může být v proudu světa a zachovávat klid mysli. Takový člověk je v samotě. Jiný může přebývat v lese a přece být neschopen svou mysl kontrolovat. O takovém člověku se nedá říci, že je v samotě. Samota je funkcí mysli. Člověk, připoutaný k přáním, nemůže samoty dosáhnout, ať je kdekoli, zatímco člověk odpoutaný je v samotě vždy.

Ot.: *Takže tedy člověk může být zaměstnán prací a přitom být volný od tužeb a zachovávat samotu. Je to tak?*

Odp.: Ano. Práce vykonávaná s připoutaností je poutem, zatímto práce konaná bez připoutanosti konatele neovlivňuje. Člověk, který takto pracuje, je i při práci v samotě. [6]

Ot.: *Náš každodenní život je s takovými snahami neslučitelný.*

Odp.: Proč si myslíte, že jste činný? Vezměte například váš příjezd sem. Opustil jste domov ve voze, jel jste vlakem, dorazil jste na zdejší železniční zastávku, vstoupil jste tam do vozu a ocitl jste se v ášramu. Když jste byl dotázán, říkal jste, že jste sem celou tu cestu z vašeho města jel. Není snad pravda, že jste zůstal jak jste byl a že tu celou cestu se pohybovaly dopravní prostředky? Tak, jako byly tyto pohyby zaměněny za vaše vlastní, tak jsou zaměňovány i jiné činnosti. Nejsou to vaše vlastní, činnosti ale činnosti Boha. [7]

Ot.: *Jak může být dosaženo zastavení činnosti (nivritti) a nastolení klidu mysli uprostřed domácích povinností, které mají povahu trvalé aktivity?*

Odp.: Všechny činnosti moudrého člověka existují jen v očích ostatních a ne v jeho vlastních; ačkoli může plnit ohromné úkoly, ve skutečnosti nedělá nic. Proto nestojí jeho činnosti v cestě nečinnosti a klidu mysli. Protože on zná pravdu o tom, že všechny činnosti se odehrávají v jeho pouhé přítomnosti a že on sám nedělá nic. Zůstává tedy tichým svědkem všech probíhajících činností. [8]

Ot.: *Je pro obyvatele Západu těžší stáhnout se dovnitř?*

Odp.: Ano, jsou radžastíci (mentálně příliš aktivní) a jejich energie směřuje ven. Musíme být vnitřně klidní a nezapomínat Já, potom můžeme zevně provádět činnosti. Což člověk, který na jevišti hraje ženskou roli zapomíná, že je muž? Také my musíme podobně hrát své role na jevišti života, ale nesmíme se s nimi ztotožňovat.



*Ot.: Jak má člověk odstraňovat duchovní netečnost ostatních?*

Odp.: Odstranil jste svou vlastní? Zaměřte své zkoumání na **Já**. Síla, kterou budete ze sebe vydávat, bude působit i na ostatní. [9]

*Ot.: Jak však mohu druhému pomoci s jeho problémy a potížemi?*

Odp.: K čemu jsou tyto hovory o druhém - existuje jenom jeden. Snažte se realizovat, že neexistuje žádné já, žádné on, jenom jediné **Já**, jež je vším. Věřiteli v problém druhého, věříte v něco, co je vně **Já**. Nejlépe mu pomůžete, budete-li realizovat jednotu všeho a ne svou vnější činností. [10]

*Ot.: Schvalujete sexuální zdrženlivost?*

Odp.: Skutečný **brahmačari** (ten kdo zachovává celibát), je ten, kdo přebývá v Brahman. Pak už nejsou otázky ani touhy.

*Ot.: V ášramu Šrí Aurobinda platí pro manželské dvojice striktní pravidlo, že tam mohou žít jen za podmínky, že nemají sexuální styk.*

Odp.: K čemu to je? Existuje-li styk v mysli, proč nutit lidi k abstinenci?

*Ot.: Je sňatek překážkou pro duchovní pokrok?*

Odp.: Život hospodáře překážkou není, avšak hospodář musí udělat co nejvíc pro cvičení se v sebekontrolu. Když má člověk silnou touhu po vyšším životě, bude sexuální tendence slábnout. Je-li zničena mysl, jsou zničena i všechna přání. [11]

*Ot.: Dopustil jsem se sexuálního hříchu.*

Odp.: I kdyby tomu tak bylo, nehraje to roli, pokud si potom nemyslíte, že jste hřešil. **Já** si není žádného hříchu vědomo a zřeknutí se sexu je především vnitřní záležitost, nikoli záležitost samotného těla.

*Ot.: Unáší mne pohled na řadra mladé sousedky a často jsem v pokušení dopustit se s ní cizoložství. Co bych měl dělat?*

Odp.: Vy jste vždy čistý. Jsou to vaše smysly a tělo, které vás pokoušejí a které si pletete se svým skutečným **Já**. Poznejte tedy nejprve, kdo je pokoušen a kdo pokouší. Ale i když se dopustíte cizoložství, nemyslete pak na to, protože vy sám jste vždy čistý. Vy nejste hříšník. [12]

*Ot.: Jak vykořeníme své sexuální představy?*

Odp.: Vykořeněním klamně představy, že tělo je **Já**. V **Já** žádný sex není. Buďte **Já** a pak nebudete mít žádné sexuální problémy.

*Ot.: Může sexuální touhu vyléčit půst?*

Odp.: Ano, ale jen dočasně. Skutečnou pomocí je půst mentální. Půst sám o sobě není cílem. Musí současně pokračovat duchovní rozvoj. Úplně hladovění příliš oslabuje mysl. Má-li hladovění přinést duchovní prospěch, je nutno věnovat se při něm duchovnímu hledání. [13]

*Ot.: Může člověk vlivem půstu duchovně pokročit?*

Odp.: Půst by měl být hlavně mentální (nepřítomnost myšlenek). Pouhé nepřijímání potravy není dobré, to jenom podráždí mysl. Duchovní vývoj přijde spíš regulováním stravy. Avšak bylo-li během měsíčního půstu dosaženo duchovního rozhledu, pak během asi deseti dnů po ukončení půstu (je-li správně přerušeno a následováno rozumným stravováním), se mysl stane čistou a pevnou a takovou i zůstane. [14]

V prvních dnech po mém příchodu sem, jsem měl zavřené oči a byl jsem tak hluboce ponořen do meditace, že jsem sotva věděl, zda je den nebo noc. Nejedl jsem ani nespál. Když v těle dojde k pohybu, potřebujete potravu. Máte-li potravu, musíte spát. Jestliže k pohybu nedojde, spát nepotřebujete. K zachování života je třeba jen velmi málo potravy. To bývala moje zkušenost. Kdykoli jsem občas otevřel oči, nabídl mi ten nebo onen sklenku nějaké tekuté potravy. To bylo vše, co jsem tehdy jedl. Pamatujte však na jednu věc: kromě případu, kdy je člověk absorbován ve stavu, v němž je mysl nehybná, není možné vzdát se stravy a spánku úplně. Když jsou tělo a mysl zapojeny do normálních činností života, tělo bez potravy a spánku chátrá.

Existují různé teorie o tom, kolik potravy by měl sádhak jíst a jak moc by měl spát. Někdo říká, že je zdravé jít na lože v 10 hodin večer a vstávat ve 2 hodiny ráno. To znamená, že čtyři hodiny spánku stačí. Jiní tvrdí, že čtyři hodiny spánku nestačí, že by to mělo být pět hodin. Znamená to však, že se množství potravy ani délka spánku nesmí přehánět. Chcete-li je úplně odstranit, bude k nim vaše mysl vždy směřovat. Sádhak by proto měl dělat všechno umírněně. [15]

Není na závalu jíst třikrát nebo čtyřikrát denně. Hlavně ale neříkejte, „Chci tento druh potravy a ne tento“ atd. Kromě toho přijímáte tato jídla během dvanácti hodin bdělého stavu a nejíte v průběhu dvanácti hodin spánku. Vede vás snad spánek k **mukti**? Je chybou domnívat se, že člověka vede k **mukti** pouhá nečinnost. [16]

*Ot.: Jak je to s dietou?*

Odp.: Strava ovlivňuje mysl. Pro cvičení jakéhokoli druhu jógy je vegetariánství naprosto nutné, protože činí mysl sattvičtější (čistou a harmonickou).

*Ot.: Může člověk obdržet duchovní osvícení, když jí masitou potravu?*

Odp.: Ano, ale postupně se jí vzdějte a zvykněte si na potravu sattvickou. Jakmile jste však jednou dosáhl osvícení, hraje to, co jíte, menší roli, protože při velkém ohni nezáleží na tom, jaké palivo se přikládá. [17]

*Ot.: My Evropané jsme zvyklí na určitou stravu a změna diety ovlivňuje zdraví a oslabuje mysl. Není nutno své zdraví udržovat?*

Odp.: Je to naprosto nutné. Čím slabší je tělo, tím víc sílí mysl.

*Ot.: Nepřijímáme-li naši obvyklou stravu, naše zdraví trpí a mysl ztrácí sílu.*

Odp.: Co považujete za sílu mysli?

*Ot.: Schopnost eliminovat přitažlivosti světa.*

Odp.: Kvalita potravy ovlivňuje mysl. Mysl se krmí spotřebovanou potravou.

*Ot.: Skutečně! Jak se tedy může Evropan přizpůsobit jen sattvické potravě?*

Odp.: Zvyk je jen přizpůsobení se prostředí. Co tu hraje roli, je mysl. Faktem je, že byla vycvičena, aby určitou potravu považovala za dobrou a chutnou. Výchozí suroviny musí být stejně dobré ve vegetářské i nevegetářské dietě. Mysl však touží po takové stravě, na kterou je zvyklá a kterou považuje za chutnou.

*Ot.: Existují pro realizovaného člověka nějaká omezení ve stravě?*

Odp.: Ne. On je pevný a není potravou, kterou přijímá ovlivněn.

*Ot.: Nejde při přípravě masité diety o zabíjení života?*

Odp.: **Ahimsa** (neublížování) je na předním místě v seznamu ctností jóginů.



Ot. Ale i rostliny mají život.

Odp.: I dřeva, na kterých sedíte!

Ot.: Můžeme si na vegetářskou stravu postupně zvyknout?

Odp.: Ano. Tak se to má dělat. [18]

Ot.: Nevadí kouření?

Odp.: Vadí, protože tabák je jed. Je lépe obejít se bez něj. Je dobře, že jste přestal kouřit. Tabák lidi zotročuje a nemohou se jej vzdát. Poskytuje však jen dočasnou stimulaci, na kterou se reaguje ještě větší touhou po něm. Také to není dobré pro meditační praxi.

Ot.: Doporučujete, abychom se vzdali masa a alkoholu?

Odp.: Doporučuje se vzdát se jich, protože pro začátečníky je to užitečná pomoc. Obtíže, spojené s tím, že se jich zřekneme, nevznikají proto, že jsou skutečně potřebné, ale jen proto, že jsme si na ně zvykli. [19]

Ot.: Obecně řečeno, jaká jsou pravidla chování, která by měl aspirant zachovávat?

Odp.: Střídmost v jídle, střídmost ve spánku a střídmost v mluvě. [20]

## KAPITOLA 13

### JÓGA

Ti, kdo cvičí jógu, se prováděním určitých mentálních a fyzických cvičení snaží o jednotu s **Já** (jóga je sánstrský výraz pro jednotu). Většinu těchto cvičení je možno sledovat zpět k Pataňdzaliho **Jóga Sutrám**, které byly napsány asi před 2000 lety. Pataňdzaliho systém, známý jako **rádža jóga**, obsahuje osm různých úrovní a praktik.

1) **Jama** Vedení života ve vztahu k druhým - vyhýbání se nepravdě, krádeži, ubližování druhým, smyslnosti a lakotě.

2) **Nijama** Chování vůči sobě - čistotnost, klid, sebekázeň, studium a oddanost.

3) **Ásana** Cvičení v natahování, ohýbání, vyvažování a sezení. Tato cvičení jsou dnes společně známa jako **hatha-jóga**.

4) **Pránajáma** Dechová cvičení, jejichž cílem je kontrolovat mysl.

5) **Pratjáhára** Odtahování pozornosti od těla a smyslů.

6) **Dharana** Koncentrace mysli.

7) **Dhjána** Meditace.

6

8) **Samádhi** Nepřerušovaná kontemplanace skutečnosti.

Většinu těchto cvičení lze nalézt i v jiných duchovních systémech. Jedinými výjimkami jsou hatha jóga a pránajáma a právě ony dodávají rádža józe její

odlišný charakter. Když se návštěvníci Šrí Ramany na tato cvičení ptali, obvykle kritizoval hatha jógu, kvůli její posedlosti tělem. Základní premisou jeho učení je, že duchovní problémy mohou být rozřešeny jen kontrolou mysli, a vzhledem k tomu nikdy nepodporoval praxi duchovních disciplín zaměřených především na dobrý stav těla. Vyšší mínění měl o pránajámě (kontrola dechu), o níž říkal, že je užitečnou pomocí pro ty, kdo jinak nemohou své mysl kontrolovat, ale vcelku měl tendenci považovat ji za cvičení pro začátečníky. Jeho názory na ostatní aspekty rádža jógy (jako je morálka, meditace a samádhi) byly probrány v jednotlivých kapitolách.

Kromě rádža jógy je tu ještě další populární systém, nazývaný **kundalini jóga**. Ti, kdo podle tohoto systému cvičí, se soustřeďují na psychická centra (čakry) v těle, aby generovali duchovní sílu, kterou nazývají kundalini. Cílem této praxe je donutit kundalini procházet psychickým kanálem (**sušumnu**), který vede od konce páteře do mozku. Kundalini jógíní věří, že když tato síla dosáhne sahasráry (nejvyšší čakram umístěný v mozku), bude výsledkem Seberealizace.

Šrí Ramana svým oddaným nikdy nedoporučoval cvičit kundalini jógu, protože ji považoval za potenciálně nebezpečnou a zbytečnou. Uznával existenci síly kundalini i čakramů, ale říkal, že i když kundalini dosáhne sahasráry, nebude výsledkem realizace. Pro konečnou realizaci musí jít kundalini za sahasráru, dolů jiným **nádí** (psychickým nervem), jež nazýval **amritanandí** (jmenuje se též **paranádí** či **dživanání**) a pak do srdečního centra na pravé straně prsou. Protože zastával názor, že sebedotazování pošle kundalini do Srdce automaticky, učil, že zvláštní jógová cvičení jsou zbytečná.

Já se dosahuje hledáním pramene ega a jeho vnořením do Srdce. To je přímá metoda Seberealizace. Ten, kdo ji používá, se nemusí starat o nádí, mozkové centrum (sahasráru), sušumnu, paranádí, kundalini, pránajámu ani o šest center (čakramů). [1]

Navíc má, kromě výše uvedených praktik, Hinduismus další jógu, která se jmenuje **karma jóga**. Ti, kdo používají tento systém, směřují k duchovnímu rozvoji nesobeckou službou a pomocí druhým. Ačkoli je v Bhagavad-Gítě vysoce ceněna, Bhagaván své oddané vždy zrazoval od sledování této cesty, protože předpokládá existenci „já“, které koná dobré skutky a „ostatních lidí“, kteří potřebují pomoc. Doporučoval ji jen když cítil, že někteří oddaní nejsou schopni jít cestou džňána, bhakti nebo rádža jógy.

Jestliže se aspirant kvůli svému temperamentu pro první dvě metody (džňána a bhakti) nehodí nebo je svým věkem nezpůsobitelný pro třetí metodu (jóga), musí se snažit o **karma marga** (cesta karma jógy). Jeho ušlechtlejší instinkty se stanou zřejmějšími a zažije neosobní radost. Člověk se tak také stává správně vybaveným pro tři výše uvedené cesty. [2]

Šrí Ramana zdůrazňoval, že chce-li být karma-jógín úspěšný, nesmí mít pocit, že on sám pomáhá ostatním a že musí být také nepřipoutaný a nedotčený důsledky svých činů. Ačkoli jen zřídka měl pro karma jógu víc než vlažný souhlas, připouštěl, že obě tyto podmínky budou splněny, budou-li všechny činnosti vykonávány bez představy „já jsem konající“.



*Ot.: Jóga znamená spojení. Chtěl bych vědět, co se má spojit s čím?*

Odp.: Přesně. Jóga předpokládá nejprve rozdělení a to znamená pozdější sjednocení jedné věci s druhou. Kdo však má být sjednocen a s kým? Vy jste ten, který hledá sjednocení s něčím. Pokud je toto váš názor, pak musí být ono cosi mimo vás. Vaše Já je s vámi důvěrně spojeno a vy si ho jste vždy vědom. Hleďte je a buďte jím. Pak se rozšíří do nekonečna a žádná otázka jógy tu nebude. Pro koho tu je oddělení (**vijóga**)? [3]

*Ot.: Nevím. Je tu rozdělení skutečně?*

Odp.: Zjistěte, pro koho tu vijóga je. To je jóga. Jóga je všem cestám společná. Jóga skutečně není nic jiného než zrušení myšlenky, že jste od Já nebo od skutečnosti oddělen. Všechny jógy - karma, džňána, bhakti a rádža - jsou jen různé cesty, vhodné pro rozličné povahy na rozličném stupni vývoje. Jejich cílem je vyvést lidi z dlouho pěstovaného přesvědčení, že se od Já liší. Otázka jednoty nebo jógy ve smyslu jít a spojit se s něčím, co je od nás vzdálené nebo odlišné, neexistuje, protože od Já nemůžete být oddělen nikdy. [4]

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi jógou a dotazováním?*

Odp.: Jóga se pojí s čitta-writti-niródha (eliminace myšlenek) [5], zatímco já předepisují **atmanvéšana** (hledání sebe sama). Tato druhá metoda je praktičtější. Mysl je v mdlobách nebo následkem půstu potlačena. Jakmile však příčina pomine, mysl znovu ožije a myšlenky proudí jako dříve. Jsou jen dvě cesty kontroly mysli. Buď hledat její zdroj nebo se odevzdat, aby byla smetena svrchovanou mocí. Odevzdání se je uznáním vyšší ovládající síly. Odmítá-li mysl svůj zdroj hledat, nechte ji běžet a čekejte na její návrat; pak ji stočte dovnitř. Nikdo neuspěje bez trpělivé vytrvalosti. [6]

*Ot.: Je nutno kontrolovat svůj dech?*

Odp.: Kontrola dechu je jen pomůckou pro hluboký ponor do nitra. Člověk se může ponořit také pomocí kontroly mysli. Je-li kontrolována mysl, je automaticky kontrolován i dech. Člověk se nemusí o kontrolu dechu snažit, kontrola mysli postačí. Kontrola dechu je doporučována jen těm, kdo nemohou kontrolovat přímo mysl. [7]

*Ot.: Kdy by měl člověk pránajámu provádět a proč je účinná?*

Odp.: Bez dotazování a oddanosti lze pránajámu použít jako přirozené sedativum. To je známo jakožto jóga marga (cesta jógy). Je-li ohrožen život, točí se všechen zájem kolem jediného bodu, jeho záchrany. Je-li zadržován dech, nemůže si mysl dovolit (a nedovoluje si) vrhat se na své miláčky, vnější objekty. Mysl je tedy v klidu, pokud je zadržován dech. Veškerá pozornost je obrácena k dechu nebo jeho regulaci a všechny ostatní zájmy zmizí. [8]

Zdroj dechu je týž jako zdroj mysli. Proto vede podrobení jednoho k nenásilnému podrobení druhého.

*Ot.: Uklidní mysl koncentrace na čakramy?*

Odp.: Upevněním svých myslí na psychická centra, jako například na čakram sahasráru (tisícplátkový lotos čakram) zůstávají jóginí libovolnou dobu bez uvědomování si svých těl. Pokud tento stav trvá, vypadají jakoby byli ponořeni do jakési radosti. Jakmile se však mysl, která se uklidnila, vynoří a stane se znovu

aktivní, vrátí se ke svým světským myšlenkám. Je tedy třeba mysl cvičit pomocí takových praktik jako je dhjána (meditace), kdykoli vybíhá se stane, že vybíhá ven. Pak se dosáhne stavu, v němž není ani potlačování ani vynořování. [9]

*Ot.: Je kontrola mysli vyvolaná pránajámou také dočasná?*

Odp.: Klid trvá jen tak dlouho, dokud je kontrolován dech. Je tedy přechodný. Je jasné, že pránajáma není cílem Přechází do pratjaháry (odtažení), dharany (soustředění mysli), dhjány (meditace) a samádhi. Tato stádia souvisejí s kontrolou mysli. Kontrola mysli bude snadnější pro toho, kdo předtím cvičil pránajámu. Pránajáma tedy člověka vede k vyšším stádiím. Protože tato stádia zahrnují kontrolu mysli, můžeme říci, že kontrola mysli je konečným cílem jógy.

Pokročilejší člověk bude přirozeně kontrolovat mysl přímo, aniž by ztrácel čas kontrolou dechu. [10]

*Ot.: Pránajáma má tři fáze - výdech, vdech a zádrž. Jak by měly být řízeny?*

Odp.: Jen úplné vzdání se ztotožnění s tělem je výdechem (**réčaka**); následující ponoření se do nitra prostřednictvím dotazování, „Kdo jsem já?“ je vdechem (**púraka**); jenom setrvání jakožto jediná skutečnost „Já jsem to“ je zádrž (**khumbaka**). To je skutečná pránajáma. [11]

*Ot.: Jak jsem zjistil, je v Mahájóze řečeno, že na počátku meditace může člověk sledovat svůj dech, to jest své vdechy a výdechy a že po jisté době zachování ticha mysli se člověk může ponořit do Srdce a hledat zdroj mysli. Strašně jsem si přál nějaký takový praktický pokyn. Mohu tuto metodu použít? Je správná?*

Odp.: Jde o to, nějak zabít mysl. Těm, kteří nemají dost síly na to, aby postupovali podle metody dotazování, se doporučuje, aby jako pomoc pro kontrolu mysli použili pránajámu. Tato pránajáma je dvou druhů, kontrola a regulace dechu nebo prostě pozorování dechu. [12]

*Ot.: Není při kontrole dechu nejlepším poměrem pro vdech, zadržování dechu a výdech 1:4:2?*

Odp.: Všechny tyto poměry, stanovené místo počítáním, vyslovováním manter, jsou nápomocny kontrole mysli. Toť vše. Jednou z forem pránajámy je také pozorování dechu. Vdech, zádrž a výdech jsou násilnější a v některých případech, například bez dobrého Gurua, který by žáka krok po kroku vedl, mohou žákovi ublížit. Pouhé pozorování dechu je však snadné a neobsahuje žádné riziko. [13]

*Ot.: Je manifestace kundalini šakti (síla kundalini) možná pouze u těch, kdo jdou jógovou cestou získání šakti (síly) nebo je možná i u těch, kdo sledují cestu oddanosti (bhakti) nebo lásky (prema)?*

Odp.: Kdo nemá kundalini šakti? Když je poznána pravá povaha šakti, nazývá se **akhandakara vritti** (nepřerušené vědomí) nebo **aham sphurana** (záře „Já“). Kundalini šakti je tu pro všechny lidi, ať jdou kteroukoli cestou. Je to jen rozdíl ve jménu.

*Ot.: Říká se, že šakti se manifestuje v pěti fázích, deseti fázích, sto fázích, tisíci fázích. Co je pravda: pět nebo deset nebo sto nebo tisíce?*

Odp.: Šakti má jen jednu fázi. Říká-li se, že se manifestuje v několika fázích, je to jen způsob mluvy. Šakti je jen jedna.



*Ot.: Může džňánin pomoci nejen těm, kdo sledují jeho cestu, ale i ostatním, kteří jdou cestami jinými, jako je například jóga?*

*Odp.: Nepochybně. Může lidem pomoci, ať jdou jakoukoli cestou, kterou si zvolí. Ilustruje to následující příklad. Na kopec vede mnoho cest, po kterých je možno jít. Kdybychom měli lidi žádat, aby na něj vystoupili některou určitou cestou, některým by se líbila a jiným třeba ne. Žádáme-li, aby lidé vystupovali cestou, která se jim nelíbí a žádnou jinou, nebudou toho schopni. Džňána tedy pomáhá lidem, kteří sledují každou zvolenou cestu, ať je jakákoli. Lidé, kteří jsou v polovině cesty, nemusí o výhodách a nevýhodách ostatních cest vědět, ale ten, kdo vyšplhal na vrchol a sedí zde, pozoruje jak vystupují ostatní a vidí všechny cesty. Bude proto schopen říci lidem, kteří přicházejí nahoru, aby se posunuli trochu na tu nebo onu stranu, aby se vyhnuli pádu. Cíl je pro všechny stejný. [14]*

*Ot.: Jak může vést člověk pránu neboli životní sílu do sušumna nádí (psychický nerv v páteři) tak, aby čit-džada-granthi (ztotožnění vědomí s tělem) bylo přerušeno způsobem, popsáním ve Šrí Ramana Gítě?*

*Odp.: Dotazováním se, „Kdo jsem já?“ Jógín může mít za konečný cíl probudit kundalini a poslat ji vzhůru do sušumny. Pro džňánina to cílem být nemusí. Oba však dosahují stejných výsledků, to jest vyslání životní síly do sušumny a přerušení čit-džada-granthi. Kundalini je jen jiné jméno pro átma či Já nebo šakti. Mluvíme o ní, jakoby byla uvnitř těla, protože sami sebe za tělo zaměňujeme. Ve skutečnosti však je uvnitř i vně, přičemž není odlišná od Já nebo šakti (tohoto) Já.*

*Ot.: Jak vyčeřit nádís (psychické nervy), aby mohla kundalini jít vzhůru do sušumny?*

*Odp.: Ačkoli jógín může mít pro tento účel svou metodu kontroly dechu, metodou džňánina je jen dotazování. Když je vlivem této metody mysl ponořena do Já, šakti nebo kundalini, jež není od Já oddělená, stoupá automaticky. [15]*

Jógíni přičítají největší důležitost vyslání kundalini nahoru do sahasráry, mozkového centra neboli tisícplátkového lotosu. Poukazují na tvrzení písma, že životní proud vstupuje do těla skrze fontanelu a dokazují, že když vijóga přišla touto cestou, musí být jóga (sjednocení) skutečně cestou opačnou. Proto říkají, že musíme cvičením shromažďovat prány a vstoupit do fontanely, abychom jógu dovršili. Džňáninové na druhé straně poukazují na to, že jógíni uznávají existenci těla a jeho oddělenost od Já. Jógín může pro znovu sjednocení doporučovat praxi jógy pouze za předpokladu, že zastává takovéto stanovisko,

Ve skutečnosti je tělo v mysli, jejímž sídlem je mozek. To, že mozek pracuje díky světlu, vypůjčenému od jiného zdroje, připouštějí i jógíni ve své teorii fontanely. Džňánin dále tvrdí: je-li světlo vypůjčeno, musí přicházet ze svého rodového zdroje. Jděte přímo ke zdroji a nebuďte závislí na zdrojích vypůjčených. Tímto zdrojem je Srdce, Já. [16]

Já odnikud jinud nepřichází a do těla vstupuje skrze korunu hlavy. Je jaké je, stále jiskřivé, stále pevné, nehybné a neměnné. Jedinec se omezuje na proměn-

livé tělo nebo na mysl, která svou existenci odvozuje z neměnného Já. Vše, co je třeba, je vzdát se této mylné totožnosti a když je to uskutečněno, bude vždy zářící Já spatřováno jako jediná nedvojná skutečnost.

Když se člověk soustřeďuje na sahasráru, bude nepochybně následovat extáze samádhi. Avšak vásany, to jest latentní mentální tendence, zničeny nejsou. Jógín se proto musí ze samádhi probudit, protože uvolnění z pout nebylo dokonáno. Musí se snažit své vásany vymazat, aby přestaly rušit mír jeho samádhi. Tak prochází ze sahasráry dolů do Srdce skrze to, co se jmenuje džívanádí, a co je jen pokračováním sušumny. Sušumna tedy tvoří křivku. Začíná v nejnižším čakramu, stoupá páteřní oblastí k mozku, zde se ohýbá dolů a končí v Srdci. Když jógín dosáhl Srdce, stává se samádhi trvalým. Vidíme tedy, že Srdce je konečným centrem. [17]

*Ot.: O hatha-jógových praktikách se říká, že účinně zabraňují nemocem a jsou proto doporučovány jako nezbytný úvod ke džňána józe.*

*Odp.: Ať je používají ti, kteří je doporučují. Všechny nemoci budou účinně zničeny nepřetržitým sebedotazováním. [18] Budete-li setrvávat v názoru, že zdravé tělo je nezbytné pro zdravou mysl, péče o ně nikdy neskončí. [19]*

*Ot.: Není hatha-jóga potřebná pro dotazování se na Já?*

*Odp.: Díky latentním tendencím (purva samskára) najse každý metodu, která je pro něj vhodná.*

*Ot.: Mohu ve svém věku provádět hatha-jógu?*

*Odp.: Proč na to všechno myslíte? Protože si myslíte, že Já je vně vás, toužíte po něm a snažíte se o ně. Ale což přitom stále neexistujete? Proč sám sebe opouštíte a jdete za něčím vnějším?*

*Ot.: V Aparokša Anubhuti se říká, že hatha-jóga je při pátrání po Já nezbytnou pomocí.*

*Odp.: Hatha-jógíni požadují, aby bylo tělo udržováno v dobrém stavu, aby dotazování by mohlo být prováděno bez překážek. Říkají také, že je třeba prodloužit život, aby mohlo být dotazování dovedeno do úspěšného konce. Navíc tu jsou ještě i takoví, kteří se zřetelem k tomuto konci používají nějaké léky (kajakalpa). Jejich oblíbeným tvrzením je, že plátno musí být dokonalé než se začne malovat. Ano, ale co je plátno a co je malba? Podle nich je plátnem tělo a dotazování na Já je malbou. Není však tělo samo obrazem na plátně, na Já?*

*Ot.: Ale o hatha-józe se tolik mluví jako o pomoci.*

*Odp.: Ano. I cvičí ji i velcí panditové, zběhlí ve védantě. Jejich mysl by se jinak nepodrobila. Můžete tedy říci, že je užitečná pro ty, kdo jinak nedovedou mysl utišit. [20]*

*Ot.: K čemu jsou ásany (pozice či způsoby sezení)?*

*Odp.: O mnoha ásanách se zmiňují jógová písma. Sedátka jsou z tygří kůže, trávy a podobně. Pozice jsou například „lotosová“, „příjemná“ atd. Proč jen je má člověk všechny znát? Pravda je, že z Já vzniká ego, zaměňuje samo sebe za tělo, omylem pokládá svět za skutečný a pak, pokryto egoistickou pýchou, usilovně přemýšlí a hledá ásany (způsoby sezení). Taková osoba nechápe, že ona sama je středem všeho a tudíž tvoří všemu základ.*



Ásana (způsob sezení) mu má zajistit, aby seděl pevně. Kde a jak může zůstat pevný mimo svůj skutečný stav? Ten je jeho skutečnou ásanou. [21]

Jedině dosažení stálosti poznání, že základem (ásanou), na kterém spočívá celý vesmír, je pouze **Já**, jež je prostorem pravdivého poznání, osvíceným základem i pevnou a nehybnou pozicí (ásanou) pro výborné samádhi. [22]

*Ot.: V jaké ásaně je Bhagavám obvykle usazen?*

Odp.: V jaké ásaně? V ásaně Srdce. Kdekoli to je příjemné, tam je moje ásana. Jmenuje se to **sukhasana**, ásana štěstí. Ásana Srdce je míruplná a poskytuje štěstí. Ti, kdo jsou v ní usazení, žádnou jinou ásanu nepotřebují. [23]

*Ot.: Zdá se, že Gíta zdůrazňuje karma jógu, protože Ardžuna je přesvědčován, aby bojoval. Sám Šrí Krišna podal příklad svým aktivním životem, plným velkých hrdinských činů.*

Odp.: Gíta začíná tím, že říká, že nejste tělem a proto nejste **karta** (konajícím).

*Ot.: Jaký to má význam?*

Odp.: Znamená to, že člověk by měl konat, aniž by si myslel, že je konající. Konání bude pokračovat i ve stavu bez ega. Každý člověk vstoupil do projevu s určitým záměrem a tento záměr bude splněn, ať se za konajícího považuje nebo ne.

*Ot.: Co je karma jóga? Je to nepřipoutanost ke karmě (činnosti) nebo jejímu ovoci?*

Odp.: Karma jóga je ta jóga, při které si člověk nečiní nároky na *to*, být konajícím. Všechny činnosti probíhají automaticky.

*Ot.: Není to nepřipoutanost k výsledkům konání?*

Odp.: Ta otázka vzniká jen když tu je konající. Ve všech písmech se říká, že byste se neměl za konajícího považovat.

*Ot.: Takže karma jóga je „kartritva buddhi rahita karma“ - činnost bez pocitu činění.*

Odp.: Ano, přesně tak.

*Ot.: Gíta učí, že člověk by měl od počátku do konce prožít aktivní život.*

Odp.: Ano, činnost bez konajícího. [24]

*Ot.: Jak probíhá činnost zůstává-li člověk klidný? Kde je místo pro karma jógu?*

Odp.: Snažme se nejdříve porozumět tomu, co je karma, čím je karma a kdo je konající. Jestliže to analyzujeme a dotazujeme se na pravdu o nich, musíme jakožto **Já**, zůstat v míru. Nicméně činnosti budou pokračovat i v tomto stavu.

*Ot.: Jak ty činnosti pokračují, jestliže já nekonám?*

Odp.: Kdo klade tuto otázku? Je to **Já** nebo něco jiného? Zajímá se **Já** o činnosti?

*Ot.: Ne, Já ne. Je to něco jiného, co se od Já liší.*

Odp.: Pak je jasné, že **Já** se o činnosti nezajímá a tato otázka tedy nevzniká. [25]

*Ot.: Chci dělat karma jógu. Jak mohu pomoci ostatním?*

Odp.: Kdo je tu, aby pomohl vám? Kdo je ten „já“, který chce pomáhat jiným? Napřed si vyjasněte tento bod a pak se všechno vyřeší samo. [26]

*Ot.: To znamená realizovat Já. Pomůže má realizace jiným?*

Odp.: Ano a je to ta nejlepší pomoc, kterou vůbec můžete ostatním poskytnout. Ve skutečnosti tu však žádní ostatní, kterým by se mělo pomáhat, nejsou. Neboť realizované bytí vidí pouze **Já**, tak jako zlatník vidí jen zlato, když je oceňuje v různých zlatých špercích. Jestliže se ztotožňujete s tělem, existuje jméno a tvar. Jestliže však vědomí těla překročíte, zmizí i ostatní. Realizovaný člověk nevidí svět jako od sebe odlišný.

*Ot.: Nebylo by lepší, kdyby se světci stýkali s ostatními lidmi, aby jim pomohli?*

Odp.: Není tady nikdo, kdo by se měl stýkat. Jedinou skutečností je **Já**. [27]

Mudrc pomáhá světu jen tím, že je skutečným **Já**. Nejlepší způsob jak sloužit světu, je dosáhnout stavu bez ega. Snažíte-li se pomáhat světu a myslíte si přitom, že to dosažením stavu bez ega nemůžete dělat, odevzdejte všechny problémy světa včetně problémů svých Bohu. [28]

*Ot.: Neměl bych se snažit trpícímu světu pomáhat?*

Odp.: Síla, která vytvořila vás, vytvořila i svět. Jestliže může pečovat o vás, může o svět pečovat také. Jestliže Bůh stvořil svět, je na něm, aby se o něj staral a ne na vás. [29]

*Ot.: Je touha po swaraj (politická nezávislost) správná?*

Odp.: Taková touha nepochybně začíná zájmem o sebe. Praktická práce pro nějaký cíl postupně rozšiřuje rozhled, takže jedinec splyne se svou zemí. Takové splynutí individuality je žádoucí a karma, jež s tím souvisí je **nikáma** (nesobecká).

*Ot.: Když se po dlouhých bojích a strašných obětech swaraj dosáhne, není člověk oprávněn mít radost z výsledku a být na něj hrdý?*

Odp.: Takový člověk se musel během své práce podrobit vyšší síle, jejíž moc musí mít na mysli a nikdy ji neztratit ze své pozornosti. Jak potom může být hrdý? Nikdy by se neměl o výsledek svých činností starat. Jen pak se karma stává nesobeckou. [30]



# ČÁST PÁTÁ: Zkušenost

Stupně skutečnosti neexistují. Pro jednotlivce existují stupně zkušenosti, ale však skutečnosti. Ať jsou zkušenosti jakékoli, ten, kdo je zažívá, je vždy tž. [1]

Já je nepochybně v dosahu přímé zkušenosti každého, ale ne tak, jak si člověk představuje, že to je. Je to jen tak, jak to je. [2]

## KAPITOLA 14

### SAMÁDHI

Slovo samádhi je ve východní duchovní literatuře značně rozšířeno a označuje pokročilý stav meditace, ve kterém existuje vědomá zkušenost Já nebo intenzivní nerušená absorpce v objektu meditace. Bylo popsáno mnoho stupňů a dělení samádhi podle různých škol a náboženství, z nichž každé směřuje k vytvoření vlastních odlišných kategorií a terminologie.

Klasifikace, kterou obvykle používal Šrí Ramana, rozděluje různá samádhi do těchto tří skupin:

1) **Sahadža nirvikalpa samádhi.** To je stav džňánina, který konečným a nezrušitelným způsobem eliminoval své ego. Sahadža tu znamená „přirozené“ a nirvikalpa „bez rozdílů“. Džňánin je v tomto stavu schopen přirozeně fungovat ve světě, tak jako každý jiný. Protože ví, že je Já, nevidí sahadža džňánin žádný rozdíl mezi sebou a ostatními ani rozdíl mezi sebou a světem. Pro takového člověka je všechno manifestací nedělitelného Já.

2) **Kévala nirvikalpa samádhi.** Toto je stádium předcházející Seberealizaci. Je to stav, ve kterém dočasně a bez úsilí existuje uvědomování Já, ale ego nebylo zcela eliminováno. Tento stav je charakterizován absencí vědomí těla. Ačkoli má člověk v tomto stavu dočasné vědomí Já, není schopen vnímat smyslové informace ani fungovat ve světě. Když se vrátí vědomí těla, ego se znovu objeví.

3) **Savikalpa samádhi.** Uvědomování si Já je v tomto stavu dosahováno trvalým úsilím. Kontinuita samádhi zcela závisí na úsilí, vynaloženém na jeho udržení. Když pozornost k Já zakolísá, je vědomí Já zakaleno.

Následující krátké definice, formulované Šrí Ramanou, by měly k orientaci člověka neobeznalého v terminologické džungli samádhi postačit:

1) Setrvávání ve skutečnosti je samádhi.  
2) Setrvávání ve skutečnosti s úsilím je **savikalpa samádhi**.  
3) Splynutí se skutečností a přebývání ve stavu bez vědomí světa je **nirvikalpa samádhi**.

4) Ponoření se do nevědomosti a přebývání ve stavu bez vědomí světa je spánek.

5) Setrvávání v počátečním, čistém, přirozeném stavu bez úsilí je **sahadža nirvikalpa samádhi**. [1]

*Ot.: Co je samádhi?*

Odp.: Jen stav, ve kterém se dosahuje nepřerušované zkušenosti tiché mysli je samádhi. Tento stav, jenž je ozdoben dosažením neomezeného svrchovaného Já, je jediný skutečností Boha. [2]

Když je mysl ve spojení s Já v temnotě, nazývá se to nidra (spánek), to jest ponoření mysli v nevědomosti. Ponoření ve vědomém či bdělém stavu se nazývá samádhi. Samádhi je trvalé upoutání v Já v bdělém stavu. Nidra nebo spánek je také spojení s Já, ale ve stavu nevědomém. V sahadža samádhi je spojení trvalé.

*Ot.: Co jsou kévala nirvikalpa samádhi a sahadža nirvikalpa samádhi?*

Odp.: Ponoření mysli do Já bez toho, že by byla zničena, je kévala nirvikalpa samádhi. Tento stav není volný od vásan a člověk tudíž nedosahuje mukti. Jen tehdy, byly-li vásany zničeny, může člověk dosáhnout osvobození.

*Ot.: Kdy může člověk cvičit sahadža samádhi?*

Odp.: Už od počátku. I když člověk cvičí kévala nirvikalpa samádhi po celá léta, pokud nevykořenil vásany, nedosáhne osvobození. [3]

*Ot.: Může mi být vyjasněn rozdíl mezi savikalpa a nirvikalpa?*

Odp.: Udržování se ve svrchovaném stavu je samádhi. Když se to děje s úsilím, které je nezbytné vzhledem k mentálním rušením, je to savikalpa. Nejsou-li tato rušení přítomna, je to nirvikalpa. Stálé přetrvávání v prvopočátečním stavu bez úsilí je sahadža. [4]

*Ot.: Je nirvikalpa samádhi bezpodmínečně nutné před dosažením sahadža?*

Odp.: Trvalé přebývání v kterémkoli z těchto samádhi, ať je to savikalpa nebo nirvikalpa, je sahadža (přirozený stav). Co to je vědomí těla? Je to necitlivé tělo plus vědomí. Obojí musí spočívat v jiném vědomí, jež je absolutní a neovlivněné a které trvá, tak jak vždy je, ať už s vědomím těla nebo bez něj. Jakou pak hraje roli, zda je vědomí těla ztraceno či získáno, když člověk setrvává v tomto čistém vědomí? Úplná absence tělesného vědomí má tu výhodu, že činí samádhi intenzivnějším, ačkoli to pro poznání svrchovaného nehraje roli. [5]

*Ot.: Je samádhi totéž co turija, čtvrtý stav?*

Odp.: Samádhi, turija a nirvikalpa mají stejné důsledky; zahrnují totiž, to jest uvědomování si Já. Turija na rozdíl od ostatních tří stavů, bdění, snění a bezesného spánku doslova znamená čtvrtý stav, svrchované vědo-



mí. Čtvrtý stav je věčný a ostatní tři stavy do něj přicházejí a odcházejí. V turiya existuje uvědomění, že mysl splynula se svým zdrojem, Srdcem, že je tam tichá, ačkoli na ní ještě narážejí nějaké myšlenky a smysly jsou ještě poněkud aktivní. V nirvikakalpa jsou smysly nečinné a myšlenky zcela nepřítomné. Proto je v tomto stavu zkušenost čistého vědomí intenzivní a plná blaha. Turiya je možno získat v savikalpa samádhi. [6]

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi blahem, jež zažíváme ve spánku a blahem turiya?*

Odp.: Různá blaha neexistují. Je jen jedno blaho, jež zahrnuje blaho, zažívané v bdělém stavu, blaho bytostí všeho druhu, od nejnižšího zvířete k nejvyššímu Brahma. Toto blaho je blaho **Já**. Toto blaho, nevědomky zažívané ve spánku, je vědomě zažívané jako turiya, to je jediný rozdíl. Blaho zažívané v bdělém stavu je z druhé ruky, je to doplněk skutečného blaha (**upadhi ananda**) [7]

*Ot.: Je samádhi, osmé stádium rádža-jógy totéž, jako samádhi o němž vy hovoříte?*

Odp.: V jógové terminologii odpovídá samádhi nějakému druhu tranzu a existují tu různé druhy samádhi. Ale samádhi, o kterém mluvím já, je odlišné. Je to sahadža samádhi. Odtud máte **samádhana** (stálost) a zůstáváte klidný a rozvážený i když jste aktivní. Uvědomujete si, že jste ovládnán hlubším, skutečným **Já** uvnitř. Nemáte trápení, obavy, starosti, neboť jste došel k vědomí, že neexistuje nic, co by vám patřilo. Víte, že vše koná cosi, s čím jste ve vědomém spojení.

*Ot.: Je-li toto sahadža samádhi nejjádoucnějším stavem, je vůbec nirvikalpa samádhi zapotřebí?*

Odp.: Nirvikalpa samádhi rádža jógy může mít své použití. Ale v džhána józe je toto **sahadža sthiti** (přirozený stav) nebo **sahadža ništha** (přebývání v přirozeném stavu) samo o sobě stavem nirvikalpa. V tomto přirozeném stavu je mysl volná od pochybností. Nepotřebuje přeskakovat mezi alternativami možností a pravděpodobností. Nevidí žádné **vikalpas** (rozdíly). Je si jista pravdou, protože cítí přítomnost skutečného. I když je aktivní, ví, že je aktivní ve skutečnosti, v **Já**, ve svrchovaném bytí. [8]

*Ot.: Jaký je rozdíl mezi hlubokým spánkem, lája (stav podobný tranzu, ve kterém je mysl dočasně odložena) a samádhi?*

Odp.: V hlubokém spánku je mysl ponořena, ale není zničena. To, co se ponoří, se vždy znovu objeví. Může se to stát také v meditaci. Avšak mysl, jež je zničena, se znovu neobjevit nemůže. Cílem jógína musí být ji zničit a ne ponořit do lája. V míru meditace někdy lája přichází, ale to nestačí. Musí být doplněna ostatními cvičeními, vedoucími ke zničení mysli. Někteří lidé vstoupili do jógického samádhi s nepatrnou myšlenkou a po dlouhém čase se probudili v zajetí téže myšlenky. Mezitím prošly světem celé generace. Takový jogín svou mysl nezničil. Skutečné zničení mysli znamená, že není rozpoznávána jako oddělená od **Já**. Mysl není ani nyní. Uvědomte si to. Jak to můžete udělat, ne-li v každodenních činnostech, jež probíhají automaticky? Vězte, že mysl, jež je podporuje není skutečná, že

je jen fantomem vycházejícím z **Já**. To je způsob jak zničit mysl. [9]

*Ot.: Může být meditující člověk v nirvikalpa samádhi ovlivněn fyzickým rušením? Můj přítel a já spolu v tomto bodě nesouhlasíme.*

Odp.: Máte pravdu oba. Jeden z vás mluví o kévala a druhý o sahadža samádhi. V obou případech je mysl ponořena do blaha **Já**. V prvním mohou fyzické pohyby meditujícího rušit, protože mysl zcela nevymřela. Je ještě živá a může být, tak jako po hlubokém spánku, v každém okamžiku znovu aktivní. Přirovnává se k okovu, který ačkoli je zcela ponořen pod vodou, může být vytažen za provaz, který je k němu stále přivázán. V sahadža mysl zcela utonula v **Já** jako okov, který byl utopen v hlubinách studně i s provazem. V sahadža nezůstává nic, co by mohlo být rušeno nebo vytaženo zpět na svět. Činnosti člověka se pak podobají činností dítěte, které ve spánku saje matčino mléko a je si sotva vědomo, že se krmí. [10]

*Ot.: Jak může člověk v takovém stavu ve světě fungovat?*

Odp.: Člověk, který si přirozeně zvyká na meditaci a zažívá její blaho, neztratí svůj stav samádhi při žádné práci, ani když se dostaví jakákoli myšlenka. To je sahadža nirvikalpa. [11] Sahadža nirvikalpa je **nasa** (úplná destrukce mysli), zatímco kévala nirvikalpa je **lája** (dočasné odložení mysli). Ti, kdo jsou ve stavu lája samádhi, budou muset čas od času přivést mysl zpět pod kontrolu. Je-li mysl zničena, tak jako tomu je v sahadža samádhi, už nikdy znovu nevyraší. Cokoli tito lidé dělají je zcela nahodilé; nikdy ze svého vysokého stavu nevyklouznou.

Ti, kteří jsou ve stavu kévala nirvikalpa samádhi, nejsou realizovaní, stále ještě hledají. Ti, kdo jsou ve stavu sahadža nirvikalpa, jsou jako světlo v závětví nebo oceán bez vln; to znamená, že v nich není žádný pohyb. Nemohou najít nic, co by bylo od nich odlišné. Těm, kdo tohoto stavu nedosahují, se zdá, že je od nich všechno odlišné. [12]

*Ot.: Je zkušenost kévala nirvikalpa samádhi stejná jako sahadža, ačkoli z ní člověk klesá do relativního světa?*

Odp.: Klesání dolů ani stoupání vzhůru neexistuje - ten, kdo jde nahoru či dolů, není skutečný. V kévala nirvikalpa stále ještě existuje mentální okov pod vodou a může být kdykoli vytažen. Sahadža je jako řeka, která se spojila s oceánem, z něhož není návratu. Proč kladete všechny tyto otázky? Cvičte tak dlouho, až získáte vlastní zkušenost. [13]

*Ot.: Jaký lze využít samádhi a podrobí se po něm myšlenky?*

Odp.: Jen samádhi může odhalit pravdu. Myšlenky vrhají přes skutečnost závoj a tak v jiných stavech než samádhi není jako taková realizována.

V samádhi existuje jen cítění, „Já jsem“ a žádné myšlenky. Zkušeností „Já jsem“ je „bytí tichým“.

*Ot.: Jak mohu zopakovat zkušenost samádhi nebo tichosti, kterou jsem obdržel ve vaší přítomnosti?*

Odp.: Vaše současná zkušenost je způsobena vlivem atmosféry, ve které se nacházíte. Můžete ji mít mimo tuto atmosféru? Zkušenost je nepraví-





delná. Dokud se nestane trvalou, je nutné cvičit. [14]

*Ot.: Je samádhi zkušeností klidu nebo míru?*

Odp.: Jen klidná jasnost, která je prosta mentálního ruchu, je samádhi, jež je pevným základem osvobození. Horlivou snahou zničit klamné mentální rozruchy zakoušejte toto samádhi jakožto míruplné vědomí, jež je vnitřním jasem. [15]

*Ot. Jaký je rozdíl mezi vnitřním a vnějším samádhi?*

Odp.: Vnější samádhi je přidržování se skutečnosti za současného uvědomování si světa bez vnitřní reakce na něj. Je tu klid oceánu bez vln. Vnitřní samádhi zahrnuje ztrátu vědomí těla.

*Ot.: Mysl do tohoto stavu neklesá ani na vteřinu.*

Odp.: Je zapotřebí silné přesvědčení, „Já jsem Já“, jež překračuje mysl a jevy.

*Ot.: Mysl však dokazuje, že je neústupnou překážkou, jež brání každému pokusu o klesnutí do Já.*

Odp.: Jakou to hraje roli, že je mysl aktivní? Děje se to jen na podkladě Já. Držte se Já i během mentálních činností. [16]

*Ot.: Četl jsem v knize od Romaina Rollanda o Ramakrišnovi, že nirvikalpa samádhi je strašná a děsivá zkušenost. Je nirvikalpa tak strašná? Podstupujeme všechny tyto únavné postupy meditace, očišťování a kázně jen abychom skončili ve stavu hrůzy? Změníme se v živoucí mrtvolu?*

Odp.: Lidé mají na nirvikalpa všechny možné názory. Proč mluvit o Romainu Rollandovi? Když ti, kdo mají k dispozici všechny Upanišady a védantickou tradici, mají na nirvikalpa fantastické názory, kdo by z takových názorů mohl obviňovat obyvatele západního světa? Někteří jóginí upadají vlivem dechových cvičení do kataleptického stavu, daleko hlubšího než bezesný spánek, v němž si nejsou ničeho, absolutně ničeho vědomí a oslavují jej jako nirvikalpa. Někteří další si myslí, že když jste se jednou ponořil do nirvikalpa, stáváte se zcela jinou bytostí. Ještě jiní považují nirvikalpa za dosažitelné jen prostřednictvím tranzu, ve kterém je vědomí světa zcela vymazáno jako v záchvatu mdloby. To všechno je dáno tím, že na věc pohlížejí intelektuálně.

Nirvikalpa je čit - nenásilné, beztvaré vědomí. Kde se tu bere hrůza a jaké je to tajemství být sám sebou? K některým lidem, jejichž mysl se staly zralými díky dlouhým cvičením v minulosti, přichází nirvikalpa náhle, jako proud, ale ostatním se dostavuje během jejich duchovní praxe, jež pomalu odstraňuje překážející myšlenky a odhaluje plátno čistého uvědomění „Já-Já“. Další cvičení učiní plátno trvale odhaleným. To je Seberealizace, mukti nebo sahadža samádhi, přirozený stav bez úsilí. [17] Pouhé nevnímání vnějších rozdílů (vikalpas) není skutečnou podstatou pevného nirvikalpa. Vězte, že opravdové nirvikalpa je jenom nevznikání rozdílů (vikalpas) v mrtvé mysli.

*Ot.: Když mysl začíná klesat do Já, objevuje se často pocit strachu.*

Odp.: Strach a chvění těla, když člověk vstupuje do samádhi, jsou způ-

sobeny slabým ego-vědomím, které ještě zbývá. Když však odumře docela, aniž by po něm byla stopa, setrvává člověk v prázdném prostoru pouhého vědomí, kde existuje jen samotné blaho a chvění ustává. [18]

*Ot.: Je samádhi blažený nebo extatický stav?*

Odp.: V samotném samádhi je jen dokonalý mír. Extáze přichází tehdy, když na konci samádhi ožívá mysl a připomíná si jeho klid. V oddanosti přichází extáze jako první. Projevuje se slzami radosti, zježením vlasů a selháním hlasu. Když ego nakonec zemře a je dosaženo sahadža, tyto extatické projevy ustanou. [19]

*Ot.: Nezáskává člověk při realizaci samádhi také siddhis (nadpřirozené síly)?*

Odp.: Aby se objevily siddhis, musí tu být ostatní, aby je rozpoznali. To znamená, že v tom, kdo je ukazuje, není žádná džňána. Siddhis tedy nestojí za myšlenku. Má se směřovat jen ke džňáně a ta má být dosažena. [20]

*Ot.: V Mandukjopanišadě se tvrdí, že pokud není zažito samádhi, osmé a poslední stádium jógy, nemůže nastat osvobození (mókša), přestože se provádí mnoho meditací a fyzické sebekázně. Je to tak?*

Odp.: Správně pochopeno, je to tak. Nezáleží na tom, zda je nazvete meditací nebo sebekázní, absorpcí nebo jakkoli jinak. To, co je stálé, plynulé jako proud oleje, je sebekázeň, meditace a absorpce. Být vlastním Já člověka je samádhi.

*Ot.: V Mandukjopanišadě se však říká, že před dosažením osvobození musí být nutně zažito samádhi.*

Odp.: A kdo říká, že to tak není? Netvrdí se to jenom v Mandukjopanišadě, ale ve všech starých knihách. Opravdové samádhi to však je, jen když poznáte své Já. K čemu to je, nějaký čas potichu sedět, jako předmět bez života. Představte si, že se vám na ruce udělal vrídek a že vám byl pod anestetiky vyoperován. Necítíte v tu dobu žádnou bolest, ale znamená to snad, že jste byl v samádhi? Tento případ je stejný. Člověk musí vědět, co samádhi je. A jak to můžete vědět, když neznáte své Já? Je-li poznáno Já, bude samádhi poznáno automaticky. [21]

Samádhi je přirozený stav člověka. Je podkladem všech tří ostatních stavů, totiž bdění, snění a spánku. Já v těchto stavech není, ale tyto stavy jsou v Já. Dosáhneme-li samádhi v bdělém stavu, potrvá i v hlubokém spánku. Rozlišování mezi vědomým a nevědomým stavem je doménou mysli, jež je stavem skutečného Já překročena. [22]

*Ot.: Člověk by se tedy měl vždy snažit dosáhnout samádhi?*

Odp.: Mudrci říkají, že jen **mouna samádhi** (samádhi ticha), stav rovnováhy prostý ega, je vrchol poznání. Do té doby než člověk dosáhne mouna-samádhi, stavu, kde je skutečností bez ega, nechť se jen snaží dosáhnout cíle zničení „já“. [23]



# KAPITOLA 15

## VIZE A PSYCHICKÉ SÍLY

Meditace často vyvolává okázalé vedlejší jevy; mohou se objevovat vize bohů a příležitostně se mohou vyvinout i nadpřirozené síly jako je jasnovidnost a telepatie. Oba tyto jevy je možno libovolně vyvolávat. Vize jsou výsledkem koncentrace na mentální obraz, zejména, je-li koncentrace prováděna s oddaností nebo existuje-li velká touha po tom, aby se vize objevily.

Také psychické síly (siddhis) mohou být dosaženy pomocí speciálních jógových cvičení. Pataňdzaliho Jóga Sutrás, klasický text o józe, uvádí několik cvičení, urychlujících rozvoj devíti siddhis, počínaje neviditelností a konče chůzí po vodě.

Šrí Ramana své oddané zrazoval od úmyslného vyhledávání vizí nebo siddhis a poukazyval na to, že jde o výtvořiny mysli, které mohou Seberealizaci spíše zabrzdit než urychlit. Když vize přicházely spontánně, připouštěl občas, že jsou známkou pokroku, ale obvykle dodával, že to jsou jen dočasné zkušenosti v mysli a že jsou „pod úrovní“ Seberealizace. [1]

Když se siddhis objevovaly spontánně, poukazyval na nebezpečí připoutávání se k nim, vysvětloval, že takové síly ego spíše posilují, než aby je eliminovaly a zdůrazňoval, že se touha po siddhis a touha po Seberealizaci navzájem vylučují.

Já je nejintimnější a věčné bytí, zatímco siddhis jsou cizí. Siddhis se získávají úsilím, zatímco Já nikoli. Síly vyhledává mysl, jež musí být udržována v ostražitosti, zatímco Já je realizováno, když je mysl zničena. Síly se projevují jen tehdy, existuje-li ego. Já je mimo ego a je realizováno jen je-li mysl eliminována. [2]

*Ot.: Kdysi jsem Bhagavánovi vyprávěl, jak jsem měl někdy v době kdy jsem konvertoval k hinduismu vizi Šivy. Podobnou zkušenost jsem zažil v Courtallamu. Tyto vize jsou chvilkové, ale jsou plně blaha. Chtěl bych vědět, jak by je bylo možno učinit trvalými a nepřerušovanými. Bez Šivy není v tom, co kolem sebe vidím, život. Činí mne tak šťastným myslet na něj. Prosím, řekněte mi, jak se pro mne může jeho vize stát trvalou.*

Odp.: Mluvíte o vizi Šivy. Vize je vždy objektem. To znamená existenci subjektu. Cena vize je stejná jako cena toho, kdo ji vidí. To jest, povaha vize je ve stejné úrovni jako povaha vidoucího. Objevování se znamená i mizení. Cokoli se objeví, musí také zmizet. Vize nemůže být věčná. Ale Šiva je věčný.

Vize předpokládá vidoucího. Vidoucí nemůže popřít existenci Já. Neexistuje ani okamžik, kdy by Já jako vědomí neexistovalo a vidoucí ani nemůže zůstat od vědomí oddělen. Vědomí je věčné bytí a jediné bytí. Vidoucí nemůže vidět sám sebe. Popírá snad svou existenci, protože nemůže sám

sebe vidět očima tak jako ve vizi? Ne. Takže pratjākṣa (přímá zkušenost) neznamená vidění, ale bytí.

Být znamená realizovat. Tedy, „Jsem, který jsem“. „Já jsem“ je Šiva. Nic dalšího bez něj nemůže být. Vše má své bytí v Šivovi a kvůli Šivovi.

Proto se dotazujte, „Kdo jsem já?“ Ponořte se hluboko dovnitř a setrvejte jako Já. To je Šiva jakožto bytí. Neočekávejte, že budete mít jeho vize opakovaně. Jaký je rozdíl mezi objekty, které vidíte a Šivou? Je obojím, subjektem i objektem. Nemůžete být bez Šivy, protože Šiva je vždy realizován zde a nyní. Myslíte-li si, že jste ho dosud nerealizovali, je to špatné. Je to překážka pro jeho realizaci. Vzdejte se i této myšlenky a realizace je zde.

*Ot.: Jak to však mám provést co nejrychleji?*

Odp.: Toto je překážka realizace. Může jedinec bez Šivy existovat? On je vámi i nyní. Otázka času neexistuje. Otázka realizace může vzniknout, když bude existovat (alespoň) okamžik bez realizace. Jak to však je, vy nemůžete bez něj být. On je již realizován, vždy byl realizován a nikdy není nerealizován. [3]

*Ot.: Rád bych dostal sakṣatkaru (přímou realizaci) Šrí Krišny. Co mám dělat, abych ji dostal?*

Odp.: Jaká je vaše představa Šrí Krišny a co míníte slovem satṣatkaru?

*Ot.: Mám na mysli Šrí Krišnu, který žil v Brindavanu a chci ho vidět tak, jak ho viděly gopis (jeho oddané ženy).*

Odp.: Vidíte, myslíte si, že to je lidská bytost nebo někdo v lidském tvaru, syn toho a toho, zatímco on sám řekl, „Já jsem v Srdci všech bytostí, jsem počátek, střed a konec všech forem života“. Musí být ve vašem nitru tak, jako je ve všech. Je vaším Já nebo Já vašeho Já. Vidíte-li tedy tuto jsoucnost (Já) nebo máte-li její satṣatkaru, budete mít satṣatkaru Krišny. Přímá realizace Já se nemůže lišit od přímé realizace Krišny. Jděte však svou vlastní cestou, odevzdejte se zcela Krišnovi a nechte na něm, aby vám udělil satṣatkaru, kterou si přejete. [4]

*Ot.: Je možno hovořit o Íšvarovi (Bohu) tak, jak to činil Šrí Ramakrišna?*

Odp.: Můžeme-li hovořit spolu, proč bychom neměli stejně hovořit k Íšvarovi?

*Ot.: Proč se to tedy nepřihází nám?*

Odp.: Vyžaduje to čistotu a sílu mysli a meditační praxi.

*Ot.: Stane se Bůh zřejmým, budou-li výše uvedené podmínky splněny?*

Odp.: Takové manifestace jsou stejně skutečné jako je vaše vlastní skutečnost. Jinými slovy, jestliže se ztotožňujete s tělem, tak jako v bdělém stavu, vidíte hmotné objekty. Jste-li v jemnohmotném těle nebo na mentální pláni, vidíte objekty stejně jemné. Bez ztotožnění v hlubokém spánku nevidíte nic. Viděné objekty dávají vznik vidoucímu. Totéž platí pro vize Boha.

Po dlouhém cvičení se postava Boha, taková o jaké jste meditovali, objevuje ve snech a později se může objevit i v bdělém stavu. [5]

*Ot.: Mnoho zdejších návštěvníků mi sdělilo, že od vás získali vize nebo*



myšlenkové proudy. Byl jsem tu celý poslední jeden a půl měsíce a neměl jsem ani nejmenší zážitek jakéhokoli druhu. Je to proto, že jsem nehoden vaší milosti?

Odp.: Vize a myšlenkové proudy jsou zažívány podle stavu mysli. Závisí to na jedincích a nikoli na univerzální přítomnosti. Jsou navíc nehmotné. To, co hraje roli, je klid mysli. [6]

Co je realizace? Znamená vidět Boha se čtyřma rukama, nesoucího lasturu, kolo a kyj? I kdyby se měl Bůh v takovémto tvaru objevit, jak bude smetena žákova nevědomost? Pravda musí být věčná realizace. Přímé vnímání je stále přítomná zkušenost. Samotný Bůh je poznán, je-li přímo vnímán. To neznamená, že se před oddaným objeví v nějaké určité formě. Pokud není realizace věčná, nemůže sloužit žádnému užitečnému účelu. Může být zjevení Boha se čtyřmi rukami věčnou realizací? Je to jevové a iluzorní. Musí existovat vidoucí. Jen vidoucí je skutečný a věčný.

Nechť se Bůh zjeví jako světlo milionů sluncí. Je pratjākṣa to (přímá zkušenost)? K spatření vize Boha je třeba očí a mysli. Je to nepřímé poznání, zatímco vidoucí je přímá zkušenost. Pouze vidoucí je pratjākṣa. [7]

Ot.: Lidé mluví o Vaikuntha, Kailasa, Indraloka, Čandraloka (Hinduistická nebe). Existují opravdu?

Odp.: Jistě. Můžete být ujištěni, že existují. Je tam také swámí jako já, sedící na lehátku a budou kolem něj rozsazeni i žáci. Budou se ho na něco ptát a on bude něco odpovídat. Vše bude víceméně jako toto. Co z toho? Uvidí-li člověk Čandraloka, bude se ptát po Indraloka a po Indraloka se bude zajímat o Vaikuntha a po Vaikuntha o Kailasa a tak dále a mysl se bude stále toulat.

Kde je šánti (mír)? Je-li požadován šánti, je jedinou správnou metodou, jak jej najít, sebedotazování. Seberealizace je možná skrze sebedotazování. Když člověk realizuje Já, může uvnitř svého Já spatřovat všechny světy. Zdrojem všeho je vlastní Já člověka a jestliže člověk Já realizuje, nenajde nic od Já odlišného. Pak nebudou tyto otázky vznikat. Vaikunta nebo Kailasa mohou a nemusí být, ale je skutečností, že vy tu jste, že ano? Jak jste zde? Kde jste? Až budete znát tyto věci, můžete myslet na všechny ty světy. [8]

Ot.: Jsou siddhis, o kterých se zmiňují Patañđžaliho sutras pravdivé nebo je to jen jeho sen?

Odp.: Ten, kdo je Brahman nebo Já, tyto siddhis neocení. Sám Patañđžali říká, že jsou všechny záležitostí mysli a že překáží Seberealizaci.

Ot.: A co pokud jde o síly tak zvaných superlidí?

Odp.: Jsou-li síly vysoké nebo nízké, ať patří mysli nebo supermysli, existují pouze ve vztahu k tomu, kdo má sílu. Zjistěte, kdo to je. [9]

Ot.: Mají být na duchovní cestě siddhis získávány nebo brání mukti (osvobození)?

Odp.: Nejvyšší siddhi je realizace Já, protože jakmile jednou realizujete pravdu, přestanete být přitahováni k cestě nevědomosti.

Ot.: K čemu tedy siddhis jsou?

Odp.: Existují dva druhy siddhis a jeden z nich může být docela dobře překážkou, o kterou lze na cestě k realizaci klopýtnout. Říká se, že síly je možno získat pomocí mantry, některých drog, jež mají okultní účinky, tvrdou sebekázní nebo prostřednictvím samádhi určitého druhu. Tyto síly však nejsou prostředkem Sebepoznání, protože i když je získáte, můžete docela dobře setrávat v nevědomosti.

Ot.: A co je ten druhý druh?

Odp.: Jsou to projevy síly a poznání, které jsou pro vás zcela přirozené, jakmile realizujete Já. Jsou to siddhis, jež jsou výsledkem normálního a přirozeného **tapas** (duchovní praxe) člověka, který dosáhl Já. Přicházejí samy od sebe, uděluje je Bůh. Přicházejí podle osudu člověka, ale ať přijdou nebo nepřijdou, džňánina, jenž je upevněn ve svrchovaném míru, neruší, protože poznal Já a to je neotřesitelná siddhi. Tyto siddhis však nepřicházejí proto, že se o ně usiluje. Jste-li ve stavu realizace, poznáte, jaké to jsou síly. [10]

Ot.: Používá mudrc k tomu, aby ostatním pomohl realizovat Já okultních sil nebo k tomu postačí pouhý fakt jeho Seberealizace?

Odp.: Síla jeho Seberealizace je daleko mocnější než používání všech ostatních sil. [11]

Ačkoli se o siddhis říká, že je jich mnoho a že jsou rozličné, že nejvyšší z těchto mnoha různých siddhis je džňána, protože ten, kdo dosáhl jiných siddhis, bude po džňáně toužit. Ti, kteří dosáhli džňány, nebudou po jiných siddhis toužit. Aspirujte tedy jen na džňánu. [12]

Ačkoli se těm, kteří je nevlastní, zdají být síly podivuhodné, jsou jen přechodné. Po tom, co je přechodné, nemá smysl toužit. Všechny tyto divy jsou obsaženy v jediném neměnném Já. [13]

Úpěnlivé vyprošování si bezcenných okultních sil (siddhis) od Boha, jenž ochotně dává sebe samého a jenž je vším, je jako žebrání o bezcennou starou kaši u štědrého lidumila, jenž dá rád vše.

Všechny okultní síly se shromáždí v Srdci, které zahoří zářivým plamenem svrchované lásky. Avšak se Srdcem, jež se zcela obětovalo u nohou Pána, nebude oddaný po žádných z těchto siddhis toužit. Vězte, že když aspiranti, namáhající se na cestě k osvobození, upnou svá srdce na okultní síly, budou jejich pouta stále silnější a jejich ega budou víc a více vystupovat.

Jedině dosažení (siddhi) Já, které je dokonalým celkem, vyzarováním osvobození, je skutečným poznáním, zatímco všechny ostatní druhy siddhis, počínaje **anima** (schopnost stát se malým jako atom), patří klamu imaginační síly bláhové mysli. [14]

Lidé vidí mnoho věcí, jež jsou daleko zázračnější než takzvané siddhis a přece se jim nediví, prostě proto, že je potkávají každý den. Když se člověk narodí, není větší než tato baňka, ale pak roste a stane se mohutným zápasníkem nebo světově proslulým umělcem, řečníkem, politikem nebo



mudrcem. Lidé na to nepohlížejí jako na zázrak, ale žasnou, když se přiměje k řeči mrtvola. [15]

*Ot.: Já sám jsem se přes dvacet let zajímal o metafyziku. Nezískal jsem však žádné nezvyklé zkušenosti, jako je podle svých prohlášení, získali ostatní. Nemám schopnost jasnovidnosti, slyšení na dálku atd. Cítím se být uzavřen v tomto těle a nic víc.*

*Odp.: To je správné. Skutečnost je jen jedna, a to Já. Všechno ostatní jsou pouhé jevy, odehrávající se v tomto Já, jevy tohoto Já, způsobené Já. Vidoucí, předměty i vidění jsou jen Já. Může kdokoli vidět nebo slyšet, když nechá Já stranou? Jaký je rozdíl v tom vidět nebo slyšet někoho z bezprostřední blízkosti nebo na velkou vzdálenost? V obou případech je zapotřebí orgánů vidění a slyšení a je k tomu nezbytná i mysl. Nic z toho nemůže být v žádném případě vynecháno. Existuje tu závislost v tom či v onom směru. Proč by tedy měl být v jasnozřivosti nebo slyšení na dálku nějaký půvab?*

A kromě toho, to, co je získáno, bude také nutně ztraceno. Nikdy to nemůže být trvalé. [16]

*Ot.: Což není dobré získat třeba takové síly, jako je telepatie?*

*Odp.: Telepatie nebo rádio umožňují člověku vidět a slyšet na dálku. Je to stále totéž, slyšení a vidění. Pro toho, kdo slyší, není rozdíl v tom, slyšeli zblízka nebo zdaleka. Základem je ten, kdo slyší, subjekt. Bez slyšícího nebo vidoucího nemůže slyšení ani vidění existovat. V obou případech jde o funkce mysli. Okultní síly jsou tedy jen v mysli. Nejsou pro Já přirozené. To, co není přirozené, ale získané, nemůže být trvalé a nestojí zato o ně stát.*

Tyto siddhis znamenají rozšířené síly. Člověk je v zajetí omezených sil a je nešťastný. Proto chce své síly rozšířit, aby mohl být šťasten. Uvažujte však, jestli to tak bude. Je-li člověk s omezeným vnímáním nešťastný, musí jeho bída s rozšířeným vnímáním úměrně vzrůst. Okultní síly nepřinesou štěstí nikomu, ale naopak učiní člověka ještě nešťastnějším.

Navíc, k čemu takové síly jsou? Rádoby okultista (siddha) touží ukázat síly, aby ho ostatní oceňovali. Hledá ocenění a pokud nepřijde, nebude šťasten. Ocenit ho musí ostatní. Může také objevit jiného vlastníka těchto sil. To vyvolá žárlivost a rozmnoží neštěstí.

Jaká je skutečná síla? Má zvyšovat prosperitu nebo přinášet mír? To, co žije v míru, je nejvyšší dokonalost (siddhi). [17]

## KAPITOLA 16

### PROBLÉMY A EXPERIMENTY

Jako vedlejší výsledek duchovní praxe je často zakoušena fyzická bolest a nepohodlí, mentální chaos, emocionální kolísání a příležitostně i mezihry blahoplňného míru. Takové projevy nemusí být tak dramatické jako ty, které byly vylíčeny v předešlých dvou kapitolách, ale jsou předmětem velkého zájmu lidí, kteří je prožívají. Obvykle jsou interpretovány buď jako mezníky nebo jako překážky na cestě k Já a podle toho, které interpretaci je dáována přednost, je vynakládáno velké úsilí ve snaze prodloužit je nebo je eliminovat.

Šrí Ramana míval tendenci snižovat význam většiny duchovních zkušeností a když mu o nich někdo vyprávěl, obvykle zdůrazňoval, že je důležitější být si vědom toho, kdo zkušenost zažívá než se jim poddávat nebo je analyzovat. Často odbíhal a vysvětloval příčiny těchto zážitků a ohodnocoval je jakožto užitečné nebo nežádoucí pro Sebe-uvědomění, ale vcelku od zájmu o ně odrazoval.

Byl vstřícnější, když oddaní žádali o jeho radu v souvislosti s problémy, s nimiž se potýkali při meditaci. Poslouchal trpělivě jejich nářky, nabízel účinná řešení jejich problémů, a když měl pocit, že je to vhodné, snažil se jim ukázat, že s hlediska Já žádné problémy neexistují.

*Ot.: Člověk má obas živé záblesky vědomí, jejichž střed je vně normálního já a které se zdají být vzezahrnující. Když se nebudeme zaměřovat na filosofické koncepce, jak mi Bhagaván poradí, abych pracoval s cílem získání, podržení a prodloužení těchto záblesků? Vyžaduje abhjasu (duchovní praxe), potřebná pro (nabytí) takové zkušenosti, přebývání v samotě?*

*Odp.: Vy říkáte „vně“: vzhledem ke komu je uvnitř nebo vně? Tyto (záblesky) existují jen potud, pokud existuje subjekt a objekt. A dále, pro koho existuje subjekt a objekt? Když to budete zkoumat, zjistíte, že se týká jen subjektu. Zjistíte kdo je tím subjektem a toto zkoumání vás přivede k čistému vědomí za subjektem.*

Říkáte „normální já“: normální já je mysl. Mysl má svá omezení. Avšak čisté vědomí je mimo omezení a lze jej dosáhnout zkoumáním „já“.

Říkáte „získání“: Já je zde vždy. Musíte jen odstranit závoj, který překáží jeho odhalení.

Říkáte „podržení“: Jakmile jste jednou realizoval Já, stává se vaší přímou a bezprostřední zkušeností. Nikdy není ztraceno.

Říkáte „prodloužit“: Rozšiřování Já neexistuje, protože je vždy takové, jaké je, bez smršťování nebo rozšiřování.

Říkáte „samota“: Přebývání v Já je samotou, protože neexistuje nic, co by bylo pro Já cizí. Odejít do osamění musí znamenat odejít z jednoho místa nebo stavu na jiné. Ani jedno ani druhé však není od Já odděleno. Protože



je všechno Já, je samota nemožná a nedosažitelná.

Vy říkáte „abhjasa“: Abhjasa je jen ochrana před rušením přirozeného míru. Vždy jste ve svém přirozeném stavu, ať abhjasu provádíte nebo ne. Být tím, čím jste bez otázek či pochybností, je váš přirozený stav. [1]

*Ot.: Jsou chvíle, kdy osoby a věci na sebe berou nejasnou, téměř průhlednou podobu jako ve snu. Člověk je přestává pozorovat zvnějšku, pasivně si je vědom jejich existence, ale přitom si není aktivně vědom žádného jáství. Současně existuje hluboký klid mysli. Je mysl v těchto chvílích připravena ponořit se do Já? Nebo je tento stav nezdravý a je výsledkem hypnotismu? Měl by být podporován jako prostředek k získání dočasného míru?*

Odp.: Spolu s klidem mysli tu je vědomí. To je přesně stav, ke kterému se má směřovat. Skutečnost, že kladete tuto otázku aniž byste si uvědomil, že to je Já, dokazuje, že tento stav není trvalý, ale nahodilý.

Slovo „ponořit“ je vhodné jen tehdy, když člověk obrátí svou mysl dovnitř, aby se vyhnul rušení vybíhajícími tendencemi mysli. V takových chvílích se má člověk ponořit pod povrch těchto vnějších jevů. Když však převládne hluboký klid, v němž vědomí není rušeno, kde je nějaká potřeba ponoření? [2]

*Ot.: Když medituji, cítím občas jisté blaho. Měl bych se při takových příležitostech sám sebe ptát, „Kdo je ten, jenž toto blaho zakouší?“*

Odp.: Je-li to, co je zakoušeno skutečným blahem Já, to jest, je-li mysl skutečně ponořena do Já, takováto pochybnost vůbec nevznikne. Sama otázka dokazuje, že skutečného blaha dosaženo nebylo.

Všechny pochybnosti skončí jen tehdy, když byl nalezen ten, který pochybuje i jeho zdroj. Není k ničemu odstraňovat pochyby jednu po druhé. Vyjasníme-li jednu pochybnost, objeví se jiná a nebude jim konce. Jestliže však hledáním zdroje toho, jenž pochybuje, zjistíme, že pochybuje ve skutečnosti neexistuje, pak všechny pochyby ustanou.

*Ot.: Někdy slyším vnitřní zvuky. Co bych měl dělat, když se něco takového stane?*

Odp.: Ať se stane cokoli, stále pátrejte po já dotazováním, „Kdo slyší tyto zvuky?“ až bude dosaženo skutečnosti. [3]

*Ot.: Někdy, když medituji, se cítím plný blaha a do očí mi vstupují slzy. Jindy se to neděje. Proč je to tak?*

Odp.: Blaho je věc, která tu je vždy - nepřichází a neodchází. To, co přichází a odchází je výtvozem mysli a neměl byste se tím zabývat.

*Ot.: Blaho vyvolává v mém těle fyzické chvění, ale když zmizí, cítím se sklíčený a toužím mít ten zážitek znovu. Proč?*

Odp.: Připouštíte, že jste existoval, když jste zakoušel blahaplný pocit i když jste jej nepocítoval. Kdybyste si náležitě uvědomil své „já“, tyto zážitky by nic neznamenaly.

*Ot.: Aby bylo toto blaho realizováno, musí existovat něco, co se dá uchopit a podržet nebo nemusí?*

Odp.: Chcete-li něco jiného uchopit a držet, musí existovat dualita, ale

to, co existuje, je jenom Já, nikoli dualita. Kdo tedy má uchopit koho? A co to je, ta věc, která má být uchopena? [4]

*Ot.: Když ve své sádhaně dosáhnu stavu bez myšlenek, prožívám jisté potěšení, ale někdy zakouším také mlhavý strach, který nedovedu dobře popsat.*

Odp.: Můžete zažívat cokoli, ale nikdy byste s tím neměl zůstat spokojený. Cítíte-li radost nebo strach, ptejte se sám sebe, kdo ten strach nebo radost cítí a tak ve své sádhaně pokračujte, dokud není obojí překročeno, dokud nepřestane dualita a nezbude jen skutečnost.

V tom, že se takové věci přiházejí nebo jsou zažívány, není nic špatného, ale nesmíte přitom nikdy zůstat. Nesmíte například nikdy zůstat spokojen s potěšením, jež poskytuje stav lája (dočasné vyhasnutí mysli), zažívaný při potlačení myšlenek, ale musíte stále vynakládat úsilí až do doby, kdy dualita skončí. [5]

*Ot.: Jak se člověk zbaví strachu?*

Odp.: Co to je strach? Je to jen myšlenka. Kdyby existovalo něco mimo Já, byl by ke strachu důvod. Kdo vidí věci odděleně od Já? Nejprve vyvstává ego a spatřuje předměty jakožto vnější. Kdyby ego nevznikalo, bude existovat samotné Já, a nic vnějšího tu nebude. Cokoli, co je vůči člověku vnější, implikuje existenci vidoucího uvnitř. Bude-li tam hledán, odpadne pochybnost i strach. Nejen strach, ale i všechny ostatní myšlenky, soustředěné kolem ega zmizí spolu s ním. [6]

*Ot.: Jak lze překonat strašlivý strach ze smrti?*

Odp.: Kdy se vás strach zmocňuje? Přichází tehdy, když nespátřujete své tělo, řekněme v bezesném spánku? Pronásleduje vás jen když jste úplně „bdělý“ a vnímáte svět včetně svého těla. Když je nevidíte a zůstáváte svým čistým Já jako v bezesném spánku, žádný strach se vás nedotkne.

Sledujete-li strach až k předmětu, jehož ztráta jej vyvolává, zjistíte, že předmětem není tělo, ale mysl, jež v něm působí. Nejedna člověk by byl jen rád, kdyby se svého nemocného těla zbavil spolu se všemi problémy a nespokojeností, jichž je příčinou, kdyby mu bylo poskytnuto trvalé uvědomování.

Je to uvědomování, vědomí a nikoli tělo, jež ztráty bojí. Lidé milují existenci, protože je věčným uvědomováním, které je jejich vlastním Já. Proč se tedy právě teď, ještě v těle, nedržet čistého uvědomování a být volný od všeho strachu? [7]

*Ot.: Když se snažím být beze všech myšlenek, upadám do spánku. Co bych s tím měl dělat?*

Odp.: Jakmile jednou usnete, nemůžete v tomto stavu dělat nic. Ale když jste vzhůru, snažte se ostraňovat všechny myšlenky. Proč přemýšlet o spánku? I to je myšlenka, že? Stačí, jste-li v bdělém stavu schopen být bez jakékoli myšlenky. Když upadnete do spánku, bude stav, ve kterém jste se nalézal před usnutím, při vašem probuzení pokračovat. Budete pokračovat tam, kde jste skončil, když jste usnul. Pokud budou existovat aktivní



myšlenky, bude existovat i spánek. Myšlenky a spánek jsou součástí téže věci.

Neměli bychom příliš mnoho spát ani nespát vůbec, ale spát jen mírně. Abychom se přílišnému spánku vyhnuli, musíme se snažit a nemít myšlenky ani **čalana** (pohyby mysli), musíme jíst jen sattvickou stravu a to jen mírně a nevěnovat se přespříliš fyzické aktivitě. Čím víc kontrolujeme myšlenky, činnost a potravu, tím budeme schopnější kontrolovat spánek. Jak to však vysvětluje Gíta, pro hledajícího na cestě by měla být pravidlem mírnost. Jak to vysvětlují knihy, je spánek první překážkou pro všechny sádhaky. Za druhou překážku bývá označována **vikšepa** či vnímání smyslových objektů světa, jež odklání žákovu pozornost. Třetím prý je **kašá-ja** neboli myšlenky v mysli, týkající se dřívějších zkušeností se smyslovými objekty. Čtvrtá, **ánanda** (blaho), se rovněž nazývá překážkou, protože v tomto stavu existuje pocit oddělenosti od zdroje ánanda, umožňující tomu, kdo blaho zažívá, říkat, „Prožívám blaho“. I toto je třeba překonat. Musí být dosaženo samádhi, konečného stádia, v němž se člověk stává ánanda, neboli sjednoceným se skutečností. V tomto stavu mizí dualita zažívajícího a zažívání v oceánu sat-čit-ánanda neboli **Já**. [8]

*Ot.: Neměl by se tedy člověk snažit stavu extáze či blaha prodlužovat?*

Odp.: Konečnou překážkou v meditaci je extáze; pociťujete blaho a štěstí a chcete v této extázi zůstat. Nepoddávejte se jí a přejděte do dalšího stádia, kterým je velký klid. Klid je více než extáze a noří se do samádhi. Úspěšné samádhi způsobuje vznik tak zvaného stavu bdělého spánku. V tomto stavu víte, že jste vždy vědomý, protože vědomí je vaší přirozeností. Skutečně, člověk je vždy v samádhi, ale neví o tom. Aby to vše věděl, musí odstranit překážky. [9]

*Ot.: Prostřednictvím poesie, hudby, džapy, bhadžanů (nábožných písní), pohledů na krásné krajiny, četby duchovních veršů atd., člověk občas zažívá skutečný pocit všepromikající jednoty. Je tento pocit hlubokého, blahoplenného ticha, v němž nemá osobní já žádný prostor, stejný jako vstoupení do Srdce o němž Bhagaván hovořil? Povede provádění těchto činností k hlubšímu samádhi a tedy nakonec k úplné vizi skutečnosti?*

Odp.: Když jsou mysli předkládány příjemné věci, existuje štěstí. Je to štěstí, jež je vlastní **Já** a jiná štěstí neexistují. Není cizí ani vzdálené. Při těch příležitostech, jež považujete za příjemné, se noříte do **Já** a tento vnor má za následek nezávislé blaho. Sdružování představ však způsobuje, že je blaho nesprávně přičítáno jiným věcem nebo událostem, zatímco ve skutečnosti je ve vašem nitru. Při těchto příležitostech se noříte do **Já**, i když nevědomky. Když to děláte vědomě s přesvědčením, pramenícím ze zkušenosti, že jste totožný se štěstím, jež je vskutku **Já**, jediná skutečnost, nazýváte to realizací. Chci, abyste se vědomě ponořil do **Já**, jež je Srdcem. [10]

*Ot.: Dělal jsem sádhanu téměř dvacet let a nevidím žádný pokrok. Co bych měl dělat? Asi od pěti hodin ráno se soustřeďuji na myšlenku, že pouze*

*Já je skutečné a všechno ostatní neskutečné. Ačkoli jsem to dělal skoro dvacet let, nemohu se soustředit déle než dvě nebo tři minuty, aniž by se mé myšlenky zatoulaly.*

Odp.: Neexistuje jiná cesta, než stáhnout mysl zpět pokaždé, když se stočí ven, a upevnit ji na **Já**. Není třeba meditace nebo mantry, džapy či čehokoli podobného, protože to je vaše přirozenost. Vše, čeho je třeba, je vzdát se myšlení na jiné věci než na **Já**.

Meditace ani tak neznamená myslet na **Já**, jako vzdát se myšlení na ne-**Já**. Když se vzdáte myšlení na vnější objekty a nedovolíte své mysli, aby vybíhala ven tak, že ji pokaždé stočíte dovnitř a upevníte na **Já**, zbude samotné **Já**.

*Ot.: Co bych měl dělat, abych překonal tlak těchto myšlenek a tužeb? Jak bych měl řídit svůj život, abych získal nad svými myšlenkami kontrolu?*

Odp.: Čím víc se upevníte v **Já**, tím více budou ostatní myšlenky samy od sebe odpadávat. Mysl není nic jiného než klubko myšlenek, a „já“ - myšlenka je kořenem jich všech. Když uvidíte, kdo toto „já“ je a zjistíte, odkud vychází, ponoří se všechny myšlenky do **Já**.

Řídit život, ve smyslu vstávat v určitou hodinu, koupat se, provádět mantry, džapy, sledovat rituály, to všechno je pro lidi, kteří se necítí být přitahováni k sebedotazování nebo kteří jej nejsou schopni. Avšak pro ty, kdo jsou schopni tuto metodu praktikovat, jsou všechna pravidla i disciplína zbytečné. [11]

*Ot.: Proč nemůže být mysl stočena dovnitř ani přes opakované pokusy?*

Odp.: To lze docílit cvičením a nepřipoutaností a podaří se to jen postupně. Mysl, jež byla tak dlouho krávkou, navykou pást se pokradmu na cizím majetku, si bude jen těžko zvykat na omezenou stáj. Jakkoli ji bude její majitel lákat šťavnatou trávou a dobrým krmivem, bude zpočátku odmítat. Pak si kousek vezme, ale její vnitřní tendence toulat se venku, se prosadí a ona uteče. Když ji její vlastník vábí opakovaně, zvykne si na stáj, a nakonec se toulat přestane i když je ponechána volná. S myslí je to podobné. Jakkmile jednou najde své vnitřní štěstí, nebude se už potulovat venku.

*Ot.: Neexistují modulace kontemplace podle okolností?*

Odp.: Ano, existují. Občas dochází k osvícení a pak je kontemplace snadná. Jindy je kontemplace nemožná i přes opakované pokusy. Je to způsobeno činností **gun** (sattva, radžas a tamas).

*Ot.: Je to ovlivněno činností člověka a jeho podmínkami?*

Odp.: Ty to nemohou ovlivnit. Je to pocit, že člověk koná - **kartritva buddhi** - který je na překážku. [12]

*Ot.: Má mysl zůstává dva nebo tři dny jasná a pak na dva nebo tři dny otupí a tak se to mění. Čím je to způsobeno?*

Odp.: To je docela přirozené. Je to hra čistoty (sattva), činnosti (radžas) a nehybnosti (tamas). Nelitujte tamasu, ale když vstoupí do hry sattva, přidrže se jí a využijte ji co nejvíc. [13]



*Ot.: Člověk někdy zjišťuje, že jeho fyzické tělo nedovoluje nepřetržitou meditaci. Měli bychom za účelem tréninku těla cvičit jógu?*

*Odp.: To závisí na samskárách (dispozici) člověka. Jeden může cvičit hatha-jógu, aby léčil své tělesné choroby, jiný to s důvěrou přenechá Bohu, třetí bude používat síly své vůle a čtvrtý k tomu může být zcela lhostejný. Všichni však setrvávají v meditaci. Touha po Já je základním faktorem a všechno ostatní jsou jen vedlejší záležitosti. [14]*

*Ot.: Moje pokusy o koncentraci kazí náhlé prudké bušení srdce doprovázené krácením a zrychlováním dechu. Mé myšlenky pak vybíhají ven a mysl se stává nekontrolovatelnou. Za dobrých podmínek jsem úspěšnější a můj dech se v hluboké koncentraci stává klidným. Dlouho jsem se obával využití dobrodiní přítomnosti Šrí Bhagavána pro úspěšné vyvrcholení své meditace a přišel jsem sem až po vynaložení značného úsilí. Necítím se tu dobře. Nemohl jsem meditovat a cítil jsem se tím deprimován. Vynaložil jsem velkou snahu na to, abych zkoncentroval svou mysl, i když mne trápil krátký a rychlý dech. Ačkoli se mi to částečně podařilo, nejsem spokojen. Blíží se čas mého odjezdu. Když kontempluji na odjezd odtud, jsem ve stále větší depresi. Potkávám zde lidi, kteří získali meditaci v této síni mír, zatímco já jsem takovým mírem požehnán nebyl. To na mne má samo o sobě deprimující vliv.*

*Odp.: Myšlenka, „Nejsem schopen se koncentrovat“, je sama překážkou. Proč by měla vzniknout?*

*Ot.: Může člověk vydržet bez vzniku myšlenek celých čtyřadvacet hodin denně? Měl bych přestat meditovat?*

*Odp.: Co to jsou „hodiny“? Je to představa. Každou vaši otázku inspiruje myšlenka.*

Kdykoli myšlenka vznikne, nedejte se jí odtáhnout pryč. Když zapomenete na Já, začnete si uvědomovat tělo. Můžete však na Já zapomenout? Jak na ně můžete zapomenout, když jím jste? To by musela být dvě já, aby jedno mohlo zapomínat druhé a to je absurdní. Já tedy není ani deprimováno, ani není nedokonalé. Je vždy šťastné. Opačný pocit je jen myšlenkou, jež postrádá životní sílu. Zbavte se myšlenek. Proč by se měl člověk pokoušet o meditaci? Vzhledem k tomu, že člověk je vždy Já, zůstává vždy realizovaným. Buďte jen volný od myšlenek.

Myslíte si, že vám vaše zdraví nedovoluje meditovat. Tato obava by měla být vystopována ke svému původu. Jejím původem je klamná identifikace těla s Já. Nejde o nemoc Já, ale o chorobu těla. Tělo vám však neříká, že je zachváčeno nemocí. Říkáte to vy. Proč? Protože jste se nesprávně ztotožnili s tělem. Buďte tím, čím skutečně jste. K depresi není důvod. [15]

*Ot.: Dejme tomu, že při meditaci dochází k nějakému rušení, třeba člověka štípou moskyti. Měl by člověk v meditaci setrvat, snažit se kousání snášet a rušení ignorovat nebo moskyty odehnat a pak v meditaci pokračovat?*

*Odp.: Musíte jednat podle toho, co je pro vás nejpohodlnější. Vy nedosáhnete mukti prostě proto, že odháníte moskyty. Jde však o to, dosáhnout*

jednobodovosti myslí a pak získat **mano-nasa** (zničení myslí). Jestli to uděláte s kousáním moskytů nebo tak, že je odeženete, záleží na vás. Jestli plně pohroužen do své meditace, nebudete o štípání moskytů nic vědět. Dokud se snažíte tohoto stádia dosáhnout, proč byste je neodehnal? [16]

*Ot.: O lidech, kteří se věnují meditacím, se říká, že nikdy ne onemocní; ať je to jakkoli, já cítím bolest v zádech a vpředu na prsou. Tvrdí se, že to je zkouška od Boha. Vysvětlil by to Bhagaván a sdělil, zda je to pravda?*

*Odp.: Žádný Bhagaván vně vás neexistuje a proto není žádná zkouška stanovena. To, o čem si myslíte, že je zkouškou nebo nemocí, způsobenou duchovní praxí, je ve skutečnosti pnutí, které nyní vzniká, aby hrálo na vaše nervy a pět smyslů. Mysl, která až dosud pracovala prostřednictvím **nádís** (nervů) a vnímala vnější objekty díky svému spojení se smyslovými orgány, se nyní má od tohoto spojení odtáhnout, což přirozeně vyvolává pnutí nebo praskání, s nimiž je spojena bolest. Někteří lidé tomu říkají nemoc a jiní to nazývají zkouškou od Boha. Všechny tyto bolesti zmizí, budete-li ve své meditaci pokračovat a své myšlenky zaměřovat jen na pochopení svého Já nebo na Seberealizaci. Není lepšího léku než tato trvalá jóga, neboli spojení s Bohem či Átmanem. Bolest je nevyhnutelná jakožto důsledek odkládání vásan (mentálních tendencí), které jste měl tak dlouho. [17]*

*Ot.: Jaký je nejlepší způsob zacházení s přáními a vásanami z hlediska potřeby zbavit se jich - máme je uspokojovat nebo je potlačovat?*

*Odp.: Můžete-li se touhy zbavit tím, že ji uspokojíte, není na jejím uspokojení nic škodlivého. Obecně však touhy uspokojováním nemizí. Snaha vykořenit je tímto způsobem je jako snaha uhasit oheň tím, že do něj budeme lít hořlavý líh. Současně není správné násilné potlačování, protože to dříve nebo později vyvolá reakci, projevující se jako mocné vzdouvání touhy s nežádoucími následky. Správný způsob, jak se zbavit tužeb je zkoumat, „Kdo má touhu? Co je jejím zdrojem?“ Když je toto zjištěno, je touha vykořeněna a nikdy víc se už nevyvoří ani neporoste. Malá přání, jako je například touha po jídle, pití, spánku nebo reakce na volání přírody, můžete bezpečně uspokojit, i když mohou být rovněž zařazena mezi tužby. Nebudou do vaší myslí implantovat vásany, které by potřebovaly další zrod. Takové činnosti jsou nezbytné k tomu, aby pokračoval život a není pravděpodobné, že by se rozvinuly nebo za sebou nechávaly tendence či vásany. Proto obecně platí, že není na škodu splňovat ty tužby, jejichž uspokojování nevyvolá další přání vytvářením vásan v myslí. [18]*

*Ot.: Jsou v meditační praxi nějaké známky z oblasti subjektivní zkušenosti, které znamenají, že aspirant na cestě k Seberealizaci pokročil?*

*Odp.: Míra osvobození se od nežádoucích myšlenek a míra koncentrace na jedinou myšlenku jsou měřítka pro odhad pokroku.*

[19]



# ČÁST ŠESTÁ:

## Teorie

Všechny metafyzické diskuse jsou bezúčelné, pokud nás nepřivedou k hledání odpravdové skutečnosti v **Já**.

Všechny spory o stvoření, povaze vesmíru, evoluci, smyslu Boha atd. jsou bez užitku. Nevedou k opravdovému štěstí. Lidé se snaží vypátrat věci, jež jsou pro ně vnější dřívě, než se pokouší zjistit, „Kdo jsem já?“ Štěstí lze dosáhnout prostřednictvím tohoto posledního prostředku. [1]

## KAPITOLA 17

### TEORIE STVOŘENÍ A SKUTEČNOST SVĚTA.

Šrí Ramana se vůbec nezajímal nebo zajímal jen velmi málo o teoretickou stránku spirituality. Jeho hlavním zájmem bylo přivádět lidi k uvědomování si **Já**, a aby tohoto cíle dosáhl, trval často na tom, že praxe je důležitější než spekulace. Otázky teoretické povahy odmítal buď tak, že zůstal tichý, byly-li mu kladeny, nebo tím, že tazatele žádal, aby našel zdroj onoho „já“, jež otázku klade. Příležitostně ustoupil a podal detailní vysvětlení různých aspektů filosofie, ale když tazatelé setrvali u svých otázkách příliš dlouho nebo když konverzace sklouzávala k sterilnímu intelektualismu, měnil námet a obracel jejich pozornost k praktičtějším záležitostem.

Mnoho těchto filosofických rozhovorů, se týkalo povahy a původu fyzického světa, protože o Šrí Ramanovi bylo známo, že jeho názory jsou v úplném rozporu s obvyklými názory světa. Podobně jako v případě většiny jiných námětů, uzpůsoboval své výroky tak, aby vyhověly různým úrovním chápání, jež u tazatelů rozpoznával. Ale i tak vyvracely skoro všechny jeho myšlenky představy, které většina lidí o fyzické realitě chová.

Když mluvil o podstatě fyzického světa, zastával Šrí Ramana tři různá stanoviska. Obhajoval je v různých dobách všechna, ale z jeho obecných poznámek je jasné, že jako pravdivé a užitečné bral v úvahu pouze první dvě teorie, jež jsou uvedeny dále.

1) **Ajata vada** (teorie ne-příčinnosti). Je to dávná Hindská nauka, jež tvrdí, že ke stvoření světa nikdy nedošlo. Je úplným popřením veškeré kauzality ve fyzickém světě. Šrí Ramana tento názor přijal, když řekl, že džňá-

ninovou zkušeností je, že nic nikdy nevchází do existence ani nepřestává být, protože existuje jen **Já**, jako jediná neměnná skutečnost. Důsledkem této teorie je, že čas, prostor, příčina a následek, podstatné složky všech teorií tvoření, existují jen v myslích adžňáninů a zkušenost **Já** jejich neexistenci odhaluje.

Tato teorie není popřením skutečnosti světa, ale jen procesu tvoření, jenž jej uvádí do existence. Když hovořil na základě své vlastní zkušenosti, řekl Šrí Ramana, že džňánin si je vědom toho, že svět je skutečný, nikoli jakožto souhrn interagující hmoty a energie, ale jakožto nezapříčiněné zjevení se **Já**. Potvrdil to ještě když řekl, že vzhledem k tomu, že skutečná podstata nebo podklad tohoto zjevení je identický s bytím **Já**, podílí se **Já** nutně na jeho skutečnosti. To tedy znamená, že pro džňánina není svět skutečný prostě proto, že se zjevuje, ale jen proto, že skutečná podstata tohoto zjevení je neoddělitelná od **Já**.

Adžňánin na druhé straně je zcela nevědomý, pokud jde o jednotnou podstatu a zdroj světa a v důsledku toho jeho mysl konstruuje iluzorní svět oddělených interagujících předmětů vytrvalým nesprávným interpretováním smyslových dojmů, jež přijímá. Šrí Ramana poukazoval na to, že tento názor na svět v sobě nemá víc skutečnosti než sen, protože klade tvoření myslí nad skutečnost **Já**. Rozdíl mezi hlediskem džňánina a adžňánina shrnul tak, že řekl, že svět je neskutečný, je-li vnímán myslí jakožto souhrn jednotlivých předmětů a skutečný, je-li přímo zažíván jako zjevení **Já**.

2) **Dristhi-sristhi vada**. V případech, kdy tazatelé shledávali myšlenku **ajata** neboli nepřičinnosti jako pro sebe nepřijatelnou, učival je, že svět vchází do existence současně s objevením se „já“-myšlenky a přestává existovat, je-li „já“-myšlenka nepřítomna. Tato teorie je známa jako dristhi-sristhi, neboli simultánní tvoření, a v podstatě říká, že svět, jenž se jeví adžňáninovi, je produktem mysli, která jej vnímá a že v nepřítomnosti této mysli přestává existovat. Tato teorie je správná pokud jde o to, že mysl vytváří imaginární svět sama pro sebe, ale z hlediska **Já** není imaginární „já“, vytvářející imaginární svět vůbec výtvořem, takže dogma **ajata** není vyvráceno. Ačkoli Šrí Ramana několikrát řekl, že dristhi-sristhi není konečnou pravdou o stvoření, povzbuzoval své následovníky k tomu, aby ji přijali jako pracovní hypotézu. Tento přístup odůvodňoval tvrzením, že člověk, který by dokázal tento svět považovat za neskutečný výtvar mysli, by ztratil svou přitažlivost a pěstovat trvalé uvědomování „já“-myšlenky by pro něj bylo snadnější.

3) **Sristhi-dristhi vada** (postupné tvoření). Toto je všeobecný názor, podle kterého je svět objektivní skutečností, ve které vládou zákony příčiny a následku, jež lze vystopovat k jedinému aktu stvoření. Zahrnuje vlastně všechny západní představy o tomto předmětu, od teorie „velkého třesku“ až k biblickému vylíčení, uvedenému v Genesis. Šrí Ramana se k teoriím tohoto druhu odvolával jen tehdy, když mluvil k lidem, kteří nebyli ochotni akceptovat implikace teorií **ajata** a **dristhi-sristhi**. I v těch-





to případech poukazoval na to, že by takové teorie neměly být brány příliš vážně, protože jsou rozšiřovány jen proto, aby uspokojily intelektuální zvědavost.

Dristhi-sristhi doslova znamená, že svět existuje jen je-li vnímán, zatímco srishthi-dristhi znamená, že svět existoval dříve než jej kdokoli vnímal. Ačkoli zní první teorie zvráceně, trval Šrí Ramana na tom, že by se s ní měli ti, kdo vážně hledají, spokojit, částečně proto, že je dobrou aproximací pravdy a částečně z toho důvodu, že je nejužitečnějším postojem, který může člověk přijmout, chce-li skutečně realizovat Já.

*Ot.: Jak srishthi (tvoření) vzniklo? Někdo říká, že je předurčeno. Jiní tvrdí, že je to Pánova lila nebo kratochvíle. Jaká je pravda?*

Odp.: Knihy to líčí různě. Je tu však tvoření? Vznik tvoření musíme vysvětlovat pouze tehdy, když existuje. Nemusíme všechny tyto teorie znát, ale že existujeme, víme jistě. Proč nejprve nepoznat „já“ a až potom zkoumat, zda tvoření existuje? [1]

*Ot.: Ve Šrí Šankaračárjově védantě byl princip stvoření světa kvůli začátečníkům přijat, ale pokročilým je zdůrazňován princip ne-stvoření. Jaký je váš názor na tuto věc?*

Odp.: „Neexistuje ani rozpouštění ani tvoření, nikdo není spoután ani neprovádí duchovní cvičení. Neexistuje nikdo, kdo by toužil po osvobození ani nikdo osvobozený. Toto je absolutní pravda.“ Tato sloka je uvedena ve druhé kapitole Gaupadovy **Karika**. Ten, kdo je upevněn v Já to vidí díky svému poznání skutečnosti. [2]

*Ot.: Není Já příčinou světa, který kolem sebe vidíme?*

Odp.: Samotné Já se jeví jako svět různých jmen a tvarů. Já však nepůsobí jako bezprostřední příčina (**nimitta karana**) jeho stvoření, trvání a zničení. Neptejte se, „Proč vzniká kolem Já, zmatek, přehlížející onu pravdu, že se Já samo jeví jako svět?“ Kdybyste se místo toho ptal, „Komu tento zmatek nastává?“, ukázalo by se, že pro Já nikdy neexistoval. [3]

*Ot.: Zdá se, že jste vykladačem ajata doktriny nebo advaita védanty.*

Odp.: Neučím jen doktrínu ajata. Schvaluji všechny školy. Stejnou pravdu je nutno vyjádřit různými způsoby, které odpovídají schopnostem posluchače. Doktrína ajata říká, „Neexistuje nic kromě jediné skutečnosti. Neexistuje zrození ani smrt, promítání nebo vzcházení, neexistuje hledající, vazba ani osvobození. Existuje jen jednota“. Těm, kteří považují pochopení této pravdy za obtížné a kdo se ptají, „Jak můžeme přehlížet tento pevný svět, který kolem sebe vidíme?“, se poukazuje na zážitek snění a říká se jim, „Vše, co vidíte, závisí na vidoucím. Bez vidoucího není vidění“. To se jmenuje drishthi-sristhi vada, neboli tvrzení, že člověk nejdříve stvořuje svou mysl a potom spatřuje, co jeho mysl sama vytvořila. Někteří lidé nemohou pochopit ani toto a tak pokračují v diskusi takovýmto způsobem: „Zkušenost snu je krátká, zatímco svět existuje stále. Zážitek snu byl omezen na mne. Svět však pocítuji a spatřuji nejen já, ale i mnoho ostatních. Takový svět nemůžeme považovat za neexistující.“ Když lidé

diskutují tímto způsobem, mohou být obeznámeni s teorií srishthi-dristhi, například, „Bůh nejprve stvořil tu a tu věc, z takového a takového prvku, potom bylo stvořeno něco jiného, atd“. Tyto lidi uspokojí jen toto. Jinak jejich mysl nejsou uspokojeny a oni se sami sebe ptají, „Jak mohou být zeměpis, všechny mapy, všechny vědy, hvězdy, planety a zákony, které je řídí nebo se k nim vztahují, úplně nepravdivé?“ Takovým lidem je nejlepší říci, „Ano, Bůh to vše stvořil a proto to vidíte“.

*Ot.: Ale tohle všechno nemůže být pravda. Může platit jen jedna doktrína.*

Odp.: Všechny tyto teorie se mají jen přizpůsobit kvalifikaci žáka. Absolutno může být jen jedno. [4]

Védanta říká, že kosmos vstupuje do pole vidění současně s vidoucím a že neexistuje detailní proces tvoření. Říká se, že to je **jugapat-sristhi** (okamžité stvoření). Je to docela podobné tvoření ve snu, kdy zažívající vzniká současně s předměty, jež zakouší. Když je řečeno toto, nejsou někteří lidé spokojeni, protože jsou hluboce zakořeněni v objektivním poznání. Snaží se zjistit, jak může náhlé stvoření existovat.

Dokazují, že následku musí předcházet příčina. Krátce, touží po vysvětlení existence světa, který kolem sebe spatřují. Proto se šrutis (písma) snaží uspokojit jejich zvědavost teoriemi stvoření. Tato metoda pojednávání problému stvoření se jmenuje krama-sristhi (postupné stvoření). Avšak ten, kdo opravdově hledá, bude spokojen s jugapat-sristhi, okamžitým stvořením. [5]

*Ot.: Jaký je účel stvoření?*

Odp.: Účelem je vznik těchto otázek. Zkoumejte odpověď na tuto otázku a nakonec přebývejte ve svrchovaném nebo spíš primárním zdroji všeho, v Já. Zkoumání se rozpustí v hledání Já a skončí teprve až bude ne-Já odfiltrováno a Já realizováno v celé své čistotě a slávě. [6]

Teorii stvoření může být mnoho. Všechny se šíří navenek. Nebude jim konce, protože čas a prostor jsou neomezené. Jsou jenom v mysl. Kdybyste viděl mysl, bude čas a prostor překročen a Já realizováno.

Stvoření je pro vlastní uspokojení člověka vysvětlováno vědecky nebo logicky. Má to však nějaký konec? Taková vysvětlení se nazývají **krama-sristhi** (postupné stvoření). Na druhé straně, drishthi-sristhi (okamžité stvoření) je jugapat-sristhi. Bez vidoucího viděné předměty neexistují. Najděte vidoucího a stvoření je v něm obsaženo. Proč se dívat ven a stále vysvětlovat jevy, které jsou nekonečné? [7]

*Ot.: Vědy obsahují konfliktní výklady kosmogonie. Na jednom místě se říká, že éter je prvním stvořením, ke kterému došlo; jinde se to tvrdí o vitální energii (prána) a na jiném místě opět o něčem jiném na jinde se říká, že to byla voda, atd. Jak je to možno vysvětlit? Nepopírají tyto rozpory věrohodnost Véd?*

Odp.: Různé pohledy vidí různé aspekty, přičemž každý z nich zdůrazňuje jiný pohled. Proč se trápíte jejich rozpornými tvrzeními? Hlavním



cílem Véd je poučit nás o povaze nezničitelného Átmanu, o tom, že jím jsme.

*Ot.: S tímto členěním jsem spokojen.*

Odp.: Tak berte celý zbytek jako **artha vada** (pomocné argumenty) nebo výklady pro nevědomé, kteří se snaží vysledovat původ věcí. [8]

*Ot.: Tvořím součást stvoření a tak zůstávám závislý. Nemohu rozluštit záhadu stvoření dokud nebudu nezávislý. Přesto prosím Šrí Bhagavána, aby mi na mou otázku odpověděl.*

Odp.: Ano. Bhagaván vám říká, „Staňte se nezávislým a vyřešte záhadu sám. Je na vás, abyste to udělal.“ Dále, kde jste teď, když kladete tuto otázku? Jste ve světě nebo je svět ve vás? Musíte připustit, že ve spánku svět nevnímáte, ačkoli nemůžete svou existenci v té době popřít. Svět se vám jeví jen tehdy, když jste vzhůru. Kde tedy jste? Svět je jasně vaší myšlenkou. Myšlenky jsou obrazy vaší mysli. Nejprve je stvořeno „já“ a potom svět. Svět je stvořován tímto „já“, které naopak vzniká z Já. Záhada stvoření světa tedy bude rozřešena, vyřešíte-li stvoření „já“. Říkám tedy, najdete své Já.

A dále, přichází svět a ptá se vás „Proč existuje „já“? Jak bylo „já“ stvořeno?“ Jste to vy, kdo klade otázku. Tazatel musí vytvořit vztah mezi sebou a světem. Musí připustit, že svět je jeho vlastní představou. Kdo si ho představuje? Nechtě tedy najde „já“ a potom Já. Navíc všechna vědecká a teologická vysvětlení nejsou v souladu. Rozdíly mezi těmito teoriemi jasně ukazují neúčinnost hledání takových vysvětlení. Taková vysvětlení jsou čistě mentální nebo intelektuální a nic víc. Přesto jsou všechna pravdivá v souladu se stanoviskem jedince. Ve stavu realizace stvoření neexistuje. Když člověk vidí svět, nevidí sebe samého. Když vidí Já, nevidí svět. Spatřujte tedy Já a realizujte, že tu žádné stvoření nebylo. [9]

*Ot.: „Brahman je skutečné. Svět (džagat) je iluzí“, to je hlavní heslo Šrí Šankaračárji. Přesto jiní říkají, „Svět je skutečnost“. Co je pravda?*

Odp.: Obě tvrzení jsou správná. Vztahují se k různým stádiím rozvoje a jsou vyslovována na základě různých hledisek. Aspirant (abhjasi) začíná s definicí, že to, co je skutečné, existuje vždy. Potom svět eliminuje jako neskutečný, protože je proměnlivý. Hledající nakonec dosáhne Já a tam nalézá jako hlavní rys jednotu. Potom to, co bylo původně odmítnuto jakožto neskutečné, je rozpoznáno jako součást jednoty. Když je člověk absorbován ve skutečnosti, je také svět skutečný. Existuje jen bytí v Sebe-realizaci a nic než bytí. [10]

*Ot.: Šrí Bhagaván často říká, že mája (iluze) a skutečnost jsou totéž. Jak je to možné?*

Odp.: Šankara byl kritizován za své názory na máju, aniž byl pochopen. Řekl, že:

- 1) Brahman je skutečný
- 2) vesmír je neskutečný,
- 3) a vesmír je Brahman.

Neskončil druhým bodem, protože třetí vysvětluje ostatní dva. Znamená, že vesmír je skutečný, je-li vnímán jako Já a nereálný, je-li vnímán odděleně od Já. Proto je mája a skutečnost jedno a totéž. [11]

*Ot.: Svět tedy skutečně není iluzorní?*

Odp.: Na úrovni duchovního žáka musíte říci, že svět je klamem. Jinak nelze. Když člověk zapomene, že je Brahman, které je skutečné, trvalé a vždy přítomné, klame sám sebe tím, že se pokládá za tělo ve vesmíru naplněném pomíjejícími těly a pracuje v tomto klamu, musíte mu připomenout, že svět je neskutečný a klamný. Proč? Protože jeho vidění, jež zapomnělo své vlastní Já, dlí ve vnějším, hmotném vesmíru. Nestočí se dovnitř do introspekce, pokud mu nevstoupíte, že celý tento vnější materiální vesmír je neskutečný. Jakmile žák jednou realizuje své vlastní Já, pozná, že kromě jeho vlastního Já nic jiného neexistuje a začne se na celý vesmír dívat jako na Brahman. Bez Já žádný vesmír neexistuje. Pokud člověk nespátřuje Já, jež je původem všeho a za skutečný a trvalý považuje jen vnější svět, musíte mu říkat, že celý vnější vesmír je iluzí. Nemůžete jinak. Vezměte si papír. Vidíte jen písmo a nikdo si nevšímne papíru, na němž je napsáno. Papír tu je, ať je popsán nebo není. Těm, kteří považují za skutečné písmo, musíte říci, že písmo je neskutečné, že je iluzí, protože spočívá na papíru. Moudrý člověk pohlíží na písmo a na papír jako na jednotu. Tak je to i s Brahman a vesmírem. [12]

*Ot.: Takže svět je skutečný, je-li zažíván jakožto Já a neskutečný, je-li spatřován jako oddělená jména a tvary?*

Odp.: Tak jako je oheň zatemněn kouřem, je zářící světlo vědomí zastíněno skrumáží jmen a tvarů, světem. Když se mysl dík soucitné boží milosti stane čistou, bude podstata světa pochopena nikoli jakožto klamné tvary, ale jen jako skutečnost. Jen ti, jejichž mysl jsou zbaveny zlé moci máji, kteří se vzdali poznání světa, a jsouce k němu nepřipoutáni, získávají takto poznání samo-zářící svrchované skutečnosti, mohou správně pochopit smysl výroku, „Svět je skutečný“. Byl-li rozhled člověka přetvořen k podstatě pravého poznání, bude svět pěti prvků, počínaje éterem (akáša), skutečný, neboť je svrchovanou skutečností, jež je podstatou poznání.

Počátečním stavem tohoto prázdného světa, jenž je zmatený a přeplněný mnoha jmény a tvary, je blaho, jež je jediné, tak jako je jen jeden žloutek ve vajíčku mnohobarevného páva. Poznejte tuto pravdu přebýváním ve stavu Já. [13]

*Ot.: Nemohu říci, že by mi bylo všechno jasné. Je svět, který spatřujeme, pocítujeme a chápeme tolika způsoby, něco jako sen, iluze?*

Odp.: Hledáte-li pravdu a jen pravdu, nemáte jinou možnost než přijmout svět jako neskutečný.

*Ot.: Proč?*

Odp.: Z toho jednoduchého důvodu, že pokud se nevzdáte představy, že svět je skutečný, bude se o něj vaše mysl stále starat. Budete-li zdání pova-



žovat za skutečné, nikdy skutečnost samu nepoznáte, ačkoli je tím jediným skutečným, co existuje. Tento problém ilustruje podoba hada, spatřovaná v provaze. Můžete být tak oklamán, že budete v kusu provazu vidět hada. Představujete-li si, že provaz je had, nemůžete vidět provaz jakožto provaz. Neexistující had se pro vás stává skutečností, přičemž se zdá, že skutečný provaz jako takový vůbec neexistuje.

*Ot.: Teoreticky je tak snadné uznat, že svět nakonec není skutečný, ale je těžké být přesvědčen, že je neskutečný doopravdy.*

Odp.: Váš snový svět je zrovna tak skutečný, když sníte. Pokud sen trvá, vše co v něm vidíte a cítíte je skutečné.

*Ot.: Svět tedy není o nic lepší než sen?*

Odp.: Co je špatné na pocitu reálnosti, který máte, když sníte? Můžete snít o něčem docela nemožném, například o tom, že vedete příjemný rozhovor s někým, kdo je mrtev. Na okamžik můžete ve snu zapochybovat a ptát se, „Nebyl mrtev?“, ale vaše mysl se se snovou vizí nějak smíří a zmíněná osoba je pro účely snu jako živá. Jinými slovy, sen jakožto sen, vám nedovoluje pochybovat o své realitě. V bdělém stavu je to stejné, protože nejste schopni pochybovat o skutečnosti světa, který v bdělém stavu vidíte. Jak může mysl, považovat za neskutečný svět, který sama vytvořila? V tom je význam srovnání světa bdělého stavu a světa snového. Oba jsou výtvorem mysli, a pokud je mysl v některém z nich upoutána, shledává, že je neschopna popřít jejich reálnost. Není schopna popřít reálnost snového světa pokud sní a nemůže popřít reálnost světa bdělého, když bdí. Jestliže naopak svou mysl zcela odtáhnete od světa, stočíte ji dovnitř a donutíte ji, aby tam přebývala, to jest, budete-li vždy bdělý vůči Já, jež je podkladem všech zkušeností, shledáte, že svět, kterého si jste nyní vědom, je právě tak neskutečný, jako svět, v němž jste žil ve svém snu.

*Ot.: Svět můžeme vidět, pocítovat a chápat mnoha způsoby. Tyto pocity jsou reakcí na viděné a pocítované objekty. Nejsou mentálním výtvorem jako ve snech, které se odlišují nejen od člověka k člověku, ale i se zřeteltem na stejnou osobu. Nestačí to k prokázání objektivní reálnosti světa?*

Odp.: Všechno toto povídání o nedůslednostech snového světa nastává až teď, když jste vzhůru. Když jste snil, byl sen dokonale integrovaným celkem. Takže, když jste měl řekneme ve snu žízeň, uhasilo tuto iluzorní žízeň iluzorní vypití iluzorní vody. Toto vše však bylo pro vás skutečné a nikoli iluzorní, protože jste nevěděl, že je iluzorní samotný sen. Podobné je to ve světě bdění. Pocity, které teď máte se koordinovaly tak, aby vám daly iluzi, že svět je skutečný.

Kdyby naopak byl svět samo-existující skutečností (to je to, co vy zřejmě myslíte, když mluvíte o jeho objektivitě), co mu brání, aby se vám zjevil ve snu? Vy neříkáte, že ve snu neexistujete.

*Ot.: Já nepopírám, že svět existuje, když spím. Celou tu dobu existoval. Jestliže jej během spánku nevidím, vidí ho druzí, kteří nespí.*

Odp.: Když říkáte, že jste ve spánku existoval, potřeboval jste svědectví

jiných, aby vám to dokázali? Proč hledáte jejich svědectví nyní? Ti ostatní vám mohou o tom, že během vašeho spánku spatřovali svět, povědět jen tehdy, když vy sám bdíte. Pokud jde o vaši vlastní existenci, je to jiné. V bdělém stavu říkáte, že jste hluboce spal, takže jste si v nehlubším spánku byl vědom sám sebe i když jste v té době neměl o existenci světa nejmenší potuchy. A nyní, když bdíte, říká, „Já jsem skutečný“ svět nebo to říkáte vy?

*Ot.: Ovšem, říkám to, ale říkám to o světě.*

Odp.: Dobře, ale ten svět, o kterém říkáte, že je skutečný, se vám posmívá, protože se snažíte dokázat jeho reálnost a jste přitom zcela nevědomý pokud jde o vaši reálnost vlastní.

Chcete se tak nebo onak držet toho, že svět je reálný. Co je standardem reálnosti? Jen to , co existuje samo o sobě, co se samo od sebe zjevuje a co je věčné a neměnné.

Existuje svět sám o sobě? Byl vůbec někdy spatřen bez pomoci mysli? Ve spánku neexistuje ani mysl, ani svět. Ve stavu bdění mysl existuje a existuje i svět. Co znamená tato neměnná soubytnost? Znáte principy induktivní logiky, považované za samotný základ vědeckého výzkumu. Proč tuto otázku reality neřešíte ve světle přijatých principů logiky?

O sobě můžete říci, „Já existuji“. Znamená to, že vaše existence není pouhou existencí, ale existencí, jež je totožná s vědomím.

*Ot.: Svět si nemusí být sám sebe vědom, ale přesto existuje.*

Odp.: Vědomí je vždy Já-vědomím. Jste-li si čehokoli vědom, jste si v podstatě vědom sám sebe. Vědomí ne-já je terminologický protiklad. Není to vůbec žádná existence. Je to jen existence přisuzovaná, zatímco opravdová existence, sat, není vlastností, ale samotnou podstatou. Je to vastu (skutečnost). Skutečnost je tedy známa jako sat-čit, bytí-vědomí a nikdy není jen jedním z této dvojice, za vyloučení druhého. Svět ani neexistuje sám o sobě, ani si není své existence vědom. Jak můžete říci, že je takový svět skutečný?

A co je jeho podstatou? Je to opakovaná změna, spojitý, neomezený tok. Závislý, stále se měnící, sebe-nevědomý svět nemůže být skutečný. [14]

*Ot.: Jsou jména a tvary světa skutečné?*

Odp.: Neshledáte, že by byly odděleny od podstaty (adhithana). Když se snažíte vypátrat jméno a tvar, najdete jen skutečnost. Proto získejte poznání toho, co je skutečné po všechny časy.

*Ot.: Proč vypadá bdělý stav tak skutečně?*

Odp.: Na plátně biografu vidíme tolik obrazů, ale nejsou skutečné. Skutečné není nic kromě plátna. Podobné to je v bdělém stavu, není v něm nic kromě adhithana. Poznání světa je poznáním toho, kdo poznává svět (džagrát-prama je prama džagrát-pramata). Ve spánku obojí mizí.

*Ot.: Proč ve světě spatřujeme takovou trvalost a konstantnost?*

Odp.: Jsou spatřovány na základě chybných představ. Když někdo řekne, že se v téže řece vykoupal dvakrát, nemá pravdu, protože když se koupal



podruhé, nebyla už řeka táž jako ta, ve které se koupal poprvé. Když se člověk dvakrát podívá na jas plamene, říká, že v obou případech vidí týž plamen, avšak tento plamen se mění v každém okamžiku. Stav bdění je stejný. Vzezření nehybnosti je způsobeno chybou vnímání.

*Ot.: Kde je chyba?*

Odp.: Pramata (ten, který ví).

*Ot.: Jak vznikl ten, který ví?*

Odp.: Vznikl kvůli chybnému vnímání. Ve skutečnosti vzniká on a jeho chybné vnímání současně a když je dosaženo poznání Já, oba současně zmizí.

*Ot.: Odkud ten, jenž poznává a jeho chybné vnímání přicházejí?*

Odp.: Kdo klade tuto otázku?

*Ot.: Já.*

Odp.: Naleznete toto „já“ a všechny vaše otázky budou odstraněny. Tentýž proces jako při vzniku klamného poznání, poznávajícího a poznávaného ve snu, probíhá i v bdělém stavu. V obou stavech dosáhnete poznáním „já“ poznání všeho a nezbude nic, co by ještě mělo být poznáno. V hlubokém spánku neexistuje poznávající, poznávání ani poznané. Podobně nebudou existovat v době zažívání skutečného „Já“. Cokoli, co vidíte odehrávat se v bdělém stavu, se děje jen pro poznávajícího a protože je poznávající neskutečný, neděje se ve skutečnosti nikdy nic. [15]

*Ot.: Je světlo, které dodává „já“-pocitu zdání totožnosti a poznání světa nevědomosti nebo čit, vědomím?*

Odp.: Je to jen světlo odražené od čit, které způsobuje, že „já“ se považuje za odlišné od ostatních. Toto odražené světlo čit je také příčinou toho, že „já“ stvořuje objekty, avšak pro tento odraz musí mít povrch, na němž k odrazu dochází.

*Ot.: Co je tímto povrchem?*

Odp.: Při realizaci Já shledáte, že odraz a povrch, na kterém k odrazu dochází, ve skutečnosti neexistují, ale jsou jedním a tímtéž čit. Je tu svět, jenž vyžaduje pro svou existenci místo a, aby byl vnímatelný, světlo. Obojí vzniká současně. Proto fyzická existence i vnímání závisí na světle myslí, jež je odraženo od Já. Tak jako filmové obrázky lze pozorovat v odraženém světle a jenom ve tmě, tak jsou také obrazy světa vnímatelné jen prostřednictvím světla Já, odraženého v temnotě avidja (nevědomost). Svět nemůže být spatřován ani v naprosté temnotě nevědomosti, například v hlubokém spánku, ani v plném světle Já, například při Seberealizaci nebo samádhi. [16]

## KAPITOLA 18

### REINKARNACE

Většina náboženství vykonstruovala pracné teorie, jejichž účelem je, aby vysvětlovaly, co se děje s individuální duší po smrti těla. Některá tvrdí, že duše odchází na nebesa nebo do pekel, zatímco jiná prohlašují, že je reinkarnována v jiném těle.

Šrí Ramana učil, že všechny takové teorie vycházejí z chybného předpokladu, že individuální já nebo duše jsou skutečné. Jakmile je jednou tento klam překonán, celá superstruktura posmrtných teorií se zhroutí. Z hlediska Já neexistují zrození ani smrt, nebe ani peklo ani reinkarnace.

Jako ústupek těm, kdo nebyli schopni důsledky této pravdy přijmout, připouštěl občas Šrí Ramana, že reinkarnace existuje. Když takovým lidem odpovídal, říkával, že když si člověk představuje, že individuální já je skutečné, pak toto imaginární já po smrti přetrvává a nakonec se ztotožní s jiným tělem a novým životem. Říkal, že celý proces podporuje tendenci mysli ztotožňovat se s tělem. Jakmile je iluze mysli překročena, ztotožnění s tělem skončí a všechny teorie o smrti a reinkarnaci jsou rozpoznány jako nepoužitelné.

*Ot.: Je reinkarnace pravdivá?*

Odp.: Reinkarnace existuje jen potud, pokud existuje nevědomost. Ve skutečnosti reinkarnace neexistuje ani nyní ani kdykoli dříve. Nebude žádná ani v budoucnosti. To je pravda.

*Ot.: Může jogín poznat své minulé životy?*

Odp.: Znáte svůj současný život, že chcete znát minulost? Najděte současnost a zbytek bude následovat. Velmi trpíte i s nynější omezenou znalostí. Proč se chcete zatěžovat větším věděním? Proto, abyste více trpěli? [1]

Viděna pohledem svrchovaného prostoru Já, není iluze zrození v tomto zrcadlovém klamném světě ničím jiným než egoistickou nevědomostí, spočívající ve ztotožňování těla s „já“. Mezi těmi, jejichž mysl je ovládnuta zapomínáním Já, zemřou ti, kdo se narodili a ti, kdo zemřeli se znovu narodí. Vězte však, že ti, jejichž mysl jsou mrtvé a kdož poznali nádhernou svrchovanou skutečnost, zůstanou tam, v onom povzneseném stavu skutečnosti, zbaveni zrodů a smrtí. Zapomínání Já, zaměňování Já za tělo, přijímání nespočetných zrodů a nakonec poznání Já a bytí Já je jako probuzení ze snu, v němž jsme cestovali po celém světě. [2]

*Ot.: Jak dlouho člověku trvá než se po smrti znovu narodí? Je to bezprostředně po smrti nebo až po nějaké době?*

Odp.: Nevíte, čím jste byl před svým narozením a přitom chcete vědět, čím budete po smrti. Víte co jste nyní?

Zrození a znovuzrození náleží tělu. Vy ztotožňujete Já s tělem. To je mylné ztotožnění. Věříte, že tělo bylo narozeno a zemře a směšujete jevy,



příslušející tělu s Já. Poznejte své skutečné bytí a tyto otázky nebudou vznikat.

O zrození a znovuzrození byla zmínka jen proto, aby vás donutila tuto otázku zkoumat a zjistit, že zrody ani smrti neexistují. Souvisejí s tělem a ne s Já. Poznejte Já a nedejte se rušit pochybnostmi. [3]

*Ot.: Neovlivňují člověka jeho skutky v pozdějších zrozeních?*

Odp.: Jste nyní zrozen? Proč myslíte na jiné zrody? Pravdou je, že zrody ani úmrtí neexistují. Nechť o smrti a jejím zmírnění přemýšlí ten, kdo je zrozen. [4]

*Ot.: Co se s člověkem stane po smrti?*

Odp.: Věnujte se živoucí přítomnosti. Budoucnost se o sebe postará sama. Nedělejte si s budoucností starosti. Stav před stvořením a proces tvoření jsou popsány v písmech proto, abyste mohli poznat přítomnost. Protože vy říkáte, že jste se narodil, potvrzují to i ona a dodávají, že vás stvořil Bůh.

Vidíte však Boha nebo cokoli jiného ve spánku? Kdyby byl Bůh skutečný, proč by nezářil i ve spánku? Vy vždy jste a jste nyní tůž, jaký jste byl ve spánku. Proč by však měly existovat mezi oběma stavy rozdíly, pokud jde o pocity a zkušenosti?

Kladl jste otázky, týkající se vašeho narození, ve spánku? Ptal jste se v té době, „Kam půjdu po smrti“? Proč na všechny tyto otázky myslíte nyní v bdělém stavu? Nechť o svém zrodu a odchodu, jeho příčině a konečných výsledcích přemýšlí to, co bylo zrozeno. [5]

*Ot.: Co se stane z džívy (jedince) po smrti?*

Odp.: Tato otázka je pro džívu, který nyní žije, nepatřičná. Mrtvý džíva se mne na to může zeptat, když si to bude přát. Mezi tím nechť vtělený džíva řeší své současné problémy a zkoumá kým je. Potom všechny takové pochybnosti skončí. [6]

*Ot.: Je buddhistický názor, že neexistuje spojená jsoucnost, odpovídající představám individuální duše, správná nebo ne? Je to v souladu s hindskou představou reinkarnujícího ega? Je duše spojená jsoucnost, jež se podle hindské doktríny znovu a znovu inkarnuje, nebo je to jen hromada mentálních tendencí, samskár?*

Odp.: Skutečné Já je spojené a neovlivněné. Reinkarnující ego náleží nižší úrovni, totiž myšlence. Je překročeno Seberealizací.

Reinkarnace jsou způsobeny nepravým výhonkem. Proto je Buddhisté popírají. Současný stav nevědomosti je dán ztotožněním vědomí (čit) s necitelným (džada) tělem. [7]

*Ot.: Nejdeme za své skutky do nebe (svarga)?*

Odp.: To je stejně pravdivé jako naše současná existence. Jestliže však zkoumáme, kdo jsme a odhalíme Já, k čemu je přemýšlení o nebi?

*Ot.: Neměl bych se snažit uniknout znovuzrozením?*

Odp.: Ano. Zjistěte, kdo byl zrozen a kdo nyní má s existencí soužení. Myslíte na znovuzrození nebo i na současnou existenci, když spíte? Zjistěte

te tedy, kde současný problém vzniká a na tomto místě najdete řešení. Odhalíte, že neexistuje žádné zrození, žádné přítomné trápení nebo neštěstí. Já je vším a vše je blahem. I nyní jsme volni od znovuzrození, tak proč se zlobit na jeho bídu?

*Ot.: Existuje znovuzrození?*

Odp.: Víte, co to je zrození?

*Ot.: Ach ano, vím, že nyní existuji, ale chci vědět, zda budu existovat v budoucnosti.*

Odp.: Minulost! .....Přítomnost!.....Budoucnost!.....

*Ot.: Ano, dnešek je výsledkem včerejška, minulosti a zítřek bude výsledkem dneška, přítomnosti. Mám pravdu?*

Odp.: Neexistuje minulost ani budoucnost. Existuje jen přítomnost. Včerejšek byl pro vás přítomností, když jste jej prožíval, a zítřek, až jej budete žít, bude rovněž přítomností. Proto zkušenost nastává jen v přítomnosti a mimo zkušenost nic jiného neexistuje.

*Ot.: Je tedy minulost a přítomnost jen představou?*

Odp.: Ano, i přítomnost je pouhou představou, protože pocit času je jen mentální. Také prostor je mentální. Proto zrození ani znovuzrození, která nastávají v čase a prostoru, nemohou být nic jiného než představa. [9]

*Ot.: Co je příčinou tanha, žízně po životě a žízně po znovuzrození?*

Odp.: Skutečné znovuzrození je umírání z ega do ducha. To je význam kříže Ježíšova. Kdykoli existuje ztotožnění s tělem, je tělo vždy k dispozici, ať to nebo kterékoli jiné, až do té doby, kdy pocit těla zmizí ponořením se do zdroje - ducha nebo Já. Kámen, vržený vzhůru se trvale pohybuje, dokud se nevrátí ke svému zdroji - zemi a nespočine. Hlava bolí dokud se znovu nedosáhne stavu před bolestí hlavy.

Žízeň po životě je vlastní samotné podstatě života, který je absolutní existencí - sat. Ačkoli je svou podstatou nezničitelné, osvojuje si vědomí klamnou identifikací se svým zničitelným nástrojem, tělem, klamně obavy z jeho zničitelnosti.

Díky tomuto klamnému ztotožnění se snaží zachovat tělo na věčnost a to má za následek řadu zrodů. Ať však tato těla trvají jakkoli dlouho, nakonec skončí a ustoupí Já, které jediné věčně existuje.

*Ot.: Ano, „Vzdej se svého života, chceš-li žít“, říká Blavatská v Hlasu ticha.*

Odp.: Vzdejte se klamného ztotožnění a pamatujte, že tělo nemůže existovat bez Já, zatímco Já bez těla existovat může. Ve skutečnosti je bez něj vždy.

*Ot.: V mysli mé přítelkyně vznikla právě teď pochybnost. Slyšela, že lidská bytost může v některém jiném životě přijmout zrození ve zvířecím těle, což je v rozporu s tím, co ji učila teosofie.*

Odp.: Nechť tuto otázku klade ten, jenž se narodil. Nejprve zjistěte, kdo je ten, který se narodil a zda existuje skutečné zrození a smrt. Zjistíte, že zrod se týká ega, jež je klamem mysli. [10]

*Ot.: Je možné, aby byl člověk znovuzrozen jako nižší živočich?*



Odp.: Ano. Je to možné, jak to ilustruje Džada Bharata - anekdota z písma o královském mudrci, který byl znovuzrozen jako jelen.

*Ot.: Je člověk ve zvířecím těle schopen duchovního pokroku?*

Odp.: Není jej neschopen, ačkoli je to mimořádně vzácné. [11] Není pravdou, že lidské zrození je nutně nejvyšší a že člověk musí dosáhnout realizace jenom v lidské existenci. Seberealizace může dosáhnout i živočich. [12]

*Ot.: Teosofie mluví o padesáti až deseti tisíciletých intervalech mezi smrtí a zrozením. Proč to tak je?*

Odp.: Mezi standardy jednoho a druhého stavu vědomí neexistuje vztah. Všechna tato měření jsou hypotetická. Je pravda, že některým jedincům to trvá déle a jiným o něco méně. Je však třeba si zřetelně uvědomit, že to není duše, jež přichází a odchází, ale jenom myslící mysl jedince, která způsobuje, že to tak vypadá. Ať mysl působí na kterékoli rovině, vytváří si tělo; ve fyzickém světě fyzické a ve snovém světě tělo snové, které zvlhne snovým deštěm a onemocní snovou chorobou. Po smrti fyzického těla zůstává mysl nějakou dobu nečinná, tak jako v bezesném spánku, kdy je beze světa a tedy i bez těla. Brzy se však stane znovu aktivní v novém světě a novém - astrálním - těle, až do doby, kdy na sebe vezme nové tělo v takzvaném „znovuzrození“. Avšak džňánin, seberealizovaný člověk, jehož mysl již přestala pracovat, zůstává smrtí neovlivněn. Džňáninova mysl přestala existovat a již nikdy nepovstane, aby způsobovala zrození a smrti. Řetěz klamů je pro něj provždy přerušen.

Nyní by mělo být jasné, že neexistuje skutečné zrození ani skutečná smrt. Je to mysl, jež v tomto procesu vytváří a zachovává klam skutečnosti, dokud není Seberealizací zničena. [13]

*Ot.: Nerozpouští smrt individualitu člověka, takže by znovuzrození nemohlo nastat, podobně jako ztrácejí své individuality řeky, vlévající se do oceánu?*

Odp.: Když se však vody vypaří a vrátí se na kopce jako déšť, znovu plynou jako řeky a mizí v oceánu. Tak také individuality ztrácejí ve spánku svou oddělenost a přece se vrací jako individuality podle svých samskár nebo minulých tendencí. Stejně je to po smrti - individualita osobnosti není v samskárách ztracena.

*Ot.: Jak je to možné?*

Odp.: Podívejte se jak znovu obrůstá strom, jehož větve byly ořezány. Pokud zůstanou jeho kořeny nepoškozeny, bude strom růst dále. Podobně samskáry, jež ve smrti pouze klesly do Srdce, ale nebyly tím zničeny, způsobí v pravý čas znovuzrození. To je důvod, proč jsou džívové (jedinci) znovuzrozováni.

*Ot.: Jak mohli nesčetní džívové a širý vesmír, který zplodili, vypučet z tak jemných samskár, ztopených v Srdci?*

Odp.: Tak jako z malého semínka vypučí obrovský banánovník, tak také džívové a celý vesmír se jménem a tvarem vypučí z jemných samskár. [14]

*Ot.: Jak džíva přechází z jednoho těla do druhého?*

Odp.: Když člověk počne umírat, začne těžce dýchat; to znamená, že si přestal být vědom umírajícího těla. Mysl se najednou zmocní jiného těla a přeskakuje sem tam mezi oběma, až je její upoutání zcela přeneseno na tělo nové. Mezitím se objevují občasně prudké dechy, což znamená, že se mysl vrátila k umírajícímu tělu. Přejodný stav myslí je podobný snu. [15]

*Ot.: Jak dlouhý je interval mezi smrtí a znovuzrozením?*

Odp.: Může být dlouhý nebo krátký. Džňánin však žádnými takovými změnami neprochází; vnořuje se do univerzálního bytí.

Někteří říkají, že ti, kdo se po smrti vydají po stezce světla, nejsou znovuzrozeni, zatímco ti, kdo jdou po smrti cestou temnoty, jsou znovuzrozeni poté, co ve svých jemných tělech užili karmického ovoce.

Někteří tvrdí, že jsou-li zásluhy a provinění v rovnováze, je člověk přímo znovuzrozen zde. Jestliže dobré skutky převažují provinění, jdou jemná těla do nebe a jsou znovuzrozena zde; provinění převažující zásluhy vedou jemná těla do pekel, kde jsou potom znovuzrozena.

O Jógabrašovi (o tom, který sešel z cesty jógy) se říká, že se mu vede stejně. To vše je popsáno v sastrách. Ve skutečnosti však neexistuje zrození ani smrt. Člověk zůstává jen tím, čím skutečně je. To je pravda. [16]

*Ot.: Zdá se mi to velmi zmatené. Jsou zrody a znovuzrození nakonec neskutečné?*

Odp.: Existuje-li zrození, musí tu být nejen znovuzrození, ale celá řada zrodů. Proč a jak jste tento zrod získal? Ze stejného důvodu a stejným způsobem musíte projít dalšími zrody. Jestliže se však ptáte, kdo měl zrod a zda se zrození a smrt týkají vás nebo někoho, kdo je od vás odlišný, pak realizujte pravdu a tato pravda spálí veškerou karmu a osvobodí vás od všech zrodů. Knihy názorně popisují, jak je veškerá **sančita karma** (karma nashromážděná během předešlých zrodů), která by potřebovala ke svému vyčerpání nespočet zrodů, spálena jiskrou džňány, tak jako by jediná jiskra ohně vyhodila do povětří horu střelného prachu. Příčinou celého světa a nesčetných věd, jejichž vědci jsou tak velcí pokud jde o matoucí popisy, je ego a je-li ego dotazováním rozpuštěno, toto všechno se okamžitě rozpadá v prach a zůstává jenom skutečnost **Já**. [17]

*Ot.: Mínilte tím tedy, že jsem ani nikdy nebyl narozen?*

Odp.: Ano, vy si teď myslíte, že jste tělem a proto sám sebe matete jeho zrozením a smrtí. Vy však tělem nejste a zrození ani smrt nemáte.

*Ot.: Takže vy nepodporujete teorii znovuzrození?*

Odp.: Ne. Na druhé straně bych chtěl odstranit váš omyl, že budete znovuzrozen. Jste to vy, kdo si myslí, že budete znovuzrozen.

Podívejte se komu ta otázka vzniká. Dokud nebude nalezen tazatel, nebudou takové dotazy nikdy s konečnou platností zodpovězeny. [18]



# KAPITOLA 19

## PODSTATA BOHA

Na první pohled se stanoviska Šrí Ramany, pokud jde o Boha, zdají být protkána protimluvou: při jedné příležitosti mohl říci, že Bůh nikdy nic neudělal a při jiné, že bez jeho vůle se nic neděje. Někdy tvrdil, že Bůh je jen představa v mysli, zatímco jindy řekl, že Bůh je jediná existující skutečnost.

Tato protichůdná tvrzení jsou do značné míry odrazem různých úrovní chápání, které rozpoznával ve svých tazatelích. Ti, kteří uctívali osobního Boha, dostávali často antropomorfní vysvětlení. Říkal jim, že Bůh stvořil svět, jenž je udržován jeho božskou mocí, že se Bůh stará o potřeby všech jeho obyvatel a že se neděje nic, co by bylo v rozporu s jeho vůlí. Na druhé straně říkal těm, které takovéto teorie nepřitahovaly, že všechny představy o Bohu a jeho moci jsou pouhé mentální výtvořky, jež jen překážejí skutečné zkušenosti Boha, jež je každému vlastní.

Na nejvyšší úrovni jeho učení jsou výrazy „Bůh“ a „Já“ synonymy pro niternou skutečnost, kterou odhalí Seberealizace. Realizace Já je tedy realizací Boha; není to zkušenost o Bohu, ale spíš pochopení, že člověk je Bůh. Řečeno s této nejvyšší úrovně, lze stanoviska Šrí Ramany, týkající se Boha shrnout takto:

- 1) Je niterný a beztvářý; je čistým bytím a čistým vědomím.
- 2) Projevení se zjevuje v něm a skrze jeho moc, ale on není jeho stvořitelem. Bůh nikdy nekoná, on jen je. Nemá ani vůli, ani touhu.
- 3) Individualita je iluzí, že nejsme s Bohem totožní; když je iluze rozptýlena, je Bůh tím, co zbude.

Na nižší úrovni hovořil o Íšvarovi, což je hindské jméno pro svrchovaného osobního Boha. Říkal, že Íšvara existuje jakožto skutečná veličina tak dlouho, pokud si člověk představuje, že je individuální osobností. Když individualita přetrvává, existuje Bůh, který dozírá na aktivity vesmíru; v nepřítomnosti individuality Íšvara neexistuje.

Kromě Íšvary má hinduismus mnoho božství, která se podobají bohům a démonům severské a řecké mytologie. Taková božstva jsou hlavním rysem lidového hinduismu a jejich skutečnost je stále široce akceptována. Šrí Ramana překvapil mnoho lidí, když řekl, že takové bytosti jsou stejně reálné, jako lidé, kteří v ně věří. Připouštěl, že po realizaci sdílí stejný osud s Íšvarou, ale předtím je, jak se zdá, považoval za starší úředníky kosmologické hierarchie, která pečovala o záležitosti světa.

*Ot.: Bůh je popisován jako projevený a neprojevený. Říká se o něm, že ve své první podobě zahrnuje svět jakožto součást svého bytí. Je-li to tak, měli bychom ho, jakožto součást tohoto světa, v jeho projevené podobě snadno poznat.*

Odp.: Poznejte sám sebe než se budete snažit rozhodnout o podstatě Boha a světa.

*Ot.: Implikuje poznání sebe samého poznání Boha?*

Odp.: Ano, Bůh je ve vašem nitru.

*Ot.: Co tedy stojí v cestě tomu, abych poznal sám sebe nebo Boha?*

Odp.: Vaše roztoulaná mysl a špatné způsoby.

*Ot.: Je Bůh osobní?*

Odp.: Ano, je vždy první osobou, je „Já“, jež vždy stojí před vámi. Protože dáváte přednost světským věcem, zdá se, že Bůh ustupuje do pozadí. Vzdáte-li se všeho ostatního a hledáte-li jen jeho, zůstane jen on jediný jakožto „Já“, „Já“. [1]

*Ot.: Je Bůh od Já oddělen?*

Odp.: Já je Bůh. „Já jsem“ je Bůh. Tato otázka vzniká proto, že se stále vážete k egoistickému já (ego já). Nevznikne, pokud se upnete ke skutečnému Já. Je to proto, že skutečné Já se nechce a nemůže na nic ptát. Kdyby byl Bůh od Já oddělen, musel by to být Bůh prostý Já, což je absurdní. [2] Bůh, který se zdá neexistovat, je jediný, který skutečně existuje, zatímco jedinec, jenž se zdá existovat, je vždy neexistující. Mudrci říkají, že nádherným svrchovaným poznáním je jediné stav, ve kterém člověk poznává svou vlastní neexistenci (sunja). [3]

Vy si teď myslíte, že jste individualita, že existuje vesmír a že Bůh je mimo kosmos. Takže tu existuje myšlenka oddělenosti. Tato představa musí zmizet. Protože Bůh není oddělen od vás ani od kosmu. Také Gíta říká:

Jsem (věčné) Já, ó Pane Spánku,

Jež sídlí v srdci všech bytostí.

Jsem počátek a střed každého tvaru,

Jsem i jeho koncem. (Bhagavad Gíta, X.20)

Bůh tedy není jen v srdci všech, je vzpruhou všech, je zdrojem všech, je místem jejich přebývání a jejich koncem. Všichni z něj vystupují, mají v něm svou oporu a nakonec se v něm rozpouštějí. Proto není oddělen.

*Ot.: Jak máme rozumět této pasáži z Gíty: „Celý tento kosmos je mou součástí“?*

Odp.: Neznamená to, že by malá částka Boha se od něj oddělila a vytvořila kosmos. Působí jeho šaktí (síla). Následkem jedné fáze takovéto aktivity se stal vesmír projeveným. Podobně tvrzení Puruša Sukta, „Všechny bytosti tvoří jednu jeho nohu“, neznamená, že má Brahman několik částí.

*Ot.: Tomu rozumím. Brahman je jistě nedělitelný.*

Odp.: Takže faktem je, že Brahman je ve všem a zůstává nedělitelný. Je vždy realizovaný, ale člověk si toho není vědom. Musí to poznat. Poznání znamená překonání překážek, jež brání odhalení věčné pravdy, že Já je totéž co Brahman. Překážky jako celek vytvářejí vaši představu oddělenosti jakožto jedince. [4]

*Ot.: Je Bůh totéž co Já?*



Odp.: Já zná každý, ale ne jasně. Vy existujete vždy. Já je Bytí. „Já jsem“ je jméno Boha. Žádná ze všech definic Boha není tak dobře formulována, jako biblické „Jsem, který jsem“ v Exodu 3. Existují i jiná tvrzení, jako **Brahmaivaham** (Brahman jsem já), **aham Brahmasmi** (já jsem Brahman) a **soham** (já jsem on). Žádné však není tak přímé jako jméno Jehovah, jež znamená „Já jsem“. Absolutní bytí je, co je. Je to **Já**. Je to Bůh. Poznání sebe je poznáním Boha. Ve skutečnosti není Bůh nic jiného než **Já**. [5]

Ot.: *Zdá se, že Bůh je znám pod mnoha různými jmény. Jsou některá z nich správná?*

Odp.: Mezi mnoha tisíci jmény Boha není žádné, jež by odpovídalo Bohu, který, prost myšlenek, přebývá v Srdci, tak pravdivě, vhodně a krásně, jako jméno „Já“ nebo „Já jsem“. Ze všech známých jmen božích zazní triumfálně jméno „Já-Já“, až bude zničeno ego, vznikajíc jako tiché, svrchované slovo (**mouna-para-vak**) v prostoru Srdce těch, jejichž pozornost je zaměřena směrem k **Já**. I tehdy, když člověk nepřetržitě medituje o onom jménu „Já-Já“ s pozorností upnutou na pocit „já“, uchopí to člověka a ponoří do zdroje, v němž vznikají myšlenky, přičemž bude zničeno ego, embryo, spojené s tělem. [6]

Ot.: *Jaký je vztah mezi Bohem a světem? Je jeho stvořitelem nebo udržovatelem?*

Odp.: Cítící a necítící bytosti všech druhů konají činnosti jen pouhým vlivem přítomnosti slunce, jež vychází na obloze bez jakéhokoli chtění. Podobně koná všechny činnosti Pán bez jakéhokoli chtění nebo touhy na své straně. V pouhé přítomnosti slunce rozněcuje zvětšovací sklo oheň, rozkvétá poupě lotosu, zavírá se leknín a bezpočet tvorů vykonává činnosti a odpočívá.

Řád velkého množství světů je zachováván pouhou přítomností Boha, stejně, jako se jehla pohybuje v blízkosti magnetu, jako měsíček (kámen) vydává vodu, leknín kvete a lotos se zavírá před měsícem.

V pouhé přítomnosti Boha, v němž není ani nejmenšího chtění, si žijoucí bytosti, věnující se nespočetným činnostem, poté co se vydaly na mnohé cesty, k nimž jsou přitahovány podle směru, daného jejich karmany, nakonec uvědomí nicotnost činnosti, obrátí se zpět k **Já** a dosáhnou osvobození.

Činnosti živých bytostí jistě neovlivňují Boha, který překračuje mysl, stejně jako činnosti světa neovlivňují toto slunce a jako kvality čtyř prvků (země, vody, ohně a vzduchu) neovlivňují neomezený prostor. [7]

Ot.: *Proč je samsára - stvoření a projevení v omezení - tak plná zármutku a zla?*

Odp.: Boží vůle!

Ot.: *Proč to Bůh tak chce?*

Odp.: To je nevyzpytatelné. Této síle nelze přisoudit žádný motiv, žádnou touhu; toto jediné, nekonečné, vševědoucí a všemohoucí bytí nemá žádný konec, jehož by mělo dosáhnout. Bůh je nedotčen činnostmi, jež

probíhají v jeho přítomnosti. Srovnejte slunce a činnosti světa. Nemá význam přisuzovat odpovědnost a motiv onomu jediném předtím, než se stane mnohým. [8]

Ot.: *Děje se všechno podle vůle boží?*

Odp.: Není možné, aby kdokoli něco dělal proti vůli Boha, jenž má schopnost dělat vše. Zůstat tichý u nohou božích a vzdát se všech starostí hanebné, nedokonalé a klamavé mysli, je proto nejlepší. [9]

Ot.: *Existuje oddělená bytost Íšvary (osobního Boha), jež odměňuje ctnosti a trestá hříchy? Existuje Bůh?*

Odp.: Ano.

Ot.: *Jaký je?*

Odp.: Íšvara má individualitu v mysli a těle, které jsou zničitelné, ale má současně i transcendentální vědomí a vnitřní osvobození.

Íšvara, osobní Bůh, svrchovaný stvořitel vesmíru, skutečně existuje. To však platí jen z relativního hlediska těch, kdo nerealizovali pravdu, oněch lidí, kteří věří v reálnost individuálních duší. Z absolutního hlediska nemůže mudrc přijmout žádnou jinou existenci než neosobní **Já**, jediné a beztvaré.

Íšvara má fyzické tělo, tvar a jméno, ale není tak hmotný jako toto hmotné tělo. Ve vizích může být spatřován ve tvaru, stvořeném jeho oddaným. Tvary a jména Boha jsou mnohé a rozličné a liší se podle různých náboženství. Jeho podstata je stejná jako naše, totiž skutečné **Já**, jež je jen jediné a bez tvaru. Proto jsou tvary, které na sebe bere, pouhým výtvořem nebo zdáním.

Íšvara je vlastní každému člověku a každému předmětu v celém vesmíru. Souhrn všech bytostí a předmětů vytváří Boha. Existuje síla, jejíž malá část se stala celým tímto vesmírem a její zbytek je v rezervě. Tato rezervní síla i síla projevená jakožto materiál světa vytvářejí společně Íšvaru. [10]

Ot.: *Nakonec tedy není Íšvara skutečný?*

Odp.: Existence Íšvary vyplývá z představy Íšvary. Zjistíme nejprve, či představa to je. Představa bude jen taková, jako ten, kdo si představuje. Zjistíte kdo jste a ostatní problémy se vyřeší samy. [11]

Íšvara, Bůh, stvořitel, osobní Bůh, je tou poslední z neskutečných forem, jež odcházejí. Skutečné je jen absolutní bytí. Tedy nejen svět, nejen ego, ale i osobní Bůh je neskutečný. Musíme najít to, co je absolutní - nic menšího. [12]

Ot.: *Říkáte, že i nejvyšší Bůh je stále ještě jen představou. Znamená to, že Bůh neexistuje?*

Odp.: Ne, Íšvara existuje. [13]

Ot.: *Existuje v nějakém zvláštním místě nebo tvaru?*

Odp.: Je-li jedinec tvarem, ukáže se, že i **Já**, zdroj, jenž je Pánem, je tvarem. Bude tvrzení, že Bůh má tvar, správné, není-li člověk tvarem a tudíž nemůže existovat poznávání jiných věcí? Bůh přijímá jakýkoli tvar, jež si uctívající představuje během opakovaného uvažování v dlouhé meditaci.





Ačkoli takto přijímá nesčetná jména, je Bohem jen skutečné, beztvaré vědomí.

Pokud jde o jeho sídlo, Bůh nesídlí na žádném jiném místě kromě Srdce. To, že je království boží umisťováno jinam, je způsobeno iluzí, vyvolanou egem, představou „já jsem tělo“. Buďte jist, že Srdce je královstvím božím.

Vězte, že jste dokonalé, zářící světlo, které nejen činí existenci Božího království možnou, ale dovoluje také, aby bylo spatřováno jako báječná nebesa. Toto vědění je samotná džňána. Proto je království boží ve vás. Neomezený prostor turijatita (mimo čtyři stavy, tj. **Já**), který náhle zazáří ve své plnosti uvnitř Srdce vysoce vyspělého aspiranta nalézajícího se ve stavu úplné absorpce myslí, jako nová, dříve neznámá zkušenost, je vzácně dosahované a skutečné **Šiva-loka** (království boží), jež září světlem **Já**. [14]

*Ot.: Říká se, že džíva (jedinec) je vystaven špatným vlivům iluze, jako například omezenému vidění a poznání, zatímco Íšvara má vidění a poznání všepřonikající. Říká se také, že džíva a Íšvara se ztotožňují v případech, že se jedinec svého omezeného vidění a poznání zbaví. Neměl by se Íšvara také zbavit svých specifických charakteristik, jako je všepřonikající vidění a poznání? Jsou to také iluze, že ano?*

Odp.: Je to vaše pochybnost? Nejprve se zbavte svého omezeného vidění a poznání a pak bude dost času přemýšlet o Íšvarově všepřonikajícím vidění a poznání. Nejprve se zbavte svého vlastního omezeného poznání. Proč si děláte starosti o Íšvaru? Ten se o sebe postará sám. Nemá tolik schopností jako máme my? Proč bychom se měli starat o to, zda má nebo nemá všepřonikající vidění a poznání? Je to opravdu velká věc, když se můžeme postarat o sebe. [15]

*Ot.: Ale ví Bůh všechno?*

Odp.: Vědy prohlašují, že je Bůh vševědoucí jen pro ty, kdo se z nevědomosti považují za lidi malého poznání. Jestliže ho však člověk dosáhne a pozná takového, jaký skutečně je, ukáže se, že Bůh neví nic, protože jeho podstatou je vždy skutečný celek, jiný než ten, ve kterém neexistuje nic, co by mělo být poznáno. [16]

*Ot.: Proč náboženství hovoří o Bozích, nebesích, pekle atd.?*

Odp.: Jen proto, aby lidi přiměla k uvědomění si toho, že jsou rovni tomuto světu a že skutečné je jen **Já**. Náboženství jsou přizpůsobena hledisku hledajícího. [17]

*Ot.: Existují Višnu, Šiva atd.?*

Odp.: Jednotlivé lidské duše nejsou jediné bytosti, jež existují. [18]

*Ot.: A jejich posvátné končiny, Kailasa nebo Vaikuntha, jsou skutečné?*

Odp.: Jsou tak skutečné, jako jste vy v tomto těle.

*Ot.: Mají nějakou jevovou existenci, jako moje tělo? Nebo to jsou jen výmysly jako zajícovy rohy?*

Odp.: Existují.

*Ot.: Je-li to tak, někde musejí být. Kde jsou?*

Odp.: Osoby, které je viděly říkají, že někde existují. Musíme tedy přimout jejich stanovisko.

*Ot.: Kde existují?*

Odp.: Ve vás.

*Ot.: Je to tedy jen představa, kterou mohu vytvářet a řídit?*

Odp.: Takové je všechno.

*Ot.: Já ale mohu vytvořit ryzí představy, například zajícovy rohy nebo jen částečné pravdy, například fata morganu, zatímco bez ohledu na mou představivost existují i fakta. Existují Bohové Íšvara a Višnu tímto způsobem?*

Odp.: Ano.

*Ot.: Je Bůh podroben pralája (kosmické rozpouštění)?*

Odp.: Proč? Člověk, stává se vědomým **Já**, překračuje kosmické rozpouštění a stává se osvobozeným. Proč ne Íšvara, který je nekonečně moudřejší a schopnější?

*Ot.: Existují podobně i dévové (andělé) a pisachové (dáblové)?*

Odp.: Ano.

*Ot.: Jaký je statut těchto božstev ve vztahu k Já?*

Odp.: Šiva, Ganapati a ostatní božstva jako Brahma, existují z lidského stanoviska; to znamená, považujete-li za skutečné své osobní já, existují také oni. Tak jako má vláda své vysoké výkonné úředníky, které vládu uskutečňují, tak je má i stvořitel. Avšak z hlediska **Já** jsou tyto bohové iluzorní a musí se sami vnořit do jediné skutečnosti. [21]

*Ot.: Kdykoli uctívám Boha se jménem a tvarem, mám pokušení myslet na to, zda nechybuji, když to dělám, protože by to bylo omezování neomezeného, a udělování tvaru beztvaremu. Současně cítím, že nejsem ve svém uctívání Boha bez tvaru stálý.*

Odp.: Jaké námitky by mohly existovat proti vašemu uctívání Boha ve tvaru, dokud reagujete na jméno? Uctívejte Boha ve tvaru nebo bez něj, dokud nepoznáte, kdo jste. [22]

*Ot.: Věřit v osobního Boha shledávám těžkým. Ve skutečnosti nemožným. Mohu však věřit v Boha neosobního, v božskou sílu, jež ovládá a řídí svět a bylo by pro mne velkou pomocí a podporou v mé léčitelské práci, kdyby tato víra zesílila. Mohu vědět jak ji posílit?*

Odp.: Víra je záležitost neznámá, ale **Já** je samozřejmé. Ani největší egoista nemůže popřít svou vlastní existenci, to jest, nemůže popřít **Já**. Konečné skutečnosti můžete dát jakékoli jméno a říci, že v ní věříte nebo ji milujete, ale kdo by neměl víru ve svou vlastní existenci nebo lásku sám k sobě? Je to tak proto, že víra a láska jsou naší skutečnou podstatou. [23]

*Ot.: Neměl bych mít o Bohu žádnou představu?*

Odp.: Jen do té doby, dokud v Srdci existují jiné myšlenky, může lidská mysl vytvořit myšlenku na Boha. Jen zničení i této myšlenky na Boha, dosažené zničením všech myšlenek ostatních, je nemyšlené myšlení, jež je opravdovým myšlením na Boha. [24]



# KAPITOLA 20

## UTRPENÍ A MRAVNOST

Paradoxy vlastní teistickým teoriím zaměstnávaly myslí západních teologů a filosofů celá staletí. Například, je-li Bůh dokonalý, proč na světě existuje zlo? Proč všemohoucí Bůh dopouští utrpení, když má moc je zničit jediným úderem?

Šrí Ramana se těmto hádankám vyhýbal tvrzením, že svět, Bůh a jedinec, jenž trpí, jsou všechno výtvoři mysli.

Všechna náboženství nejprve postulují tři principy, svět, duši a Boha. Říkat, že se jediný princip jeví jako tři principy nebo že tři principy jsou vždy tři principy, je možné jen pokud existuje ego. [1]

Místo toho, aby utrpení přisuzoval následkům špatných skutků nebo vůli boží, učil Šrí Ramana, že utrpení vzniká jen proto, že si představujeme, že jsme oddělení jedinci, kteří interagují mezi sebou navzájem a se světem. Říkal, že špatné činy obsahují utrpení a proto je třeba se jim vyhýbat, ale že nejsou jeho prapůvodní příčinou. Je to mysl, jež vytváří iluzi oddělenosti a je to mysl, která trpí následky svých klamných představ. Utrpení je tedy produktem a důsledkem rozeznávající mysli; když je mysl eliminována, ukáže se, že utrpení neexistuje.

Mnoho tazatelů by mohlo tuto ideu na individuální úrovni přijmout, ale je jim zatěžko uznat, že všechno utrpení na světě existuje jen v mysli osoby, jež je vnímá. Šrí Ramana byl v této věci tvrdý jako diamant a opakovaně říkal, že když člověk realizuje Já, pozná, že žádné utrpení, ani jeho, neexistuje. Dováděje toto tvrzení k jeho logickému závěru, říkal Šrí Ramana často, že nejúčinnější způsob jak odstranit utrpení jiných lidí, je realizovat Já. Toto tvrzení by nemělo být interpretováno tak, jakoby Šrí Ramana své oddané povzbuzoval k tomu, aby utrpení jiných lidí přehlíželi. Na pragmatičtější úrovni řekl, že před Seberealizací by člověk měl vnímat utrpení jiných lidí a kdykoli se s ním setká, dělat něco pro jejich úlevu. Poukazoval však také na to, že takové nápravné akce budou úspěšné jen tehdy, budou-li konány bez pocitu, že, „Se pomáhá jiným lidem, méně šťastným než jsem já“, a bez pocitu, „Já konám tyto činy“.

Otázka toho, co by člověk na tomto světě měl nebo neměl dělat, byla pro Šrí Ramanu vcelku málo zajímavá. Zastával názor, že všechny konvenční představy o dobrém a zlém jsou hodnotové soudy mysli, a že když mysl přestane existovat, přestanou i myšlenky o dobru a zlu. Z tohoto důvodu jen zřídka hovořil o obvyklých morálních kánonech, a kdykoli byl nucen vyslovit o nich nějaké mínění, obvykle problém obešel tím, že řekl, že jedinou „správnou činností“ je objevovat Já.

*Ot.: Co považujete za příčinu utrpení světa? Jak můžeme pomoci stávající stav změnit a) jako jednotlivci, b) kolektivně?*

Odp.: Realizujte skutečné Já. To je vše, co je třeba. [2]

*Ot.: Mohu v tomto životě, sevřeném omezeními, vůbec někdy blaho Já realizovat?*

Odp.: Toto blaho Já je vždy s vámi, a budete-li horlivě hledat, zjistíte to sám. Pří-

čina vašeho utrpení není v životě kolem vás, ale je ve vás jakožto ego. Vkládáte na sebe omezení a pak podstupujete marný boj, abyste je překonal. Veškeré neštěstí je způsobeno egem; s ním vzniká všechno vaše trápení. K jakému užitku vám je, připisovat příčinu bídy, která je ve skutečnosti ve vás událostem života? Jaké štěstí můžete získat z věcí, které jsou pro vás vnější? Jak dlouho potrvají, když je získáte?

Kdybyste popřel ego tím, že je budete přehlížet, byl byste volný. Jestliže ego přijmete, vloží na vás omezení a uvrhne vás do marného boje o jeho překročení. Být Já, kterým skutečně jste, je jediný prostředek jak realizovat blaho, jež je vždy vaše. [3]

*Ot.: Jestli skutečně neexistuje pouto ani osvobození, jaký je důvod nynějších zkušeností radostí a zármutků?*

Odp.: Vypadají jako skutečné jen tehdy, když se člověk odvrátí od své vlastní podstaty. Ve skutečnosti neexistují. [4]

*Ot. Je vesmír stvořen pro radost nebo bídu?*

Odp.: Stvoření není dobré ani zlé; je jaké je. Je to lidská mysl, jež mu dává všemožné významy, spatřujíc svět ze svého vlastního úhlu a interpretujíc jej tak, aby se to hodilo jejím zájmům. Žena je právě jen žena, ale jedna mysl ji nazývá „matkou“, jiná „sestrou“, ještě jiná „tetou“ a tak dále. Muži milují ženy, nenávidí hady a jsou lhostejní k trávě a kamenům na krajích cesty. Tyto hodnotové soudy jsou příčinou vši bídy na světě. Stvoření je jako fíkovník: ptáci přicházejí pojídat jeho ovoce nebo najít přístřeší v jeho větvích, lidé se ochlazují v jeho stínu, a někdo se na něm může také oběsit. Fíkovník přesto povede dál svůj klidný život, aniž by si toho byl vědom nebo se zajímal o všechny způsoby, jimiž je využíván. Je to lidská mysl, která stvořuje své vlastní potíže a pak volá o pomoc. Je Bůh tak stranický, aby dal jedné osobě mír a zármutek jiný? Ve stvoření je prostor pro všechno, ale člověk odmítá vidět dobré, zdravé a krásné. Místo toho stále fňuká, jako hladový, jenž sedí vedle mísy chutné potravy a místo toho, aby vztáhl ruku a svůj hlad ukojil, nařká a lamentuje, „Čí je to vina? Boží nebo lidská?“ [5]

*Ot.: Je-li Bůh vším, proč lidská bytost trpí za své činy? Nevyvolává snad skutky, za které jedinec musí trpět, Bůh?*

Odp.: Ten, kdo si myslí, že je konajícím, je také trpítelem.

*Ot.: Činy však inspiruje Bůh a jedinec je jen jeho nástrojem.*

Odp.: Tato logika se používá, jen když člověk trpí, ale ne tehdy, když se raduje. Kdyby vždy zvítězilo toto přesvědčení, nebylo by utrpení.

*Ot.: Kdy utrpení přestane?*

Odp.: Ne do té doby, než zmizí jednotlivec. Jsou-li dobré a zlé činy jeho, proč byste si měl myslet, že potěšení a utrpení je jen vaše? Ten kdo koná dobře nebo špatně, ten také zažívá potěšení nebo trpí bolestí. Nechte to být a nekládejte na sebe utrpení. [6]

*Ot.: Jak můžete říci, že utrpení neexistuje? Vidím je všude.*

Odp.: Vlastní skutečnost člověka, jež v nitru každého září jako jeho Srdce, je sama o sobě oceánem nezkaleného blaha. Proto stejně jako je neskutečná modř oblohy, je neskutečná i bída, která vzniká jen v představě. Protože vlastní skuteč-



nost člověka, jež je sluncem džňány a nemůže být dosažena temným klamem nevědomosti, září sama o sobě jakožto štěstí, není bída ničím jiným než klamným pocitem oddělenosti. Ve skutečnosti nikdo nikdy nezažil něco jiného než neskutečnou iluzi. Když člověk zkoumá své vlastní Já, jež je blahem, nebude v jeho životě vůbec žádná utrpení. Člověk trpí kvůli představě, že tělo, které jím nikdy není, je „Já“; celé utrpení je způsobeno jen tímto klamem. [7]

*Ot.: Trpím v mysli i v těle. Ode dne svého zrození jsem nikdy neměl štěstí. Slyšel jsem, že i moje matka trpěla od doby, kdy mne počala. Proč tak trpím? Nehřešil jsem v tomto životě. Je to všechno zavineho mými hříchy v minulých životech?*

Odp.: Říkáte, že tělo a mysl trpí. Kladou však otázky? Kdo se táže? Není to ten, kdo je za tělem a myslí? Říkáte, že tělo v tomto životě trpí a ptáte se, zda to způsobil předchozí život. Kdyby to tak bylo, pak by příčinou předchozího života byl opět další před ním atd. Tak jako semínka a rostliny, jež z nich klíčí, nemají konce ani příčinné řady. Je třeba říci, že všechny životy mají svou prvotní příčinu v nevědomosti. Táž nevědomost je tu i nyní a vymýšlí si tuto otázku. Tato nevědomost musí být odstraněna džňánou.

„Proč a ke komu toto utrpení přichází?“ Ptáte-li se takto, shledáte, že Já je jediné věčné bytí a že je věčným blahem. To je džňána. [8]

*Ot.: Trpím soužením bez konce: pro mne není míru, ačkoli neexistuje nic, co by ve mně nechťelo, abych byl šťasten.*

Odp.: Působí na vás toto trápení i ve spánku?

*Ot.: Ne, nepůsobí.*

Odp.: Jste nyní tentýž člověk nebo se od toho, jenž spal bez trápení, lišíte?

*Ot.: Jsem táž osoba.*

Odp.: Pak tato soužení jistě nepatří vám. Je to jen vaše vina, že je na sebe bere jako svoje. [9]

*Ot.: Trpíme-li zármutkem a naříkáme, obracíme se na vás svými dopisy nebo mentálně modlitbami; nepohne vás to k pocitu politování nad tím, že vaše dítě takto trpí?*

Odp.: Kdyby člověk cítil tímto způsobem, nebyl by džňánin. [10]

*Ot.: Vidíme ve světě bolest. Člověk je hladový. To je fyzická skutečnost, která je pro něj jako taková velmi reálná. Máme to nazvat snem a zůstat nepohnuti jeho bolestí?*

Odp.: Z hlediska džňány nebo skutečnosti, je bolest, o které mluvíte, dozajista snem, tak jako svět, jehož je bolest nekonečně malou částí. Také ve snu cítíte hlad vy sám hlad a vidíte, jak jím trpí i jiní. Nasytíte se a pohnut soucitem, sytíte i ostatní, které vidíte hladovět. Dokud sen trvá, všechny ty bolesti z hladu jsou docela tak skutečné, za jak skutečné považujete všechny bolesti, jež vidíte na světě. Že bolest, prožívaná ve snu, byla neskutečná, odhalíte, jen když se probudíte. Mohl jste se dosyta najíst a jít spát. Zdá se vám, že dlouho a tvrdě pracujete celý den na horším slunci, že jste unaven a hladový a chcete se dobře najíst. Pak se probudíte a shledáte, že je váš žaludek plný a že jste se nepohnul z lože. Ale to všechno nic neříká o tom, že ve snu můžete jednat jakoby bolest, kterou pocítujete, nebyla skutečná. Hlad, zažívaný ve snu, může být ukojen snovou potravou. Jiná bytost,

kteřou ve snu spatřujete hladovou, dostala potravu ve snu. Nikdy nemůžete směřovat stav, sun a bdění. Dokud nedosáhnete stavu džňány a neprobudíte se z této máji, musíte se věnovat sociální službě, abyste zmírňoval utrpení všude, kdekoli je vidíte. Ale, jak jsme si již řekli, musíte to provádět bez **ahamkara**, to jest bez pocitu, „Jsem konající“, a s vědomím, „Jsem nástrojem Pána“. Člověk nesmí být ani domýšlivý a myslet si: „Pomáhám člověku, který je níž než já. On pomoc potřebuje. Jsem schopen mu pomoci. Jsem mu nadřazen a on je podřízený.“ Musíte tomu člověku pomoci a vaše pomoc musí být uctíváním Boha, který v něm je. Každá taková služba je také službou vašemu Já a nikomu jinému. Nepomáháte nikomu jinému než sobě. [11]

*Ot.: Bude lidem neschopným dlouhé meditace stačit, když se budou věnovat konání dobrých skutků?*

Odp.: Ano, bude. Představa dobra bude v jejich srdci. To stačí. Dobro, Bůh a láska jsou jedno a totéž. Jestliže člověk na něco z toho stále myslí, postačí to. Celým smyslem meditace je držet stranou všechny ostatní myšlenky. [12]

*Ot.: Člověk by se tedy měl snažit zmírňovat utrpení, i když ví, že v podstatě neexistuje?*

Odp.: Nikdy nebyla ani nebude doba, kdy by všichni byli stejně šťastní, bohatí, moudří nebo zdraví. Žádný z těchto výrazů nemá ve skutečnosti význam, leda jako opak toho, co existuje. To však neznamená, že když potkáte někoho, kdo je méně šťastný než vy nebo je ve větší bídě, že nemáte být pohnut k soucitu nebo se mu nemáte snažit pomoci jak nejlépe dovedete. Naopak, musíte všechny milovat a všem pomáhat, neboť jen tak pomůžete sám sobě. Když se snažíte zmírňovat utrpení svého bližního nebo kteréhokoli jiného tvora, duchovně se vyvíjíte, ať už má vaše snaha úspěch nebo ne. Platí to zejména tehdy, když je taková služba poskytována nesobecky, bez egoistického pocitu, „Toto konám já“, v duchu myšlenky, „Bůh mne používá jako nástroj této služby; on je konatelem a já jsem nástrojem“. [13]

Kdo by nebyl ctnostný a nekonal laskavé skutky obdarování druhých, kdyby znal pravdu, že vše, co dává ostatním, dává jen sobě? Protože každý člověk je svým vlastním Já, dělá vlastně pro sebe všechno, co dělá kohokoli jiného. [14]

*Ot.: Je mnoho různých katastrof, šířících po světě zpusťování, například hladomory nebo morová nákazy. Z jakého důvodu?*

Odp.: Komu se to vše jeví?

*Ot.: Mně, vidím neštěstí všude.*

Odp.: Ve spánku jste si světa a jeho utrpení vědom nebyl, ale jste si jich vědom nyní, když jste v bdělém stavu. Setrvejte v onom stavu, kdy jste jimi nebyl ovlivněn. To znamená, ve stavu kdy jste si nebyl světa vědom a jeho utrpení vás neovlivňovalo. Když zůstanete jakožto Já, podobně jako ve spánku, svět a jeho utrpení vás neovlivní. Hleďte proto dovnitř. Spatřujte Já! Potom bude konec světu i jeho bídě.

*Ot.: To však je sobecké.*

Odp.: Svět není vnější. Protože se chybně ztotožňujete s tělem, vidíte svět venku a jeho bolest se pro vás stává zřejmou. Nejsou však skutečné. Hleďte skutečnost



a tohoto neskutečného pocitu se zbavte.

*Ot.: Ani velcí mužové, veřejní pracovníci nedovedou problém bídy světa řešit.*

Odp.: Jsou egocentričtí a to je důvodem jejich neschopnosti. Kdyby zůstávali v Já, byli by jiní.

*Ot.: Proč nepomáhají mahátmové?*

Odp.: Jak víte, že nepomáhají? Ticho mahátmů překonává veřejné projevy, tělesnou aktivitu i materiální pomoc. Konají více než jiní.

*Ot.: Co bychom měli dělat pro zlepšení stavu světa?*

Odp.: Když zůstanete bez bolesti vy, nebude bolest nikde. Současný problém spočívá v tom, že vidíte svět vně a myslíte si, že je v něm bolest. Svět i bolest jsou ve vás. Pohlédnete-li dovnitř, žádná bolest tam nebude.

*Ot.: Bůh je dokonalý. Proč stvořil nedokonalý svět? Dílo nese povahu svého autora. Zde to však tak není.*

Odp.: Kdo je ten, jenž klade tuto otázku?

*Ot.: Já - jedinec.*

Odp.: Jste snad od Boha oddělen, že kladete tuto otázku? Dokud se budete považovat za tělo, budete spatřovat svět jako vnější a budou se vám zjevovat jeho nedokonalosti. Bůh je dokonalost. Vy ji však vinou svého chybného ztotožnění vidíte jako nedokonalost.

*Ot.: Proč se Já manifestuje jako tento bídný svět?*

Odp.: Abyste je mohl hledat. Vaše oči samy sebe nevidí. Když před ně postavíte zrcadlo, uvidí se. Podobné to je se stvořením.

„Nejdříve spatřujte sebe a pak spatřujte celý svět jako Já.“

*Ot.: Tak proto bych měl stále hledět dovnitř.*

Odp.: Ano.

*Ot.: Neměl bych vůbec spatřovat svět?*

Odp.: Neříká se vám, abyste před světem zavíral oči. Máte jen, „Vidět nejprve sebe a pak spatřovat svět jakožto Já“. Považujete-li sám sebe za tělo, bude se vám svět jevit jako vnější. Jste-li Já, jeví se svět jako Brahman. [15]

*Ot.: Jak lze nejlépe pracovat pro mír světa?*

Odp.: Co to je svět? Co je mír, a kdo pracuje? Svět pro vás ve spánku neexistuje a v džagrat (bdělém stavu) vytváří projekce vaší mysli. Je proto jen myšlenkou a ničím jiným. Mír je nepřítomnost rušení. Rušení je způsobeno vznikem myšlenek v jedinci, který je jen egem, jež vzniká z čistého vědomí.

Nastolit mír znamená osvobodit se od myšlenek a trvat jako čisté vědomí. Zůstane-li člověk sám v míru, bude všude jenom mír.

*Ot.: Měl by člověk udělat něco, co považuje za špatné, může-li tím někoho jiného zachránit před velkým zlem?*

Odp.: Co je dobré a co špatné? Neexistuje standard, podle kterého by bylo možno posoudit, zda je něco dobré a něco jiného špatné. Mínění se liší podle povahy jedince a podle jeho prostředí. Jsou to opět jen myšlenky a nic jiného. Nestarejte se o ně a zbavte se jich. Budete-li vždy přebývat v dobrém, pak ve světě převládne dobro. [16]

*Ot.: Nebude k zajištění spásy stačit správné chování?*

Odp.: Spása pro koho? Kdo chce spasení? A co to je správné chování? Co to vůbec chování je? A co je správné? Kdo má posoudit, co je správné a co špatné? Podle předešlých samskár považuje každý za správné něco jiného. Pravda o dobrém a špatném může být poznána jen tehdy, je-li poznána skutečnost. Nejlepší cestou je zjistit, kdo chce spasení. Stopování tohoto „Kdo“, neboli ega, do jeho původního zdroje, je správným chováním pro každého.

*Ot.: Nepovede praxe dobrého chování (nitja karmas) ke spáse? Některé knihy tvrdí, že ano.*

Odp.: V knihách se to říká. Kdo popírá, že dobré chování je dobré nebo že nakonec povede k cíli? Dobré chování neboli **sat karma** čistí **čitta** neboli mysl a poskytuje vám **čitta suddhi** (čistou mysl). Čistá mysl dosahuje džňány, což je to, co je označováno za spásu. Takže nakonec musí být dosaženo džňány, to jest, ego musí být vystopováno do svého zdroje. Ale těm, kterým se to nelíbí, musíme říci, že sat karmas vedou k čitta suddhi a čitta suddhi povede k pravému poznání, neboli džňáně, která poskytuje osvobození. [17]

*Ot.: A co motivace? Není motivace pro konání činností důležitá?*

Odp.: Cokoli je prováděno s láskou, náležitou čistotou a s klidem mysli, je dobrý čin. Vše, co je vykonáno se skvrnou touhy a rozrušením mysli je hodnoceno jako špatné konání. Nekonejte žádnou správnou činnost (karma) špatnými prostředky a s myšlenkou, „Stačí, když to přináší dobré ovoce“. Protože, je-li prostředek špatný, může se stát špatnou i dobrou činností. Proto by měl i prostředek k provádění činností být čistý. [18]

*Ot.: Šankara říká, že jsme všichni volní, nikoli spoutaní, a že bychom měli všichni jít zpět k Bohu, z něhož jsme vyšli jako jiskry z ohně. Proč bychom tedy neměli páchat všechny možné hříchy?*

Odp.: Je pravda, že nejsme spoutáni a že skutečné Já nemá pouta. Je pravda, že nakonec půjdete zpět do svého zdroje. Ale budete-li mezitím páchat hříchy, jak tomu říkáte, budete muset čelit jejich následkům. Nemůžete jim uniknout. Když vás nějaký člověk bije, můžete říci, „Jsem volný, nejsem vázán tímto bitím a necítím žádnou bolest“. Necháte ho bít dál? Kdybyste dokázal takto cítit, mohl byste dělat, co byste chtěl. K čemu je pouze vyslovovat rty, „Jsem volný“? [19]

*Ot.: Říká se, že celý svět je božskou hrou vědomí a že vše je plné Brahman. Proč bychom tedy měli říkat, že by měly být špatné zvyky a praktiky odloženy?*

Odp.: Dejme tomu, že uvnitř lidského těla je nějaká rána. Jestliže ji zanedbáte, pokládá se za poškození jen malé část organismu, způsobí bolest celému tělu. Nebude-li řádně léčena, musí přijít lékař, zachvácenou část vyříznout a odstranit nečistoty. Kdyby postižená část nebyla ošetřena, hnisala by. Když ji po operaci neobvážete, zhnisá. Stejně je to s chováním. Špatné zvyky a špatné chování jsou jako rána v těle. Každá choroba musí být náležitě léčena. [20]

*Ot.: Člověk by se tedy měl přidržovat obvyklých zákonů chování?*

Odp.: Protože předepsané příkazy sebekázně (nijamas) člověku do značné míry pomáhají, stojí zato, abychom je přijali a dodržovali. Ukáže-li se však, že jsou na překážku vyšší praxi hledání pravého poznání, okamžitě se jich vzdějte jako něčeho nepatřičného. [21]



## KAPITOLA 21

### KARMA, OSUD A SVOBODNÁ VŮLE

Teorie karmy je společná mnoha orientálním náboženstvím. Ve své nejpoulnější formě tvrdí, že existuje vesmírný systém hodnocení, ve kterém musí každý jedinec zakusit důsledky všech svých činů (karmas); dobré činy přinášejí dobré výsledky a zlé činy nevyhnutelně vedou toho, kdo se jich dopustil, k utrpení. Teorie také tvrdí, že důsledky činností (známé také jako karman) nemusí být nutně zažívány v tomto životě, ale mohou být přeneseny do životů příštích. Z toho důvodu bylo postulováno několik pod-druhů karmy. Následující klasifikace, kterou používal Šrí Ramana, je společná mnoha indickým myšlenkovým školám:

1) **Sančita karma.** Skladiště karmických dluhů nahromaděných v minulých zrodech.

2) **Prarabdha karma** je část sančita karma, kterou musí člověk odpracovat v současném životě. Protože zákon karmy v sobě zahrnuje determinismus lidských činností, nazývá se prarabdha často osudem.

3) **Agami karma.** Nová karma, nashromážděná během současného života, která přechází do životů budoucích.

Šrí Ramana uznával platnost zákonů karmy, ale říkal, že jsou použitelné jen tak dlouho, dokud si člověk představuje, že je oddělen od Já. Říkal, že na této úrovni (úrovni adžňány), procházejí jedinci řadou předurčených činností a zkušeností, které jsou všechny důsledky dřívějších činů a myšlenek. Příležitostně říkal i to, že každý čin a zážitek v lidském životě je stanoven při narození a že jediná svoboda, kterou člověk má, je uvědomit si, že neexistuje ani konání, ani zažívání. Jakmile však člověk realizuje Já, nezůstává nikdo, kdo by důsledky činností zažíval, a tak se pro něj stává celá struktura karmických zákonů nadbytečnou.

Šrí Ramana považoval karmický zákon za manifestaci boží vůle. Říkal, že před realizací existuje osobní Bůh, Íšvara, jenž řídí osud každého člověka. Je to Íšvara, který určil, že každý musí trpět následky svých činů a je to Íšvara, který stanovuje sled činností, jež každý člověk musí během každého života vykonat. Nikdo nemůže Íšvarovu soudu uniknout, pokud se ztotožňuje s činnostmi těla. Jedinou cestou jak se osvobodit od jeho autority, je úplně překročit karmu realizací Já.

*Ot.: Je možno během existence těla překonat prarabdha karmu, o které se říká, že trvá dokud trvá tělo?*

Odp.: Ano. Jak by mohla přežít karma, jestliže se činitel, na němž závisí, totiž ego, jež vchází do existence mezi tělem a Já, vnoří do svého zdroje a ztratí svou podobu? Když neexistuje žádné „já“, neexistuje ani karma. [1]

*Ot.: Říká se, že prarabdha karma je jen malou částí karmy, nahromaděné v předchozích životech. Je to pravda?*

Odp.: Člověk může v předchozích zrodech nashromáždít mnoho karmanů. Malá část z nich bude vybrána pro tento zrod a on bude muset v tomto životě užít jejich ovoce. Je to něco jako promítání diapozitivů, při kterém promítač vybere na ukázkou jen několik snímků a ostatní zůstanou v zásobě pro jiné představení. Celá tato karma může být zničena dosažením poznání Já. Různé karmany jsou diapozitivy, přičemž karma je výsledkem minulých zkušeností a mysl je projektorem. Projektor musí být zničen, aby nevznikaly další obrazy a tedy žádné další zrody a smrti. [2]

*Ot.: Kdo je ten, který promítá? Podle jakého mechanismu se ta malá část sančita karma vybírá a podle čeho se rozhoduje, že má být zažita jakožto prarabdha karma?*

Odp.: Jedinci si musí své karmany odpykat, ale Íšvara vše řídí tak, aby se karmanů využilo pro jeho cíl co nejlépe. Bůh ovocem karmy manipuluje, ale nic k ní nepřidává ani z ní neubírá. Skladištěm dobré a zlé karmy je podvědomí člověka. Íšvara z tohoto skladiště vybírá to, co vidí jako nejvhodnější pro duchovní rozvoj každého člověka v daném čase, ať je to příjemné nebo bolestné. Nic tu není libovolné. [3]

*Ot.: V Upadeša Saram říkáte, že karma přináší ovoce podle určení Boha (karta). Znamená to, že sklízíme následky karmy výhradně z vůle boží?*

Odp.: V tomto díle znamená karta (Bůh) Íšvaru. On je tím, kdo každému člověku přiděluje ovoce činností podle jeho karmy. To znamená, že je projevem Brahman. Skutečné Brahman je neprojevené a bez pohybu. Jen projevené Brahman se jmenuje Íšvara. Každému člověku dává ovoce podle jeho činů (karma). Znamená to, že Íšvara je jen činitelem a že uděluje mzdu podle vykonané práce. Toť vše. Bez této šakti (síly) Íšvary, by karma neexistovala. Proto se říká, že karma existuje sama o sobě a, že je inertní. [4]

*Ot.: Současné zkušenosti jsou výsledkem minulé karmy. Kdybychom věděli o omylech, kterých jsme se předtím dopustili, mohli bychom je napravit.*

Odp.: I když je něčí omyl napraven, celá sančita karma z minulých životů, která vám způsobí bezpočet zrodů, zůstává. To tedy není cesta. Čím více rostlinu prořezáváte, tím divočeji roste. Čím víc napravujete svou karmu, tím víc jí hromadíte. Nalezněte kořen karmy a odsekněte jej. [5]

*Ot.: Znamená teorie karmy, že svět je výsledkem akce a reakce? Jestliže ano, pak akce a reakce čeho?*

Odp.: Až do realizace bude existovat karma, to jest, akce a reakce. Po realizaci nebude existovat ani žádná karma, ani žádný svět. [6]

*Ot.: Nejsem-li tělem, proč odpovídám za následky svých dobrých a špatných činů?*

Odp.: Nejste-li tělem a nemáte-li myšlenku, „Jsem konající“, nebudou vás vaše dobré a špatné skutky ovlivňovat. Proč o činnostech, jež provádí vaše tělo, říkáte, „Dělám toto“ nebo, „Dělám ono“? Pokud se s tělem takto ztotožňujete, jste ovlivňován následky činností, to jest, dokud se ztotožňujete s tělem, shromáždíte dobrou a špatnou karmu.



Ot.: Protože však nejsem tělem, nejsem ve skutečnosti za následky dobrých nebo špatných činů zodpovědný.

Odp.: Když nejste, tak proč se o ten problém staráte?

Ot.: Na některých místech se říká, že lidské úsilí je zdrojem vsí síly a že může i překročit karmu. Jinde se tvrdí, že to vše je božská milost. Není jasné, které z těchto tvrzení je správné.

Odp.: Ano, některé filosofické školy říkají, že jiný Bůh než karmy předešlých zrodů neexistuje, že karma vykonaná ve zrodu současném je podle písem známa jako **purušakara** (lidská snaha), že se předešlá a současná karma setkávají, aby spolu bojovaly jako berani a že přitom bude ta, která je slabší, eliminována. To je důvod, proč tito lidé říkají, že by měl člověk purušakaru posilovat. Jestliže se jich zeptáte, co je původem karmy, řeknou, že by taková otázka neměla být kladena, protože je podobná věčné otázce, „Co bylo dříve, semeno nebo strom?“

Takové debaty jsou pouhé disputace, které ke konečné pravdě nikdy nedospějí. To je důvod, proč říkám, abyste nejprve zjistil, kdo jste. Když se člověk ptá, „Kdo jsem já? Jak jsem získal tuto doša (vinu) života?“, „já“ se podrobí a člověk realizuje Já. Když to vykoná správně, bude doša eliminována a bude dosaženo míru. Já trvá takové jaké je. [8]

Podstatou karmy je poznat pravdu o sobě dotazováním, „Kdo jsem já, konající, jenž začíná vytvářet karmu?“ Dokud není vykonavatel karmy, ego, eliminován cestou dotazování, nemůže být svrchované blaho, které je výsledkem karma jógy, dosaženo. [9]

Ot.: Mohou lidé odstranit následky svých špatných činů recitováním manter nebo prováděním džapy, nebo je musí povinně zažít?

Odp.: Jestliže pocít, „Já provádím džapu“ neexistuje, nezasáhnou člověka špatné činy, které spáchal. Jestliže pocít, „Já provádím džapu“ existuje, nelze důsledky zlých činů odvrátit.

Ot.: Nevymazává **punja** (zásluhy nashromážděné z ctnostných skutků) **papa** (provinění nahromaděné zlými skutky)?

Odp.: Pokud existuje pocít, „Já konám“, musí člověk výsledky svých činů zakusit, ať jsou dobré nebo špatné. Jak by bylo možné vyrušit jeden skutek jiným? Když je pocít, „Já konám“ ztracen, nic člověka neovlivňuje. Pokud člověk nerealizuje Já, pocít, „Já činím“, nikdy nezmizí. Na co by potřeboval ten, kdo realizoval Já, džapu? K čemu je třeba tapas? Díky síle prarabdha pokračuje život dál, ale ten, kdo realizoval Já, netouží po ničem.

Prarabdha karma má tři kategorie, **ičha**, **aničha** a **parečha** (způsobená osobní touhou, bez osobní touhy a vyvolaná touhou jiných). Pro toho, kdo realizoval Já, ičha-prarabdha neexistuje, ale ostatní dvě, aničha a parečha, zůstávají. Ať dělá džňánin cokoli, je to jen pro ostatní. Má-li pro ostatní něco vykonat, vykoná to, ale výsledky jej neovlivní. Ať tito lidé vykonávají jakoukoli činnost, netýká se jich punja ani papa. Dělalí to, co je správné podle přijatých standardů světa - nic jiného. [10]

Ti, kdo vědí, že vše co mají v tomto životě zažít, je jen to, co je určeno jejich

prarabdha karmou, se nebudou, pokud jde o to co má být zažito, nikdy cítit zmatení. Vězte, že všechny zkušenosti, které má člověk zažít, na něj budou uvaleny, ať si to přeje nebo ne. [11]

Ot.: Realizovaný člověk nemá žádnou další karmu. Není svou karmou vázán. Proč musí ještě setrvávat ve svém těle?

Odp.: Kdo klade tuto otázku? Je to realizovaný člověk nebo adžňánin? Proč byste se měl starat o to, co džňánin dělá nebo proč něco dělá? Starejte se o sebe. Nyní máte dojem, že jste tělem a tak si myslíte, že tělo má i džňánin. Říká džňánin, že má tělo? Může se na vás dívat jakoby tělo měl a může vypadat jakoby tělem konal nějaké věci stejně jako ostatní, ale on sám ví, že tělo nemá. Spálený provaz stále vypadá jako provaz, ale nemůže jako takový posloužit, když se s ním snažíte něco přivázat. Se džňáninem je to podobné - může vypadat jako ostatní lidé, ale je to jen vnější zdání. Pokud člověk sám sebe ztotožňuje s tělem, je těžké to všechno pochopit. To je důvod, proč se někdy v odpovědích říká, „Tělo džňánina trvá, dokud nebude odpracována prarabdha karma a jakmile bude prarabdha karma vyčerpána, tělo skončí“. V této souvislosti se používá následující přirovnání: šíp, který je jednou vystřelen, poletí a zasáhne cíl. Pravda však je, že džňánin překročil všechny karmy, včetně prarabdha a není vázán tělem ani jeho karmaný. [12]

Ani částička karmy neexistuje pro ty, kdo nepřerušovaně pozorují prostor vědomí, jenž vždy září jakožto „Já jsem“, jenž není ohraničen obrovským fyzickým prostorem a jenž bez omezení proniká vším. To jediné je smyslem dávného výroku, „Není osudu pro ty, kdo dosáhli nebes nebo je zakoušejí“. [13]

Ot.: Když užívám něco, co jsem získal, aniž jsem to plánoval nebo pro to pracoval, nebude to mít špatné následky?

Odp.: Tak to není. Každý čin musí mít své následky. Když vám něco přijde z důvodu prarabdha do cesty, nemůžete tomu zabránit. Přijímáte-li to, co přichází bez jakékoli zvláštní připoutanosti a bez touhy získat víc nebo touhy po opakování, neublíží vám to zrozením do dalšího života. Jestliže na druhé straně budete takovou věc užívat s velkou připoutaností nebo s přáním, aby toho bylo více, musí to vést k dalším a dalším zrodům. [14]

Ot.: Astrologie předpovídá události, které mají přijít, podle vlivu hvězd. Je to správné?

Odp.: Pokud máte pocít egoismu, je to správné. Je-li ego zničeno, není to všechno pravda.

Ot.: Znamená to, že astrologie nebude platit pro ty, jejichž ego je zničeno?

Odp.: Kdo pak zbude, aby říkal, že to není pravda? Vidění bude existovat jen tehdy, bude-li existovat ten, který vidí. Pokud jde o ty, jejichž ego bylo zničeno, nebudou ve skutečnosti vidět, i kdyby vypadali, jako že vidí. [15] Osud je výsledkem minulých činností. Týká se těla. Nechte tělo činit co se mu hodí. Proč se o ně zajímáte? Proč mu věnujete pozornost? Má-li se něco stát, stane se to jakožto důsledek minulých skutků člověka, boží vůle a dalších faktorů. [16]

Ot.: O přítomnosti se říká, že je dána minulou karmou. Můžeme minulou karmu nyní překročit ze své svobodné vůle?



Odp.: Podívejte se, co přítomnost je. Když to uděláte, pochopíte, co je jí ovlivněno nebo co má minulost či budoucnost, co je vždy přítomné a vždy volné, co zůstává minulostí a přítomností nebo nějakou minulou karmou neovlivněno. [17]

*Ot.: Existuje něco takového, jako je svobodná vůle?*

Odp.: Cí vůle to je? Dokud existuje pocit konání, existuje také pocit potěšení nebo individuální vůle. Je-li však tento pocit praxí vícáry ztracen, bude působit božská síla, která bude běh událostí řídit. Osud je překonáván džňánou, Sebepoznáním, jež je mimo vůli a osud. [18]

*Ot.: Chápu, že vnější záležitosti lidského života, jako je země, národnost, rodina, kariéra nebo zaměstnání, sňatek, smrt atd. jsou předurčeny karmou člověka. Je však možné, aby byly předurčeny všechny, i ty nejmenší detaily jeho života? Když nyní například položím vějíř, který držím v ruce, sem na podlahu, je možné, že již bylo určeno, že toho a toho dne v tu a tu hodinu takovýmto vějířem pohnu a položím jej zde na podlahu?*

Odp.: Zajisté. Vše, co má toto tělo udělat, a jakákoli zkušenost, kterou má prožít, byly rozhodnuty, už když vstoupilo do existence.

*Ot.: Co se tedy stalo se svobodou člověka a jeho odpovědností za činnosti, které koná?*

Odp.: Jedinou svobodou člověka je ze všech sil se snažit o džňánu a získat ji, což ho učiní způsobilým neztotožňovat se s tělem. Tělo nevyhnutelně projde všemi zkušenostmi, které stanovuje prarabdha a člověk se s ním může buď ztotožnit a být přitahován ovocem jeho činů nebo být k němu nepřipoután a být jen svědkem jeho činností. [19]

*Ot.: Svobodná vůle je tedy mýtus?*

Odp.: Svobodná vůle panuje ve vztahu k individualitě. Pokud trvá individualita, existuje svobodná vůle. Všechna písmata jsou založena na tomto faktu a radí namířit svobodnou vůli správným směrem.

Zjistěte, pro koho má svobodná vůle nebo osud význam. Zjistěte odkud přicházejí a přebývejte v jejich zdroji. Jestliže to uděláte, bude obojí překročeno. To je jediný důvod, proč se o těchto otázkách diskutuje. Komu tyto otázky vznikají? Zjistěte to a buďte v míru. [20]

*Ot.: Když se stane to, co je určeno aby se stalo, je k nějakému užítku modlitba či úsilí nebo bychom měli zůstat nečinní?*

Odp.: Existují jen dvě cesty jak zvítězit nad osudem nebo na něm být nezávislý. Jednou cestou je zkoumat, pro koho tento osud existuje a odhalit, že osudem je vázáno jenom ego a nikoli Já a že ego neexistuje. Druhou cestou je ego zabít úplným podrobením se Pánu tím, že si uvědomíte svou bezmocnost a stále říkáte, „Ne já, ale ty, Pane“, vzdávaje se přitom jakéhokoli pocitu „Já“ a „mé“ a přenechávaje Pánu, aby s vámi činil co je mu libo. Podrobení nikdy nelze považovat za úplné, dokud oddaný od Pána chce to nebo ono. Skutečné podrobení je láska k Bohu a nic jiného, dokonce ani nic, co by sloužilo osvobození. Jinými slovy, pro vítězství nad osudem je třeba úplně vyhladit ego, ať už sebedotazováním nebo cestou bhakti. [21]

## Slovníček

**advaita** Ne-dualita: rovněž pododdělení védantské filosofie

**ahamkara** Ego

**aham-vritti** „Já“-myšlenka

**adžapa** Nevyslovované a samočinné opakování Božího jména

**adžata** Ne-kausalita: viz úvod ke kapitole 21

**adžňána** Nevědomost, opak džňány

**adžňánin** Ten, kdo nerealizoval Já

**ánanda** Blaho

**aparókša anubhuti** Dílo o Seberealizaci připisované Šankarovi

**Ardžuna** Krišňův žák v Bhagavad-Gítě

**Arunáčala** Posvátná hora v Jižní Indii, kde Šrí Ramana strávil celý svůj dospělý život

**ásana** Pozice nebo způsob sezení

**átman** Já

**átma vičára** Sebedotazování

**avidja** Nevědomost

**Bhagavad-Gíta** Část Mahabharáty, ve které Krišna, vtělení Višnu, uděluje poučení Ardžunovi

**Bhagavata** Nazývaná též Bhagavatam: puranické dílo, shrnující část Krišnova života a učení

**bhakta** Oddaný

**bhakti** Oddanost

**Blavatská, H.P.** Ruská okultistka, zakladatelka teosofie

**Brahma** Hinduistické božstvo, jež je stvořitelem vesmíru: je jedním ze základních božstev Hinduismu

**Brahma-džňána** Poznání Brahman

**Brahman** Neosobní absolutno Hinduismu

**Brindavan** Místo v Severní Indii, kde kdysi žil Krišna

**Courtallam** Městečko v Jižní Indii

**Čajtanja** Hindský světec ze šestnáctého století, známý svou oddaností Krišnovi

**čakramy** Psychická centra v těle: viz úvod ke kapitole 13

**čit** Vědomí

**Dattarėja** Mudrc, o jehož jménu se zmiňují některé purány; o datu a místě jeho narození je známo jen málo, ale je mu připisováno advaitické dílo Advahuta Gíta

**dehatma buddhi** Myšlenka „Já jsem tělo“

**dhjána** Meditace

**dikša** Zasvěcení

**Džanaka** Indický král: vysvětlení jeho Seberealizace lze najít v Aštavakra Gíta  
**džapa** Doslovně „mumlání“, avšak jakožto zkrácená forma nama-džapa znamená opakování jména Božího



**dživan mukta** Ten, kdo je osvobozen ještě za života  
**džňána** Poznání Já: viz úvod ke kapitole 1  
**džňána drishti** Vize poznání  
**džňánin** Ten, kdo realizoval Já  
**gajatri** Nejslavnější Védické mantram „Nechť zbožňováníhodný, plný světla (Bůh) osvítí nás, kteří o něm meditujeme“  
**Ganapati** Hindský Bůh se sloní hlavou a lidským tělem; je synem Šivovým  
**Ganěš** Viz Ganapati  
**Gaudapada** Guru Šankarova Gurua, dávný hlasatel adžata a autor slavného komentáře (karika) k Mandukyopanišadě  
**Gíta** Viz Bhagavad-Gíta  
**guny** Tři kvality veškerého projevení - sattva, radžas a tamas: viz úvod ke kapitole 12  
**Íšvara** Svrchovaný osobní Bůh Hinduismu  
**Jama** Hindský Bůh smrti  
**Jóga Šastra** Jógová písma  
**Jóga Vašista** Advaitický text připisovaný Valmikimu, ve kterém mudrc Vašista odpovídá na otázky, které mu klade Ráma, jenž je inkarnací Višnu  
**jugapat-srithi** Okamžité stvoření  
**Kailasa** Posvátná hora v Himálajích na které prý přebývá Šiva  
**kaivalja** Stav sjednocení  
**Kaivalja** Celý název je Kaivalja Nanavíta a je to Tmilský text o advaitě  
**karika** Viz Gaudapada  
**karma** Existují tři základní významy:  
 1) činnost  
 2) následky činů  
 3) osud  
 viz úvod ke kapitole 21  
**Kdo jsem Já?** Jedno z ranných písemných děl Šrí Ramany, které je založeno na několika jeho odpovědích z roku 1901  
**Kévala** Jedinost  
**Krišna** Inkarnace (avatar) Višnu  
**kundalini** Jógová síla  
**Kuruovci** Rodina z Mahabharáty, která byla hlavním odpůrcem Pánduovců; Ardžuna byl jeden z Pánduovců a Kuruovce s Krišnovou pomocí zničil  
**lája** Doslova znamená „rozpuštění“, ale když tento termín používal Šrí Ramana, znamenal stav podobný tranzu, ve kterém dočasně nefunguje mysl  
**líla** Božská hra  
**mahátma** Velká duše, velký člověk nebo světec  
**mahavakjas** Doslova „velká rčení“; přesněji se týká čtyř citací, které potvrzují skutečnost Já:  
 1) „To jsi ty“  
 2) „Já jsem Brahman“  
 3) „Toto Já je Brahman“  
 4) „Pradžňána“ (vědomí) je Brahman

**Maha jóga** Kniha o učení Šrí Ramany: viz seznam literatury  
**mája** Iluze  
**Malajalam** Jeden z místních jazyků Jižní Indie  
**Mandukjopanišada** Jedna z hlavních Upanišad  
**mantry** Posvátná slova, která předává Guru žákovi: viz úvod ke kapitole 8  
**móक्षा** Osvobození  
**mouna** Ticho  
**mukti** Osvobození  
**muktové** Ti, kdo jsou osvobozeni  
**nirvikalpa** Bez rozdílů: nirvikalpa samádhi je samádhi, ve kterém nejsou vnímané rozdíly: viz úvod ke kapitole 14  
**Parabrahman** Svrchované Brahman  
**Pandačasi** Dílo o advaita Védantě ze čtrnáctého století  
**papa** Hřích nebo špatné následky činů  
**Pataňdžali** Autor Jóga sutras a zakladatel rádža jógy  
**prána** Životní energie, která udržuje tělo  
**pranava** Mantra ÓM  
**púndža** Zásluhy nashromážděné dobrými skutky  
**Puruša Sukta** Část Rig Vědy: Rig Věda je nejstarší Hindské písmo  
**radžas** Činnost  
**rádža jóga** Jógový systém vytvořený Pataňdžalim: „radža“ znamená doslova „královská“  
**Ramakrišna** Bengálský světec z devatenáctého století  
**Ramanášramam** Ášram, který vznikl kolem Šrí Ramany  
**sádhaka** Používá se i výrazu sádhak: člověk na duchovní cestě  
**sádhana** Doslovně se překládá jako „prostředek“, ale v obecnějším smyslu znamená „duchovní praxe“  
**Sádhana Pančakam** Dílo připisované Šankarovi, které poskytuje rady duchovnímu žákovi  
**sádhhu** Vznešený člověk nebo duchovní aspirant. Šrí Ramana však tohoto termínu používal jako titulu pro toho, kdo realizoval Já  
**sahadža** Přirozený  
**samádhi** Šrí Ramana tohoto výrazu používal pro označení stavu, ve kterém má člověk přímou zkušenost Já; viz úvod ke kapitole 14  
**samskára** Vnitřní tendence  
**sat** Bytí  
**sat-čit-ánanda** Bytí-vědomí-blaho  
**sat-sanga** Spojování se s bytím nebo také přebývání ve společnosti toho, kdo realizoval Já  
**sattvický** Čistý, viz úvod ke kapitole 12  
**savikalpa** Doslovně „s rozdíly“: Šrí Ramana tento termín používal, aby označil úroveň samádhi, jehož člověk dosáhl trvalým úsilím. Viz úvod ke kapitole 14  
**siddhis** Nadpřirozené síly  
**sloka** Verš v sánskrtském písmu  
**soham** Tvrzení „Já jsem on“





# Poznámky a odkazy

**sušumna** Psychický kanál procházející páteří  
**swarupa** Skutečný tvar nebo skutečná přirozenost  
**Swarupanad** TAMILSKÝ GURU ze sedmnáctého století  
**šakti** Síla

**Šankara** Nazývaný též Šankaračárja: náboženský reformátor z osmého století a filosof. Byl první, kdo popularizoval advaita védantu

**šastras** Písma

**Šiva** Jedno ze tří hlavních Hindských božstev. Šrí Ramana používal tohoto slova také jako synonyma pro pro **Já**.

**Šrí, Šrimad** Čestné předpony

**šridi Sai Baba** Výstřední a charismatický duchovní učitel, který byl velmi známý díky svým nadpřirozeným silám. Zemřel v roce 1918

**tamas** Netečnost nebo lenivos

**Tamilština** Jihoindický jazyk, mateřská řeč Šrí Ramany

**tapas** Obvykle znamená meditaci spojenou s cvičením osobního sebezapírání nebo tělesného umrtvování. Tapas má však i mnoho jiných významů, jako například pokání, náboženská přísnost a horko.

**Tattvaraja** Žák Swarupanandův, TAMILSKÝ GURU ze sedmnáctého století a autor několika TAMILSKÝCH filosofických děl

**Teosofická společnost** Společnost založená paní Blavatskou v devatenáctém století pro zkoumání skrytých sil člověka a pro podporu univerzálního bratrství

**Tiruvannamalai** Město vzdálené asi míli od ášramu Šrí Ramany

**turija** Čtvrtý stav

**turjatita** Překračující čtvrtý

**upadeša** Učení

**Upadeša Saram** Báseň o třiceti sánskrtských verších, kterou napsal Šrí Ramana

**Upanišady** Závěrečná část Véd (písmo, jež má v Hinduismu základní autoritu). Upanišady jsou texty, z nichž je odvozena celá filosofie Védanty

**vada** Teorie

**Vaikunta** Višnuovo nebe

**vásany** Mentální tendence

**védanta** Čtyři sbírky písem, pocházející z doby 2000 let před Kristem, které jsou pro většinu Hindů svrchovanou autoritou

**Védy** Metafyzická filosofie odvozená z textů Upanišad

**Vellore** Město vzdálené padesát mil od ášramu Šrí Ramany

**vičára** Sebedotazování

**videha mukti** Osvobození v okamžiku smrti

**Vidjarándja** Autor Pančadasi, díla o advaitě ze čtrnáctého století

**Višnu** Jedno ze tří hlavních božstev Hinduismu

**Vivékačudamani** Advaitické dílo připisované Šankarovi. Většina učenců se dnes domnívá, že bylo napsáno nejméně dvě stě let po jeho smrti

**vritti** Modifikace, obvykle mentální

## ČÁST JEDNA: JÁ

1 S. Om (tr.), The original writings of Sri Ramana, Ulladu Narpadu Anubandham benedictory verse.

### Kapitola 1: Povaha Já

1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.123.

2 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.1036, 1034, 901, 438

3 D. Mudaliar, Day by Day with Bhagavan, p.244

4 M. Venkataramiah, op.cit., p.243

5 Ibid., pp.110-11

6 D. Mudaliar, op.cit., p.296

7 Ibid., p.155

8 Muruganar, op. cit., v.1161

9 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.15

10 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p. 81

11 Muruganar, op. cit., vv.1056, 422

12 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.20

13 Muruganar, Op.cit., vv.97,99,343

14 D. Mudaliar, op.cit., p.88

15 Ibid., p.65

16 S. Nagamma, op.cit., pp.310-11

17 "Who" Maha Yoga, p.202

18 D. Mudaliar, op.cit., p.90

19 Ibid., p.79

20 Ibid., pp.90-1

21 S. Nagamma, op.cit., p.196

22 S. Natananda, op. cit., p.21

23 M. Venkataramiah, op.cit., p.402

24 Ibid., p.31

25 Muruganar, op.cit., v.1029

26 M. Venkataramiah, op.cit., p.1

27 T.N. Venkataraman, op.cit., p.72

28 M. Venkataramiah, op.cit., pp.92-3

29 Ibid., p.93

30 Ibid., p.229

31 Muruganar, op.cit., v.435

### Kapitola 2: Sebe - vědomí a Sebe - zapomínání

1 T.N.Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.31-2

2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.326-7

3 Ibid., pp.91-2

4 Ibid., pp.561-3

5 T.N. Venkataraman, op. cit., p.201

6 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p. 201

7 D. Mudaliar, Day by Day with Bhagavan, p.287

8 M. Venkataramiah, op. cit., pp.330-1

9 D. Mudaliar, op.cit., p.74

10 S. Cohen, Guru Ramana, p.63



- 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.6
- 12 D. Mudaliar, op. cit., pp.79-80
- 13 T. N.Venkataraman, op. cit., pp.86-7
- 14 M. Venkataramiah, op. cit., p.4
- 15 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.779
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., pp.248-9
- 17 Ibid., pp.128-9
- 18 D. Mudaliar, op.cit., p.148
- 19 M. Venkataramiah, op.cit., p.615
- 20 Ibid., p.589
- 21 Ibid., pp.564-5
- 22 D. Mudaliar, op.cit., pp.15-16
- 23 S. Nagamma, op.cit., p.130

### Kapitola 3: Džňánin

- 1 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhayasa, p.xx
- 2 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.85-6
- 3 S. Cohen, Guru Ramana, pp.101-2
- 4 T.N. Venkataraman, op.cit., pp.60-2
- 5 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.217
- 6 S. Cohen, op.cit., p.100
- 7 S. Om, "The Original writings of Sri Ramana", Ulladu Narpadu Anubamndham, v.32
- 8 T.N. Ventakaraman, op.cit., p.88
- 9 M. Ventakaramiah, op.cit., pp.349-50
- 10 S. Om, Guru Vachaka Kovai Urai
- 11 D. Mudaliar, Day by Day withn Bhagavan, pp.189-90
- 12 M. Venkataramiah, op.cit., pp.479-80
- 13 K. Sastri, op.cit., xxx-xxxi
- 14 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.147
- 15 Ibid., pp.139-41
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.221
- 17 S. Cohen, op.cit., pp.101-2
- 18 D. Mudaliar, op.cit., p.144
- 19 M. Venkataramiah, op.cit., p.39
- 20 Ibid., p.3
- 21 Ibid., p.53
- 22 Ibid., p.534

### ČÁST DVĚ: DOTAZOVÁNÍ A PODROBENÍ

- 1 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.157
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.176
- 3 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.722, 731

### Kapitola 4: Sebedotazování - teorie

- 1 M. Spenser, "Sri Bagavan's Letter to Ganapati Muni", The Mountain Path, 1982, vol.19, p.96
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.25
- 3 A. Osborne (ed.), The Collected Works of Ramana Maharshi, Upadesa Saram, vv.19, 17, 18, p.85
- 4 M. Venkataramiah., op.cit., pp.232-3
- 5 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.83-5
- 6 S. Cohen, Guru Ramana,pp.83-5

- 7 M. Venkataramiah., op.cit., pp.94-5
- 8 Ibid., pp.154-5
- 9 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv. 42,613
- 10 M. Venkataramiah., op.cit., p.574
- 11 Ibid., pp.244-5
- 12 S. Om (tr.), "Ulladu Narpadu -Kalivenba", The Mountain Path, 1981, vol.18, pp.220,219
- 13 S. Om. (tr.), The Path of Sri Ramana, Atmavidya Kirtanam, v.2, p.45
- 14 M. Venkataramiah., op.cit., p.357
- 15 Muruganar, op.cit., v.756
- 16 T.N. Venkataraman, op.cit., p.51
- 17 Muruganar, op.cit., v.294
- 18 M. Venkataramiah., op.cit., p.130

### Kapitola 5: Sebedotazování

- 1 S. Abhishiktananda, The Secrets of Arunachala p.73
- 2 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhasya, pp.iii-iv
- 3 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.87
- 4 S. Om. (tr.), The Path of Sri Ramana, Atmavidya Kirtanam, pp.157,159,160,163
- 5 P. Brunton, A Search in Secret India, pp.156-7
- 6 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi,pp.161-2
- 7 Ibid., pp.571-2
- 8 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.73
- 9 M. Venkataramiah., op.cit., p.43
- 10 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, pp.25-7
- 11 M. Venkataramiah., op.cit., pp.184-5
- 12 Ibid., pp.463-4
- 13 D. Mudaliar, op.cit., p.31
- 14 M. Venkataramiah., op.cit., p., p.163
- 15 Ibid., p.27
- 16 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.399
- 17 S. Cohen, Guru Ramana, p.9
- 18 M. Venkataramiah., op.cit., p.145
- 19 D. Mudaliar, op.cit., p.7
- 20 M. Venkataramiah., op.cit., pp.582-3
- 21 D. Mudaliar, op.cit., p.76
- 22 M. Venkataramiah., op.cit., p.50
- 23 M. Venkataramiah., op.cit., p.550
- 24 K. Sastri, op. cit., p.ix
- 25 M. Venkataramiah., op.cit., p.470
- 26 Ibid., pp.151-2
- 27 Ibid., pp.332-3
- 28 M. Venkataramiah., op.cit., p.35
- 29 Muruganar, op. cit., vv.433, 1232

### Kapitola 6: Sebedotazování - chybné chápání

- 1 S. Om (tr.), "Ulladu Narpadu -Kalivenba", The Mountain Path, 1981, vol.18, p.217
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.162
- 3 Ibid., pp.47-8
- 4 Ibid., p.235
- 5 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.68
- 6 Ibid., pp.192-3
- 7 M. Venkataramiah, op.cit., p.202



- 8 Ibid., pp.306-7  
 9 D. Mudaliar, op.cit., p.72  
 10 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhasya, pp.viii-iv  
 11 D. Mudaliar, op.cit., pp.280-1  
 12 M. Venkataramiah, op.cit., pp.464-5  
 13 K. Sastri, op. cit., pp.xvii-xix  
 14 T.N. Venkataramiah, op.cit., p.378  
 15 D. Mudaliar, op.cit., p.202  
 17 T.N. Venkataramiah, op.cit., p.229  
 18 Ibid., p.488  
 19 "Who" Maha Yoga, p.197  
 20 D. Mudaliar, op.cit., p.185  
 21 G. Muni, Sri Ramana Gita, ch.5, v.2  
 22 Tento popis je uveden v Ashtangahridayam, Hindském lékařském díle, jež bylo citováno výše v této kapitole.  
 23 T.N. Venkataramiah, op.cit., p.116  
 24 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.116

### Kapitola 7; Sebeodevzdání

- 1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.285  
 2 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.140  
 3 Ibid., p.72  
 4 Ibid., p.30  
 5 M. Venkataramiah, op.cit., p.334  
 6 Ibid., pp.322-3  
 7 D. Mudaliar, op.cit., p.42  
 8 M. Venkataramiah, op.cit., p.49  
 9 Ibid., p.425  
 10 Ibid., p.195  
 11 Ibid., p.175  
 12 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, pp.181-3  
 13 M. Venkataramiah, op.cit., p.69  
 14 S. Nagamma, op.cit., pp.309-10  
 15 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.974,652,655  
 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.219  
 17 Ibid., p.133  
 18 Ibid., p.69  
 19 Muruganar, op.cit., vv.658,657,521,520,721,1205,472  
 20 S. Nagamma, op.cit., p.18  
 21 Muruganar, op.cit., v.683  
 22 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.24  
 23 D. Mudaliar, op.cit., p.157  
 24 M. Venkataramiah, op.cit., pp.29-30

### ČÁST TŘI: GURU

- 1 S. Om. (tr.), The Path of Sri Ramana, p.160  
 2 A. Osborne, Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge, 3 p.142  
 3 P. Brunton, Conscious Immortality, p.35

### Kapitola 8: Guru

- 1 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.36-7

- 2 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.2  
 3 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.169  
 4 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.554-5  
 5 "Who" Maha Yoga, p.193  
 6 S. Natananda, op.cit., pp.1-3  
 7 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.161  
 8 M. Venkataramiah, op.cit., p.516  
 9 Śrī Ramana napsal několik básní na počest hory Arunáčaly. V některých verších zdůrazňuje, že to byl jeho Guru, jeho Bůh a jeho Já.  
 10 S. Cohen, Guru Ramana, pp.67-8ě  
 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.46  
 12 Ibid., p.404  
 13 Ibid., p.392  
 14 S. Nagamma, op.cit., p.75  
 15 M. Venkataramiah, op.cit., pp.240-1  
 16 Ibid., p.281  
 17 Ibid., pp.20-1  
 18 Ibid., p.242  
 19 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.270,248,799,800,324,290  
 20 M. Venkataramiah, op.cit., p.208  
 21 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhasya, p.v.  
 22 M. Venkataramiah, op.cit., p.80  
 23 Ibid., p.124  
 24 Ibid., p.33  
 25 Ibid., p.114  
 26 Ibid., p.181  
 27 Ibid., p.183  
 28 D. Mudaliar, My Reminiscencies, p.106  
 29 M. Venkataramiah, op.cit., p.5  
 30 Ibid., p.136

### Kapitola 9: Ticho a sat - sanga

- 1 S. Om, "The Original writings of Sri Ramana", Ulladu Narpadu Anubamndham, vv. 1-5  
 2 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.16  
 3 P. Brunton, Conscious Immortality, pp.141-2  
 4 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.286  
 5 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.402  
 6 Ibid., p.501  
 7 Ibid., pp.369-70  
 8 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.34-5  
 9 M. Venkataramiah, op.cit., pp.200-1  
 10 D. Mudaliar, op.cit., pp.145-6  
 11 M. Venkataramiah, op.cit., pp.500-1  
 12 Ibid., pp.74-5  
 13 Ibid., p.528  
 14 Ibid., p.135  
 15 Ibid., p.177  
 16 Ibid., p.123  
 17 Ibid., p.572  
 18 Ibid., p.247  
 19 Ibid., p.318  
 20 P. Brunton, op.cit., p.147  
 21 M. Venkataramiah, op.cit., p.461



- 22 Ibid., p.140  
 23 Ibid., p.186  
 24 D. Mudaliar, op.cit., pp.236-7  
 25 M. Venkataramiah, op.cit., p.242

## ČÁST ČTYŘI; MEDITACE A JÓGA

- 1 S. Cohen, Guru Ramana, p.78  
 2 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.691

### Kapitola 10: Meditace a koncentrace

- 1 P. Brunton, Conscious Immortality, pp.176  
 2 G. Muni, Sri Ramana Gita, ch.7, vv.26,22  
 3 S. Om. (tr.), The Path of Sri Ramana, p.163  
 4 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.144-5  
 5 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.738-9  
 6 M. Venkataramiah, op.cit., p.261  
 7 Ibid., p.429  
 8 Ibid., p.145  
 9 Ibid., pp.255-6  
 10 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.13  
 11 M. Venkataramiah, op.cit., pp.256-7  
 12 Ibid., p.514  
 13 Ibid., p.66  
 14 S. Cohen, Guru Ramana, pp.73-4  
 15 Ibid., p.76  
 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.337  
 17 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.81-2  
 18 M. Venkataramiah, op.cit., p.169-70  
 19 Ibid., p. 28  
 20 Ibid., pp.518-19  
 21 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.243  
 22 M. Venkataramiah, op.cit., p.88

### Kapitola 11 Mantry: a džapa

- 1 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.25  
 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.417  
 3 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.146-7  
 4 M. Venkataramiah, op.cit., pp.416-17  
 5 D. Mudaliar, op.cit., pp.147  
 6 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.707  
 7 M. Venkataramiah, op.cit., p.376  
 8 D. Mudaliar, op.cit., p.210  
 9 Ibid., p.229  
 10 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, pp.202-3  
 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.296  
 12 Ibid., pp.507-8  
 13 T.N. Venkataraman, op.cit., p.25  
 14 Muruganar, op.cit., vv.710-709  
 15 M. Venkataramiah, op.cit., pp.2-3  
 16 S. Cohen, Guru Ramana, pp.75-6  
 17 G. Muni, Sri Ramana Gita, ch.7, vv.10,11  
 18 M. Venkataramiah, op.cit., p.508

### Kapitola 12; život ve světě

- 1 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, p.43  
 2 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.7-8  
 3 P. Brunton, Conscious Immortality, pp.130-1  
 4 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, pp.211-12  
 5 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.50  
 6 Ibid., p. 15  
 7 Ibid., p.80  
 8 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.17  
 9 P. Brunton, op.cit., pp.123-4  
 10 Ibid., p.133  
 11 Ibid., p.43. Otázka, týkající se ášramu Šrí Aurobinda, pochází z původního rukopisu knihy. Z publikované knihy byla vypuštěna.  
 12 Ibid., pp.139-140  
 13 Ibid., p.31  
 14 "Who" Maha Yoga, p.175-6  
 15 S. Nagamma, op.cit., pp.175-6  
 16 P. Brunton, op.cit., p.32  
 17 M. Venkataramiah, op.cit., p.20  
 18 P. Brunton, op.cit., p.14

### Kapitola 13: Jóga

- 1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.576  
 2 Ibid., 27  
 3 Ibid., p.178  
 4 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.188-9  
 5 Chitta-vritti-nirodha je druhá sůtra Pataňdžalioho Yoga Sutrás  
 6 "Who" Maha Yoga, p.194  
 7 M. Venkataramiah, op.cit., pp.417-18  
 8 Ibid., p. 26  
 9 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.6  
 10 M. Venkataramiah, op.cit., p.134  
 11 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.701  
 12 D. Mudaliar, op.cit., p.32  
 13 Ibid., p.47  
 14 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, pp.373-4  
 15 D. Mudaliar, op.cit., pp.14-15  
 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.366  
 17 Ibid., pp.575-6  
 18 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, pp.35-6  
 19 "Who", op.cit., p.203  
 20 M. Venkataramiah, op.cit., p.584  
 21 Ibid., p.532  
 22 Muruganar, op.cit., v.690  
 23 S. Nagamma, op.cit., p.179  
 24 M. Venkataramiah, op.cit., pp.599-600  
 25 Ibid., p.414  
 26 R. Swarnagiri, op.cit., pp.30-1  
 27 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.34  
 28 "Who", op.cit., pp.197-8  
 29 T.N. Venkataraman, op.cit., p.34  
 30 M. Venkataramiah, op.cit., p.484



**ČÁST PĚT: ZKUŠENOST**

- 1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.116-17
- 2 Ibid., p.123
- Kapitola 14: Samádhi
- 1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.357-8
- 2 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.898
- 3 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, p.42
- 4 S. Cohen, Guru Ramana, p.89
- 5 Ibid., p.88
- 6 Ibid., p.87
- 7 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.116
- 8 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhasya, pp.xi-xii
- 9 M. Venkataramiah, op.cit., p.79
- 10 S. Cohen, op.cit., pp.89-90
- 11 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.269
- 12 Ibid., p.270
- 13 S. Cohen, op.cit., p.90
- 14 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.32
- 15 Muruganar, op.cit., pp.381-2
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., pp.381-2
- 17 S. Cohen, op.cit., pp.86-7
- 18 Muruganar, op.cit., vv.893,174
- 19 "Who" Maha Yoga, pp.202-3
- 20 T.N. Venkataraman, op.cit., p.34
- 21 S. Nagamma, op.cit., pp.230-40
- 22 M. Venkataramiah, op.cit., p.121
- 23 Muruganar, op.cit., v.895

**Kapitola 15: Vize a psychické síly**

- 1 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.357
- 2 Ibid., p.550
- 3 Ibid., pp.423-5
- 4 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.184-5
- 5 M. Venkataramiah, op.cit., p.355
- 6 Ibid., pp.278-9
- 7 Ibid., p.442
- 8 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.46
- 9 D. Mudaliar, op.cit., p.232
- 10 K. Sastri, Sat-Dharsana Bhasya, pp.xxii
- 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.552
- 12 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.1212
- 13 M. Venkataramiah, op.cit., p.578
- 14 Muruganar, op.cit., vv.219,221,222,224
- 15 S. Cohen, Guru Ramana, p.100
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.478
- 17 Ibid., pp.17-18

**Kapitola 16: Problémy a zkušenosti**

- 1 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.314
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.314
- 3 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.22
- 4 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.251

- 5 D. Mudaliar, op.cit., p.232
- 6 M. Venkataramiah, op.cit., p.129
- 7 S. Cohen, Guru Ramana, p.39
- 8 D. Mudaliar, op.cit., p.182
- 9 P. Brunton, Conscious Immortality, p.202
- 10 T.N. Venkataraman, op.cit., pp.43-4
- 11 D. Mudaliar, op.cit., pp.237-8
- 12 M. Venkataramiah, op.cit., p.179
- 13 Ibid., p.55
- 14 Ibid., p.549
- 15 Ibid., pp.435-7
- 16 D. Mudaliar, op.cit., p.198
- 17 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, p.36
- 18 D. Mudaliar, op.cit., pp.169-170
- 19 M. Venkataramiah, op.cit., p.394

**ČÁST ŠEST: TEORIE**

- 1 P. Brunton, Conscious Immortality, p.202

**Kapitola 17: Teorie stvoření a skutečnost světa**

- 1 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.132
- 2 S. Madhavatirtha, "Conversations with the Maharshi", The Mountain Path, 1980, Vol.17, p.2
- 3 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.85-6
- 4 D. Mudaliar, op.cit., p.149
- 5 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, pp.612-13
- 6 Ibid., p.341
- 7 Ibid., p.354
- 8 Ibid., pp.36-7
- 9 Ibid., p.432
- 10 Ibid., p.41
- 11 S. Cohen, Guru Ramana, p.69
- 12 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.94
- 13 Muruganar, op.cit., vv.49.50,51,52,57
- 14 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.63-7
- 15 S. Madhavatirtha, "Conversations with Bhagavan", The Mountain Path, 1981, vol.18, pp.154-5
- 16 S. Cohen, op.cit., pp.56-7

**Kapitola 18: Reinkarnace**

- 1 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, p.41
- 2 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.874,1122, Bhagavan 9
- 3 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.235
- 4 Ibid., p.13
- 5 Ibid., pp.191-2
- 6 Ibid., p.55
- 7 Ibid., p.121
- 8 Ibid., p.40
- 9 S. Cohen, Guru Ramana, p.44
- 10 Ibid., pp.41-2
- 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.164
- 12 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.236



- 13 S. Cohen, op.cit., p.40
- 14 T.N. Venkataraman, op.cit., p.27
- 15 "Who" Maha Yoha, p.196
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., p.196
- 17 D. Mudaliar, op.cit., p.221
- 18 M. Venkataramiah, op.cit., p.602

#### Kapitola 19: Povaha Boha

- 1 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.55-8
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.333
- 3 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.867
- 4 M. Venkataramiah, op.cit., pp.610-11
- 5 Ibid., p.102
- 6 Muruganar, op.cit., vv.714-16
- 7 Ibid., vv.105-9
- 8 M. Venkataramiah, op.cit., pp.31-2
- 9 Muruganar, op.cit., v.1191
- 10 P. Brunton, Conscious Immortality, pp.7,8,10
- 11 M. Venkataramiah, op.cit., p.268
- 12 P. Brunton. op.cit., pp.180-181
- 13 Ibid., p.187
- 14 Muruganar, op.cit., vv.1098,1099,195,196
- 15 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.148
- 16 Muruganar, op.cit., v.930
- 17 M. Venkataramiah, op.cit., p.127
- 18 P. Brunton. op.cit., p.127
- 19 Podle Hinské kosmologie je celý projevený vesmír opakovaně znovu absorbován v neprojeveném Brahman. Tato apsorpcie je známa jako pralája.
- 20 M. Venkataramiah, op.cit., pp.34-5
- 21 P. Brunton. op.cit., p.186
- 22 R. Swarnagiri, Crumbs from his Table, p.44
- 23 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.242-3
- 24 Muruganar, op.cit., v.1207

#### Kapitola 20: Utrpení a mravnost

- 1 S. Om (tr.), "Ulladu Narpadu -Kalivenba", The Mountain Path, 1981, vol.18, p.218
- 2 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.120
- 3 T.N. Venkataraman (pub.), Maharshi's Gospel, pp.51-2
- 4 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.27
- 5 S. Cohen, Guru Ramana, pp.47-8
- 6 M. Venkataramiah, op.cit., pp.368-9
- 7 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, vv.952-4
- 8 M. Venkataramiah, op.cit., pp.593-4
- 9 "Who" Maha Yoga, p.192
- 10 D. Mudaliar, My Reminiscencies, pp.98-9
- 11 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, pp.80-1
- 12 Ibid., p.286
- 13 D. Mudaliar, 1970, op.cit., pp.94-5
- 14 Muruganar, op.cit., vv.807,808
- 15 M. Venkataramiah, op.cit., pp.226-8
- 16 Ibid., p.428
- 17 D. Mudaliar, 1977, op.cit., pp.304-5
- 18 Muruganar, op.cit., vv.574,573

- 19 Mudaliar, 1977, op.cit., p.258
- 20 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, pp.151-2
- 21 Muruganar, op.cit., v.791

#### Kapitola 21: Karma, osud a svobodná vůle

- 1 S. Natananda, Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, p.27
- 2 C. Aiyer, "Quotations from Maharshi", The Mountain Path, 1982, Vol.19, p.23
- 3 P. Brunton, Conscious Immortality, p.135. Jedna část jeho citací byla z publikované verze vinou nedbalosti vypuštěna. Citace, která je zde uvedena, je převzata přímo z rukopisu knihy.
- 4 S. Nagamma, Letters from Sri Ramanasramam, p.78
- 5 M. Venkataramiah (comp.), Talks with Sri Ramana Maharshi, p.470
- 6 Ibid, p.462
- 7 D. Mudaliar, Day by Day with Bahagavan, p.222
- 8 S. Nagamma, op.cit., p.171
- 9 Muruganar, Guru Vachaka Kovai, v.703
- 10 S. Nagamma, op.cit., p.65
- 11 Muruganar, op.cit., v.150
- 12 D. Mudaliar, op.cit., pp.295-6
- 13 Muruganar, op.cit., v.697
- 14 D. Mudaliar, My Reminiscencies, p.63
- 15 S. Nagamma, op.cit., pp.159-60
- 16 M. Venkataramiah, op.cit., pp.159-160
- 17 D. Mudaliar, 1977, op.cit., p.75
- 18 S. Cohen, Guru Ramana, p.50
- 19 D. Mudaliar, 1970, op.cit., pp.90-1
- 20 M. Venkataramiah, op.cit., 393
- 21 D. Mudaliar, 1977, op.cit., p.230

Abhishiktananda (1979), *The Secrets of Arunachala*, p.73 New Delhi, ISPCK. Aiyer,C



# Bibliografie

- Abhishiktananda (1979), *The Secrets of Arunachala*, p.73 New Delhi, ISPCK.
- Aiyer,C.S. (1982), „*Quotations from Maharshi*“, The Mountain Path, vol.19, p.23
- Brunton, P. (1980), *A Search in Secret India*, Bombay, BI Publications
- Brunton,P. (1984), *Conscious Immortality*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Cohen, S. (1980), *Guru Ramana*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Madhavatirtha,S. „*Conversations with the Maharshi*“, The Mountain Path, vol.17, p.211
- Madshavatirtha, S. (1981), „*Conversations with Bhagavan*“, The Mountain Path, vol.18, pp.153-5
- Mudaliar, D. (1970), *My Reminiscencies*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Mudaliar, D. (1977), *Day by Day with Bahagavan*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Muni, G. (1977), *Sri Ramana Gita*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, nepublikovaný překlad od Sadhu Om, Tiruvannamalai
- Nagamma, S, (1973), *Letters from Sri Ramanasramam*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Natananda, S. (1974), *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Om, S. (1980), *Guru Vachaka Kovai (Urai)*, New Delhi, Sri Ramana Kendra
- Om, S. (1981a), *The Path of Sri Ramana, Part One*, Varkala, Kerala, Sri Ramana Kshetra
- Om, S. (1981b) „*Ulladu Narpadu -Kalivenba*“, *The Mountain Path*, vol.18, pp.217-22
- Om, S.(tr.), „The Original writins of Sri Ramana“, nepublikovaný překlad
- Osborne, A. (ed.), (1972), *The Collected Works of Ramana Maharshi*, London, Rider and Company
- Osborne, A. (1979), *Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge*, Bombay, BI Publications
- Sastri, K. (1975), *Sat-Dharsana Bhasya*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Spenser, M. (1982), „Sri Bagavan's Letter to Ganapati Muni“, *The Mountain Path*, vol.19, pp.95-101
- Swarnagiri, R. (1981), *Crumbs from his Table*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Venkataraman T.N.(pub.), (1979), *Maharshi's Gospel*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Venkataramiah, M. (comp.),(1978), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- „Who“ (1973), *Maha Yoga*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam
- Všechny knihy, které publikoval Sri Ramanasramam lze získat z Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, 606603, S. India

