

Cesta Šrí Ramany

Šrí Sádhu Óm

První část – aspekt džňány v učení Ramany

*(Objasnění cesty sebezkomání, jak byla vyučována
Bhagavánem Šrí Ramanou, s krátkým životopisem
Šrí Ramany a s překladem díla „Kdo jsem já?“.)*



Z anglického originálu *The Path of Sri Ramana – Part One*,
který v roce 1981 vydal Šrí Ramana Kshetra, Kanvashrama Trust,
přeložil Rudolf Skarnitzl, (dodatky 1 až 3 přeložil LH).

S laskavým svolením Michaela Jamese zveřejněno na: www.rudolfskarnitzl.cz

© Michael James

Předmluva

„Setrvávat tak, jak Srdce je (to znamená bez myšlenek, jako pouhé „Já jsem“), je vskutku meditací o Srdci, o Skutečnosti“ – takto Bhagaván Šrí Ramana Mahářiši, který vždy přebývá v Srdci, nad myšlenkami, milostivě ukázal přímou a jednoduchou stezku ke spáse lidstva. Filosofie advaity prohlašuje, že osvobození (*mukti*) neznámá posmrtné dosažení nějakého nebeského světa (jako jsou Šivalóka nebo Vaikuntha), ale že je nutné ponořit se a přebývat tady a nyní v našem přirozeném stavu, v blahu dokonalého bytí – vědomí. Aby se toho dosáhlo, je třeba přijmout přímé učení (*upadéša*) Bhagavána Šrí Ramany, který říká, že člověk se má zabývat zkoumáním: „co je pravý význam slova „já“?“ nebo „kdo jsem já?“ Řada aspirantů totiž nepochopila správně techniku zkoumání sebe sama a jejich úsilí bylo proto marné. Z tohoto důvodu se tato kniha snaží ukázat jasně a správně cestu, jak provádět sebezkoumání a jak se vyhnout zbytečnému plýtvání sil.

Anglický filozof Francis Bacon řekl: „Některé knihy se musí ochutnat, jiné spolknout a jen několik se jich musí žvýkat a strávit.“ Právě tak nemáme tuto knihu jenom strávit, ale také se jí přizpůsobit a její obsah využívat ve svém každodenním životě, dokud se nestane nedílnou součástí naší pravé bytosti. Oba díly – první i druhý – „Stezky Šrí Ramany“ jsou míněny zejména pro ty vysoce zralé duše, které nejsou ochotny se dát podvádět slepou vírou. U této knihy by se nemělo postupovat podle zvyku číst tu a tam nějakou stránku, protože myšlenky v ní uvedené jsou řazené od jedné myšlenky ke druhé tak, aby každé idea vedle postupně a souvisle k idejím vyšším. Je nezbytné číst všechny stránky od začátku až do konce a žádnou nevynechat. Navíc opakované studium a hluboké nezaujaté promyšlení jsou též nezbytné, protože jedině tak se mnohé jemné body ozřejmí, a to je pro praxi velmi užitečné.

Těm, kdo přečtou tuto knihu jen jednou, se možná tu a tam bude zdát, jakoby milostivé učení Šrí Bhagavána bylo v rozporu s Písmem. To však není pravda. Pouze když tuto knihu čteme s ostrou myslí znova a znova, bude zřejmé, jak jeho učení pravdivě naplňuje pravý účel Písma. Proto bychom se neměli spokojit s jediným přečtením této knihy.

Jak vznikla tato kniha

Poté, co Bhagaván Šrí Ramana opustil v roce 1950 své svaté tělo, přicházelo ke svatostánku Šrí Arunáčalaramany mnoho stoupenců s velkou žízni po sebezpoznání a s touhou poznat jeho učení jasně a nezkresleně. Mezi nimi byla řada pravých aspirantů (*mumukšů*). Ti přišli nejen z různých částí Indie, ale také z jiných zemí. Ti, kterým nestačilo poznat učení Šrí Ramany pouze z anglických překladů, ale chtěli je znát přímo z původních tamilských prací Šrí Bhagavána, přicházeli k autorovi této knihy. Kládli mu četné užitečné otázky, které z rozličných úhlů zkoumali filozofii advaity, a vyptávali se na metodu praxe (*abhyasa*), která by jim pomohla pochopit učení Šrí Bhagavána a byla jim praktickou pomocí v jejich *átma-sádhaně*. Šrí Sádhu Óm jim odpovídal na všechny takové otázky a během rozhovorů vyjasňoval všechny pochybnosti, aniž by přitom citoval jakákoliv jiná Písma. Odvolával se pouze na původní tamilské texty Šrí Ramany. Četní návštěvníci si jeho odpovědi zaznamenávali, někteří si také zapisovali jeho tamilské verše, které sepisoval jako odpovědi na

kladené otázky. Jiní, zdaleka i zblízka, zase sbírali jeho nádherné odpovědi, které od něho obdrželi v korespondenci, ať už v angličtině či tamilštině. Tak tomu bylo po dobu 17 let (1950 až 1967). V roce 1967 Dr. R. Santanam, Bhagavánův stoupenec, vyvinul nesmírné úsilí, aby sebral všechny podobné odpovědi, které představovaly cenná vysvětlení učení Šrí Ramany. Pak je předal Šrí Sádhu Ómovi se žádostí, aby je seřadil do souvislého výkladu, že by je rád vydal jako knihu.

„Jak jste přišel na nápad vydávat knihu? Což to nejsou pouhé odpovědi, tak jak je měli někteří lidé zapotřebí?“ namítal Šrí Sádhu Óm.

„Jsou to plody naplněné naděje, kterou Šrí C. P. Nathan tak dlouho choval! Často mi říkal: 'Už dlouho vím, jak drahocenná jsou slova svámidžího.' Nesmíme dovolit, aby byla promarněna, aby přišla vniveč. Proto nás, prosím, poslechněte,“ zněla odpověď Dr. Santany. Do té doby však Šrí Sádhu Óm nikdy nepomyslel na to, že by se z jeho slov měla sestavit kniha. *(Poznámka: Šrí C. P. Nathan – tento upřímný bhaktický stoupenec Ramany, dobře znal nesmírnou hodnotu společnosti Šrí Sádhu Óma. Byl to on, kdo mu zabránil, aby žil jako potulný mnich, a přiměl jej, aby se usadil v příbytku, který mu ve vlastním sousedství vybudoval v Šrí Ramana Nagar. Také ho vždy podporoval. Je to jedině zásluhou Šrí C. P. Nathana, že máme dnes vzácnou možnost nalézt na jednom místě Šrí Sádhu Óma a Šrí Tinnai Svámího, velkého mahátmu a jednoho z nejpřednějších žáků Šrí Ramany.)*

Šrí Sádhu Óm dospěl k názoru, že by nebylo vhodné vydat knihu, která by obsahovala odpovědi poskytnuté jednak za různých okolností, jednak návštěvníkům nestejně úrovně porozumění. Odpovědi se také týkaly různých témat, a to *bhakti, džňány, vičáry, jógy, karmanu*, světa, Boha, duše, zrození, smrti, osvobození a podobně. Proto vynechal všechny odpovědi, které se netýkaly sebezkoumání „kdo jsem já?“, tj. přímé stezky, tak jak ji učil Šrí Bhagaván, a seřadil vše tak, aby ideje plynuly souvisle. Tuto část jeho odpovědí vydal Dr. Santanam v tamilštině jako první díl „Šrí Ramana Vazhi“ v prosinci 1967. Po přečtení této knihy napsal Dr. Santanovi Šrí M. Anantanarájan, význačný stoupenec Šrí Ramany, toto: „Pročetl jsem dílo 'Šrí Ramana Vazhi' od Šrí Sádhu Óma. Kniha podává velmi jasně a promyšleně výklad základní nauky Šrí Ramany. Určitě přinese velký užitek těm *sádhakům*, kteří se vážně zabývají onou zvláštní metodou *vičáry*, na kterou Šrí Ramana vždy kladl důraz jak na nejpřímější a která je založena na jeho vlastní realizaci. Byl jsem velice rád, že jsem mohl nalézt určitá zjemnění, která mohou snadno přehlédnout ti čtenáři, kteří se spokojí jen povrchním přečtením knížky 'Kdo jsem já?' od Šrí Bhagavána. Doufám, že kniha dojde citlivého přijetí mezi četnými *sádhakami*, kteří jdou cestou Šrí Ramany. Protože i na západě je několik takových lidí, byl by anglický překlad nanejvýš žádoucí.“

Během doby bylo třeba brát návrh z pera Šrí Anantanarájana jako nutnou a vážnou pobídku, protože v malé chatě Šrí Sádhu Óma se tlačilo čím dál tím víc návštěvníků, kteří nemluvili tamilsky, a přitom nesmírně dychtili po spirituálním vedení na stezce Šrí Ramany. Šrí Sádhu Óm se sám ujal úkolu přeložit své vlastní dílo do angličtiny. Jen on sám byl schopen podat nejen význam, ale také pravého ducha slov. Dílo bylo vydáno jako první díl „Stezky Šrí Ramany“ v roce 1971, v Kánpuru, jedním ze stoupenců Šrí Ramany. Překlad k tomuto druhému anglickému vydání Šrí Sádhu Óm důkladně revidoval, aby co nejvěrněji vystihl smysl, ducha a styl tamilského originálu. Dále Šrí Sádhu Óm vylepšil i způsob přetlumočení myšlenek do angličtiny, v čemž mu byli nápomocni někteří v angličtině zbláhli přátelé.

Když se tamilská i anglická verze „Stezky Šrí Ramany“ rozšířily mezi stoupence Šrí Ramany, někteří z nich se autora ptali: „Cožpak Bhagaván Šrí Ramana nebyl velkým ctitelem Arunáčaly? Neopěvoval snad Šrí Arunáčalu se srdcem přetékájícím láskou? Neodhaloval přitom ve své laskavosti četné jemné body o povaze (přirozenosti) pravé oddanosti (bhakti) a nerozžihal tak lásku v srdcích svých stoupenců? A navíc, nebyl snad vtělením čirého poznání (džňány) a neodhalil snad pravdu

o světě, duši a Bohu? A protože je to tak, proč tedy „Stezka Šrí Ramany“ (tj. první díl této práce) pojednává pouze o přímé stezce, o sebezkoumání 'Kdo jsem já'? Samozřejmě, že uznáváme, že sebezkoumání nás přivádí ke stavu pravého Já (Self), k pravému cíli života. Proč však kniha končí, aniž by uvedla cokoli ze vzácného učení Šrí Ramany o Bohu, světě, stvoření, karmanu, oddanosti a podobně?“ Proto Šrí Sádhu Óm shromáždil všechny své dřívější odpovědi, které dal stranou, když sestavoval první díl, a vydal je jako druhý díl „Stezky Šrí Ramany“. Protože pan Richard Osorio, americký stoupenec Šrí Ramany, znal dobře hodnotu tohoto díla a velice si přál, aby bylo vytištěno v angličtině, Šrí Sádhu Óm se opět ujal překladu, a tak s finanční pomocí tohoto amerického přítele vyšlo anglické vydání v roce 1976. Tak se stalo, že ačkoli druhý díl „Stezky Šrí Ramany“ byl původně sepsán tamilsky, vyšel nejdříve v angličtině.

Jedním z důvodů, proč druhý díl této knihy nevyšel napřed v tamilštině, je, že lidé v Tamilnádu neměli možnost poznat její hodnotu, hlavní důvod však tkví v postoji autora. Je obrovský rozdíl mezi jinými spisovateli a autorem této knihy. Dr. Santanam o tom napsal: „Udělal jsem se Šrí Sádhu Ómem tu zkušenost, že je hrozně těžké od něho něco dostat, leda že o to ze všech sil usilujete. 'Neměli bychom otvírat dveře, dokud jsme nezaklepali' – to je podstata jeho působení. Jakékoliv rozsáhlejší světské působení jako je přednášení, psaní knih, zakládání institucí a časopisů – všemu tomu se přísně vyhýbá. Tím pouze sleduje způsob života, který svým příkladem ukázal sám Bhagaván Ramana! Sádhu Óm mi často říkával: 'Neměli bychom běžet za světem, neměli bychom koukat ven do světa, máme se dívat dovnitř na pravé Já. *Sanjásinové*, kteří běží za světem, nedosáhnou ani světa ani pravého Já (Boha). Budeme-li se pokoušet honit náš vlastní stín, nikdy se nám to nepodaří. Půjdeme-li však ke slunci, náš stín automaticky poběží za námi. *Sanjásinové*, kteří stále chodí do světa, aby učili, se nakonec zkaží ... Žádný džňánin, který přišel na svět, nebyl nikdy produktem ášramu, kláštera nebo podobné instituce. Každý mudrc stál vždy sám a sám realizoval Pravdu. Není žádné pravidlo, které by říkalo, že člověk nemůže dosáhnout pravého poznání (džňány), pokud se nestane členem nějaké náboženské instituce. Proto ať nikdo nepodvádí sám sebe a neoddaluje ve jménu služby světu svůj duchovní pokrok tím, že zakládá nadace a společnosti, káže a hlásá hesla a rediguje časopisy.“

Jednou přišlo Sádhu Ómovi pozvání do USA od opravdového hledajícího: „Nepřijedete někdy na západ a nepovedete nás?“ Jeho postoj se jasně odráží v této jeho odpovědi: „Pro Skutečnost je zbytečné, aby běhala za světem. A navíc, z velké pravdy objevené a odhalené Bhagavánem Šrí Ramanou vyplývá, že člověk, který vede prostý, ale vysoce duchovní život a odchází ze světa neznám, ten učinil pro svět více dobra než všichni sociální a političtí reformátoři a než všichni řečníci filosofové. Opravdově osvícený život skutečně pomáhá ryzím hledajícím, i když se bude odehrávat na odlehlém místě a bez jakéhokoliv fyzického kontaktu se světem, tiskem a podobně. To byla metoda, kterou Bhagaván Šrí Ramana učil svět pomocí mystického mlčení, které slova přesahuje a které představuje nejvyšší sílu. Což není naším úkolem, abychom sledovali šlépěje našeho guru, Šrí Ramany? Takže proč bych měl myslet na to někam chodit, když On, který mne vedl do svého domova, je Otcem, Pánem a nejvlastnějším pravým Já každého a všech? Což není zřejmé, že On sám ví nejlépe, jak vést domů opravdové hledající, ať jsou kdekoli? Proč by tedy mělo nějaké ego vystoupit s myšlenkou 'měl bych vést lidi'? Kdyby takové ego povstalo, nebylo by to znásilnění jednoty Pána Ramany? Proto nápad, abych šel na západ či na východ, nebo sem či tam, ve mně nikdy nevystal a nevystoupí!“

Tento sebe zahlazující postoj autora skutečně zabránil tamilsky mluvícím lidem, aby poznali velkou cenu této knihy. Byl vždy lhostejný k tomu, zda se tato kniha vydá, ať už tamilsky či anglicky, a nikdy neočekával, že se všechny tyto ideje jednou stanou knihou. Nikdy neměl nejmenší úmysl napsat knihu. Ani tato kniha nebyla napsána s úmyslem ji vydat.

„Říkal jsem, co jsem věděl jenom těm, kdo se mě ptali. Nic bych neměl proti tomu, kdyby přátelé chtěli mé odpovědi vydat tiskem, a tak se podělit o mé ideje s jinými. Nepřišel jsem však, abych psal knihy pro svět. Nejsem spisovatel a ani si nepřeji se jím stát. Chce-li svět mé ideje mít, pak je to jeho záležitostí je vydat,“ říkal často Šrí Sádhu Óm. To je důvodem, proč tato kniha nebyla široce propagována nebo recenzována.

Neučit svět, netvořit mýtus, nezískat velké bohatství, ne pro jméno a slávu, která křičí: „Zde mudrc přebývá v samádhi, shromážděte se všichni a uctívejte ho.“ Pro to ani pro ono nezpívám tuto hymnu. Prosím o jedinou velkou odměnu, o smrt ega, můj Pane!
Šrí Ramana Guruvarul Antadi, verš 68

Taková je modlitba autora ke Šrí Bhagavánovi.

Stalo se však, že Tamilci, žijící v Malajsii, sotva dostali do rukou anglický překlad druhého dílu „Šrí Ramana Vazhi“ říkali: „Jaká škoda, že tato kniha ještě u nás nevyšla tiskem v tamilském originále přesto, že její autor je velký tamilský básník a přímý žák Bhagavána Šrí Ramany!“ Okamžitě vynaložili veškeré úsilí, aby byla vydána tamilsky. Vytvořili v Malajsii sdružení, které pojmenovali „Šrí Ramana Sanmarga Sangam“ s cílem vydat tuto knihu jako jeho první publikaci. A protože první vydání prvního dílu „Šrí Ramana Vazhi“ bylo téměř rozprodané, rozhodli se vydat první i druhý díl v jediném svazku a také požádali Šrí Sádhu Óma, aby napsal krátké pojednání o životě Šrí Ramany, jako vhodný úvod ke knize. Tak se stalo, že druhé vydání „Šrí Ramana Vazhi“ obsahující životopis Ramany a současně první i druhý díl, vyšlo v únoru 1979. Anglický překlad pojednání o životě Šrí Ramany byl nyní včleněn do druhého vydání této knihy.

Obsah této knihy

Tato kniha je pozoruhodným klíčem ke „Kdo jsem já?“ (věrný a přesný překlad tohoto díla je zde uveden jako druhý dodatek), což je malé a neocenitelné dílo v próze, podané milostivě Bhagavánem Šrí Ramanou, když mu bylo 21 let. Tak jako existuje 8 stupňů jógy, má tato kniha 8 kapitol. V prvních čtyřech kapitolách jasným a přehledným způsobem, srozumitelným i pro obyčejné lidi neobeznámené s filosofickou terminologií, autor kategoricky dokazuje pravdu, že dosažení sebepoznání je jediným obecným cílem všech lidí na zemi. V páté kapitole ukazuje na prosté a praktické prostředky, jak se vyrovnat s obtížemi, se kterými se setkává aspirant, snažící se dosáhnout sebepoznání pomocí čtyř tradičních jógových zkušeností; s obtížemi, které vznikají při praxi díky neznalosti jemných nitěk, umožňujících úspěšné provádění těchto jóg. Dále vysvětluje, proč takové obtíže na cestě vznikají a připojuje k tomu, na základě nových pádných a pozoruhodných argumentů, že metoda Bhagavána Šrí Ramany, sebezkoumání „kdo jsem já?“, je snadnou a přímou stezkou a představuje esenci všech čtyř jóg! V šesté a sedmé kapitole odhaluje autor revoluční opravy, které v naší době provedl Bhagaván Šrí Ramana u prastarých metod sebezkoumání, vysvětluje nezbytnost těchto oprav a poukazuje na správný význam termínu „zkoumání“ (*vičáry*). V osmé kapitole podává velice vhodným podobenstvím o odraženém slunečním paprsku vysvětlení techniky sebezkoumání „kdo jsem já?“ a vyjmenovává četné, ne zcela obvyklé zkušenosti, které se mohou objevit na stezce džňány a jógy. V závěru stvrzuje, že přirozený, bezrozdílný stav Sebeoznání, který Bhagaván Šrí Ramana žil a jehož byl před našima očima příkladem, představuje nejvyšší svrchované a absolutní duchovní dosažení!

„Vzdej se tužeb, nedychti po libostech, nesnaž se vyhnout bídě“ – takovým způsobem se obyčejně s nesmírným důrazem učí beztužebnost (*vajrágja*) ve védántických písmech. V této knize však autor čtenáře doprovází jemně a nezískává ho hrozbami, když mu dodává odvalu slovy: „Štěstí je od narození vaším rodným právem. Pracujte na tom bez umdlení. Nebuďte tím, kdo má zakrnělé touhy, mějte velké touhy!“ Nakonec přiměje čtenáře – aspiranty – k tomu, aby spolýkali celou horu *vajrágji*, dává jim vlídnou radu: „Nedbej o druhou či třetí osobu, pečuj o poznání pravého Já, které je dokonalým štěstím samo o sobě!“ Ten, kdo o této knize pečlivě a hluboce uvažuje, kdo čte tuto knihu napsanou s čistým, nedvojným poznáním, jasně pochopí, že je v ní skryta nová, znamenitá metoda jak se naučit kompletní beztužebnosti (*vajrágja*) jemným způsobem, aniž byste zamítali ženy, sex, bohatství a slávu.

Třetí dodatek „Drahokamy, kterými je stezka vydlážděna“ je velice důležitý. Naučit se milostivým slovům (*upadéša*) *sadguru*a se nazývá *šravana*. Neměli bychom se však spokojit s tím, že se naučíme těmito klenotům, jeho slovům poučení, nazpaměť, ale měli bychom je pečlivě vybrousit a vylepšit, to znamená podrobit hlubokému rozjímání (*manana*), protože jedině tak se dobrodiní ze slov guru a mnohonásobí. Jen ten, kdo je schopen provádět správné rozjímání, si zaslouží být nazýván *muni*. Nepředstavitelné bohatství (učení *sadguru*a), znásobené rozjímáním, možno pojmout do vlastnictví a užívat jeho plody pouze za pomoci praxe *nididhásany* (tj. skrze prodlévání v pravém Já, čili v *nirvikalpa samádhi*). Dodatek „Drahokamy, kterými je stezka vydlážděna“ zcela nepokrytě čtenáři ukazuje, kolik rozjímání a *nididhásany* musel autor během života podstoupit, protože ideje v knize uvedené září s nesmírnou jasností a originalitou. Z tohoto dodatku jasně pochopíme, že každá myšlenka, vyjádřená v této knize, se objasňuje pouze na základě učení Šrí Bhagavána Ramany a jeho autority. Bez závislosti či citátů z nějakých jiných písem dotvořil Šrí Sádhu Óm knihu tím, že citoval stovky pokynů pouze z díla Šrí Bhagavána. I tam, kde takové citace nejsou uvedeny, bylo do textu včleněno mnoho idejí z učení Šrí Bhagavána. Tak se dovídáme, že všechno učení Šrí Ramany nachází nevědomky místo v každodenních konverzácích Šrí Sádhu Óma s přáteli, i když nikdy nepomýšlel na to, že by se tyto rozhovory měly stát knihou. Nemůžeme se ubránit podivu a pocitu, jak hluboce musela jeho mysl nasáknout, ba topit se v oceánu učení Šrí Ramany, až se mohla stát s Ním jedno.

O autorovi

Šrí Sádhu Óm pochází z Thandžavuru, který je v Tamilnádu znám jako centrum tamilské učenosti a kultury. Protože v něm byl od dětství sklon ke spiritualitě, vstup inspirovaného poetického vlivu se mu v boží milosti otevřel, když mu bylo rovných 14 let! Po příchodu k jeho *sadguruovi*, Bhagavánovi Šrí Ramanovi, jeho poetický génius v tiché přítomnosti Bhagavána plně rozkvetl. Často mu Bhagaván dával ústní pokyny o jemnostech prozódie, jak docílit větší jemnosti a krásy v básních. Velmi mnoho získal i blízkým a dlouhotrvajícím literárním společenstvím se Šrí Muruganarem, nejpřednějším žákem Šrí Bhagavána a tamilským básníkem, jehož božský styl je nevyjádřitelně hluboký.

S hluboce kajícím srdcem za dřívější špatné užívání jazyka, k ničemné chvále lidské, nyní nechť básník žije slavně, uchýliv se k novému rozhodnutí: „Již nikdy nebudu zpívat chválu na jakoukoli lidskou bytost, ale jedině ku chvále slávy Boží.“

Guru Váčaka Kovai, verš 138

Ti, kteří Jeho Milostí obdrželi poetický proud, a namísto aby ho věnovali k Božím Nohám, jím mrhají k hanebné chvále člověka, ti se podobají lidem, kteří přemlouvají a nutí svou dceru, aby se oddala prostituci.

Guru Váčaka Kovai, verš 139

V souhlase s těmito dvěma verši užíval Šrí Sádhu Óm svůj proud poezie pouze k tomu, aby opěvoval slávu milosti svého *sadguru* Šrí Ramany. A tento proud vlil do nesčetných písní, ve kterých našel šťastné vyjádření pro učení Šrí Ramany. Tím se stal živoucím příkladem slov Šrí Sundaramurti Najanara: „Ó básníku, neopěvej člověka, falešného a bohatého, zpívej pouze ku chvále Pána Šivy z Puhaluru.“ Žádná lidská bytost ani sláva země nenachází v jeho zpěvech místo. Šrí Sádhu Óm dobře ví, že patriotismus, fanatismus jazyka, humanismus a podobné náklonnosti mají všechny základ pouze v sobectví, egoismu (připoutanosti k tělu jako k já). Jeho řeč bez ustání plynula a naplňovala jeho život modlitbami prosíci o milost jeho *sadguru*, aby vykořenil jeho ego, ztotožnění s myšlenkou „já jsem tělo“. Maje Bhagavána Šrí Ramanu za svého učitele, Pána, Boha a jediný předmět chvály, Šrí Sádhu Óm složil neméně než šest tisíc veršů a zpěvů v nádherném tamilském slohu. Některé z nich jsou modlitby a hymny, jiné obsahují hluboký výklad učení Šrí Ramany.

Ačkoliv Šrí Sádhu Óm žil se svým *gurudémem* jen krátkou dobu, tj. pět let, přece se svou pokorou a jednobodovou neotřesitelnou oddaností stal vhodnou nádobou pro získání Jeho milosti. Odpovídal slovům Šrí Bhagavána: „Zelené nebo vlhké dřevo se odmítá vznítit, suché dřevo k tomu potřebuje trochu času, avšak kafr a střelný prach se vznítí okamžitě – tak je tomu s člověkem v mocné přítomnosti *džňánina*.“ Stal se jedním z těch, kteří měli plný prospěch z přítomnosti gura, místo aby zůstal jedním z mnoha, o nichž se hovoří v následujícím verši a kteří marnili svůj čas, třebaže dlouho žili se Šrí Bhagavánem.

„Právě tak, jako temný stín pod lampou je navždy nehybný, tak klamná ega některých lidí se neztratí, ani když je jim osudem dáno žít, stárnout a zemřít u nohou *džňánaguru*, neomezeného Světla Poznání. Snad je tomu tak pro jejich nezralost.“

Guru Váčaka Kovai, verš 152

Jednou jeden nový návštěvník, který hodnotil stoupence Šrí Bhagavána podle počtu let, která u Něho prožili, se zlehčujícím tónem otázal Šrí Sádhu Óma: „Vy jste se Šrí Bhagavánem Ramanou prožil jen pět let, ale jsou jiné stoupenci, kteří s Ním žili daleko víc let, že je tomu tak?“ Šrí Sádhu Óm na to zdvořile odpověděl: „Ano, opravdu se za to stydím! Víte proč? Protože pro Božskou sílu, přebývající v přítomnosti Šrí Ramany *sadguru*, pět vteřin úplně stačí, aby nasýtila duchovní lačnost zralého aspiranta. Když to v mém případě trvalo pět let, neukazuje to na mou nezralost? Proto se stydím!“ Nesmírná pokora, která z odpovědi prosvítá, zasluhuje, aby se o ní hluboce přemítalo.

Šrí Ramana Bhagaván podával všechno učení s dokonalou jasností jen ve své mateřštině, tamilštině. Jelikož všechna Jeho díla, která Jeho učení podávají v sevřené a nezkalené formě, jako Ulladu Narpadu, Upadéša Undijar, Guru Váčaka Kovai, Šrí Arunáčala Štuti Pančakam a Ekatu Pančakam, jsou napsány ve velmi klasickém, starobylém a těžko porozumitelném stylu tamilské poezie, jejich přesný význam a obsah není pochopitelný ani mnohým vzdělaným tamilcům. To je důvodem, proč se v mnohých anglických překladech vyskytuje plno nepřesností. Avšak Šrí Sádhu Óm je schopen podat přesný význam i obsah všech původních tamilských děl Šrí Bhagavána z těchto tří důvodů, které ho k tomu kvalifikují:

- 1.) Pro jeho úzký a přímý kontakt se Šrí Bhagavánem.
- 2.) Pro jeho dlouhodobé literární společenství se Šrí Muruganarem, které mu umožnilo hluboký vhled do střízlivého a hlubokého tamilského vyjadřování Šrí Bhagavána.
- 3.) Pro jeho mocnou schopnost hlubokého rozjímání (*manana*) a praxi (*nidihjásana*) na stezce sebezkoumání, která je základní naukou Šrí Ramany.

Je nad veškeré pochyby a diskuze, že se tak stalo pouze z milosti Šrí Ramany, která přebývá v jeho srdci, že Šrí Sádhu Óm je schopen přesně odpovědět na otázky, které jsou k němu vznášeny, a vyjasňovat pochyby podáváním správných vysvětlení o učení Šrí Ramany.

Prof. K. Subramanian, Tiruvannamalai, 23. 12. 1980

Óm Namó Bhagavaté Šrí Arunáčalaramanája

Krátký životopis Šrí Ramany

„Ze všech světů je tato země jediná, kde lze dosáhnout osvobození. Ze všech krajů na zemi je Bhárat (Indie) nejlepší. Mezi všemi svatými místy v Indii, kde se projevují a působí různé božské síly, je Arunáčala nejpřednější!“

„Tiruvarur, Čidambaram a Kásí jsou svatá místa, která poskytují osvobození těm, kdo se tam narodí, kdo je spatří nebo tam zemře. Arunáčala však dává osvobození každému na zemi, kdo jen na ni myslí!“

Šrí Arunáčala Venba, verš 1 a 2

Arunáčala je srdcem světa. Je prvotní formou (*adi lingam*) Pána Šivy. Je horou ohně Poznání. Objevila se jako hora světla Poznání mezi Brahmou a Višnuem, když oba byli v klamu, zničila jejich ega a učila je pravému poznání. Arunáčala byla i jejich džňána guruem. Protože byla od začátku věků sídlem *džňánaguru*a pro všechny tři světy, Arunáčala se i nyní projevila ve formě *sadguru*a, Bhagavána Šrí Ramany, aby učila celý svět. Dále, aby nám byl dán nepřímý pokyn, že to není nikdo jiný než pravěký guru Dakšinamurti (který se objevil jako šestnáctiletý mladík), „To“ přišlo k Arunáčale a zaujalo místo guru a ve věku šestnácti let. Bhagaván tu žil více než půl století, uzdravujíc nesmírné množství duší od choroby zrodů a smrtí.

Ježto tento Veliký Jediný (*mahápuruša*), který je obecně nazýván svatým jménem Šrí Ramana Bhagaván, oslovuje horu v posledním verši hymnu „*Šrí Arunáčala Akšaramanamalaj*“ jako Arunáčalaramana, a protože v „*Átma Vidja Kirtanam*“ verši 5 říká, že pravé Já (Self), které zažil jako Svrchované To (*para vastu*), je to, co se nazývá Annamalai (Arunáčala), a protože odpověděl jednomu ze stoupenců, který se ptal na pravou přirozenost hory: „Toto Arunáčalaramana je svrchované pravé Já, které blahaplně svítí jako vědomí v nitru srdečního lotosu všech duší počínaje Harim (Pánem Višnou)!“, bylo tím vyjeveno tajemství, že Arunáčala je sám Ramana a Ramana je Arunáčala a že svaté jméno, které mu opravdu přísluší, je Šrí Arunáčalaramana! Tudíž „Óm Namó Bhagavaté Šrí Arunáčalaramanája“. (Poznámka: *Původní slova, ve výše uvedeném verši, jsou: „...annamalai yen anma...“, což znamená buď „pravé Já, které se nazývá Annamalai“ nebo „Annamalai, mé pravé Já.“ Óm Namó Bhagavaté Šrí Arunáčalaramanája lze přeložit jako „Óm, naše pocta (poklona) Bhagavánovi, Šrí Arunáčalaramanovi).*

Svrchované To nechává postupně duše uzrávat k dosažení poznání pravého Já (*átmadžňána*) četnými zrody a nakonec, když jsou plně zralé, To se vtělí jako *sadguru* a strhne zralé duše, ať se narodily kdekoli ve světě, ke svým božským nohám a udělí jim své nedvojné sjednocení – takový je božský plán. Je mnoho zvláštních znamení, kterými se jasně projeví, že se vtělí *sadguru*. Moudří mohou z těchto znamení porozumět, že jediné On je *sadguruem*.

Čtyři rišiové ze Sanakady, kteří všichni byli velmi zralé duše, odmítali přijmout za gurua jakýkoli ze tří projevů Boha, tj. Brahmua, Višnuua nebo Šivu a táhli světem a hledali *sadgurua* až zestárlí. Tehdy Šrí Dakšinamurti navzdory tomu, že žádného gurua neměl, ponořen v pravé Já, seděl, hledíc k jihu, ve tvaru šestnáctiletého mladíka pod banyánovým stromem v pozici *čimudra* (pozice ruky ukazující na poznání, čit). Když rišiové vstoupili do Jeho milostivé přítomnosti, pocítili, že jsou přitahováni a díky zralosti svého porozumění poznali, že „to je pravý *sadguru!*“ Posadili se k Jeho nohám a prostřednictvím Jeho mlčenlivého učení realizovali pravé Já. Tak jako Šrí Dakšinamurti, prvotní guru, který Sám, jakožto *átman* byl sobě guruem a stal se guruem všem světům, tak také Šrí Ramana Maháriši se stal guruem všem světům, aniž by sám měl gurua. Je dobře známou skutečností, že všichni velcí, kteří přišli na svět, Šrí Rámu a Šrí Krišnu nevyjímaje, museli mít gurua v lidské podobě. Avšak Buddha a několik málo zralých duší jako On bylo schopno obdržet poznání Skutečnosti bez *džhána* gurua. Ovšem Buddha došel cíle, teprve když poznal řadu klamných a málo cenných guruů, a když se byl mnohokrát zklamal, a až když vyvinul nesmírně namáhavé úsilí po mnoho let. Bhagavána Šrí Ramana však podnítil pouze strach ze smrti, který jej přepadl sám o sobě. Tak dosáhl Seberealizace během krátké chvíle jako šestnáctiletý, školou povinný chlapec, bez gurua ať už v lidské či jakékoli božské formě a aniž by prováděl nějakou *sádhanu* či *tapas*! Poznání Skutečnosti, které v něm v tom dni vzešlo, zůstalo navždy s Ním jako Jeho přirozený stav (*sahadža sthiti*) a již se k tomu nic nepřidalo ani neodstranilo. Ačkoliv Bhagaván Šrí Ramana, který svítí celému světu jako nejpřednější guru, není opravdu nikdo jiný než bezejmenné a beztvaré Svrchované, přece, v souhlase s naším nevědomým pohledem, bereme běh života Jeho těla jako Jeho životopis. Proto se na něj krátce podívejme.

Bhagaván Šrí Ramana se narodil 30. prosince 1879 jako druhý syn Sundaráma Ajera a Azhahammala v Tiručuzi, v zemi Šivově, 30 mil jihovýchodně od Madurai v Tamilnádu, provincii jižní Indie. Jeho rodiče mu dali jméno Venkataraman. Jeho starší bratr se jmenoval Nagasvámi, mladší bratr Nagasundaram a Alarmalu byla jejich sestra.

Venkataraman dokončil své základní vzdělání v Tiručuzi a Dindukkalu. Jeho otec mu zemřel, když mu bylo 12 let. (*Poznámka: Když se Venkataraman dozvěděl o otcově smrti, odešel z Dindukkalu do Tiručuzi, aby jej ještě spatřil. Divil se: „Když tu otec leží, proč říkají, že odešel?“ Někteří starší členové rodiny mu odpověděli: „Kdyby toto byl tvůj otec, cožpak by tě nepřijal s láskou? Tak vidíš, že odešel.“ Toto poučení v něm mohlo vzbudit myšlenku, že toto tělo nebyl jeho otec, otcova osobnost. Můžeme se domnívat, že to bylo semeno, které v něm vykvetlo později, když mu bylo šestnáct let.*) On a jeho starší bratr se přestěhovali do domu ke strýci z otcovy strany do Madurai, aby zde pokračovali v dalším vzdělání v americké misijní škole. Ačkoliv Bhagaván disponoval jasným a ostrým intelektem a dobrou pamětí, zdá se, že je ve škole nepoužíval. Ve třídě byl pouze průměrným studentem, ale měl zdravé tělo a byl nejlepší v zápase, kopané, šermu holí, plavání a podobně. Než mohl složit zkoušky v desáté třídě, udála se s ním z ničeho nic velká božská přeměna. Pro tuto velkou změnu nebyl připraven četbou písma, ani k tomu neměl gurua. Náhodou se mu předtím dostalo do ruky „*Perijapuram*“, dílo, které popisuje životy šedesáti třech tamilských světců. Ale ani tato kniha nemohla být pravou příčinou jeho Seberealizace. V čem tedy spočívala příčina?

Bylo tomu v polovici července 1896, kdy Venkataraman seděl sám v malé místnosti v prvním patře strýcova domu. Ačkoliv nepociťoval žádné onemocnění, přepadl jej velký strach, že zemře. To se stalo ne v představě nebo povrchní obavou, ale pro skutečný zážitek smrti. Nebyl tím znepokojen natolik, aby to někomu řekl. Statečně přijal přicházející smrt a začal ji bedlivě pozorovat, aby si ji sám pro sebe prozkoumal. „Dobře, smrt přichází, tak ať přijde. Co je smrt? Komu přišla? Mně? Kdo jsem já? Co je to, co umírá? Ano, toto tělo je to, co umírá, ať tedy zemře.“ Když se takto rozhodl, lehl si na

podlahu a natáhl ruce i nohy. Sevřel rty, zůstal bezhlesně a bez dechu a stočil svou pozornost ostře do sebe sama. Zažíval smrt! Co zjistil?

„Tak dobře, tělo je mrtvé. Odnosou je ke spálení na žároviště. Zbude z něho popel. Bude-li tělo zničeno, budu zničen také já? Jsem já opravdu tělo? Nedotčen smrtí, která udělá z těla mrtvolu, zde jsem já, stále existující a svítící! Pak tedy nejsem toto pomíjivé tělo. Já a ono jsme odlišní. Já jsem nezničitelné „Já“, pravé Já. Ze všech věcí já, nedotčen tělem, jsem jedině skutečný. Tělo a svět jsou určeny ke zničení, ale já, který překonávám tělo, jsem ta věčně Svrchovaná Věc!“

Toto ryzí poznání pravého Já (*átma džňána*) v něm jasně vysvitlo jako bezprostřední zkušenost a strach ze smrti, který v něm předtím vyvstal, zmizel jednou provždy. Od onoho okamžiku stav zkušenosti pravého Já trval bez přerušení v jeho nitru jako jeho přirozený stav, neomezený časem ani prostorem, bez nárůstku a úbytku. Mnoho lidí se později domnívalo, že Šrí Bhagaván prováděl ve svých raných letech v Tiruvannamalai záměrně *tapas* nebo nějaká duchovní cvičení (*sádhanu*). Bhagaván Šrí Ramana však tuto myšlenku při mnoha příležitostech jasně zamítal. Jednou řekl: „Slunce, které svítilo v Madurai, zůstalo stejné v Tiruvannamalai. Nic nového k tomu nepřibylo, ani se nic z mé zkušenosti neodstranilo.“

(Při jiné příležitosti – 4. 10. 1946 – když se jej prof. D. S. Sarma zeptal, zda měl ve svém životě určité období očisty či sádhan, Šrí Bhagaván odpověděl: „Nic takového jsem nepoznal. Nikdy jsem neprováděl žádnou pránajámu nebo džapu. Neznal jsem žádné mantry. Neměl jsem ponětí o meditaci nebo o kontemplaci. I když jsem se později o těchto věcech doslechl, nikdy mne už nelákaly. I nyní odmítá má mysl věnovat tomu pozornost. Sádhana obsahuje dosažení nějakého objektu a také způsob, jak ho získat. Co máme získat, co ještě nemáme? To, co máme v meditaci, koncentraci a kontemplaci dělat, je nemyslet na nic a být tišší. Pak budeme ve svém přirozeném stavu. Tento přirozený stav má mnoho názvů – mókša, džňána, átman a podobně. Bývala doba, kdy jsem raději sedával se zavřenýma očima. To však neznamenalo, že jsem prováděl nějakou sádhanu. I teď někdy zůstávám se zavřenýma očima. Chtějí-li lidé říkat, že v tu chvíli dělám sádhanu, nechte je. Mně to nevadí. Lidé se snad domnívají, že když budou provádět nějakou složitou sádhanu, že pak na ně jednoho dne sestoupí svrchované Já jako cosi velmi ohromného a s velkou slávou a že budou mít to, co se nazývá sakšatkaram (realizace). Pravé Já (Self) je sakšat (přímé), dobře, ale není s ním spojeno žádné karam (konání) nebo kritam (učinění). Slovo karam obsahuje vlastní konání něčeho. Ale svrchované Já (Self) není realizováno tím, že člověk něco koná, ale tím, že se zdržuje jakéhokoli konání – tím, že zůstane tichý a že zůstává tím, co skutečně je!“)

Takto, bez nějakého vnějšího gurua a bez vnitřní dlouhotrvající usilovné sádhan, dosáhl Venkataraman na první pokus přirozený stav Sebepoznání (*sahadža – átman – džňána – sthiti*), o kterém prohlašují upanišady i všechna ostatní védántická písmena, že je nepřekonatelným stavem a nejvyšším dobrodiním lidského zrodu!

Zkušenost dosažení stavu svrchovaného Já přinesla sebou obrovské změny i do vnějšího života Venkataramana. Od této chvíle bylo jeho jasnou zkušeností, že je věčnou, dokonalou Skutečností, která je odlišná od těla, a tak se jeho život podivuhodně změnil a žádným způsobem se nedal srovnat se životy obyčejných lidí. Byl to život, kterému lidé ani nemohli porozumět, natož jej napodobit, ať by se o to snažili sebevíc.

Po této zkušenosti ho zcela opustil i ten nejmenší zbytek zájmu o školní cvičení. V docházce do školy pokračoval, ale jen kvůli ostatním. I zápal pro hry, které se mu dříve tak líbily, zcela vymizel z jeho mysli. Vytratily se také láska a připoutanost k jeho přátelům, stejně jako zájem o jídlo a světské činnosti. On, který v minulosti vždycky bojoval za spravedlnost, se stal najednou netečný a už dále nereagoval ani na správnost ani na špatnost. Jeho předchozí přirozenost odpovídat tvrdými údery,

když se s ním chtěl někdo hádat, se změnila. Odpovědí byl nyní sladký úsměv odpuštění nebo se na jeho tváři objevila lhostejnost.

Jaká to podivuhodná změna! Zkušenost svrchovaného Já ho přetvořila v dokonalého sádhu. Láska, nenásilí, trpělivost, soucit, odpuštění, kontrola smyslů, skromnost, nebojácnost – všechny tyto božské kvality se v něm přirozeně usadily nikoli praxí, ale jako výsledek zkušenosti svrchovaného Já. Pro něho se teď stal život světských činností zcela bezvýznamný, suchý a neskutečný, bez užitku, prázdný a zdánlivý, jako sen tomu, kdo se z něho probudil. Venkataramana často vídali, jak sedí o samotě, vstřebán ve svrchovaném Já. Ve skutečnosti tu již nebyl předešlý Venkataraman a zářil již jen sám Bhagaván Ramana!

Je známa příhoda, která se udála v Dindukkalu, když bylo Bhagavánovi dvanáct let. Venkataraman se zde učil, ale ti, kdo byli tenkrát okolo něj, nepoznali důležitost a mimořádnost události. Jednou jeho příbuzní odešli a Venkataraman se uložil do postele, když předtím uzamkl dům zevnitř. Při jejich návratu, třebaže klepali a hlasitě ho volali, neotevřel. Když se dostali do domu jinou cestou, snažili se ho probudit tím, že s ním třásli, převalovali jej a dokonce i pořádně mlátili, ale vše nadarmo. Venkataraman nebyl k probuzení. Za nějakou chvíli se však vzbudil sám od sebe. Lidé se kolem něj shromáždili a říkali mu: „Ty spíš jako Kumbhakarnan (*Kumbhakarnan byl rakšas – démon z Mahábharáty, známý svým šestiměsíčním spánkem*)!“ Tento stav však nebyl ani tupým spánkem ani mdlobou, ale byl to vlastně stav samádhi. Po létech se Šrí Bhagaván o tomto stavu zmínil: „Výsledek toho, co bylo vykonáno a co zůstalo (*z předchozích zrodů*) teď znovu pokračovalo. Pod vlivem toho byla pozornost stále zaměřena na zdroj, na svrchované Já.“

Protože Venkataraman ztratil veškerý zájem o studium, učitelé jej začali trestat. I starší bratr Nagasvámí se velice zlobil, když zjistil velikou změnu, která se v něm odehrála. Kdykoli Venkataraman seděl pohroužen v sobě, bratr se mu posmíval: „Podívejme se, velký mudrc, *jógišvára!*“ Ale Venkataraman, který měl jasné poznání Skutečnosti, tím vším nebyl otráven a nedbal toho. Jednoho dne mu učitel uložil písemný trest, aby třikrát opsal cvičení z anglické gramatiky, kterému se zapomněl naučit.

Následující den byla sobota 29. srpna 1896. Venkataraman už trest dvakrát napsal, když pocítil odpor k této zbytečné práci. Odhodil tužku a sešit, posadil se a zavřel oči a byl ve stavu seberealizace. Nagasvámí, který seděl v místnosti a viděl to, zesmutněl. Chtěl bratra napravit, a tak v lítosti i hněvu zvolal: „Ano, k čemu je to všechno, pro takového, jako jsi ty!“ Venkataraman býval k takovým poznámkám lhostejný, ale tato poznámka se mu zdála významná. Uvědomil si: „Ano, to, co říká, je pravda. Co tu mám s tím vším společného? Nic!“ Okamžitě se rozhodl, že opustí dům. Najednou mu probleskla myslí vzpomínka na Arunáčalu. Rozhodl se: „Ano, Arunáčala je jediným místem, kam mám jít!“ Když vstal, že odejde, Nagasvámí ho požádal, aby vzal od tety pět rupií a aby zaplatil poplatky v koleji. Venkataraman se podíval na mapu, aby zjistil, jak a kam má jet. Mapa však byla stará a neměla vyznačenou odbočku z Villupurumu do Katpadi, kde v půli cesty leží Tiruvannamalai. Domníval se proto, že Tindivanam je nejbližší železniční stanicí u Tiruvannamalai. Z pěti rupií, které od tety obdržel, si tři ponechal. Rychle napsal zprávu, nechal u ní dvě rupie a opustil dům. Zpráva říkala:

Já, hledaje svého Otce, odcházím z Jeho příkazu a opouštím toto místo. To se děje z dobrého důvodu. Proto ať se nad tím nikdo nermoutí. Abyste to viděli, na to není třeba vydávat peněz. Tvoje poplatky nebyly vyrovnány. Zde jsou dvě rupie.

Namísto podpisu se na spodním okraji listu táhla jen rovná čára. Formulace vět tu má velice hluboký význam. Já, slovo, kterým začíná první věta, se v další větě mění v to, a i to se na konci dopisu vytrácí, jak vyplývá z neexistence podpisu!

Ano, lidské tělo, které bylo považováno za já, pokud trval pocit já a pocit vlastnění (mé), se pro něho stalo „to“ – necitelným a cizím objektem – jakmile já a mé podrobil Bohu! Když nakonec nastalo sjednocení (tj., jednota) se Svrchovaným, co mohlo ještě zůstat jako oddělená entita? Tento stav jednoty dokazuje chybějící podpis. Jak jasně je tu projevem stav dokonalé džňány (stav pravého poznání, ve kterém neexistuje nic jiného než svrchované Já) i ve věku šestnácti let!! Vsučka za slovem já – hledaje svého Otce – jasně ukazuje, že pokud zůstává pocit já, dotud se má záviset na Bohu jako na jediném útočišti. Žádný chtěný ne-dualista nemůže zapřít Boha a dvojnou lásku k němu, pokud v něm přežívá pocit individuality.

Venkataraman šel na nádraží. Tehdy tři rupie, v domněnce, že budou přibližně krýt cestovní výdaje, byly přesně onou nutnou částkou na cestu z Madurai do Tiruvannamalai. Ale co se nestalo? Venkataraman nevěda, že si může koupit přímý lístek do Tiruvannamalai, koupil lístek jen do Tindivanamu a nastoupil. Během cesty si k němu sedl islámský kněz a dal se s ním do řeči. Také mu řekl, že má ve Villupuramu vystoupit a jet dál do Tiruvannamalai. Avšak Venkataraman s penězi, které mu zbyly, mohl dojet jen do Mambazhappattu. Tam vystoupil a šel pěšky deset mil k Arunáčale. Došel k chrámu Arajani Nallur, který je postaven na skále, ale nedovolili mu, aby tam zůstal přes noc. Šel tedy s knězem do chrámu Virattešvara v Kizhuru. Když skončila večerní *púdža*, hladový a unavený Venkataraman požádal kněze o trochu *prasádu* (*potravy posvěcené tím, že byla nabídnuta Bohu – pozn. překl.*). Bráhmanský kněz to odmítl udělat, avšak chrámový píštec byl stavem chlapce dojat a řekl: „Pane, dejte mu laskavě alespoň můj podíl *prasádu*.“ Na základě prosby tohoto dobrého muže, jehož čin byl potvrzením popisu dokonalého bráhmána (popis zní – bráhma je ten, kdo je ctnostný a slitovný ke každému tvorů na zemi), se tak ocitlo trochu jídla v dlaních Venkataramana. V chrámu strávil noc. Druhého dne byl svátek Šrí Krišny Džajánthí. Venkataraman vyšel z chrámu a stalo se, že přišel k domu jakéhosi Muttukrišny Bhagavátara. Byl pozván dovnitř a dostal tam něco k jídlu. Náhle si vzpomněl na dvě zlaté náušnice, které nosil. Vyndal je z uší a předal Bhagavátarovi a obdržel za ně čtyři rupie. Za tyto peníze si koupil jízdenku do Tiruvannamalai. Druhého dne ráno, v úterý 1. září 1986, dorazil k Arunáčale, která od dětství přitahovala jeho srdce a která se nyní zmocnila jeho mysli a přitáhla jej k sobě.

Namířil přímo k vnitřnímu svatostánku chrámu Šrí Arunáčaléšvary a zcela a naprosto se mu vzdal. (*Poznámka: Po létech Šrí Bhagaván sdělil, že když vstoupil do chrámu, nikdo v něm nebyl přítomen a brána vnitřní svatyně byla otevřena. Přistoupil k lingamu a objal jej.*) Intenzivní horko, které dosud žhnulo v jeho těle, najednou zmizelo. Cesta duše – řeky se jednou provždy naplnila v oceánu Blaha. Šrí Ramana vystoupil z vnitřního svatostánku dokonale uspokojen pokladem – plností džňány. Protože veškerá volnost mysli, řeči a těla se odevzdala Šrí Arunáčaléšvarovi, stal se Šrí Ramana nemluvný bez jakéhokoli úsilí. Když k němu kdosi přistoupil s otázkou: „Svámí, chcete, abych vám oholil hlavu?“ Šrí Ramana přikývnul, protože byl přesvědčen, že to byla vůle Šrí Arunáčaléšvary. Jeho dlouhé, jemné, vlnité vlasy, podobající se černé, popínavé rostlině, byly ve chvíli ty tam a zůstala čistě oholená hlava. Odhodil posvátnou šňůru, znak kasty. Ze svého *dhóti* utrhnul kus látky na bederní roušku a zbytek odhodil spolu se zbývajícími penězi. Balíček se sladkostmi, které dostal od milé paní Bhagavátarové, vhodil do nádrže Ayyankulamu. Ani se po oholení nevykoupal, ale když šel zpátky do chrámu, neočekávaně se snesl déšť. Tento déšť z nebes byl asi předepsanou ceremoniální koupelí, kterou Šrí Arunáčaléšvara udělil svému božskému synovi na ukončení největšího tapasu! Šrí Ramana došel do chrámu a v tisícisloupové síni *mantapam* se posadil, vstřebán v samádhi. Může však

bláznivý svět rozumět velikosti mudrce? Nějací zlí lidé a zlomyslné děti jej začali obtěžovat a pokřikovat na něj: „Němý blázen!“ a podobně, házeli po něm kameny a střepy z rozbitých hrnců. Ale to je asi běžné chování vůči všem velkým bytostem, které přijdou na svět, není-liž pravda? Cožpak se Buddhovi, Mahávírovi a Ježíši nedostalo do lidí podobného přijetí? Nebylo to nic nového. Ačkoli si jich nevšímal, Šrí Ramana se stáhnul z jejich dohledu a sešel do blízkého sklepa Patala Lingamu, kam se nikdo neodvážil ani za denního světla, protože tam panovala tma. Tam se posadil, ponořen v samádhi, jsa skryt za lingamem. Plynuly dny a on nevystoupil ze samádhi. Jelikož byl upevněn v jednotě se skutečností – ve stavu překračujícím poznání světa a těla – jak by pro něho, či spíše pro jeho tělo či mysl, mohl existovat hlad a žízeň? Pro toho, kdo se topí v blahu džňány – ve stavu oproštění od těla – jak by mohl existovat pocit bolesti nebo bídy, které vnější svět působí?

Na vlhké zemi, na které Šrí Ramana seděl, se to hemžilo mravenci, termity, stonožkami a bylo tam mnoho much a komárů. Začali kousat a živit se krví na spodních stranách jeho stehen, až krev prosakoval ven. Krev se pak srazila a rány začaly hnisat. Vše se smíchalo s blátem, takže tělo by se zemí slito, spečeno. To vše ho však nerušilo, protože o tom vůbec nevěděl. Což neznáme vyprávění z *purán* o mudrcích, jako byl např. Valmíki, který byl tak pohroužen v *tapas*, že okolo jeho těla vybudovali mravenci své mraveniště a ptáci na jeho hlavě založili hnízdo? Šrí Ramana tím, že žil před našima očima v moderní době, dokázal, že tyto historky nejsou vymyšlené.

Lidé se o tom všem dozvěděli značně později prostřednictvím Šrí Sešadri Svámího, velké duše, která tenkrát žila v Tiruvannamalai. Ačkoli Šrí Sešadri Svámí vypadal jako pomatený, byl ve skutečnosti světcem. Někteří dobří lidé znali jeho povznesený stav a uctívali ho. Byl schopen poznat pravou velikost džňány Šrí Ramany. „Nohy hada zná jen had“, říká přísloví. Když se jednou Šrí Sešadri Svámí vrátil z Patala Lingamu, řekl Venkatačala Mudaliarovi, svému stoupenci: „Tam uvnitř je mladý svámí, běž se tam podívat,“ a odešel. Ačkoli byl den, vzal Venkatačala Mudaliar lucernu a spolu s několika dalšími vešli do Patala Lingamu. Hlasitě na Šrí Ramanu volali, ale protože se nedočkali žádné reakce, zvedli jeho tělo. To však bylo přilepeno k zemi, a jak bylo násilím odtrženo, z čerstvých ran se začala řinout krev. Když to zjistili, pojala je bázeň. Jemně a opatrně vynesli tělo ven a odnesli jej do chrámu Gópuram Subramanja. Ani tentokrát se Šrí Ramanovi nevrátilo tělesné vědomí a zůstal pohroužen v samádhi.

Někteří uctívající došli k přesvědčení, že Šrí Ramana je Bohem v lidském tvaru a začali mu sloužit s velikou horlivostí. Když jednou za řadu dní otevřel oči, krmili ho troškou mléka, rozmačkanými banány nebo tekutou stravou. Vnější činnosti Šrí Ramany, jako polykání potravy nebo vykonávání potřeby, probíhaly jako potřeby spícího dítěte. Když se jeho oči ani po řadě dní neotevřely, snažili se sami otevřít mu ústa a pokoušeli se mu do nich vpravit alespoň trochu tekuté stravy.

V chrámu Arnáčaléšvary zůstal Šrí Ramana několik měsíců. Nestál však o lidi, kteří se okolo něho často shromažďovali. Dával přednost samotě, a proto odešel do chrámu Gurumurtam, který byl od města dosti vzdálen, a tam zůstal asi půldruhého roku pohroužen v samádhi.

Zpráva, kterou v Madurai zanechal, dala jasně najevo, že odešel, a proto jeho starší bratr Nagasvámí, jeho matka, strýc a další příbuzní a přátelé jej začali na mnoha místech hledat. Nakonec se o něm dozvěděli od muže jménem Annamalai Timbiram, který mu v chrámu Gurumurtam sloužil. Jelikož zemřel jeho strýc Subbajar, u kterého Šrí Ramana v Madurai bydlel, mladší bratr strýce – Nellajappajar – se okamžitě vydal do Tiruvannamalai. Přišel do Gurumurtamu. Ale ať se na Šrí Ramanu snažil jakkoli působit, aby se vrátil do Madurai, Šrí Ramana nepromluvil. Když strýc viděl, že nepochodí, vrátil se s prázdnou zpátky.

Když Azhahammal (*Ramanova matka – pozn. překl.*) viděla strýcův neúspěch, vydala se spolu s Nagasvámím do Tiruvannamalai. Tehdy Šrí Ramana pobýval v chrámu Pavalakunru na východním výběžku Arunáčaly. Když jej matka spatřila ve stavu, v němž jeho tělo vzbuzovalo žalostný dojem, vytryskly jí slzy a žadonila: „Můj drahý chlapče, vrať se do Madurai. Jak mohu žít v pohodlném domě, když ty ležíš na kamenech a v trní? Nebuď tak neústupný. Můj chlapče, prosím tě, nebuď tak odpoutaný. Vždyť mi trháš mateřské srdce. Vrať se domů, mé dítě!“ Hořce plakala a všemožně a úpěnlivě jej zapřísahala. Nagasvámí také opakovaně prosil a litoval: „Prosím Tě, já jsem to tak nemyslel, když jsem k tobě mluvil. Nikdy bych si nedovedl představit, že to může způsobit takovou katastrofu!“ Ačkoli zůstali a naléhali po deset dní, v obličeji Šrí Ramany se neobjevil ani nejmenší náznak souhlasu či nesouhlasu. Zůstal stejně mlčenlivý jako jindy. Někteří z přítomných, kteří už nebyli schopni se na tuto žalostnou scénu dívat, dali Šrí Ramanovi kus papíru a tužku a prosili ho: „Svámí, tvá matka trpí, její srdce krvácí. Dej jí laskavě odpověď alespoň písmem. Vždyť nemusíš přerušit mlčení!“ A on napsal: „Podle *prárabdha* (osudu) každého z nás, On – ustanovující, který je všude (v každé duši), působí, aby se naplnila Jeho vůle. Co se nemá stát, to se nikdy nestane, ať se jakkoli snažíme. Co se má stát, se stane navzdory jakýmkoli překážkám. To je jisté. Proto je nejlepší zůstat tichý.“

Jaká to pevnost, zrozená ze sebepoznání (džňány)! Jaká to pevnost, bez jakékoli žádosti, touhy, ale i odporu! Jak velkolepá neotřesitelnost mysli, kterou by ani hora nepohnula!

„Když někdo neotřesitelně přebývá ve svrchovaném Já
pak v onom stavu je více velkoleposti
než v největším z horstev.“
Tirukkural, verš 124

Co mohli stoupeni a jeho matka dělat? Vrátila se zdrcená domů. Nepřekvapuje mnohé z nás způsob, jakým způsobem se Šrí Ramana choval ke své matce? Vždyť je dobře známo, že nejen všichni lidé, ale i ptáci a zvířata požívali Jeho milostivé laskavosti!

Dokud měla Azhahammal srdce naplněné mateřským citem a prokazovala nevědomost ve formě „Ty jsi mé dítě, já tvá matka, tvůj ochránce! Pojď se mnou domů,“, nebylo úkolem Šrí Ramany odstraňovat její nevědomost z jejího pohledu, a tak ji zachránit. Proto odsekal mečem mlčení uzel připoutanosti v ní. To nebylo proto, že se jí zříkal, ale proto, aby ji mohl nakonec přijmout jako svou vlastní. To byl pouze první krok, jak ji přimět k tomu, aby se všeho vzdala a přišla k nohám svého syna, vtělení džňány. Navíc, při jiné příležitosti v roce 1914, kdy jej jeho matka navštívila a onemocněla vysokou horečkou, Šrí Ramana složil čtyři verše, po kterých horečky opadly. Pak se jeho matka vrátila do Madurai.

Brzy po první matčině návštěvě přesídlil Šrí Ramana do jeskyně Virúpákša. Tehdy se začali okolo něj shromažďovat stoupeni, aby pili nektar pokynů, které skanuly z plně rozkvetlého lotosu džňány. Ovšem, „když jsou na stromě zralé plody, je nutné shánět česáče?“ Tichá a milostivá přítomnost Šrí Bhagavána zářila jako slunce svrchovaného Já a odstraňovala pochyby stoupenců a nechala jejich srdce rozkvétat. Tehdy bylo Šrí Ramanovi teprve dvacet let, ale žáci, kteří k němu přicházeli hladoví po džňáně, byli daleko starší a velmi učení!

„Jak podivuhodné! Mladý guru, který zářil pod banyánovým stromem a staří žáci, kteří k němu přišli! Mlčení bylo řečí, kterou hovořil milovaný guru, a pochyby v myslích žáků se rozplynuly.“

Sanskrtský verš o Šrí Dakšinamurtim, který Šrí Bhagaván přeložil do tamilštiny.

A stejný div se odehrál v přítomnosti Šrí Ramany.

Ačkoli svět mohl od něho obdržet písemné instrukce a později i slovní, bylo mnoho aspirantů, jejichž všechny pochyby se vyjasnily, a kteří byli zachráněni jeho pouhou mlčící Přítomností.

„Mlčení je nepřekonanou výmluvností,
je stavem milosti, který vyrůstá v nitru.“

Šrí Bhagaván

„Mlčení je neselhávající učení (upadéša). Písmo ani řeč se mu nemohou vyrovnat, někdy mohou být i překážkou!“ řekl Šrí Ramana.

Gambhirám Sešajar, který se snažil jít cestou *rádža jógy*, často v roce 1900 navštěvoval Šrí Ramanu a kdykoli otevřel oči ze samádhi, kladl mu otázky týkající se duchovních cvičení. Přitom mu podával papír a tužku, aby Šrí Ramana mohl své odpovědi napsat. Odpovědi, které Šrí Ramana při takovýchto příležitostech napsal, vydal později Šrí Natananandar a ášram je vydal tiskem v tamilském originále pod titulem *Vičára Sangraham* (Zkoumání sebe sama).

Dílo *Nan Yar* (Kdo jsem já?) získal podobným způsobem od Šrí Ramany jeho žák Šrí Šivaprakasam Pillai. Ačkoli je toto dílo rozsahem nevelké, stalo se slavné pro svou moc zachránit lidstvo, protože ukazuje pravou cestu ke svrchovanému dobrodiní.

Odpovědi, které poskytoval Šrí Ramana na otázky Šrí Natananandara, se staly podkladem pro dílo *Upadéša Mandžari* (Duchovní pokyny).

V roce 1907 navštívil Šrí Ramanu velký sanskrtský básník Kávja Kanta Ganapati Šástri. Byl to asketa, který už provedl mnoho milionů mantra *džap*, ale stále nebyl schopen pochopit, co *tapas* skutečně je. Proto přišel ke Šrí Ramanovi a takto se mu svěřil: „Naučil jsem se všemu z véd, pronesl miliony *džap*, podstoupil pústy a jiné způsoby sebekázně, a přece pořád nevím, co *tapas* skutečně je. Prosím, poskytněte mi poučení.“ A Šrí Bhagaván odpověděl: „Když pozorujete, kde vzniká pocit „já“, pak tímto pozorováním se mysl vnoří do onoho místa, a to je *tapas*. A když se Ganapati Šástri ptal dále: „Je možné stejného stavu dosáhnout *džapou*?“ Šrí Ramana na to odpověděl: „Sledujete-li při vyslovování *mantramu*, kde vzniká zvuk, tak tam se mysl noří, a to je *tapas*.“

Takto poučen, Šrí Kávja Kanta Ganapati Šástri prohlásil: „On není obyčejnou duší. Je dokonalým *džňána guruem*. Protože stále přebývá v přirozeném stavu svrchovaného Já, je opravdu Bhagaván Maháriši,“ a oslavil jej verši jakožto Bhagavána Ramanu Mahárišiho. Od toho dne byl Šrí Ramana znám pod tímto jménem.

Bhagaván Šrí Ramana je jedinečným božským básníkem. Je poetickým geniem v tamilštině, která je jeho mateřským jazykem. Vdechl nový svěží život do dávného posvátného básnického stylu. Jeho styl je hutný, pádný a jasný a proud jeho jemné tamilské poezie je ušlechtilý a plný nových významů. Opravdu, Šrí Bhagaván Ramana je védský mudrc – riši, který nám dal tamilské upanišady. Nebánil jen v tamilštině, ale i v sanskrtu, malajštině a v telugu. Byl vůbec první, kdo byl schopen skládat telugské verše ve venbě, což je nesmírně obtížné tamilské metrum.

Šrí Ramana navždy ozdobil tamilštinu četnými drahokamy *džňány*, vsazenými do veršů nepředstavitelné hodnoty. Nicméně Bhagaván nebyl jen spisovatelem. Nikdy neměl v úmyslu cokoli napsat. Ode dne, kdy se usadil na úpatí Arunáčaly, žil skutečně bez záměrů. Jak tedy k tomu došlo, že byl svět požehnán alespoň několika slovy poučení od Bhagavána Šrí Ramany? Což nepřipouštíme existenci Boha, Svrchované síly, která stvořuje, udržuje a ničí svět? Byla to tatáž síla, která modlitby, pochyby a otázky svých oddaných přijala za svoji pohnutku a použila mysl, řeč a tělo Šrí Bhagavána jako své nástroje a podala skrze něho duchovní poučení k záchraně lidstva. Někdy plynuly sladké a vzácná tamilské verše z jeho rtů jako odpověď na otázky, které kladli stoupeneci. Poučení Šrí Bhagavána, která nyní známe, jsou ty, které vytryskly tímto způsobem. Všechny dohromady jeho sebrané spisy. Z nich pak je nejdůležitějších *Pět hymnů na Arunáčalu* a tři písmo *Upadéša Undijar* (Trest' učení nebo také 30 veršů), *Ulladu Narpadu* (40 veršů o Skutečnosti) a *Guru Váčaka Kovai* (Věvec výroků gurua).

Jako odezvu na žádost Šrí Muruganara, nejpřednějšího stoupence Šrí Bhagavána a velkého tamilského básníka, Šrí Bhagaván složil v tamilštině nejen *Upadéša Undijar*, ale také sestavil *Ulladu Narpadu*, což je nepřekonatelná upanišada. Sestavil ji tak, že revidoval některé své dřívější verše a přidal četné nové. *Guru Váčaka Kovai* představuje pokladnici instrukcí Šrí Ramany, které Šrí Muruganar sesbíral a zachoval je v podobě tamilských veršů. Všechny verše představují každodenní výroky Šrí Bhagavána, a to od nejranějších dob. Tato tři důležitá díla Šrí Bhagavána vešla do existence jedině proto, že v pozadí jejich vzniku či motivací pro jejich vznik byl Šrí Muruganar, a tvoří *Šrí Ramana Prastranatrajam* – trojici děl božské autority Šrí Ramany, pojednávajících o osvobození.

Arunáčala, svatá hora, je prvotním a nejpřednějším tvarem Pána Šivy. Vpravdě je to sám Šiva. Mudrci nám neukazují jen cestu, ale jsou nám příkladem, jak se po ní ubírat. Tak Bhagaván Šrí Ramana sám často vykonával Arunáčala *pradakšinu* ve společnosti svých stoupenců (*Poznámka: Pradakšina znamená chůzi naboso okolo posvátného předmětu. Přitom předmět má být po pravé ruce.*) Purány popisují, že *giripradakšina* (*Giri znamená hora a zde označuje Arunáčalu – pozn. překl.*) byl jediný postačující prostředek, jímž se Unnamulaj Ambikai, manželka Šrí Arunáčaléšvary, stala Ardhanarišvarou, když se její forma spojila s formou Pána. Navíc, když se i Šrí Arunáčaléšvara, božství chrámu, nosívá se dvakrát ročně kolem hory, můžeme si vůbec učinit představu o velikosti Arunáčala – *pradakšiny*? Bylo to při příležitosti jedné z těchto *pradakšin*, v době, kdy žil v jeskyni Virúpákša, že Šrí Bhagaván složil známou *Šrí Arunáčala Akšaramanamalai*, první z pěti hymnů na Arunáčalu. Tisíce stoupenců nyní recitují tuto hymnu jako způsob, jak se rozpomenout na Arunáčalu, která poskytuje osvobození při pouhé vzpomínce na ni.

Je velkým štěstím pro Tamilnád, že se stal rodištěm *Gurua celého vesmíru*. Ještě větší štěstí měla Azhahammal, že porodila takového význačného jedince a obrovská byla její zásluha, že obětovala svého syna pro dobro celého světa. Jak by taková oběť mohla být nadarmo? Její oběť ji nakonec korunovala tím, že dosáhla osvobození. Jak totiž čas běžel, Azhahammal se stala návnadou pro božskou přitažlivost Šrí Bhagavána, který žil jako *atitasrami* – tj., ten, který už nemá ani přitažlivost ani odpor k příbuzným. Milost Šrí Bhagavána způsobila, že Azhahammal postupně dozrávala a zřekla se svého domova, celé rodiny a světské připoutanosti, až se nakonec v roce 1916 vrátila do Tiruvannamalai a přijala útočiště u jeho nohou a stala se tak jedním z jeho žáků, kteří se mu podrobili. Nágasundaram, mladší bratr Šrí Bhagavána, ji následoval a také se uchýlil k jeho nohám. Později se stal sanjásinem a přijal jméno Nirandžánanda Svámí. On byl jedinou příčinou, že vzniknul a rozvinul se nynější Šrí Ramanášram. Někteří z tehdejších stoupenců, kteří byli se Šrí Bhagavánem, měli obavy, aby Šrí Bhagaván neodešel, budou-li ho obklopovat příbuzní. Skutečně se vyskytly výhrady k tomu, že Azhahammal má Šrí Bhagavánem pobývat se. Věděli jen málo, že příbuzní mohou

pouze plout po povrchu, podobni vodním liliím, a že nemohou být nikdy jako sůl, která se ve vodě rozpustí a vodu ovlivní. Tak dal Šrí Bhagaván modernímu světu příklad o síle přirozeného stavu svrchovaného Já, ve kterém lze žít a být za všech okolností mentálně odpoután.

Stoupenci postupně vybudovaly malý, ale krásný ášram na odděleném místě o něco výše na hoře, a protože největší část práce byla vykonána úsilím a službou pouhého jedince, Kandasvámiho, byl ášram po něm pojmenován jako Skandášram. Šrí Bhagaván zde žil až do konce roku 1922. V květnu toho roku onemocněla Azhahammal. Během posledních hodin seděl Šrí Bhagaván vedle ní a své ruce, plné božské moci, měl položeny pravou na její srdci a levou na její hlavě. Tehdy se v ní odehrával tvrdý vnitřní boj mezi jejími minulými sklony (směrem k činnosti), které by jí byly způsobily ještě řadu dalších zrodů, a mezi mocí milosti, která plynula z rukou Šrí Bhagavána. Nakonec byly tyto sklony rozbity a zničeny, a její duše se tiše vrátila a ponořila se do skutečného stavu, do brahman. Opustila své tělo večer 19. května 1922 a Šrí Bhagaván sdělil, že dosáhla osvobození. Její svaté tělo bylo pohřbeno na břehu Palitírthamu, vodní nádrže na úpatí jižního svahu Arunáčaly. Šivalingam, který byl nad její hrobkou osazen, je znám jako Šrí Matrubhutěšvara. Od Šrí Nirandžánandy Svámho bylo patřičné, že v pozdějších letech dal vybudovat ze synovské lásky chrámový stánek pro svou matku, když ona vybudovala tělesný chrám pro Šrí Bhagavána, aby žil na světě.

Když Azhahammal odešla, Šrí Bhagaván často podnikal procházky od Skandášramu k její hrobce, která tehdy byla chráněna malou doškovou chatrčí. Posléze v prosinci 1922, dle božského určení Šrí Arunáčaly, sešel Bhagaván dolů a zůstal tam natrvalo. Přišlo mnoho stoupenců, aby žili v přítomnosti Šrí Bhagavána, a tak v krátkém čase vyrostlo okolo něho mnoho velkých a útulných stavení, která dnes tvoří Ramanášram.

Dokonalá vyrovnanost byla principem, kterým Šrí Ramana v Ramanášramu žil. Až do konce svého života nosil jen bederní roušku, což je méně než mají i nejchudší lidé na venkově. Totéž platilo i o jídle, které jedl vždy se stoupenci. Všem se podávalo stejné jídlo. Ve skutečnosti jedl méně, než ostatní. Veškeré pokrmy, které mu stoupenci přinesli, byly vždy rovnoměrně rozděleny mezi všechny přítomné. Nejen lidské bytosti, ale i krávy, psi, opice, veverky, vrány a pávi užívali v ášramu dokonalé svobody i všech práv. Například kráva Lakšmí zde žila jako mazlíček a obdržela osvobození v poslední hodině svého života božským dotykem Šrí Bhagavána.

Dveře malé haly, kde Šrí Bhagaván žil, byly ve dne v noci pro všechny otevřeny. V životě, jaký vedl, a který se podobal obrovskému zářícímu prostoru čirého vědomí, proč by se měl ukrývat a jak? I uprostřed noci měli stoupenci možnost přijít a vidět jej v hale. „Pouze vady se musí ukrývat, čisté srdce to nemá zapotřebí“, tak zní moudrý výrok světce Auvajara. Obdržet daršan Šrí Bhagavána bylo velkým štěstím. Daršan nebyl přitom vázán na žádnou podmínku a byl přístupný všem lidem, a to kdykoli. Vždyť i zloděje mile přivítal se slovy: „Jen vstupte a vezměte si, cokoli chcete.“ Je snad třeba většího důkazu pro to, jaký měl Šrí Bhagaván smysl pro nerozdílnost?

Stalo se to o půl dvanácté, uprostřed noci, 26. června 1924. I když tehdejší Šrí Ramanášram se skládal jen z několika doškových chat, nějací zloději se domnívali, že to bude bohatý klášter. Snažili se vylomit okna a rozbíjeli je s hrozbami, že všechno zničí. Hluk probudil stoupence, kteří spali v boudě, kde ležel Šrí Bhagaván. Šrí Bhagaván pozval zloděje, aby vešli normálně dveřmi a požádal stoupence, aby jim podali lampu, aby se mohli na vše podívat. Přesto zloději vztekle křičeli: „Kde máte schované peníze?“ „My jsme sádhuvové, kteří žijí z toho, co vyžebrají, peníze nemáme. Cokoli tu najdete, to si s sebou můžete vzít. My půjdeme ven,“ řekl Šrí Bhagaván a vyšel ven, aby se tam se stoupenci posadil. Když zloději vycházeli z obydlí, mlátili stoupence holemi a jedna rána dopadla také na stehno

Šrí Bhagavána. „Nejste-li ještě spokojeni, udeřte také do druhého stehna,“ řekl Šrí Bhagaván a cítil s nimi soucit!

Byla to nejzazší hranice laskavosti ke zlodějům? Nikoli, Šrí Bhagaván zadržel jednoho mladého stoupence, který nesnesl pohled na to, jak jej bijí, a se železnou tyčí se postavil k odplatě. Šrí Bhagaván mu řekl: „Nechte je konat jejich dharmu (tj. hrát jejich úlohu). My jsme sádhuové a my se zase nemáme vzdát naší dharmy. Kdyby se něco špatného stalo, svět by v budoucnu kritizoval jenom nás! Když nás naše zuby kousnou do jazyka, copak je vytrháme a zahodíme?“

„Ačkoliv nám jiní třeba škodí, nejlepší je,
když jim to ve vzteku nevracíme.“

Tirukkural, verš 157

Za několik dní policie zloděje chytila a přivedla je před Šrí Bhagavána a policejní úředník ho požádal, ať označí toho, který jej oné noci udeřil. Šrí Bhagaván okamžitě s úsměvem odpověděl: „Najděte toho, kterého jsem bil já (v některém z předchozích životů), protože to je on, který teď bil mne.“ Nikdy viníka neoznačil.

„Překonej nepřítele svou důstojnou trpělivostí
a provždy zapomeň, co pro svou nevědomost
učinil tobě zlého.“

Tirukkural, verš 158

„Správný postup, jak potrestat viníka,
je prokázat mu dobro a zapomenout na jeho špatnost.“

Tirukkural, verš 314

Jak čas plynul, svět se dozvěděl, že Šrí Bhagaván je žijícím vtělením všeho, co učí Bible, Tirukkural, Gíta a Upanišady a mnozí přicházeli k jeho nohám. Zapomínali na národnostní rozdíly, jaké jsou mezi Indy a cizinci, i na náboženské rozdíly, jaké jsou mezi hinduisty, muslimy, křesťany, buddhisty, džínisty a sikkhy, a zdaleka i z ciziny spěchali k jeho nohám a uctívali Šrí Bhagavána v přesvědčení, že je skutečným guruem jejich náboženství! Mnozí z nich dosáhli pravého poznání, někteří pouze tím, že Šrí Bhagavána spatřili, jiní tím, že žili v jeho Přítomnosti, další tím, že se z celého srdce oddali službě jemu a jiní zase tím, že se řídili jeho učením.

Bývalý prezident Indie, Rádžendra Prasád, jednou přišel do ášramu Mahátmy Gándhího a řekl: „Bapúdží, přišel jsem k Vám, abych našel mír.“ Gándhídží dobře věděl o příbytku míru, a proto mu řekl: „Chcete-li mír, běžte do Ramanášramu a zůstaňte tam několik dní v přítomnosti Šrí Ramany Mahářišiho, ale nemluvte a nekladte žádné otázky“ Rádžendra Prasád dorazil do Ramanášramu 14. srpna 1938. Ačkoli jeho průvodci nebo ti, kdo jej doprovázeli, trávili svůj čas tím, že kladli Šrí Bhagavánovi otázky o duchovních záležitostech a navštěvovali na hoře všechna místa, kde žil, Rádžendra Prasád se nehnul z přítomnosti Bhagavána. Dle pokynu Gándhídžího tam zůstal celý týden, aniž by položil jedinou otázku. Když odcházel od Šrí Bhagavána, pokorně se k němu přiblížil a řekl: „Ó Bhagaváne, byl to sám Gándhídží, kdo mě sem poslal. Máte nějakou zprávu, kterou bych mu měl předat?“

Šrí Bhagaván mu na to půvabně odpověděl: „Stejná síla, která působí zde, působí také tam. K čemu slova, když srdce mluví k srdci?“ To jsou jedinečná slova moudrosti odhalující tajemství, že To je To Jediné Svrchované, samo vládne celému vesmíru prostřednictvím nesčetných duší! Právě tak

jako Rádžendra Prasád a Gándhídží, všichni lidé vysokého postavení a moci, všichni velcí básníci, učenci, politikové, filozofové a náboženští vůdci, kteří žili v naší zemi během života Šrí Bhagavána, chválili slávu jeho *džňány*. Podstata jeho učení, tohoto velkého, jediného gurua celého vesmíru, tvoří náplň dvou dílů knihy *Stezka Šrí Ramany*.

Ramana Maháriši učil dvě cesty jako hlavní duchovním cvičení (sádhany) k záchraně lidstva. Jsou to: 1) **Cesta sebezkoumání**, tj. poznávání sebe sama (naší skutečné podstaty) dotazováním „kdo jsem já?“ a 2) **Cesta sebepodrobení**, tj. vzdání se (ega) zcela a úplně Bohu.

První představuje **cestu poznání** (džňána marga) a druhá **cestu oddanosti** (bhakti marga). Což není cílem všech výzkumů, které se ve světě dějí, poznávat svět a Boha, tj., druhou a třetí osobu, nežli poznávat sebe sama – první osobu? Člověk vyvíjí tolik úsilí, aby poznal svět a Boha a stále přitom neví, kdo je ve skutečnosti on sám. Jak to? Říkáme „já jsem člověk“. To však není správné poznání nás samých, ale jen naší nevědomosti. Pociťujeme, že jsme člověkem, protože zaměňujeme lidské tělo, naše vlastnictví, za nás, za vlastníka. Oddělení nás samých od našeho vlastnictví (těla) pomocí dotazování „kdo jsem já?“ a dosažení poznání o vlastníkovi (Já) je nejlepším možným výzkumem a nejlepším možným poznáním vůbec. Poznání „já jsem tělo“ (kterým je ego) je klamným poznáním nás samých. Pravé poznání o nás samých je takové, ve kterém poznáváme, že jsme neomezené svrchované Já – Self, átman.

Jaké dobrodiní spočívá v dosažení pravého poznání, v sebepozorování? Jedině když poznáme, že jsme sami svrchovaným Já, tak můžeme působit k opravdovému dobru všeho stvoření na světě. Jak to? Jenom když v nás vzejde poznání svrchovaného Já, vzejde v nás poznání pravdy, že my sami jsme skutečností všech žijících stvoření, a jediné tehdy rozkvete v našich srdcích opravdová láska ke všem. Dokud toto sebepoznání nezískáme, dotud postrádáme schopnost milovat všechna stvoření. Mluvením a propagací na řečništích, slovy „miluj svého bližního, jako sebe samého“ je opravdu milovat nezačneme. Skutečnou lásku, lásku „ne k jinému“ (*ánandža-bhakti*), dosáhneme jediné tehdy, zažijeme-li celý svět a všechny duše v něm jako první osobu, singulár – jednotné číslo. Jedině takováto seberealizace je základním zdrojem, bez kterého mír, láska a štěstí nemohou na světě rozkvést. Proto jedinou okamžitou potřebou na světě je sebezkoumání, lék, který zničí zlé ego. Jenom opravdový znalec svrchovaného Já – sebe sama – může dokonale sloužit světu. Pouhá existence takového džňánina na zemi dostačuje, aby bylo na světě zajištěno duchovní a morální dobro.

Správně pochopené sebepodrobení je odevzdáním ega (*ahamkára*) Bohu. Sebezdobrobení a sebezkoumání jsou ve skutečnosti jedno a totéž. Jsou stejné ve výsledku – vyhasnutí ega – i v praxi. Ti, kteří věří v Boha, jdou cestou oddanosti. Jak to? Ježto ve skutečnosti individuální já a svět jsou vlastnictvím Boha, dělat si nárok na tělo jako „já“ a „mé“ představuje velký hřích v podobě krádeže toho, co náleží Bohu. Jestliže je tato připoutanost k tělu odevzdána (přesněji: uvedena do původního stavu) Bohu, pak je dosaženo stavu bez ega. Tento stav bez „já“ a bez „mé“ je stavem svrchovaného Já.

Z povrchního pohledu by se mohlo zdát, že existuje rozdíl mezi cestou zkoumání a cestou oddanosti, protože aspirant na cestě sebezkoumání je zaměřen na svrchované Já, zatímco aspirant na cestě oddanosti se zaměřuje na Boha. Jasně to bude tomu, kdo se bude vážně zabývat oběma cestami. Zjistí, že jsou nejen stejné co do výsledku, totiž být upevněn ve svrchovaném Já prostřednictvím zničením ega, ale jsou stejné i co do cvičení. Opravdově oddaný *bhakta*, který se chce zcela a úplně odevzdat Bohu, by měl od samého počátku zamítat postoj „tělo je já a mé“. Pokud si i nadále myslí „já jsem tělo“ nebo „toto tělo je mé“, dopouští se hříchu *dattaparaham*, tj. bere si zpátky to, co již bylo nabídnuto Bohu. Proto správný způsob, jak provádět sebepodrobení, znamená být velmi pozorný vůči znovuobjevení myšlenek „já jsem tělo“ či „toto tělo je moje“. Jak se to dělá?

Cožpak se nesnaží být uvnitř ostražitý na první osobu, aby znovu nevznikl pocit „já jsem tělo“? To znamená, že se stále snaží mít zaměřenou ostrou pozornost na pocit „já“. Stejná pozornost na sebe sama tu tedy probíhá jak u sebezkoumajícího, tak u oddaného. Z toho jasně vyplývá, že odtažení pozornosti od druhé nebo třetí osoby a zaměření pozornosti na „já“ je správnou a praktickou metodou, jak se podrobit Bohu. Na druhé straně však, hledá-li uctívající Boha mimo sebe, vzniká z toho pozornost na druhou osobu. Protože Bůh vždy ve skutečnosti září jako první osoba, je pozornost vržená na první osobu správnou pozorností na Boha a je pravou cestou uctívání.

Poslední dny těla Šrí Bhagavána byly jasným zrcadlem, ukazujícím velikost džňánina. Ode dne, kdy se usadil na úpatí hory v Tiruvannamalai, neodešel odtud ani na minutu a žil tu nepřetržitě padesát čtyři let. V roce 1949 začal na nadloktí jeho levé ruky růst nádor. Ačkoliv se zdál na začátku velmi malý, po dvou operacích rostl stále víc, krvácel, prosakoval a ukázalo se, že jde o sarkom. Zkoušely se všechny možné způsoby léčby včetně rádia, ale všechno marné. Ani po čtvrté operaci, provedené 19. prosince 1949, nebyla choroba zvládnuta. I když šlo o velkou operaci, Šrí Bhagaván odmítl chloroformovou narkózu. (*Nicméně anestetikum bylo při operaci podáno – pozn. překl.*) Když se ho jeden stoupenec ptal, zda cítí bolest, Šrí Bhagaván odpověděl: „Ani bolest nám není vzdálena!“ Stejně jako zuby, které kousnou do našeho jazyka, nejsou nic jiného než my, a právě tak jako zloděje, který ho uhodil, nepokládal Šrí Bhagaván za nikoho jiného než za sebe samotného. Tak také choroba, která plenila jeho tělo, nebyla ničím jiným než jím (svrchovaným Já). Tak podivuhodně inspirující byla jeho džňána!

I během období velkých muk odpovídal Šrí Bhagaván na otázky stoupenců. Jeho odpovědi nebyly jen instruktivní, ale byly i plné humoru, a Šrí Bhagaván přitom odhaloval jemnost džňány. Tak utěšoval stoupence, kdykoliv se trápili nad jeho zdravím. Jednou poznamenal: „Tělo samo o sobě je nemocí, která na nás přišla. Útočí-li choroba na původní nemoc, není to pro nás dobré?“ Jinému stoupeneci, který nad jeho chorobou naříkal, pověděl: „Ale, ale, vy naříkáte, jako kdyby váš svámí odcházel! Kam jít? Jak jít? Odcházet a přicházet je možné pro tělo, ale jak by to bylo možné pro nás?“ Při jiné příležitosti poznamenal: „Jako kráva neví, zda věnec, který ji přivázali k rohům, tam ještě je nebo se už ztratil, a jako opilec neví, zda má na sobě *dhóti* nebo ne, tak i džňánin neví, zda jeho tělo je naživu nebo je mrtvé.“

Podle pokynů Šrí Bhagavána mohl být každý přítomen do poslední chvíle jeho života. Poté, co jeho tělo posadili do *padmāsany*, pokračoval dech až do 8 hodin 47 minut večer v pátek 14. dubna 1950 – tehdy Šrí Bhagaván odložil svůj lidský převlek a zazářil nezakrytě ve své vlastní přirozenosti jakožto Úplnost – jediný neomezený prostor svrchovaného Já, kde není příchodu ani odchodu. V tomto okamžiku stoupeneci, kteří byli na chrámové verandě, spatřili jasný světelný záblesk, který pohltit malou místnost, kde byl Šrí Bhagaván. Než si mohl uvědomit, že to možná byl silný fotografický blesk, jiní, kteří stáli volně venku, vykřikli: „Džóti, džóti na obloze,“ a na obloze se náhle objevil zářící meteor. Pohyboval se k severu směrem k Arunáčale a zmizel za vrcholem. Sláva Šrí Ramanovi, světlu Arunáčaly! Svaté tělo Bhagavána Šrí Ramanu bylo pohřbeno mezi halou, kde žil nepřetržitě dvacet osm let, a mezi chrámem Šrí Matrubhutéšvara (*kde byla pohřbena jeho matka – pozn. překl.*). Nad jeho samádhi byl vztyčen *Šivalingam* a pojmenován Šrí Ramanalingam Murti. Nad tím byl vztyčen jednoduchý, ale majestátný chrám a dne 18. června 1967 byl vysvěcen *Kumbhabhišékam*. Později k tomu přibýlo velké auditorium pro slavnostní příležitosti.

Svatostánek milosti Šrí Arunáčalramanu, který svým životem byl příkladem pravdy „Nejsem toto tělo, jsem vždy existující Svrchované“, stále napájí žízeň světa po *džňáně* nektarem milosti, plynoucí v podobě mlčení.

Óm namó Bhagavaté Šrí Arunáčalaramanája

CESTA ŠRÍ RAMANY

(první díl)

Vzývání

Ó, Ty pětiruký (Pán Ganapati), nebyl jsi to Ty, kdo v Himálajích napsal slova, která sděloval Vjása, velký védský mudrc? Prosím o Tvoji milost, abych zde mohl od srdce napsat jasný výklad o božském učení, odhaleném guruem Šrí Ramanou. Ochraň a veď mě pomocí svých nápomocných nohou!

Kapitola první

CÍLEM JE VĚČNÉ ŠTĚSTÍ

Svět jde kupředu prostřednictvím intelektu. Vše, co je ve světě velkolepé, je projevem intelektu. Jaký je cíl, ke kterému svět směřuje? Pečlivým pozorováním zjistíme, že všichni usilují o štěstí. Od nejmenšího mravence až po největšího vládce všichni neustále pracují. K čemu? Ke štěstí, jedině ke štěstí! Každý dychtí po tom, aby žil ve šťastnějších okolnostech, než jsou nyní. Tato dychtivost pohání člověka k práci. Dychtění po štěstí není špatné, naopak, je žádoucí. Jelikož člověk neustále usiluje o větší množství štěstí, je zřejmé, že plnosti štěstí ještě nedosáhl. Člověk se nepřetržitě snaží nahromadit zdroje příjemností, jakou jsou jídlo, oblečení, bydlení, zaměstnání, přítomnost životního druha a děti, protože věří, že štěstí plyne z těchto zdrojů.

Avšak štěstí, které člověk takto získává, je pomíjivé, nestálé. Na chvíli se to zdá být štěstím, ale pak zmizí. Když zkoumáme způsoby, jak člověk dosahuje štěstí, přijdeme k následujícímu obecnému závěru: štěstí, které lidé dosud nalézají, pochází od pěti smyslových orgánů: očí, uší, nosu, jazyka a pokožky. Po věky směřovalo lidské úsilí k dosažení objektů pro uspokojení těchto pěti smyslů.

Když člověk viděl příjemné věci, odvozoval z toho štěstí. Když tyto věci zmizely, zesmutněl. Když člověk slyší příjemnou hudbu či řeč, je mu to příjemné a rozjaří se. Jakmile tyto znaky přestanou, padne na něho sklíčenost. Stejně jako zrak a sluch, tak i pocity hmatu, chuti a čichu člověk zažívá buď jako libé nebo nelibé. Ačkoliv se zdá, že těchto pět smyslů dává štěstí, nedávají je nepřetržitě.

Chodíme-li příliš často do kina, trpí tím náš zrak. Jelikož každá příjemná podívaná jednou skončí, není pro člověka možné, aby ji sledoval neustále. Právě tak je tomu se zkušenostmi sluchovými. Jak dlouho se dá poslouchat koncert? Buď koncert normálně skončí, nebo posluchač musí z nějakého důvodu odejít. Štěstí z poslechu je také konečné. Podobně je tomu i u čichu. Je známé, že dlouhé vnímání silné vůně nakonec způsobí bolesti hlavy. Kromě toho se nám zdroj příjemných vůní brzy vyčerpá. Úplně stejně je to s chutí. Můžeme přecpat žaludek nad jeho možnosti být i nejchutnějším jídlem? Za určitou hranici reaguje jazyk i na největší pochoutku odpudivě. Jak vidno, ani chuť nemůže dát stálé štěstí. Vezměme si nyní hmat. Když hedvábně měkká květina se dotkne pokožky, vznikne příjemný pocit. Po chvíli si však na tento pocit zvykne a dotek nám přestává dávat libost. A stejně je tomu s chladivým vánkem a podobnými věcmi. Takže ani zkušenost příjemnosti z hmatu nemůže být trvalá. Z toho vyplývá, že štěstí, získané kterýmkoli z pěti smyslů, nelze užívat trvale. Za určitou hranicí se z toho stane skutečně zdroj bolesti místo radosti. Jak je vidět, vyplývá z rozboru závěr, že stálé a dokonalé štěstí, které člověk hledá, není za pomoci pěti smyslů dosažitelné.

Je jisté, že každý touží po štěstí v celé jeho plnosti, které by nebylo potřísněno ani stínem smutku. To nemůže nikdo zapřít. Nicméně, nikdo není schopen obdržet takové štěstí uspokojováním pěti smyslů. Z toho všeho vyplývá, že do dneška, navzdory celému světovému pokroku a úsilí, nikdo nezískal dokonalé štěstí shora popsaným způsobem. Je vůbec takové dokonalé štěstí možné? Ano, je, člověk ho může mít zde a nyní. Není nic špatného na tom, že všechno živé dychtí po trvalém a plném,

ničím nepotřísněným štěstí. Touha po štěstí není nesprávná. Štěstí se musí dosáhnout! Ve skutečnosti je to nejvyšším cílem všech lidí! Špatné jsou však způsoby, kterých se lidstvo podnes při hledání štěstí drží. Chyba spočívá v prostředcích, nikoli v cíli. Z tohoto důvodu člověk není schopen užít dokonalé štěstí navzdory herkulovskému úsilí, které vyvíjí.

Cestami, které lidi vedou k dokonalému štěstí, po němž všichni touží, jsou náboženství, která na zemi vznikla. Náboženství je princip či cesta, nalézaná myslí (*Poznámka: Náboženství může existovat jen potud, pokud existuje mysl. Guru Váčaka Kovai, verš 993*). Cílem všech náboženství je ukázat lidstvu nejlepší prostředky k dosažení dokonalého štěstí. Ačkoli různá náboženství zdůrazňují své vlastní, rozdílné cesty, které směřují k onomu velkému cíli – dokonalému štěstí, naneštěstí však dnes každý člověk – bez ohledu na náboženství – je na cestě zastaven a je mu zabráněno v dosažení štěstí díky náboženskému pobožnostkářství a také proto, že nezná pravý význam náboženských zásad.

„Drž se s pravou láskou a vírou toho náboženství, ve které věříš a zůstávej v sobě. Nežeň se do světa; nekritizuj a neargumentuj proti jiným náboženstvím v důsledku slepého fanatismu, které ke svému náboženství chováš.“

Guru Váčaka Kovai, verš 991

V této krizi potřebuje lidstvo dobré vedení. Takoví vůdcové, velcí jedinci, jsou lidmi obecně nazýváni *Avatárpuruša*, což znamená Bůh v lidském tvaru. Jsou to ti, kdož dosáhli dokonalého štěstí, které je cílem lidstva, a jsou v něm pevně usazeni. Zůstávají přirozeně a bez úsilí v blahoplňném stavu a pomáhají také jiným, aby tohoto stavu dosáhli. Mezi těmito *džňána-gurui* se jako jeden z posledních projevil Bhagaván Šrí Ramana Mahářiši, který žil jako guru světa na jižním svahu Arunáčaly, svaté hory. Čemu Šrí Ramana Bhagaván učil svět? Co je nejvyšším dobrodiním, které může lidstvo z jeho učení čerpat? Podívejme se na to blíže.

Co je nejzajímavějším cílem, pro který člověk pomocí svého intelektu po věky a bez ustání pracuje a usiluje v různých oblastech? Není to štěstí? Právě tento cíl vytyčil Šrí Bhagaván a ukázal nám přímou cestu, která je jeho jedinečným objevem. Zároveň je podstatou všech cest, které připravovali velcí jedinci, kteří přišli před ním. Na konci tohoto rozboru bude zřejmé, jak se jeho učení přímé cesty podobá přeponě pravoúhlého trojúhelníka a jak je snadné toto učení ho sledovat.

Kdo je způsobilý sledovat tuto cestu k blahu, kterou Šrí Bhagaván ukázal? Jsou k tomu způsobilí jedině *bráhmani*? Nebe je jen pro hinduisty? Prohlašuje nějakou zvláštní náboženskou víru, která již ve světě existuje, nebo nějaké úplně nové náboženství? Takové otázky mohou v mysli čtenáře vznikat.

Cesta Šrí Ramany je míněna pro každého, kdo touží po štěstí. Je na světě někdo, kdo po štěstí netouží? Ani ten, kdo popírá existenci Boha, nepřipustí, že netouží po štěstí. Proto i ateista může dosáhnout dokonalého štěstí pomocí cesty Šrí Ramany. Z této cesty není vyloučen žádný člověk. Šrí Ramana není kazatelem nějakého náboženství a nenáleží k žádnému náboženství či zemi. Protože ukazuje cestu k dokonalému blahu, které je obecným cílem celého světa, je *Džagatguruem*. (*Poznámka: Džagatguru: Ve staré Indii byla hranicí světa sama Indie. Proto Džagatguru, tj. guru světa, ačkoli se tak jmenoval, byl guruem, který učil jen v Indii a také tam učil jen určitou společnost. Na rozdíl od velkých jedinců, jejichž učení bylo určeno pro několik málo lidí, Bhagaván Šrí Ramana skutečně učí celý svět bez jakéhokoli kulturního nebo sociálního vymezení, a je proto nazýván Lóka Maháguru neboli guru celého vesmíru.*) A jelikož není vázán principy a tradicemi žádného

náboženství, učí každého a všechny, jak jít cestou k všeobecnému cíli, k věčnému blahu. On je vskutku *Lóka Maháguru*, guru celého vesmíru! Lidé všech náboženství k němu přicházeli a měli z toho prospěch. Nerozhodovalo, k jakému náboženství člověk náležel, protože lidé v srdci pociťovali, že „Šrí Ramana je guruem mého vlastního náboženství“, a proto mu byli oddáni. Proto se podívejme, jaká je cesta Šrí Ramany.

Kapitola druhá

CO JE ŠTĚSTÍ?

„Ó, člověče, chceš štěstí? Pracuješ pro něj? Nebo máš alespoň touhu nalézt nějakou cestu, pomocí které bys mohl řídit své úsilí? Pak jsi na tom dobře. Zde je metoda a posuď ji sám. Až ji prozkoumáš, zamysli se, zda jsi došel k přesvědčení, že trvalé štěstí je tímto způsobem dosažitelné. Když se ti metoda bude zdát dobrá, použij ji. Vyviň největší úsilí a využij plně plody své námahy. Naslouchej výkladu o jedinečné cestě k trvalému blahu, která vyjasňuje všechny pochyby, vznikající v mysli z různých písem.“ Tak zní do světa božský roh poznání Bhagavána Šrí Ramany.

„Poslouchej, má drahá dívko! Kvůli božskému soucitu přišel na svět Sadguru v lidském tvaru jako Šrí Ramana a stojí na svaté hoře Annamalai (Arunáčala) a rozeznívá svůj božský roh poznání tak hlasitě, že se i nebesa třesou a skutečné Oko všech lidí na zemi se otevírá. Tímto veršem tě probouzím, abys věděla, že On nás ochraňuje před pádem a že nás přijal za své vlastní. Proto se probuď a prohlédni a pij nektar Jeho Milosti. Probuď se, mé dítě, a už nikdy nespi.“

Šrí Ramana Embavai, verš 6 (Poznámka: Embavai je poetické tamilské metrum. Dle tradice světci zpívají v tomto metru zpěvy o 20 verších a zaujímají při tom postoj paní, která probouzí dívku, aby se vykoupala, než bude uctívat Boha.)

Ó člověče, který se bez ustání pachtíš a dychtíš po štěstí s voláním: „Štěstí, štěstí, já chci štěstí!“, víš alespoň, co to štěstí je? Při mnoha příležitostech jste ve svém životě zažili štěstí v různých podobách. Můžete mi nakonec alespoň říci, co to štěstí je? Zkušenosti, které smysly tlumočily vaši mysl jako příjemné, označujete za šťastné a nepříjemné zase jako bídu. Je to tak? Ale tato vaše idea o štěstí a bídě je mylná. Proto také vyšly naprázdno všechny metody, s jejichž pomocí jste se snažili dosáhnout štěstí. Protože metoda byla špatná, bylo štěstí nepotřísněné bídou vždy mimo váš dosah. Když říkám, že vaše idea štěstí a bídy je mylná, bude napřed nezbytné vysvětlit, proč tomu tak je a pak určit, co štěstí ve skutečnosti je. Tak poslouchejte.

Podle vašeho názoru máte být šťastní, jestliže jste získali objekty uspokojení pro svých pět smyslů a je vám nelibě, když je nemáte. Všimněte si však, že jste spokojeni v bezesném spánku. Přitom prostřednictvím některého ze svých pěti smyslů neprožíváte ve spánku ani jedinou zkušenost. A přesto je takový spánek pro každého naplněn blahem! Podle vás, když pět smyslů nefunguje, tak byste měli pociťovat nelibost - ale je tomu právě naopak! Oproti vašemu názoru zažíváte štěstí, když pět smyslů nefunguje, to znamená, když nemáte tělesné vědomí. Jak si to vysvětlíte? Musíte připustit, že je možné zažít štěstí bez pomoci pěti smyslů.

Muž nebo žena, kteří nahromadili objekty, uspokojující pět smyslů, jako je bohatství, krásné domy, šatstvo, chutná jídla, příjemného manžela nebo manželku, děti a příbuzné – což jsou podle vás

jediné prostředky pro získání štěstí – to musí být nejšťastnější lidé na světě, zatímco ten, kdo nemá nic nebo jen málo z toho, je na tom bídně. Jenomže, pozorujeme-li svět, zjistíme, že tomu tak není. I největší boháč má své bídy! Někdy nemůže v noci ani pořádně spát. „Čím tlustší prst, tím větší otok.“ Naproti tomu zjistíte, že chudý nádeník, který dře celý den, k večeři má sotva hlt jídla a spí na tvrdé zemi, užívá zdravého spánku, zbaven vší bídy. A je tu ještě jedna důležitá věc. V hlubokém spánku je i boháč úplně oddělen od svých vnějších zdrojů libosti a navzdory této oddělenosti je zcela šťasten. Musíme tedy připustit skutečnost, že štěstí může zářit i bez pomoci pěti smyslů. Mimoto z toho vyplývá, že když můžete zažít štěstí v hlubokém spánku, kde není ani tělesného uvědomění ani vědomí o světě, tak musí být štěstí ve vás a ne venku. Je vám teď jasné, proč jste byli na omylu, když jste se domnívali, že štěstí pochází z vnějších představ, z předmětů? V tomto světě je každý objekt – včetně vašeho těla – pro vás vnější, a proto jsou v hlubokém spánku zapomenuty. Protože každý v tomto stavu zažívá dokonalé štěstí, jediným možným závěrem je, že štěstí nespočívá jinde než ve vás. Je pravda, že vy sami jste šťastní! Štěstí je vaší pravou přirozeností! Vy nejste tímto tělesným tvarem – jste plné a dokonalé blaho samo o sobě!!!

Ke stejnému závěru můžete dojít i jinou cestou. Poslouchejte. Víte, že máte rádi mnoho věcí. Analyzujte každou jednotlivou věc, která je vám drahá. Zjistíte, že milujete jenom ty věci, od nichž očekáváte štěstí. Kde je štěstí, tam je láska. To je univerzální zákon, ze kterého nejsou výjimky! Abyste tomuto zákonu lépe porozuměli, řekněte, kterou věc milujete ze všeho nejvíce. Budete muset připustit, že opravdu nejvíce ze všeho milujete sami sebe. Víc, než milujete přátele, příbuzné, manželku či manžela, děti, matku, otce, bohatství atd. Milujete je, protože se domníváte, že přispívají k vašemu vlastnímu štěstí. Jestliže se nějak prokáže, že poskytují štěstí někomu jinému než vám, vaše láska k nim bude najednou pryč. Je proto zřejmé, že milujete jiné věci jenom proto, že milujete sami sebe! Někteří lidé říkají: „Moje láska nepatří mně samotnému. Nepracuji v tomto světě pro své vlastní štěstí, ale pro blaho jiných lidí. Ve skutečnosti žiji pro jiné. Pečovat jen o své vlastní štěstí je sobectví, a to není mým cílem. Mým cílem je štěstí druhých“ To je povrchní řeč, prozrazující nedostatek vážné a hluboké analýzy. Lidé si neuvědomují, že každý tzv. nesobecký čin, který vykonají, přináší štěstí jen jim samým! Vezměte si např. člověka, který je připraven po celý život podstupovat pro svého syna všechny druhy trápení, podporovat ho, vychovávat a střežit před nedostatkem. Při tomto počínání je to jediné on sám, kdo dochází k uspokojení, když vidí zdar svého syna. Pracoval jen pro svoje vlastní uspokojení. Není toto uspokojení jeho vlastní? Není takové sebeuspokojení hnací silou v pozadí vší tzv. nesobecké práce? Americký prezident Abraham Lincoln jednou zachránil prase tím, že je vytáhl z jámy s vodou, do které spadlo. Při tom si pořádně umazal ruce, obličej i oblek. Kolemstojící se ho ptali, proč on, prezident tak ohromné země, se ušpinil jen proto, aby zachránil pouhé prase. Odpověděl: „Dostal jsem se k tomu ani ne tak proto, abych pomohl praseti od utrpení, jako spíše proto, abych sobě pomohl od utrpení z pohledu na tonoucí prase. Udělal jsem to jen pro svůj klid myslí.“ To, co řekl, je prakticky jádrem pravdy celé věci. Jedná se pouze o toto sebeuspokojení – o vlastní štěstí, které je skrytým motivem za všemi druhy nesobeckých činů. To se nedá popřít.

Tak jako se ukazuje oběť ve prospěch „mých dětí“ a „mých příbuzných“ jako sobectví, protože má příčinu v lásce k sobě samému, tak i láska k „mé vlastní zemi“ a láska k „mému vlastnímu jazyku“ se nepřímou ukazuje jako sobecké, protože pramení v lásce k vlastnímu tělu. Je nutné si povšimnout toho „já“, které je přítomno v „mém“. Kdo se vychloubá, když říká: „Chci obětovat i svůj život, aby náš rodný jazyk vzkvétal“, činí tak z lásky k sobě samému. Stejně tak i ten, kdo obětuje svůj život pro blaho své země, míří jen k vlastnímu sebeuspokojení, dělá to také jen z lásky k sobě. Jiní lidé se zase vychloubají svým širokým internacionalismem, na rozdíl od úzkého nacionalismu. Říkají třeba toto:

„Jsem natolik nesobecký, že se nestarám o 'svoji' zemi nebo 'svůj' domov. Chci, aby celý svět byl šťasten. Mým cílem není dobro určitého jazyka nebo země. Není to nesobecké?“ I toto patří do stejné kategorie. Tento člověk bude mít klid až tehdy, kdy uvidí celý svět v míru, takže to, po čem touží, je jeho vlastní mír či štěstí. Je tedy jasné, že i tento hrdina tzv. nesobeckosti chová lásku k sobě samému! Toť vsutku sebeláska. *(Poznámka: Když toto vše říkáme, ať čtenář nedochází k mylnému názoru, že podporujeme nectnost, sobectví. Do nynějšíka se slovo sobectví špatně užívalo a znamenalo neřest. Protože to, co je nám vlastní, co sami jsme „my sami“, se užívalo k označení těla, sobectví se považovalo za nectnost. Avšak pro realizovaného je pravým významem slova „sobě, sebe“ zkušenost, v níž je celý vesmír poznán jako Já. Budeme-li brát zkušenost mudrce jako pravý výrok, pak bude jasné, že sobectví není nectností. To znamená: správnou definici nesobeckví, altruismu, které byly velebeny po celé věky, představuje jenom tzv. „sobectví“ džánina, který poznal vše jako svrchované Já. Pouze átma-džánin je skutečně nesobecký. Ze tří aspektů bytí-vědomí-blaha (sat-čit-ánanda), které jsou naší pravou přirozeností, aspekt blaha svítí v každém jako láska ke svrchovanému Já. Proto není divu, že v lásce ke svrchovanému Já, tedy k sobě samému, není nic špatného. Ale pokládat svrchované Já, neomezenou formu blaha, za formu omezenou – za malé tělo, to samo je velkým zlem. Proto bylo „sobectví“ považováno za nectnost. Toto zkoumání tedy provádíme jenom proto, abychom dokázali, že láska k sobě samému (ke svrchovanému Já) je svrchovanou pravdou. Další rozvádění tohoto tématu by vedlo k přílišnému zvětšení rozsahu knihy. Navíc je o tom pojednáno v druhém díle knihy „Cesta Šrí Ramany“, kde bude vysvětlen názor Šrí Bhagavána na „službu světu“ a na „nesobeckou činnost“ (niškamja karma).*

Proto zákon, že každý ze všeho nejvíce sebe, nelze vyvrátit! Z toho musíme vyvodit, že ze všech věcí nejdražší jste si sami. A z toho vyplývá tento závěr:

1. jste si ze všeho nejdražší
2. láska tryská jen směrem ke štěstí,

takže je jasné, že si musíte být sami sobě věčným štěstím. Kde je štěstí, tam je láska a protože ze všeho nejvíce milujete sebe, jste věčným štěstím samo o sobě. Nepřicházíme takto opět ke stejnému závěru?

Právě svou vlastní přirozenost, toto štěstí, zažíváme v hlubokém spánku. Příčinou našeho štěstí v hlubokém spánku – právě bez pomoci naší mysli a jejích nástrojů, pěti smyslů – je to, že štěstí je naší skutečnou povahou. Opravdu my sami jsme štěstí!

Tady se můžete zeptat: „Copak není zkušenost, kterou získáváme během bdění za pomoci pěti smyslů, štěstím?“ Přemýšlejte hlouběji. Měli byste zkoumat s ostrou pozorností každou svou zkušenost příjemnosti s tím, jaké změny ve vás v té době nastávají.

Uvedme si příklad: Řekněme, že dostanete chuť na nějakou sladkost. Jak jen vás tato myšlenka napadne, hned začnete shánět vše nezbytné, abyste si sladkost udělali. Připravíte si pochoutku a jíte. Teď zažíváte štěstí. Zkoumáte-li, jak toto štěstí získáváte, tj. všímáte-li si pocitu štěstí, které ve vás během jídla vzniká, zjistíte, že myšlenkové vlny, vzniklé jako touha po pochoutce, neboli „mám chuť na sladkost“, které se draly kupředu, najednou zanikly. Myšlenkové vlny však přestaly jen na chvíli a štěstí je tudíž také zažíváno pouze na chvíli. Když jste sladkou pochoutku snědli, myšlenkové vlny se opět vzedmuly a štěstí zmizelo.

Tady může někdo argumentovat: „Sladkost je sladká a proto dává štěstí a ne proto, že myšlenky přestaly. Příčinou štěstí je sladkost pochoutky“. To je však mylné. Takový závěr postrádá hloubku analýzy. Podívejme se na to.

Jazyk, orgán chuti může rozlišit pouze to, jakou chuť ta která věc má. Karamel je sladký, pelyněk hořký, tamaryšek kyselý, sůl slaná ap. Ovšem jenom mysl určuje, co chce a co nechce. „Má

chuť na toto a ne na tamto.“ I když bude něco hořké a mysl to bude vyžadovat, bude si brát z této hořkosti uspokojení. Cožpak není dost lidí, kteří nemají rádi sladkosti a libují si v nahořklé chuti? Někteří lidé si pochutnávají na sušených rybách, zatímco jiní utíkají kilometry, jen aby tomu pachu unikli! Nebo jsou případy, kdy lidé jedí velice chutné jídlo, ale jejich mysl je přitom zabráněná ve zcela odlišných myšlenkách, takže nejsou schopni si všimnout, že jedí chutné jídlo a tím nejsou schopni poznat jeho chuť a užívat z něho štěstí. Je-li mysl odvrácena, může člověk jíst sebechutnější jídla, aniž by o tom věděl. Nebo jinak: když je hlad a touha po jídle silná, člověk jí a šťastně si pochutnává i na špatném jídle, které nemá žádnou chuť. Co z toho všeho můžeme usoudit? Není to smysl chuti, ale myšlenkové vlny, které ve formě libosti a nelibosti jsou odpovědné za pociťované štěstí či bídu.

„Jestliže zuří oheň žravého hladu, pak i okoralá ovesná kaše nebo kyselá polévka ze semleté divoké rýže budou chutnat jako nejlepší jídlo na světě. Proto příčina štěstí netkví v povaze objektu, který vnímají smysly, ale pouze v touze po něm.“

Guru Váčka Kovai, verš 583

Z toho vyplývá, že je-li myšlenková vlna tím, proč nějaká věc nechutná, pak odstraněním té věci utišíme onu myšlenkovou vlnu a mysl se uklidní. Pak se vaše přirozené štěstí rozvine. Má-li myšlenková vlna v oblibě určité chuti a vy tu věc obdržíte, pak se myšlenková vlna utiší a mysl se uklidní. Zde se štěstí znovu odhalí. Pro ty, kteří ostře pozorovali, bude jasné, že štěstí se zažívá při utišení myšlenkových vln, které se vždy znovu a znovu vzdouvají. Není důležité, zda věc je sladká nebo hořká. Stoupání myšlenkových vln ve formě libosti a nelibosti k věcem je samo nelibostí a jejich utišení je samo štěstím. To je vše.

Jíme-li sladkost, týká se to pouze smyslu chutě. Stejný postup, jak je výše popsán, probíhá také v případě ostatních čtyř smyslů: hmatu, čichu a sluchu. Také v hlubokém spánku se myšlenky dočasně uklidní, a proto se zažívá štěstí. Probuzení znamená vynoření se myšlenek, tj. vyvstane první myšlenka: „já jsem toto tělo“. Když nastane probuzení, štěstí hlubokého spánku mizí. Co z toho můžeme soudit? Myšlenky jsou nepřáteli štěstí. Štěstí trvá, když se myšlenky utiší. Skutečně, myšlenky jsou závojem, který zakrývá štěstí. Když je závoj odstraněn, je štěstí odhaleno. Protože vy sami jste štěstím, vše, co máte udělat, abyste se radovali ze štěstí vám vrozeného, je odvracet všechny myšlenky. Rozumějte pravdě, že štěstí, které prožíváte v hlubokém spánku vzhledem k vaší přirozené oproštěnosti od myšlenek, můžete také prožívat v bdělém stavu, budete-li oproštěni od myšlenek.

Mysl vybíhá ven pro svůj nevědomý náhled, že štěstí lze získat z vnějších představ předmětů. Bude-li mysl důkladně a pevně přesvědčena na základě předchozího zkoumání, že štěstí je uvnitř a že naší pravou přirozeností je štěstí samo, pak nepoběží ven, ale do sebe dovnitř, tj. jinými slovy, zůstane tichá ve svrchovaném Já. Toto poznání je nezbytnou podmínkou pro účinnou kontrolu mysli.

Když tedy jíte sladkou pochoutku, pak myšlenková vlna ve formě libosti pro ni se utiší, jak jsme již vysvětlili, a vy zažíváte štěstí vždy uvnitř sebe. Ale tím, že nechápete, že zažíváte jen štěstí, které ve vás již je, klamete sami sebe tím, že se domníváte, že pochází z pochoutky. Proto se opakovaně snažíte získat a jíst více a více sladkostí. Avšak za určitou hranici budou sladkosti dráždit váš žaludek jako jed, až onemocníte. Stejný osud čeká každého i s ostatními smyslovými libostmi. Poslechněte si následující historku:

Jeden pes přišel k pohřebišti. Sebral tam kus ostré kosti, z níž maso bylo zcela spáleno, a začal ji okusovat. Ostré okraje kosti poranily psovi tlamu, takže začal krváčet. Pes kost upustil, ale když ji viděl celou zakrvácenou, domníval se, že krev pochází z kosti, kterou okusoval. Slízal krev a znovu

začal kost okusovat ještě intenzivněji s tímž výsledkem, že měl tlamu ještě více poraněnou a více krvácející. Hloupý pes pokračoval v tomto počínání, vždy slízal krev a kost okusoval dál. Pes nechápal, že krev pochází ve skutečnosti z jeho vlastní tlamy a ne z kosti.

„Hloupý pes sebral kost bez masa, která shořela, a žvýkal ji stále dokola, až byla tlama plná ran, lízal a chválil svou vlastní krev, že nic na světě není tak dobré, jako tato kost.“

Guru Váčka Kovai, verš 585

Podobně, má-li člověk požitek jen z vnějších předmětů, pak zažívá jen málo ze štěstí, které v něm již je. Ale pro svoji nevědomost si myslí, že štěstí pochází od vnějších předmětů a tak se chová jako pes v historce. Stejně jako onen pes žvýká znovu a znovu kost, tak člověk po celý život hledá a shromažďuje vnější objekty. Co je toho výsledkem? Běda! Nesmírné haldy bídy s několika světýlky radosti mezi nimi – toť vše! Opravdu, to vše je nevědomost, jinak nazývaná mája!

Veškerý výzkum a úsilí lidstva od doby kamenné až po moderní atomový věk v nejrůznějších oborech snažení, ať už intelektuálním, vědeckém nebo sociálním, není to vše podobné úsilí psa neúnavně okusovat kost? Neurázejte se tímto prohlášením, které se může zdát být ostré, protože je řečeno bez výhrad, ale je holou pravdou. Řekněte mi, co lidstvo tak dalece učinilo ve jménu pokroku kromě toho, že vylepšilo a nahromadilo vnější objekty k uspokojování pěti smyslů? Všechno výše uvedené úsilí lidstva není založeno na ničem jiném než mylném předpokladu, že štěstí pochází od vnějších předmětů. Je zde nějaký rozdíl mezi psem, který si myslí, že poteče více krve z holé kosti, bude-li ji více ohryzávat, a člověkem, který si myslí, že lidstvo bude úžasně šťastné, když nahromadí více a více vnějších předmětů vylepšením vědeckého a průmyslového pokroku? Určitě ne!

Tím, že nezná správnou cestu, jak získat nepřetržité štěstí, zašlo lidstvo již příliš daleko a ještě běží jako o závod dál nesprávným směrem. Není nic špatného na tom, že člověk touží po štěstí. Je to jeho lidské právo. Opravdu je to právo všech žijících bytostí. Štěstí má být dosaženo a nikdy potlačeno! Ale neplahočte se za získáním předmětů světské příjemnosti, které dávají jen mihotavý záblesk štěstí. Namiřte všechno své úsilí na získání plného štěstí! Toužením po malých externích předmětech získáte štěstí jen přechodné a omezené. Nebuďte osobou malých tužeb! Staňte se člověkem plných tužeb! Pokud nedosáhnete plnosti štěstí, nevzdávejte se úsilí. Poznejte způsob, jak zažívat ono stálé a nepřerušované štěstí (*ánanda*), kterým jste vy a které existuje (*sat*) a září (*čit*) uvnitř vás jako vaše skutečná přirozenost.

To je nejvyšší cíl (*purušártha*), cíl, pro který jste se narodili.

Kapitola třetí

SEBEZKOUMÁNÍ JE JEDINÁ CESTA KE ŠTĚSTÍ

Z toho, co bylo řečeno, vyplývá, že „Já jsem“ /svrchované Já-Self/ je štěstí. Jak máme štěstí dosáhnout? Dále, jak je nepřetržitě zažívat? Kde ustanou myšlenky, tam vládne nejvyšší štěstí. Taková je pravda o štěstí. I když dosáhneme stavu oproštěnosti od myšlenek a na chvíli zažíváme štěstí, přesto netrvá dosažený stav oproštěnosti od myšlenek při kontaktu s vnějšími předměty dlouho. Je proto jasné, že nikdy není možné dosáhnout pomocí pěti smyslů šťastného stavu bez myšlenek.

Copak jsme již nezjistili, že hluboký spánek je šťastným stavem? Je tedy hluboký spánek nakonec cílem lidstva? Tak tomu nemůže být, protože má krátké trvání a jeho štěstí je přerušeno probuzením, které po něm následuje. Nikdo nemůže navždy spát. Nahromaděné tendence (*vásany*) ve formě myšlenek člověka ze snu probudí. Mysl, sdružená s tělem, pracuje nepřetržitě po celý den. Na konci tvrdé denní práce mysl potřebuje odpočinek jen proto, aby mohla znovu začít pracovat. Proto mysl, což je kolektivní jméno pro myšlenky, se sama od sebe v hlubokém spánku utiší. Mysl, která dočasně odpočívá, nemůže než nadšeně vyskočit a znovu se vrhnout do aktivity. Je-li někdo na cestě domů překvapen lijákem a schová se pod střechu nějakého domu, neznamená to, že tam zůstane natrvalo. Když liják přestane, půjde dál. Podobně i mysl trochu odpočívá, spí. Stav aktivity, do kterého se zase dostane, můžeme nazývat bděním nebo sněním. Nikdo tedy nemůže stále spát, a tak i spánek je jen dočasným štěstím. Stav, který se nazývá spánkem, a který je stavem mezi dvěma *vritti*, tj. dvěma myšlenkami nebo dvěma aktivními stavy mysli, má ještě jiný nedostatek. (*Poznámka: Spánek všichni všeobecně pokládají za přechodný stav, ale pravou povahu spánku odhalil Šrí Bhagaván, jehož zkušenost je konečnou zkušeností a je zcela odlišná. V osmé kapitole této knihy je zmíněna, ale pro tuto chvíli přijmeme dosavadní domněnku běžných lidí, že spánek je neúplný, přechodný stav.*) Během spánku klesne do temnot schopnost mysli poznávat a nezná své původní světlo (*sat-čít*, bytí-vědomí), ač by měla být schopna ponořit se bez ztráty spojení se svým vědomím. Proto spánek není stavem dokonalého štěstí, které by bylo bez vady. Jaká cesta tedy vede k zažití takového štěstí? Pohledme, co říká Šrí Bhagaván:

„Absorpce (mysli) je dvojího druhu: *lája* (dočasné ticho) a *nása* (trvalé zničení). Mysl, absorbovaná pouze v *lája* se probudí znovu, (ale) jestliže její forma odumře (v *nása*), už nikdy nevyvstane.“

Upadéša Undijar, verš 13

Jsou tedy dva druhy absorpce mysli. Je-li absorpce dočasná, nazývá se *manólája*, tj. mentální ztišení, je-li mysl absorbována v *lája*, znovu po určité době vyvstane. Druhým druhem absorpce je *manónása*, tj. zničení mysli. Při této absorpci mysl zemře a za žádných podmínek už neožije. Protože je mysl mrtvá, nemůže v ní nadále vznikat pocit bídy. Proto štěstí, získané druhým způsobem absorpce – destrukcí mysli, je věčné. Je nejvyšším blahem.

V bdělém stavu, když zažíváme příjemné zkušenosti prostřednictvím pěti smyslů, nastane jen velice krátké utišení mysli. Ve spánku je údobí utišení mysli poněkud delší. (*Poznámka: Ačkoli nyní musíme říci delší, ve skutečnosti pojmy „dlouhý“ a „krátký“ nevydrží přímé zkoumání, neboť čas sám*

o sobě je mentální koncepcí. Srovnej Guru Váčka Kovai, verš 560.) Podobně ztichne mysl také při smrti. Všechno to jsou jen uklidnění mysli (*manólája*) a ne zničení mysli (*manónása*). Nestačí, je-li bída (mysl) dočasně absorbována, musí být zničena. To je cílem lidstva. Dočasné utišení (*lája*) mysli je dočasným utišením bídy a trvalé zničení (*nása*) mysli je trvalým zničením bídy. To znamená, že mysl sama je bídou! Proto se podívejme, co se má učinit, aby mysl byla zničena.

Co je mysl? Verdikt, poskytnutý Šrí Bhagavánem je: „...jenom myšlenky tvoří mysl...“ *Upadéša Undijar, verš 18.*

Jestliže se vzdáme všech myšlenek a pozorujeme, co mysl je, zjistíme, že neexistuje žádná taková věc jako mysl.

„Pokud zkoumáme – pozorně – formu mysli, zjistíme, že není nic takového jako mysl. To je přímá cesta pro všechny!“
Upadéša Undijar, verš 17

Ke zničení mysli dostačuje, když jsou zničeny myšlenky. Najděme, co myšlenky opravdu jsou. Toto zkoumání není věcí zahálky k ukrácení času. Cožpak celý svět nezápasí o štěstí? I toto zkoumání podnikáme s nadějí získat štěstí. Tak jaký je rozdíl mezi úsilím lidstva jako takového a mezi úsilím, které vyvíjí duchovní aspirant? Úsilí světských lidí vede k pomíjivému zdání štěstí, kdežto úsilí aspiranta – sebezkoumání – připravuje cestu k dokonalému, věčnému a neomezenému štěstí. Proto takové zkoumání je daleko důležitější a cennější než všechno ostatní lidské snažení. Během zkoumání musíme být velice bdělí a musíme vyvinout své nejlepší úsilí. Jedině pak bude výsledek podnikání zkoumání – svrchovaný zisk – dosažen zde a nyní. To je pravda, která byla bezpečně dokázána vlastní zkušeností Bhagavána Šrí Ramany.

Nezačali jsme s návrhem zkoumat myšlenky? Z jakého důvodu? Cílem je zničit všechny myšlenky a tím zažít dokonalé štěstí. Vystávají v nás milióny myšlenek, ze kterých musíme vyhledat a objevit první, základní myšlenku. Budeme-li to dělat, zjistíme, že myšlenka první osoby „já jsem toto tělo“, která vzniká, jakmile se probudíme ze spánku, je první myšlenkou. Tato „já“ myšlenka je kořenem všech myšlenek.

„Mysl jsou pouze myšlenky. Ze všech myšlenek je myšlenka „já“ vskutku základní myšlenkou. Proto to, co nazýváme myslí, je jenom myšlenka „já“ (tj. pocit 'já jsem tělo').“
Upadéša Undijar, verš 18

Ze tří osob – první osoba (já), druhá (ty), třetí (on, ona, ono) – „já“, první osoba, musí vystoupit napřed. Jestliže první osoba nevyvstane, nevznikne ani druhá a třetí osoba. První osoba není nic jiného než myšlenka „já“, a to samo je myslí. Druhá a třetí osoba vzniknou jedině tehdy, vznikne-li první osoba „já“. Svět není nic jiného než druhé a třetí osoby. Ve spánku pocit „já jsem tělo“ neexistuje, proto svět (druhé a třetí osoby) v něm neexistuje.

„Pouze když existuje první osoba (ego) ve formě 'já jsem tělo', bude existovat také druhá a třetí osoba.“
Upadéša Undijar, verš 14

„Jestliže není 'já-myšlenka', žádné další věci neexistují!“
Šrí Arunáčala Aštakam, verš 7

Když je bráněno „já-myšlenka“ – základu všech myšlenek – aby vzešla, je bráněno také všem ostatním myšlenkám. Chceme-li odstranit milióny listů a stovky větví stromu, pak postačí, porazíme-li kmen. Podobně si může počínat člověk, který se pokouší zničit všechny ty milióny a milióny myšlenek, a bude mít úspěch, jestliže zničí základní myšlenku „já“. Nezačali jsme s objektivním zkoumáním myšlenek? Z uvedeného vyplývá, že není nutné zkoumat každou jednotlivou myšlenku, ale že postačí zkoumat pouze základní myšlenku „já“.

Někdo se může zeptat: „Neobdržím štěstí, když zničím myšlenky? Jestliže ano, proč by se potom měla nějaká myšlenka zkoumat? Není to zbytečné?“ Mohu citovat i Bhagavána Šrí Mahárišiho, který jednou řekl (viz. Kdo jsem já?) toto: „Nemá cenu zkoumat smetí, které se má vyhodit všechno najednou.“ Taková špatně položená otázka může pocházet jediné z nesprávného porozumění Bhagavánova učení. Šrí Bhagaván řekl: „Je zbytečné zkoumat různé vlastnosti všech principů (druhé a třetí osoby, ne-já), které zahalují pravé Já.“ Nezáleží na tom, jak důkladně zkoumáme myšlenky, které se týkají druhé a třetí osoby. Ty se tím nikdy neutiší, ale jen narostou. Nikdy neprohlásil, že se máme vzdát zkoumání první osoby (sebezkoumání). Myšlenka první osoby „já“ má zvláštní vlastnost: jestliže (při dotazování „Kdo jsem já?“) na ni zaměříme pozornost, abychom objevili, čím je, tato myšlenka „já“ se utiší. Na druhé straně, čím více budeme věnovat pozornost myšlenkám na druhé a třetí osoby, tím více narostou. V kině, čím dále je plátno posunuto od promítačky, tím je obraz větší, a čím blíže je plátno posunuto k promítačce – zdroji světla, tím menší se obraz stává, až se zmenší na velikost pouhého bodu. Právě tak, čím více pozornosti věnuje mysl druhé a třetí osobě, tím více se obrazy světa (tj. myšlenky) násobí. Věnujeme-li pozornost svrchovanému Já – zdroji světla mysl, mysl (tj. první myšlenka) se sama uklidní. V osmé kapitole „Technika Sebezkoumání“ se tím budeme zabývat více.

„Myšlenka 'já jsem toto tělo z masa a krve' je nití, na které jsou navlečeny různé jiné myšlenky. Proto když se obrátíme dovnitř: 'Kde je toto já?', všechny myšlenky (včetně 'já-myšlenky') skončí a sebezkoumání pak spontánně zasvítí v jeskyňce srdce jako 'Já jsem Já!...'“

Átmavidja Kirtanam verš 2

Právě tak jako se všechny kuličky růžence vyvléknou, přetrhne-li se niť, tak i ten, kdo chce zničit všechny myšlenky, ať zkoumá myšlenku první osoby „já“, která probíhá a udržuje všechny myšlenky na druhé a třetí osoby jako niť, procházející kuličkami růžence. Všechny myšlenky pak budou bez námahy zničeny.

„Když první osoba přestane existovat zkoumáním pravdy o první osobě, pak také skončí existence druhých a třetích osob...“

Ulladu Narpadu, verš 14

Tak je tedy metoda, jak zničit myšlenku „já“, i metodou, která zničí všechny ostatní myšlenky. Proto je zásadně důležité zničit myšlenku první osoby „já“. Jediný způsob, jak ji zničit, je její zkoumání. Není jiné cesty!!!

„Jak jinak dosáhnout stavu, ve kterém 'já' (ego) nevzniká – stavu bez ega, než když budeme hledat zdroj, kde 'já' vzniká...“

Ulladu Narpadu, verš 27

I na cestě sebepodrobení, která je cestou oddanosti (*bhakti*), je zničení první osoby, myšlenky „já“, dosahováno vzdáním se jí Bohu, když jsme poznali bezcennost její povahy (buď poznáním, že ego - „já“ je neexistující, nebo poznáním, že svrchované Já, tedy skutečné Já, je jedinou existencí). Vše, co je nutné, je zkoumat první osobu, jedinečnou myšlenku „já“. V sedmé kapitole „Sebezkoumání“ uvidíme, jak je zničena prostředky zkoumání.

Kapitola čtvrtá

KDO JSEM JÁ?

Co je to „já“? Jinými slovy „Kdo jsem já?“. Copak neříkáme všichni všeobecně: „...já...já...“? Čeho se to týká, když takto mluvíme? Když se nás někdo zeptá, co tím míníme, když používáme slovo „já“, musíme připustit, že jsme ještě nenašli správnou odpověď na tuto otázku. Proč? Protože kdykoli řekneme „já“, vztahujeme to k našemu tělu. Nedostalo však tělo nějaké jméno? Obvykle pojmáme jméno tak, že patří určitému člověku. Když se člověka otážete: „Kdo jste?“, odpoví nám: „Já jsem Ráma.“ Jestliže někdo zvolá: „Rámo“, jen osoba tohoto jména se ohlédne. Jelikož jiná těla mají jiná jména, jenom toto tělo se má brát jako Ráma. Jméno tedy označuje tělo. Protože člověk věří, že je tělo, pociťuje, že je Ráma a nikdo jiný. Cožpak není dost jiných příležitostí, při kterých se chováme, jako bychom byli pouze to tělo? Asi je jasné, že každý z nás je přesvědčen, že tělo je „já“.

Když však k někomu přistoupíme a ukážeme na jeho ruku a zeptáme se: „Co je to?“, obdržíme okamžitou odpověď: „To je má ruka.“ Stejně, když se ptáme na jiné části těla, budou odpovědi znít: „To je moje noha, břicho, hrud', záda, hlava apod.“ Takže nakonec připustí, že „toto celé tělo je moje“. Když řekne, že to je jeho tělo, je tím zřejmé, že tělo je pouze jeho vlastnictvím, tj. že on je vlastníkem určitého vlastnictví – těla. Je-li tomu tak, může on být tělem – svým vlastnictvím? Copak není jeho vlastníkem? Je-li dále dotazován: „Když toto tělo je vaším vlastnictvím, kdo jste vy. Vlastník? Můžete to být to tělo? Může vlastnictví být svým vlastním vlastníkem?“ Takže nyní připouští, že on není tělo a že tělo je pouze jeho vlastnictvím.

Stejný člověk, který před malou chvílí, když jsme se k němu přiblížili se jménem jeho těla, říkal: „Já jsem skutečně toto tělo.“ Nyní sám připouští: „Já nejsem toto tělo, ono je mým vlastnictvím.“ Stejným způsobem se také zmiňuje o své mysli: „Mé myšlenky jsou jako... má mysl je jako...“ Jak může být myslí nebo tělem, když jsou jen jeho vlastnictvím? Jak z toho plyne ponaučení? Nikdo neví, co skutečně je. Člověk, který je stále na pochybách. Neznaje, co sám skutečně je, ani to, že si je nejbližší a nejdražší, se plahočí, aby poznal mnoho vzdálených věcí ve světě. Nic není směšnější než toto! Když poznání o svém vlastním „já“ je plné pomatenosti a nerozluštěných pochyb, můžeme se pak divit, že poznání jiných věcí (světa, Boha), získané myslí, tedy studiem, nasloucháním a zkušenostmi, je protkáno také pochybnostmi? Jak může člověk, který nezná ani barvu skel brýlí, které nosí, znát přesnou barvu jiných věcí, když se dívá oněmi zbarvenými skly? Podobně, ať je člověk jakkoli učený, bohatý a mocný, nemá-li jasné poznání o tom, kým skutečně je, všechna jeho učinnost, velikost a moc jsou pouhými fikcemi. První lekce, kterou se máme naučit, se týká našeho vlastního „já“. Proto se řiďme zkoumáním „Kdo jsem já?“.

Ačkoli někteří lidé souhlasí s výše uvedeným rozbořem, že nemohou být tímto necitným tělem, přesto pokud nejsou schopni znát správně pravou přirozenost „já“, domnívají se, že „já“ je celkovou sumou těla, pěti smyslů, mysli a dechu (*prány*). (*Poznámka: Slovo prána neznačí jenom dýchací proces v plicích, ale zahrnuje také kompletní metabolismus v těle.*) Proto musíme přesně vědět, co ono „já“ je bez nejmenší pochybnosti a špatné identifikace, tj. bez chybného ztotožňování jedné věci s druhou. Nedostačuje, přijme-li člověk názor, že není tělo, hromada masa. Všimáme-li si dýchacího procesu a krevního oběhu, které pokračují, i když tělo klidně leží, pak by se někteří mohli domnívat, že *prána* je „já“. Je zde nějaký důkaz, který bychom užili, abychom určili, že určitá věc není

„já“? Ano, je. Důkaz spočívá v tom, že máme objevit, zda existuje, či nikoli, v nepřítomnosti určité věci. Použijeme-li tento test, můžeme úspěšně pokročit až na konec našeho zkoumání.

Klamné ztotožnění „já jsem tělo“ je samo o sobě souhrnem tohoto: mysl (*manas*), intelekt (*buddhi*), skladiště tendencí (*čitta*), ego (*ahamkára*), mylné poznání (*adžňána*), nevědění (*súnja*), (*mája*) a podobně. *Prána* je hrubá forma mysli a stejně tak i fyzické tělo! I mysl je tělem, ale jemným. *Prána* je trochu hrubší než mysl. A tělo z masa a krve je ještě hrubší než *prána*. Jemná mysl ve své jemnější formě je sama o sobě tendencemi (*vásanami*) nebo temnotou nevědomosti. Provedme si klasifikaci těchto forem mysli na tři kategorie, na hrubé, jemné a kauzální tělo. (*Poznámka: Pět obalů (kóša) je utříděno v tato tři těla (šaríras): 1. fyzické tělo, které roste z potravy (annamája kóša) a z dechu neboli prány (pránamája kóša) tvoří hrubohmotné tělo (šthula šaríra). 2. mysl (manomája kóša) a intelekt neboli buddhi (vidžňánamája kóša) tvoří jemné tělo (sukšma šaríra). 3. nicota spánku, kde štěstí převládá (ánandamája kóša), tvoří kauzální tělo (karana šaríra). Uvedme ještě následující verš: „Tělo má formu pěti obalů. Pojem tělo obsahuje všech pět obalů. Existuje svět mimo tělo? Viděli jste někoho, kdo byl na světě bez těla?“ Uladhu Narpadu, verš 5*) Všechny tyto hrubohmotné formy – tělo, krevní oběh a dýchání, které mysl poznává pomocí pěti smyslů, tvoří dohromady hrubohmotné tělo. Je tomu proto, že vše je poznáváno myslí, jemným tělem, které je druhé v našem utřídění. Ačkoliv Písma zahrnují zpravidla *pránamája kóšu* do kategorie jemného těla, my jej zahrnujeme do hrubohmotného těla, protože jej mysl jasně vnímá jako objekt odlišný od mysli, a to nám bude velice nápomocné při aplikaci našeho ověření testem. A navíc, protože všechny tyto obaly bude nutné nakonec zamítnout jako „ne-já“, žádný člověk s trochou zdravé soudnosti nebude nic namítat proti tomu, že není zahrnut ani v jednom z těchto těl. (*Poznámka: To je to, co Šrí Bhagaván měl skutečně na mysli, když v „Kdo jsem já?“ řekl: „Je zbytečné zkoumat (nebo se přít o povahu) smetí, když se stejně musí všechno vyhodit.“*) A nyní použijme shora uvedený jednoduchý test a podívejme se, zda jsme hrubohmotné tělo.

V hlubokém spánku si neuvědomujeme (hrubohmotné) tělo. Co z toho vyvozujeme? Není zřejmé, že můžeme existovat bez této hory masa? Někteří lidé argumentovali před Šrí Bhagavánem takto: „Tělo v hlubokém spánku nepřestává existovat. Ačkoli si člověk v hlubokém spánku není vědom existence těla, ani dýchacích pohybů, ani krevního oběhu, přece je toto vše vnímáno jinými, kteří bdí.“ Prohlášení Šrí Bhagavána – znalce pravdy – je ale proti tomu zcela odlišné. Podle něho: „V hlubokém spánku tělo a svět neexistují, ale existence vlastního bytí 'já jsem' je zažívána každým z nás“. Obraz, tj. tělo a svět, vyvstane pouze tehdy, když se mysl probudí, a existuje jen potud, pokud mysl existuje, a mizí, když se mysl utiší. Existuje tudíž svět mimo mysl? (*Poznámka: „Pět druhů smyslového poznání a nic jiného tvoří formu světa. Pět druhů smyslového poznání je získáno od pěti smyslových orgánů. Protože mysl vnímá svět pěti smyslovými orgány, řekni, může tu být svět oddělený od mysli?“ Uladhu Narpadu, verš 6*) Jelikož mikrokosmos je makrokosmem, tělo je světem. Bez těla svět neexistuje. Vše, co existuje jakožto svět, je promítnuto z těla. Proto se Šrí Bhagaván ptá (ve verši 5, v Uladhu Narpadu): „Existuje někdo, kdo bez těla spatřil svět?“ Zkrátka svěštější lidé (*adžňáninové*) mají tento názor: „Tělo a svět existují ve spánku, zatímco vědomí 'já' v něm neexistuje.“ Prohlášení Šrí Bhagavána je ale zcela opačné: „Tělo a svět v hlubokém spánku neexistují, zatímco vědomí 'já jsem' je zažíváno všemi.“ Existuje tedy skutečně v hlubokém spánku? Jestliže tělo v hlubokém spánku existuje, musí tam existovat také svět. (*Poznámka: Svět neexistuje odděleně od těla. Tělo neexistuje odděleně od mysli. Mysl neexistuje odděleně od vědomí a vědomí neexistuje odděleně od pravého Já, které je existencí. Guru Váčaka Kovai, verš 99*) Pokud tělo nemůže existovat, když nevyvstala mysl, jak může existovat v hlubokém spánku, kde mysl nepovstala? A když tělo

neexistuje v hlubokém spánku, jak tam potom může existovat svět? Proto se snažte pochopit prohlášení Šrí Bhagavána, že tělo a svět v hlubokém spánku neexistují.

Když prohlašujeme, že nějaká věc existuje, pak se existence musí pojít s vědomím, tj. sama by měla znát svoji vlastní existenci. Neměla by potřebovat důkaz či něco jiného, aby poznala nebo dokázala svoji vlastní existenci. Existence a vědomí o existenci (tj. existence a vědomí – *sat a čit*) jsou dvě rozdílné věci.

„Znát existenci (*sat*) znamená, že není jiného vědomí (*čit*), než existence sama; existence je proto vědomím...“

Upadéša Undijar, verš 23

Vědomí bez existence není vůbec vědomím. Podobně i existence bez vědomí není vůbec existencí. Znalost, že jsme spali, je svědectvím naší existence v tom čase. Musíme se ptát jiných, zda jsme spali či nikoli? Když sami víme, že jsme spali, není právě toto poznání svědectvím, že existujeme v hlubokém spánku. Jestliže naše existence a vědomí (*sat a čit*) v hlubokém spánku jsou nepopíratelné, a když tělo a svět budou mít také takovou nepopíratelnou existenci a vědomí, proč bychom potřebovali (tělo a svět) svědectví jiných, aby se prokázala jejich existence v hlubokém spánku? Protože svědectví jiných je potřebné k prokázání existence těla a světa během hlubokého spánku, není jasné, že jejich existence není samozřejmá? Dokázali jsme, že existence bez vědomí není žádnou existencí. A jelikož poznání, že tělo a svět existují v hlubokém spánku, není samozřejmostí, můžeme se kladně ujistit, že jejich existence je klamná. Proto zakončíme tím, že tělo a svět v hlubokém spánku neexistují. (*Poznámka: Dle následujícího logického závěru: To, co se zdá existovat v jednom čase a ne v jiném, je opravdu neexistující i tehdy, když se zdá, že to existuje – tělo a svět neexistují ani v čase jejich zdánlivé existence, tj. během bdění a snění.*)

Mnozí návštěvníci pro nedostatek zralého porozumění diskutovali se Šrí Bhagavánem, když zkoumali přirozenost skutečnosti tak, jak ji Šrí Bhagaván vykládal a jak je vysvětlena výše, a nebyli schopni pochopit fakt a dojít k přesvědčení, že existence a vědomí jsou jedno a totéž. Na druhé straně ti, kteří měli rozlišování a ostrý, jasný intelekt, nepopletený studiem Písem a s tím související praxí, dosáhli plného přesvědčení ihned, jakmile uslyšeli Šrí Bhagavánův výklad, že tělo a svět v hlubokém spánku neexistují a že to jediné je správné. Proto jsou schopni se ubírat cestou sebezkoumání.

Šrí Bhagaván věděl, že aspirant obvykle není schopen poznání na základě výroku: „Nejsem tělo (*déham naham*),“ a tím i vzdání se připoutanosti k tělu. Něco jiného by bylo, kdyby byl plně přesvědčen o zkušenosti: „Mohu existovat i bez těla.“ Šrí Bhagaván nechává zaznít polnici *védántického* volání: „*Déham nahma kóham sóham*,“ a pronáší tamilsky tato vlastní slova milosti:

„Tělo (*déham*) je necitelné jako hliněný džbán, protože nemá vědomí „já“.

A jelikož je naše existence denně zažívána (jako 'já jsem') v hlubokém spánku, kde tělo neexistuje, ono není 'já' (*naham*) ...“

Ulladu Narpadu – Anubandham, verš 10

Někteří následovníci Šrí Bhagavána často namítají: „Sanskrtský originál tohoto verše říká: *apéta supti samaje*, což znamená, že v hlubokém spánku je tělo pouze nepřítomno, odstraněno nebo neprojeveno. Nevyplývá z toho, že nemusíme přijmout úplnou neexistenci těla ve spánku?“ Dokud není aspirantova mysl pevně nasycena přesvědčením, že během spánku není žádné tělo, dotud

existuje šance si představit, že ve spánku existují jiné věci než „Já – vědomí“, totiž tělo a svět, alespoň v nějaké jemné formě a že se mohou v budoucnu rozvinout do jakési velkolepé podoby. Jedině je-li dána myslí tato možnost, pak má prostor pro tvorbu tak bezvýznamných teorií, jako je zesmrtnění těla (zbožštění lidstva) a stvoření nebe na zemi. Proto, abychom pochybnosti těchto aspirantů vyjasnili, je nezbytné se zmínit o následující události. (*Poznámka: Příhodu popisuje Šrí Muruganar. Uvádí se také v knize „Day by Day with Bhagavan“ – 20. 1. 1946*)

Původní sanskrtský verš, sepsaný Šrí Bhagavánem v roce 1927, má přesně uvedeno slovo „abhava“. Ale stoupenec Kavja Kanta Ganapati Šástri, snad ve své neschopnosti přijmout neexistenci těla v hlubokém spánku a věřící, že tělo přeci jenom nějak v hlubokém spánku existuje, alespoň v neprojeveném stavu (*apéta*), změnil text právě tímto slovem. (*Poznámka: Zdá se, že Ganapati Šástri užil frázi „apéta supti samaja“ pouze ve smyslu „během spánku, kdy se tělo neprojevuje“ a ne ve smyslu „během spánku, kdy tělo nemá vůbec žádnou existenci“.* Významu, jaký Kavja Kanta Ganapati Šástri dává slovu „apéta“, mohou jasně porozumět ti, kdo čtou jeho sanskrtský komentář k *Upadéša Saram*, verš 30.) Zkušeností Šrí Bhagavána ale je – neexistuje (*abhava*)! „Existuje alespoň ve stavu *apéta*,“ je možná názor stoupence. (*Poznámka: Protože v originále není žádná významová chyba ve slově „abhava“, užitého Šrí Bhagavánem. Slovo „apéta“ se jako nahrazující objevilo jen proto, že názor Ganapati Šástriho byl jiný než názor Bhagavána. Pokud má slovo „apéta“ stejný význam jako „abhava“, pak proč by se mělo nahrazovat?*) Když Šrí Bhagaván překládal stejný verš do tamilštiny, použil tamilského výrazu „*džadalamil*“, což znamená, že tělo vůbec neexistuje. Kdyby byl Šrí Bhagaván se vzniklým názorem souhlasil, byl by verš podle toho přeložil. On ale potvrdil svůj vlastní názor (tj. *abhava*) tím, že přeložil jen slovo užitá v jeho sanskrtském originálu. Všechny vydané sanskrtské verze (mimo Šrí Ramana Hridajam) obsahují onu změnu stoupence a neodpovídají originálu Šrí Bhagavána.

Pouze proto, že se připouští slabost nezralých myslí, které věří, že tělo a svět opravdu existují, uklidňují je Písma výroky: „Stvoření (tělo a svět) vyšlo z Boha neboli ze svrchovaného Já (átman). Rozpouští se v něm během spánku, smrti a rozpuštění stvořeného (*pralája*) a pak znovu vychází.“ Ovšem tato uklidňující slova nejsou absolutní pravdou, a proto nemohou plně uspokojit ty, kteří touží a snaží se se poznat pouze absolutní pravdu. Toto vysvětlení Písma neobstojí před osobní zkušeností Bhagavána Šrí Ramany – *mahágurua*, který nikdy ani v nejmenším neodmítnul absolutní pravdu. Proto nemusíme předchozí názory brát jako jeho přímé učení. Stejný názor byl velmi dobře vyjádřen následujícím veršem Šrí Muruganara, nejpřednějším žáka Šrí Bhagavána:

„Třebaže guru Ramana učil různá učení zcela dle úrovně porozumění těch, kteří k němu přišli, slyšeli jsme od něho, že *adžata* (*adžata* je poznání, že nic – ani svět, duše a Bůh nepřijdou nikdy do existence a že „To, co Je“ existuje vždy takové, jaké je) sama je opravdu jeho vlastní zkušeností. To byste měli vědět.“

Guru Váčaka Kovai, verš 100

Jelikož existujeme i během spánku, kdy tělo neexistuje, musíme učinit závěr podle základního ověření výše zmíněného, že nemůžeme být hrubohmotným tělem (fyzickým tělem, dechem a krevním oběhem).

Podívejme se nyní na jemnohmotné tělo. Mysl, která je myšlenkami, a intelekt tvoří jemné tělo. Víme, že mysl je pouze souborem myšlenek. I při bdění máme někdy chvíle, které nastanou bez úsilí, chvíle, kdy utichnou všechny myšlenky. Přestáváme během tohoto období myšlenek existovat?

Nikoli, i tehdy existujeme. Nicméně slyšíme, jak si někteří lidé stěžují: „Když jsem vzhůru, pak se střídá jedna myšlenková vlna za druhou. Nikdy jsem nezažil zklidnění myšlenek.“ Dobrá, je správné tento názor přijmout a na jejich stížnosti odpovědět. Období, kdy se myšlenkové vlny v bdělém stavu uklidní samy o sobě, se nazývá stavem ticha nebo přebývání v pravém Já (*ništha*). Aspiranti, kteří zažili tuto zkušenost, snadno pochopí pravdu: „Existujeme i v nepřítomnosti myšlenek.“ Ale kvůli těm, kteří si znovu stěžovali, budeme zkoumat hlouběji. Neříkali jsme již, že ze všech myšlenek, které po spánku vyvstanou, je myšlenka první osoby – tedy „já jsem tělo“ – první myšlenkou? Všechny ostatní myšlenky, které se týkají druhé a třetí osoby, se rojí jen tím, že se drží této první myšlenky. I těm, kterým se myšlenky během bdění neuklidní, zmizí všechny myšlenky, když je přepadne spánek, protože první myšlenka „já jsem tělo“ v tomto čase sama od sebe zmizí. Nuže, nemá každý z nás přístup ke stavu bez myšlenek v bezesném spánku? Tehdy nejsme neexistující! Šrí Bhagaván říká:

„...ba i ve spánku, kdy není žádné ego „já“, nepřestáváme existovat!“

Upadéša Undijar, verš 21

Takže podle našeho základního testu, jelikož existujeme i v nepřítomnosti mysli, nejsme myslí.

Uvědomění (*dehátma-buddhi*) lne k hrubohmotnému tělu jako k „já“ a stejným způsobem, s využitím první myšlenky „já jsem tělo“, může také přilnout jemnějším způsobem k jemným tělům. Například, je-li hrubohmotné tělo nečinné, znamená to, že mysl nepracuje? Sen je takovým příkladem. Je to případ, kdy na sebe bereme jemné tělo. Během snění, jako kdyby mysl přijala jiné hrubohmotné tělo, působí a skrze tělo poznává mnoho věcí. Toto snové tělo je jednoduše mentální projekcí. Není ničím jiným, než samotnou myslí. Proto také může být nazváno jemným tělem. Cožpak ale neexistujeme i v bezesném spánku? Proto, když můžeme existovat i bez snového těla, je nám zcela pochopitelné, že ono není „já“. Neměli bychom se však domnívat, že mysl funguje s jemným tělem pouze ve snu. Cožpak nesníme i při bdění? V té době dochází ke stejnému jevu. Předpokládejme, že sedíme, nespíme a představujeme si, že cestujeme do vzdálené země, potkáme tam přítele, mluvíme s ním a prožijeme všechny vzestupy a pády života. V té době tělo, se kterým jsme tam zdánlivě chodili, mluvili atd., je také naším jemným tělem. Víme, že tato jemná těla, která tu a tam přijímáme, jsou přechodná. Když se probudíme ze snu, snové tělo je to tam. Stejným způsobem i tělo, které jsme přijali za denního bdění, je také klamné (neexistující). To znamená, že tato těla jsou klamnými formami, které přicházejí a odcházejí. Můžeme z toho dovozovat, že existujeme i v nepřítomnosti těchto těl. Proto ona nejsou námi.

Zkoumáme-li dále, zjistíme, že máme ještě jiný druh těla, jemnějšího než jemné tělo. Každý z nás má totiž zkušenost bezesného spánku. V té době nemáme ani hrubé a ani jemné tělo. Když se mysl úplně zklidní, klesneme v odpočinku do úplné temnoty a nic nevíme. Když se mysl opět vynoří z temnoty, výsledkem je sen nebo bdělý stav. Když se probudíme z hlubokého spánku, pamatujeme si svoji zkušenost takto: „Spal jsem dobře a nic se mi nezdálo.“ To znamená, že víme, že jsme existovali ve stavu zdánlivé temnoty, ve kterém nebyl ani sen. Tento temný stav se nazývá kauzálním tělem. (*Poznámka: Důvodem prohlášení, že kauzální tělo existuje ve spánku a že temnota spánku sama je jeho formou, třebaže bylo podle zkušenosti Šrí Bhagavána vysvětleno, že tělo a svět v hlubokém spánku neexistují v žádné formě, je pro tuto chvíli to, že přijmeme domněnku běžných lidí, že spánek je neúplný a přechodný stav.*) Pro nás, kteří víme, že jsme věděli, že jsme existovali, to je skutečné „já“.

V hlubokém spánku je ego (*ahamkára* – mysl ve formě připoutanosti) stále ještě živé ve velmi jemné formě tendencí (*vásán*). To je forma, která je základem a příčinou pro existenci jemných a hrubohmotných těl, a proto se nazývá kauzálním (příčinným) tělem. Toto kauzální tělo není zničeno smrtí hrubohmotného těla. Důvodem pro tvrzení, že ani toto kauzální tělo není „já“, je, že tam sice existujeme, ale víme, že tento stav je nám cizí. Naše existence je sama skutečná a my nemůžeme být formou (temnotou či nevědomostí), kterou tam na sebe bereme. Jako jsme odmítli hrubohmotné tělo bdělého stavu ve smyslu „já nejsem toto tělo“, i když se jako „já“ jevílo. Právě tak jsme ze stejného důvodu zamítli jemné tělo stavu snění jako „ne-já“. Proto nyní zamítneme také toto kauzální tělo (temnotu a nevědomost) hlubokého spánku jako „ne-já, ne-já“. To, co poté zůstává, ono poznání – vědomí (*čít*) naší existence (*sat*), to samo je Já.

Můžeme tato tři těla odstranit? Samozřejmě můžeme, protože jsou jen našimi obaly a vůči nám jsou vnější. A to, co je nám vnější, tak od toho se můžeme oddělit. Jedině, když se od těchto vnějších obalů oddělíme, tak poznáme naši pravou přirozenost. Podle pravdy, ke které jsme již došli, že totiž naší pravou přirozeností je samo štěstí, poznání naší pravé přirozenosti je samo o sobě zažíváním dokonalého štěstí. Nuže zažití poznání pravého Já (*átmasvarúpanubhava*) je vrcholem štěstí. Je nejzazším cílem, který všechny bytosti vědomě či nevědomě hledají všemi svými nesčíslnými snahami. Dosažení – skrze zkoumání „Kdo jsem já?“ – poznání (*čít*) naší zkušenosti (*sat*) jako dokonalého štěstí (*ánanda*), je nejvyšším cílem lidstva. Jedinou příčinou vši bídy je chyba zahalení nás samotných představou, že mi sami jsme těmito obaly, ačkoli jsme provždy bytím-vědomím-blahem (*sat – čít – ánanda*).

Kapitola pátá

SEBEZKOUMÁNÍ „KDO JSEM JÁ“ A ČTYŘI JÓGY

Úplný proces oddělování nás samých od oněch obalů, které jsou vnější a pro nás cizí, byl popsán v Písmu jako jóga. Ačkoliv v přísném slova smyslu jóga znamená spojení, naše předešlá analýza nás vedla k procesu, který jsme nazvali oddělování. V konečném výsledku však tyto dva procesy (oddělování a spojení) jedno a totéž. To, co bylo popsáno jako cesta Šrí Ramany ku štěstí, jako „oddělení od toho, čím nejsme“, je totéž jako to, co se nazývá v každém písmu „spojení s Bohem“. Je-li tomu opravdu tak, co je důvodem pro užití takových dvou protikladných slov? Základní význam, který Šrí Ramana, *lokámaháguru*, dává na slovo „já“, je naše pravé, přirozené vědomí, svrchované Já (*átma bháva*), zatímco základní význam, který poskytuje Písmo až dosud slovu „já“, je uvědomění „já jsem toto tělo“ (*džíva bháva*).

Učiňme si jasno příkladem. Předpokládejme, že někdo řekne: „Přišel jsem do Tiruvannamalai,“ a jiný řekne: „šel jsem do Tiruvannamalai“, oba sdělují stejnou událost, že šli do Tiruvannamalai. Co usuzujeme z jejich způsobu podání stejné události, líčené slovy „přišel“ a „šel“? Je evidentní, že první je v Tiruvannamalai, ale druhý mluví odněkud z jiného místa. Podobně i metoda, poskytovaná aspirantovi, který hledá cestu k dokonalému štěstí, může být popsána buď jako oddělování (*vijóga*) nebo jako spojení (*jóga*), podle toho, co kdo pokládá za základní význam slova „já“.

Je rozdíl mezi jógou, jak ji vyučuje písmo, a sebezkoumáním, které učí Šrí Bhagaván. Tím, že Písmo v základě přijímá mylné chápání běžných lidí „já jsem tělo, mám oddělenou existenci“, učí písmo 4 jógy, totiž *karma jógu*, *bhakti jógu*, *rádža jógu* a *džňána jógu*:

1. – „Konej bez připoutanosti k ovoci, vzešlému z činnosti,“ říká *karma jóga*.
2. – „Nemiluj nic jiného; miluj jedině Boha,“ říká *bhakti jóga*.
3. – „Oddělením od Boha ponížil si se na nepatrnou individuální duši (*džívu*); jdi a spoj se s Ním opět,“ říká *rádža jóga*.
4. – „Poznej Boha,“ říká *džňána jóga*.

Ve všech těchto čtyřech jógách musí být „já“. Musí být „já“ proto, aby konalo činnost bez připoutanosti k jejím plodům, „já“, které miluje Boha a „já“, které se musí nyní k Němu vrátit a spojit se s Ním, a „já“, které bylo tak nevědomé o Bohu a které se nyní snaží Ho poznat. Všechny čtyři jógy tedy nezbytně předpokládají „já“ ve formě „já jsem to“ nebo „já jsem ten a ten“. Bez tohoto „já“ nelze žádnou jógu provádět.

V prvé řadě je nutné najít ze všeho nejdříve „kdo je to já?“ Existuje skutečně? Má oddělené bytí? Je skutečné? Namísto, abychom marnili energii v pokusech dosáhnout velice vytoužené Božství skrze čtyři jógy, bude snadnější, důležitější a také nejlepší se sám poznat zkoumáním „Kdo jsem já?“, „Co je mou pravou povahou bytí?“. Pokud není dosaženo naprosto bezpečného poznání o sobě samém, dotud budou stále vyvstávat nové pochyby a bídy a je jedno, jak mnoho víme o Bohu čtením o Něm, nasloucháním o Něm nebo viděním, vizí o Něm. To vše jen proto, že tu je jedno „já“. Jedině tím, že Písmo přijalo koncepci, že já, které má provádět čtyři jógy, je oddělenou entitou, mohlo

poskytnout učení o nich. Ale Bhagaván Šrí Ramana nám vůbec nedovoluje, abychom tuto koncepci přijali. Než otevřete svá zavazadla a začnete probírat svůj majetek, nezačínajte bédovat se zbytečným nářkem „jsem žebrák bez groše“. Napřed je otevřete, pak teprve o tom můžete mluvit. Právě tak, než začnete se zkoumáním a poznáním, kdo ve skutečnosti jste, nedělejte zbytečně špatné hodnocení o sobě samém, že jste jen omezenou, nepatrnou individuální duší (*džíva*). Napřed začněte se zkoumáním a poznáváním sama sebe, a když jste se poznali a budete-li stále něco potřebovat (Boha, osvobození, štěstí apod.), pak se podívejte, co tomu říká Šrí Bhagaván!

Vědomí „já jsem tělo“ (*dehátma buddhi*) je individuální duší; jinými slovy přirozenost individuální duše není nic jiného, než mylné poznání „já jsem tělo“.

„Ačkoliv toto necitné tělo nemůže říci 'já' (tj. nemá pocit 'já') a ačkoliv existence-vědomí (*sat-čít*, svrchované Já), nemá žádného vycházení a uléhání, mezi těmito dvěma vzniká 'já' v rozměru těla (ztotožnění 'já jsem tělo'). Věz, že toto jediné je uzlem mezi vědomím a necitností (*čít-džada-granthi*), vázaností (*bandham*), duší (*džíva*), jemným tělem (*sukšma šaríra*), egem (*ahankára*), tímto světským stavem aktivity (*samsára*), myslí (*manas*) a podobně.

Ulladu Narpadu verš 24

Uvědomění „já jsem tělo“ vyvstane po spánku, existuje a zůstává aktivní zase až do spánku a ve spánku opět klesne. Ježto tělo je necitné a nemá žádné „já“-vědomí, nelze prohlásit, že toto vědomí (které vyvstane jako „já jsem tělo“) je tělem. Můžeme je potom pokládat za svrchované Já, když má charakter Já-uvědomění? Nemůžeme, protože vyvstávání a zapadání není přirozeností svrchovaného Já. Přirozeností svrchovaného Já je existence-vědomí (*sat-čít*), vždy svítící jako „Já Jsem“, bez vyvstání a zapadnutí. Proto uvědomění „já jsem tělo“, které vyvstává a zapadá, se nedá pokládat za svrchované Já. Je klamným jevem, podobným přízraku, který si bere rozměry těla za vlastní, je omezeno časem a prostorem a je směsicí kvality těla (vznikání a zanikání) a kvality svrchovaného Já (zářícího jako Já-uvědomění/, ale zároveň je oběma cizí a vyvstává jako uzel (*granthi*) mezi svrchovaným Já (*čít*) a necitným tělem (*džada*) - *čít-džada-granthi*. To je ego, jinak nazývané vázaností, duší, jemným tělem, *samsárou* (stav světské aktivity), myslí apod.

„Toto beztvaré a přízračné ego (které nemá svou vlastní formu) přichází do existence uchopením formy těla! Když formu sevřelo, trvá a víc a víc přibývá svíráním formy, neboť se jí živí. Když jednu formu opustí, chytne se druhé, když je hledáme, dá se na útěk; co je to za div! To byste měli znát.“

Ulladu Narpadu, verš 25

„Ego může vstoupit do existence, jenom když se ztotožní s nějakou formou (tělem) jako 'já'. Může existovat, jedině když přilne k formě. Když přijalo formu (skrže pět smyslů), aby se jí mohlo žít, stále víc a více narůstá. Když opustí jednu formu, se kterou se ztotožňovalo jako 'já', uchopí jinou formu jako 'já'. Ztratí svou existenci a zmizí, když se hledá 'Co je to?' nebo 'Kdo jsem já? '. Toto ego, která narůstá ve formě 'já jsem tělo', je beztvárým, imaginárním, prázdným přízrakovým zjevením, které nemá svou vlastní existenci,“ říká Bhagaván Šrí Ramana.

„Předpokládejte existenci neexistující věci 'já', a pak když požadujete pro toto imaginární 'já' osvobození, musíte začít a usilovat pomocí shora čtyř cest jógy.“

„Jestliže vaše sádhany se samy o sobě stávají prostředníkem, který dává život neexistujícímu egu, jak ho mohou zničit? K provádění jakékoli sádhany kromě sebezkoumání (átmavičáry) je nevysunutelná existence mysli (džívy). Jak by totiž bylo možné provádět ony sádhany bez mysli? Snažit se zničit ego sádhany jinými než sebezkoumáním je stejné, jako když zloděj, převlečený za strážníka, chytá zloděje, kterým je on sám. Sebezkoumání může odhalit pravdu, že ego (mysl nebo džíva) nemá naprosto žádnou existenci. Proto nepřijímejte toto ego, o němž jste ještě pravdu zkoumáním nezjistili; odmítněte je tím, že nedáte žádnou důležitost jeho existenci, vykořeňte je a spalte je do vyhasnutí, sledující pozorně, jak a z čeho (odkud) vychází. Přijmete-li je za skutečnou entitu ještě před zkoumáním a hledáním čím je (za pomoci „Kdo jsem já?“), ono samo vás bude poutat a vytvoří vám mnoho neexistujících překážek (takových jako hněv, vášeň, apod.) a zamotá vás do zbytečných snah je překonat.“ Tak říká Šrí Bhagaván. (Poznámka: Vztahuje se k celé první kapitole (Sebezkoumání) Maháříšiho Evangelia, kniha II.)

Pouze když svrchované Já přijmete jako cosi, co není svrchované Já, vznikne potřeba vyvinout pomocí jógy úsilí pro spojení s jinou skutečnou věcí. Chybné přijetí věci před jejím zkoumáním je samo o sobě nevědomostí! To samo o sobě je vázaností! Lépe než napřed přijmout věc, o níž pravda není řádně známa - tj. přijmout nejprve vázanost, která ve skutečnosti neexistuje – a pak bojovat, abychom se zbavili bídy, kterou způsobuje, nebylo by moudřejší a vhodnější zkoumat a zjišťovat: „Existuje? Co je to? Kdo jsem já, tato věc?“

„Pouhé zkoumání 'komu náleží tyto nedostatky: karma (činnost), vibhakti (nedostatek oddanosti), vijóga (odloučenost) a adžňána (nevědomost)' je samo o sobě karmou, bhakti, jógou a džňánou! Je-li 'já' zkoumáno, je shledáno neexistující, a proto tyto chyby jsou také shledány jako vždy neexistující. Odhalenou pravdou pak je, že vždy zůstáváme jako (bezchybné) svrchované Já.“ (Poznámka: Pojmeme karma se v prvním případě míní kamja karma, tj., činnosti, konané s pocitem konajícího. Ve druhém případě jde o niškamja karmu (činnosti konané bez tužeb, bez pocitu konajícího). Šrí Bhagaván říká, že niškamja karma se nemůže provádět, dokud je pocit konajícího, zatímco se provádí činnost. Ať už konající chce obdržet výsledek konání nebo nechce, určitě obdrží plody, protože trvá entita, konající. Takže by se měla učinit oprava na 'niškartritva karma' (činnost bez pocitu konajícího) místo niškamja karma. Vadou při vykonávání činů je pocit konajícího a nikoliv očekávání výsledků).

Ulladu Narpadu – Anubandam, verš 14

Když se dotazujeme „Kdo má tyto čtyři nedostatky, totiž nekonání (*niškamja karma*), nemilování Boha (*vibhakti*), pocit odloučenosti od Boha (*vijóga*) a nepoznání Boha (*adžňána*)?“, odpovědí bude „já“. Když se pak dotazujeme „Kdo je to já?“, zjistíme, že ono samo dělá ty čtyři jógy: *karma jógu*, *bhakti jógu*, *rádža jógu* a *džňána jógu*. Protože zkoumáním, kdo je ono nedostatky oplývající „já“, zjistíme, že neexistuje, a tedy toto „já“ shledáme jako neexistující, pak ony čtyři nedostatky budou nutně také neexistující. Naší opravdovou zkušeností pak bude, že jsme bezchybné svrchované Já.

Když je tohoto stavu dosaženo zkoumáním „Kdo jsem já?“, kdo pak zbývá, aby prováděl *sádhanu* čtyř jóg? A také proč? Z toho vyplývá, že zkoumání „Kdo jsem já“ je esencí všech jóg. To je *mahájóga*, největší ze všech jóg. (Poznámka: *I když sebezkoumání není jógou, bylo nazváno mahájógou, protože odhaluje poznání, že vijóga nikdy neexistovala. Každopádně by neměl vzniknout názor, že slovo mahájóga obsahuje existenci „mahávijógy“, na což je nutno upozornit.*)

Bhagaván Šrí Ramana začíná své učení „Kdo jsem já?“ tak, že bere svrchované Já za stav skutečné existence (*sat bháva*), za naše základní poznání. Proto nám nedovoluje, abychom přijali i neexistující ego, pocit individuality, klamnou existenci. Ale v jiných stezkách, tj. jógách, se poskytují instrukce, které berou za základ vědomí pocitu individuality (*džíva bháva*), klamné existence, kterou jsme přijali bez předchozího pečlivého zkoumání. (Poznámka: *Viz. povídka o chlapci a strašidle, vyprávěná na dalších stránkách.*) Proto se tento proces nazývá v Písmu „spojení“ neboli jóga. Je však možné, že někdo může zapochybovat: „Jsou všechna védántická Písma špatná a podvádějí aspiranty? Mohou tvrzení být Písem klamná? Nebo se máme domnívat, že Bhagaván Šrí Ramana Písma odsoudil?“

Nikoli, tak tomu není! Písma nám nelžou a Bhagaván Šrí Ramana je ani neodsuzuje! Pravý stav věcí je tento: absolutní pravda, která je pravým životem Písma, během doby utrpěla tím, že byla podávána jakoby bez života špatným vysvětlením pouhých knihomolů, kteří porozuměli pouze napsanému a nikoli pravému významu Písma. Pravý význam Písma může být pochopen jen *džňáninem*, tj. tím, kdo má přímou zkušenost Skutečnosti a žije v ní. Nikdo nemůže pochopit pravého ducha Písem tím, že je znalý jazyka nebo díky svému ostrému, nadřazenému intelektu. Můžeme objasnit tento bod dvěma příklady.

První příklad: Vezměme si velký výrok véd „To jsi Ty“ (*tat tvam asi*). Měli bychom si povšimnout rozdílu mezi učením Šrí Bhagavána a tím, co vyučují *panditi*, s ohledem na to, co by měl udělat aspirant, jakmile uslyší tato božská a významná slova. Tito učenci, když zvládli Písma a když přednášejí tento svůj zvláštní výklad zájemcům, doporučují začít s *džapou* „To jsi Ty“, nebo, „já jsem *brahman*“ (*aham brahmasmi*), či „já jsem On“ (*sóham*), nebo doporučují meditovat „já jsem *brahman*“. Někteří říkají, aby se prováděla *džapa* i meditace na tyto výroky. Namísto předešlé myšlenky „jsem člověk“ (*džíva*) mají nyní odlišnou myšlenku „já jsem *brahman*“. To nepředstavuje nic jiného, než nahrazení jedné myšlenky jinou. To není stav oproštěný od myšlenek přebýváním ve svrchovaném Já (*ništha*). Pokud se nezná správná praxe, kterou má aspirant konat, když se doslechl o výroku „To jsi Ty“, provádí se *džapa* a meditace o nich. Ale buďme si plně vědomi toho, že nesprávné provádění nepovede a nemůže poskytnout zkušenost pravého poznání (*džňány*), i kdyby se provádělo po léta. Šrí Bhagaván jednou přivedl jakéhosi aspiranta na správnou cestu takto: „Jelikož Písmo prohlašuje „Ty jsi To, co se nazývá svrchované“ a jelikož To samo září vždy jako svrchované Já, je meditace „Já jsem To a ne toto (tělo atd.)“ znakem nedostatečné síly mysli. Místo toho poznejte sám sebe zkoumáním „Kdo jsem já?“.

Když Písma prohlašují „Ty jsi To“, obracejí pozornost k nám samým a naše okamžitá naše reakce by měla být „Co jsem já? Kdo jsem já?“, tak to neznamena, že by aspirant měl meditovat

„Nejsem toto tělo, já jsem To, *brahman*“. Účelem písma ve výroku „To jsi Ty“ je stočit aspirantovu pozornost směrem ke svrchovanému Já za pomoci zkoumání „Kdo jsem já?“. Jinak při přeměně výroku „Já jsem To“, „Já jsem On“ a „Já jsem *brahman*“ v *džapu* a meditaci nejen že se zmaří účel Písma, ale také jsou aspiranti oloupeni o dobro, které mají z Písma získat. Když Šrí Bhagaván zaměřuje pozornost aspiranta přímo na svrchované Já, splňuje tak a znovu oživuje cíl Písma. Můžeme pak říkat, že mluví proti Písmu? To jistě nemůžeme! Zde je vhodná povídka k objasnění tohoto bodu:

Jednou večer šel chlapec se svým otcem na procházku. Když už byl skoro soumrak, spatřil chlapec kmen stromu, který měl osekane větve. Strašně se lekl a křičel: „Tati, koukej, strašidlo!“ Ačkoliv otec věděl, že to je jen kmen stromu, ujistil chlapce: „Ale jistě, strašidlo. To ti ale nemůže nic udělat. Já jsem tady a dám na to pozor. Pojď, půjdeme dál,“ a odvedl chlapce pryč. Když chlapec slyšel povzbuzující slova otce, domníval se asi toto: „Můj otec je silnější než to strašidlo, proto říká, že se mi nemůže nic stát.“ Tento názor je podobný tomu, jak *panditi* chápou význam jógy a *védanty*.

Druhý večer, když šel onen chlapec po stejné cestě se svým učitelem, tak vykřikl: „Podívejte se pane! Tamhle je strašidlo, včera jsme je také viděli.“ Učitel měl slitování s jeho nevědomostí a řekl: „To není žádné strašidlo!“ Ale chlapec trval na svém: „Ne, pane, můj otec ho včera také viděl, dokonce mne ujišťoval, že dá pozor, aby mi nic nemohlo udělat, a vy, pane, říkáte, že to není vůbec žádné strašidlo.“ Mohl učitel tak snadno ustoupit? Řekl: „Běž k němu blíž a sám se podívej, já ti posvítím lampou. Jestliže se ukáže, že je to strašidlo, dám na ně také pozor!“

Písma jsou jako slova otce v povídce. Otec také dobře věděl, že to není strašidlo. Podobně i velcí mudrci, kteří sepsali Písma, také velmi dobře znali absolutní pravdu, že nic takového jako ego, tělo nebo svět nevstupuje do existence. Otec věděl, že jeho syn nebyl schopen podstoupit bližší zkoumání vzhledem ke svému vystrašenému stavu, a proto s ním hovořil tak, jako by přijal existenci falešného strašidla, viděného v představě svého syna. Když s ním takto hovořil, nelhal. Aby rychle odstranil strach svého syna, řekl: „Strašidlo ti nemůže blížít.“ To byla skutečná pravda. Nicméně to, co mu řekl druhý den učitel, byla absolutní pravda. Zdánlivě je konstatování učitele v protikladu s otcovým prohlášením. Ale což ve skutečnosti nepodporuje cíl otcova prohlášení, že strašidlo nemůže chlapci ublížit a má ho k tomu, aby se sám podíval, že je to jen kmen stromu? Cožpak učitel nevdechuje nový život otcovu prohlášení tím, že naplňuje otcův cíl? Namísto aby věc takto pochopil, chlapec došel k názoru: „Buď můj učitel zavrhl názor mého otce, nebo mi otec jasně lhal.“ Podobně Šrí Bhagaván ani nezavrhl Písma, ani nedal najevo, že jsou falešná; ani že nemluví pravdivou řečí. Pokud by nějaký čtenář došel k tomuto unáhlenému názoru o Šrí Bhagavánovi, mýlil by se stejně jako chlapec v povídce.

Druhý příklad: V *Kaivalja Navanitham*, které je tradičním advaitistickým textem (*džňána šastra*) v tamilštině, se říká: „Plody, které džňánin nashromáždil v minulých činnostech a které mají nést plody v budoucích zrodech (*sánčita karman*), jsou spáleny ohněm poznání (*džňány*); dobré a špatné plody činnosti v tomto zrodu (*agámia karman*) jsou anulovány. Přijímají je ti, kteří *džňánina* chválí nebo mu škodí (tj. ti, kteří činí dobro nebo mu škodí v myšlenkách, slovech nebo činnostech); a jen třetí *karman*, tj. část minulých činností, které dávají ovoce v současném zrození (*prárabdha karman*), je *džňáninem* zažíván po dobu trvání jeho těla a skončí smrtí jeho těla.“ Ale Šrí Bhagaván dává své rozhodnutí:

„Říci, že *sánčita* a *agámja* nelnou k džňáninovi a že jediné *prárabdha* zůstává (aby jej zažil), je jen (povrchní) odpovědí na otázky druhých. Tak jako každá z manželek se stane vdovou, když manžel zemře, tak také

všechny tři karmany se vymažou, když zemře konající (ego). To byste měli vědět.

Ulladu Narpadu – Anubandam, verš 33

Zde Šrí Bhagaván říká, že tvrzení advaitistického písma, že *prárabdha karman* zbývá džňáninovi k odžití, je „pouze odpovědí na otázku jiných.“ Koho míní Šrí Bhagaván pojmem „jiní“? Pouze nevědomé, takové, kteří jsou v podobném klamu jako chlapec v naší povídce, kteří nejsou schopni pochopit, že „*džňána sama je džňáninem*“. Džňánin není lidským tvarem (lidskou formou). (Poznámka: Viz. dodatek č. 2 – „*Kdo je džňáninem?*“, verš. 10). Lidé spatřují *džňánina* (příčemž *džňána* je beztělesná) jako člověka v tělesném tvaru, tj. tvar těla jako individualitu! Takoví lidé se budou opakovaně ptát „*Jak džňánin chodí, jak mluví, jak pracuje?*“ atp. stále dokola. Pro takové je nepochopitelné a zcela nové, jak je možné mít jinou existenci než ve ztotožnění s „já jsem tělo“! Proto když Šrí Bhagaván o těchto lidech mluví jako o „druhých“, vysvětluje, že jen tak se jim má odpovídat. Zralým aspirantům, kteří k němu přišli s odvahou znát konečnou pravdu takovou, jaká je – protože oni opravdu jen jemu náleží – Šrí Bhagaván bez jakéhokoli zakrývání jasně říká v druhé části verše: „*Tak jako každá z žen bude vdovou, jakmile manžel zemře, tak všechny tři karmany vyhasnou, když zemře konající (ego). To byste měli vědět.*“ Jestliže muž má tři ženy a zemře, pak všechny tři ženy jsou vdovami; žádnou z nich to nevynechá. Podobně, jakmile ten, který vytvářel karmany (tj. pocit konajícího) zemře v pravém poznání (*džňána*), všechny plody tří karmanů končí, protože užívající (tj. pocit užívajícího) již také dále nežije. (Poznámka: *Pocit konání, tj. pocit „já jsem konající“, a pocit zažívání tj. pocit „já jsem zažívající“, je jeden a týž. K detailnímu vysvětlení viz. Stezka Šrí Ramany – druhý díl, kapitola třetí a dovětek dvě.*) Jak by se mohlo říci, že Šrí Bhagaván kritizoval nebo byl opačného názoru než *Kaivalja Navanitham*? Tvrzení Šrí Bhagavána není odsouzením, protože v první části verše jasně vysvětluje důvod, proč je stať o karmanech uvedena v *Kaivalja Navanitham*!

To Svrchované, když zaujalo tvar různých védských mudrců, poskytlo světu Písma podle úrovně rozvoje lidstva, vždy podle současného stavu porozumění lidí. Později se totéž Svrchované objevilo ve formě různých *džňánaguruů* a vyjasňuje – pomocí různých nových metod, úměrných intelektuálnímu rozvoji lidstva v tom kterém věku – vlastní svrchovanou pravdu, kterou již v Písmu odhalilo, která však byla jakoby neživá, překroucená lidmi se zvráceným intelektem, protože jí náležitě neporozuměli. (V tomto kontextu by si čtenář měl všimnout *Bhagavadgíty*, kap. 4, verš 1 až 3).

„Rozum nepopírá, ale naplňuje. Žádný prorok nepřišel, aby popíral!“ Ježíš Kristus míní totéž, když říká: „Nepřišel jsem, abych zákon ničil, ale abych zákon naplňoval“.

Kázání na hoře

Revoluční učení Bhagavána Šrí Ramany narovnává všechny zákruty Písma a ukazuje aspirantům přímou a snadnou cestu. Bude se jevit jako odsouzení jenom v očích těch *panditů*, které vábí a zároveň matou temnoty obrovských džunglí Písem, a kteří nikdy neměli dobrodiní ze svých studií. Tací trpí písemným fanatismem. Užívají svou učenost na řečnických podíích k prokázání dovednosti své intelektuální akrobatiky, a aby psali k Písmům komentáře v bombastickém stylu pro získání jména a slávy. Avšak opravdoví aspiranti, kteří chtějí mít opravdový užitek z Písma, budou chápat učení Bhagavána Šrí Ramany jako drahokamy zdobenou čelenku, vsazenou do koruny Písem, dávající Písmu nový život a čerstvou slávu.

Základní rozdíl ve způsobu učení Bhagavána Šrí Ramany a Písem spočívá v pohledu na výchozí bod, ze kterého máme sledovat učení. Proto kdykoli aspiranti, kteří prováděli *sádhany* dle učení Písem, se dotazovali Šrí Bhagavána na svou *sádhanu*, o níž se domnívali, že je skutečným *tapasem*, Šrí Bhagaván odpověděl prostým doporučením, aby změnil základní pohled, daný jim Písmi! Zralí žáci, kteří měli ostrý a jasný intelekt, byli schopni okamžitě pochopit úmysl *sadguru*a a začali se zabývat zkoumáním špatného východiska „já jsem tělo“ (*džíva bháva*). Tím se nesmírně ztišili, protože přestali usilovat v *sádhánách*, vykonávaných ve jménu *tapas*, a poněvadž přestali klást otázky k vyjasnění pochyb o *sádhánách*. Ztišení bylo ve skutečnosti mírem, o kterém jsme slyšeli, že jej mnoho aspirantů zažilo, jakmile přišli do přítomnosti Šrí Bhagavána. Ovšem jen ti opravdoví aspiranti, kteří využili tohoto ticha a ponořili se hluboko dovnitř s pozorností zaměřenou na svrchované Já a s větší a větší intenzitou, jen ti zažili svůj vlastní věčný mír. Ti však, kteří nepochopili úmysl Šrí Bhagavána, aby změnil svůj základní pohled, ti kladli opakovaně stejné typy otázek, aby si vyjasnili nejasnosti o tom, co se naučili z Písem a co se hodilo pro podporu jejich špatného pohledu „já jsem tělo“. Když Šrí Bhagaván viděl zmatek těch, kteří nemohli jít jeho cestou, měl s nimi soucit (*Poznámka: To jsou ti lidé, uvádění jako „jiní“ v Ulladu Narpadu bandham, verš 33.*) a při některých příležitostech odpovídal na jejich pochyby v terminologii Písem, jako by i on, podobně jako Písma, přijal klamný pocit „já jsem tělo“. Takové odpovědi však nemohou být nikdy přímým učením Šrí Bhagavána. Jestliže někdo studoval pozorně prozaické či veršované knihy (jako Šrí Ramana Gítu, Hovory se Šrí Ramanou Mahárišim, Den za dnem s Bhagavánem, Maharišiho evangelium apod.), ve kterých jsou uvedeny některé rozhovory Šrí Bhagavána se stoupenci (a které byly sepisovány od prvních chvil až do konce jeho života, kdy se zjistilo, že Šrí Bhagaván již nesetrvává ve svém mlčení a hovoří se svými stoupenci), pak vám bude zcela jasné, proč takové otázky byly kladeny a proč na ně Šrí Bhagaván tak odpovídal.

Uvedme příklad, který jasně ukazuje rozdíl mezi *tapasem*, předpisovým Písmem a založeným na názoru „já jsem tělo“, a *tapasem*, založeným na základním názoru a pohledu na čistou existenci tak, jak doporučuje Šrí Bhagaván ve svém učení „Kdo jsem já?“. Kavja Kanta Ganapati Šastri, nejpřednější sanskrtský básník mezi Bhagavánovými stoupenci, který byl velmi dobrý v *tapasu* pokud jde o přežívání s nejmenším množstvím jídla, jednou Bhagavánovi řekl: „Zdá se mi, že pouhé tři rupie na měsíc nám k životu postačí.“ Odpověď Šrí Bhagavána přišla rychle: „Když nám ani tělo není nezbytné k životu, nač potom tři rupie?“ Musíte jasně chápat vnitřní význam té rozmluvy. Když Ganapati Šastri poznamenal „pro nás k životu“, mínil „pro tělo k životu“; z toho je jasné, že jeho základní pohled byl „tělo je já“. Když Šrí Bhagaván opáčil „pro nás k životu“, mínil „pro svrchované Já k žití“. Opět je zřejmé, že jeho základní pohled byl takový, že čiré vědomí, oproštěné od pěti obalů, je Já. Z této rozmluvy může čtenář poznat, jakou zkušenost měl každý z nich o znalosti své existence. Z rozhovoru vyplývá, že Šrí Bhagaván sám stále za všech okolností zůstával неотřesitelně ve svém pravém stavu sebeuvědomování, ale také, že radil těm svým stoupencům, kteří se na něj zcela spoléhali, aby neposkytovali ani nejmenší prostor pro mylné ztotožnění „já jsem tělo“. Někteří z nás však pro nedostatek *šraddhy* (*Poznámka: Šraddha neznamena jen víru, ale také dychtivost a odvahu vykonávat neustále úsilí jak převádět učení do praxe.*) často namítají: „Teprve až mysl uzraje pomocí jógových cvičení, a tím získá sílu, teprve pak bude schopna sebezkoumání. Tehdy ji už nebudou čerit myšlenkové vlny.“ Skutečnost tomu však odporuje. Pokud se toho týká, Šrí Bhagaván nám dal jasné instrukce ve svém díle „Kdo jsem já?“, kde vysvětluje: „Jestliže vyvstanou jiné myšlenky, podívejte se, komu vyvstaly. 'Mně', bude znít odpověď; (toto 'mně' vám připomene 'já'-uvědomění). Pak se mysl okamžitě vrátí k pozornosti k sobě samé 'Kdo jsem já?' ' Opakovaným cvičením síla mysli setrvávat u svého zdroje vzrůstá.“

Síla, kterou mysl získává jinými duchovními cvičeními, není silou, která se požaduje pro setrvávání u jejího zdroje! Opakováním svatých jmen (*džapa*), meditace (*dhjána*), koncentrace na některé ze šesti jógových center v těle, koncentrace na božskou záři nebo na zvuk, všechna tato cvičení směřují k tomu, aby si mysl všímala cizích objektů (druhé nebo třetí osoby). Síla myslí, získaná tímto tréninkem, směřuje k držení se jakéhokoli uvedeného cizího objektu a není pravou silou myslí, která by byla vhodná pro poznání svrchovaného Já. Tím, že je pro sádhanu nepříznivá, měla by se místo „síla myslí“ nazývat vhodněji „nedostatečný silná mysl“ (*uran inmai* – originální tamilská slova Šrí Bhagavána v *Ulladu Narpadu* verš 32)!

Dejme tomu, že někdo koupil krávu a z různých důvodů ji měl přivázanou na několik dní ve stáji souseda. Když se vlastník jednoho dne snažil zavést krávu do vlastního chléva poté, co si zvykla na své okolí, nechtěla zůstat v novém místě a byla neklidná. Běžela vždy nazpět do původního chléva souseda. Proto chytrý sedlák, když koupí novou krávu, bude ji přivykat na svoji vlastní stáj a jedině tam ji bude uvazovat. Podobně aspirant, který vyvinul mentální sílu koncentrace na objekty druhé osoby a třetí osoby (které jsou jiné než svrchované Já), bojuje a shledává obtížným i porozumět, co je pozornosti ke svrchovanému Já – k poznání vlastní existence – a jak najít pocit vlastní existence jako cíl. Často se říká: „Nechte mne napřed získat sílu myslí tréninkem v jiných cvičeních a pak se budu věnovat sebezkoumání“. Je však zkušeností každého, kdo po dlouhý čas trénoval svou mysl jinými cvičeními, že taková mysl je ještě slabší při obrácení se dovnitř ke svrchovanému Já, než jakákoli obyčejná mysl, netrénovaná žádnými jinými cvičeními.

Vezměte si např. zkušenost Šrí Ganapati Šastriho, který byl znám pod jménem Ganapati Muni a který je považován za důležitého žáka Šrí Bhagavána. Nikdo Muniho nepředčil v *džapě*. Prováděl ji v nepředstavitelných množstvích. Jeho vlastní žáci jej prohlašovali za „Mantréšvaru“, pána manter, a on sám se podobným způsobem o sobě vyjadřuje v *Šrí Ramana Gítě* (kap. 18, verš 15). Rozvinul v sobě některé podivuhodné mentální síly jako schopnost okamžitě skládat verše na dané téma nebo schopnost věnovat pozornost sto věcem najednou. Nicméně často říkával: „Mohu si zajít do nebe k Indrovi a říci, co Indra právě dělá, ale nemohu jít dovnitř a najít zdroj 'já'.“ Šrí Bhagaván sám o tom mluvil při různých příležitostech. Najana (Ganapati Muni) říkával: „Pro mne je snadné vyslat mysl dopředu, ale je pro mne nemožné přimět ji, aby šla zpátky. tj. stočila se dovnitř. Mohu jít dopředu na jakoukoli vzdálenost a jakoukoli rychlostí, ale je pro mne obtížné udělat i jen jeden krok zpátky (tj. směrem k první osobě)“.

Co z toho můžeme usoudit? Jemnosti výsledků *džapy* budou jasné pouze těm, kteří berou cvičení opravdu s největší vážností a upřímností a ne těm, kteří prostě argumentují, že „*džapa* pomůže k sebezkoumání“. Šrí Ganapati Muni byl opravdu ponořen v praxi *džapy* po mnoho let a měl s ní nejlepší zkušenosti. Není tedy jeho zkušenost jasným důkazem o správnosti toho, co jsme uvedli?

V souvislosti s tím se někteří ptají: „Je-li toto pravda proč Šrí Bhagaván v „Kdo jsem já?“ říká, že meditací na formy Boha a opakováním svatých slov se myšlenky víc a víc uklidňují a pro mysl, která dosáhla jednobodovosti a síly se stane sebezkoumání snadné? Nevyplývá z toho, že sebezkoumání se stane snadné pro ty, kdo provádějí *džapu* a meditaci?“

Měli bychom hlouběji zkoumat, jak to bylo míněno v díle „Kdo jsem já?“. Neustále se pohybující mysl se rozpíná do nescíselných myšlenek a každá z nich se stává nesmírně slabou. Když dáme nepokojnému chobotu slona podržet železný řetěz, slon pak drží jen řetěz a nebude s chobotem provádět žádné nezbednosti. Právě tak, je-li mysl trénovaná držet se nějakého jména nebo formy Boha, dosáhne jednobodovosti, tj. síly držet se jediné věci. Tímto způsobem mysl pouze ztrácí povahu třístit se do mnohosti myšlenek.

Jsou dva druhy překážek, které způsobují myslí zábrany v přebývání ve svrchovaném Já, a také dva druhy sil myslí, důležité pro jejich překonání. První síla je ta, které je zapotřebí, abychom zabránili myslí tříštit se do nesčetných myšlenek vlivem sil tendencí směrem k smyslovým objektům (*višaja vasanas*). Druhá síla je ta, které je zapotřebí k přímému zaměření myslí (síly pozornosti) na první osobu nebo ke svrchovanému Já, tj. síla skutečné pozornosti na svrchované Já. Při takovém provádění opakování (*džapy*) a meditace (*dhjány*) je dosaženo jen síly osvobozené od první překážky, tj. od tendencí, směřujících k objektům smyslů. Ale pro mysl, která se od samého začátku zabývá pozorností na svrchované Já, jsou oba druhy potřebných sil přirozeně vlastní. Ač skrze *džapu* a *dhjánu* dosáhla mysl síly netříštit se do množství myšlenek, a tím se neoslabovat, přece však dlí na objektech druhé osoby. Tak provádění *džapy* a *dhjány* vyvíjí sílu myslí jak přilnout s velkou připoutaností na druhou nebo třetí osobu. Tímto způsobem však nesmírně vzrostla druhá překážka, totiž neschopnost stočit mysl z druhé osoby na osobu prvou. Proto, když se má taková mysl stočit sama k sobě, jeví se jí to jako velmi těžký úkol. Taková je pravda, jíž se musíme učit z osobních zkušeností Šrí Ganapati Muniho. Na podobenství se vysvětleme jak se získávání síly jednobodovosti myslí pomocí takových cvičení jako *džapa* a *dhyana* stává velkou překážkou v pozornosti ke svrchovanému Já.

Představme si, že jistý muž se rozhodl, že dojede na kole z Tiruvannamalai do Vellore, města vzdáleného 50 mil severně od Tiruvannamalai, ale neumí na kole jezdit. Začal se sám učit na silnici vedoucí do Tirukoilur, města vzdáleného 20 mil jižně od Tiruvannamalai, tj. 70 mil od Vellore, kam chtěl dojet. Po mnoha hodinách se naučil umění jezdit na kole. Ale nyní byl 20 mil jižně od Tiruvannamalai, tj. 70 mil daleko od Vellore, svého místa určení. Nyní mu bylo třeba vyvinout mnohem více úsilí a trazit mnohem více času, aby se dostal do Vellore. Kdyby se byl hned od samého začátku učil jezdit na kole podél silnice do Vellore, po tomtéž počtu hodin by byl docestoval o 20 mil blíže k Vellore. Nehledě k tomu, že by se byl naučil jezdit na kole ve stejném čase, byl by i snáze dokončil zbývajících 30 mil a dosáhl svého cíle bez zbytečně promarněného času i úsilí. Když někdo provádí *džapu* nebo meditaci, je to podobné tomu, co se stalo muži, který se učil jízdě na kole po silnici do Tirukoilur. Síla, získaná pomocí *džapy* a *dhjány* je pěstována v opačném směru, tj. ke druhé a třetí osobě a stane se tak činností, která jen zavádí od pozornosti ke svrchovanému Já. Na druhé straně, provádí-li se pozornost ke svrchovanému Já od samého začátku, je tu podobnost s mužem, učícím se na kole na silnici do Vellore. Pozornost ke svrchovanému Já, která je sebedotazováním, se takto vyhýbá všemu nepotřebnému úsilí a přímo poskytuje dosažení svrchovaného Já, jak řekl Šrí Bhagaván ve verši 4 *Átmavidjaja Kirtanam*: „Ze všech cest je tato cesta (sebezkoumání) tou nejsnazší.“ Ve verši 17, v *Upadéša Undijar* pak prohlásil: „Toto je přímá stezka pro všechny.“

Šrí Bhagaván v „Kdo jsem já?“ řekl, že *džapa* nebo *dhjána* dávají sílu myslí. Prováděním *džapy* a *dhjány* se brání roztříštění myslí v různé myšlenky, (působením tendencí) setrvávajících na objektech smyslů, čímž je mysl oslabena. Síla, myšlená zde Šrí Bhagavánem, není silou, která je nutná pro sebezkoumání a o které se zmínil dříve v díle „Kdo jsem já?“, když napsal: „Při opakovaném cvičení vzrůstá síla myslí setrvat ve svém zdroji.“ Je to jen síla setrvat na nějakém objektu jiném než svrchované Já, tj. na druhé osobě. Čtenář by měl porozumět, že to, co se zde uvádí, je pro ty, kteří touží a usilují jen o dosažení svrchovaného Já. Druh síly, získaný *džapou* a *dhjánou* není ničím jiným, než zábranou.

Pomoc v úspěchu při sebezkoumání, která se získá *džapou* a *dhjánou*, je podobná dosažení Vellore, když jsme cvičili jízdu na kole na silnici do Tirukoiluru. Konec konců, cvičení se jízdě na kole po silnici do Tirukoiluru může být nepřímou pomocí jak dosáhnout Vellore. A tak i dlouhé cvičení *džapy* a *dhjány* může být nepřímou pomocí v dosažení svrchovaného Já. Podobně překážky, zabraňující úspěchu při sebezkoumání, vzniklé *džapou* a *dhjánou*, se podobají překážkám, vzniklým

učením se jízdě po silnici do Tirukoiluru, protože právě tak, jako cvičení v jízdě po silnici do Tirukoiluru odvádí člověka daleko od cíle, tak i provádění *džapy* a *dhjány* překáží a odvádí daleko od svrchovaného Já. (Poznámka: Ať se žádný opravdový oddaný uctívající Boha nedomnívá, že chceme zrazovat od džapy, provádí-li ji pravý uctívající, který volá svého Pána opakováním jeho Božího jména s čistou, srdce jímající láskou k jeho nohám. To, co se zde kritizuje jako nepotřebné, je opakování svatých slov a meditační cíle, které se používají jako sádhana, aniž by byly kombinovány s láskou a s jediným záměrem získat sílu jednobodovosti. Aspirant na cestě oddanosti, který koná džapu božího jména svého Pána (svého ištadéva nebo gurua) s intenzivní láskou, náleží do kategorie studentů třetího nebo čtvrtého standardu naší školy bhakti, která je vysvětlena v druhé kapitole Cesty Šrí Ramany – díl II. Tam vysvětlujeme cestu sebezkoumání a sebedrobení tak, jak ji učil Šrí Bhagaván a provádění s láskou neodmítáme ani od něho neodrazujeme. Čtenář ať si všimne dodatku 2 v této části knihy – džapa, opakování Božího jména.

Získání schopnosti jednobodovosti je zde srovnáváno s jízdou na kole. Síla jednobodovosti je podivuhodnou zbraní, která, podobna ostrému noži, ohni nebo nukleární síle, může pomáhat i škodit, záleží na tom, jak se použije. Ostrý nůž se může použít jak k zabití člověka, tak k chirurgické operaci, která život zachrání. Stejně či podobně je tomu i s ohněm a s nukleární silou. Lze je použít jak konstruktivním tak destruktivním způsobem. I sílu jednobodovosti, vypěstovanou cvičením *džapy* a meditací, můžeme použít k dobrému či zlému. Jestliže má člověk rád okultní síly (*siddhis*) nebo smyslová potěšení, pak může využít síly jednobodovosti obratně a velmi jemným způsobem, aby dosáhl svých potěšení. Protože síla jednobodovosti, získaná *džapou* nebo meditací představuje jen jednobodovost, zaměřenou na druhou osobu, to znamená, jelikož je extrovertní jednobodovostí, přiměje aspiranta k tomu, aby pokročil směrem k tomu, co není svrchované Já. Jen když má dobré rozlišování o pomíjivém a věčném a jen když je schopen změnit svůj chod pozornosti od druhé osoby k osobě první, jedině pak ho taková síla jednobodovosti povede ke zkoumání, k sebezkoumání a po dlouhém a namáhavém úsilí (stejně jako dlouhé a k vytrvalosti nutící úsilí zvládnout jízdu na kole na silnici k Tirukoiluru, což vedlo k prodloužení vzdálenosti na 70 mil) se stane schopným přebývat ve svrchovaném Já, což je i dosažení pravého poznání (*džňány*). Cožpak ale nevidíme, že aspiranti, kteří na duchovní cestě provádějí *džapu* a meditaci, obecně inklinují pouze k získání okultních sil, jména a slávy a podobných pomíjivých potěšení? Proto bychom měli rozumět pravdě, že síla jednobodovosti, získaná *džapou* a meditací, je v každém případě nebezpečná a že bude proto moudřejší získat sílu jednobodovosti cvičením pozornosti ke svrchovanému Já hned od samého začátku.

Samozřejmě je podstatné dosáhnout jednobodovosti myslí. I když se provádí *džapa* nebo meditace, je nutné usilovat o opětovné stažení síly pozornosti (myslí) od toulání a prodlévání u jiných myšlenek a je nutné ji upevnit na jedné jediné myšlence. Téhož úsilí je třeba při provádění pozornosti ke svrchovanému Já, když přitahujeme zpět toulající mysl a upevňujeme ji na naše uvědomění si své existence. Je tedy k oběma způsobům cvičení zapotřebí vážného úsilí k získání jednobodovosti myslí. Když je tomu tak, proč by ji tedy neměl aspirant získávat prováděním pozornosti ke svrchovanému Já již od samého začátku, když u toho žádné nebezpečí nehrozí? Následující příhoda, která se stala v přítomnosti Šrí Bhagavána, vrhne na tuto záležitost více světla.

Po nějakém čase sezení v jeho přítomnosti se stoupenec zeptal Šrí Bhagavána: „Bhagaváne, nejsem schopen provádět sebezkoumání. Je to pro mne moc těžké. Mohu provádět meditaci místo toho?“ „Ano,“ odpověděl Bhagaván. Brzy potom opustil stoupenec halu a poté se Šrí Bhagaván obrátil k těm, co byli blízko něho, a řekl: „Tvrdí, že sebezkoumání je pro něj obtížné a že ho nemůže provádět a žádá o dovolení provádět meditaci. Jak ho mám nutit k provádění sebezkoumání, když

sám říká, že to nemůže dělat? Proto chce provádět meditaci a tak jsem s tím souhlasil. Zítra může třeba přijít a říci: 'Bhagaváne, má mysl nezůstává u meditace, mohl bych provádět *džapu*?' Zase s ním budu souhlasit. A jednoho dalšího dne si zase bude možná stěžovat: 'Má mysl není u *džapy* klidná. Pouze můj jazyk říká *mantram*, zatímco má mysl se toulá u mnoha věcí. Mám provádět *púdžu*, obřadné uctívání, zpívat hymny a podobně?' Co jiného mohu říkat než dobře, dobře v odpověď na každou stížnost? Když je někdo schopen vyvinout opravdové úsilí nebo cvičit, ať už recitování posvátných textů, *džapy*, meditace nebo jiné *sádhany*, pak může se stejným úsilím provádět sebezkoumání. Všechny podobné stížnosti pocházejí od těch, kteří nechtějí provádět *sádhanu* s opravdovostí, toť vše. To, co je u každé *sádhany* důležité, je přivést toulající mysl zpět a připevnit ji jenom k jedné věci. Proč by nebylo možné ji přivádět zpět a upevňovat její pozornost na svrchované Já? To jediné je sebezkoumání (*átmavičára*). To je vše, co se má udělat! I v Bhagavadgítě se říká: 'Pomocí nesmírně bystrého intelektu (síly rozlišování) učiň mysl postupně nehybnou; upevni mysl na svrchované Já (átman) a nemysli nikdy na nic jiného,' (kap. 6, verš 25) a dále: 'ať se nestálá mysl zatoulá k čemukoli, od toho všeho ji odtáhni a přiveď zpět a stále ji upevňuj na svrchované Já a učiň, aby tam pevně přebývala.' (kap. 6, verš 26).“

I koncentraci na myšlenku „já jsem *brahman*“ (*aham brahmasmi*), která se považuje za nejvyšší formu meditace, popisuje Šrí Bhagaván ve verši 32 *Ulladu Narpadu* jako prováděnou z „nedostatku síly“! Proto to, co mysl získá, bere-li za cíle druhé a třetí osoby, které jsou objekty *džapy*, *dhjány* atd., není skutečná síla, ale slabost! Může jezdecký kůň, zvyklý na cval kupředu, být užitečný při čerpání vody ze studní, kde je i pohyb koně nazpět nezbytný? Nikoli, nebude k užítku. Pouze to cvičení pozornosti na svrchované Já, o kterém se zmiňuje Šrí Bhagaván v „Kdo jsem já?“, když píše: „Takovým opakovaným cvičením se zvětšuje síla mysli přebývat ve svém zdroji,“, je jediné správnou *sádhanou*, která dává mysli skutečnou požadovanou sílu! Ti aspiranti, kteří přišli ke Šrí Bhagavánovi s myslí ještě nepokazenou cvičeními na jiné cíle než na svrchované Já, s myslí, ve které nebyly stopy letargie, s nesmírnou dychtivostí, s duchem bezvýhradné poslušnosti a podobni dětem, ti přímo namířili svou mysl ke cvičení pozornosti na svrchované Já formou „Kdo jsem já?“ ihned, jakmile přišli ke Šrí Bhagavánovi, a tím získali výše zmíněnou požadovanou sílu. Proto byli schopni prohlásit ze své vlastní zkušenosti: „Och, poznat svrchované Já je nejsnazší věcí!“ Opravdu, je to to nejsnazší!“ (To je refrén, složený Šrí Murugunarem pro *Átmavidja Kirtanam*.)

Ačkoliv sebezkoumání „Kdo jsem já?“ je samo o sobě schopné poskytnout pravou sílu mysli, potřebnou pro sebepoznání (ve skutečnosti pouze sebezkoumání a žádná jiná *sádhana* nemůže poskytnout požadovanou sílu), existuje i mezi námi, stoupenci Šrí Bhagavána, nesprávný názor, že cesta sebezkoumání je obtížná, zatímco jiné metody jako *džapa*, meditace a jóga jsou snadné. (Poznámka: Slovem „námi“ se označují všichni stoupenci Bhagavána. Přesto, měříme-li metrem, daným Šrí Murugunarem v Mey Tawa Vilakkam, verši 68, se říká: „To, co ostatní prohlašují za 'obtížné', je nesmírně snadné pro stoupence Pána (Ramany)!“ Čtenář tak může dobře porozumět, kteří mezi námi jsou označováni výrazem „námi“ jako praví stoupenci Šrí Bhagavána a kteří jsou ti „ostatní“.) Podívejme se, jak daleko od pravdy je tento názor. Nuže, jaké je mínění Šrí Bhagavána k tomuto problému? Zde jsou jeho slova:

„... ze všech cest je tato cesta nejsnazší!“

Átmavidja Kirtanam, verš 4

(Poznámka: K rozvázání pout karmanu apod. a k dovršení zničení zrodů apod. je tato cesta ze všech cest nejsnazší. Jestliže zůstaneme tiší, (jestliže pouze budeme) bez nejmenší činnosti mysli, mluvy a těla, ó jaký to bude

zárak! Svit svrchovaného Já v Srdci bude znám jako vždy přítomná zkušenost, všechen strach přestane a oceán blaha se bude vlnit! Átmavidja Kirtanam, verš 4. Nutno se zde zmínit, že při popisu cesty užívá Šrí Bhagaván superlativ „nejsnazší“. U jiných cest je předepsána vždy nějaká práce nebo jiná činnost mysli, řeči nebo těla, a proto se může dostavit určitá obtíž při používání těchto nástrojů. Protože žádná činnost u tohoto druhu sádhany se nepříkazuje, je sádhana cesty sebezkoumání „nejsnazší ze všech cest“.)

„... to je přímá cesta pro všechny!“
Upadéša Undijar, verš 17

Z toho jasně vyplývá, že Šrí Bhagavánovým názorem je, že cesta sebezkoumání je nejenom nejsnazší cestou ze všech cest, ale také že je nejsnazší a nejpřímější cestou pro všechny aspiranty.

Někteří z nás, místo aby se snažili porozumět: „Proč to Šrí Bhagaván říká? Existuje ospravedlnění jeho výroku? Jestliže ano, jak zní?“, říkají vyhýbavě „Ó, to je snadné jen pro Bhagavána, ale pro ostatní je to obtížné,“ a ztrácejí odvalu a srdce. Abychom neztratili odvalu, jelikož to je *šraddha* (víra, odhodlání), která jedinečně náš cíl zabezpečuje, pokusme se najít ospravedlnění, které podporuje názor Šrí Bhagavána.

Co to znamená, když řekneme, že nějaká věc je „obtížná“ nebo „snadná“? Opravdu, co je těžké a co je snadné? To, co nemáme rádi, co nemůžeme dělat, co neznáme – to je obtížné. To, co máme rádi, co už známe – tomu říkáme snadné. Z toho plyne závěr: zkušenosti, které leží uvnitř moci naší lásky, moci konání a schopnosti poznání, jsou snadné, zatímco zkušenosti, které ještě nejsou v moci naší lásky, našeho konání a schopnosti, ty jsou obtížné. To je asi správná definice toho, co je obtížné a co snadné. S touto definicí se nyní podíváme, co z této dvojice je snadné. Zda úsilí, požadované pro různá duchovní cvičení jako *džapa*, meditace, jóga apod., nebo úsilí, požadované pro sebezkoumání.

Jak jsme již řekli, úsilí, vyvíjené na cestě *džapy*, meditace, jógy apod., je jen pozorností obrácenou k objektům druhé a třetí osoby, zatímco úsilí vyvíjené při sebezkoumání, vyučovaném Šrí Bhagavánem, je pozorností k první osobě. Pro cvičení *džapy*, meditace či jakékoli ze čtyř jóg je nezbytné užití síly jednobodovosti mysli, zaměřené na objekty druhé a třetí osoby. Užití síly mysli takovým způsobem je pouhou extroverzí. Pro sebezkoumání je však nezbytné použít síly jednobodovosti mysli, abychom si zaměřili pozornost - soustředili se - na první osobu, takže to jediné je skutečnou introverzí. Trochu analýzy odhalí, že pro každého z nás /i pro nejběžnějšího/ zkušenosti milování, činnosti a poznání směrem k první osobě jsou nejen vrozené, ale jsou i větší než ty obrácené směrem k objektům druhých a třetích osob. Podíváme se, jak to mu je.

Když se poprvé dovídáme o jménu Boha, o formě Boha, o různých postojích k Bohu, o místech šesti jógových center v těle apod., tak to všechno vyžaduje úsilí pozornosti vůči objektům druhé a třetí osoby, protože jsou pro nás nové. (*Poznámka: Postoje vůči Bohu (bhavas): při dualistickém uctívání stoupců mají některý z různých typů vztahů s Bohem jako je láska k otci, matce, manželovi, dítěti, Pánu, příteli, guruovi a podobně.*) Jsou k poznávání, nové k lásce, nové k činnosti. Dokud v nás toto není zapáleno někým jiným (koho přijímáme za gurua), všechny tyto zkušenosti milování, činnosti a poznání jsou nám neznámé. Jak to?

Předpokládejme, že naši rodiče či někteří starší nás zasvětili nějakému jménu či formě Boha, nebo posvátnému *mantramu* jako je *gajátrí*. Dokud jsme nebyli zasvěceni, tyto *mantramy*, meditace

či formy Boha jsme neznali. Teprve po instrukci začínáme poznávat, tj. začínáme mít zkušenost, že takové *mantramy* a meditace existují. Právě tak, když jsme od gurua uslyšeli o velikosti, jedinečnosti a síle *džapy* či meditace, teprve tehdy k nim získáváme víru a lásku. Je to pro nás nově získaná zkušenost lásky. Jinými slovy – předtím jsme je nemilovali. Podobně jsme ani nikdy předtím neprováděli *mantra džapu*, meditace a ani jsme nevěnovali pozornost pocitům a vztahům k Bohu. Jsme schopni správně provádět *džapu*, tj., správně vyslovit *mantram*, čili klesat nebo stoupat hlasem na správném místě až tehdy, když jsme je mnohokrát opakovali v přítomnosti gurua a když jsme se řídili jeho pokyny k nápravě a radami. To je pro nás nově získaná zkušenost počínání, protože jsme to předtím nedělali. To samé se týká meditace, *pránajámy*, jógy, *radža jógy* apod. Není tím dokázáno, že zkušenost lásky, počínání a poznání toho, co se týká všech těchto duchovních cvičení, založených na objektech druhé a třetí osoby, pro nás dříve neexistovaly a jsou pro nás nové?

Na druhé straně jsou v nás zkušenosti lásky, počínání a poznání, týkající se první osoby, již inherentní a není zapotřebí, aby byly jinými vysvětlovány. Proč? Ve druhé kapitole jsme již prokázali, že v každém je stále láska k sobě samému a je přirozeně daleko větší než ta, která směřuje k objektům druhé a třetí osoby. Za prvé je tedy prokázáno, že zkušenost milovat sebe sama je v nás již přítomná. Za druhé, každý den jsme ve spánku schopni se snadno, přirozeně a bez námahy oddělit od pocitu „já jsem tělo“, které není „námi“. Tato schopnost se oddělit prokazuje, že také schopnost přebývat jako svrchované Já je v nás již přítomná. Za třetí, předpokládejme, že někdo sedí sám v tmavé místnosti, kde nemůže zahlédnout ani své tělo. Jestliže se ho někdo zvenku zeptá: „Máte tam někde moji knihu?“ odpoví: „ani nevím, zda tu nějaká je.“ Ale jestliže se ho někdo zvenku zeptá: „Existujete?“ pak přijde rychlá odpověď: „co se ptáte? Samozřejmě, že existuji!“ člověk je schopen znát svoji vlastní existenci svým vlastním světlem sebeuvědomění, i když není přítomno světlo, které je nezbytné pro poznání existence objektů druhých nebo třetích osob. A jelikož každý má zkušenost poznání „existuji i ve spánku“, kdy tělo i mysl neexistují, je zřejmé, že poznání naší vlastní existence je v nás přítomno, zatímco poznání objektu druhé nebo třetí osoby v nás přítomno není. (*Poznámka: Bylo již vysvětleno, že každý je si vědom své existence ve spánku. Je mylné, když někdo prohlásí, že ve spánku neexistuje nebo že o své existenci ve spánku neví. O tom hovoří i Maháříšiho evangelium, kniha druhá, kapitola pátá.*)

Uvedené příklady prokazují, že zkušenost poznání vlastní existence je přítomna v každém člověku. Když nám Šrí Bhagaván radí, abychom milovali něco, k čemu ještě lásku nepocítujeme, pak máme právo říci, že je to obtížné. Když nás žádá poznat věc pro nás neznámou, můžeme klidně říci, že je to obtížné. Když na nás chce, abychom byli ve stavu, kterého jsme předtím ještě nedosáhli a nezažili jej, pak je jasné, že i to je obtížné. Jelikož však mám poznat nás samotné – tj. zkušenost lásky, konání a poznání toho, co je nám již jasné a co je v nás přítomné, protože se jedná o první osobu - pak z hlediska shora zmíněné definice „snadného“ a „obtížného“ jasně vyplývá, že úsilí, vynakládané na cestě sebezkoumání, což je pozornost směrem k první osobě, je daleko snazší než provádění *džapy*, meditace, jógy apod., což není nic jiného, než pozornost namířená k objektům druhé a třetí osoby. Takové je tedy ospravedlnění prohlášení Šrí Bhagavána: „Ze všech cest je tato cesta nejsnazší“, a „toto je přímá cesta pro všechny!“ V této souvislosti Šrí Bhagaván opakovaně prohlašoval: „Svrchované Já je zde a nyní a vždy dosažené!“ Tím, že řekl: „Tato cesta je přímá cesta pro všechny!“ poukazuje Šrí Bhagaván na to, že kdokoli a jakkoli by jeho mysl byla slabá, může touto cestou získat pravou sílu myslí, jíž je zapotřebí k přebývání ve vlastním zdroji. Proto přilnout pozorností ke svrchovanému Já, což je skutečnou introverzí, je samo daleko lepší než dávat myslí jakýkoli jiný cíl. Toto představuje jedinečnou velkolepost učení Šrí Bhagavána!

„Kromě úsilí (vynaloženého) na cestě sebezkoumání ega, žádné jiné množství úsilí, které náleží jiným cestám – jako je *karma*, jóga atd. – vám neumožní získat a užívat svrchované Já, poklad v Srdci!“

Guru Váčkara Kovai, verš 885

A dále, může být Bůh objektem druhé nebo třetí osoby? Ne, nemůže! Protože:

„Druhá a třetí osoba žijí skrze jejich základ, tedy z první osoby – ega ...“

Átmavičára patikam, verš 638

„Pouze když první osoba (ego) existuje ve formě „já jsem tělo“, budou existovat i druhá a třetí osoba...“

Ulladu Narpadu, verš 14

„Není-li žádná 'já-myšlenka', neexistuje žádná další věc...“

Šrí Arunáčala Aštakam, verš 7

Taková je zkušenost Šrí Bhagavána. Tedy, že existence druhých a třetích osob závisí na první osobě (klamném egu), která vzniká ve formě myšlenky „já jsem tělo“. Proto, kdyby Bůh byl jednou z druhých nebo třetích osob, závisela by jeho existence na milosti ega. A kdyby Bůh, který je samotnou formou existence (*sat*), měl záviset svou existencí na něčem jiném, pak by to znamenalo, že je oproštěn od Božství. Proto Bůh nemůže být nikdy druhou či třetí osobou. Musí tedy zřejmě být a zářit jako zdroj a základ pro vznik té klamně první osoby, tj. být skutečností, skutečným aspektem první osoby. Jelikož Bůh nebo *brahman* takto vždy svítí jako skutečnost Já, je praxe pozornosti myslí na svrchované Já jediné pravé hledání Boha a jediná účinná jóga. Proto pozornost ke svrchovanému Já je pravou pozorností k Bohu!

„Ó, Bhagaváne, meditovat o Tobě není nic jiného než kontemplací o Já. Kontemplace o Já není nic jiného, než setrvávání bez myšlenek. Zůstávání bez myšlenek není nic jiného, než bdělá pozornost nevzniknout jako 'já' (ego). Ale proč být pozorný, když samotná má existence (*sat*) je sama o sobě pozorností (*čít*)?“

Šrí Ramana Sahasram, verš 990

Jelikož jsme již v první větě třetí kapitoly zjistili „Já jsem“ (svrchované Já či Self) je dokonalým štěstím a jelikož nyní zjišťujeme, že Bůh, oceán dokonalého štěstí, svítí jako skutečnost první osoby, pak když zkoumáme sebe sami a víme, co skutečně jsme, pak takto negujeme všechno to, co není svrchované Já (tj. co skutečně nejsme). To, co vždy existuje (*sat*), bude svítit (*čít*) tak, jak TO je. Nebudou potom všechna úsilí, prováděná jinými duchovními cvičeními, jak jsou uvedena v písmu a mající odstranit bídu (vždy neexistující vázanosti) zbytečná? Nyní prozkoumejme metodu sebezkoumání, *mahájógu*, která nám umožňuje oddělit se od toho, co není svrchované Já a poznat sami sebe.

Kapitola šestá

„KDO JSEM JÁ?“ NENÍ MEDITACÍ „SÓHAM“

(Poznámka: Meditace „sóham“ je meditací „já jsem On“, tj. já jsem Bůh, brahman.)

Než naplníme nějakou nádobu vodou, nepodíváme se na ni pečlivě a neprohlédneme ji, zda nemá praskliny a díry? Jinak jsme v nebezpečí, že se setká naše námaha po jejím naplnění s neúspěchem. Právě tak, než začneme vysvětlovat techniku sebezkoumání, bude na místě zmínit se o množství způsobů, jak by se neměla provádět a také odmítnout různé špatné způsoby, jak se někdy chápe a provádí.

Je rozdíl mezi technikou sebezkoumání, jak ji odhalil Šrí Bhagaván a sebezkoumáním, jak jsme se mu učili z Písem. Po věky stará Písma prohlašovala: „Kdo jste? Nejste tělo, prána, mysl, intelekt, ego či podobně; jste svrchované Já (*átman*). Jste vědomí, kterým je svrchované Já.“ Nicméně Písma nejdou dále, než že nám říkají „odstraň pět obalů, které jsou tím, co není svrchované Já, jakožto ne-já, ne-já (*neti, neti*).“ Neříkají, kdo má eliminovat, či jakou praktickou metodou eliminaci provést, ani nedávají přesný a přímý návod, příslušný klíč k eliminaci toho, co není svrchované Já. *(Poznámka: Písmo může být jen takto užitečné. V dřívějších dobách hledal aspirant po studiu Písma společnost džňána guru, aby mu sloužil s velkou láskou a vírou. Pak, když byly guruem odhaleny tajné klíče, aspirant byl schopen nalézt správný způsob, jak eliminovat ne-já, pět obalů)* Z toho důvodu i ti, kteří obšírně studovali védántu, jsou bez praktické zkušenosti *džňány*, která představuje ztrátu ega, pocitu uvědomění „já jsem tělo“. To se netýká jen těch, kteří studují Písma a ještě nemají praxi, ale týká se to také těch vážně hledajících, kteří vážně usilují o to, aby vložili do praxe to, co se naučili z Písma. I když opakovaně bojují svými pokroucenými pokusy, nejsou schopni dosáhnout přímé zkušenosti nedvojného poznání. Na druhé straně *džňáninové*, kteří jsou neustále upevněni v přirozeném stavu svrchovaného Já – ve vědomí, ujišťují, že „zkušenost svrchovaného Já je zde nyní a je vždy dosahovaná“. Zřejmě existuje něco, proč Šrí Bhagaván a ti z jeho žáků, kteří k němu přišli jedině pro zkušenost poznání svrchovaného Já, se radují a prohlašují: „Ach! Svrchovaného Já je nejsnadnější věcí! Vskutku, nejsnadnější věcí!“ Důvod takového prohlášení musí spočívat v tom, že na cestě poznání svrchovaného Já byl vylepšen určitý klíč a se zjednodušením uveden do praxe Šrí Bhagavánem. Podívejme se, co to je. „Tělo není já, kdo jsem já? Já jsem On! *Deham, naham, koham? soham!*“ To je esence sebezkoumání, která se nalézá v Písmu, k usnadnění je sepsáno ve čtyřech následujících praxích (*sádhánách*):

1. Rozlišování (*vivéka*) mezi věčným a pomíjivým.
2. Beztužebnost (*vajrágja*) ve vztahu k různým potěšením tohoto i jiného světa.
3. Šest ctností *(Poznámka: Šest ctností jsou A) Klid (sáma) znamená upevnění mysli na její zdroj pomocí beztužebnosti, která vyvěrá z opakovaných rozjímání o defektech světských objektů. B) Kontrola mysli (dáma) znamená kontrolu smyslových orgánů a orgánů činnosti, čímž zabraňuje, aby opouštěly svá vlastní místa. C) Odtazení od činnosti (uparati) znamená upevnění mysli na její zdroj tak pevně, že se jí neponechává příležitost dlít na objektech, poplatných předchozím tendencím, čímž se zanechává všechna zbytečná činnost. D) Trpělivé snášení (titikša) znamená odvážné snášení jakéhokoli množství bídy, která na nás padne, aniž existuje snaha se jí vyhnout či nad ní bědovat. E) Víra (šraddha) znamená neotřesitelné přesvědčení, že pouze slova védánty jsou pravdivá a slova*

guruova jsou pravdivá. F) Kontemplace (samádhi) znamená zabránit mysli veškerým úsilím, aby se netoulala dle své přirozenosti a její upevnění jedině na brahman.

4. Intenzivní touha po osvobození (*mumukšutva*).

Protože aspirant dochází rozlišování mezi věčným a pomíjivým k tomu, že jedině osvobození je jedinou věčnou záležitostí, nabírá tak intenzivní touhu po osvobození, a když nabyl beztužebnosti ke všem jiným potěšením, vyvine úsilí v provádění šesti ctností. Ve třetí *sádhaně* poskytuje Písmo šesti ctnostmi všechnu pomoc, kterou může dát pro dosažení poznání svrchovaného Já. Když *sádhak* vyvíjí všechno své úsilí v této třetí *sádhaně*, není jasné, že už dokončil první, druhou a čtvrtou *sádhanu*?

Kontrola smyslových orgánů a orgánů činnosti pomocí beztužebnosti (*vajrágra*) a snaha po upevnění kolísavé mysli na *brahman* představují dva důležité body mezi šesti články třetí *sádhany*. Ale zatímco provádí cvičení, co vlastně dělá zralý a nesmírně opravdový aspirant? Jeho jediným cvičením může být boj s touhami, které tlumočí smysly, s touhami po objektech a s myšlením na druhou a třetí osobu, o které si chybně myslí, že je *brahman*, absolutní skutečnost. K tomu jedinou pomocí, kterou poskytuje Písmo, jsou *mahavákjas* (velká rčení) jako „já jsem *brahman*“ (*aham brahmasmi*), „já jsem On“ (*sóham*) a „Ty jsi To“ (*tat tvam asi*). Provádí-li se meditace o velkých rčenicích, pak úsilí aspiranta plyne pouze jako myšlenka „toto já je ono *brahman*“, tj. ke druhé a třetí osobě. Taková myšlenka je pouze mentální aktivitou. V meditacích „já jsem *brahman*“ nebo „já jsem To“ to, co aspirant pociťuje jako, já není nic jiného, než mysl, kterou pokládá *brahman* za sebe sama. A to proto, že ten, který nyní medituje, je první myšlenka, která vznikla tehdy, když spánek skončil, zatímco *brahman*, o kterém medituje, je objektem třetí osoby, která může vstoupit do existence jedině po probuzení. Tak dlouho, dokud trvá ego (vědomí „já jsem tělo“), tak po zaslechnutí slova *brahman*, můžeme toto slovo brát jen tak, že označuje nějakou druhou nebo třetí osobu a nikoho jiného (tj. nikoli pocit první osoby), poněvadž ve větě „já jsem *brahman*“ už tu je „já“ označením první osoby a tedy slovo *brahman* můžeme brát jen jako druhou nebo třetí osobu. Když se provádí taková důkladná analýza, pak zjistíme, že meditace „já jsem On“ nebo „já jsem *brahman*“ jsou jen aktivitou mysli, směřující ke druhé a třetí osobě. Je proto obrovský rozdíl (asi jako mezi horou a údolím) mezi těmito meditacemi, které představují mentální aktivity, a pozorností na svrchované Já, jak ji učil Bhagaván Šrí Ramana a která je tichostí mysli! Podívejme se na to blíže.

Když provádíme meditaci „já jsem *brahman*“, pocit první osoby, vzniklý na základě slov „já jsem“ je najednou rušen slovem „*brahman*“ a změněn v pocit druhé a třetí osoby. Aby se vyhnul této potíži, Bhagaván Šrí Ramana ve svém díle „Kdo jsem já?“ prohlásil: „Když budeme neustále myslet 'já', 'já', povede to k témuž stavu (stavu *brahman*)“. Navlékneme-li jehlu, pak oba prameny nitě zůstávají oddělené. Ten pramen nitě, který byl provléknut uchem jehly, může být vytažen druhým koncem. Podobně meditujeme-li „já jsem *brahman*“, pak i pocit první osoby, vzešlý ze slov „já jsem“ je rušen, místo aby mu bylo dovoleno setrvat ve svrchovaném Já, a je vytažen ven slovem *brahman*, protože toto slovo vytváří pocit druhé nebo třetí osoby. Aspirant zaměňuje svou aktivitu mysli, která v něm probíhá, od pocitu první osoby k pocitu druhé osoby a od pocitu druhé osoby k pocitu první osoby za sebezkoumání! Když na základě takové jemné aktivity mysl někdy pro vyčerpanost odpočívá, pak aspirant zaměňuje tento klid mysli (*manolája*) za seberealizaci (*džňána samádhi*)! Kdyby toto bylo skutečně seberealizací, pak by ztotožnění „já jsem tělo“ nemohlo nikdy obživnout, když se *sádhak* probudí. A kdyby ztotožnění s tělem neožilo, nemusel by znovu začínat s řadou meditací typu „já jsem *brahman*“. Protože však aspirant znovu začíná meditaci, jakmile se probudí, nebo si odpočine, nedokazuje to, že to, čeho dosáhl touto meditací je pouhý *lája* stav, odpočinek, podobný spánku?

Když jsme se probudili ze snu, nemůžeme se žádným způsobem ztotožňovat se snovým tělem jakožto „já“. Stejně i po probuzení uvědomění svrchovaného Já (po seberealizaci) nebude *džňánin* meditovat „já jsem *brahman*“, protože o egu ví, že je klamný. Proto se Bhagaván přiléhavě ptá:

„Jelikož jsme vždy To, proč bychom měli neustále meditovat, že jsme To?

Medituje člověk „já jsem člověk?“

Ulladu Narpadu, verš 36

Přichází člověk na to, že je člověkem jenom tím, že medituje „já jsem člověk, já jsem člověk“? Jistěže ne! Když tedy aspirant začíná meditovat „já jsem *brahman*“, je zřejmé, že stav, ve kterém se nachází, není seberealizací – skutečným bděním!

V této souvislosti stojí za to uvést rozhovor mezi Šrí Ramakrišnou a Šrí Totapurim, když Šrí Totapuri řekl: „Tato mosazná nádoba bude jasně zářit jen tehdy, bude-li denně leštěna; tak také jen každodenní meditací bude naše mysl zůstávat čistá, aby odrážela Brahman“. Šrí Ramakrišna poznamenal: „K čemu leštit, je-li nádoba ze zlata?“

Meditace „já jsem On“ (*sóham*), „já jsem *brahman*“ (*aham brahmasmi*), „já jsem To“ (*tat aham*) apod. nejsou nic jiného než činnosti mysli. Ale pro seberealizaci musí být mysl beze stopy zničena. Bude-li se takovými meditacemi zabývat, bude mysl žít po věky, protože činnost je potrava, kterou mysl žije. Pouze pozornost ke druhým a třetím osobám je to, čím mysl žije. Jelikož meditace typu „já jsem On“ mysl nevymazávají, zůstane naživu vždy, ať provádí tyto meditace nebo padne do stavu *lája*, do ticha, když se svou činností vyčerpala. Ježto tyto meditace nezpůsobují vymizení mysli, nemohou být sebezkoumáním, které zničí mysl jednou provždy, jak to učil Šrí Bhagaván.

„Cokoli jiného než meditace „já nejsem to, já jsem To“ může být svým způsobem určitou pomocí, ale mohou být samy o sobě sebezkoumáním?“

Ulladu Narpadu, verš 29

Tak se ptá Šrí Bhagaván! Jak to, že tyto meditace mohou být pomocí, ale samy o sobě nejsou sebezkoumáním, to bude vysvětleno na patřičném místě na konci této kapitoly.

Šrí Bhagaván nepokládal tyto meditace za sebezkoumáním. Jedině pozornost na svrchované Já ve formě „Kdo jsem já?“ představuje učení Šrí Ramany. Metoda zkoumání Šrí Ramany je pozornost intenzivně zaměřená na první osobu „Co je toto já?“ namísto meditace „jsem to, nebo jsem Ono“. Ví dobře, že aktivita mysli vedená formou pozornosti na druhé nebo třetí osoby (*džapu*, *dhjánu* apod.) nezničí mysl, a proto Šrí Bhagaván, aby naplnil smysl velkých rčení, dává nový život Písmu tím, že učí otázce „Kdo jsem já?“ Novinku, která do nynějška nebyla v Písmu uvedena a která je pro aspiranta podstatná, aby mohl provádět sebezkoumáním, aniž by svou cestu ztratil, přidal k Písmu nyní Šrí Bhagaván. Co tento nový představuje objev? Že mysl se zničí pouze tehdy, když se stočí k první osobě!

Božská světla, božské zvuky, nebesa jako Kailas, vize Boha ve formě Šivy, šest jógových center jako *muladhára*, představované v těle, tyto a všechny ostatní podobné objekty vnímané jemnou myslí a pěti jemnými smysly jsou jen poznáním druhých a třetích osob a nic z toho není poznáním první osoby. Ba co víc, když mysl, což je jen hromada myšlenek sama o sobě, je jen námi vnímaný objekt druhé osoby, co jiného mohou být jí vnímané objekty než jiné druhé a třetí osoby? Proto by se měla pozornost aspiranta zaměřit jen na svrchované Já, které vždy září (i když mysl není přítomna), a měla by zde být držena bez možnosti otočit se na předměty druhé a třetí osoby.

„Myslet na druhé a třetí osoby je čirou hloupostí, protože myšlením na druhé a třetí osoby mentální aktivita (*manovrittis*) jen vzrůstá. Na druhé straně věnovat pozornost první osobě se podobá sebevraždě, protože pouze dotazování se na první osobu se způsobí, že ego zemře.“

Átma Vičára Patikam, verš 7

To není obyčejný klíč. Když aspiranti (ba i ti, kteří s intenzivní beztužebností a vytrvalou silou jednobodovosti, zatímco si všímali každého příslibu, bojovali po nesčíslné věky, po mnoho zrození a smrtí a poněvadž nevěděli, kterým správným směrem napřáhnout úsilí, všímali si neužitečných druhých a třetích osob) jsou v rozpacích proto, že nenacházejí žádné řešení, pak tito aspiranti přijmou tento klíč v podobě pozornosti na první osobu, podaný Bhagavánem Šrí Ramanou. A budou ho přijímat jako neocenitelný, jako hromadu diamantů, vloženou do rukou chudého člověka. Bhagaván Šrí Ramana odhalil nejenom tento klíč, ale poskytl také ve svém neocenitelném, působivém, jednoduchém a malém díle „Kdo jsem já?“ správný praktický proces sebezkoumání, aby pomohl všem začátečníkům upevnit jejich mysl jedině na svrchované Já, aniž by bylo myslí dovoleno zatoulat se ke druhým a třetím osobám. Tento proces bude dobře vysvětlen v následujících kapitolách.

Poklad, skrytý ve vlastním domě pod podlahou pro nás neexistuje, dokud o něm nevíme, nevykopeme ho a neužijeme. Podobně jako rostlina, objevená lékařem v zahradě pacienta. (Poznámka: *Povídka je tato: K pacientovi, který dlouhou dobu trpěl nevyléčitelnou chorobou a už byl na smrtelné posteli, přivedli přátelé nového lékaře. Když stanovil diagnózu, procházel se po pacientově zahradě, až utrl bylinu, která, když byla použita k léčbě, vyléčila dlouhotrvající chorobu okamžitě. Všichni v údivu děkovali lékaři: „Vy jste mu zachránil život!“ Ačkoli byla bylina po celou dobu v zahradě nemocného, přece mu neulevila od trápení. Nebyly lékařův objev a užití byliny rovny záchraně života? Předpokládejme, že pacient nebo jeho přátelé mohli při nepochopení důležitosti lékařovi pomoci říci: „Co nakonec udělal? Bylina rostla v naší zahradě.“ To by byla přesně stejná slova jako těch, co říkají: „O sebezkoumání se již hodně hovořilo v Písmu. Jaký nový objev to Bhagaván Šrí Ramana učinil?“) Upozorní-li nás někdo na existenci pokladu a umožní ním ho vykopat a využít, pak je to on, kdo nám ho daroval. Opravdu, jen díky jemu jsme zbohatli, předtím jsme byli chudí. Jsou mezi námi někteří, kteří nebyli schopni získat zkušenost svrchovaného Já, ač o sebezkoumání četli v Písmu. A právě ti, protože nepoznali neocenitelnou pomoc, velikost a novost techniky sebezkoumání, jak ji vyučuje Šrí Bhagaván, říkají povrchně: „O sebezkoumání se již hovořilo v Písmu, jaký nový objev to učinil Šrí Bhagaván?“ To se podobá projevu onoho chudáka, který řekl: „Copak nebyl poklad v mém vlastním domě?“ Dokud ale o něm nevěděl, nemohl ho vykopat a využít. Říkáme, že se to podobá řeči chudáka proto, že kdyby znal hodnotu pokladu a získal z něho radost, nebyl by chudákem a nemluvil by tak opovržlivě o neocenitelné pomoci svého přítele. Pouze ti *panditi*, kteří sice zvládli písmena starého Písma, ale nikdy nezažili ani kousíček blaha svrchovaného Já skrze sebezkoumání, jak je zde vyloženo, jedině ti mohou mluvit takovým způsobem, protože neznají jedinečnou velkolepost klíče ke sledování cesty sebezkoumání, jak ho objevil a daroval světu Šrí Ramana, *sadguru*. Kdyby byli našli správnou metodu, jak provádět sebezkoumání tím, že studovali po celá léta Písmo, k čemu by jim bylo úsilí o získání zkušenosti svrchovaného Já? Nápadně s tím kontrastuje to, že všichni, kdo poznali Skutečnost na základě velké pomoci klíče, přineseného Šrí Bhagavánem, stará Písma téměř neznali.*

Když se vědomí „Já jsem“ pociťuje spolu s přívlastkem jako „já jsem ten a ten“, stává se myšlenkou. Ze všech myšlenek je tato myšlenka nejprvnější. Ale vědomí, které svítí samo jako „Já jsem Já“ bez jakéhokoli přívlastku, je svrchovaným Já (*átmanem*), neboli absolutnem (*brahman*). To

není myšlenka. To je naše bytí, naše pravá existence. (*Poznámka: Bude plně vysvětleno v další kapitole: Sebezkoumání.*)

Je tedy účelem velkého rčení „já jsem *brahman*“, vyučovaného Písmu, dát nám přednostní informaci o závěrečné zkušenosti, že *brahman* je naše čistá existence a nepřekrucovat *brahman* v jednu z našich myšlenek? Je tedy meditace „já jsem *brahman*“ jen dopředu poskytnuté naznačení našeho pravého stavu, kterého jsme ještě nedosáhli? Můžeme svou existenci, která je nad myšlenkami, dosáhnout myšlenkami? Jelikož není možno o ní přemýšlet, je nutné ukončit objevování se „já-myšlenky“ pomocí sebezkoumání „Kdo jsem já?“ (tj. pozorností k sobě samému). A zůstat pak v tom, co zbývá. To je pravým uskutečněním velkého rčení „já jsem *brahman*“.

„Jelikož Skutečnost (Já) existuje uvnitř, nad myšlením, kdo a jak může meditoval o Skutečnosti, která se nazývá Srdcem? Přebývat v Srdci jako ono To (tj. bez myšlenek) je opravdovou meditací (o Já). To byste měli vědět.

Ulladu Narpadu, úvodní verš 1

Dokud jsme nezískali pravou zkušenost o *brahman*, pak ať meditujeme jakýmkoli způsobem o *Brahman*, vždy to bude jen myšlenka o druhé nebo třetí osobě. Když se místo toho jednoduše medituje „já, já“ pak, protože toto je pozornost věnovaná první osobě, myšlenka „já“, která takto začala meditovat, utone ve svém zdroji a ztratí svou formu a oddělenou existenci, tak jako hůl, která zapalovala hranici, či odraz slunce, směřující od zrcadla zase směrem ke slunci. Když se medituje „já jsem Šiva“ (*šívóham*) nebo „já jsem On“ (*sóham*) apod., ego poroste a zesílí, zatímco když se věnuje pozornost svrchovanému Já zkoumáním „Kdo jsem já?“, ego zemře. (*Poznámka: „Člověk je ledabylý, jedná bez zábran, jak se mu zachce, i když má o sobě jen představu „já jsem toto nepatrné tělo“. Kdyby si začal představovat „já jsem samotné brahman“, byl by pak schopen nějaké špatnosti? Guru Ramana Váčana Mála, verš 149*) Proto Bhagaván Šrí Ramana neučil „já jsem On“ (*sóham*) jako metodu *sádhany*. Dostaneme-li nějaké informace o městě, které chceme navštívit, budou nám dobrou pomocí. Právě tak předchází informace (poskytnutá nám velkým prohlášením „já jsem *brahman*“), že naší konečnou skutečností je *brahman*, může být dobrou pomocí, není však praxí, není samotným zkoumáním. I když budeme informace o městě studovat a opakovat, až je budeme umět nazpaměť a rozjímat o nich, přesto se nikdy nemohou stát skutečnou cestou do onoho města. Totéž platí o velkých rčeních! Je to přesně to, co Šrí Bhagaván mínil, když napsal:

„...meditovat „nejsem to, jsem Ono“ může být (určitým způsobem) pomocí, ale je to samotné zkoumání?“

Ulladu Narpadu, verš 29

a dále:

„...meditovat „my jsme To“ může být dobrou pomocí (jako připomínka) k přebývání ve svrchovaném Já...“

Ulladhu Narpadhu, verš 36

Proto cesta sebezkoumání „Kdo jsem já?“ tedy není meditací o velkých prohlášeních, jako je např. „já jsem On“.

Často slyšíme některé přednášející – kteří neměli to štěstí, aby se jim dostalo vyučování milostivým pohledem Bhagavánových očí, dvěma plameny džňány, které odhalovaly pravdu bez

obtíží – kteří však nemívají ochotu důkladně studovat jeho učení, kteří ale po přečtení *Upadéša Sárám*, když si pouze vzali z osmého verše že meditace „já jsem On“, je lepší než všechny meditace ostatní, tak tito lidé začnou prohlašovat, že Bhagaván Šrí Ramana také učil pouze meditaci „já jsem On“. Je proto nutné tento bod probrat poněkud hlouběji. Tamská práce *Upadéša Undijar* je originálem, ze kterého vznikla sanskrtský překlad *Upadéša Sárám*. (Poznámka: *Dílu Upadéša Undijar lze správně porozumět jedině tehdy, je-li posuzováno spolu s účelem, který se při sepsání sledoval. Upadéša Undijar se tak jmenuje proto, že je instrukcí, upadéšou, složenou v tamském metru zvaném undijar. Když Šrí Bhagaván toto své původní dílo přeložil do sanskrtu, nazval je Upadéša Sárám, což znamená „Esence poučení“. Pod tímto jménem také anglický překlad Upadéša Undijar vyšel. Při neznalosti textu, pro který bylo toto dílo původně Šrí Bhagavánem sepsáno, se mnozí po prvním přečtení titulu domnívají, že dílo je esencí Šrí Ramany a že ho sestavil z vlastní vůle pro dobro světa. Nicméně po přečtení dalšího paragrafu, kde se vysvětluje, z jakých důvodů Šrí Bhagaván dílo sepsal, čtenář pochopí, že Bhagaván neměl v úmyslu napsat esenci svých vlastních instrukcí (tj. sebezkoumání), ale esenci poučení tak, jak bylo dáno Pánem Šivou v dávných dobách. Bude též jasné, že tak jako v jiných případech, bylo sepsáno na žádost stoupence.) Správný význam osmého verše se nám vyjasní, když budeme vědět, v jaké souvislosti a za jakým účelem Šrí Bhagaván *Upadéša Undijar* sepsal. Šrí Muruganar, oddaný žák Šrí Bhagavána a velký tamský básník popisuje ve *Šrí Ramana Sannidhi Murai* hru Pána Šivy se svými oddanými stoupenci. V metru zvaném *undijar* líčí dávný příběh obyvatelů v lese Daruka, kteří prováděli rituály a které jejich sobectví dovedlo k domýšlivosti a pocitu, že není žádného Boha kromě *kamja karma*. (Poznámka: *Kamja karma je každá činnost, která směřuje k naplnění žádosti. V této souvislosti se týká provádění rituálů. Návody k tomu jsou obsaženy v učení Purva Mimamra, v části véd.)* Když Šrí Muruganar došel k bodu, kde jim Pán Šiva poskytuje poučení, aby je napravil a ukázal pravou cestu, uvědomil si, že Bhagaván Šrí Ramana, který je sám Arunácala Šiva, je jediný, kdo je oprávněn odhalit duchovní poučení Pána Šivy. Proto se Šrí Muruganar odebral za Bhagavánem s prosbou, aby doplnil povídku sepsáním závěrečných 30 veršů. Tak tedy Šrí Ramana pokračoval v tvorbě *Upadéša Undijar* instrukcemi, které tehdy dal Pán Šiva obyvatelům daruckého lesa.*

V prvních dvou verších se zamítají činnosti, prováděné se žádostí. Od verše 3 až 15 Šrí Bhagaván shrnul vše, co stálo do nynějška v Písmech o třech cestách – *niškamja karma*, *ghakti* a *rádža jóga*. V těchto 15 verších se Šrí Bhagaván nezmiňuje o cestě poznání (*džňána marga*). Když poskytl poučení o *púdže* a *džapě*, tak od verše 3 až 6 popisuje Šrí Bhagaván dávné metody meditace v pořadí jejich priority. Ve verších 7 a 8 – a pouze v této souvislosti se v osmém větší říká „meditovat“ „já jsem ON“ je lepší než meditovat o Něm (bohu) jako o Někom jiném. Protože Šrí Bhagaván byl požádán, aby vylíčil esenci poučení tak, jak ho v dávných dobách Pán Šiva poskytl obyvatelům daruckého lesa, bylo pro něho nutné, aby shrnul také všechny dávné cesty. Z tohoto důvodu by se verše 3 až 15 (obsahující učení Pána Šivy) neměly brát jako učení založené na přímé zkušenosti Šrí Bhagavána. Jedině sebezkoumání je přímým učením Šrí Bhagavána.

Někdo může namítnout: „Dobře, meditace „já jsem On“ nebude možná skutečným učením Šrí Bhagavána, ale což neříká 9 verš: 'Zakotvit silou takové meditace zůstat ve své pravé existenci, která je nad dosahem meditace, je pravou povahou svrchovaného uctívání, ' že tedy existuje osvobození, které je svrchovaným uctíváním a že to může být pomocí takové meditace dosaženo?“ Podívejme se, co se děje během aspirantovy praxe s meditační silou a jaké změny v něm nastanou skrze tuto sílu. Po celou dobu aspirant cvičil staré metody, popisované ve verších 3 až 7 (*púdža*, meditace apod.) s tím, že jeho mysl si představovala Boha jako objekt druhé či třetí osoby. Smyslem provádění předepisované meditace „já jsem On“ bylo odstranit nevědomost a pomoci aspirantovi

k získání plné víry ve velká rčení, a tím mu dát pevné přesvědčení, že Bůh je opravdu skutečností první osoby. Síla takového přesvědčení je silou meditační, která je uvedena ve verši 9. Proč však tolik oklik k získání přesvědčení, že Bůh, *brahman*, je skutečností první osoby? Protože ritualisté durackého lesa uvázli ve slepé uličce, proto museli být vedeni Pánem Šivou takovými oklikami. Jakmile však slyším slovo instrukce Šrí Bhagavána ve verši 14 *Ulladu Narpadu*: „jen existuje-li první osoba, existuje druhá a třetí osoba“, proč tedy nebyť hned přesvědčen o tom, že druhá a třetí osoba žijí jen z kořene první osoby a nesmířit přímo na svrchované Já? Aby přivedl nakonec zpátky všechny aspiranty, kteří nejdou jeho cestou a kteří směřují své úsilí na druhou a třetí osobu, Šrí Bhagaván doporučil tuto metodu jako nejlepší ze všech starých metod meditace, protože podle předchozích informací působí jako pomoc, aby aspirant stočil svou pozornost směrem k první osobě. Předpokládejme, že majitel krávy, přivázané v sousedově chlévě, k ní často přichází, hladí ji a krmí a tak se s ní seznamuje a sblíží. To má za následek, že v krávě vznikne přesvědčení, že je jejím pánem. Když takto nabyla síly přesvědčení, že on je pán, po převedení do vlastního chléva se nebude zdráhat u něho zůstat díky předchozímu seznámení se s ním. Podobnoství o vose a larvě, zmíněné v Písmu, znamená pouze znázornění procesu, jímž aspirant získává na síle přesvědčení během svého cvičení. Nemělo by se to brát tak, že individuální duše se stane *brahman* skrze myšlení, protože stav *brahman* není věcí, která by se měla nově stvořit z nějaké jiné věci (jako vosa vznikla z larvy). Je naším přirozeným stavem, který nepodléhá změně.

„Tato existence (tj. *brahman*) – Tvé nohy, ó Ramano – není věcí, která by se měla státi jinou věcí, věcí, která se má zrodit, věcí, kterou lze zničit, ani věcí, která by za nějakých okolností mohla vyvstat nebo ustát!“

Šrí Ramana Sahásram, verš 233

Bylo proto nutno v souladu s věčnou povahou dokonalého stavu *brahman* říci, že něco se může nově stát Tím?

„I názor, že během cvičení je dualita a nedvojnost po dosažení, neodpovídá pravdě...“

Ulladhu Narpadhu, verš 37

Když se v aspirantovi silou meditace pevně ustálí přesvědčení „mé pravé bytí-vědomí je Bůh, je *brahman*“, pak v příhodném okamžiku vyvstane poznání „cožpak neexistuji neustále?“, „proč bych měl meditovat, abych existoval?“, a tak se jeho pozornost najednou stáhne zpět a upevní se na bytí-vědomí. Tato pozornost na sebe samého (na svrchované Já) je přímou technikou sebezkoumání. Poněvadž touto pozorností na svrchované Já se meditace „já jsem *brahman*“ stala zbytečnou, aspirant zůstane ve svém pravém bytí Já Jsem (*aham asmi*), což je stavem vědomí bez myšlenek. A to je to, co je uvedeno ve verši 9. To, co se nakonec děje v aspirantovi je pozornost ke svrchovanému Já, což je sebezkoumání, jak ho vyučuje Šrí Bhagaván. Tato láska směrem ke svrchovanému Já (*swatma-bhakti*) je pravou přirozeností svrchovaného uctívání (*parabhakti tativa*, uvedená ve verši 9), a to je osvobození.

Pak Šrí Bhagaván od verše 16 až k verši 29 vysvětluje cestu poznání. I zde je nutno vnímat jemný rozdíl ve způsobu, jak učí Písmo a jak Šrí Bhagaván. Napřed ve verších 16 až 20 Šrí Bhagaván jasně vysvětluje metodu provádění zkoumání „Kdo jsem já?“ (všímání si svrchovaného Já). Když poskytl poznání ve verši 21, že skutečná věc, označovaná slovem „já“ je samotné svrchované Já,

Bhagaván stvrzuje své prohlášení, že pravdou „já“ je svrchovaného Já. (Poznámka: „To, (tj. „Já jsem Já“, svrchované Já) je vždy (ve všech třech stavech a ve všech třech děleních časů) pravým významem slova Já, protože ve spánku, kde není žádného ega, nejsme neexistující.“ Upadéša Undijar, verš 21)

„Tělo, prána, mysl, intelekt a temnota nevědomosti – vše toto (pět obalů) je necitné (*džáda*) a neexistující (*asat*) a nejsou Já, nejsou to, co existuje (*sat*).
Upadéša Undhijar, verš 22

Ve starém Písmu je proces sebezkoumání popisován jako negování pěti obalů, jako „ne-já, ne-já“ (*neti, neti*). Avšak aspiranti bojují, aniž by věděli, jak si počínat. Proto nám Šrí Bhagaván nejprve podává ve verších 16 až 20 techniku jak si všímat svrchovaného Já, což je prostředkem, jak poznat, co „já“ skutečně je. Pak ve verši 22 říká, že negování pěti pochev je výsledkem poznání skutečného Já. Tím stvrzuje, že věnování pozornosti Já – svrchovanému Já, je samo o sobě metodou, jak negovat pět obalů, tedy to, co není svrchované Já. Šrí Bhagaván v *Upadéša Undijar* upravil cestu poznání (*džňána marga*) tím, že přeskupil odzadu dopředu proces, popisovaný ve starých Písmech a dal jej do nového, praktického pořádku, tj. to, co je dáno ke cvičení (*neti, neti*) se nyní ukazuje jako výsledek! Od verše 16 až k verši 29 Šrí Bhagaván vyučuje, že zkoumání „Kdo jsem já?“ je přesnou cestou poznání a Upadéša Undijar uzavírá tím, že ve verši 30 říká, že správné *tapas* je poznat svrchované Já, v něm zůstat a nic jiného.

Kapitola sedmá

SEBEZKOUMÁNÍ

Když lidé slyší výraz sebezkoumání (*átmavičára*), domnívají se obvykle, že to znamená buďto zkoumání svrchovaného Já, nebo zkoumání všeho okolo svrchovaného Já. Ale jak si počínat? Kdo má zkoumat svrchované Já, kdo má zkoumat všechno okolo svrchovaného Já? Co zkoumání opravdu znamená? Takové otázky přirozeně vyvstanou.

Jakmile uslyšíme pojmy *átmavičára* nebo *brahmavičára*, mnozí z nás se domnívají, že uvnitř našeho těla je jakýsi druh záře nebo beztvará síla a že máme najít co to je, kde to je a jaké to je. Tento názor není správný. Protože svrchované Já (*átman*), když ho chceme poznat, neexistuje pro nás jako objekt poznání. Jelikož svrchované Já září jako vlastní podstata toho, kdo se jej snaží poznat, sebezkoumání neznámá zkoumání objektu druhé nebo třetí osoby. Je proto nutné pochopit od samého začátku, že Šrí Bhagaván pojmenoval sebezkoumání „Kdo jsem já?“, aby vytáhl naši pozornost přímo k první osobě. V této otázce „Kdo jsem já?“ označuje Já Jsem – svrchované Já – a „kdo“ zůstává ke zkoumání

Kdo je tím, kdo zkoumá svrchované Já? Pro koho je toto zkoumání nutné? Je to pro svrchované Já? Ne, jelikož svrchované Já je vždy dosažené, vždy čisté, vždy volné a vždy blaženým celkem, ono nikdy nebude nic zkoumat, ani to nepotřebuje. Je tedy ego tím, kdo potřebuje zkoumat? Může ego poznat svrchované Já? Jak je v předchozích kapitolách řečeno, toto ego je jen klamným jevem, který nemá vlastní existenci. Je to nepatrně titěrný pocit „já“, který ve spánku ztrácí svou formu a přestává existovat. Může se tedy svrchované Já stát objektem, který by ego mohlo poznat? Nikoli, ego nemůže poznat svrchované Já! Když je tedy zřejmé, že sebezkoumání je pro svrchované Já zbytečné a poznání svrchovaného Já je pro ego nemožné, pak vzniká otázka: „Co je praktického na tom, provádíme-li metodu sebedotazování? Proč nenacházíme pojem sebedotazování v Písmu? Neměli bychom si to pečlivě prohlédnout a přijít na to?“ Učiňme to!

Bhagaván užívá pojem zkoumání v jiném smyslu, než ho užívají Písma. Písmo obhazuje totiž zmítání pěti obalů, to znamená těla, *prány*, mysli, intelektu a temnoty nevědomosti jakožto „ne-já, ne-já“. Ale kdo má obaly negovat a jak? Jestliže je má negovat mysl (či intelekt), pak může při nejlepším negovat pouze necitné fyzické tělo a *pránu*, protože to jsou objekty, které může spatřit. Jak má však mysl dále negovat svou vlastní formu? A když nemůže negovat sebe, jak může zamítat ostatní dva obaly, intelekt a temnotu nevědomosti, (*anandamája kóša*), které jsou nad dosahem jejího vnímání? Co může mysl udělat jiného během zkoumání než zůstat jako svrchované Já a mentálně opakovat „nejsem tělo, nejsem tato *prána*“! Z toho jasně vyplývá, že sebezkoumání není procesem jedné věci, která zkoumá druhou, jinou věc. Proto zkoumání „Kdo jsem já“, učené Šrí Bhagavánem, nutno brát za „pozornost k sobě“ (tj. pozornost pouze k první osobě, k pocitu „já“).

Přirozeností mysli je všímát si stále jiných věcí než je ona sama, tj. poznávat pouze druhé a třetí osoby. Když mysl tímto způsobem lne k určité věci, znamená to, že se připoutává k této věci. Pozornost sama o sobě je vázanost, připoutanost! Jestliže mysl myslí o tělo a *práně* – i když s úmyslem rozhodnout „to nejsem já, to nejsem já“ – pak taková pozornost je pouze prostředkem připoutanosti k nim a nemůže být prostředkem k jejich negaci. To je to, co každý opravdový aspirant zažívá v praxi. Jaké je v tom tedy skryto tajemství?

Je jedno, zda to víme či nikoli, ale svrchované Já, které nyní považujeme za nepoznané, je naší opravdovou skutečností. Pravou přirozeností naší pozornosti je sama Milost (*anugraha*). To znamená, že chceme-li nějakou věc pozorovat, svědčit jí či na ni hledět, tak že tato věc je tím vyživována a rozkvétá, jsouc požeňována Milostí. *(Poznámka: Cvičení svědčení myšlenkám a událostem, což přednášející a spisovatelé doporučují, Šrí Bhagaván nikdy ani v nejmenším nedoporučoval. Kdykoli se ho ptali, co činit, když myšlenky vystoupí, (tj. když je během sádhany pozornost obrácena na druhé a třetí osoby), odpovídal stejně jako Šrí Šivaprakasam Pillaiovi v „Kdo jsem já?“, kde říká: 'Vyvstanou-li jiné myšlenky, pak se je nesnažte dokončit a tažte se „komu vznikají myšlenky?“ Co na tom, kolik myšlenek vzejde. Budete-li v okamžiku, kdy myšlenka vzejde, se pozorně ptát „komu vzešla?“ bude známo „mně“. Zkoumá-li člověk dále „kdo jsem já?“, pak mysl (síla pozornosti) se vrátí zpět (od myšlenek) k jejímu zdroji (ke svrchovanému Já).'* Navíc Bhagaván dále v témže díle říká: *'Neposkytování pozornosti tomu, co je odlišné (tj. druhým a třetím osobám) je nepřipoutanost (vajrágja) neboli beztužebnost (nirasa),'* měli bychom tady jasně vědět, že věnování pozornosti (svědčení, pozorování, všímání) čemukoli jinému než svrchovanému Já je samo o sobě připoutaností. Pak porozumíme, jak bezvýznamné a nepraktické jsou instrukce *'pozoruj všechny myšlenky a události s nepřipoutaností nebo 'budte svědky svým myšlenkám, ale nebudte k nim připoutáni', jak to učí tzv. guruové dnešních dnů.* Ač si člověk myslí, že je individuální duší, přece jeho síla pozornosti není ve skutečnosti ničím jiným, než odrazem síly svrchovaného Já. Na to, na co tato síla směřuje nebo k čemu přilne, je vyživováno Milostí a víc a víc vzkvétá. Proto je-li síla pozornosti myslí zaměřena více a více na objekty druhé a třetí osoby, pak obě, jak síla (*krijabala*) k pozorování těchto objektů, tak nevědomost, pět smyslových poznání ve formě myšlenek o nich, porostou více a více a nikdy se neuklidní. Neřekli jsme již snad, že všechny naše myšlenky nejsou nic jiného než pozornost, věnovaná objektům druhé a třetí osoby? Čím více upoutáváme pozornost myslí myšlenkami, které jsou formami objektů druhé a třetí osoby světa, tím více ji násobíme (zesilujeme) a vyživujeme. To je skutečně překážkou. Čím více naší pozornosti – pohledů Milosti – na ně padne, tím více toulavost povahy a její nadvlády naroste. Proto je pro mysl nemožné zamítnout cokoli myšlením „nejsem to, nejsem to“ (*neti, neti*). *(Poznámka: (Proto aspiranti, kteří chtějí zničit špatné myšlenky jako žádostivost, hněv apod. a bojují s nimi a přitom o nich přemýšlejí, nemají ve svém snažení úspěch. Aspiranti, kteří provádějí sebezkoumání a věnují plnou pozornost svrchovanému Já s lhostejností k těmto zlým myšlenkám, je snadno obcházejí.)* Je-li ovšem naše pozornost (pozornost svrchovaného Já) namířena pouze na nás samé, naše poznání naší vlastní existence je živeno, a protože si přitom nevšímáme myslí, je pak tato obrána o svou sílu, o podporu naší milosti. „Nepoužíváme-li zlo a železo, chytanou rez“, v souhlase s tím tamilským příslovím všechna semena *vásán*, jejichž obalem je kradmé a zlomyslné vystupování, musí zůstat klidná. Tím seschnou jako vody zbavená semena a zeslábnou tak, že nejsou schopna vyrazit jako myšlenková rostlina. Když pak vzplane oheň *džňány*, pak tyto tendence (*vásány*), podobně dobře vyschlému dřevu, se stanou jeho kořistí. Jedině tak se docílí totální zničení všech tendencí, *vásán*.

Řekne-li se nám „vyvaruj se východu“, bude to prakticky totéž, jako když se řeklo „běž na západ!“. A právě tak, je-li nám řečeno „zavrhní pět obalů, které nejsou tím, co je svrchované Já“, pak praktickým způsobem jak to provést je zaměřit pozornost na nás samé s pomocí dotazů: „Co je toto já?“ nebo „Kdo jsem já?“. Myslet „nejsem to ani ono“ je negativní metodou. Je známo, že taková negativní metoda je stejně nepraktická jako říkat „vypijte tento lék, ale nemyslete při tom na opice!“. *(Poznámka: Vypravuje se tradiční historka o lékaři, který předepsal pacientovi lék s podmínkou, že při užívání nesmí pomyslet na opice. Za této podmínky nemohl pacient lék pozřít, protože kdykoli se snažil užít lék, myšlenka na opice vstoupila do jeho myslí.)* Avšak Šrí Bhagaván nám ukázal praktický způsob,

jak použít lék bez myšlení na opice když řekl: „Pijte lék a myslete přitom na slona.“ Tehdy nahradil pradávnu negativní metodu tím, že nám poskytl pozitivní metodu „Kdo jsem já?“

„Skutečně, ego je vším! Proto zkoumání „Co je to?“ (jinými slovy „Kdo jsem já – toto ego?“) znamená pravé vzdání (odepření si) se všeho. To byste měli vědět!“

Ulladu Narpadu, verš 26

Skutečně, všechno (pět obalů a jejich projekce – všechna tato slova) je ego. Věnování pozornosti pocitu „já“ za pomoci pozornosti: „Co je to?“ nebo „Kdo je to já?“, to jediné představuje zamítnutí pěti obalů, jejich vyloučení nebo jejich negaci. Takto Bhagaván Ramana kategoricky stanovil, že pozornost k sobě samému je jedinou správnou technikou, kterou se ignoruje pět obalů!

Protože tomu tak je, s jakým záměrem užívá Písmo pojmu „zkoumání“, aby označilo metodu „*neti, neti?*“ Pomocí „*neti, neti*“ se nemůže intelektuálně formulovat text, který jsme stanovili ve čtvrté kapitole této knihy: „Věc určitě není 'já', jestliže je možné zažívat 'já jsem' i v nepřítomnosti této věci.“ Pokud existuje nesprávné poznání „já jsem tělo“, náležející ke zmíněným pěti obalům nebo třem tělům, nebude pozornost věnovaná první osobě automaticky směřovat k nějakému obalu či tělu - ke druhé osobě? Použijeme-li však onen test, zjistíme, že všechny takové pozornosti nejsou pro první osobu náležité. Proto je nutné mít ze všeho nejdříve intelektuální přesvědčení, že tyto obaly nejsou „já“, abychom mohli provádět pozornost ke svrchovanému Já, aniž bychom ztratili orientaci. Pouze rozlišováním získáme toto přesvědčení, které bylo v Písmu nazváno „zkoumáním“. (*Poznámka: Rozlišování, o kterém pojednává čtvrtá kapitola této knihy, se zaměřuje na stejný cíl, ale není vlastním procesem zkoumání. Jedině to, co se podává v poslední kapitole této knihy je pravou metodou sebezkoumání.*) Co má tedy aspirant dělat, když takto rozlišoval? Jak může pozornost k pěti obalům, i když s úmyslem je eliminovat, se stát pozorností ke svrchovanému Já? Vždyť když provádíme sebezkoumání, tak namísto abychom se zaměřili na některý z pěti obalů, zaostříme pozornost pouze na vědomí „já“, které existuje a svítí samo ze sebe jakožto singulár a jako svědčení oproštěnosti od obalů.

Takže namísto, aby byla zaměřena na jakoukoli druhou či třetí osobu, není takto naše síla pozornosti, dotud nazývaná myslí či intelektem, namířena nyní pouze směrem k první osobě? Ačkoliv o ní formálně mluvíme jako o „nasměrované“, ve skutečnosti to není povahou konání, když někam směřujeme nebo jsme směřováni, ale je to přirozeností „bytí“ nebo „existence“. Protože druhé a třetí osoby včetně našich myšlenek jsou nám cizí nebo externí, naše pozornost jim věnovaná byla povahy konání. Ale právě tato pozornost, je-li upevněna na pocit nikoli cizí – na první osobu, pocit já – ztrácí povahu „věnování se něčemu“ a zůstává ve formě „bytí“, a je proto svou povahou ne-konáním neboli nečinností. Pokud naše síla pozornosti spočívala na druhých a třetích osobách, nazývala se „myslí“ nebo „intelektem“ a její věnování se nazývalo konáním čili činností. Pouze to, co je vykonáno myslí, je činností. Avšak jakmile je pozornost soustředěna na první osobu (na svrchované Já), ztrácí své nízké pojmenování jako je mysl, intelekt či pocit ega. A navíc, tato pozornost nadále ani není činností, ale je nečinností neboli stavem „být tichým“. Proto mysl, která si všímá svrchovaného Já, nadále již není myslí, ale je vědomým aspektem svrchovaného Já! Protože dokud si všímá druhých a třetích osob (světa), není vědomým aspektem svrchovaného Já, ale je myslí, odraženou formou vědomí! Pozornost ke svrchovanému Já není nečinností, ani není konáním. To znamená, že svrchované Já si uvědomuje jediné svrchované Já – nikoli ego!

Mysl, která se sebezkoumáním rozpálila touhou po poznání svrchovaného, se označuje za zcela zralou. Jelikož taková mysl nemá vůbec touhu všimnout si druhých a třetích osob, možno o ní prohlásit, že dosáhla vrcholu beztužebnosti (*vajrágja*). Vždyť všechny druhy tužeb a připoutanosti se týkají jen druhých a třetích osob. Mysl, která velmi dobře pochopila, že vědomí, které svítí jedině jako „já“ je jedině zdrojem plného skutečného štěstí, hledá nyní svrchované Já, díky své přirozené touze po štěstí a tato intenzivní touha všimnout si svrchovaného Já je skutečně nejvyšší formou oddanosti (*bhakti*). Právě tato pozornost myslí ke svrchovanému Já, plně zralá skrze oddanost a beztužebnost, se dá nazvat zkoumáním „Kdo jsem já?“ jak mu učil Bhagaván Šrí Ramana. Cožpak taková zralá mysl, která přišla k cestě Šrí Ramany z vlastní vůle, souhlasí s věnováním pozornosti ke svrchovanému Já, nebude realizovat svrchované Já? Nikoli, začala pracovat na své záhubě! Souhlasí, že spáchá sebevraždu a dává svoji hlavu na špalek (skrze pozornost ke svrchovanému Já), kde bude obětována. Jak? Pouze pokud si všímala druhých a třetích osob, nosila jméno mysl, ale jakmile začala s pozorností ke svrchovanému Já, její jméno a forma (její jméno jakožto mysl a její forma jakožto myšlenky) jsou ztraceny. Pak už nemůžeme říkat, že pozornost ke svrchovanému Já čili sebezkoumáním se provádí myslí. Není to tedy ani mysl, která si všímá svrchovaného Já, ani se nejedná o činnost, protože spontánní přirozená pozornost ke svrchovanému Já je aspektem vědomí svrchovaného Já, a tak se o mysl nejedná!

Zcela čistou lží by pak bylo, kdyby někdo prohlásil, že realizoval svrchované Já ponořením v něj, za pomoci pravého zkoumáním. Ne k poznání, ale k zániku je hodnota ega, k ničemu se nehodícího. Je to jedině Arunáčalou, svrchovaným Já, kterým se svrchované Já poznává.

Šrí Arunáčala Venba, verš 39

Pocit „já jsem“ je zkušenost, která je běžná všem. V onom „jsem“ je vědomí čili poznání. To není vnější poznání sebe sama. To je *čít*. Toto vědomí je „my“. „My jsme opravdu vědomím“, říká Šrí Bhagaván v *Upadéša Undijar*, verš 23. To je „naše bytí“ (tj. naše pravá existence) čili *sat*. Nazývá se „to, co je“. Takto v Já Jsem je „Já“ existence (*sat*) a „jsem“ je vědomím (*čít*). Když svrchované Já, naše přirozené bytí-vědomí, namísto ve tvaru čistého vědomí Já Jsem, se ve skrytu míchá s přívlasky např. „já jsem člověk, já jsem Ráma, já jsem ten a ten, já jsem božstvo“, pak toto smíchané vědomí je egem. Toto smíšené vědomí může vzniknout jedině, když zachytí jméno a tvar. Když pociťujeme „já jsem člověk, já sedím, já ležím“, není zřejmé, že jsme zaměnili tělo za „my“ a že jsme zaujali jeho jméno a pozice ve formě „já jsem to a já jsem toto“? Pocit „to a toto“, který nyní vyvstal smíchan s čistým vědomím „já jsem“ je tím, co nazýváme myšlenkou. To je první myšlenka.

Pocit „já jsem člověk, jsem ten a ten“ je jen myšlenkou. Avšak vědomí Já Jsem není myšlenkou. Je pravou povahou našeho bytí. Smíšené vědomí „já jsem to a to“ je myšlenka, která vzniká z našeho bytí. Pouze po vzniku této myšlenky smíšeného vědomí, po vzniku první osoby, vstupují do existence všechny ostatní myšlenky, které jsou poznáváním druhých a třetích osob.

„Pouze, když první osoba existuje, budou druhá a třetí osoba existovat ...“

Ulladu Narpadu, verš 14

Smíšené vědomí, první osoba, se nazývá naším „vystoupením“ čili výskytem ega. To je prvotní mentální pohyb! Takže:

„Myšlení je mentální činností, bytí není činností!“
Átmavičára Patikam, verš 1

Čiré bytí-vědomí Já Jsem není myšlenka. Toto vědomí je naší přirozeností. „Já jsem člověk“ není čirým vědomím, je pouze naší myšlenkou. Porozumět rozdílu mezi naším bytím a naším „vzejitím“ (mezi bytím a myšlenkou) je pro aspiranta nejdůležitější, pokud se zabývá sebezkoumáním „Kdo jsem já?“.

Bhagaván Šrí Ramana doporučil, že sebezkoumání se může provádět buďto formou „Kdo jsem já?“ nebo formou „Odkud jsem já?“. Když aspiranti slyšeli tyto dvě dotazovací věty, začali o nich mít různé názory, jak a kterak se mají provádět. I ti, kteří považují obě věty za stejné, jim porozuměli jen povrchně a neprovedli hlubokou analýzu, proč jsou stejné. Ti, kteří používají „Kdo jsem já?“, jednoduše začnou papouškovat nahlas či mentálně dokola „kdo jsem já, kdo jsem já?“, jako by to byla *mantra-džapa*. To je zcela špatné. Provádět *džapu* „Kdo jsem já?“ tímto způsobem je stejně špatné jako meditovat či provádět *džapu* na velká rčení jako např. „já jsem *brahman*“ apod., protože tím se maří cíl, který mají odhalit. Sám Šrí Bhagaván opakovaně říkal, že „Kdo jsem já?“ není míněno k opakování jako *džapa*! Jiní, kteří se domnívají, že používají druhou tázací formu „Odkud jsem já?“, se pokoušejí soustředit na pravou stranu hrudi (kde si představují něco jako duchovní Srdce) a očekávají odpověď podobnou jako „já jsem odsud“. To není o nic lepší než pradávná metoda meditace o některém ze šesti jógových centrech v těle. Cožpak není myšlení na jakékoli místo v těle myšlením na druhou osobu (pozorností na objekt)? Než začneme vysvětlovat techniku sebezkoumání, je důležité, aby se odstranila všechna taková mylná pochopení. Podívejme se, jak se odstraňují.

V sanskrtu termíny jako *átman* nebo *aham* znamenají „já“. Proto *átmavičára* znamená pozornost, která hledá „kdo je to já?“. Spíše by se měla nazývat pozorností k „já“, pozorností k sobě samému, nebo přebývání v sobě samém. Vědomí „já“, takto vyhraněné, je pocit první osoby. Ale jak jsme již řekli, nutno tomu rozumět tak, že vědomí, smíšené s přívlastky „já jsem ten, já jsem ono“ je ego či individuální duše (*džíva*), zatímco nezkalené vědomí, volné od přívlastku a svítící samotné jako „Já jsem Já“ (nebo Já Jsem, Který Jsem je svrchované Já, *átman*, absolutno, *brahman* či Bůh). Nevrcholí toto vše v prohlášení, že vědomí první osoby „já“ může být jak ego tak svrchované Já? Ježto všichni lidé berou obecně pocit ega (já jsem tělo) tak, že je já, občas ego pojmenovává jako Já (*átman*) a v některých Písmech se i nyní nazývá individuální Já (*džívaátma*). Jenom z toho důvodu je i pozornost k egu ve formě „Co je to?“ nebo „Kdo je to?“ označována Písmem také za sebezkoumání. Cožpak není jasné, že svrchované Já, bytí-vědomí, nepotřebuje žádného zkoumání ani nemůže být podrobena zkoumání? Jen aby tento nedostatek napravil, dal tomu Bhagaván Šrí Ramana jméno „Kdo jsem já?“, namísto aby použil starých termínů o zkoumání. Ego, pocit „já“, berou lidé obecně tak, že je vědomím první osoby. Jedině svrchované Já je vědomím první osoby. Pociť ega, které je jen stínem svrchovaného Já, je pocit klamného uvědomění osobnosti. Když zkoumáme toto ego, co je, či kdo je, zmizí, protože ve skutečnosti neexistuje a zkoumající, nemaje co na práci, se usadí ve svrchovaném Já, jako svrchované Já.

Jelikož klamně vědomí první osoby, shora zmíněné, vzniká a vyvěrá ze svrchovaného Já, musí existovat místo a čas jeho vzniku. Proto otázka „Odkud jsem já?“ znamená jen „odkud (kde) vzniká ego?“. Místo vzniku se může týkat jen ega. Svrchované Já však nemá místo vznikání či zanikání a nemůže proto pro něj existovat čas či určité místo.

„Když zkoumáme, my, vždy poznání a existující, kteří jediné jsme; kde je pak čas a prostor! Jestliže jsme (mylně se domníváme či zaměňujeme se za) tělo, jsme zamotáni v čase a prostoru; ale jsme my tělo? Jelikož jsme to Jediné, nyní, potom, vždycky to Jediné v prostoru, zde, tam, kdekoli, my – bezčasé a bezprostorové svrchované Já – jediné jsme!“

Ulladu Narpadu, verš 16

(Poznámka: Čas a prostor existuje zjevně v nás (ve svrchovaném Já), ale my nejsme ani v něm, ani jím nejsme vázáni. Zkušeností džňánina je pouze Já Jsem a nikoli „já jsem všude a vždy“.)

Tak říká Šrí Bhagaván. Proto zkoumání „Odkud jsem já?“ je zkoumáním „Odkud pochází toto ego?“. Jenom při vystoupení ega, které je podmíněno časem a prostorem, je otázka „Odkud jsem já?“ použitelná. Šrí Bhagaván očekává, že pochopíme, že smysl otázky „odkud“ je ve významu „z čeho?“. Když se otázka bere v tomto smyslu a ne s očekáváním odpovědi na čas a místo, pak se zažívá vlastní bytí – my – Věc (*vastu*) jako odpověď. Očekáváme-li však jako odpověď na otázku „odkud“ nějaké místo podmíněné časem a prostorem, pak bude zažíváno uvnitř těla „dva prsty vpravo od středu hrudi“ jak říká *Ulladu Narpadu – Anubandam*, verš 18. Ovšem tato zkušenost není poslední ani absolutní. Šrí Bhagaván jasně prohlásil, že Srdce je opravdu vědomí svrchovaného Já, které je bez času, prostoru, tvaru a jména.

„Kdo si myslí, že svrchované Já (neboli Srdce) je uvnitř necitného těla, když ve skutečnosti tělo je uvnitř svrchovaného Já, je podoběn tomu, kdo se domnívá, že promítací plátno, které je podkladem obrazům v biografu, je v obrazech obsaženo.“

Ekatma Pančakam, verš 3

Nalezení místa v těle jako výchozího bodu ega, jako odpověď na otázku „odkud“, není cílem Šrí Bhagavánova učení, ani nepředstavuje ovoce, které se má získat sebedotazováním. Šrí Bhagaván prohlásil, že cílem jeho učení a ovocem, které se má získat hledáním místa vystoupení ega je toto:

„Když se hledá uvnitř 'kde je to místo, odkud já vyvstává?', pak 'já' (ego) zemře! To je sebezkoumání (*džňánavičára*)“.

Upadéša Undijar, verš 19

Proto výsledkem, jehož dosáhneme při hledání místa, kde ego vystupuje, je jeho zničení a nikoli zkušenost nějakého místa v těle. Odpovídá se tak pouze nezralým lidem, kteří nejsou schopni intelektuálně porozumět povaze svrchovaného Já, které svítí jako jediná, nedvojná Věc, neomezená (skutečně absolutně nespojená) časem, prostorem, neomezená ani formou „*brahman* je všude, *brahman* je po všechny časy, *brahman* je všechno“, a kteří se vždy ptají „Kde je sídlo svrchovaného Já v těle?“, protože Písmo říká, a někdy i Šrí Bhagaván řekl: „...Srdce je dva prsty vpravo od středu hrudi.“ *(Poznámka: Stojí za povšimnutí, že zmínka o umístění Srdce dva prsty vpravo od hrudi není obsažena v Ulladu Narpadu (hlavních 40 veršů o Skutečnosti), kde se podává původní a přímé učení Šrí Bhagavána. Objevuje se pouze v Ulladu Narpadu – Anubandam (dodatku ke 40 veršům), protože se zde jedná o jednu ze zředených pravd, které Písmo blahosklonně přináší nezralým aspirantům jako ústupek jejich slabosti. Navíc tyto dva verše (18 a 19) nejsou původním textem, složeným Šrí Bhagavánem, ale jen překladem z díla v jazyce malajalam, které se jmenuje Aštanga Hridajam, a které*

ani není textem duchovním, ale lékařským. Je nutno uvést, že tyto dva verše vůbec nedoporučují ani neuvádějí praxi soustředování pozornosti na tento bod v těle dva prsty vpravo od středu hrudi. Opravdu na žádném místě, ani v původních dílech Šrí Bhagavána a ani v jeho překladech jiných děl, ani v žádné rozmluvě, kterou stoupenci sepsali, Bhagaván nikdy nedoporučoval toto cvičení (meditaci na pravou stranu hrudi nebo na jinou část pomíjivého, necitného a cizího těla, protože to není nic jiného, než pozornost ke druhé osobě čili k něčemu jinému než k „já“). A když se ho na to ptali, Bhagaván toto opravdu odsuzoval (viz Hovory se Šrí Ramanou Mahárišim, č. 273).

Avšak toto sídlo Srdce není nejzazší absolutní Skutečností. Čtenář ať si všimne *Evangelia Mahárišiho*, kniha II., kapitola 4: Srdce je svrchované Já.

Všímání si sebe sama ve formě „Odkud jsem já?“ je tedy zkoumáním ega – „vynořeného já“. Někteří aspiranti, když zkoumají „Kdo jsem já?“, berou pocit „já“ za své bytí (existenci) a ne za vynoření se ega! Bere-li se to takto, pak se jedná o pozornost ke svrchovanému Já. Je nutno pouze jasně rozumět rozdílu mezi těmito dvěma formami dotazování. Rozdíl mezi vystáváním a naším bytím byl již dříve v této kapitole vysvětlen. Tak jako správný význam pojmu „meditovat o *brahman*“, užívaný až posud v Písmu, Šrí Bhagaván vysvětlil v posledních dvou řádcích prvního žehnajícího verše *Ulladu Narpadu* jakožto přebývat v Srdci (tj. přebývat jako svrchované Já je správným způsobem, jak o tom meditovat), tak je zde patřičně vysvětlen správný význam pojmu sebezkoumání, že to je stočení se do svrchovaného Já (či věnování pozornosti svrchovanému Já).

V každém z těchto dvou druhů zkoumání „Kdo jsem já?“ a „Odkud jsem já?“ je pozornost aspiranta zaměřena pouze na něho samotného, na nic jiného než na svrchované Já, což je pravý význam slova Já a to bude na konci zažito. Proto nejzazší výsledek tohoto zkoumání „Kdo jsem já?“ a „Odkud jsem já?“, je tentýž! Jak to? Ten, kdo sleduje „Odkud jsem já?“, sleduje „já“ formu, jíž je „já jsem takový a takový“, a když si takto počíná, přívlastek „takový a takový“, jelikož nemá skutečnou existenci, odumře, a zkoumající pak zůstává upevněn ve svrchovaném Já, v přežívajícím Já Jsem. A ten, kdo hledá „Kdo jsem já?“ se utopí bez úsilí ve svém přirozeném bytí (ve svrchovaném Já), které vždy svítí jakožto Jsem, který Jsem. Proto, ať se provádí „Odkud jsem já?“ či „Kdo jsem já?“, jedno je naprosto nezbytné: usilovat o pozornost ke svrchovanému Já až do úplného konce. A navíc není nutné, aby pravý aspirant pojmenovával předem svůj pocit „já“ nebo „svrchované Já“. Cožpak jsou v aspirantovi dvě osoby? Ego a svrchované Já? To je nutno zdůraznit, protože každý z nás má zkušenost „já jsem jenom jeden a ne dva“ a neměli bychom dávat prostor jakémukoli imaginárnímu dualistickému pocitu, že jedno „já“ hledá jiné „já“, tedy rozlišování ega a svrchovaného Já jakožto nižšího a vyššího „já“.

„...Cožpak jsou dvě já, jedno jako objekt poznávaný druhým? Pravou zkušeností všech je „já jsem Jeden!“
Šrí Bhagaván

Je tedy zcela dostačující, držíme-li se pocitu „já“, což je běžnou zkušeností každého, a to je náplní významu pozornosti ke svrchovanému Já. Pro ty, kteří přijímají za základní poznání vědomí „já jsem tělo“, když nejsou schopni pochybovat o existenci ega, je vhodné upínat pozornost ke svrchovanému Já (tj. provádět sebezkoumání) ve formě „Odkud jsem já?“. Ovšem pro ty, kteří, namísto aby zaujali postoj, že mají individualitu ve formě „já jsem ten a ten“ nebo „já jsem to“ a zaměřují svou pozornost asi takto: „Co je to za pocit, který září jako já jsem?“, pro ty je vhodné

upevnit svou pozornost na svrchované Já formou „Kdo jsem já?“ Důležité je: být si jist, že během *sádhany* je naše pozornost obrácena pouze směrem k „já“, první osobě singuláru!

Kapitola osmá

TECHNIKA SEBEZKOUMÁNÍ

Ve věku šestnácti let Šrí Bhagavána, kdy si ještě nebyl ani vědom skutečnosti, že existuje *sádhana* sebezkoumání, která poskytuje přímou zkušenost *brahman*, se jednoho dne stalo, bez jakéhokoliv předchozího upozornění, že začal tuto vzácnou *sádhanu* provádět! Toho dne, jako by měl zemřít, se ho najednou zmocnil velký strach ze smrti. Z tohoto důvodu v něm spontánně vznikl impuls, aby si důkladně smrt prohlédl. Rychle se blížící smrt ho nepostrašila, ani nepociťoval nutnost někoho zavolat. Byl rozhodnut ji klidně přijmout a sám rozřešit tento problém. Položil se na zem, natáhl své údy jak je tomu u mrtvolky a začal prakticky a pečlivě zkoumat smrt. Protože je pro čtenáře nesmírně důležité znát, techniku sebezkoumání tak, jak ji prováděl Šrí Bhagaván, *sadguru*, zabývejme se jeho vlastním líčením této zkušenosti:

„Tak dobře, smrt přišla! Co je to smrt? Co umírá? Je to tělo, které umírá; ať tedy zemře. Když jsem se takto rozhodl, sevřel jsem pevně rty a zůstal bez dechu a hlásku jako mrtvola. Když jsem se díval do sebe, vzešlo ve mně poznání: Toto tělo je mrtvé. Teď je odnesou na pohřebiště a bude spáleno, zůstane z něho popel. Dobře, ale budu zničením těla zničen i já? Jsem já skutečně toto tělo? Ačkoliv tělo leží bez dechu a hlesu podobné mrtvole, já bezpochyby existuji, smrtí nedotčen! Má existence svítí jasně a nezastřeně! Toto pomíjivé tělo tedy není já. Jsem opravdu nesmrtelné (svrchované) Já! Ze všech věcí Já jsem jedinou skutečností. Toto tělo je podrobena smrti, Já však překonávám tělo a věčně žiji! Ani smrt, která přišla k tělu, nebyla schopna se mne dotknout! To vše ve mně přímo vzešlo a společně s tím strach ze smrti, který se zprvu objevil a také zmizel, aby se už nikdy neobjevil! To vše bylo zažito ve zlomku vteřiny jako bezprostřední poznání, nikoli jako pouhá myšlenková úvaha. Od tohoto okamžiku vědomí (*čít*) o mé existenci (*sat*), která překračuje tělo, pokračovalo provždy a zůstalo stejné,“ tak vypravoval Šrí Bhagaván Ramana.

Ačkoliv nám to Šrí Bhagaván vysvětloval tak zeširoka, zdůrazňoval nejdůležitější zkušenost: „To vše se událo během vteřiny jako přímá zkušenost, bez jakékoli činnosti myslí.“

Vzhledem k obavě ze smrti bylo soustředění Šrí Bhagavána upevněno a hluboce ponořeno v pozornosti k sobě samému, aby našel „Co je mou existencí? Co je to, co zmírá?“ To dokazuje, že Šrí Bhagaván sám si počínal tak, jak jsme to již dříve vysvětlili, že pouze ostré upevnění naší pozornosti na svrchované Já sebezkoumáním (*átmavičára*). Potvrdil tuto ideu i ve svém díle „Kdo jsem já?“, kde říká: „Stálé držení myslí (pozornosti) upevněné na svrchované Já (v pocitu já), to jediné se nazývá sebezkoumání. ...zůstávat pevně v přebývání ve svrchovaném Já a neposkytovat při tom nejmenší prostor ke vzniku jiné myšlenky než o svrchovaném Já (to znamená, aniž byste věnovali nejmenší pozornost jakékoli druhé či třetí osobě krom svrchovaného Já), představuje podrobení se Bohu (a toto jediné se nazývá *parabhakti*, svrchované uctívání)“. (Poznámka: Zkoumání „Kdo jsem já?“ (cesta poznání čili džňána marga) a sebepodrobení (cesta lásky čili bhakti marga) jsou dvě velké královské cesty, které odhalil Šrí Bhagaván Ramana z vlastní zkušenosti a které sám vyučoval pro spásu lidstva. V této knize Cesta Šrí Ramany - první díl se probírá jediné cesta čistého neděleného poznání, zkoumání „Kdo jsem já?“. V druhém díle této knihy je podán plný výklad o povaze svrchovaného uctívání (*parabhakti*).

Když se Šrí Bhagavána zeptali, které jsou prostředky a techniky, jejichž pomocí lze trvale udržet „já-vědomí“, odhalil ve svých dílech techniku sebezkoumání, jak bylo dříve uvedeno, kterou použil ve svém raném věku a poskytl tyto další dva detaily: „svrchované Já (*átman*) je to, co je samozářící ve formě Jsem který Jsem. Člověk by si neměl představovat, že to je něco jako toto nebo ono (světlo či zvuk). Představy a myšlení jsou samy o sobě vázaností. Kdežto svrchované Já je vědomím, není ani světlem ani temnotou a nedoporučuje se představovat si je jako světlo jakéhokoli druhu. Taková myšlenka by byla vázaností. Vymizení ega (prvotní myšlenky) je jedině osvobozením. Všechna tato tři těla, sestávající z pěti obalů, jsou obsažena v pocitu „já jsem tělo“. Proto, když zkoumáním „Kdo je toto já?“ (tj. pozorností ke svrchovanému Já) odstraněno ztotožnění (připoutanost) s hrubohmotným tělem, pak ztotožnění s ostatními dvěma těly také automaticky přestane existovat. Protože pouze lnutím k hrubohmotnému tělu může existovat ztotožnění s jemnohmotným a příčinným tělem, není nutné toto ztotožnění odstraňovat zvlášť.

„Jak zkoumat? Může tělo, které je necitné jako špalek či něco podobného, zářit a působit jako Já? Nemůže. Tělo nemůže říci já ...“

Ulladu Narpadu, verš 23

Proto odhodit mrtvole podobné tělo jako opravdovou mrtvolu a zůstat, aniž bychom pronášeli slovo já –

„Odhodit tělo jako mrtvolu a nepronášet slovo já ústy, ale hledat myslí, ponořenou dovnitř: „Odkud vzniká toto já“, jedině to je cesta poznání...“

Ulladu Narpadu, verš 29

– při ostrém pozorování, čím je pocit „já“, který nyní září jako Já, je v srdci zažívána *sfurana* bez jediného zvuku jako Já jsem Já. (*Poznámka: Sfurana je zkušenost nového, jasného a čerstvého poznání vlastní existence.*)

„Když mysl dosáhne Srdce tím, že se ponoří do nitra zkoumáním „Kdo jsem já?“, pak ono já (ego) v hanbě odpadne a Jediné (Skutečnost) se spontánně objeví jako Já jsem Já (Já Jsem, který Jsem).“

Ulladu Narpadu, verš 30

„Hledáme-li uvnitř „Kde je místo, odkud vstává já?“, pak já (ego) zemře. To je sebezkoumání.“

Upadéša Undijar, verš 19

„Kde toto já zemře, tam spontánně vyzáří Jediné jako Já jsem Já. To jedině je Veškerenstvo (*puram*).“

Upadéša Undijar, verš 20

Jestliže pouze jsme, aniž bychom *sfurana* pustili ze zřetele, pak ona úplně vyhladí pocit individuality, ega, pocit „já jsem tělo“ a nakonec dojde konce a jako plamen kafru vyhoří. Toto jedině prohlašují za osvobození jak mudrci, tak Písmo.“

„Ačkoliv na začátku myšlenky vyvstávají jako vlny moře v nezměrných množstvích – vzhledem k tendencím nasměřovaným k objektům smyslů (*višája vásany*), jak se to po věky opakovalo – nakonec všechny zaniknou, jakmile zmíněná pozornost ke svrchovanému Já nabude síly. Jestliže hříšník – jakkoli velký - neběduje 'Ach, jaký jsem to hříšník! Jak bych mohl dosáhnout osvobození?' ale vzdá se úplně myšlenky, že je hříšníkem a bude pevný v pozornosti ke svrchovanému Já, pak bude určitě zachráněn. Proto každý, kdo se hluboce a s beztužebností ponoří do sebe, pak může dosáhnout perly svrchovaného Já.“

Bhagaván Šrí Ramana

„Dokud jsou tendence ke smyslovým objektům v mysli (protože chtějí stále vytvářet jemné či hrubohmotné jevy), potud je zkoumání 'Kdo jsem já?' nezbytné. Dokud myšlenky samy od sebe vznikají, je nutné je všechny zničit pomocí zkoumání tam, kde je místo jejich vzniku. Když cizí myšlenky ruší pozornost na svrchované Já, je nutné – aniž bychom je nechali doplňovat – zkoumat 'Komu vznikají?'. Odpovědí bude 'mně', a pak ať okamžitě následuje 'Kdo je toto já, které myslí?', pak se mysl (naše síla pozornosti, zaměstnaná dosud myšlením na druhé a třetí osoby) vrátí zpět ke svému zdroji (ke svrchovanému Já) tím, jelikož není nikoho, kdo by si jich všímal. Cizí myšlenky, které se vyskytly, také zmizí. Takovým opakovaným počínáním zesílí síla mysli přebývat ve svém zdroji. Když mysl takto přebývá v Srdci, a když tím první myšlenka 'já' ('já jsem tělo', vyvstávající 'já'), která byla kořenem všech ostatních myšlenek, sama zmizí, pak začne vždy existující svrchované Já jediné zářit.“

Bhagaván Šrí Ramana

„Místo (nebo stav), kde není ani nejmenší stopa po myšlence 'já' ('já jsem toto tělo, *brahman'* atd.), to je svrchované Já. To jediné se nazývá Tichostí (*maunam*).“

Bhagaván Šrí Ramana

„Poté, co jsme došli k poznání, že závěrečným rozhodnutím všech Písem (*šastras*) je, že zničení mysli jako jediné představuje osvobození, tak číst písmo bez omezení nepřináší ovoce. K tomu, abychom zničili mysl, je nezbytné zkoumání 'Kdo jsme'. Pak jakou cenu má bádání a vědět, co všechno je v Písmu namísto, takto zkoumat v sobě? Aby Ráma věděl, že je Rámou, potřebuje na to zrcadlo? (tj.: kdo chce poznat pozorností, upřenou na svrchované Já, že je Já Jsem, k čemu jsou pro něho Písmo? Svrcované Já je uvnitř pěti obalů, zatímco písmo je vně. Proto jak může být 'naše svrchované Já nalezeno v Písmu, když mu máme v sobě věnovat pozornost, aby se odstranilo pět obalů? Jelikož je zkoumání Písmo bezúčelné, aspirant by se ho měl vzdát a provádět sebezkoumání.“

Bhagaván Šrí Ramana

Poznámka: (Viz první kapitola Vičára Sangraham a celé „Kdo jsem já?“, odkud pochází šest uvedených odstavců)

Ujasněme si na příkladu tuto techniku (*sádhanu*) upevnění pozornosti výlučně na svrchované Já, jak ji výše popsal Šrí Bhagaván. Od samého začátku však nutno přiznat, že svrchované Já je povahou jedinečné a nad veškerým srovnáním, takže není možno je vysvětlit žádným příkladem plně a přesně. Ačkoliv úroveň většiny příkladů, které byly poskytovány podle intelektuálního rozvoje lidí a podle rozdílných okolností, ve kterých žili, je do značné míry přiměřená, přece jen tyto necitné příklady nemohou nikdy plně vysvětlit citné svrchované Já. Šrí Bhagaván často uváděl příklad filmové promítačky a dále příklad paprsku slunce, odraženého v zrcadle.

Ty příklady mohou odstranit pochyby mnoha čtenářů a vyjasnit jejich pochopení. Neměli bychom, však upadat v omyl tím, že bychom příklad rozváděli příliš daleko, jako se to stalo slepci, který došel, k závěru „mé dítě spolkl jeřába“, když mu řekli „mléko je bílé“. *(Poznámka: Povídka o slepci je tato: Člověk od narození slepý se dozvěděl, že se mu narodil chlapec. Mezitím, co se radoval z této noviny, donesla se mu druhého dne zdrcující zpráva, že dítě zemřelo.*

V zármutku se tázal: „Jak chlapeček zemřel?“

„Když pil mléko.“

„Jak vypadá mléko?“

„Mléko je bílé.“

„Co je to bílé?“

„Bílé jako jeřáb.“

„Jak vypadá jeřáb?“

Ten, kdo přinesl zprávu, ztratil trpělivost a uchopil slepce tak, aby pocítil jeho ruku. Tu ohnul jako jeřábí trup a řekl: „Jeřáb je jako tohle.“ V tom slepec vykřikl a bědoval: „Ach, vždyť to není nic divného, když mé dítě mělo sníst tak velikou věc!“

Střep zrcadla leží volně na zemi v plném slunci. Sluneční světlo, které na tento střípek zrcadla dopadá, se odráží a odražené světlo dopadá na vnitřní zeď temného pokoje v blízkém stavení. Paprsek vycházející ze zrcadla a dopadající na vnitřní zeď temné místnosti, je odraženým paprskem slunce. S pomocí tohoto odraženého paprsku je možno v temné místnosti vidět předměty. Odražená světlá skvrna na zdi má stejný tvar jako střep zrcadla (trojúhelníkový, čtvercový, kulatý). Avšak přímé sluneční světlo (původní světlo, zdroj odraženého paprsku) svítí ve volném prostoru neděleně, jedinečně, proniká všude a je neomezené jakoukoli specifickou formou či tvarem. Svrchované Já, naše bytí-vědomí je podobno přímému světlu v prostoru. Pocit ega či pojetí myslí, uvědomění „já jsem tělo“, je podobno odraženému paprsku, táhnoucím se od zrcátka k vnitřní zdi místnosti. Protože vědomí svrchované Já je neomezené jako nesmírné, všepromikající sluneční světlo, nemůže mít tvarových přívlastků.

Jako odražený paprsek bere na sebe omezení a rozměry střípku zrcadla, ego pocit zažívá rozměr a formu těla jako „já“ a má tak přívlastky. Jako objekty v temné místnosti poznáváme pomocí odraženého světla, poznáváme tělo a svět pouze pomocí poznání myslí.

„Ačkoli svět a mysl spolu vznikají i zanikají, přece je to jediné myslí, že svět existuje...“

Ulladu Narpadu, verš 7

Předpokládejme, že v temné místnosti je člověk, který chce přestat vidět předměty v místnosti, které může vidět s pomocí odraženého světla, a místo toho zatouží vidět zdroj „odkud toto světlo přichází“. Za tím účelem musí očima zachytit světelnou skvrnu v místě, kde odražený paprsek dopadá na zeď a dívat se zpět ve směru paprsku. Co uvidí? Slunce! Ale to, co uvidí, není

skutečné slunce, je to pouze jeho odraz! Navíc se mu bude zdát, jakoby slunce leželo na určitém místě na zemi mimo místnost. Ono místo, kde slunce leží, možno přesně určit, že leží tolik metrů vpravo či vlevo od místnosti (tak jako se říká, že „srdce leží dva prsty od středu hrudi“). Ale leží slunce opravdu na zemi jako skvrna? Nikoli, to je pouze místo, kde vznikají odrazy slunečních paprsků. Co má tedy člověk dělat, když chce vidět skutečné slunce? Musí držet své oči zaměřené v přímé linii tam, odkud přicházejí odražené paprsky a aniž by uhnul, sledovat je směrem k odraženému slunci, které takto vidí.

Ten, kdo se rozhodl v tmavé místnosti vystopovat zdroj odražených paprsků, které do místnosti vnikají, se musí vzdát tužeb v podobě užívání či zkoumání předmětů pomocí odraženého světla. I my, chceme-li poznat skutečné Světlo (svrchované Já), se musíme vzdát všeho úsilí (tužeb) po užití či poznání různých světů, které svítí jedině a pomoci světla myslí a fungující pomocí pěti smyslů. Nemůžeme poznat svrchované Já, budeme-li pomateni poznáváním a touhou po vnějších předmětech (jako světský člověk) nebo budeme-li se zabývat jejich zkoumáním (jako naši moderní vědci.) Toto vzdávání se pozornosti k vnějším smyslovým předmětům je beztužebnost (*vajrágja*), neboli vnitřní zapírání. Dychtivost spatřit, kde vystupuje odražený paprsek do místnosti, odpovídá dychtivosti vypátrat, kde vzniká ego-já, světlo myslí. Dychtivost je láskou ke svrchovanému Já. Udržování pohledu nepohnutě v přímé linii paprsku odpovídá jednobodové pozornosti, upevněné bez odchýlení na „já-vědomí“. Člověk v místnosti, který sleduje paprsek přímo ke středu zrcadla, ležícího venku, se podobá tomu, kdo se noří směrem k Srdci.

„Jako ten, kdo se noří, aby našel to, co spadlo do vody, právě tak by se měl (*sádhak*) ponořit do sebe s ostrou (introvertní) myslí a zvládnout dech i řeč, aby poznal místo, kde vzniká ego. Toto poznej!“

Ulladu Narpadu, verš 28

Někteří lidé berou jen slova „by se měl ponořit dovnitř s kontrolovaným dechem a řečí“ a prohlašují, že se má cvičit *pránájáma*. Ačkoli je pravda, že se dech zastaví během zkoumání, není třeba, aby se nepřímě zastavoval *pránájámou*. Když se mysl obrátí dovnitř s nesmírnou touhou najít zdroj, který jí poskytuje světlo, pak se dech zastaví automaticky! (*Poznámka: „Cvičením upevňování myslí (pozornosti) v Srdci (na svrchované Já), což je čiré vědomí, je automaticky dosaženo zničení tendencí (vásan) i kontroly dechu.“ Ulladu Narpadu – Anubandham, verš 24*) Jestliže je zkoumající ve výdechu, pak se jeho mysl vzdává poznávání vnějších předmětů, tlumočených smysly, a když si při tom všimá zdroje světla, svrchovaného Já, pak dech zůstává automaticky venku, aniž by byl vtažen. A podobně, jestli je v nádechu, zůstane pak automaticky uvnitř, aniž by byl vydán. Tyto stavy se nazývají vnitřní a vnější zadržetí. Dokud zase nevystoupí myšlenka na základě nedostatku ostražitosti v pozorování svrchovaného Já, bude tato zádrž u zkoumajícího pokračovat zcela bez námahy. Při trošce rozpomenutí bude každému jasné, že i v našem každodenním životě, když se dozvídáme nějakou překvapující zprávu nebo když se snažíme vzpomenout si na nějakou zapomenutou věc a plně se soustředíme, zastaví se nám dech automaticky při zaostření myslí, (intenzita soustředění). Podobně se dech automaticky zastaví, jakmile mysl intenzivně zatouží spatřit původní formu světla a s opravdovou jednobodovostí se začne ostře obracet dovnitř a zůstávat tam. V tomto stavu zádrže bez ohledu na to, jak dlouho trvá, zkoumající nepocituje dušení, tj. pobídku k nádechu či výdechu. Když však provádíte *pránájámu* a časová období zádrže dechu se prodlouží, pak pocítujete dušení.

Jestliže je pozornost zkoumajícího tak intenzivně upevněna na svrchované Já, že ani neví, zda dýchá či nikoli, pak je jeho stav zádrže bezděčný a bez námahy. Někdo ovšem chce vědět, zda dýchá

či ne. To je ovšem špatné, protože pozornost se zaměří na dech a ztratí se pozornost ke svrchovanému Já. Vystoupí různé myšlenky a běh *sádhany* se přeručí. Proto Šrí Bhagaván radil „zvládněte dech a řeč ostrou introvertní myslí“. Snáze pochopíme tento verš tak, že přidáme „s ostrou myslí“ na všech třech místech: „Zvládněte dech s ostrou myslí, ponořte se s ostrou myslí a poznejte místo výstupu s ostrou myslí.“

Když člověk nasměruje svůj pohled ve směru paprsků, nezredukuje jejich délku? Tak, jako se délka paprsků zkracuje, jak člověk podél nich pokračuje, tak se také zmenšuje sklon mysli k rozšiřování a slábne, jak *sádhak* s opravdovostí pokračuje ve hledání zdroje.

„Když se pozornost noří hlouběji a hlouběji podél (odraženého) paprsku Já, jeho délka se stále více a více zmenšuje, a když paprsek zemře, pak to, co svítí jako Já, je *džňána*“.

Átmavičára Patikam, verš 9

Když se nakonec člověk dostatečně přiblíží ke střípku zrcadla, může se říci, že dosáhl zdroje odraženého paprsku. To se podobá počínání aspiranta, když se noří v sobě a dosahuje zdroje (Srdce), odkud vzešel. Nedosahuje nyní stavu, kdy délka odraženého paprsku je zredukována v nic, stavu, kdy není žádný odraz možný, protože je přímo u zrcátka? Právě tak i aspirant, když usilovným, hlubším a hlubším ponořením a pozorností zaměřenou na svrchované Já je už tak blízko zdroje, že vystoupení ega není možné, tak zůstává vstřebán ve velkém rozpuštění pocitu „já jsem tělo“, který byl dosud cílem jeho pozornosti. Toto rozpuštění je to, o čem Šrí Bhagaván hovoří v 19. verši *Upadéša Undijar*, když říká, že „já zemře“.

Při hledání zdroje odraženého slunečního paprsku opustil hledající tmavou místnost a stojí teď ve volném prostoru ve stavu prázdna, které vzniklo neexistencí odraženého paprsku. To je stav aspiranta, když je v prostoru Srdce (*hridjakáša*) ve stavu velkého prázdna (*mahásúnja*), vzniklého pouhou pozorností ke svrchovanému Já a ne-existencí ega „já“. Hledající člověk, když vyšel z místnosti do volného prostoru, je oslněn a naříká: „Ach, slunce, které mě vedlo až sem (odražené slunce), je nyní pryč.“ V tom okamžiku přistupuje k němu přítel, který stál opodál venku a utěšuje ho: „Kde jsi byl po celou dobu? Nebyl jsi v temné místnosti? A kde jsi teď? Nejsi ve volném prostoru? Když jsi byl v místnosti, vedl tě jen jeden tenký paprsek světla. Ale zde (v nesmírném volném prostoru) je nespočet světelných paprsků v nekonečném množství. To, co jsi pokládal za vzácnost, nebylo přímé sluneční světlo, ale odrazený paprsek. Ale to, co nyní zažíváš, je přímé (*sakšat*) světlo slunce. A protože místo, kde se nyní nacházíš, není ničím jiným než neomezeným prostorem světla, může tu snad někde existovat temnota, když zmizel odrazený paprsek? Může být jeho zmizení ztrátou? Věť, že jeho zmizení je samo o sobě pravým světlem – není temnoty.“

Podobně při prožitku velkého prázdna, vzniklého zničením ega, je aspirant vyveden z konceptu, když prohlašuje „Ach, dokonce i „vědomí-já“ (ego), kterého jsem si během *sádhany* do nynějška všímal jako světla majáku, i to je pryč! Což doopravdy neexistuje nic takového jako svrchované Já (*átman*)?“ V tom okamžiku *sadguru*, který stále svítí v jeho Srdci, mu sdělí: „Může zničení ega, které je jen nepatrnou částičkou odraženého vědomí, být opravdu ztrátou? Cožpak si nejsi jasně vědom své předchozí existence, ale také současně velkého prázdna, vzniklého jejím zmizením? Proto věť, že ty sám, který znáš i prázdno jako „to je prázdno“, ty sám jsi jedině pravým poznáním; ty nejsi prázdno a poznej v jediném okamžiku jako přímou zkušenost zažití svitu vlastní existence-vědomí dotykem (zábleskem jako *sfurana*) Srdce v Srdci!“ (*Poznámka: Věť, že To (svrchované Já) je pravým poznáním. Není prázdno.*“ *Ulladu Narpadu, verš 1.*) Aspirant, který začal

hledat „Odkud jsem já?“ nebo „Kdo jsem já?“ získává takto nedvojné poznání svrchovaného Já, pravé poznání „Jsem který Jsem“, které je oproštěno od omezení určením místa a času.

Lnutí k vědomí „já“ a tím získávání větší intenzity koncentrace je to, co se označuje jako hluboké ponoření dovnitř. Ale namísto takového ponoření se mnozí domnívají, že se zabývají sebezkoumáním, když prosedí celé hodiny s mentálním či hlasitým opakováním: „Kdo jsem já?“ či „Odkud jsem já?“. Jiní zase, když sedí při sebezkoumání a myšlenky jim vystupují, do nekonečna opakují mentálně následující otázku, které Šrí Bhagaván vyučoval: „Komu vystupují tyto otázky? Mně. Kdo jsem já?“, nebo někdy i čekají na další výskyt myšlenky, aby na ni mohli vrhnout tyto otázky! I to je bláznovské. Sedíme snad proto, abychom konali vyšetřovací přelíčení a předvolávali jednu myšlenku za druhou? *Sádhana* znamená ponoření se. Proto bychom neměli číhat „Která myšlenka přijde teď?“. Pouhé kladení otázek takovým způsobem není pozorností ke svrchovanému Já. O těch, kteří takto plují pouze na povrchu myšlenkových vln a přidržují svou mysl u těchto otázek namísto, aby se ponořili a všímali si s ostrou myslí bytí-vědomí, a tak zvládali mysl, dech a všechny činnosti těla a smyslů, o těch Šrí Bhagaván říká:

„Toho, kdo se ptá 'Kdo jsem já?' a 'Odkud jsem já?' , ačkoliv sám stále existuje jako svrchované Já, porovnej s opilcem, který blábolí 'Kdo jsem?'“
a 'Kde jsem?'

Ekatma Pančakam, verš 2

A dále se Šrí Bhagaván ptá:

„Jak dosáhnout stavu, kdy já nevzniká – stavu bez ega (velkého prázdna) – dokud (namísto povrchního pachtění) nehledáme místo, kde 'já' vystupuje? A dokud toho nedosáhneme (stavu bez ega), jak můžeme přebývat ve stavu svrchovaného Já, kde 'My jsme To' (*sóham*)?“

Ulladu Narpadu, verš 27

Všechno, co máme dělat, je být tichý se vzpomínáním na pocit „já“. Pouze z nedostatku bdělosti během pozorování svrchovaného Já nastane výstup myšlenek. Jejich výstup je toho znamením. Jinými slovy: když vystoupí myšlenky, znamená to, že naše pozornost ke svrchovanému Já byla ztracena. Návod, jak znovu získat pozornost ke svrchovanému Já a jak odpoutat pozornost od myšlenek poskytl Šrí Bhagaván doporučením otázky Komu se ty myšlenky projevují?“. Jelikož odpověď „mně“ je množným číslem od „já“, snadno nám připomene formu jednotného čísla, pocit „já“. Když se však tážeme „Kdo myslí tyto myšlenky?“ a pocit „já“ přijde jako odpověď, pak pozornost ke svrchovanému Já, který byla nepozorností ztracena, bude tak přímo získána. Toto znovuzískání pozornosti ke svrchovanému Já je opravdové bytí jako svrchované Já (tzn. zůstávat, přebývat jako ke svrchované Já)! Takové „bytí“ je jedině správnou *sádhanou*. *Sádhana* není konání, ale bytí! (Poznámka: „*Náš Pán Ramana nám stále radí, abychom se uchýlili k největší a nejmocnější sebekázni, které se zabývá pouze stavem „být tichý“, a neprovádějí nic (dhjánu, jógu apod.), co je nutné provádět myslí.*“ Guru Váčka Kovai, verš 773)

Někteří si stěžují, že vystoupení ega ze spánku je tak kradmé, že se vymyká jejich pozornosti – jak se pak může zjistit, kdy vystupuje? Zdá se, že je to nemožné. To je pravda, protože úsilí mysli o pozornost ve spánku není žádné, protože mysl tam vůbec není! Běžní lidé nejsou obeznámeni s poznáním svého „bytí“, ale pouze s poznáním svého „konání“ (tj. s poznáním svých snah). Pro ně je

nemožné poznat vystoupení ega ze spánku. Jelikož úsilí, které považují za nezbytné, ve spánku chybí, není divu, že nejsou schopni začít s dotazováním už za spánku! Ale protože celý stav bdění je jakousi sportovní hrou ega, a protože úsilí mysli je věcí zkušenosti každého, tak alespoň ve stavu bdění může každý stočit a věnovat pozornost „pseudo-já“, zjevujícímu se ve formě „já jsem ten a ten“.

„Stoč se dovnitř, denně usiluj s introvertním pohledem a To (Skutečnost) bude poznáno – to jsi mi řekla, ó má Arunáčalo!“
Šrí Arunáčala Akšaramanamalai, verš 44

Zkoumání začíná pouze během volných hodin při bdění, když sedíme, abychom cvičili. Právě tak jako určitá věc se nám vybaví, když nás napadne její jméno, tak pocit první osoby vstoupí do paměti, jakmile se zájmeno „já“ objeví v mysli. Ačkoliv pocit první osoby se týká pouze ega, tj. pseudo „já-vědomí“, přece to nehraje roli. Když jsme naši pozornost odtáhli od objektů druhých a třetích osob (ty, on) a upevnili ji u první osoby – pak jediné toto je *sádhana*. Jakmile se pozornost obrátí dovnitř směrem k pocitu první osoby, pak nejen zmizí jiné myšlenky, ale sama se začne omezovat i prvotní myšlenka vystoupení a rozproštění pseudo „já-vědomí“!

„Když mysl – ego – která se toulá venku, znajíc pouze vnější objekty (druhé a třetí osoby) si začne všímat vlastní přirozenosti, všechny ostatní objekty zmizí, a tím, že zažívá svou pravou přirozenost (svrchované Já), klamné 'já' zemře.“
Guru Váčaka Kovai, verš 193

„Když se nepokojná mysl stočí k první osobě, první osoba (ego) přestane existovat a To, co ve skutečnosti existuje, pak počne zářit.“
Átmavičára Patikam, verš 6

„Tím, že věnujete pozornost první osobě, je to jako byste sebevraždu.“
Átmavičára Patikam, verš 7

Toto je velké odhalení, které učinil Bhagaván Šrí Ramana a které poskytl jako nezměrně cenný dar světu duchovních aspirantů, aby se védánta stala snadnou praktickou zkušeností.

Podobně jako gumový míč získává větší a větší rázy padá-li po schodech dolů, tak také, čím více naroste koncentrace ve lnutí k vědomí první osoby, tím více se urychlí stažení první myšlenky (ega), až se nakonec ponoří do svého zdroje. (*Poznámka: Podobenství o gumovém míči: Předpokládejme, že gumový míč skáče dolů od vrcholu schodiště po schodech jednu stopu vysokých. Když dopadne na druhý schod, vyskočí do výšky půl stopy. Když dopadne na třetí schod, bude padat z výšky jeden a půl schodu a vyskočí do výše tří čtvrtin stopy. Bude tedy výška, ze které dopadne na další schod, jedna a tři čtvrtě stopy. Nezískává tím větší a větší rázy? Právě tak scvrkávání prvotní myšlenky „já“ se stane víc a více intenzivnější, až se nakonec ponoří do svého zdroje.*) To, co se nyní noří, je pouze přídavek, pocit „ten a ten“, který v okamžiku probuzení přichází a smíchává se s čistým bytím-vědomím, které svítilo ve spánku jako Já Jsem, a utvoří formu ega „já jsem takový a takový“, „já jsem to“ apod. To znamená, že to co přicházelo a mísilo se, to se nyní vykrádá. Vše, co může aspirant na začátku svých cvičení zažít, je pouze ono vytrácení se ega. Jelikož aspirant sleduje ego ve stavu bdění, kdy je plně rozvinuté, je pro něho možné ze začátku poznat jen jeho odstranění. Ale

poznat, jak vystupuje (jak vystoupí a drží se „já jsem“) ze spánku, bude pro něho na tomto stupni obtížnější.

Pozornost ke svrchovanému Já začíná při probuzení vědomí „já jsem ten a ten“. Ale protože je to pouze přídavek, pocit „ten a ten“ se vytratí (protože je pouhou ne-existencí, neskutečnou věcí a neskutečné odumírá a jediné Skutečnost přežívá), aspirant ani nyní (když „ten a ten“ se vytratilo) nepocituje žádnou ztrátu uvědomění „já jsem“, které zažíval v bdělém stavu. Teď dosahuje stavu, který se podobá spánku, zažívanému každý den a který je prost všeho (protože „ego“ je opravdu všechno – srovnej *Ulladu Narpadu*, verš 26. Celý vesmír není ničím jiným než myšlenkami, je jen rozšířením ega. Zažívá však velký rozdíl při usínání, když spánek k němu přichází bez jeho vědomí a zmocní se ho každého dne vzhledem k naprostému vyčerpání mysli i těla, ve srovnání se spánkem, který je nyní vědomě navozen a je jím zažíván za plného vědomí bdělého stavu. Jak je to možné? „Protože tu je vědomí, není to spánkem a protože myšlenky nejsou přítomny, není to stavem bdění. Protože to je bytí-vědomí (*sat-čít*), nepřerušovaná přirozenost Šivy. Aniž bys ji opustil, přebývej v ní s velkou láskou“ – *Sádhanaí Sáram* (Poznámka: *Sádhanaí Sáram je rukou psané tamilské dílo od autora této knihy. Obsahuje odpovědi autora ve verších na otázky tazatelů k vyjasnění jejich pochyb. Bude-li to vůle Šrí Bhagavána, dojde brzy k jejímu vydání.*)

Kdykoliv se aspirant stane během *sádhany* extrovertní a vystoupí z tohoto stavu, navozeném jeho vůlí a který se podobá spánku, pocituje naprosto jistě „nespal jsem, ale byl jsem si sám sebe plně vědom“. Ale ačkoli jeho skutečný aspekt (bytí-vědomí) zná vždycky bez nejmenší pochyby svou vlastní existenci ve spánku, jakožto Já Jsem, kdykoli mysl povstane z každodenního spánku a stane se extrovertní – jelikož mysl ani jednou nezažila zkušenost nepřerušového poznání Já Jsem v bdělém stavu – může pouze říci „spal jsem, v té době jsem o sobě nevěděl“. Pravda je tato: jelikož stav existence svrchovaného Já, který je prost přídavku „to a to“ je vytýčen a uchopen ve vůli způsobeném spánku, který pokračuje s plným vědomím od stavu bdění, pak poznání, že čisté bytí-vědomí (*sat-čít*) se samo zná jako Já Jsem je v tomto stavu spánku jasné. Proto teď aspirant říká: „Existoval jsem neustále, nespal jsem.“ Ale před svou *sádhanou*, když byl ve stavu bdění, stále ztotožňoval já s myslí, což není nic jiného než forma přídavku „ten a ten“. Po probuzení z běžného každodenního spánku, kdy mysl neexistovala, tato mysl (člověk) řekne: „Ve spánku jsem neexistoval!“ To je vše!!

Ti, kdo mají opakované praktické zkušenosti s odstraněním ega, protože získali zkušenost čiré existence-vědomí jakožto Já Jsem, okamžitě po odstranění ega poznávají, právě tak jako v okamžiku probuzení ze spánku, jak přídavek „ten a ten“ přichází a přimíchává se. Ti, kteří nemají podobnou silnou zkušenost, nemohou ze spánku poznat, kde ego vzniká. Je jim dostupná jediná věc, a to je nalézt, kde se ego ukládá (což je také jeho místo vzniku) úsilím, které začalo již v bdělém stavu. V každém případě závěr a dosažení budou stejné. Je-li pozornost uvnitř stále hlouběji zaostřena na pocit „já jsem“, a když se ego při tom stále více scvrkává v nicotu, pak naše síla pozornosti se stane ostřejší a jasnější. Síla přebývání, které se nyní dosáhne, bude vyrovnaná mezi dvěma stavy, to znamená mezi stavy po skončení spánku a před probuzením. Jinými slovy, než se nás zmocní první myšlenka. Touto silou aspirant získá schopnost nalézt přídavek „ten a ten“, který přichází a přimíchává se, a který je poznán, že je pouhou druhou osobou (tzn., ačkoliv se dosud jevil, jako by byl první osobou, nyní se jasně ukáže, že je pouhým stínem, věcí odlišnou od svrchovaného Já, prvotním obalem). To je to, co mýnil Džanaka, královský mudrc, když zvolal: „Nalezl jsem tě, zloději (čas jeho příchodu, tedy čas a místo výstupu ega), který jsi mě po celou dobu ničil. Teď tě však příkladně potrestám.“ Ježto ego, které do nynějška jednalo, jako by bylo první osobou, bylo zjištěno jako druhá, nám cizí osoba, je správným potrestáním zničit je právě v onom místě vzniku (tak jako odražený paprsek je zničen v místě svého vzniku). To provedeme tím, že se vytrvale budeme držet

první osoby (skutečného významu slova „já“), bytí-vědomí, metodou, kterou lze opět získat pozornost ke svrchovanému Já, jak ji učil Bhagaván Šrí Ramana (Komu? Mně. Kdo jsem já?).

„Když stále častěji a častěji provádíte přebývání v tomto bytí-vědomí (tj. setrvávání ve stavu mezi spánkem a bděním), běžný spánek, který se vás předtím zmocňoval, odpadne a bdění, které bylo plné smyslového poznání (*višajas*), se již nevloudí. Proto opakovaně a neúnavně v něm přebývejte.“

Sádhanai Sárám

Při větší a vytrvalejší praxi v přebývání v bytí-vědomí zažijeme, že tento stav často přichází a zmocní se nás ze své vlastní příčiny, kdykoli jsme volni od každodenní práce. Ovšem, protože ve skutečnosti stav bytí-vědomí není ničím jiným, než „námi“, je mylné domnívat se, že takový stav přichází a zmocňuje se nás! Zatímco jsme v práci, všímáme si jiných věcí. Když jsme práci ukončili a než si všimneme nějaké druhé a třetí osoby, přirozeně přebýváme v našem pravém stavu, v bytí-vědomí. Ač se to děje každému každý den, pouze ten, kdo má zkušenost stavu sebeuvědomování, díky zmíněné praxi v přebývání ve svrchovaném Já, ten jej jasně rozezná, když opustí jednu myšlenku druhé osoby a než uchopí jinou (tj. mezi dvěma myšlenkami).

Proč se (v předchozích dvou verších *Sádhanai Sárám*) říkalo, že máme opakovaně vyvíjet úsilí k přebývání v tomto stavu (v našem bytí-vědomí) a že v něm máme přebývat se stále větší láskou? Protože dokud nejsou úplně vyčerpány všechny tendence (*vásany*), které nás žnou ven, do té doby se bude zdát, že tento stav přichází a odchází. (*Poznámka: Tak jako pohyb mraků vytváří iluzi, že se měsíc pohybuje v opačném směru, tak způsobuje i příchod a odchod vásan iluzi, že náš přirozený stav bytí-vědomí často přichází a zmocňuje se nás z vlastní vůle a pak zase že odchází a opouští nás.*) Proto je potřeba pokračovat v úsilí a v lásce k přebývání v svrchovaném Já

„Když – díky této praxi – náš stav bytí-vědomí zažíváme stále, přirozeně a bez přerušení, pak se nic nestane, ani když přijdou bdění, snění a spánek. Pro ty, kdož jsou dobře upevnění v nekončícím sebeuvědomování, které proniká vše a překračuje všechny tři tzv. stavy (bdění, snění a spánek), existuje pouze jeden stav, Celistvost, a toto jediné je skutečné! Tento stav, který je volný i od pocitu „vyvíjím úsilí“, je váš přirozený stav bytí! Tím buďte!

Sádhanai Sárám

Právě tak jako muž, který vyšel z temné místnosti do volného prostoru tak, že se vytrvale držel a krácel podél odraženého paprsku, tak i zkoumající dosahuje otevřeného prostoru Srdce a vystupuje z vězení – z připoutanosti k tělu skrze nervy (*nadis*) – tím, že se horlivě drží pocitu „já jsem“. Podívejme se, jak tento proces probíhá v těle pokročilého hledajícího.

V okamžiku probuzení ze spánku vystřelí jako blesk vědomí „já“ ze Srdce do mozku. Z mozku se pak rozprostře po celém těle podél nervů. Toto „já-vědomí“ je podobno elektrické energii. Jeho silový popud je síla připoutanosti, s níž ztotožňuje Já s tělem. Toto vědomí, které se rozestře s takovým nesmírným silovým popudem a rychlostí jako „já“, zůstává čisté, protože k němu není připoután žádný přídavek a dosahuje ze Srdce do mozku. Protože je však síla jeho připoutanosti tak nesmírná, čas, potřebný od vystřelení ze Srdce až do mozku, je nesmírně krátký a obnáší tak říkajíc miliontinu sekundy. Běžní lidé nejsou vůbec schopni ho poznat v jeho čistém, ode všeho oproštěném stavu. Tento čistý stav vycházejícího „já-vědomí“ je tím, na co ukazoval Šrí Bhagaván, když

v *Mahářišihó Evangeliu* řekl: „V prostoru mezi dvěma stavy nebo dvěma myšlenkami je zažíváno čisté ego (čistý stav neboli pravá přirozenost ega)“, je to v kap. 5 „Svrchovaném Já a ego“.

Pro „já-vědomí“, které se z mozku rozprostírá s nesmírnou rychlostí, jsou dopravními drahami nervy (*nádís*), podobně jako pro elektrickou energii dráty (kolik je *nádís* není důležité). Smíchání čistého „já-vědomí“, „já jsem“, když dorazilo k mozku, s přídavkem „já jsem to, já jsem ten a ten, já jsem tělo“, je tím, co se nazývá vázaností nebo také uzlem (*granthi*). Tento uzel má dvě formy: uzel vázanosti k nervům a uzel připoutanosti. Spojení síly „já-vědomí“ s hrubohmotným nervovým systémem se nazývá „uzel vazby k nervům“, zatímco spojení s kauzálním tělem, jehož formu tvoří latentní tendence, se nazývá uzlem připoutanosti. Uzel vazby k nervům se týká dechu (*prány*) a uzel připoutanosti se týká mysli.

„Mysl a dech (*prána*), jejichž funkcemi jsou myšlenky a činnost, jsou jako rozvětvlující se části trupu stromu, avšak mají jediný kořen (aktivizující sílu).“
Upadéša Undijar, verš 12

Vzhledem k tomu, že zdroj mysli a *prány* je tžž (Srdce) pak je uzel připoutanosti rozetnut při vyhasnutí mysli skrze sebezkoumání; tím je uzel vazby k nervům pomocí kontroly dechu, když tím je mysl pod kontrolou a přinucena vystoupit z mozku (*sahasrára*) a vstoupit do Srdce a tak dosáhnout svého zdroje, pak je tím uzel připoutanosti také rozetnut.

„Mysl, když byla podrobena kontrolou dechu a je vedena (do Srdce) jedinou cestou (cestou poznání svrchovaného Já), pak tím její tvar zaniká.“
(Poznámka: V tamilském originálu tohoto verše jsou slova užitá Šrí Bhagavánem „or vazhi“, což znamená jak „jediná cesta“, tak i „cesta poznání“. Že jediná cesta, zde míněná, je sebedotazování a nikoli nějaká meditační cesta, jasně vyplývá z Guru Váčaka Kovai, verš 392, kde Šrí Bhagaván důrazně říká: „Když je dosaženo mentální ticho zadržením dechu... sádhak musí ostře zkoumat a poznat bytí-vědomí (sat-čít), které není tělem.“)
Upadéša Undijar, verš 14

Nicméně jelikož uzel připoutanosti je základní, tak dokud není zničena připoutanost poznáním svrchovaného Já – a i když uzel vázanosti k nervům je dočasně odstraněn, jak je tomu ve spánku, mdlobách, smrti nebo při použití anestetik – uzel připoutanosti zůstane nedotčen ve formě tendencí (*vásan*), tvořících kauzální tělo, a proto je znovuzrození nevyhnutelné. Proto Šrí Bhagaván trvá na tom, když *sádhak* pomocí rádža jógy dosáhne *kašta nirvikalpa samádhi* (stav podobný spánku, ve kterém tělo zůstane necitlivé jako kláda), že zde nemá přestat (jelikož je to pouze *mano lája*, dočasné vstřebání mysli), ale že má mysl takto vstřebanou vést k Srdci, aby se docílilo *sahadža nirvikalpa samádhi*, což představuje zničení mysli (*mano nása*) a zničení připoutanosti k tělu. V těle takového seberealizovaného (*sahadža džňánina*) je běh „já-vědomí“ podél nervů – i po zničení uzlu připoutanosti – podoben vodě na lotosovém listu či spáleném lanu, a tak už nemůže způsobit vázanost. Z toho důvodu je zničení uzlu připoutanosti podstatné pro dosažení přirozeného stavu (*sahadža šthiti*) a stavu zničení tendencí (*vásanakšaja*).

Nervy (*nádís*) jsou hrubohmotné, ale síla vědomí, která jimi prochází, je jemná. Spojení „já-vědomí“ s nervy je podobno elektrickému proudu a drátům, tj. je nestálé a může být zapojeno či

rozpojeno během vteřiny. Což není běžnou zkušeností, že toto spojení je denně přerušeno během spánku a napojeno při probuzení? Je-li spojení skutečně, vzniká vědomí těla, a je-li přerušeno, je vědomí těla ztraceno. Zde připomeňme, co již bylo řečeno, že totiž tělesné vědomí a vědomí světa jsou jedno a totéž. A tak podobně jako naše oblečení a ozdoby, které denně svlékáme a zase je na sebe bereme, tento uzel je nám právě tak málo vlastní a je přechodnou a klamnou entitou, která na nás volně visí! O tom mluví Šrí Bhagaván, když říká: „Můžeme se odtáhnout od toho, čím nejsme!“ Rozpojení uzlu takovým způsobem, aby se již nikdy neoživil, se nazývá různě, např. rozetnutí uzlu (*granthi bheda*) nebo zničení mysli (*mano nása*) atd.

„Takovým způsobem, aby se již nikdy neoživil,“ znamená toto: všímání si (ega) a zkoumání „existuje opravdu právě nyní, teď?“, abychom objevili, jak vůbec vstoupilo do existence. Tím nastává úsvit poznání (*džňána*), skutečné probuzení. A tím jasně a pevně docházíme k poznání, že žádný takový uzel nikdy nevstoupil do existence, že žádné takové ego nikdy nepovstalo, že „to, co existuje“ samo, vždy existuje a to, co existovalo jako Já jsem“ je vždy existující jako Já Jsem! Dosažení tohoto poznání *átmadžňany*, poznání, že uzel nebo vázanost nikdy neexistovala a nikdy nevznikala – znamená trvalé rozpojení uzlu! Přiblížíme si to malou povídkou:

„Vždyť jsem uvězněn! Jsem lapen v trojúhelníkovém vězení! Jak se mám osvobodit?“ – tak vzdychal a stěžoval si muž stojící v rohu, kde se spojovaly dvě stěny. Tápal po dvou stěnách před sebou a naříkal: „Není tu žádný východ, ani nějaký průchod, abych se jím protáhl! Jak se jen mohu odtud dostat?“

Jiný člověk, jeho přítel, který stál ve volném prostoru a slyšel jeho naříkání, otočil se ve směru nářku a zpozoroval situaci svého přítele. V otevřeném prostoru existovaly jen dvě zdi. V místě, kde se dotýkaly, byly spojeny. Přítel ve volném prostoru rychle pochopil, že muž stojící čelem ke dvěma stěnám před ním se klamně domnívá, že existuje i třetí stěna za ním a že je uvězněn v trojúhelníkové místnosti. Proto se ho zeptal: „Co naříkáš a ohmatáváš zdi?“ „Hledám únik z tohoto trojúhelníkového vězení, ale nemohu ho najít!“ odpověděl muž. Přítel na to: „A proč nehleďš cestu ven na třetí zdi za sebou?“ Muž se otočí a diví se: „Ach, vždyť tady není žádná překážka! Tak to hned tudy uteču!“ a začne hned prchat. Přítel: „Co je? Proč utíkáš? Což je to třeba? Když neutečeš, zůstáváš snad uvězněn?“ Muž: „Ach, ano, ano! Vždyť jsem vůbec nebyl uvězněn! Jak jsem mohl být ve vězení, když žádná třetí zeď za mnou není! To byl pouze můj vlastní omyl, že jsem uvězněn. Nikdy jsem nebyl uvězněn, ani teď nejsem propuštěn! Proto vůbec od těchto zdí, kde teď jsem, nemusím utíkat! Můj omyl spočíval v tom, že jsem se neobrátil a nepodíval dozadu, a to způsobilo mou tzv. vázanost. A otočení mé pozornosti zpět je skutečnou *sádhanou* a pro mne tak zvaným osvobozením! Ve skutečnosti vždy zůstávám takový, jaký jsem, bez jakéhokoli uvěznění či osvobození!“ Když takto poznal pravdu, zůstal tichý.

Dvě zdi v povídce znázorňují druhé a třetí osoby. První osoba je třetí zeď, o které se říká, že je za člověkem. Není žádného osvobození cestou pozornosti věnované druhé a třetí osobě. Pouze pozorností věnovanou první osobě pomocí „Kdo jsem já?“ se získá pravé poznání, že ego, jakožto první osoba, nikdy nebyla v existenci a že je vždy ne-existující. A pouze když byla první osoba takto vyhlazena, lze si uvědomit pravdu, že vázanost a osvobození jsou klamně.

„Pokud si člověk jako blázen myslí 'jsem vázaný', potud se vyskytují myšlenky o vázanosti a osvobození. Když se však podíváme do sebe se zkoumáním 'Kdo je ten, kdo je vázaný?', pak věčně volné a vždy svítící, jediné svrchované Já (bude nalezeno, že) existuje. A tak tam, kde myšlenky na vázanost již nejsou – mohou přetrvávat myšlenky na osvobození?“

Ulladu Narpadu, verš 39

Tak jako v tomto vysvětlení představují tři zdi tři místa první, druhou a třetí osobu, můžeme je vysvětlit také tak, že představují tři časy, přítomnost, minulost a budoucnost. (Poznámka: V mluvnici většiny jazyků včetně sanskrtu první osoba „já“, druhá „ty“ a třetí „on, ona, ono“ je každá jmenována jako osoba (puruša). V tamilské mluvnici jsou však označeny jako první, druhé a třetí místo. Tato klasifikace přináší aspirantovi velký užitek. Jak to? Což není jediným cílem ryziho aspiranta, aby na cestě ke skutečnosti překonal máju a dosáhl brahman, svrchované Já? Jak tedy překročit a překonat máju? Čas a místo jsou dvě hlavní koncepce, které mája promítá. Ani jediná myšlenka se nemůže utvořit, aniž by nebyla májou svázána těmito dvěma koncepcemi času a prostoru. Každá myšlenka musí zahrnovat minulý a budoucí čas (protože každá myšlenka je utvořena v momentě času a každý okamžik času je jen přechodem od minulosti k budoucnosti) a musí také zahrnovat pozornost ke druhé a třetí osobě. Jinak však, jestliže se snažíme formovat myšlenku buď o přítomném čase, nebo o první osobě (tj. když zaměříme pozornost na jedno z nich), všechny myšlenky přestanou, protože přítomnost (ze tří časů) a první osoba (ze tří míst) jsou základními koncepcemi a důležitou charakteristikou těchto dvou základních koncepcí je, že zmizí tím, že ztratí svou existenci, jsou-li hledány soustředěnou pozorností. A tak tedy, když tento prvotní čas (přítomnost) a prvotní místo (první osoba) svou existenci ztratí, pak i jejich zdroj mája (což znamená „to, co neexistuje“) sám o sobě zmizí, protože nemá vlastní pravdivou existenci. To je stav, který překonává máju a je proto vždy existující, jediný, a pak září pouze celistvé a nedělené svrchované Já!) Při pozornosti věnované přítomnosti, za vyloučení všech myšlenek na minulost a na budoucnost – aby se poznala pravda o přítomnosti – všechny myšlenky ustanou a sama „přítomnost“ zmizí. Jak to? To, co se událo před „ted“, považujeme za minulost, a to, co se stane za okamžik po „ted“ považujeme za budoucnost. Proto budeme-li se snažit poznat to, co je v současném okamžiku tím, co existuje, a nebudeme věnovat pozornost žádnému z časů – ani okamžiku předcházejícímu ani následujícímu – pak se ukáže i jedna miliontina tzv. současného okamžiku jako minulost či jako budoucnost. Jestliže se nevěnuje pozornost i těm nejjemnějším minulým či budoucím okamžikům a jestliže se snažíme poznat, co je mezi těmi dvěma, mezi minulostí a budoucností, zjistíme, že nelze nalézt naprosto nic jako přesnou přítomnost. Tím koncepcí přítomného času zmizí jako neexistující a existence svrchovaného Já, které překonává čas i místo, sama jediná přežívá.

„Minulost a budoucnost mohou existovat ve vztahu k přítomnosti, která se každodenně zažívá; zatím, co se projevují, byly a budou přítomností. Proto (z těch tří časů) existuje pouze přítomnost. Snažit se poznat minulost a budoucnost, aniž bychom znali pravdu o přítomnosti (tj. její neexistenci) se podobá úsilí počítat, aniž bychom znali jedničku (hodnotu jednotky).“

Ulladu Narpadu, verš 15

„Když zkoumáme, pak my – vždy známí a existující – jediné jsme. Kde jsou pak čas a místo? Jsme-li mylně tělem, pak jsme zahrnuti v čas a místě, ale jsme tělem? Ježto jsme Jediné, nyní, potom a vždy, to Jediné v prostoru, zde, tu a kdekoli, my – bezčasé a bezprostorové svrchované Já – jediné jsme!“

Ulladu Narpadu, verš 16

Tudíž věnování pozornosti prvnímu místu (první osobě) z oněch tří míst, nebo věnování pozornosti přítomnému času z oněch tří časů je jedinou cestou k osvobození. Navíc cesta Šrí Ramany

neslouží ve skutečnosti k odstranění vázanosti nebo k dosažení osvobození! Cesta Šrí Ramany je vydlážděna jedině za účelem našeho stálého přebývání v našem věčném stavu čirého blaha s tím, že se vzdáme i pouhé myšlenky na osvobození pomocí úsvitu pravého poznání – že jsme totiž nikdy nebyli vázaní.

„Pouze první místo nebo přítomnost je hodno pozornosti. Budete-li to ostře provádět, budete užívat blaho svrchovaného Já, když jste dovršili všechny jógy a dosáhli nejvyšší dovršení. Poznejte To a hodujte na Tom!“

Sádhanai Sáram

Vraťme se opět k našemu výchozímu bodu. Je-li pozornost aspiranta stočena směrem ke druhé a třetí osobě, pak je „já-vědomí“ rozprostřeno od mozku nervy po celém těle formou rozprostírající síly. Když se však stejná pozornost zaměří na první osobu, jsouc tak použita v opačném směru, pak „já-vědomí“, namísto aby fungovalo ve formě rozprostírající síly, bere na sebe formu síly pozornosti na svrchované Já (tj. síla „konání“ je přeměněna v sílu „bytí“). To je to, co se nazývá „čeřit *nádis*“. Když jsou *nádis* takto čeřeny, pak „já-vědomí“, roztrženo skrze *nádis*, se vrací zpět, odtahuje se a soustředí se v mozku, který byl jinak startovním bodem rozprostírání, a odtud dosahuje, utápí se a upevňuje v Srdci, čirém vědomí, ve zdroji svého vzniku.

V *rádža józe* je „já-vědomí“, které proniká všechny *nádis*, zatlačeno násilím ke startovnímu bodu svého rozprostírání silou, která vznikla tlakem zadržetí dechu (*prána kumbhaka*). To je však násilná metoda. Šrí Bhagaván říkával: „Násilné zpětné zatlačení 'já-vědomí' zadržetí dechu, jak se to děje v *rádža józe*, je násilnou metodou, která se podobá honbě na zaběhlou krávu, jejímu bití s chycením a násilným zavláčením do chléva, kde je nakonec přivázána. Avšak přivede-li se 'já-vědomí' zpět ke svému zdroji zkoumáním, jedná se o jemnou a míruplnou metodu, podobnou vábení krávy tím, že jí ukazujeme plnou hrst trávy, laskáme ji a máme ji k tomu, aby nás z vlastní vůle následovala do chléva, kde ji nakonec přivážeme.“ To je bezpečná a příjemná cesta. Abychom mohli snést čeření *nádis* pomocí metody zadržování dechu (*rádža jógou*), tělo musí být mladé a silné. Když se takové čeření provádí v těle, které je slabé nebo staré, pak tělo nemá sílu, aby je snášelo, a může se projevit řada nepříjemností typu nervové nerovnováhy, fyzická i psychická onemocnění apod. Tato nebezpečí se však nevyskytnou, je-li čeření prováděno zkoumáním.

„Říci: 'Tím, že setrval v pozornosti na svrchované Já, vědomí, a že prováděl přebývání v něm a zešílel', je totéž, jako když se řekne „zemřel tím, že pil nektar nesmrtelnosti“.“

Guru Váčaka Kovai, verš 745

Při cestě zkoumáním se uskutečňuje odtažení od *nádis* bez napětí a je tak míruplné jako příchod spánku. Pravidlo, které lze najít v některých Písmech, že cíle je nutno dosáhnout před třicítkou, je proto aplikovatelné pouze na cestu *rádža jógy* a netýká se zkoumáním, cesty Šrí Ramany!

„Já-vědomí“ se rozprostře kanálem po celém těle, když vyvstalo ze Srdce. Toto rozprostření možno při odtažení zažít a nazývá se *sušumna nádi*. Když nebereme v úvahu nohy a ruce, které jsou podružnými údy, kanál, ve kterém se „já-vědomí“ zažívá, vede trupem od kořene páteře (*muladhára*) až po vrchol hlavy (*sahasára*) a to je *sušumna*.

Zatímco „já-vědomí“ se odtahuje *sušumnou*, aspirant může zažít zkušenosti o umístění šesti jógových center, nebo je také zažít nemusí a může dosáhnout Srdce bezprostředně. Zatímco

cestujeme vlakem do Dílí není zapotřebí, aby cestující musel vidět všechno dění a všechny stanice během jízdy. Což nemůže dojet do Dílí, i když si jich nevšiml, protože spal? Ovšem díky minulým uctívajícím tendencím k různým jménům a formám Boha, které se váží k určitému času a místu, někteří aspiranti mohou při nich prožít šest jógových center a mít božské vize, zvuky a podobně. Ale ti, kteří nemají takové překážky (ve formě tendencí), budou mít výlet příjemný a bez význačných projevů. V prvním případě zkušenosti nastanou pro nedostatek bdělosti při pozornosti na svrchované Já, protože tyto zkušenosti nejsou ničím jiným, než pozorností, věnované druhé osobě! To samo o sobě dokazuje, že pozornost ke svrchovanému Já byla ztracena! Aspirantům s nesmírně mohutnou a vážnou pozorností, kteří nedávají prostor ke vzniku nepozornosti ke svrchovanému Já, těm se objektivní zkušenosti tohoto druhu nikdy nevyskytnou. V této souvislosti je dobré se zmínit o jedné odpovědi Šrí Ramakrišny: Když si mu stěžoval svámi Vivékánanda, že všichni říkají, že měli vize a on že žádné neměl, guru mu odpověděl: „To je dobré!“ Při jiné příležitosti, když svámi Vivékánanda mu sděloval, že se mu zdá, že se mu při sádhaně objevuje jakási *siddhis* typu jasnozření, guru ho varoval: „Zanech na nějaký čas sádhanu. Ať tě to opustí.“ Z toho vyplývá, že takové zkušenosti mohou mít jen ti, kteří se často zastavují na cestě vzhledem k tomu, že jejich pozornost ke svrchovanému Já je zatarasena pro nedostatek ostražitosti.

Když „já-vědomí“ je staženo a proudí jen podél *sušumna nadí*, pak svým extrémním jasem ozařuje pět smyslových orgánů, které jsou blízko *sušumny*, a proto mohou nastat shora uvedené zkušenosti. Jak to? Když světlo „já-vědomí“ umístěné v *sušumně* osvětlí oko, orgán zraku, pak nastanou vize bohů a četných nebeských světů. Když osvětlí ucho, orgán sluchu, pak bude slyšet nebeské zvuky jako například hraní na nebeské nástroje, zvonění na nebeské zvonky, *ómkara* apod. Je-li ozářen orgán čichu, pak je možno cítit božské vůně, když je osvětlen orgán chuti, pak je chutnán lahodný božský nektar, a když je osvětlen orgán hmatu, celé tělo je proluto extrémně příjemným pocitem, jako by plulo v oceánu příjemnosti. Není divu, že se tyto zkušenosti jeví jemnější a pravdivější než smyslové zkušenosti běžného stavu bdění, protože zkušenosti světa v bdělém stavu se získávají pomocí pěti hrubohmotných smyslů, které fungují skrze nečisté „já-vědomí“, rozptýlené po celém těle, zatímco zkušenosti nebeských světů jsou získány pěti jemnými smysly, které fungují čistým, zaostřeným „já-vědomím“. Avšak toto vše jsou jen podmíněné mentální zkušenosti a nejsou to nepodmíněné zkušenosti svrchovaného Já.

Jelikož mysl je nyní velmi jemná a zářící, protože je odtazena ode všech ostatních *nádí* a je v *sušumně* a jelikož je nesmírně čistá, protože je volná od světských tužeb, je nyní schopna promítat skrze pět jemných smyslů pouze příznivé tendence, o nichž byla shora zmínka. Ovšem právě pro tyto vize by se nemělo usuzovat, že mysl byla přetvořena ve svrchované Já. Avšak ani nyní nebyla mysl zničena (*mano nása*). Tím, že je stále naživu s příznivými tendencemi, vytváří a vnímá jemnější a zářivější objekty druhých a třetích osob a nachází v nich potěšení. Takže toto vůbec není nepodmíněná zkušenost pravého poznání, kterým je zničení tendencí (*vásanakšaja*). Vše, co se projevuje a je zažíváno, je pouze poznáním druhé osoby, což znamená, že *sádhana*, tj. pozornost k první osobě je v té době ztracena! Je mnoho těch, kteří berou tyto podmíněné zkušenosti chuti, světla, zvuku a podobně za konečné dosažení sebepoznání, a protože měli tyto zkušenosti, domnívají se, že dosáhli osvobození, a tím se jen více zaplétají v pozornost k druhým a třetím osobám a ztrácejí tak držení pozornosti ke svrchovanému Já. Takoví aspiranti se nazývají „ti, když odpadli od jógy (*jógabraštas*)“. To se podobá člověku, který měl dojet do Dílí a přitom vystoupil z vlaku na nějaké stanici cestou, protože si říkal „Opravdu, to je Dílí,“ oklamán její nádherou. I *siddhis*, nadlidské síly, které se mohou během sádhanu vyskytnout, jsou jen iluzí a zabraňují našemu pokroku k osvobození a vysazují nás na nějakém neznámém místě.

Co máme dělat, abychom se vyhnuli takovým nebezpečím? I v takové obtížné situaci nám Bhagaván Šrí Ramana podává klíč a sám slouží jako správný lék! Čím? Kdykoli je člověk přemožen takovými podmíněnými zkušenostmi, pak zbraní Ramany je otázka „Kdo vnímá tyto zkušenosti?“, kterou nutno použít! Pocit „já“ bude odpovědí. Odtud je možné zkoumáním „Kdo jsem já?“ okamžitě znovu nastolit pozornost ke svrchovanému Já. Když takto získáme pozornost ke svrchované Já, tyto podmíněné zkušenosti druhých a třetích osob zmizí samy o sobě, protože tu není nikdo, kdo by jim věnoval pozornost. *(Poznámka: Tak jako zlý duch, když se zmocní člověka, skáče a tančí s ním víc a potud, pokud tomu jiní věnují pozornost a snaží se muže podržet, ale opustí ho, jakmile tu není nikdo, kdo by si ho všímal.)* Když se mysl vzdá poznávání těchto podmíněných vnějších smyslových zkušeností, tak se znovu stočí ke své světelné formě (vědomí), klesne do svého zdroje, do Srdce a ztratí svou formu jednou provždy. *(Poznámka: „Když mysl se vzdá poznávání vnějších smyslových objektů, pak poznává svou světelnou formu.“ Upadéša Undijar, verš 16)* Proto zkoumání „Kdo jsem já?“ je samo o sobě je nejlepší *sádhanou* (i pro aspiranty *rádža jógy*), která nás ochrání, povede až k samému konci a zachrání nás. Je to neporazitelná a svrchovaná zbraň, která byla udělena pouze z milosti Šrí Ramany, *sadguru*! Je to majákové světlo, které nás chrání, abychom neztratili cestu k věčnému štěstí, které je cílem celého světa! Je to cesta Šrí Ramany, jediná, která nás transformuje ve svrchované Já, v Jsem, který Jsem!

Během průběhu *sádhan*y bude nyní aspirant schopen silou své praxe hmatatelně rozpoznat, co je stavem absorpce ega a co přesně je vědomí svrchovaného Já, ke kterému doposud cílil. Ačkoli jeho čirá existence svrchovaného Já, volná od tělesného vědomí či jiného přídavku, bude jím často zažívána, je toto přece jen stupněm cvičení a nikoli závěrečné dosažení! Proč? Protože tu jsou ještě dva střídající se pocity, jeden, který je někdy extrovertní a druhý, který je někdy introvertní. A protože je tu také pocíťováno vynakládání úsilí, aby introverze nastala, anebo pocíťována ztráta takového úsilí, když nastala extroverze, proto se tento stav neoznačuje jako závěrečné dosažení. Šrí Bhagaván v této souvislosti odhaluje toto: „Když mysl (pozornost) je takto dobře upevněna v *sádhaně* (ve věnování pozornosti svrchovanému Já), pak samovolně vyvstane síla boží Milosti z vnitřku a podrobí si mysl a vezme ji do Srdce.“ Čím je tato síla božské Milosti? Není ničím jiným, než dokonalou průzračností naší existence, forma svrchovaného Já, vždy svítící s hojností milosti v Srdci jako Já jsem Já!

Je přirozené, že jehla, ležící v magnetickém poli, je přitahována a pohybuje se jen, když z ní byla odstraněna rez. Z toho bychom však neměli odvozovat, že magnetická síla vstupuje do existence pouze po odstranění rzi z jehly. Cožpak magnetická síla přirozeně neexistuje v tomto poli? Ačkoli jehla ležela po celou dobu v magnetickém poli, přece jen je ovlivněna přitažlivostí jen do té míry, kolik rzi z ní bylo odstraněno. To, co docílujeme, když se snažíme zbavit se pozornosti k druhým a třetím osobám a když lneme pozorností ke svrchovanému Já, to se podobá oškrabování rzi. Výsledkem všeho našeho úsilí je tedy učinit se vhodnými, abychom se stali kořistí přitažlivé síly magnetického pole čirého vědomí, Srdce, které vždy září, pohlcujíc vše (tj. redukujíc celý vesmír do ne-existence) rozprostírajícími se paprsky zářícího svrchované Já. Zralí aspiranti se rádi a bez odmluv podřídí této magnetické síle Milosti zářícího svrchované Já. Jiní se ovšem mohou stát extrovertními (tj. stočí svou pozornost ven) z obavy z přitažlivé síly. Proto bychom se především měli vybavit intenzivní láskou (bhakti), poznávat svrchované Já a nesmírnou odpoutaností (*vajrágja*). Tehdy nebudeme mít žádnou touhu, již bychom věnovali pozornost druhým a třetím osobám. Pak, ježto naše vlastní individualita /tj. aspiranta/ je sama pohlcena touto silou, pak i tzv. „naše úsilí“ se změní v nic. Tím, že naše „já-vědomí“, které bylo rozprostřeno po celém těle, klesne do Srdce, pravé bdění, to znamená rozbřesk poznání a nastání *džňány*. To nastane ve zlomku vteřiny!

„Smrt je záležitostí zlomku vteřiny! Ustání spánku je záležitostí zlomku vteřiny! Podobně odstranění klamu 'já jsem individuální duše (*džíva*)' je také záležitostí zlomku vteřiny! Rozbřesk pravého poznání není mihnutím, které jednou je a pak zase není. Pociťuje-li aspirant, že se objevuje a pak že zase mizí, pak se jedná pouze o stupeň praxe (*sádhany*). Nedá se o něm říci, že dosáhl pravého poznání (*džňány*). Dokonalý rozbřesk poznání je událostí zlomku vteřiny – jeho dosažení není prodlouženým procesem. Všechna odvěká cvičení jsou jen k tomu, abychom dosáhli zralosti. Uvedme si příklad: než se připraví chrámové dělo k výstřelu, vyžaduje to mnoho času. Napřed je nutné dát do hlavně střelný prach, pak doutnák, pak přidat nějaké kamení a napěchovat je, ale když se tato směs zapálí, vybuchne jako hrom ve zlomku vteřiny. Podobně po věky trvajícím období naslouchání a čtení (*šravana*) přemýšlení (*manana*) a cvičení (*nididhjášana*) a vyplakávání se v modlitbách (pro neschopnost převést do praxe to, co bylo slyšeno) je mysl dokonale očištěna a pak – a jedině pak náhle nastává rozbřesk poznání svrchovaného Já ve zlomku vteřiny jakožto Já Jsem, který Jsem! Jakmile tento rozbřesk nastane, je nalezen prostor vědomí svrchovaného Já jasným poznáním Skutečnosti, že je bez počátku, přirozené a věčné tak, že dokonce úsilí věnovat pozornost svrchovanému Já pak ustává! Přebývat takto a nemít už nic víc k vykonání a nic jiného k dosažení, to jedině je skutečným a svrchovaným stavem.“

Sádhanaí Sáram

To, co nyní zažíváme jako bdění, není skutečným stavem bdění. Toto bdění je také snem! Není vůbec žádného rozdílu mezi tímto bděním a snem. V obou těchto stavech se pocit Já Jsem zachytává těla jako „já jsem to“ a s vnímáním vnějších předmětů se zaplete do činností. Probudit se, tak, jak bylo shora popsáno, ze snění o tomto bdění, představuje rozbřesk poznání, náš skutečný stav neboli skutečné probuzení.

V této souvislosti vznášejí někteří následující pochybnost: „Říká-li se, že jsme se probudili z jednoho snu a vstoupili jsme do dalšího jiného, nebude teď i toto nějakým snem? Jak máme určit, že dalšího probuzení už není třeba? Je toto skutečné probuzení?“ Ať jsme v jakémkoli stavu, ve kterém se pociťujeme bděle, vždy platí, pokud je tu zkušenost existence druhých a třetích osob, které jsou jiné než my sami, že se vůbec nejedná o skutečný stav bdění; je to jen sen! Vskutku, naše skutečné bdění je ten stav, ve kterém svítí jen naše existence (nepřipoutaná k jakémukoli tělu) a svítí bez podpory, aniž by poznávala cokoli jiného než „nás“. Jako správné probuzení (bdění) je definován ten stav, ve kterém je dokonalé vědomí a jedinnost existence svrchovaného Já, bez pomoci poznání existence něčeho odděleného od svrchovaného Já! Z toho můžeme odvodit skutečné bdění.

Je to ono bdění, na které Šrí Bhagaván upozorňuje následujícími verši:

„Zapomínat na svrchované Já, zaměřovat je s tělem, brát na sebe nesčetná zrození a nakonec poznat svrchované Já a být svrchované Já je právě jako probuzení ze snu o putování po celém světě.“

Ekatma Pančakam, verš 1

Jako jediné místo, velká hala, se rozdělí na tři místnosti, když se v ní vztyčí dvě zdi, právě tak i naše věčná, nedvojná, přirozená a bezpřívlastková existence-vědomí se zdá být ve třech stavech (bdění, snění a spánku), když dvě imaginární zdi bdění a snění, které – vzhledem ke dvěma tělesným přívlastkům (tělu bdění a tělu snění) – jsou zdánlivě vztyčeny uprostřed ní pro či následkem tendencí (*vásan*). Jestliže tyto dvě nové imaginární formy, totiž bdění a snění, tu nebudou, pak to, co zůstane, bude jediný stav vědomí svrchovaného Já. Pouze kvůli nezralým aspirantům (kteří si myslí, že tyto tři stavy jsou skutečné) Písmo pojmenovalo náš přirozený skutečný stav *džňáninského* bdění jako „čtvrtý stav“ (*turíja*). Jelikož však ostatní tři stavy doopravdy nejsou, tento čtvrtý stav je ve skutečnosti jediné existujícím stavem, je první a není vůbec nutné ho pojmenovávat ani jako „čtvrtý“, ani jakožto určitý stav. Je proto „tím, co převyšuje všechny stavy“ a nazývá se „to, co překračuje čtvrtý“ (*turijatita*). Proto *turijatita* by se neměl považovat za pátý stav. To jasně prohlásil Šrí Bhagaván:

„Je to pouze pro ty, kdož zažívají stavy bdění, snění a spánku, pro ně se stav bdělého spánku nazývá *turíja*, stavem nad nimi. Jelikož toto *turíja* jediné existuje a ježto jeví se tři stavy neexistují, *turíja* je samo o sobě *turijatita*. Tomu by se mělo patřičně rozumět!“

Ulladu Narpadu – Anubandam, verš 32

„Je to jenom pro ty, kteří nejsou schopni ponořit se a pevně přebývat v *turíja* (stav svrchovaného Já), které svítí pronikavě skrze temnotu nevědomosti spánku, že Písma přijala rozdíly mezi prvními třemi hutnými stavy a čtvrtým a pátým.“

Guru Váčaka Kovai, verš 567

Když jsme pomocí zmíněné pozornosti ke svrchovaného Já upevnění více a pevněji v naší existenci-vědomí, dojde ke zničení tendencí (*vásan*), protože tu není nikdo, kdo by jim věnoval pozornost. Tím se také zničí stavy bdění a snění, které byly zjevně stvořeny těmito imaginárními tendencemi. Pak onen jediný stav, který přežije, již neponese název „spánek“.

„Když jsou zničeny bez počáteční nečisté tendence, které byly příčinou bdění a snění, pak i spánek, který (jako by) vedl ke špatným výsledkům (tj. k *tamasu*) a o kterém se říkalo, že je prázdnom a který byl vysmíván pro nevědění, je zjištěn, že je samotné *turijatita*!“

Guru Váčaka Kovai, verš 460

To, co do nynějška běžní lidé zažívali jako spánek a co bylo podrobena rušení a nahrazováno bděním a sněním, to se zdálo jako bezvýznamné a dočasné. Proto se na začátku knihy říkalo, že spánek je defektním stavem a v poznámce pod čarou se říkalo, že pravá přirozenost spánku bude vysvětlena později v osmé kapitole. Proto náš přirozený stav, skutečné bdění, je jediný svrchovanou skutečností.

Protože Osvobozený (*dživánmukta*) nezažívá toto skutečné bdění jako stav nově dosažený, stav osvobození nezaujme stav myšlenky! Proto je stav vázanosti pro něho neskutečný a on nemůže mít myšlenku na osvobození. Jak by mu tedy mohla vzejít myšlenka na osvobození? Myšlenka o vázanosti a osvobození může vzejít jenom nevědomci, který se domnívá, že je ve vázanosti. Proto setrvání v tomto stavu svrchovaného Já, po dosažení svrchovaného blaha (věčného štěstí, které je – jak jsme ukázali v první kapitole – jediným cílem všech živých bytostí), který je volný od vázanosti

i osvobození, vpravdě znamená bytí ve službě Pánu způsobem, jak ukázal Bhagaván Šrí Ramana. Toto jediné je naše povinnost. Toto jediné je cesta Šrí Ramany.

„Zůstávat v tomto stavu (svrchovaného Já), když bylo dosaženo svrchovaného blaha. Stav, který je volný jak od vázanosti, tak od osvobození, to znamená být opravdu ve službě Pánu.“

Upadéša Undijar, verš 29

Šrí Ramanarpanamastu

Dodatek 1

Kdo jsem já?

Úvod

V době, kdy Bhagaván Šrí Ramana Maháriši pobýval v jeskyni Virúpákša na svaté hoře Arunáčale, mu jeho oddaný stoupenec, Šrí M. Šivaprakasam Pillai, položil několik otázek, bylo to letech 1901 – 1902. Šrí Bhagaván v té době mluvil jen zřídka. Nikoli však kvůli nějakému slibu, ale protože neměl potřebu hovořit. Proto byla většina jeho odpovědí napsána dřívkem do písku, na břidlicovou tabulku nebo na kousky papíru. Ponaučení, kterého se takto dostalo Šrí Šivaprakasam Pillaiovi, bylo poprvé publikováno v roce 1923, a to ve formě otázek a odpovědí pod názvem *Nan Yar?* (Kdo jsem já?). Šrí Bhagaván brzy poté sám přeskupil otázky a přepsal otázky a odpovědi do esejistické podoby, čímž toto dílo spojil do souvislého výkladu.

Kromě dialogové verze s 28 otázkami a odpověďmi, která se v současnosti vydává jako samostatná brožurka, existuje i jiná verze, obsahující pouze 14 otázek, která byla vytištěná v *Šrí Ramana Vidžajam* (tamilský životopis Šrí Bhagavána) a v anglickém překladu, který se dostal do knihy *Seberealizace*. Nicméně *Šrí Ramana Nutrirattu* (sebrané spisy Šrí Ramany v tamilštině) obsahují pouze esejistickou verzi této práce a jelikož byla tato verze vytvořená samotným Šrí Bhagavánem, považuje se za hlavní, autentickou a autoritativní verzi.

Esejistická verze je z velké části postavena na dialogové verzi s 28 otázkami a odpověďmi, ale Šrí Bhagaván při její přípravě nově napsal a přidal nějaké části (jako např. celý první odstavec), jiné vynechal (odpovědi na otázky 4 a 5, první větu v odpovědi na otázku 6, část odpovědi na otázku 20, atd.) a další upravil, rozšířil a vylepšil (např. odpověď na otázku 27). Nicméně většina z jeho vět se vůbec nezměnila. Byly prostě přeskupeny a spojeny do logických a souvislých celků.

První otázka, položená Šrí Šivaprakasam Pillaiem, byla „*Nan yar?*“ (Kdo jsem já?), na níž Šrí Bhagaván odpověděl „*Arive nan,*“ což znamená „poznání samotné je Já“ nebo „poznání samo o sobě je Já“ případně „vpravdě poznání je Já“. Tamilské slovo „*arivu*“ odpovídá přibližně sanskrtskému pojmu „*džňána*“ čili českému slovu „poznání“. Šivaprakasam Pillai se pak zeptal: „Co je podstatou (tohoto) poznání?“ a Šrí Bhagaván odpověděl: „*Arivin swarupam sat-chit-anandam.*“ (Podstatou tohoto poznání je existence-vědomí-blaženost.) Kromě těchto dvou odpovědí nepocházela již žádná věta ve druhém odstavci od Šrí Bhagavána. Proto když Šrí Manikam Pillai, žák Šrí Šivaprakasam Pillaie, přinesl rukopis této práce poprvé Šrí Bhagavánovi, ten se s údivem zeptal: „Tato část odpovědi není ode mne, co tu dělá?“ (Poznámka: Jelikož povahou Šrí Bhagavána je vyhýbat se nejasnému názvosloví posvátných písem – šástras – aby tím nemátl čtenáře, nechtěl se zmiňovat o veškerém písemném roztřídění ne-Já, které je uvedeno v této části.) Manikam Pillai to vysvětlil: „Když si Šivaprakasam Pillai do svého zápisníku zapisoval Bhagavánovy odpovědi, tuto část přidal v domnění, že mu pomůže jasněji porozumět první odpovědi.“ „Ó ano, dobře znal učení písma '*neti, neti*', a to byl důvod, proč tak uvažoval,“ poznamenal Šrí Bhagaván. Později, při přípravě esejistické verze, Šrí Bhagaván tuto přidanou část z nějakého důvodu nevypustil, ale prostě ji označil tučným písmem jako svoji vlastní odpověď.

Dílo *Nan Yar?* zaujímá mezi veškerou prózou Šrí Bhagavána neoddiskutovatelné a nepřekonatelné postavení. Po pravdě jej lze považovat za úhelný kámen jeho učení. Do těchto dvaceti krátkých odstavců je shrnuto veškeré základní učení Šrí Bhagavána v jasné a nezřetěně podobě. Anglický (český) překlad tohoto díla zde zařazujeme pro jeho význam a jako vyjádření vděčnosti Šrí Šivaprakasam Pillaiovi. (Poznámka: čtenáře by mohla zajímat následující příhoda, která ukazuje, že Šivaprakasam Pillai, tento upřímný a z celého srdce oddaný žák, dosáhl cíle, který tak vážně hledal. Když byl v roce 1948 Šrí Bhagavánovi doručen telegram, v němž byla zpráva o smrti Šivaprakasam Pillai, poznamenal: „Šivaprakasam šivaprakasamanar.“ Což znamená – Šivaprakasam se stal šivaprakasamanar – světlem Šivy.)

Při práci na tomto překladu jsem se snažil jej udělat co nejpřesnější a co nejvíce odpovídající tamilskému originálu, což bylo často na úkor vytříbené angličtiny. Rozdělení textů do odstavců a vět a pořadí vět přesně odpovídá originálu. Struktura každé věty je pak co nejvíce shodná s předlohou v originálu. Všechny části, které jsou v původním díle vtištěné tučně, jsou tučně označeny i v tomto překladu, zatímco jiné důležité věty, které v tamilštině vtištěny tučně nejsou, byly označeny kurzívou. V celém původním textu je v odstavci jen jediné slovo. Je to slovo „září“ (*prakasikkum*), které je ve čtvrtém odstavci za slovy „nalezení pravého Já“. Všechny další části textu jsou v tomto překladu v závorkách, proto, aby vyjádřily přesný význam původně použitého tamilského nebo sanskrtského slova nebo aby objasnily význam textu či doplnily smysl věty, která, když se doslova přeloží, není v angličtině kompletní či srozumitelná. Z podobných důvodů došlo k přidání poznámek pod čarou, které se v originálu nevyskytují. (Tyto poznámky pod čarou jsou v překladu do češtiny přímo součástí textu, jsou označeny jak poznámky a zvýrazněny kurzívou – pozn. překl.) Při překladu jsem také srovnával text se všemi již existujícími překlady, abych využil již existujících dobrých překladatelských výsledků (jako jsou např. správná slova, formulace vět atd.).

TEXT

1. Jelikož všechny žijící bytosti (*džívové*) touží po štěstí, prostém utrpení; protože v každém člověku existuje nejvyšší láska (*parama prijam*) pouze k sobě samému, a tedy štěstí samo je příčinou lásky, tak proto, abychom získali štěstí, která je naší pravou podstatou, a které denně zakoušíme v hlubokém spánku, když zde není mysl, je pro člověka nezbytné poznat sám sebe. Hlavním prostředkem (*mukhja sádhana*) k dosažení tohoto štěstí je zkoumání (*džňána vičára*) ve formě „Kdo jsem já?“.

2. Kdo jsem já? Fyzické tělo, které se skládá sedmi *dhátus* – složek (míza, krev, svalstvo, tuk, kostní dřev, kosti a sperma), není „já“. Pět smyslových orgánů (*džňánendrijas*), a sice uši, kůže, oči, jazyk a nos, jímž odpovídá pět smyslů (*vishajas*), konkrétně sluch, hmat, zrak, chuť a čich, nejsou „já“. Pět orgánů činnosti (*karmendrijas*) – ústa, nohy, ruce, konečník a genitálie, kterým přísluší mluvení, chůze, držení/dávání, vylučování a potěšení, nejsou „já“. Pět druhů životní síly (*prána*), která ovládá pět životních funkcí, jako např. dýchání, nejsou „já“. Dokonce ani mysl, která myslí, není „já“. Ani nevědomost (hlubokého spánku), v níž setrvávají jen skryté tendence, směřující ke smyslovému poznávání (*vishajavásanas*), která je tak ve spánku jsou zbavena veškerého smyslového poznání a prostá všech činností, není „já“. Po vyloučení všeho výše uvedeného způsobem „toto není já, toto není já“, poznání, které jediné zůstává samo o sobě, je „já“. Podstatou (tohoto) poznání je existence-vědomí-blaženost (*sat-čit-ánanda*).

3. Pokud se mysl, která je příčinou (a podkladem) všeho vědění (objektivního poznání) a všech činností, utiší, pak zmizí vnímání světa (*džagat drišti*). Nelze rozeznat lano, jež je podkladem, pokud nezmizí domnělé poznávání hada, které ono lano překrývá. Stejně tak nebude dosaženo ani realizace svrchovaného Já (*svarúpa-daršanam*), které je podkladem, dokud nezanimá vnímání světa (*džagat drišti*), která toto svrchované Já zakrývá.

4. Co se nazývá mysl (*manam*) je podivuhodná síla, existující ve svrchovaném Já (*átma svarúpam*). Ona projektuje všechny myšlenky. Pokud všechny myšlenky odstraníme, spatříme, že nezůstává nic takového, jako samostatná mysl. Proto jsou myšlenky samy o sobě podstatou (či formou) mysli. Není světa kromě myšlenek. V hlubokém spánku nejsou žádné myšlenky (a proto) zde neexistuje svět. Při bdění a snění jsou myšlenky přítomny (a proto) je tu také svět. Jako pavouk ze sebe souká pavučinu a opět ji do sebe vtahuje, tak mysl ze svého nitra sama projektuje svět a opět jej v sobě rozpouští. Když mysl vychází ven (povstává) ze svrchovaného Já, svět se projeví. Proto také – projeví-li se svět, neprojeví se svrchované Já. A když se projeví (září) svrchované Já, svět se jevit nebude. Pokud člověk vytrvá ve zkoumání podstaty mysli, nakonec shledá, že „on sám“ je (tím, co je nyní mylně považováno za) mysl. Co označujeme jako „on sám“ (*tan*) je vpravdě jen svrchované Já (*átma svarúpam*). Mysl může vždy existovat jen v závislosti na něčem hrubém (tzn., pouze poznáváním hrubých jmen a forem a těla jako „já“). Sama o sobě nemůže existovat. Existuje-li mysl osamoceně, nazývá se to jemné tělo (*suškma sarira*) neboli duše (*džíva*).

5. To, co v těle vyvstává jako „já“ („já jsem toto tělo“), je mysl. Zkoumáme-li: „Odkud se v těle „já“ myšlenka ponejprve objeví?“, zjistíme, že tím místem je Srdce (*hridajam*). (Poznámka: Všeobecně platí, že kdykoli Šrí Bhagaván používá slovo „místo“ (*idam*), odkazuje se na náš pravý stav, na svrchované Já, a ne na nějaké místo omezené časem a prostorem. To je potvrzeno v dalším odstavci této práce, kde říká: „To místo (*idam*), kde neexistuje ani nejmenší stopa „já“ myšlenky, je samotné, svrchované Já (*svarúpam*).“ Proto když v této větě říká: „Zkoumáme-li, odkud se v těle „já“ myšlenka ponejprve objeví?“ pak ve skutečnosti myslí, že se budeme ptát „co se objevuje?“ V tomto případě odpovědí nebude místo v těle, ale jen, že jsme to „my“, svrchované Já, cosi opravdu existujícího. Proto Šrí Bhagaván často vysvětloval, že pravým významem slova „Srdce“ (*hridajam*) není omezené místo v těle, ale pouze neomezené svrchované Já. Viz. Upadéša Mandžari, kapitola 2, odpověď na otázku č. 9. Nicméně mysl či ego může povstat, jen když považuje tělo za „já“. Proto je také možné označit bod v těle, odkud vyvstává, a to jako „dva prsty doprava od středu hrudní kosti“, ačkoli samozřejmě z pohledu absolutní skutečnosti žádné takové místo neexistuje.) Srdce je zdrojem (doslova místem zrození) mysli. Dokonce, i když člověk nepřetržitě myslí „já jsem já“, povede jej to k Srdci (našemu pravému stavu, ke svrchovanému Já). Ze všech myšlenek, které v mysli vystupují, je „já“ myšlenka (pocitování „já jsem tělo“) první myšlenkou. Teprve po jejím vzniku mohou vystoupit všechny další myšlenky. Tedy jen po objevení se první osoby (subjektu, „já“, jehož formou je pocitování „já jsem tělo“ či „jsem takový a takový“) se objeví také druhé a třetí osoby (objekty, ty, on, ona, to, tamto, toto atd.). Bez první osoby nemohou druhé a třetí osoby existovat.

6. Mysl se ztiší pouze zkoumáním „Kdo jsem já?“. Myšlenka „Kdo jsem já?“ (která je jen prostředkem ke stočení pozornosti k sobě samému) zničí všechny zbývající myšlenky a nakonec bude i ona zničena, podobně jako shoří tyč, která se používá k prohrábnutí pohřební hranice. Pokud vyvstanou jiné myšlenky (a tím ukazují, že byla ztracena sebe-pozornost), člověk by neměl být v pokušení je rozvíjet, ale zkoumat „Komu vyvstaly?“. Nezáleží na tom, kolik myšlenek vyvstane. (Způsob, jak nedbat myšlenek a znovu nabít sebe-pozornosti, je tento) Kdykoli povstane myšlenka, měli bychom pozorně zkoumat „Komu povstala?“. Pak bude poznáno, že „povstala mě“. A pokud člověk zkoumá „Kdo jsem já?“, tak mysl (síla naší pozornosti) se obrátí zpět (od myšlenek) do svého

zdroje (svrchovaného Já). (Pak, protože zde není nikoho, kdo by věnoval pozornost,) myšlenka, který vystala, opět klesne. Opětovným procvičováním tohoto se zvyšuje síla mysli přebývat ve svém zdroji. Když mysl (pozornost), která je jemnou silou, vychází skrze mozek a smyslové orgány (které jsou hmotnými objekty) vně, objevují se jména a formy (objekty tohoto světa), které jsou rovněž hmotnými objekty. Když mysl zůstává v Srdci (ve svém zdroji, ve svrchovaném Já), tak jména a formy zmizí. Udržování mysli v Srdci (upevněním pozornosti na svrchované Já skrze výše uvedený způsob), jí nedovolí vyjít ven a nazývá se „hledění si sebe samého“ (*ahamukham*) nebo „introverzí“ (*antarmukham*). Vyjítí mysli ze Srdce vně se nazývá „extroverzí“ (*bahirmukham*). Když mysl přebývá v Srdci, pak „já“ (já-myšlenka či ego), které je kořenem všech ostatních myšlenek, zmizí a vždy existující svrchované Já zazáří. Místo (či stav), kde neexistuje ani nejmenší stopa já-myšlenky, je pravým Já (*svarúpam*). Jen to je nazýváno „Mlčením“ (*maunam*). Zůstávat tímto způsobem v tichu (*summa irupadu*), lze označit jako „spatřování skrz (oko) poznání“ (*džňána drišti*). K tomu se musí mysl ztišit ve svrchovaném Já (prostřednictvím sebe-pozornosti). Jakéhokoli jiné poznání – poznávání myšlenek druhých lidí, znalost minulosti, přítomnosti a budoucnosti, poznávání události na vzdálených místech – nikdy nemůže být zváno *džňána drišti*.

7. Jediné, co opravdu existuje samo o sobě, je svrchované Já (*átma svarúpa*). Svět, člověk a Bůh překrývají toto svrchované Já podobně, jako se zdá, že vnitřek perlorodky obsahuje stříbro. Trojice svět, člověk a Bůh se objevuje a mizí současně. Svrchované Já samo o sobě je světem. Svrchované Já samo o sobě je „já“ (duše). Svrchované Já samo o sobě je Bůh. Vše je pravé, svrchované Já (*Šiva-svarúpam*).

8. Není jiného vhodnějšího prostředku k utišení mysli, nežli zkoumání (*vičára*). Pokud je mysl ovládnuta jiným způsobem, zůstane jakoby ztišená, ale pak se opět pozdvihne. Utišení mysli se dosáhne i kontrolou dechu (*pránajámou*). Ale mysl zůstane tichá, jen dokud zůstává ztišený i dech (*prána*). Když se dech přestane kontrolovat, mysl opět vystoupí a potuluje se pod vládou tendencí (*vásán*). Zdroj mysli a *prány* je tentýž. Podstatou mysli je myšlenka. Myšlenka „já“ je vskutku první myšlenkou mysli – je samotným egem (*ahankárou*). Místo vzniku ega je rovněž místem, kde pramení dech. Proto, když se ztiší mysl, ztiší se i dech a když se ztiší dech, ztiší se i mysl. Ale v hlubokém spánku (*sušhupti*), třebaže je mysl tichá, dech se neutiší. Je to tak ustanoveno Bohem k ochraně těla a také aby se druzí chybně nedomnívali, že je tělo mrtvé. Když se mysl utiší v bdělém stavu a při ponoření v sobě samé (*samádhi*), pak se utiší i dech. Dech je hrubou formou mysli. Až do okamžiku smrti udržuje mysl dech v těle a když tělo zmírá, mysl odnáší dech s sebou. Proto je kontrola dechu (*pránajáma*) pouhou pomůckou ke kontrole mysli, ale nemůže zapříčinit její zánik (*mano nása*). (Poznámka: *Jelikož mysl disponuje silou odnést s sebou v okamžiku smrti dech, chápeme to tak, že dech je nižší silou nežli mysl. Také proto Bhagaván říká, že pranájáma je pouhou pomůckou ke kontrole mysli, ale nemůže způsobit její zánik.*) Ale pokud mysl ovládáme sebezkoumáním (*átmavičárou*), (což zapříčiní její ztišení), a pravým poznáním (*džňánou*), pak je to dostačující a nemusíme se starat o kontrolu dechu.

9. Podobně jako *pránajáma*, také i meditace na zjevnou formu Boha (*murti dhjána*), opakování posvátných slov (*mantra džapa*) a dodržování stravovacích pravidel (*áhara nijama*) jsou jen pomůcky při kontrolování mysli, (které sami o sobě nemohou přivodit její zánik). Mysl v důsledku praktikování *murti dhjány* a *mantra džapy* získá schopnost jednobodové koncentrace (*ekagram*). Je to podobné, jako když se slonímu chobotu, který se neustále pohybuje (ve snaze chápat se předmětů), podá řetěz, aby jej držel. Slon se pak drží řetězu, místo aby se snažil uchopit něco jiného. Stejně tak je vždy toulající se mysl cvičena, aby se držela jakéhokoli jména nebo formy (Boha), a tím k Bohu přilne. Protože se mysl tříští do nesčetných myšlenek, je každá myšlenka velice slabá. Jak

myšlenek ubývá, stále více roste schopnost jednobodové koncentrace a mysl tím získává na síle, pak bude snadné provádět sebezkoumání (*átmavičára*). (Poznámka: *Praxe džapy a dhjány může pomoci a usnadnit přebývání v sobě samém, což je sebezkoumání. V této souvislosti je dobré zapamatovat si následující pokyn Bhagavána: „Jméno (či formu) Boha bychom neměli používat mechanicky a povrchně či bez pocitu oddanosti (bhakti). Boží jméno musí člověk vzývat s touhou a upřímně se Bohu odevzdat.“*) Skrze *mita sattvika áhara nijama* (Poznámka: *Jde o přijímání jen přiměřeného množství jídla, se striktním vyloučením stravy, která není sattvická, tedy všechno nevegetariánské jídlo jako jsou vejce, ryby a maso, živočišné tuky, alkohol a tabák, nepřiměřeně ostré a slané chutě, nadbytek cibule a česneku apod. Navíc sanskrtské slovo „áhara“ znamená „to, co je přijímáno“, takže v širším slova smyslu áhara nijama nepředstavuje jen dietní pokyny, ale také kontrolu všeho, co vstupuje do mysli prostřednictvím pěti smyslů.*), což je nejlepší ze všech pomocných prostředků, vzroste *sattvické* ladění mysli, které je při sebezkoumání pomocí.

10. Třebaže tendence stáčet se pozorností ke smyslovým objektům (*višhája vásany*), se stále vrací, i když byly jednou utlumeny, podobně jako se objevuje nespočetně vln na hladině oceánu, nakonec budou všechny zničeny, když se zvýší intenzita sebezpozornosti (*svarúpa dhjána*). Aniž bychom dávali prostor pochybám „je možné všechny tyto tendence (*vásany*) zničit a přebývat jen jako svrchované Já?“, měli bychom opakovaně lnout k sebezpozornosti. Ať je člověk jakkoli velký hříšník, ať nenaříká „Och, jsem hříšník! Jak mohu být spasen?“, ale ať se zcela zbaví myšlenky, že je hříšník, protože stálým udržováním sebezpozornosti bude jistě zachráněn. (Poznámka: *Posledním slovem ve větě je tamilské slovo „urupaduvan“, což v běžném smyslu znamená „bude napraven“ nebo „bude přetvořen“ či „uspěje ve své snaze“. Ale hlubší význam slova je „dosáhne pravého Já“ – uru = svrchované Já či svarúpa, paduvan = dosáhne či bude usazen v).*

11. Dokud v mysli existují tendence k objektům směřující (*višhája vásany*), tak je zkoumání „Kdo jsem já?“ nezbytné. Když povstanou myšlenky, měli bychom dotazováním zničit každou z nich, a to přímo v místě jejich zrodu. Nevšímat i toho, co je druhé (*anja*; tzn. jakéhokoli objektu druhé či třetí osoby), je nepřipoutanost (*vajrágja*) neboli beztužebnost (*nirasa*). Neopouštět svrchované Já je poznání (*džňána*). V pravdě, obojí (beztužebnost a poznání) je jedno, a to samé. Jako si lovec perel váže k pasu kámen a potopí se hluboko do moře, odkud vyloví perlu, ležící na dně, tak by se měl každý opásat nepřipoutaností (*vajrágja*) a hluboce se ponořit do svého nitra a získat perlu svrchovaného Já. Pokud nepřerušovaně přebýváme ve vzpomínce na svrchované Já (*svarúpa smarana*); tzn. ve vzpomínce či pozornosti k pouhému pocitování „já“, dokud nedosáhneme svrchovaného Já, pak je to samo o sobě dostačující. Dokud jsou uvnitř pevnosti nepřátelé, budou neustále podnikat výpady. Když je při každém výpadu ničíme, pevnost nakonec padne do našich rukou.

12. Bůh a *guru* vpravdě nejsou rozdílní. Jako nemůže uniknout kořist, která padla do chřtánu tygra, tak i ti, na něž padl i jen záblesk Milosti *guru*, budou jistě zachráněni a nikdy nebudou opuštěni. Přesto by měl člověk neochvějně sledovat cestu, kterou mu *guru* ukázal.

13. Pevně setrvat v sebe-přebývání (*átma ništha*), aniž bychom dávali sebemenší prostor pro vznik jakékoli myšlenky, která není myšlením na svrchované Já (*átma čintanai*), je podrobením sebe sama Bohu. (Poznámka: *„Myšlení na svrchované Já“ znamená výhradně sebezpozornost. Třebaže zde Bhagaván užívá slovo „myšlení“ (čintanai), ve smyslu sebe-pozornosti, musí být chápáno, že sebezpozornost není mentální aktivitou. Věnování pozornosti svrchovanému Já není ničím jiným, nežli přebýváním jako svrchované Já, a proto se nejedná o „konání“, ale o „bytí“, tzn., že to není mentální aktivita, ale náš přirozený stav pouhého bytí. K témuž odkazuje i první verš Ulladu Narpadu, kde Šrí Bhagaván odkrývá, že správný způsob „myšlení na“ (meditace na) svrchované Já je přebývat v pravém*

Já jako svrchované Já.) Ať na Boha naložíme jakýkoli náklad, unese jej. Protože všechny činy jsou vykonávány Svrchovanou, vše řídící Silou, proč se jí nepodrobíme, a místo toho si stále myslíme „měl bych jednat tímto způsobem, měl bych jednat jiným způsobem“? Když víme, že vlak uveze všechna břemena, proč bychom měli za jízdy trpět tím, že své zavazadlo neseme na hlavě, místo abychom jej složili na zem a cestovali v pohodlí?

14. Co se nazývá štěstím (*sukham*), je jen podstata svrchovaného Já. Štěstí a svrchované Já se neliší. Jediné, co existuje, je štěstí svrchovaného Já (*átma sukham*), to jediné je skutečné. Není žádného štěstí v jakémkoli předmětu světa. Jen kvůli našemu špatnému rozlišování (*avivéka*) se domníváme, že štěstí pochází z věcí tohoto světa. Když mysl vchází vně, zažívá bídu (*dukham*). Ale když jsou naše myšlenky (touhy) naplněné, mysl se stočí zpět do svého zdroje (svrchovaného Já) a zakouší jen štěstí svrchovaného Já. Podobně i během spánku, *samádhi* a mdlob, a když získáme to, co máme rádi, nebo když se nestane to, co rádi nemáme, tak se mysl stává introvertní a zakouší samotné štěstí svrchovaného Já. Takto se mysl potuluje bez oddechu. Opouští svrchované Já a (opět) se do něj navrácí. Pod stromem je nádherný stín. Venku žhne žár slunce. Člověk, unavený putováním, dosahuje stínu a je v chladnu. Po chvílce však opět vychází, ale protože není schopen snést horko, vrací se znovu pod strom. Takže vychází zpod stínu a opět s do něj navrácí. Kdo si takto počíná, je člověkem, kterému schází rozlišování (*avivéki*). Ale člověk s rozlišováním (*vivki*) stín nikdy neopustí. Stejně i mysl mudrce (*džňánina*) nikdy neopouští *brahman* (které je svrchovaným Já). Ale mysl nevědomého (*adžňánina*) je taková, že putuje světem, a tím trpí. K *brahman* se stočí jen pro krátké ochutnání štěstí. Čemu říkáme svět, není nic než myšlenka. Když svět zmizí, tedy když zde není žádná myšlenka, pak mysl zakouší blaženost (*ánanda*). Když se svět objeví, pak prožívá bídu.

15. Tak jako pouhou přítomností slunce, které vychází bez touhy (*ičča*), záměru (*sankalpa*) či úsilí (*jatnam*) zvětšovací čočka roznítlá oheň, lotos kvete, voda se vypařuje a lidé začínají konat svoji práci, aby ji večer ukončili a stejně jako se jehla pohybuje v přítomnosti magnetu, tak také pouhou přítomností Boha, který je prost záměru (*sankalpa*), lidské duše (*džívové*), které podléhají třem božským funkcím (*muttozhi*) či pěti funkcím boží (*pančakritjas*) vykonávají a končí svoje činnosti v souladu se svojí osobní *karmou* (tzn. nejenom ve shodě se svým *prárabdha karmanem* neboli osudem, ale také podle svých *purva katma vásán* neboli získaných tendencí). (Poznámka: V Písmu se uvádí buď tři boží funkce, a sice stvoření (*srišthi*), udržování (*sthiti*) a zničení (*Samhara*) nebo pět funkcí, což jsou tři zde uvedené plus zastření (*tirodhána*) a Milost (*anugráha*) Přesto Bůh není tím, kdo by měl záměr. Žádný konkrétní čin (*karma*) se jej nedotýká. Je to stejné, jako když činnosti světa nemají vliv na slunce, nebo jako když dobré a špatné vlastnosti čtyř základních elementů (země, voda, vzduch a oheň) neovlivňují všepřonikající prostor (který je pátým elementem).

16. Ve všech Písmech se praví, že člověk musí ovládat mysl, aby dosáhl osvobození (*mukti*). (Poznámka: *Tamilské slovo, které zde Bhagaván použil pro výraz „ovládat“, je „adakku“, což doslova znamená „ustoupit“ nebo „ukončit aktivitu“. Takovéto ovládnutí (adakkam) nebo též usazení (odukkam) myslí může být buď dočasné (manolája neboli dočasné zklidnění mysli) nebo stálé (manonása neboli naprosté zničení mysli), jak to uvádí Bhagaván ve verši 13, v díle Upadéša Undijar. Ve výš uvedeném kontextu však slovo „ovládat“ (adakku) znamená výhradně „zničit“, když Bhagaván ve verši 40 v díle Ulladu Narpadu vyjevil, že osvobození představuje pouze zničení ega (či mysli)*) Po pochopení, že kontrola mysli (*mano nigraha*) je závěrečným usnesením (nařízením) písem, je opakované studium Písem zbytečné. K dosažení kontroly mysli je nezbytné zkoumat, kým člověk je a co je, místo aby zkoumal (čím je) v Písmu. Člověk může poznat sám sebe vlastním zrakem poznání (*džňána kan*). Je nutné zrcadlo, aby Ráma zjistil, že je Rámou? Vlastní já se nachází uvnitř pěti obalů (*pančo kóšas*), zatímco Písma jsou vně těchto obalů. (Poznámka: Výraz „vlastní já“ (*tan*) zde spíše

označuje ego, které je ztotožněné s pěti obaly a pokládá je za „já“ a za „můj prostor“, nežli svrchované Já, které za všemi omezeními, která vyjadřujeme pojmy „uvnitř“ či „vně“. Jako Ráma nepotřebuje zrcadlo, aby poznal, že tělo, kterému se říká Ráma, je on sám, protože pocíťování „jsem Ráma, jsem toto tělo“ je uvnitř těla, tak také nepotřebujeme písma, abychom poznali, že existujeme, protože pocíťování naší existence není v písmu, ale výhradně uvnitř pěti obalů, které nyní vnímáme jako „já“. Proto, abychom poznali, kdo jsme, nesmíme věnovat pozornost Písmu, které se nachází mimo těchto pět obalů, ale pouze pocíťování „já“, které je uvnitř oněch obalů. A navíc, jelikož těchto pět obalů zahluje naši skutečnou podstatu, nesmíme si jich při zkoumání sebe samých (věnování se sobě samým) všimnout a nevěnovat jim pozornost.) Proto hledání sebe sama v Písmech – toho, kdo má být nalezen, když dáme stranou pět obalů – je marné. Pouze zkoumání „kdo jsem já, jenž je trpí svázaností“ a poznání svojí vlastní skutečné podstaty (*svarúpam*) je osvobozením (*mukti*). Jen neustálé udržování mysli (její pozornosti) ve svrchovaném Já (v pocíťování „já“) lze nazvat sebezkoumáním (*átmavičárou*), zatímco meditace (*dhjána*) představuje přemýšlení o jednotě sebe sama s Absolutnem (*brahman*), které je bytím-vědomím-blažeností (*sat-čít-ánanda*). Vše, co se člověk naučí, musí být v určitý čas zapomenuto.

17. Jako je bezvýznamné zkoumat smetí, které chceme vyhodit, tak je také pro toho, kdo chce poznat sám sebe, bezvýznamné počítat a zkoumat vlastnosti *tattev* (základních principů stvoření, z nichž je složen svět, duše a Bůh), které zahalují naše svrchované Já. Všechny bychom je měli ponechat stranou. Člověk má považovat svět (celý náš život na tomto světě) za podobný snu.

18. S výjimkou toho, že stav bdění je dlouhý a sen je krátký, není mezi nimi žádný rozdíl. (Poznámka: I když zde Bhagaván říká, že bdění je dlouhé a sen je krátký, skutečnou pravdu odhaluje ve verši 560 díla Guru Váčaka Kovai, kde říká: „Odpověď, že 'bdění je dlouhé a sen je krátký' je poskytovaná pouze jako formální odpověď tázajícímu. (Ve skutečnosti žádný takový rozdíl neexistuje, protože čas sám o sobě je jen mentální představou). Představa rozdílnosti času (jako dlouhý a krátký) se zdá být skutečná jen v důsledku klamně hry máji, pod jejímž vlivem se nachází mysl.) Jako se zdají být skutečné všechny události, které se odehrávají ve stavu bdění, tak stejně se zdají být skutečné události, které se přihodí během snu. Mysl si ve snu osvojí jiné tělo. Jména a formy (objekty) vznikají současně jak při bdění, tak i ve snu, (a proto mezi těmito dvěma stavy není rozdílu).

19. Neexistují dvě mysli – a sice jedna dobrá a jedna špatná. Mysl je pouze jedna. Pouze tendence (*vásany*) jsou dvojího druhu – příznivé (*subha*) a nepříznivé (*asubha*). Když je mysl pod vlivem příznivých tendencí, označuje se jako dobrá mysl, a když je pod vlivem nepříznivých tendencí, je to špatná mysl. Ať se nám druzí zdají jakkoli špatní, neměli bychom k nim mít odpor. Máme být vyrovnání vůči sympatiím i nesympatiím. Člověk by neměl mysli dovolit, aby prodlévala ve světských záležitostech. Jak je to jen možné, neměli bychom zasahovat do záležitostí ostatních lidí. Vše, co člověk poskytuje jiným, poskytuje sám sobě. Pokud by byla tato pravda známa všem, byl by tu někdo, kdo by se zdráhal obdarovat jiné?

20. Když vystoupí „já“ (ego), vystoupí vše. Když „já“ ustoupí, ustoupí vše. Do té míry, do jaké se chováme pokorně (a pouze v tomto rozsahu), přijdou dobré výsledky. Když člověk kontroluje svoji mysl (udržuje mysl tichou), pak může žít kdekoli.

Dodatek 2

Átmavičára Patikam

Yar Jnani?

Sandehi Yarendru Sandehi!

Džapa

Čtyři následující básně jsou překlady některých veršů z *Sádhanai Sáram* – tamilského díla Šrí Sádhu Óma.

Átmavičára Patikam

Jedenáct veršů o sebezkoumání

1. Myšlení je mentální (*vritti*), bytí mentální není! Zkoumáme-li „kdo myslí?“, myšlení tím skončí. Ale i když myšlenky neexistují, tak vy přece existujete. Přebývat takto ve zdroji myšlenek je stavem setrvávání v sobě samém (*ništha*)! Tímto buďte!

2. Ten, kdo myslí, je individuální duše (*džíva*). Ten, kdo je, je Svrchované (*brahman*)! Pokud myslící s nesmírnou láskou myslí na Toho, který je tichý, pak tato myšlenka, tato láska k bytí, se stane osvobozující myšlenkou – myšlenkou, která ničí veškeré myšlení. Když myslící i se všemi svými myšlenkami takto zmirá, to, co je přežívá, je spojení se Svrchovaným (*Šiva sajujam*)!

3. Ten, kdo myslí „já (jsem takový či onaký)“, je jen jednou z mnoha myšlenek. Ze všech myšlenek je myšlenka „já (jsem takový či onaký)“ zcela první. *Džíva*, který myslí „já (jsem takový či onaký)“, je naším pouhým odrazem. Pokud si nikdy nemyslíme „já (jsem takový či onaký)“, pak záříme jako TO – Svrchované.

4. Myšlenka „já (jsem tělo)“ v hlubokém spánku neexistuje. Myšlenka „já (jsem tělo)“ neexistuje ani v pravdivém stavu *džňána*. Proto je „já“ neskutečné, jelikož vyvstává a mizí mezi těmito dvěma stavy. Toto „já“ je pouze myšlenka.

5. Zesílení myšlenky „já“ je vskutku jen zesílením bídy! Jen tato myšlenka „já“ je tím, co se označujeme jako ego. Jen kvůli našemu ne-zkoumání myšlenka „já“ vznikla a rozvíjí se! Pokud se místo toho, abychom jí v ní našli zalíbení, zeptáme „co je toto 'já'?", pak zmizí a přestane existovat.

6. Druhé a třetí osoby (objekty) žijí jen díky kořenu – první osobě (subjektu neboli egu). Pokud se vrtošivá mysl stočí směrem k první sobě, pak první osoba přestane existovat a TO, co opravdu je, navždy zazáří. Toto nezničitelní, skutečné, svrchované Já je *džňána*.

7. Myslet na druhé či třetí osoby je naprostá hloupost, protože myšlením na ně narůstá mentální aktivita (*mani vrittis*). Naproti tomu věnování pozornosti první osobě je rovno sebevraždě, protože pouze zkoumáním první osoby ego zmirá (automaticky).

8. Všímání si druhých a třetích osob, místo stočení pozornosti směrem k první osobě, je výsledkem nevědomosti (*adžňána*). Pokud se ptáte „Cožpak pozornost k egu rovněž není výsledkem nevědomosti? Proč bychom se měli tomuto „já“ věnovat?“, pak naslouchejte:

9. Důvod, proč „já“ zmírání, když je zkoumáno „kdo jsem já?“, je následující: Myšlenka „já“ je odraženým paprskem *džňány* (svrchovaného Já) (a samo je tak přímo spojené se svrchovaným Já, zatímco u ostatních myšlenek tomu tak není). Takže jde-li pozornost podél tohoto paprsku „já“ stále hlouběji a hlouběji, délka paprsku se více a více zkracuje a když paprsek „já“ zmírání, pak to, co zazáří jako Já je džňána.

10. Nebudte činní s myšlenkou „mělo by to být vykonáno mnou“. Nic vámi není činěno, protože vy prostě nejste! Tímto poznáním, a pokud se vyhnete vzestupu pocitu konajícího, bude vše správně vykonáno Jím a váš mír zůstane neporušený!

11. Zkoumáme-li „co je skutečné?“, pak zjistíme, že na světě není nic skutečné. Skutečné (*satjam*) je jedině svrchované Já. Proto se všeho zřekněme a přebývejme vždy neochvějně jako ona skutečnost (*sat*). Jen toto je službou, kterou nám nakázal Šrí Raman, náš věčný Pán!

Yar Jnani?

Kdo je džňáninem?

1. Je to mysl, která rozhoduje „Ten je džňáninem, ten není džňáninem. Má poznání (*džňánu*) či je nevědomý (*adžňánu*)?“ *Džňánin* (znalec svrchovaného Já) je pouze jeden! Proto *džňánin*, spatřovaný nevědomou myslí, která vidí *džňániny* jako mnohé, je jen výsledkem nevědomé mysli.

2. Sami o sobě jste pouhou myšlenkou. Proto ten, kdo je vámi považován za *mahátmu* (*džňánina*), není nic jiného, než jedna z vašich myšlenek! Jak by mohla být takováto iluzorní myšlenka *átmadžňáninem* – Svrchovaným? Této pravdě byste měli porozumět!

3. Říkat „On je velký. Je to *džňánin*, já to vím,“ je špatně. Dokonce i říkat „Všichni jsou *džňániny*,“ je špatně, protože zření velkého množství lidí je jen známkou nevědomosti (*adžňány*). Je zde jen jeden, kdo existuje a TO jste vy. Této pravdě byste měli porozumět!

4. Z pohledu *džňánina* neexistuje žádný nevědoucí (*adžňánin*). (Podobně jako nikdy nemůže existovat *džňánin* v pohledu *adžňánina*.) *Adžňánin* považuje tělo *džňánina* za *džňánina*! Ale pokud je *džňánin* zřen tímto způsobem, pak se *adžňánin* stává tím, kdo spatřuje *džňánina* jako *adžňánina*!

5. Bez ohledu na to, kolik *mahátmu* jste navštívili a bez ohledu na to, že dokáží projevit třebas i osminásobné okultní síly (*ašta siddhis*), vezte, že skutečným *mahátmu* je pouze ten, kdo stočí vaši pozornost k sobě samému, když vám říká: „Nedbej kejklřství mysli. Stoč se do nitra.“

6. Opusťte *átma* (člověka), který putuje do Himalájí a do lesů ve snaze nalézt *mahátmy*. Staňte se nejdříve *sukhátmu* (blaženým) tím, že vstoupíte do sebe sama zkoumáním „odkud pocházím (odkud pochází mé já)?“ Pak všichni *mahátmové*, kteří se před vámi objeví, budou shledání jako totožní s vaším vlastním átmanem (svrchovaným Já). To prohlásil Šrí Ramana!

7. Rozeznat *džňánina* před poznáním svého pravého Já není možné. Proto se stále držte jediného hodnotného úsilí – zničení pocitu „já jsem individuální bytost“ (*džíva*).

8. Pokud tedy ve vás znovu vystoupí myšlenka vědět, zda je někdo *džňánin* nebo *adžňánin*, okamžitě ji odmítněte horlivým upnutím vaší pozornosti na zdroj, ze kterého tato myšlenka povstala, a to skrze dotaz „kdo jsem já?“

9. Zanechte snahy poznat, zda ten či ta je *džňáninem* nebo *adžňáninem* a zkoumejte „Kdo je ten, kdo poznává, že je zde ten či ta?“ Odpověď bude „já“. Když dále zkoumáte „co je toto já?“, pak jedině tímto zkoumáním se vám odhalí skutečný *džňánin* (jako „Já jsem toto Já jsem“)!!

10. Nechte kohokoli, ať se prohlašuje za *džňánina*. Jaký to má pro nás význam? Dokud nepoznáme naše vlastní, svrchované Já, je nám to k ničemu. Jen zkoumáním bude nalezeno, že *džňána* sama o sobě je *džňáninem*. *Džňánin* nemá lidskou formu – On je vskutku svrchovaným prostorem vědomí a my jsme TO.

11. Zničte proto prostřednictvím zkoumání mysl, která se pokouší poznat, že „tento či tamten je *džňáninem*“. Jen řádným poznáním skrze Ticho se odhalí, že *džňána* (vědomí), která nikdy nepovstane jako „já jsem toto či tamto“, je sama o sobě *džňáninem*!

Sandehi Yarendru Sandehi!

Pochybujte o pochybujícím!

1. Je nějaká vhodná odpověď na pochyby, které přišly, nebo je lepší stav, v němž pochyby nepřicházejí? Čemu dáváš přednost?

Moudrý výhradně doporučuje stát se čistým poznáním (*džňánou*), v níž není žádný prostor pro pochybnosti.

2. Dokonce, i když je konkrétní pochybnost, která se dostavila, jednou vyjasněna vhodnou odpovědí, stejně budou ve vaší mysli znovu vyvěrat další pochyby. Pokud s takovými obtížemi nechcete smířit, zkoumejte v nitru „odkud tato pochybnost přichází?“.

3. Pochybnosti se mohou týkat jen věcí jiných, než jsme my sami. Není možné, aby vyvstala pochybnost o naší existenci. Pouze pokud se omylem považujeme za fyzickou bytost (tělo), pak vyvstanou pochybnosti o světě a o Bohu (který vstupuje do existence pouze, když se chybně ztotožňujeme s myšlenkou „já jsem tělo“). Je-li naše bytí poznáno jako bytí svrchovaného Já, nevystane žádná pochybnost!

4. Předtím, než se vyjasní pochyba „jsem toto tělo nebo něco jiného?“, proč by se měl člověk zabývat pochybnostmi o jiných věcech (jako je svět a Bůh)? Vězte, že opravdoví aspiranti berou v úvahu jen jedinou otázku (pochybu), a to zkoumání v nitru „Kdo jsem já?“.

5. Ať přijde jakákoli pochybnost, nemůže vyvstat bez povstání vás – toho prvotního, co musí existovat – toho, kdo vyvstal. Proto prvotní pochybnost, totiž nevědomost toho, čím jste, je kořenem všech ostatních pochyb!

6. Dokud není tato prvotní pochybnost vyjasněna, tak bude vyvolávat další pochybnosti. Je to jako odřezávat listy z větví stromu, které vždy znovu a znovu vypučí. Ale pokud odřízneme kořen, pak již listy znovu nevypučí!

7. Pochybnosti o skutečnosti světa a Boha vyvstanou jen kvůli naší chybě, že nepoznáváme skutečnost nás samých. Když naše skutečnost září jako svrchované Já bez čehokoli dalšího, jaké pochyby by se mohly objevit?

8. Během spánku se pochyby neobjevují. Když spánek skončí, pak jakoby z něj kdosi povstal. Tento „někdo“, kdo je nyní zde (v bdělém stavu), je ten, kdo pochybuje. Ve spánku neexistoval, ale nyní existuje. Proto vy, (kdo existuje i ve spánku), nejste pochybujícím!

9. Pochybující existuje pouze ve stavu bdění a snění. Během spánku mizí. Vy, kdož jste ve spánku existovali, měli jste nějaké pochyby? Vy, kdož existujete dokonce i ve spánku, jste TO (*brahman* neboli svrchované Já).

10. Samotná existence pochybující je pochybná, ale vaše existence je nezpochybnitelná, je to absolutní existence! Ten, kdo povstává jako „já jsem tělo“, je pochybující, ale vy jste prostorem džňány; je tu snad k poznávání ještě něco jiného?

11. Z výše uvedeného důvodu milostivý Pán Ramana, vtělení *džňány*, který mě přijal jako vlastního, odpověděl na jednu z mnoha otázek, položených jeho upřímnými stoupenci: „Pochybujte 'Kdo je pochybující, jež klade tyto otázky?'!“

Džapa

Opakování božího jména

1. Jednobodovost mysli není jedinou výhodou, kterou získáme opakováním (*džapou*) božího jména. Hlavní výhodou je naprosté odevzdání sebe sama Bohu, v důsledku láskyplného rozpuštění se v Něm a v důsledku záplavy lásky k Němu.

2. Jediné připomenutí si božího jména s nekolísavou (zaostřenou) myslí je více, než vykonání stovek miliónů opakování božího jména s potulující se myslí. Dokonce i jediné vzývání božího jména (ať už mentálně či ústy) s upřímnou láskou je mnohem cennější, nežli vykonání stovek miliónů *džap* s tichou (jednobodovou) myslí.

3. K vyslovení božího jména (mentálně nebo ústy) to jediné, co je podstatné, je láska. Tak pokud někdo dobře ví jak smíchat lásku s *džapou*, pak výsledkem nebude pouze jednobodovost, ale dokonce nesmrtelnost!

4. Sjednocující láska se jménem božím představuje oběť, kterou se Jemu sami a zcela odevzdáváme. Jak? „My“ jsme ona láska a „jméno boží“ je Bůh sám. Takto zde (prostřednictvím *džapy*) funguje princip sebedrobení se, jehož výsledkem je dosažení stavu svrchovaného Já!

5. *Džapa*, která za něco stojí, může být rozdělena do dvou kategorií, a sice na *džňána džapu* a *bhakti džapu*. „Já – Já“ (neboli „Já jsem“ či „Já jsem Já“) představuje *džňána džapu*. *Náma džapa* (tzn., opakování božího jména, dokonce i jen jedenkrát) prováděná s láskou je *bhakti džapa*. Ten, kdo vykonává *džňána džapu*, se pokouší poznat skutečný význam slova „já“, zatímco ten, kdo provádí *bhakti džapu*, splyne s Bohem v lásce.

6. Mysl, která se skrze *džňána džapu* věnuje pravému významu slova „já“, zmirá ve svrchovaném Já, když pozbývá své individuality. Mysl, která se rozplývá v lásce a (skrze *bhakti džapu*) objímá jméno Boha, jež je čistým vědomím (*čit*), přetvoří sebe samu ve stálou formu blaženosti (*ánanda*). Jako taková nemůže zůstat coby oddělená entita.

7. *Džňána džapa* poskytuje tazateli veškerou potřebnou pomoc a vedení. *Bhakti džapa* spojuje oddaného stoupence s Bohem. Ať už se v člověku objeví láska k jakékoli z těchto dvou *džap*, člověk má být připravený ji přijmout za vlastní.

8. Náš božský Mistr, *átma* Ramana, nám poskytl jen dvě cesty, a to sebezkoumání (cestu poznání neboli *džňána marga*) a sebedrobení (cestu lásky čili *bhakti marga*). Proto vězte, že v souladu s těmito dvěma cestami existuje i *džapa* dvojího druhu. Následujte jakoukoli z nich a dosáhnete cíle (kterým je přebývání ve svrchovaném Já – ve stavu bez ega)!

Dodatek 3

Práce a sádhana

(Text vychází z dopisu, který Sádhu Óm napsal jako odpověď příteli na jeho dotaz: „Je vůbec v praxi možné udržovat během dne neustálou sebezpozornost, když nejrůznější denní aktivity vyžadují veškerou naši pozornost?“)

Základním proviněním proti lidskosti je, že lidé nikdy nestočí svoji pozornost směrem k první osobě (subjektu „já“), aby zjistili „Kdo jsem já?“. Od probuzení až ke spánku, od narození ke smrti, od stvoření až po jeho rozpuštění, všichni lidé – vlastně všechny žijící bytosti věnují svoji pozornost jen druhým a třetím osobám. A jaký je výsledek takovéto pozornosti? Je jím nesdělitelné množství bídy!

Při vědomí, že veškerá bída vyvstává v důsledku zásadního omylu – dědičného hříchu – a sice věnování pozornosti druhým a třetím osobám, namísto abychom dbali a poznávali pravou podstatu první osoby, se Bhagaván Šrí Ramana projevil ve světě, aby lidem sdělil: „Během stavu bdění a snění věnujete pozornost jen druhým a třetím osobám. V důsledku toho zažíváte nekonečnou bídu. Ale ve spánku, kdy si nevšímáte nějaké druhé či třetí osoby, neprožíváte žádnou bídu. Přehlížíte míruplné štěstí, které jste jako spící zažívali, a sháníte se po štěstí v bdělém stavu tím, že jste zaujatí nesčítným množstvím vnějších objektů. Skutečnost, že jste během spánku, za nepřítomnosti těchto objektů, zažili štěstí, znamená, že štěstí se nenachází ve vnějších objektech, ale ve vás – v první osobě, v subjektu. Tak proč i v bdělém stavu nezkusit odmítnout věnovat pozornost druhým a třetím osobám a věnovat ji první osobě – 'já'?“

Šrí Bhagaván, jakožto vynikající duchovní lékař, diagnostikoval přesnou příčinu našich utrpení a předepsal dokonalý způsob léčby – užívat lék sebezpozornosti a dodržovat dietní omezení, tedy vyhýbat se pozornosti vůči druhým a třetím osobám.

Ti z nás, kdož uposlechnou rady Šrí Bhagavána a touží projít jím předepsanou léčbou, jsou nazýváni *mumukšus* či aspiranti osvobození. K tomu, aby člověk získal způsobilost aspiranta, musí mít absolutní přesvědčení, že jediný cíl všech žijících bytostí není možné získat z vnějších objektů, ale pouze z vlastního, nejvnitřnějšího, svrchovaného Já. Má-li člověk tento předpoklad, bude v jeho srdci vyvstávat intenzivní touha, aby zkusil věnovat pozornost svrchovanému Já a poznal jej. Pro opravdového aspiranta se touha a úsilí poznat svrchované Já stane v jeho životě tím nejdůležitějším a vše ostatní bude považovat za druhotné. Když v člověku vyvstává takováto intenzivní touha, úspěch je jistý, protože „kde je vůle, je i cesta“.

Nicméně, někteří stoupenci, když toto vyslechnou, se ptají, zda je nutné se vzdát veškerých aktivit k tomu, aby byli schopni se věnovat praxi pozornosti ke svrchovanému Já. Ptají se: „Pokud s naprostou vážností provádíme sádhanu sebezpozornosti, není práce překážkou? Ale když se vzdáme veškeré práce, jak si máme opatřit jídlo, šaty a obydlí, když to vše je pro tělo nutné?“ Kdykoli se stoupenci takto ptali Šrí Bhagavána, míval ve zvyku odpovídat, že práce nemusí být překážkou pro duchovní praxi (*sádhanu*). To samozřejmě neznamena, že by měl aspirant pracovat v stejném smyslu jako světský člověk či se stejným cílem. Smysl práce nebo její zaměření, jak by měl aspirant ve světě pracovat, může být doložen následujícím příkladem:

Řekněme, že obchodník si pronajímá obchod v centru velkoměsta za 1000 rupií měsíčně. Pokud by cílem jeho obchodu bylo vydělat pouze na uhrazení nájmu za obchod, pak by jeho počínání

nemělo cenu. Nemá snad být jeho cílem vydělat více než 1000 rupií za měsíc? Pokud však nevydělá dostatečné množství peněz, pak nebude schopen uhradit měsíční nájemné a nebude moci vydělávat.

Naše tělo se podobá obchodu, pronajatém obchodníkem. Cílem, s jakým si tělo pronajímáme, je uvědomění si svrchovaného Já, zatímco nájemné, které za tělo musíme platit, představuje jídlo, šatstvo a přístřeší. Abychom nájem splatili, musíme pracovat – používat naši mysl, řeč a tělo jako naše nástroje. Pokud nesplatíme nájem, pak nemůžeme žít v těle a dopracovávat se k nesmírnému zisku ze sebepoznání. Leč, neměli bychom strávit celý náš život, veškerý náš čas, tím, že budeme usilovat jen o splacení nájmu. Mysl, řeč a tělo by měli pracovat jen tolik a s takovým úsilím, které se k zaplacení nájmu požaduje, tedy pro zajištění jídla, šatstva a přístřeší, které je pro tělo nezbytné. Pokud místo toho věnujeme všechnen náš čas tomu, že kvůli tělu hromadíme potěšení a vymoženosti, jak to světští lidé dělají, pak budeme jako zbytečný obchodník, který pracuje jen proto, aby zaplatil svůj nájem, když se nikdy nepokouší dosáhnout zisku. Proto by měl opravdový aspirant uspořádat svoji práci tak, aby v ní strávil jen takové množství času a vydal takové množství energie, které je pro zachování těla nezbytné, a aby tak mohl zužitkovat zbývající čas a energii snahou dopracovat se ohromného zisku ze sebepoznání.

Prárabdha (Poznámka: Ta část ovoce našich minulých činnosti neboli karmanu, která je z nařízení Boha určena k odžití v tomto životě.) určitých aspirantů je guruem čili Bohem uspořádána tak, že musejí vykonat jen malou nebo žádnou práci k tomu, aby udrželi tělo při životě, zatímco u jiných aspirantů je osud uspořádán tak, že musí strávit většinu svého času prací za účelem podpory svého těla. Ale ať je *prárabdha* uspořádána jakkoli, vždy je tomu tak pro vlastní dobro aspiranta, tedy pro konečné dosažení sebepoznání. A co víc – protože *prárabdha* určuje pouze vnější aktivity těla a mysli, nemůže nijak zabrzdit vnitřní žádost a touhu po poznání svrchovaného Já. Má-li člověk intenzivní touhu po sebepoznání, milost gurua mu jistě bude pomáhat všemi způsoby – zevnitř i zvnějšku, aby mu umožnila věnovat se svrchovanému Já.

Avšak někteří lidé si stěžují, že jsou po celý svůj život nuceni se věnovat mnoha činnostem, takže nemají žádný čas na praktikování sebepozornosti. Ale cožpak si i uprostřed mnoha jiných důležitých činností nenajdeme čas se najíst, vykoupat se, jít na toaletu či spát? Podobně nalezneme ryzí aspirant i uprostřed všech ostatních činností přinejmenším několik minut každý den na to, aby procvičoval sebepozornost. Na začátku, podle možností, bychom se měli věnovat cvičení sebepozornosti alespoň deset minut ráno a večer. Takováto denní praxe je doporučována Šrí Bhgavánem ve verši 44 díla *Šrí Arunácala Akšaramanamalai* (Svatební věnec z veršů ke chvále Šrí Arunáčaly), kde říká: „Stoč se do nitra sebe sama, denně hled' na sebe sama introverzním zrakem, a tím bude poznána skutečnost. Tak si mi pravila, má milovaná Arunáčalo!“

Pokud po nějakou dobu pokračujeme v takovémto pravidelném cvičení, pak se praktikování sebepozornosti stane čím dál tím více zaběhnutým zvykem a člověk pak shledá, že je možné odklonit naši pozornost od druhých a třetích osob dokonce i uprostřed všech denních aktivit, kdykoli se vyskytne trocha volného času, což je obvykle mezi koncem jedné činnosti a začátkem druhé. Pokud člověk zkouší stočit svoji pozornost k první osobě vždy, když má pár chvil volna, pak z toho na konci dne bude dosti času, který byl věnován sebepozornosti, třebaže přerušovaně. Postupně se zjistí, že přerušovaná sebepozornost je velkou pomocí při formálním cvičení (deset minu až půl hodiny každé ráno a večer), kdy nic naší praxi nepřekáží.

Zpočátku člověk není schopen udržovat nepřerušovanou sebepozornost dokonce ani po dobu několika málo minut. Je přirozené, že mysl v důsledku starých zvyků začne myslet na druhé nebo třetí osoby. Vždy, když se pozornost stočí vně, aspirant se jí pokouší znovu vrátit směrem k první osobě. Tento proces – uvolnění sebepozornosti a následné snahy ji znovu získat – se bude donekonečna

opakovat. Je-li mysl aspiranta slabá, a to díky nedostatku lásky pro poznání svrchovaného Já, uvolnění sebezpozornosti bude častější. V takovém případě vzniklý zápas mysl brzy unaví. Namísto toho, abychom opakovaně bojovali o znovunabytí sebezpozornosti, měli bychom na chvíli mysl uvolnit, a to tehdy, když se počáteční pokus o opevnění pozornosti na první osobu stává rozkolísaným. Po odpočinku znovu vykonáme další pokus s čerstvou myslí. Pokud člověk provádí tyto střídavé pokusy, každý z nich bude mít novou sílu a silnější ostrost pozornosti.

Tiskne-li člověk svým palcem tlakoměr, ručička může zpočátku ukazovat tlak deseti kilogramů. Ale když takový člověk zkouší udržet tentýž tlak po dlouhou dobu, ručička tlakoměru ukáže, že tlak posupně klesá a slábne. Pokud ovšem člověk tlak na tlakoměr uvolní a po krátkém odpočinku jej opět stiskne s novou silou, číselník může ukázat i trochu více než deset kilogramů. Podobné je to i v případě sebezpozornosti. Pokud člověk dlouho bojuje se snahou udržet sebezpozornost, síla a jas jeho pozornosti zvolna slábne a klesá. Ale jestliže si člověk raději odpočine, když zjistí, že jeho sebezpozornost ochabuje, a pokračuje až po krátkém odpočinku, pak vykoná nový pokus o upevnění pozornosti na svrchované Já a tento nový pokus bude mít větší sílu a jas. Proto není až tak moc důležitý čas, který věnujeme snaze všimnout si svrchovaného Já, ale upřímnost a intenzita, s nimiž každý nový pokus vykonáváme.

Naše pozornost, která je nyní zaměřená na druhé a třetí osoby, se v průběhu praxe (*sádhany*) musí otočit zpět o 180 stupňů, musí se tak říkajíc zaostřit na sebe samu, na první osobu. Nicméně zpočátku se naše pozornost stočí jen o 5, 10 či 15 stupňů. Je to proto, že tomuto otočení pozornosti brání silný proud – proud našich tendencí (*vásán*) či jemných tužeb po objektech světa. Pokaždé, když se člověk zkouší stočit k první osobě, tak proud našich světských tendencí bude táhnout mysl zpět ke druhým a třetím osobám. Proto počet stupňů, o které jsme schopni otočit pozornost, bude záviset na důkladnosti naší odpoutanosti (*vajrágja*) od objektů světa a na síle naší touhy (*bhakti*) poznat svrchované Já. *Vajrágja* a *bhakti* se budou zvyšovat, pokud pravidelně cvičíme sebezpozornost, opravdově se modlíme ke Šrí Bhagavánovi a neustále udržujeme kontakt s takovými lidmi nebo knihami, které nám opakovaně připomínají, že „Pouze poznáním svrchovaného Já můžeme dosáhnout pravého a trvalého štěstí. Dokud svrchované Já nepoznáváme, budeme nekonečnými způsoby svádění a budeme prožívat bídu. Proto je první a hlavní povinností našeho života poznat svrchované Já – jakákoli jiná snaha nakonec skončí zmarem.“

Jakmile se naše odpoutanost a touha po poznání svrchovaného Já zvýší modlitbou ke guruovi, studiem (*šřavanou*), rozjímáním o jeho učení (*mananou*) a praxí (*nididhásanou*) sebezpozornosti, naše schopnost stočit pozornost na první osobu se zvýší rovněž, až budeme schopni se otočit o 90, 120 či 150 stupňů při každém novém pokusu. Když se takto zvyšuje naše schopnost stáčet pozornost k sobě samým, budeme schopni zakoušet jemný proud sebeuvědomování dokonce i když jsme zaneprázdněni nějakou činností, tzn., že budeme mít zkušenost vědomí našeho bytí, která nebude ničím rušena, ať už naše mysl, řeč či tělo dělají cokoli. Jinými slovy, člověk si bude schopen pamatovat pocit „já jsem“, který je podkladem všech našich aktivit. Ale tento jemný proud sebeuvědomování nesmíme považovat za stav trvalé sebezpozornosti, protože ten člověk prožije, až když pocítí, že je schopen jej takto prožít.

Jak tedy může člověk zažít stav trvalé sebezpozornosti, stav pevného přebývání v sobě samém? Milost *guru*a bude čím dál tím více pomáhat těm aspirantům, kteří uvedeným způsobem znovu a znovu cvičí sebezpozornost s nesmírnou láskou (*bhakti*) k poznání svrchovaného Já. Když se spojí žhnoucí oheň a vanoucí vítr, pak se dějí divy. A podobně, když se spojí žhavý oheň lásky k sebezpoznání s vanoucím větrem milosti guru, uskuteční se nesmírné zázrak. Během některého z nových pokusů bude aspirant schopen stočit svoji pozornost o 180 stupňů směrem ke

svrchovanému Já (bude tedy schopen dosáhnout dokonalého a jasného sebeuvědomění, které není zakaleno ani nejmenším povědomím o druhé nebo třetí osobě), takže pocítí velkou změnu, která se odehraje spontánně a bez úsilí. Síla jeho pozornosti, kterou se již tolikrát pokoušel stočit ke svrchovanému Já a která stále klouzala směrem ke druhým a třetím osobám, bude nyní sevřena silným úchopem spáru, který ji nedovolí stočit se znovu zpět ke druhým a třetím osobám. Tento spár je spár Milosti. I když nám Milost vždy pomáhala a vedla nás, tak až když je člověk takto lapen jejím spárem, stává se naprostou kořistí této Milosti. Pokud člověk jednou otočí pozornost ke svrchovanému Já o plných 180 stupňů, zjistí, že je chycen tímto spárem Milosti, která jej přijme za sebe sama (za vlastního) a navždy jej ochrání před opětovným odklonem ke druhým a třetím osobám. Stav, v němž je mysl takto chycena spárem Milosti, a tedy je navždy utopená ve svém zdroji, je znám jako zkušenost pravého poznání (*džňánanubhutl*), seberealizace (*átmasakšatkaram*), osvobození (*mókša*) atd. Jen toto lze označit jako stav trvalé sebezpozornosti.

Někteří lidé pochybují: „Pokud tomu tak je, zůstane mysl, která dosáhla *samádhi*, navždy utopená ve svém zdroji? Nikdy už nebude schopna vyjít vně a poznávat veškeré druhé a třetí osoby tohoto světa? Není snad skutečností, že dokonce i Bhagaván Šrí Ramana strávil téměř 54 let ve stavu seberealizace a po většinu této doby si všímal druhých a třetích osob?“ Ano, je pravda, že Šrí Bhagaván, ačkoli vždy přebýval ve stavu seberealizace, přesto vnějšího pohledu vypadal, jako že zakouší svět. Jak tomu porozumět?

Znakem *samádhi* není setrvat s netečným tělem a myslí. Třebaže někteří *džňáninové* po seberealizaci tráví celý svůj život v úplném zapomnění těla a světa, netýká se to všech. Návrat tělesného vědomí (a následně i vědomí světa) po dosažení seberealizace je ve shodě s *prárabdha karmanem* těla. V některých případech se tělesné vědomí nevrací, jindy se vrátí po několika vteřinách, hodinách či dnech. Ale pokaždé, když se tělesní vědomí vrátí, tak poznávání druhých a třetích osob nebude zakoušeno! Tedy tělo a svět nejsou *džňáninem* zakoušeny jako druhé a třetí osoby – tedy jako objekty jiné, než je on sám, ale pouze jako jeho vlastní, neomezené a nedělitelné svrchované Já.

Dokud se aspirant chybně považuje za ohraničené tělo, tak v důsledku toho zakouší své neomezené, pravé svrchované Já jako svět – jako množství druhých a třetích osob. Ale po dosažení seberealizace, kdy člověk prožívá sám sebe jako neomezený celek, zjišťuje, že veškeré druhé a třetí osoby, které předtím pociťoval jako od sebe odlišné, nejsou vskutku nic jiného, nežli jeho vlastní, skutečné, svrchované Já. Takže i když se *džňánin* (z pohledu ostatních) věnuje druhým a třetím osobám, ze svého vlastního pohledu věnuje pozornost jen svrchovanému Já. Proto i když se zdá, že je zapletený v mnoha fyzických a duševních aktivitách, ve skutečnosti stále přebývá ve svém přirozeném stavu věčné sebezpozornosti.

Trvalá sebezpozornost je možná jen ve stavu seberealizace a ne při provádění praxe (*sádhaný*). To, co člověk musí během *sádhaný* vykonat, je pěstovat či zušlechtit lásku k dosažení sebezpoznání a vykonávat střídaté, ale opakované pokusy o stočení své pozornosti o plných 180 stupňů směrem ke svrchovanému Já – k sobě samému. Jakmile člověk jen jedenkrát uspěje, pak je výsledkem trvalá sebezpozornost, která je přirozená a bez úsilí.