

Projevování Božského vědomí v každodenním životě – ukázky z díla

Šrí Šrí Mrinalini Mata – přímá učednice

Praktické lekce projevování Božského vědomí v každodenním životě

Zkrácená přednáška, kterou pronesla Šrí Šrí Mrinalini Mata v Aucklandu během návštěvy center SRF v Austrálii a na Novém Zélandu.

Je pro mne velkou výsadou být zde ve vaší krásné zemi a pozdravit vás všechny — učedníky Gurudévy Paramahansy Jóganandy — na druhém konci světa. Bez ohledu na místo, bez ohledu na národnost je každý, kdo následuje toto učení, součástí jednoho společenství duší hledajících Boha.

Jak nám náš Guru často říkával: „Vy všichni oddaní jste jako má rodina. A i poté, co odejdu, přijde ještě mnoho, mnoho dalších oddaných z dalekých koutů světa. Vím, kdo jsou, a Bůh je přivede, aby Ho hledali. Pocítí velké božské probuzení a lásku, které je přivedou na tuto cestu k plnému prožití tohoto uvědomění.“

Jediným přáním v mém srdci, mou hlubokou modlitbou, je předat vám — a zanechat ve vašich srdcích, myslích i duších — hlubší **touhu po Bohu** a hlubší uvědomění si skutečnosti Jeho přítomnosti, blízkosti tohoto Nekonečného Bytí každému z nás.

My, kdo jsme měli požehnání být v blízkosti Paramahansadžího, jsme v něm nacházeli živoucí ztělesnění všech duchovních ideálů, všech duchovních cílů, po nichž naše srdce kdy toužila — všeho, co jsme si kdy představovali ve svých nejhlubších úvahách o Nekonečnu. Během let, kdy jsme v ášramu přijímali jeho vedení a výcvik, jsme začali chápat, co skutečně znamená **hledat Boha a poznat Boha**. Jsem přesvědčena o tom, že většina z nás objevovala, jak se naše představy o duchovním životě v průběhu let proměňovaly. Uvědomili jsme si, že hledání Boha neznamena popření života. Naopak, je — a vždy bylo — tím nejpraktičtější lidským úsilím. Oddaný, který se stále více přibližuje Bohu, se nestává uzavřeným či podivínským člověkem. Právě naopak – jakmile člověk začne zakoušet jednotu duše s Bohem, stává se tou nejvyrovnanější osobností.

Neznamena to ani zakoušení zázraků nebo hromadění zázračných schopností. Často, když lidé začnou uvažovat o hledání Boha nebo o následování gurua, činí tak s očekáváním mimořádných projevů a událostí. Lidstvo z velké části žije jen na povrchu života. Zaměřuje se na hmotnou existenci — a tím se jejich uvažování v podstatě omezuje na touhy po vnějších formách a připoutanost k nim. „Musím mít to a ono, abych mohl žít, přežít, postarat se o svou rodinu.“

A tak pokud jde o hledání Boha, postoj často bývá: „Pane, nyní Tě hledám; proto ať je můj život naplněn zázraky. Ať se všechny mé potíže rozplynou, všechny mé strasti zmizí. Když se k Tobě modlím, dej mi okamžitou odpověď a uzdrav toto tělo z nemoci a utrpení života. A když přijdu ke guruovi, duchovnímu učiteli, chci vidět, jak koná zázraky, o nichž jsem četl v Bibli a v písmech.“

Když Mistrův guru a paramguruové¹, z Boží vůle, poprvé vyslali Mistra na Západ, aby přinesl učení jógy, dával veřejné ukázky Boží moci a nekonečného potenciálu mysli a vůle — podobně jako Kristus ve své době. Později nám však řekl: „Lidé mě žádali o uzdravení těla nebo mě prosili, abych se modlil za úspěch v jejich podnikání. Když však byli uzdraveni nebo se jejich podnikání začalo dařit, na Boha úplně zapomněli. Zůstali na povrchu a nikdy nehledali nic hlubšího.“ V pozdějších letech proto s těmito ukázkami přestal. Chtěl se soustředit na skutečný ideál svého poslání — a tím bylo probudit v každém vnímavém srdci **hlubokou lásku a touhu po Bohu**, aby se Bůh stal pro každého z nás tou Nejvyšší Skutečností (Pravdou – pozn. překl.).

Když se oddaní často ptají: „Vyprávějte nám příběhy o Mistrovi,“ očekávají, že uslyší vyprávění o zázračných uzdraveních a mimořádných schopnostech. Mistr tyto schopnosti měl; mnohokrát jsem jej viděla, jak je projevuje. Já jsem však postupně pochopila toto – síla tohoto Gurua byla mnohem hlubší a nesrovnatelně větší než jakýkoli vnější zázrak. **Měl moc pozvednout a trvale proměnit životy lidí.**

Pomyslete na ty stovky, možná tisíce lidí, kteří za života Ježíše Krista byli svědky zázračné Boží moci, již projevoval. Kolik z těchto tisíců stálo s Kristem u kříže? Kolik z nich bylo proměněno, skutečně vnitřně proměněno — natolik, že v hodině Kristova utrpení dokázali stát po jeho boku, po boku toho, jehož láska k Bohu byla tak hluboká, že unesl všechny zkoušky, veškeré utrpení zrady i ukřižování? Bylo jich jen několik. Většina lidí se od duchovní stezky odvrátí ve chvíli, kdy dojde na skutečné „jádro věci“ — **na poznání, nalezení a pevné zakotvení Boha ve svém životě.**

Největším zázrakem, jaký může jakýkoli učitel či prorok vykonat, je vzít lidskou bytost, která je spoutána klamy máji, sebestřednými touhami a připoutaností i zmatky tohoto světa, a dotknout se její duše takovou láskou k Bohu, která jejímu životu dá pravý smysl, hodnotný cíl a božský účel.

PRAVÝ VÝZNAM NÁBOŽENSTVÍ

Kdybyste mohli být ve fyzické přítomnosti našeho milovaného Gurua, viděli byste, že tou nejpozoruhodnější silou, kterou projevoval, byla tato – **božská láska k Bohu a božská láska proudící od Boha**, která vyzařovala z jeho očí i z celé jeho bytosti. Viděla jsem, jak tato láska proměnila můj vlastní život i životy všech, kdo byli v jeho blízkosti. Učinila z Boha to nejoprávněnější a nejdůležitější v našem životě. A vidím i dnes, jak k této proměně dochází v životě každého hledajícího, který jeho učení skutečně následuje a tím vstupuje do aury jeho stále živé přítomnosti a vědomí.

Gurudéva přišel na Západ se zvláštním božským posláním, které obdržel od Krista a velkých Mistrů – vrátit náboženství život, znovu probudit jeho pravý význam. Namísto vnější „církevnosti“, jak tomu říkal, učil, jak v sobě vybudovat vnitřní chrám, do něhož

¹ „Mistr“ je uctivé oslovení, které učedníci často používají, když hovoří o Paramahansovi Jóganandovi — o tom, kdo dosáhl mistrovství nad sebou samým. Slouží jako anglický ekvivalent slova „guru“, tradičního sanskrtského označení pro duchovního učitele. Paramguru je guru našeho gurua. V tomto kontextu se výraz „paramguruové“ vztahuje k linii guruů YSS/SRF: Šrí Juktéšvár, Láhiri Mahášája a Mahavatár Babadží — jejichž životy podobné Kristu jsou popsány v knize „Životopis jógina“ od Paramahansy Jóganandy.

každý den vstupujeme, abychom **hluboce meditovali o Bohu**, a kde **každý den žijeme, abychom Mu sloužili**. Náboženství, jak učil, musí být opravdovou zkušeností s Bohem — nejenom slovy či pouhými poučkami písem.

„Nežádám vás, abyste slepě věřili,“ říkával. „Nežádám vás, abyste přijímali jakékoli dogma. Ale říkám vám toto: budete-li tyto nauky a meditační techniky praktikovat a uplatňovat, sami v sobě si uvědomíte přítomnost Boha a pravdivost slov, kterými k vám promlouvám.“

Proto když dnes večer hovořím o našem Guruovi, chci se zaměřit na jeho praktičnost — na konkrétní postupy, které učil a které přinášejí Boha do lidského života. Při našem vedení začínal od těch nejzákladnějších kroků duchovní stezky. V indických písmech se říká, že podstatným cílem náboženství je pozvednout lidstvo k vědomí Blaženosti (která je Bohem) tím, že odstraní trojí utrpení člověka — fyzické, mentální a duchovní — až ke kořenům, aby se již nemohlo znovu objevit.

Aby bylo možné toto utrpení odstranit, je třeba porozumět jeho příčinám. Veškeré utrpení a neporozumění, veškeré naše oddělení od Boha, je důsledkem **máji, kosmického klamu — který se v jednotlivci projevuje jako nevědomost**. Máme-li poznat Boha, máme-li kráčet cestou, která nás dovede k onomu vysokému stavu vědomí za hranicemi veškerého utrpení, pak musíme vědět, jak odstranit nevědomost o naší pravé podstatě: že jsme božské duše — nesmrtelné, blažené a svobodné.

V tomto fyzickém těle a s touto omezenou myslí má nevědomost mnoho podob. Má mnoho odnoží a je velmi, velmi jemná. Kdybychom ji chtěli rozebrat a pochopit, jak ji překonat, dospěli bychom právě k těm učení, která nám náš Guru předával skrze každodenní život v ášramu. A ta jsou použitelná pro všechny — ať už žijí ve světě, nebo v klášteře.

PŘEKONÁNÍ LIBOSTÍ A NELIBOSTÍ EGA

Jednou z forem nevědomosti, která ovládá vědomí většiny lidí, je otroctví vůči libostem a nelibostem (to, co se nám líbí a nelíbí). Uvědomujeme si, jak silně řídí náš život? Tolik z toho, co děláme, není vedeno pochopením toho, co je správné a co je nesprávné, ale je vedeno iracionálními pocity přitažlivosti či odporu v nás. Jedním ze základních principů duchovního života je **naučit se povznést nad tyto libosti a nelibosti ega ztotožněného s tělem** a umožnit, aby se projevila vyšší rozlišovací schopnost duše.

To neznamená popření života ani to, že přestanete věci prožívat s radostí. Znamená to, že přestanete být svázáni návyky vytvořenými libostmi a nelibostmi, které ve vás udržují klam, že jste omezená, smrtelná lidská bytost.

„Musíte si pamatovat,“ říkával nám Mistr, „že **jste stvoření k obrazu Božímu**. Je však obrazem Boha toto malé tělo, mysl a pět smyslů, které jsou tak omezené a zažívají tak málo? Ne. **Obrazem Boha v nás je duše. Lidská mysl a tělo jsou pouze vnějšími nástroji, skrze něž se duše projevuje. Budete vždy spoutáni**

nevědomostí a omezení tělem a smysly, pokud jim dovolíte, aby vám diktovaly:
„To se mi líbí, a proto to dělám. To se mi nelíbí, a proto to dělat nebudu.“

Uvedu vám jednoduchý příklad toho, jak nás Mistr učil. V Indii existuje potravina, velmi zdravá, nazývaná hořká tykev, karela. Mistr ji měl velmi rád — jak jsem zjistila, stejně jako většina Indů — a často ji nechával podávat v ášramu. Pro mě bylo těžké si ji oblíbit. Ale protože jsem věděla, že bychom neměli mít libosti a nelibosti, nikdy jsem to Mistrovi nedala najevo.

Jednoho dne, když jsme s ním jedli v jídelně v encinitaském ášramu, podával právě tuto hořkou tykev. Ten den mi nebylo dobře. Měla jsem silnou bolest žaludku. Pomyslela jsem si tedy: „To je dobrá výmluva. Dnes ji jíst nemusím. Prostě Mistrovi řeknu, že mi není dobře, a budu omluvena.“ Když mi začal podávat jídlo, odmítla jsem. Řekla jsem: „Mám silnou bolest žaludku. Raději bych to nejedla.“

Řekl: „Ach, bolí tě žaludek?“

„Ano, Mistře.“

Řekl: „To nevadí, pojď sem.“ Vstala jsem tedy ze židle a přistoupila k němu. Vzal mé ruce do svých a řekl: „Teď se na mě podívej — podívej se mi do očí. Zhluboka se nadechni. A teď vydechni. Bolest žaludku je pryč, že?“ A byla — okamžitě.

„Ano, Gurudží.“

Řekl: „Jez. Tady — pusť se do toho!“

Tím však lekce s hořkou tykví neskončila! O něco později ji opět podával a já jsem se ten den asi cítila dost odvázně. Začal mi dávat velkou porci a já řekla: „Mistře, dejte mi jen trochu. Tu hořkou tykev nemám ráda.“

„Opravdu?“ řekl. „Nemáš ji ráda?“

„Ne, Mistře.“

Zavolal jednoho z učedníků, aby přinesl velkou mísu. Potom Mistr vzal celou mísu s hořkou tykví a vysypal ji do té nádoby. Podal mi ji a řekl: „Posaď se a sněz to.“ Musela jsem tam sedět a sníst celou mísu hořké tykve.

Lekce, které nám Mistr dával, byly prosté a přímé a měly na nás nádherně osvobozující účinek. Brzy jsme se naučili, že cokoli nám řekl — i zdánlivě nenápadné pokyny anebo jako ty nejzákladnější instrukce — bylo důležité. Zjistili jsme, že v každé situaci, ve všech svých setkáních s námi, **pracoval na tom, aby vykořenil různé projevy nevědomosti, které jsou často hluboko ukryté v našem vědomí.** Nezabýval se ani tak tím, co jsme říkali, ale spíše našimi myšlenkami — úrovní vědomí, na níž jsme se nacházeli. Krok za krokem nás vedl na cestě k božskému rozšíření vědomí a ke svobodě.

Už jsem Gurudžímu nikdy neřekla, že se mi něco nelíbí! Naučila jsem se, jako my všichni, **udržovat emoce a pocity pod kontrolou. Rozlišovací schopnost duše musí být vždy vládcem našich myšlenek, pocitů a tužeb.** Tomu se můžete naučit tak, že začnete s „hořkými tykvemi“ ve svém vlastním životě. Povzbuzujte se k tomu, abyste dělali drobné věci, které byste dělat měli, ale nemáte je rádi — a dělejte je s vědomím: „Není to nakonec tak špatné. Je to pro mě dobré.“ Začněte malými věcmi a uvidíte, jak se **vaše duše postupně stává svobodnější.**

PROBOUZENÍ BOŽSKÉ SÍLY VŮLE DUŠE

Jednou z hlavních příčin utrpení, která umožňuje nevědomosti ovládat lidský život, je **nedostatek vůle** — nedostatečné využívání vůle dané Bohem, která je přítomna v každé duši. Náš Guru zdůrazňoval nejen **sílu vůle dělat to, co bychom dělat měli**, ale také vytvořil výraz „won't power“ (**něco Neudělat**) — schopnost zabránit tomu, abychom dělali věci, které dělat nemáme. Učil (a ve svém vlastním životě to i dokazoval), že **každá lidská bytost, stvořená k obrazu Boha, v sobě nese jiskru nekonečné Boží vůle**. Můžeme dokázat cokoli, k čemu zaměříme svou mysl, pokud jsme naladěni na tuto božskou vůli.

Kromě „**tohle se mi líbí**“ a „**tohle se mi nelíbí**“ byla další slova, která nám Mistr nikdy nedovolil říkat: „**Nemůžu**.“ Kdykoli nám zadal nějaký úkol, nikdy se neptal: „Umíš to udělat?“ nebo „Dokážeš to udělat?“ Jednoduše nám úkol přidělil a řekl: „Udělej to.“ A naše odpověď byla vždy: „Ano, Mistře.“ Pak už bylo na nás, abychom přišli na to, jak to splníme.

Existovalo mnoho způsobů, jak nás učil rozvíjet sílu vůle. Když jsem se setkala s Mistrem, ještě jsem chodila do školy, a poslední tři roky studia jsem dokončila na státní škole v Encinitas, zatímco jsem žila v ášramu. Bylo to pro mě obtížné, protože jsem chtěla zůstat s Mistrem a sloužit mu po celý den. V té době často cestoval mezi Mt. Washington a Encinitas, aby přednášel v našich chrámech v San Diegu a Los Angeles, a já jsem chtěla cestovat s ním — ale nebylo to možné, musela jsem chodit do školy. Bylo nás tehdy více oddaných, kteří jsme chodili do školy, a on od nás všech očekával, že budeme usilovat o nejlepší výsledky ve studiu. Říkal, že když lidé ve světě mohou mít ctižádost dosáhnout vrcholu, proč by ti, kdo milují Boha, neměli ve svém životě vyjadřovat nejvyšší ideály a dosahovat nejvyšších úspěchů. „**Cokoli stojí za to dělat, stojí za to dělat dobře**,“ říkával nám.

Jednou Gurudéva zval oddané v ášramu v Encinitas, aby přijeli do Los Angeles na velkou slavnostní událost. Pak se obrátil ke mně a řekl: „Tobě však zítra začínají zkoušky. Jsou velmi důležité. Musíš zůstat doma a učit se.“

Byla jsem zdrcená. Řekla jsem: „Ale Mistře, prosím, dovolte mi jet. Pokud mě necháte, slibuji vám, že po skončení této akce budu celou noc vzhůru a budu se učit. Až se ráno vrátíme do Encinitas, půjdu rovnou do školy. A celou noc budu studovat.“

Mistr se na mě chvíli díval a pak řekl: „Dobře. Můžeš jet.“ Odjeli jsme tedy do Los Angeles, zúčastnili se té velké události a poté jsme jeli do Mother Centra. Když jsme tam dorazili, bylo už velmi pozdě, nejméně jedna hodina po půlnoci. Šla jsem do svého pokoje. Mistr zůstal dole a rozmlouval s několika mnichy. Věděla jsem, že kdybych si sedla, usnula bych. Pomyslela jsem si: „Ne, slíbila jsem Mistrovi, že tuto noc strávím učením na zkoušku.“ Zůstala jsem tedy stát, opřená o zeď, s knihou v ruce, a učila se.

Mohly být asi tři hodiny ráno, když Mistr přišel nahoru za mnou. Zaklepal na dveře, a když je otevřel, uviděl mě, jak tam stojím a studuji. Řekl mi: „Ach, chudinko, je tak pozdě, potřebuješ si odpočinout. Proč už nejdeš spát? Jdi si lehnout a odpočiň si.“

Pomyslela jsem si: „Jak milé. Mistr mě chce zbavit toho slibu.“ Pak jsem si ale řekla: „Musím splnit to, co jsem slíbila. Nesmím se vzdát příliš snadno; musím ho ujistit, že jsem ochotná svůj slib dodržet.“

„Ne, Mistře,“ řekla jsem, „slíbila jsem vám, že zůstanu celou noc vzhůru a budu se učit, pokud mě necháte jet na slavnost.“ V duchu jsem si říkala: „Teď určitě řekne: ‚To je v pořádku, jdi si odpočinout.‘“ On se na mě jen podíval a řekl: „To je dobře.“ Zavřel dveře a odešel.

Zbytek noci jsem velmi svědomitě opakovala učivo. Když jsem druhý den skládala zkoušku, díky Mistrovu požehnání, svému úsilí a své vůli jsem dosáhla nejlepšího výsledku ve třídě.

Těmito způsoby nás Gurudží učil **nepodléhat lidským slabostem těla**. Kdykoli viděl, že polevujeme, důrazně poznamenal: „Co to má znamenat?!“ takovým tónem hlasu, který nás okamžitě srovnal do latě! Bylo to proto, aby nám připomněl, co učil: „Ve svém malíčku máte dost energie — atomové, elektrické, božské energie — kdyby mohla být uvolněna, poháněla by město Chicago po tři dny. A vy říkáte, že jste unavení? Nebo že toto nemůžete udělat a tamto nedokážete? **Vůle je dynamo, které čerpá tuto energii, tento nekonečný Boží potenciál ve vás.**“

Sám Mistr byl neúnavný. Nikdy se nezdálo, že by byl unavený. Sloužil bez ohledu na tělo, ve dne i v noci. Neznal čas. Nejvíce, co jsme ho kdy viděli dopřát tělu odpočinku, byly tři nebo čtyři hodiny v noci. Ale ani během té doby nespál obvyklým způsobem. Říkal: „Myslíte si, že jdu spát a spím. Ale já jsem pozvednut do Nekonečného Vědomí.“

My, kteří jsme s Mistrem sloužili, jsme museli sloužit stejným tempem. Bylo to velké cvičení vůle. Někdy jsme sloužili dvacet hodin denně, nebo dokonce nepřetržitě. Byl to nádherný důkaz v našich životech o tom, jak **Boží síla udržuje tělo i mysl toho, kdo slouží ochotně a s vědomím Jeho přítomnosti (neustálé Boží přítomnosti – pozn. překl.)**.

Člověk nemusí žít v ášramu, aby mohl tento princip uplatňovat. Ať je kdekoli, jeho život může být prostoupen tímto vědomím: „**Z Boha jsem přišel. Přímost silou Boha žiji. Má vůle, můj život, má vitalita jsou jen nepatrnou výpůjčkou z oné nekonečné Boží síly. Proto na Něj myslím, pamatuji na Něj během plnění všech životních povinností a vykonávám vše, co okolnosti mého života vyžadují. Uznávám onu nekonečnou Boží sílu ve mně a proudící skrze mne, dýchající mým dechem, sloužící skrze mé ruce, myslící skrze mé myšlenky. A nakonec se v tom nekonečném Bohu opět rozplynou, až toto malé smrtelné tělo naplní svůj úkol v životě.**“

Skrze všechny tyto lekce nás Guru učil: Naučte se **probudit božskou sílu**, která je ve vás, aby vám pomohla překonat klamný našeptávač nevědomosti a omezenosti, jenž říká: „Jsem toto malé tělo; cítím tuto bolest, cítím tuto nemoc. Mé tělo toto nemůže vykonat, protože trpí. Mé tělo musí mít teplé oblečení, protože je mu zima. Mé tělo musí mít určitý druh potravy, protože mám žaludeční potíže.“

Pamatujte, že **mysl a vůle jsou sídlem Boží síly ve vás**. Uplatňujte tuto božskou sílu. Posilujte ji stále více jejím používáním a uvidíte, jak opravdovou se stane ve vašem životě.

VYROVNANOST – PŘEKONÁVÁNÍ SÍLY DUALITY MÁJI

Dalším způsobem, jakým mája, kosmický klam, udržuje člověka v nevědomosti o jeho božské podstatě, ztotožněného s fyzickým tělem a jeho omezeními, jsou **neustále se střídající dvojice protikladů života**. Celé toto stvoření je založeno na principu relativity neboli duality — pozitivní a negativní; radost v kontrastu se smutkem, potěšení s bolestí, světlo se stínem, život se smrtí. Ve vědomí člověka, který se ztotožňuje s fyzickým světem, vyvolává zkušenost těchto protikladů neklid myšlenek a emocí. Písma učí, že Boží přítomnost se v každém z nás odráží jako duše, naše pravé Já; a náš Guru často používal toto přirovnání: „Odras měsíce se jeví zkreslený na jezeře zčeřeném větrem; podobně ani odražený obraz duše v těle není jasně viditelný v neklidné mysli ztotožněné se smysly.“ Aby bylo možné plně odrážet obraz Boha, musí být **jezero vědomí člověka dokonale klidné, nezčeřené bouřemi života, neustálými změnami dualit a relativit**.

Meditace je samozřejmě nezbytná k dosažení onoho vnitřního klidu². A Bhagavadgíta učí, že jediným způsobem, jak vnímat Boha při vnějším zapojení do života, je **praktikovat vyrovnanost**. To znamená **udržovat jezero našeho vědomí nezčeřené emocemi tváří v tvář nevyhnutelným dualitám života**. Neznačená to, že se staneme automaty bez citu. Neznám žádnou lidskou bytost, která by vyjadřovala takovou radost ze života, tak hluboké city božské lásky a soucitu jako náš Guru. Hluboce prožíval radosti i strasti života; ale říkal: „**I když tyto věci zakouším navenek, moje mysl si stále uchovává onen tichý jas, v němž se obraz Boha a mé vědomí odrážejí jako jedna dokonalá bytost.**“

Většina lidí si neuvědomuje, jak neustále omezuje své štěstí a svobodu tím, že **přehnaně reaguje na protiklady duality**, s nimiž se každodenně setkává. Například horko a chlad — jak velmi je tělo citlivé na krajní teploty! Jógini v Indii zkoušejí svou sílu vyrovnanosti tím, že snášejí krajní horko či chlad, aniž by dovolili svému vědomí, aby se znepokojilo; a Mistr nás v ášramu často vedl k tomu, abychom toto praktikovali.

V pozdějších letech svého života trávil Gurudží mnoho času ve svém pouštním ústraní, kde pracoval na svých spisech. Právě tam vytvořil většinu svého překladu a komentáře k Bhagavadgítě³. Diktoval a jeden z nás seděl u psacího stroje a zapisoval jeho slova. Někdy pracoval mnoho a mnoho hodin v kuse — celý den a obvykle dlouho do noci. Kolem tohoto pouštního ústraní byl malý oplocený areál a když Mistr skončil svou práci, říkal: „Pojďte, projdeme se po areálu pod hvězdami a měsícem.“ V poušti může být v noci velmi chladno, a protože jsme žili v jižní

2 „Když pomocí meditačních technik stáhneme neklidné myšlenky z jezera mysli, spatříme svou duši, dokonalý odraz Ducha, a uvědomíme si, že duše a Bůh jsou Jedno.“ — Paramhansa Jógananda

3 *God Talks With Arjuna: The Bhagavad Gita – Royal Science of God-Realization* („Bůh rozmlouvá s Arđžunou: Bhagavadgíta – královská věda o sjednocení s Bohem“ (vydáno organizací Yogoda Satsanga Society of India).

Kalifornii, neměli jsme mnoho zimního oblečení. Jedné noci jsme šli ven na procházku asi ve tři hodiny ráno. Měla jsem na sobě kabát a vzala jsem si ještě přikrývku, kterou jsem kolem sebe omotala. Mistr měl na sobě jen lehkou bundu. Krácel, vdechoval čerstvý vzduch a cítil se skvěle; ale já jsem se žalostně třásla zimou! Byla taková zima, že jsem sotva mohla chodit! Nakonec, když jsme několikrát obešli areál, pomyslela jsem si: „Tak, tohle už jistě stačí.“ Viděla jsem, že se chystá obejít areál znovu, a řekla jsem: „Mistře, je taková zima — omluvíte mě? Ráda bych šla dovnitř.“

„Zima?!“ zvolal. „Podívej se na mě; mně zima není. **Proč dovoluješ své mysli přijmout myšlenku chladu?**“

Nuže, tehdy už byla tato myšlenka mé mysli vnuknuta, a tak pro mě bylo obtížné to změnit. Po zbytek procházky kolem areálu jsem se dál cítila promrzlá.

Následující večer jsem si však na tuto lekci vzpomněla a pomyslela si: „Mistrovi zima nebyla. Řekl, že je to všechno v mysli; proto své mysli říkám: Není zima.“ Ale byla jsem pokoušena: když jsme vycházeli zadními dveřmi, podívala jsem se na teploměr. Byla větší zima než předchozí noc — a pocit chladu ještě zhoršoval vítr, protože foukal tak silně, že se proti němu sotva dalo jít. Tentokrát jsem však svou mysl připravila předem. Utrzovala jsem se: „Ne, není zima. Budu si tento zážitek užívat. Budu myslet na Boha a na krásu nebes, hvězd a měsíce v přítomnosti svého Gurua.“ Tu noc jsme venku chodili téměř hodinu a já vůbec necítila chlad. Právě tento jednoduchý podnět mysli způsobil ten rozdíl. Takže to funguje. Víím, že to funguje. Jestliže jsem to dokázala já, můžete to dokázat všichni. **Naučte se své mysli vštěpovat pozitivní myšlenky. Vštěpujte je silně. Věřte těmto myšlenkám, když je své mysli předáváte, a uvidíte, jaké zázraky ve vašem životě vykonají. Uvidíte, jak se stanete pány těla i mysli.**

Gurudží, který byl velmi praktický, říkal: „Je-li vám zima a máte po ruce topení, zapněte je — nebo si oblékněte kabát! Je-li vám horko a můžete zapnout ventilátor, udělejte to. **Nikdy však nedovolte své mysli, aby se stala rozrušenou, neklidnou nebo nešťastnou, pokud tyto podmínky nemůžete změnit.**“

„JEDINÉ BEZPEČNÉ ÚTOČIŠTĚ“

„Na jedné straně mého vědomí,“ říkal Gurudží, „je hmotný svět a tělo. A přesto — vždy, i když se projevují skrze tuto fyzickou formu — vždy na druhé straně vidím neskutečnost toho všeho.“

Jednou v poušti diktoval své výklady Bhagavadgíty. Seděli jsme u jeho nohou a on hovořil o velmi hlubokých myšlenkách týkajících se podstaty stvoření a neskutečnosti tohoto světa — o tom, jak Bůh na lidstvo uvaluje svou máju, takže si myslíme, že toto všechno je tak skutečné a tak důležité. Potom se na chvíli hluboce ponořil do sebe. Když se Mistrovo vědomí silně zvnitřnilo a soustředilo na Boha, objevil se na jeho tváři určitý výraz. Ten jsme vždy poznali a ztichli jsme.

Zatímco jsme tam seděli a čekali, až bude pokračovat v práci, náhle se začal smát! Mistr měl nádherně srdečný a velmi nakažlivý smích, a brzy jsme se smáli všichni s

ním. Nakonec řekl: „Ach, to je takový žert! To je takový trik, který na vás všechny Bůh hraje! Jak neskutečný je tento svět a jeho zkušenosti. **Všechno je Bůh; všechno je Boží film – hra Božího světla a stínu v tomto filmovém sále kosmu.** Není to skutečné; není to skutečné! Božská Matka si z vás jen tropí žerty! Berete to tak vážně, ale je to jen žert, se kterým si s vámi Božská Matka pohrává!“

Pak však zvažněl a po tvářích mu začaly stékat slzy božského soucitu, když se podíval na každého z nás. „Ale je mi vás všech tak líto,“ řekl s velkou něhou, „protože pro vás je tento svět stále ještě skutečný.“

„Neberte to příliš vážně,“ pokračoval. „Pohlížejte na to všechno jen jako na Boží představení – na jeho radosti i strasti, zklamání, klamy, bolesti, život i smrt. Dobrý film přece obsahuje všechny tyto věci! Kdykoli vás okolnosti začnou znepokojovat, stahovat dolů a naplňovat sklíčeností, **obraťte své myšlenky k Bohu a řekněte: ‚Ach, ale já vím, Pane, že toto je jen dočasný snový film promítaný paprskem Tvého světla a vědomí. Jsem jiskrou tohoto nekonečného světla a vědomí a po nějaký čas hraji v tomto těle malou lidskou roli; a vím, že to není skutečné.‘** Naučte se smát tomu představení, kterým vás Bůh klame, abyste si mysleli, že je skutečné. Naučte se vidět Skutečnost za filmovými scénami klamu. Obaťte se k Božské Matce. Dívejte se na ten paprsek Božího světla (nikoli na obrazy na plátně – pozn. překl.). To je jediné bezpečné útočiště.“

UKOTVENÍ VĚDOMÍ V BOŽSTVÍ

Mistr nás učil, že **jednou z hlavních příčin nevědomosti – zapomínání na naši božskou podstatu – je neustálá záplava rozptylujících vlivů v tomto světě, které zneklidňují vědomí a obračejí pozornost navenek.** Mysl je neustále nucena přemýšlet o jiných věcech a zapomínat na Boha, zatímco oddaný, který chce dosáhnout sebeuvědomění (nalézt Boha či touží po přímém poznání Boha), se musí naučit **trvale ukotvovat své vědomí a myšlenky v Božství.**

Mistr nás tomu učil mnoha způsoby. Někdy jsme přicházeli do jeho pokoje s myslí zcela zaměstnanou pracovními záležitostmi – rozhodnutími, která jsme od něj potřebovali, projekty, na nichž nás požádal pracovat, a podobně. Byli jsme plní nadšení pro vykonání práce, zcela ponořeni do vědomí činnosti a aktivit. Po nějakou dobu těmto záležitostem věnoval pozornost, a pak – přímo uprostřed toho všeho, když naše mysli byly zaměstnány snahou vyřešit mnohé problémy spojené s vedením organizace – náhle řekl: „Dobře, **teď se posaďte a pojdme meditovat.**“

Posadili jsme se k meditaci; a pokud byla naše mysl jakkoli neklidná, Mistr to věděl. Řekl: „**Je vaše láska k Bohu tak malá, tak vyhaslá, že nedokážete zabránit své mysli, aby bloudila a nechávala se přitahovat těmito neklidnými myšlenkami? Zaměřte mysl přímo na Boha. Odložte myšlenku na cokoli jiného a ponořte celé své vědomí do Boha.**“ Tak jsme se tomu učili. Potom, po určité době meditace, Mistr řekl: „Dobře, teď se vraťte k práci.“ Okamžitě jsme museli změnit své vědomí a znovu se ujmout svých povinností – se stejným nadšením, stejnou pozorností, stejným soustředěním – a navázat na práci přesně tam, kde jsme skončili.

„Takto prochází životem pravý jógin, pravý oddaný,“ říkal nám Mistr. „Obyčejný člověk je jako kyvadlo, které se kývá sem a tam z jednoho krajního bodu do druhého, stále v pohybu, stále neklidné. Jógin je naproti tomu stále klidný, ukotvený ve své pravé podstatě, jako kyvadlo, které se zastavilo.“

„Pokojný člověk zůstává klidný, dokud není připraven pracovat; pak se dá do činnosti,“ řekl Gurudží. „Jakmile svou práci dokončí, vrací se zpět do středu klidu.“

Měli byste být stále klidní jako kyvadlo, které je v nehybnosti, ale je připraveno se kdykoli rozkývat k vytrvalé činnosti, je-li to zapotřebí.“ A potom nás vedl ještě o krok dál: Když jsme ukončili meditaci, měli jsme si do svých povinností a činností nést tentýž stav vědomí, kterého jsme dosáhli v meditaci (vnitřní stav získaný během meditace – pozn. překl.) — **vědomí, že vše konáme jako službu Bohu, přičemž skrze nás proudí Jeho síla, Jeho energie, Jeho životní moc.**

MEDITACE JE NEJVĚTŠÍM PROSTŘEDKEM K OSVOBOZENÍ DUŠE

V této satsanze (satsang) jsem se podělila o některé z velmi praktických způsobů, které učil Gurudží a jejichž prostřednictvím můžete osvobodit duši od nevědomosti, od všeho, co ji poutá ke smrtelnému vědomí – o metody, které můžete praktikovat ve světě stejně, jako je praktikujeme my v ášramu. Jejich prostřednictvím si budete stále více uvědomovat nejvyšší pravdu: „Nejsem toto tělo. Jsem duše, jedno s Nekonečným Duchem.“

Největší metodou ze všech, jak dosáhnout tohoto vědomí a uchovat si je, je následovat duchovní pokyny Gurua týkající se **hluboké meditace**. Prostřednictvím meditace utišujete myšlenky i vědomí a necháváte je spočinout jako ono kyvadlo v nehybnosti – ukotvené v Bohu, v tom tichu, v němž začínáte vnímat Jeho přítomnost.

Mistr zdůrazňoval, že bychom měli **využít každý okamžik meditace**, aby měl skutečnou hodnotu, aby každý okamžik byl společenstvím s Bohem, spojením celé naší bytosti s touto Skutečností (Pravdou). Jednou bylo několik z nás s ním, když se uchýlil do ústraní v Arizoně, aby pracoval na svých spisech. Naše dny byly velmi rušné a jednoho rána jsem vynaložila zvláštní úsilí, abych se probudila dříve, než jsem předpokládala, že mě Mistr zavolá a měla jsem o něco více času na meditaci. Nebyla to příliš **hluboká meditace**, ale přesto jsem na sebe byla pyšná, že jsem toho rána meditovala déle.

Když jsem však uviděla Mistra, podíval se na mě a řekl: „Dnes ráno jsi nemeditovala.“

Namítla jsem: „Ale Mistře, meditovala jsem celou hodinu.“

Odpověděl: „Půl hodiny by bývalo stačilo.“

Má duchovní pýcha byla rozdrčena! Chvíli jsem o tom přemýšlela; pak přišlo pochopení a já věděla, co tím říkal: „Meditovala jsi hodinu, to znamená, že jsi hodinu seděla v meditační pozici. Kdybys však meditovala byť jen polovinu té doby **s hloubkou a intenzitou**, získala bys ze své meditace dvojnásobný užitek.“

Vzpomínám si také na jednoho z mnichů, který velmi hrdě řekl Mistrovi, když se s ním setkal na chodbě: „Mistře, dnes ráno jsem vykonal tři sta Krijí“ – v domnění, že Mistr odpoví: „Ó, požehnaný čelo (chela – uředník), to je úžasné; jsem na tebe tak pyšný!“ Mistr však jen pokračoval chodbou a mimochodem pronesl, když kolem něj procházel: „Tři by bývaly stačily.“ Takovým způsobem **zdůrazňoval důležitost hloubky v meditaci.**

I KRÁTKÝ ZÁBLESK BOŽSKÉHO VĚDOMÍ PROMĚŇUJE ŽIVOT ČLOVĚKA

Kdokoli skutečně zakusil byť jen krátký záblesk Boha, už nikdy nemůže zůstat stejný – nikdy už nemůže být spokojen s omezeným světským vědomím tak jako dříve. Nepřestanete se těšit ze světa ani z jeho zdravých a přirozených radostí; pouze dojde k obrácení pozornosti z vnější stránky reality k její vnitřní podstatě. Namísto toho, abyste se ztotožňovali s tělesnými formami a omezeními, připoutanostmi a touhami, sympatiemi a antipatiemi, radostmi a strastmi, **začnete celý život vnímat jako projev Boha.** Uvědomujete si, že vše je utkáno z Jeho nekonečného světla a vědomí. Těšíte se z lásky a společnosti své rodiny, protože cítíte, jak skrze vás proudí Jeho láska, kterou vám dal, abyste touto láskou milovali svou rodinu. A v lásce, kterou od nich na oplátku přijímáte, necítíte pouze sobecký, tělesný a omezený lidský cit, ale onu nekonečnou lásku Božství. Když se díváte na růži nebo na nesčetné krásné věci, které Bůh stvořil, **vidíte za krásou jejích okvětních plátků nekonečné světlo a vědomí Stvořitele, který tuto krásu vytvořil a udržuje ji.**

Jak nám Mistr připomínal: Pravý oddaný není ten, kdo neustále říká: „Kdy naleznu Boha? Kde je? Toužím po Bohu; jak Ho budu moci nalézt?“ **Pravým oddaným je ta duše, která říká: „Ach, já mám Boha. Je neustále se mnou, ve mně i kolem mne. Vím, že je to Bůh, kdo mě miluje prostřednictvím všech mých milovaných; že je to On, kdo je krásou ukrytou za růží a západem slunce; že je to Jeho síla a život, které bijí v mém srdci a proudí mým dechem. Každý okamžik každého dne jsem Jeho součástí.“**

Naučte se takto smýšlet. Jak říká Pán Kršna Ardžunovi v Bhagavadgítě, **naučte se ukotvit své vědomí v Tom, co je neměnné** – abyste podle slov našeho Gurua mohli **„stát neotřesení uprostřed krachu hroutících se světů“**. Ať už navenek procházíte jakýmikoli zkušenostmi nebo se prostřednictvím těchto zkušeností učíte jakýmkoli lekcím, nechte své vědomí vždy spočívat v této jediné Skutečnosti (Pravdě) – v jediné věci, která vás nikdy nezklame, která se nikdy nezmění a je věčná: **v Bohu a ve vašem vztahu k Němu.**

NEDOVOLTE MÁJE, ABY VÁS DÁL KLAMALA

Jestli je nějaká jedna myšlenka, jedno poselství, které bych vám ze všeho nejvíce chtěla zanechat, pak by to byla ona Mistrova slova, která vás mají vyburcovat, tak jako se on snažil vyburcovat nás, z jakékoli duchovní netečnosti k větší touze po Bohu, k většímu **úsilí hluboce meditovat** a následovat cesty, které nám ukázal náš požehnaný Guru a naše linie Guruů.

Tato učení skutečně vedou k onomu Božskému Cíli. Viděli jsme jejich výsledky dokonale projevené v životě našeho Gurua – a v nesrovnatelně menší míře i v našich vlastních životech, takže můžeme spolu s Guruem vydat toto svědectví: I malá ochutnávka oné nekonečné lásky, radosti a naplnění, které přicházejí od Boha, vám dá do života něco, co vám nic jiného – žádné lidské snažení ani uspokojení – nemůže ani začít dávat. Zkuste to. Vynaložte upřímné úsilí, abyste to ve svém životě zakusili.

Nedovolte klamu neboli máje či Satanovi, aby vás nadále klamali a udržovali spoutané a omezené jen na nepatrné zkušenosti tohoto lidského těla – na fyzické, pomíjivé touhy a věci. **Věnujte nějaký čas Bohu.** Nemůžeme z těch čtyřiaadvaceti hodin, které nám jsou každý den dány, najít alespoň jednu hodinu pro Toho, který nás stvořil? **Když se poprvé probudíte, nechte svou myšlenku obrátit se k Bohu a spočinout v NĚm.** Potom se snažte nést toto vědomí s sebou během dne. A opět, **jako poslední věc večer, meditujte a před usnutím nechte své vědomí spočinout v NĚm.** Jestliže věnujete Bohu byť jen jednu hodinu denně v hluboké meditaci a budete vynakládat upřímné úsilí, uvidíte, jak se váš život změní.

Říkával: „V těch krátkých chvílích, kdy se nemusíte věnovat životním potřebám a povinnostem, neztrácejte čas tím, že budete stále zapínat rádio či televizi nebo zvedat telefon, abyste si popovídali s přítelem. Využijte místo toho tyto **chvilky pro Boha**. I kdyby to byla jen jedna minuta nebo tři minuty, posaďte se a meditujte, nebo jen **obratte vědomí dovnitř a nechte své myšlenky spočinout na Bohu**. V těch několika okamžicích pociťujte takovou oddanost, takovou lásku a touhu po Bohu, že celý svět ustoupí do pozadí a vy poznáte, že jedinou skutečností je On.“

Jediným skutečným vztahem je vztah vaší duše a Ducha – jednota vaší duše a celé vaší bytosti s Bohem. Paramahansadží nám tak říkával: „Jestliže v těch krátkých chvílích budete milovat Boha, budete mnohem více pociťovat Jeho božskou odezvu. A uvidíte, jak tato láska plně uspokojuje a naplňuje váš život.“

Je zapotřebí jen jediné, co vám nikdo jiný nemůže dát: abyste sami **probudili svou vůli a úsilí uvádět do praxe to, co náš Guru učil**. Mohu vám slíbit, že stejně jako Božská Matka naplnila a uspokojila každou potřebu – každý sebemenší rozmar, dalo by se říci – který kdy prošel Mistrovým vědomím, stejně tak Bůh učiní totéž pro vás. Musíte pracovat a plnit své povinnosti v tomto světě. **Bůh nechce, abyste je zanedbávali** – a ani je zanedbávat nemusíte. Zjistíte, že jak jsem řekla na začátku, **čím více se přibližujete k Bohu, tím dokonalejší a vyrovnanější lidskou bytostí se stáváte**. Dokážete lépe plnit své povinnosti. Dokážete milovat druhé čistěji a vaše vztahy s druhými se začnou zlepšovat. Vaše porozumění se začne projasňovat, takže ať už v životě čelíte jakýmkoli okolnostem, můžete dospět k nezastřenému pohledu a vidět, jak vést svůj život těmito labyrinty zkušeností. Bůh vám ukáže cestu.

Když začnete ze svého vědomí odstraňovat nánosy všech těch omezení, o nichž jsme dnes večer hovořili, je to, jako když se rozplývá mlha. Všechno se stává jasnějším. Vaše povinnost vůči světu, rodině, lidstvu, Bohu – to vše začínáte vidět ve správné perspektivě a zjišťujete, že můžete dostát všem těmto Bohem daným povinnostem v té konkrétní úloze, do níž vás On v tomto vtělení umístil.

Nedovolte tedy, aby tato slova byla jen chvilkovou inspirací, ale vynaložte úsilí, abyste je proměnili ve **své vlastní uskutečnění** (vnitřní poznání), ve své vlastní dosažení cíle této stezky, jímž je **ona věčná jednota, ono každodenní, okamžik za okamžikem trvajícím společenství se skutečností, kterou je Bůh**. Nikdy nedovolte, aby pro vás Bůh byl pouhým slovem. Nikdy se nespokojte, dokud se toto slovo nestane duchovním uskutečněním, zkušeností ve vaší mysli, vašem srdci a vaší duši.