

JÓGA
A VÝCHODNÍ
SPIRITUALITA

[12]



Siddha Vidjā

JIŘÍ KRUTINA

O praxi dechu vědomí

NAKLADATELSTVÍ

kjv

NAKLADATELSTVÍ KRUTINA JIŘÍ-VACEK

NAKLADATELSTVÍ



Jiří Krutina

Siddha vidjá

O praxi dechu vědomí

Nakladatelství Krutina Jiří – Vacek

Edice Jóga a východní spiritualita

Svazek 12

ISBN 978-80-87493-59-5

© Ing. Jiří Krutina, Praha 2013. Opisování a jakékoliv rozmnožování bude považováno za šíření Pravdy se všemi následky s tím souvisejícími.

„Jsi *výdechem* Boha,
a jako *dech* se do Něj opět vrátíš.“

Dobrořečení

Zbav se veškeré oddělenosti ega, uvědom se jako Sebe si vědomé svobodné vše pozorující vědomí (Já).

Neztotožňuj se s tělem fyzickým, ale uvědomuj si duchovní *tělo vědomí (čidákáša)*.

Neztotožňuj se s dýcháním těla fyzického, ale vědomě dýchej duchovní *dech vědomí (prána váju)*.

Vědomé žití ve všepozorujícím Já a jeho duchovním *těle Světla vědomí* dýchajícím *dech vědomí* je praxí siddhů.

Z milosti mých duchovních učitelů:

Jiřího Vacka, Ramany Mahářišiho, Bhagavana Nitjánandy a Abhinavagupty,

oddaný žák Pána.

ÓM NITJÁNANDA ÓM

Úvod

Jak „nadechujeme“,

tak se uvědomujeme v Já.

Jak „vydechujeme“,

taková je moc – plnost Já

a vyjádření jeho moci – šakti v podobě světa, který zakoušíme.

*Naučit se, co znamená správně duchovně dýchat, a vyladit se na vždy přítomnou dynamickou
podstatou Já – Spandu*

je esencí nedvojně tantry

a stavem Bhajravy.

V tomto pojednání shrnuji své poznatky a postřehy z praxe pro potřeby duchovních praktiků. Své postřehy z duchovní praxe současně zasazuji do již známého rámce starobylé duchovní tradice, s níž jsou mé zkušenosti v naprosté duchovní rezonanci. K existujícím zdrojům jsem se dostal v okamžiku jejich vlastního vnitřního rozpoznání a znovu uvědomění. To uvádím pro ty, kdo potřebují potvrzení existující duchovní autoritou. Konečnou autoritou těchto původních tantrických písem je Bhajrava.

Vzhledem k obsahu se jedná o text určený spíše pokročilým duchovním praktikům, neboť předpokládá nezbytnou znalost základních aspektů duchovního života a zejména pravidelnou duchovní praxi na podkladě dosaženého poznání sebe sama v Já. Text se řadí svým obsahem a způsobem podání spíše do tanter.

Samozřejmě si nemyslím, že jsem téma nemohl vyložit lépe, ale zkrátka se svými omezenými schopnostmi jsem se snažil podělit o postřehy z duchovního života čistě z radosti ducha samého. Necht' jsou k užtku všem, kteří je shledají využitelné ve své praxi na cestě k Bohu.

Duchovní tradice *siddhů*

Starobylá *šivaistická* tradice, která je historicky starší než *védy*, *upanišady* a *védánta* hovoří o duchovní vědě – vzhledu *siddha védha*, a s ní spojené jógické meditační praxi využívající *dech vědomí (prána váju): siddha vidjá*. Jak bývá zvykem u těchto původních starobylých textů, hovoří o praxi pouze v náznaku a dodává, že bez Gurua, bez vnitřního zasvěcení, je samotné studium písem nedostatečné. Tato s *dechem vědomí* související duchovní praxe by se dnešním jazykem nejlépe vyjádřila jako:

Úsilí o znovuzkříšení *Dechu božího* v našem vědomí *internalizací – zvnitřněním – zduchovněním* vědomě pozorovaného dýchacího procesu v jeho duchovním neprojeveném stavu vedoucí k přímému poznání všepronikajícího dynamismu – chvění – tepu – pulsace vyzařování moci Já – Spandy.

Praxe jógy *dechu vědomí* je přechodem od pozorování vědomého dýchání k jeho zdroji v podobě prvotního impulsu moci vědomí – k Spandě, která každým okamžikem oživuje přímo z neprojeveného bytí ryzím nektarem – esencí blažené moci vědomí vše, co existuje, celý vesmír a všechny jeho bytosti.

Esencí projevování nedvojného vztahu vědomí Já a jeho moci – *dechu vědomí* je svobodná duchovní blaženost Lásky.

Tato vnitřní duchovní meditační technika se liší od klasického pojetí *pránájámy*, která je v běžném pojetí *hatha jógy* chápána jako pomocná praxe k ovládnutí dechu zevního a vnitřního; tedy pomocný prostředek k ovládnutí mysli pro usnadnění přímého soustředění na Já. V praxi jógy *dechu vědomí* nejde o práci s dechem zevním, který slouží pouze na začátku pro ukotvení pozorování, ani o jeho ovládnutí nebo zádrže, ani o určité „prodýchávání“ těla nebo vedení vnitřního dechu pozorností představitosti, nabíjení center dechem apod. Jde o vědomou praxi vedoucí k rozšíření – expanzi moci a svobody uvědomění v Já pomocí *dechu vědomí*.

***Dech vědomí – prána váju* je chápán jako samotný pohyb = *nádlí* pulsující moci vědomí – *Spandy* (Já).**

Projevem – zevním pohybem pulsující moci vědomí = *Spandy* je *prána šakti* neboli životní esence oživující mysl, tělo a svět.

Praxe *siddha vidjá* usiluje o znovu uvědomění a tak kompletní zvnitřnění dýchacího procesu zkoumáním jeho zdroje a prvotního impulsu až do jeho neprojevené moci v Srdci a přechod k ryze duchovní podobě dýchání svobodného *Dechu vědomí*, který je vyzařován vnitřní dynamikou Já – *Spandou*.

Praxe usiluje o sjednocení nádechu a výdechu obou od sebe oddělených pohybů jediného *dechu vědomí* v jejich neprojeveném potenciálu v Srdci skrze jejich kontakt – přechod s vědomím, což vede k absorbování životní síly *prána šakti* v Já a dosažení plnosti stavu *Bhajravy*, jak se tento jógický stav nazývá technicky.

V tomto přístupu a pojetí praxe zevní dech nijak neovládáme ani se jej nesnažíme nějak zastavovat nebo někam vést ani nevyužíváme představivost a imaginaci, jak je běžné u tradičního pojetí *pránájámy*.

To, o co usilujeme, je expanze – vědomé rozšíření prostoru *vědomí dechu* zkoumáním duchovního zdroje dýchacího procesu jako takového.

Nezaměřujeme se na „dýchání“ ani na určité „prodýchávání“, ale na samotný neprojevený základ a zdroj dýchacího procesu jako takového v našem vědomí.

Neprohlujeme zevní dech, ale vytrvalým rozlišováním vědomí od uvědomovaného *vědomí dechu*

směřujeme k uvědomění jeho stále jemnějších a duchovním projevů až k samotnému zdroji dechu – esenci dynamické moci Já – Spandě, která je duchovním vyzařováním – pulsací moci – esence Já, jež je nejen všepronikající substancí veškerého bytí, ale i vnitřním *Logem/Životem* všeho projeveného.

Praxe vyžaduje odstranění ega a dosažení uvědomění v Já.

Jde o celodenní jak formální, tak neformální duchovní postup – praxi i samotný duchovní stav (označovaný v tantrách jako Bhajrava), ke kterému praxí směřujeme postupným zvnitřněním dýchacího procesu od vědomého dýchání jako tělo fyzické k vědomému dýchání svobodného Dechu neomezeného vědomí, který je všepronikající duchovní zář moci vědomí – Světla. Jde dle mého názoru o zcela přirozené vyústění duchovního života – zrání samádhi, jak o tom hovoří Ramana Mahářiši. Vyrvalým spočíváním v Já se nakonec plně vracíme do Já s posledním výdechem při smrti těla fyzického.

Jinými slovy, jde o zcela odlišný duchovní přístup k celé *šakti józe* pracující s dechem – pránou jak filozoficky, tak zejména duchovním meditačním přístupem – můžeme říci „technicky“, než jak je obecně znám. Tato stezka a praxe ale zůstala zachována v tantrické tradici nedvojného šivaismu jako *Anuttara Trika*. Je nutno chápat tento rozdílný přístup k józe dechu vědomí – pránájámě a východiska, jinak to zákonitě přináší nepochopení této praxe. Nakonec nejde jenom o duchovní metodu – praxi meditace, ale o samotný duchovní stav vědomí *siddhů* – praktiků této vědy přímého poznání – *džňány* o *Dechu vědomí*. Jde jak o praxi, tak její cíl.

Podobně je to i v případě praxe Sebezkoumání a soustředění na Já – *átmavičáry*. *Átmavičára*, jako metoda pátrání pro zdroji „Já“ či v její podobě praxe odevzdanosti, je samozřejmou součástí praxe kašmírského šivaismu a tantry, ale je zde popisována jako jedna ze třech metod kundalíní jógy, tzv. *čit-kundalíní jógy*. Klasické pojetí pránájámy, která pracuje s tělem a dechem ve svém vzestupném rituálu postupného prodýchávání těla pránájámou, jak je běžné se zaměřením na čakry, se nazývá *prána-kundalíní jóga*. Nejvyšší podobou kundalíní jógy, je *para-kundalíní jóga* neboli *spanda jóga*. Tato úroveň praxe spočívá v nedvojném zaměření přímo na Srdce, kde se obnovuje jednota vědomí a jeho moci. Toho se dosahuje expanzí uvědomění ve vědomí pomocí spočívání ve zdroji moci vědomí a praxí vědomého dýchání jako vědomí, jak dále uvádím. Musíme nejprve správně chápat používané pojmy. To, co se v nedvojně tantrě nazývá *čit-kundalíní jóga*, nazývá Ramana Mahářiši *átmavičárou* apod. Pokud to nevíme, pak snadno tvrdíme, že například tantra nebo kašmírský šivaismus neučí *átmavičáru* apod.

Siddhánta nebo tantrický šivaismus, jak se nazývá nauka *siddhů* a s ní spojené vnitřní náboženství, je zřejmě nejstarší tradiční nám známá duchovní filozofie, věda a nauka vůbec, o které existují písemné záznamy i archeologické památky. Je starší než známé *vědy*. Nejedná se však o tradici spojenou pouze s Indií. Je esencí věčné spirituality člověka, tzv. *sanatama dharmy*, tedy jediného náboženství, jehož esenci lze vyjádřit výrokem: **Není vyššího náboženství než Pravda.** Praxí a naukou tohoto náboženství je výhradní poznávání vědomí a jeho moci, jež tvoří náš vlastní duchovní základ i základ všeho existujícího, ať již aktuálně, tak potenciálně. Základem je uvědomění, že naši podstatou je samo svobodné ryzí vědomí = Šiva, které je zdrojem všeho, i nás samých, a my sami jsme tímto vědomím – Šivou. To je esence nedvojného šivaismu – náboženství věčné Pravdy. Ve své úplné podobě je metafyzika poznávání vědomí obsažena v esenci tantrického nedvojného šivaismu: *Anuttara Trika józe* (v překladu *Trojjednost Nejvyšší Skutečnosti*, kde je uvedena celá nauka o vědomí a jeho poznávání). Nesmí nás klamat specifické názvy, či nám na první pohled nesrozumitelné sanskrtské názvy. **Samotní protagonisté tohoto univerzálního učení o vědomí a jeho moci, siddhové, tuto nauku o vědomí chápali jako přímo z vědomí odvozenou formulaci věčné Pravdy univerzální spirituality vědomí, nikoliv jako lidskou formulaci duchovního učení.**

Pojem *siddha*

Nejprve si řekněme, co znamená a označuje samotný vlastní pojem *siddha*, neboť soudě podle některých reakcí hledajících existuje zcela mylné přesvědčení, co tento pojem skutečně znamená. Dozvěděl jsem se od

jednoho hledajícího kritickou výtku k řadě mých knih o nauce, které jsem nazval *Stezkou siddhů 1. až 3. díl.*, že on nepotřebuje žádnou „siddha jógu“, natož „záračné síly“, neboť on „má“ nejvyšší nauku átmavičáry. Nevědomostí a namyšleností se takové plamenné prohlášení jenom vzdouvalo, a tak je dobré uvést správný tradičně chápaný význam slova „siddha“ pro odstranění nevědomých předsudků.

Siddha je v doslovném překladu „ten, kdo dosáhl *siddhi* – dokonalosti v dovednosti ve spočívání v Já“. Jinými slovy, jde o označení jogína, který dosáhl *siddhi*, což není žádná „čarovná“ či „nadpřirozená“ schopnost či „síla“, ale schopnost či chceme-li dosažené „umění“ trvalého spočívání v Já. To je ona *siddhi*, která, chceme-li to takto vyjádřit, dělá siddhu siddhou. Stejným způsobem se vyjadřuje i Ramana Mahářiši, když říká, že nejvyšší *siddhi* je umění spočívání v Já. Tímto je také vymezen rámeček praxe siddhů. O praxi siddha jógy je možno hovořit při dosažení spočívání v Já. Pro ego nebo nedostatečně upevněné poznání není tato stezka vůbec dostupná. To prohlašuje i Ramana Mahářiši.

Pokud se nám objevují během praxe nejrůznější nižší schopnosti rozšířených schopností myslí, je to pouze doprovodný a ryze individuální jev a, dodejme, zcela nepodstatný. Na stezce kráčíme přímo k Bohu a jediným cílem je Bůh sám. Vše ostatní je podružné. Nejvyšší *siddhi* je sama svobodná absolutní tvořivá moc vědomí, která se nám projektuje a jeví jako reálný objektivně existující hmotný svět kolem nás a bytosti v něm. Již to, jak se nám svět kolem nás jeví skutečný, je nejvyšší „záračnou“ silou Boha. Jakékoliv nejrůznější rozšířené schopnosti smyslů, které se považují za „záračné“, jsou v porovnání s tímto zcela přirozeným projevem božské tvořivé moci jako „dětská hra“ a, dodejme, dětská hra od Boha odděleného ega, neboť ten, kdo spočinul v Bohu, nepotřebuje nic dalšího. Nepotřebuje žádné síly ani rozšířené schopnosti, neboť se stal Skutečností a její Svobodou, což je nejvyšší podoba Šakti zvaná *švatantrja*.

Sama existence těchto nižších sil nedefinuje obsah pojmu siddha. Jinými slovy *siddha* je *dživan mukta* – jogín, který dosáhl podmínek duchovního osvobození za života fyzického těla. Siddha je dále tradicí siddhanty definován takto:

- duchovní mistr, který překročil – odstranil proces ega a spočívá v Já, je satguruem;
- sjednotil se s univerzálním vědomím, všepřonikající Mocí Já – jeho Spandou, se schopností udělovat šaktipát, je siddhaguruem;
- duchovně transformoval tělo tvořené kvalitami – gunami tamas a radžas, žije duchovním tělem světla a blaženosti – ryzí svobodné moci vědomí;
- překročil spojení se zevním dechem a dýchá svobodný Dech vědomí v odevzdanosti v Já – stal se *paramahmsou*;
- má spontánní znalost písem (šaster a tanter) a celého duchovního vývoje přímo z vědomí.

Tohoto duchovního ideálu je obvyčejně dosaženo výhradně nepřerušovanou vytrvalou meditací – duchovní praxí přes mnoho vtělení, jak uvádí písma. Je dharmou duchovních mistrů a spasitelů.

Siddha spočívá v ryzím svobodném Dechu Všepřonikajícího vědomí – v duchovním substrátu všeho projeveného v plném ztotožnění se skutečností s ryzím sebe si vědomím vědomí (Brahman, Šiva, Já) – na pojmenování nezáleží. Tento všepřonikající *dech vědomí* se také v tradici jižní siddhanty nazývá v písmech *pránava*.

Siddha si ve svém vlastním vědomí, které si uvědomuje jako soupodstatné s Absolutnem (Šivou), přímo uvědomuje, že celý projev je expanzí jeho vědomí. Překročil všechny páry protikladů: vyšší – nižší, v nitru – vně, nádech – výdech, dostředivý pohyb – odstředivý pohyb, expanze – kontrakce; a je průchodem moci vědomí – spandy.

Siddhové své duchovní dosažení dále rozvíjejí v oblasti poznání – tzv. vzhledu do zákonitosti a souvztažnosti neprojevené moci vědomí ve vztahu k jejímu projevení v nejrůznějších oblastech pravé ryze subjektivní vědy a umění postaveném na tomto přímém duchovním vzhledu. **Základní vědeckou metodou povstávající z přímé**

Toto je pouze náhled elektronické knihy. Zakoupení její plné verze je možné v elektronickém obchodě společnosti eReading.