

Tradiční tantra jako nástroj osobní transformace

Jen těžko bychom dnes hledali v Čechách slovo pocházející z Orientu, které je tak málo pochopeno. Není divu. Když zadáme do internetového vyhledávače „tantra“, zjeví se nám velmi roztodivný svět. Tantrické semináře, večery a výcviky, široká nabídka tantrických masáží, obsahující sofistikovanou práci s tělem i vylepšenou formu profánní prostituce. Objevíme tu Skydancing tantru, Kunadalini tantru, Fire serpent tantru, Bilou tantru, atd. Žádné překvapení, že tato rozmanitost mate. Pokud k tomu přičteme i většinové mínění, které má tantru za jakési obskurní východní náboženství úzce spjaté s volnou sexualitou, není se čemu divit. Co je tedy skutečně tantra?

Pojďme se společně vydat na dobrodružnou cestu na Dálný východ, která přináší v Evropě trochu málo známý úhel pohledu.

Shri Kali Ašrám



autor s učitelem Shanmukhou

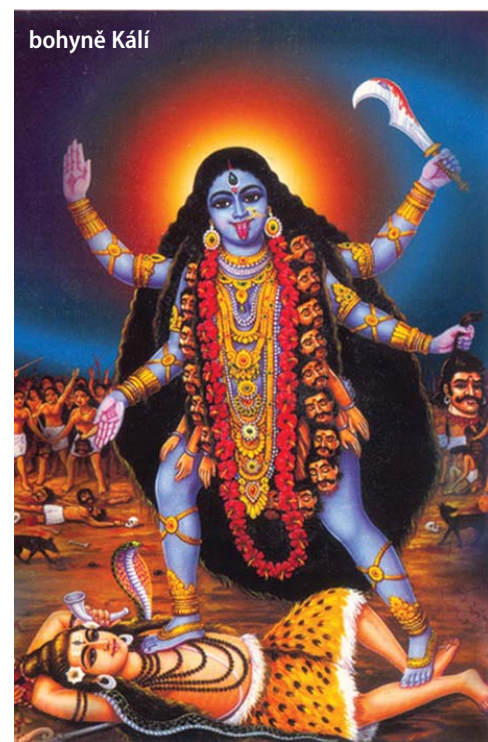
Jihozápadní Indie, malý stát Goa, plný krásných pláží, žijící několik posledních dekád z turistického ruchu. V jižním cípu této bývalé portugalské kolonie leží oblast, známá jako přírodní rezervace „Turtle beach“. Zde, v jedné z rozlehlých zahrad plných banánovníků, leží bývalý hotel Mata Shri, dnes ústřední budova Shri Kali Ašrámu.

V jednoduché jídelně, částečně otevřené do zahrady plné vesele fidlajícího tropického hmyzu, sedí skupina lidí nejrůznějšího věku. Už od pohledu představují kosmopolitní směs lidských bytostí z celé planety. Horlivě diskutují, vtipkují a smějí se. Uprostřed skupinky sedí tiše nenápadný muž velmi snědé tváře, silně prošedivělé vlasy stažené do malého culíku, na nohou klasické žabky, tmavé kalhoty a tričko. Vzeření prostého venkovského učitele z jižní části Indie. S širokým úsměvem, částečně skrytým za mohutný šedivý knír sleduje bouřlivou diskuzi a po chvíli se jemně, ale rozhodně ujímá slova. Ostatní pomalu s respektem umlkají. Právě začal mluvit Acharya Bhagavan Sharmukha Anatha Natha, hlavní učitel a zakladatel ašrámu. Jeden z posledních znalců původního sanskrtu, vědecký vzdělanec, autor knih „Divine initiation“ a „Thirt eye of Budha“, ale také jogín a mistr kung fu. Tradiční tantrické učení převzal před více než půlstoletím od svých prarodičů, aby ho učinil součástí své každodenní praxe. Sdílí ho se svými žáky z celého světa již tři desetky let.

Zkusme se na chvíli zastavit a poslechnout si, jak vysvětluje svým žákům princip bohyně Kálí, hlavní patronky ašrámu.

„Kálí, tak jak ji známe dnes, je obyčejný senzačněchtivý konstrukt anglických kolonizátorů a jejich lokálních přísluhovačů. Krvelačná, po zuby ozbrojená bestie s náhrdelníky z lidských hlav vznikla jako produkt srážky dvou odlišných světů. Evropské myšlení, posledních několik set let plné hrůzy ze smrti jako konečného řešení, zde narazilo na typicky východní pojetí, které smrt bere jako očistný, transformační proces, směřující k vývoji celistvější a vědomější bytosti.

Staré Tantras (tantrické spisy) popisují Kálí úplně jiným způsobem. Tato bohyně je zde popsána jako jeden z mnoha energetických aspektů našeho fyzického světa a tedy i celého vesmíru. V moderním jazyce bychom mohli Kálí popsat jako počítačový program zániku, který je dán do vínků už v momentě stvoření všemu, co náš fyzický vesmír vyprodukuje, ať už je to živé či ne. Zároveň tento program existuje i mimo vesmírný „hardware“, neboť je to pouze Kálí, která nakonec zbyde, až se náš vesmír smrští do nekonečné nicoty a fyzická realita jako taková se rozplyne. I proto je Šiva, božský tanečník, který jako Nataraja tvoří i ničí náš svět, vyobrazen jako mrtvé tělo pod nohama bohyně smrti. Nakonec to bude ona, která vždycky vítězí. Ale bude to také ona, jenž svým mohutným a dunivým „óm“ Šivu opět probudí,



aby znovu rozpoehyboval tanec energie a vědomí, který tvoří náš vesmír. Kálí je prvek nezbytně nutný k dalšímu vývoji vesmíru, přírody, vědomí i lidského druhu. Ničením starého pomáhá vytvářet místo pro nové.“

Žáci okolo Shanmukhy hledí do tmy venku a my můžeme jen tiše pokývat hlavou. Jak by to vypadalo ve světě bez Kálí, víme dobře ze staré české pohádky Dařbuján a Pandrholu.

sedící Šiva



Tradice a kvantová fyzika

Nechte teď Shanmukhu se studenty jejich osudu a pojďte se podívat na jeho učení ze širší perspektivy.

Abychom lépe pochopili tradiční tantru, musíme se alespoň skokem přenést tisíce let nazpátek. Do doby, kdy vznikl sanskrit, jeden z prvních jazyků této planety, který podle zasvěcenců popisuje nikoliv fyzickou, nýbrž energetickou realitu to-

INZERCE

hoto světa. K jejímu vnímání byly lidské bytosti v dávnověku daleko citlivější a otevřenější než jsme dnes my.

Ze sanskritu pak pochází i slovo „tantra“, které ve volném překladu znamená „podstatu“, nebo chceme-li „esenčí“, ale také „tkanivo“. Proč? Jádro védského učení – Tantry totiž popisují naši fyzickou realitu jako utkanou z reality energetické, která tvoří její podstatu. Popisují tyto skutečnosti

prastarými slovy bájí a legend, jejichž skutečný význam už lidstvo dávno zapomnělo, ale při zasvěceném výkladu se nám údivem otevrou oči. Dostali jsme se teď velkým skokem do moderní doby, kdy nám už ve školních škamnách tutéž realitu popisují učitelé fyziky. Vždyť co jiného je podle moderní fyziky naše hmotná realita než iluze utkaná z jemné energie neuronů, protonů a elektronů?? V Tantrách se tato iluze nazývá mája.

Tantra tak dostává úplně nový rozměr. Přestává být učením, filozofií či náboženstvím a stává se z ní velmi precizní a efektivní věda, popisující skutečnou podstatu našeho světa, potažmo celého vesmíru.

Při rozšifrování starých tantrických textů, plných malebných popisů moudrých zasvěcenců, před námi vyvstává srovnání s jinou precizní vědou, která za poslední dvě dekády radikálně změnila pohled lidstva na fyzickou realitu kolem nás. Ano, hádáte správně – je to kvantová fyzika. Stejně jako v kvantové fyzice najdeme i v Tantrách plně rozvinutou teorii fraktálů nebo popis částic, chovajících se jako částice či vlna v závislosti na vědomí pozorovatele. Je tu vysvětlení, proč se vesmír rozšiřuje a smršťuje. Můžeme zde nalézt i velmi sofistikované, ale přitom jednoduše logické odpovědi na otázky, které už dlouho trápí vědeckou obec. Například, jak je možné, že podle skalních kreseb znali dávní lidé astronomické skutečnosti, které dnešní věda teprve objevuje prostřednictvím silných dalekohledů umístěných na orbitálních stanicích. A mimozemské civilizace za tím rozhodně nehledejte!



REGENERAČNÍ A DIAGNOSTICKÉ CENTRUM AVASA



PROGRAM PŘEDNÁŠEK PROSINEC A LEDEN

2.12	Program zdravá sebeláska / Lucie Bouzková Jeden celodenní startovací seminář a 5ti týdenní videoškola. Co vám program přinese? Možná poprvé v životě pochopíte, co to znamená mít se opravdu rád.	NE 9:00	12.12	Strach je laskavý / Lucie Bouzková Cílem semináře je pochopit princip strachu, naučit se s ním pracovat a položit mu pár otázek: co vlastně chce, odkud přichází a co je jeho úkolem?	ST 18:00
3.12	Revoluční cyklus přednášek 5 ELEMENTŮ / Marta Tovtová JARO: Element dřeva – játra a žlučník. Element ohně – srdce a tenké střevo. Zaměřeno na zeleninu a lehká jídla.	PO 18:30	13.12	Joalis / Iva Dlabáčová, Henrieta Horváthová Cílená detoxikace organismu informační medicínou podle MUDr. Jonáše. Propojení s frekvenční terapií. Ukázkové měření a terapie – zdarma.	ČT 18:00
4.12	Autopatie - cesta k sobě, cesta k samouzdravení / Magda Sofie Jak svépomocí uzdravit sám sebe a své děti? Použitím síly vody a inteligence našeho vlastního organismu aktivujeme svou vitální sílu a překonáváme tzv. nevyřešitelné nemoci.	ÚT 18:00	19.12	Védská skupinová meditace / Tim Mitchell Skupinová meditace pro absolventy kurzu védské meditace. (www.vedskameditace.cz)	ST 18:30
5.12	Védská skupinová meditace / Tim Mitchell Skupinová meditace pro absolventy kurzu védské meditace. (www.vedskameditace.cz)	ST 18:30	9.1	Védská skupinová meditace / Tim Mitchell Skupinová meditace pro absolventy kurzu védské meditace. (www.vedskameditace.cz)	ST 18:30
6.12	Koncert na tibetské mýsy / Richard Lang Zážitek přímé meditace a uvolnění těla a mysli při poslechu tónu 40-ti tibetských mís.	ČT 18:00	16.1	Autopatie – váš vitální štít a detoxikace / Magda Sofie Nejjemnější a přitom vysoce efektivní metoda. Tajemství dlouhověkosti dříve používané mudři nebo i samotným Buddha bylo znovuobjeveno v Čechách.	ST 18:00
9.12	Tvořím svůj život / Lucie Bouzková Pro všechny připravené lidi, kteří chtějí převzít do svých rukou zodpovědnost za svůj život a stát se jeho tvůrcem a hledají podporu pro první kroky na této cestě.	NE 9:00	17.1	Joalis / Iva Dlabáčová, Henrieta Horváthová Cílená detoxikace organismu informační medicínou podle MUDr. Jonáše. Propojení s frekvenční terapií. Ukázkové měření a terapie – zdarma.	ČT 18:00
11.12	Ájurvéda v denním životě / Vladimír Mazal Předvánoční seminář, s malým dárkem pro každého, pod vedením zkušeného lektora Vladimíra Mazala.	ÚT 18:00	22.1	Koncert na tibetské mýsy / Richard Lang Zážitek přímé meditace a uvolnění těla a mysli při poslechu tónu 40-ti tibetských mís.	ÚT 18:00
			23.1	Védská skupinová meditace / Tim Mitchell Skupinová meditace pro absolventy kurzu védské meditace. (www.vedskameditace.cz)	ST 18:30

Blíže info na www.avasa.cz | Křižíkova 308/19, Praha | tel.: +420 734 384 673 | Rezervace místa nutná kvůli omezené kapacitě.

Ranní plážová cvičení ve Shri Kali Ašrámu



Tradiční tantra

Tradiční tantra tedy z hloubi dávných věků připomíná člověku podstatu jeho bytí – tedy podstatu energetickou. Využívá k tomu třech pilířů.

Prvním a základním je jóga. O podstatě a filosofii jógy by se dalo napsat několik tlustých knih, za dlouhé věky jejího vývoje vznikly desítky směrů, detoxikačních metod a dechových cvičení. Ve zkratce tedy ale popíšeme, k čemu jógová praxe tantrikovi slouží. Pomocí jógových pozic (asán) a správného dýchání (pranájamy) dokážeme tělo připravit pro energetickou zkušenost. Uvolněné tělo, klidná mysl, plynulý dech a jasné vědomí přítomnosti jsou vstupní branou do světa, kde máme pevnou a přítomnou kontrolu nad svým tělem a jeho energetickými toky, a tedy i nad svým životem a zdravím. Tantra tělo nazývá chrámem duše, o který je potřeba se řádně starat, neboť je to právě ono, které nám zprostředkovává kontakt s vnějším světem – fyzickou realitou. Co bychom si bez těla počali? Jak bychom jinak vnímali pestrost chutí, vůní květin, sladkost prv-

ního polibku či mrazivě příjemné chvění kolen při něm?

Druhým pilířem tradiční tantry jsou mandaly nebo také jantry. Liší se pouze tím, že mandaly zvýrazňují mužský princip a jantry ženský. Pomocí obrazců založených na posvátné geometrii připomínají adeptovi tantry meditačním vhladem skutečnou podstatu jeho reality, utkanou v prázdnotě z jemného přediva energie. V meditační praxi s posvátnými obrazci pak nedílně patří i práce s **pilířem třetím – mantramami.**

Mantry jsou slova či věty v sanskrtu, o kterém již víme, že popisuje spíše energetickou než fyzickou realitu našeho světa. Při správném uchopení tohoto principu dokáže meditující tantrik prostřednictvím zvuků recitovaných manter, za pomoci posvátných obrazců janter, pronikat hluboko do své jemné hmotné reality, kde má možnost s touto realitou pracovat a tím ji i vytvářet.

Vytvářením vnitřní energetické rovnováhy podle neměnných zákonů vesmíru, božícího plánu či

záměru nekonečna pak dosahuje harmonického vztahu se sebou samým a tím pádem i s okolím.

Všechny tři pilíře se pak spojují v ranní rituál, zvaný puja, který pomáhá k dokonale uvolněnému tělu i vědomí. V tomto stavu, za pomoci speciálních dechových cvičení, může naše tělo generovat relativně velké množství energie, kterou je možno, umíme-li s ní pracovat, rozvádět vědomím po celém těle a použít k regeneraci a posílení organismu. Nebo můžeme tuto energii použít při výměně s okolím, jak se děje například při praktikování technik posvátné sexuality. Ranní puja každopádně tantrikovi umožňuje vstoupit do nového dne jako jemně zářící přítomná lidská bytost, nezatížená strachy, předsudky a obavami. Bytost, která ne svými slovy, ale svým životem vyzývá k oslavě bytí a vědomému vytváření vlastní reality už od samotného energetického základu.

Tradiční tantra a sexualita

Většina lidí má slovo tantra spojeno se sexualitou. Protože toto slovo znamená i podstatu, musí tato podstata nutně obsahovat i sexuální aspekt. My všichni jsme sexuální bytosti. Bez sexuality by naše planeta byla ještě obydlena měňavkami, které se množí dělením. Málokdo však tuší, že prvky posvátné – léčivé sexuality obsahují téměř všechna tradiční učení lidstva. Jen namátkou... tao, zen, buddhismus, ohnivá medicína amerických indiánů, egyptské kultury, mystický judaismus či ranní křesťanství a islám. Tantra tak bohužel získala svůj odpadlický sexuální status zcela neoprávněně. Katolicky puritánské skandalizování tantrických spisů, dovezených během posledních několika set let anglickými dobrodruhy a jejich neodborné, povrchní překlady udělaly své.

Většina tradičních kultur, včítaje v to samozřejmě i tantra, využívá vědomou sexualitu v přítomném okamžiku jako nejpřirozenější zdroj silné energie, která umožňuje při správném nasměrování uvolněným tělem a vědomím vstoupit do vyšších stavů poznání.

I proto je adept tradiční tantry při nakládání s vlastní sexualitou velmi opatrný. Ví totiž, že je pro

Odpolední jóga ve Shri Kali Ašrámu



Odpolední ásány ve Shri Kali Ašrámu



něj nejpříjemnější a nejsnazší cestou k osvícení – k mókše. Ví ale také, že při neopatrném zacházení, lehkovážným míšením vlastní energie s nevědomými energetickými vzorci druhých může tato cesta vést úplně opačným směrem.

Sexualita tedy samozřejmě patří k tantrě stejně jako patří k životu. A tantra oslavuje život ve všech jeho aspektech. Stejně jako varuje před přílišným zaměřením na aspekt jediný.

Tradiční versus moderní

Co tedy může tisíciletá tantrická tradice nabídnout modernímu člověku? Zdá se, že toho není mnoho. Jen málokdo z nás má mnoho let času na proniknutí do tajemství sanskrtu či studium principů posvátné geometrie. Z tohoto předpokladu vycházel v druhé polovině 20. století

i lehce kontroverzní indický mystik Osho. Vlastním systémem aktivních meditací, skupinové psychoterapie zaměřené na nápravu chyb v psychosexuálním vývoji jedince a osvícenou sexuální výchovou, který sám nazval neo (novou) tantrou, se snažil vyburcovat, probudit a zpřítomnit své žáky, většinou příslušníky prvních poválečných generací západního světa. Oshovi následovníci pak rozvinuli jeho učení do podoby dnešní tzv. moderní tantry, která v posledních třech dekádách převládá v nabídce tantrických seminářů a výcviků. Tyto akce dnes navštěvují po celém světě desítky tisíc lidí, kteří zde nacházejí úlevu od neuróz a psychických bloků, zaviněných potlačovanou sexualitou a výchovou plnou představ a očekávání. Moderní tantra už tak má neodmyslitelně místo v naší uspěchané době,

nepřející zdoluhavým postupům a praxím vyžadujícím trpělivost, pevný záměr, vnitřní klid a kontemplaci.

A právě zde přichází na pomoc tradice. Tradiční postupy jsou totiž založeny na kontinuální praxi, jen tehdy jsou efektivní a účinné. Pravidelná jógová praxe ásán, dechová cvičení, meditativní nastavení mysli a vědomá přítomnost dokáží přinést adeptovi tantry neobyčejný potenciál uvolněnosti těla a vědomí, což jsou základní předpoklady pro osobní rozvoj a transformaci, ať už se chcete vydat cestou tantry, zenu, taa či pohanských kultů.

Spolehlivě tak dojdeme k té nejstarší, nejjednodušší a nejhezčí tradici všech tradic – totiž k cestě do svého středu, kde se skrývá krásná a dokonalá bytost, jejíž skutky vyzývají ostatní k oslavě toho nejvzácnějšího, co máme. Naplněného lidského života.



Název článku
Tradiční
tantra jako
nástroj osobní
transformace

Autor článku
Marcel
Jayananda
Harazim
www.
buddhapark.
info,
www.tradici
tantrajoga.cz

Fotografie
archiv autora

INZERCE

KURKUMA

Ājurvédské koření života

Prashanti de Jager M.S.

Tato kniha je věnována jedinečnému spojenci lidského zdraví-kurkumě.

Pokud bych si měl vybrat pouze jednu bylinu pro zdraví a dietní potřebu, vybral bych bez velkého váhání indické koření, kurkumu. Její působení je široké a je jen málo toho, čeho není schopna dosáhnout v oblasti léčení. Je schopna obsáhnout mnohem více, než jiné byliny.


Kurkuma má široké spektrum účinků, které jsou jemné, ale jisté. Je vhodná pro dlouhodobé a denní podávání. I když je známým kořením, málo lidí zná (včetně znalců bylin) její hodnotu a o možnosti širokého použití. Je jednou z bylin, kterou by měl člověk znát a žít s ní.

Kurkuma je především známa jako koření v indické kuchyni. Kurkuma pomáhá vybalancovat účinek jiných koření, spojuje jejich chuť a vlastnosti synergickým způsobem, dává jim lepší chuť. **Kniha Kurkuma-Ājurvédské koření života by měla být přítomna v knihovně každého bylinkáře nebo každého, kdo se zajímá o rostliny a koření.** Kurkuma je skutečně kořením života. Přináší energii života celé naší bytosti a spojuje nás s univerzálním vědomím, ve kterém žijeme. Je také pravděpodobně nejužitečnější a určitě nejpoužívanější Ājurvédskou bylinou. Kurkuma je dobrým začátkem pro studium a používání Ājurvedy, je dobrou bylinou, kterou stojí za to začlenit do svého života.
Dr. David Frawley (Vamadeva Shastri)

Účinky kurkumy jsou natolik výrazné a nezvratné, že se objevují i lékařské studie popisující její možnosti využití v působení na lidský organismus při mnoha závažných problémech, jako jsou nádorové onemocnění prsu, plic, zažívacího a střevního traktu, dutiny ústní a mnohá další onemocnění. Tyto a jiné možnosti, způsoby užívání a aplikace nebo recepty najdete právě v této knize.

KURKUMA

Ājurvédské koření života



Prashanti de Jager M.S.
úvodní slovo
Dr. David Frawley

■ Knihu si můžete objednat na adrese:
Regenerační centrum AVASA
Křížkova 19, 186 00 Praha 8
info@avasa.cz, www.avasa.cz
nebo na tel.: 734 384 673, 776 397 843