



## PŘEMĚNA SEXUÁLNÍ ENERGIE

**Brahmačárja a štěstí**  
Vybráno ze Satsangu 7.2.2003

.....

*Óm Šrī Paramátmane Namaha*

**Otázka:** „Mohl byste více vysvětlit, co to je brahmačárja? Většina moderních knih o józe se touto jamou zabývá jen okrajově. Proč je celibát důležitý?“

Jama a nijama jsou části osmistupňového systému Pataňdzaliho jógy. Brahmačárja znamená celibát – sebeovládání v oblasti vztahů mezi muži a ženami. Celibát patří mezi jamy stejně jako například ahinsa – nenásilí.

Je to velmi dobrá a přímá otázka. Na takové věci se ptejte. Je to důležité pro všechny. Je také pravda, jak tazatel píše, že tomuto tématu se většinou nevěnují více než dva řádky. Ve starých duchovních textech se o tom píše hodně. I mnozí přednášející se snaží o tomto tématu moc nemluvit. Takové je to téma. A přitom velmi důležité.

Nejprve se zaměříme na porozumění přesného významu sanskrtského slova brahmačárja. Brahmačárja bývá většinou překládána jako celibát. Toto slovo se skládá ze dvou dalších slov. Brahma znamená Bůh či Božství. Čárja znamená chování. Tedy dohromady chovat se jako Bůh. Brahmačárja znamená chovat se tak, jak se chová Božství. Existovat tak, jak existuje Bůh. Jednat jako Bůh. Následovat Ho. Nebo jinak řečeno žít život podle Boha. Takhle nějak bychom mohli slovo brahmačárja doslovně přeložit.

Nyní by se ale mohl někdo z vás zeptat, jak se Bůh chová? Jak jedná Bůh? Bůh je Bůh a chová se jako Bůh. Bůh sice zahrnuje všechno a je všude, ale pro naše pochopení je Bůh dokonalý, nemá žádné touhy, je plný lásky, oproštěný od chtivosti, je plný soucitu a připravený každému posloužit a dát mu, co potřebuje, aniž by žádal něco pro sebe... Univerzální, nekonečná Energie – Bůh – má tyto vlastnosti. Čím více jsme v harmonii s těmito kvalitami a čím více je v sobě máme, tím více se přibližujeme Bohu – v soucitu, v lásce, v mírumilovnosti, v tom, že nic nevyžadujeme od druhých, ale jsme připraveni jim dávat...

Slovo brahmačárja se většinou užívá ve významu celibátu, tj. zdržování se intimních vztahů mezi muži a ženami, sexuální abstinence. To je důležitá věc. Tazatel se ptá, proč je pro hledající nutné, aby se zdržovali sexuálních aktivit. Vysvětlím vám některé důležité souvislosti.

Někteří lidé v Boha věří, zatímco jiní nevěří. Někteří lidé považují za vtělení Boha Krista, jiní zase Krišnu nebo Buddhu. Přestože se lidé liší v názorech na mnoho věcí, v jedné věci se shodují. Všichni chtějí být trvale šťastní a prožívat vnitřní mír. V tom rozdílů nejsou. Někdo považuje za správné nejíst maso a jiný s tím nesouhlasí. Kdybyste se však zeptali všech lidí na světě, jestli chtějí být trvale šťastní, všichni zvednou ruku. „Ano, přejeme si být už navždy šťastní.“ To je společné téma. Zbývá jediná otázka, jak trvalé štěstí najít.

Moudří lidé nás upozorňují, že nikdo nemůže být trvale šťastný z pouhého hromadění majetku či peněz. Nikdo nemůže být trvale šťastný ani prostřednictvím užívání si rozkoší světa. Ani tím, že se proslaví. Tyto cesty ke štěstí nevedou. Shrneme-li, co svatí říkají, skutečné štěstí není venku, ale uvnitř. Opravdové štěstí nepochází z věcí či vztahů. Opravdové štěstí je v nitru každého z nás a je třeba ho hledat a odhalit ve své existenci, ve vlastním těle a mysli. Toto je výtah z učení všech velikých svatých.

Začneme-li s hledáním věčného štěstí v sobě, musíme změnit způsob života. Jak lidé většinou žijí? V běžném způsobu života plyne fyzická i mentální energie zevnitř ven. Když se setkáváme s přáteli, rodinou a zabýváme se vším možným kolem sebe, naše energie se spojuje s věcmi kolem nás. To je cesta užívání si světa. Smysly se dostávají do styku s různými věcmi ve světě, z tohoto spojení vznikají počitky a my na nějakou chvíli v mysli zažíváme trochu potěšení. Po každém požitku však litujeme:

„Tak rychle to skončilo. Není to trvalé.“ Nakonec se cítíme se oslabení a vyčerpaní.

Ze všech pěti smyslových potěšení je požitok sexu mezi mužem a ženou tím nejsilnějším. Přitažlivost mezi muži a ženami udržuje v chodu lidský rod i celý svět. Narodili jsme se díky sexuálnímu spojení našich předků a rodičů. Totéž děláme i my, když přivádíme na svět děti. Všichni máme zkušenost s tím, jak mocná přitažlivost mezi mužem a ženou je. Často se stane, že je puzení k fyzickému kontaktu tak silné, že nejsme schopni odolat. Došlo ke spojení a pro tu chvíli člověk zažíval potěšení a úlevu. Teprve s odstupem času nahlédl, že to nevede k ničemu trvalému. Dostavuje se lítost. Štěstí bylo jen prchavé. A my hledáme štěstí, které je trvalé.

Při sexu zažíváme jen krátkodobé potěšení. Nemůžeme to nazvat štěstím. Mezi štěstím a potěšením je rozdíl. Chvilkové potěšení nás nikdy nenaplní. Ubírá nám to také naši energii. Přejde čas, kdy všichni zestárneme a už ani nebudeme schopni si sex užít. Je to velmi těžké období, když už je starší člověk natolik tělesně slabý, že není schopen sexuálního požitku, ale myšlenky na něj přetrvávají stále.

Chceme-li zažívat trvalé štěstí a mír, je třeba, abychom začali měnit tendenci hledat potěšení kolem sebe spojováním svých smyslů s podněty světa. Musí to být právě naopak. Energie z nás už nemá být vydávána ven, ale začínáme si ji v sobě šetřit. Například meditovat můžeme jen tehdy, když stáhneme pozornost dovnitř. Meditace nastává, když se co nejvíce oddělíme od svého okolí. Nemůžete přece meditovat a zároveň poslouchat disco hudbu. Nemůžete meditovat, když sedíte se svým přítelem či přítelkyní. Musíte se od okolních podnětů odpoutat. Cesta za štěstím vede cesta zcela opačným směrem, než když si užíváte potěšení.

Když se stáhneme do sebe a energie proudí místo ven dovnitř, začnou se v těle i mysli odehrávat určité změny. Všechny tyto změny jsou popsány v knihách o józe, zvláště v kundaliní józe. Najdete tam popisy, kde se v našem těle nalézají jednotlivé čakry. První čakra, nazývaná muladhara, je centrem sexuality. K čemu dochází v této čakře, když zažíváme rozkoš? Energie prochází čakrou a člověk cítí přechodnou úlevu. Nemůžeme energii v těle uchovat, proudí pryč, a to nám umožňuje zažívat přechodně určité potěšení a uvolnění.

Proto je třeba se v sexu ukázněvat - žádná jiná možnost není. Energie je neutrální a nemáme jí nekonečně mnoho. Vydáme-li svoji energii při styku s mužem či ženou, narodí se dítě. Uchováme-li energii v sobě a směřujeme ji výš a výš, dojde k znovunarození nás samých. Tak jako ze sebe dáváme život novému dítěti, tak se můžeme sami v sobě znovu narodit – jako božská duše. Odehraje se to skrze tutéž

energii. Energie je nestranná – tatáž energie proudí ven nebo je uchovávána uvnitř. Není tedy jiné cesty než se ukáznovat. Kázeň v sexuální oblasti je nezbytná.

Na duchovní cestě se směřování energie zcela mění. Místo aby energie proudila ven, začne se přesouvat zdola nahoru. Stoupá vzhůru sedmi čakrami: muladharou, svadhistanou, manipurou, anáhatou, višudhou, adžnou a sahasrárrou. Takže, čím více začíná energie proudit zdola nahoru, tím více zažíváme štěstí a tím méně máme ve světě problémů.

.....