KÍRTANY A MANTRY

Mantra – praxe v každé situaci

Vybráno ze Satsangů 26.8. a 18.9.1993

Óm Šrí Paramátmane Namaha

Snažte se vytvořit si zvyk upomínat se na Boha. Vzpomínat na Něj ve svém srdci a mysli je možné za každé situace. Když řídíte auto, někam jdete, pracujete v kuchyni rukama – mnoho činností provádíte mechanicky, zatímco mysl je upoutána něčím jiným. Dokonce ani při řízení auta není často zapotřebí o tom nějak zvlášť přemýšlet. Řídíte automaticky a mysl se zabývá tím, jak zvýšit zisk vaší společnosti. Kdykoliv máte čas na přemýšlení, uvažujete o něčem, co byste chtěli pro sebe získat. Zkuste místo přemýšlení o finančních ziscích přemýšlet o vyšší Síle, která je kolem nás všech. Jste-li emocionálně založení, zkuste pěstovat citlivost pro vnímání této nekonečné Energie. Cítíte-li lásku a náklonnost k jakémukoliv velkému světci či duchovní osobnosti, přemýšlejte o něm.

Není rozdíl, jestliže myslíte na Krišnu, Krista nebo Mohameda. Důležité je, jestli k nim cítíte nebo necítíte lásku, protože Krišna i Kristus představují jedinou konečnou Realitu. Všechna náboženství směřují ke stejné Pravdě. Rozdíly mezi jednotlivými náboženstvími vytvářejí pouze lidé, popř. politici, omezeného myšlení. Důležitá je vaše víra, láska a oddanost. Jestliže začnete pociťovat lásku nebo oddanost k osobě, která je vaším učitelem, začne se vám postupně odkrývat vaše duchovní cesta.

Mnoho lidí používá mantry i v průběhu meditace. Naše mysl je zaplněna mnoha slovy a myšlenkami. Abychom ji od tohoto chaosu myšlenek očistili, zaměříme se na nějaké velmi silné slovo nabité energií. Toto mocné slovo odstraní vše slabší. To je hlavní princip, proč je používání manter tak prospěšné. Používání mantry může být vhodnou cestou i pro ty, jimž se nedaří jiné meditační techniky. I tímto způsobem mohou dosáhnout pozitivních výsledků.

V životě je pravidlem, že silnější překoná slabšího, a tak mantra složená z jednoho či několika silných slov začne překonávat ostatní produkty mysli, které nemají tak silnou energii jako mantra. Tímto způsobem zůstává v mysli mantra namísto myšlenek.

Praxe opakování mantry se nazývá džapa. Opakování mantry se postupně prohlubuje, až jsou slova nahrazena hlubším pocitem a energií. Touto cestou lze nakonec dospět až ke stavu známému jako *"Adžapa-džapa"*. *"Adžapa-džapa"* znamená mantra bez opakování – mantra se začne odehrávat sama od sebe. Stane se součástí vaší existence. Tento stav bývá také popisován jako úsilí bez úsilí. Začnou se odehrávat věci, které se ve slovech jeví jako protikladné. Například je paradoxní úsilí bez úsilí. Snažíme se totiž popsat stupeň, který slova přesahuje. Když se džapa prohloubí až do tohoto stadia, mantra se děje, aniž byste si ji opakovali. V tomto bodě existuje uvnitř vás velmi hluboké ticho a z tohoto ticha se vynořuje štěstí a blaženost.