DUCHOVNÍ PRAXE

Vnitřní konflikt na duchovní cestě

Vybráno ze Satsangů 4.2. a 6.2.2004

Óm Šrí Paramátmane Namaha

Problém s vnitřními konflikty vyvstává až u lidí na vyšších stupních vývoje. Lidé, jejichž duchovní vývoj ještě nezapočal, nemají vnitřní konflikty nebo ne nijak zvlášť palčivé. Těmto lidem stačí uspokojení na smyslové úrovni. Jak se tomu někdy říká: "Jezme, pijme, radujme se". Pokud se lidé zaměřují převážně na své tělo a záležitosti ve světě, vnitřní konflikty je příliš nepálí. Je to z toho důvodu, že když v jejich mysli vyvstane nějaká touha, snaží se ji jakýmkoli způsobem uspokojit. Neustále jsou ve vleku všeho, co přitahuje jejich smysly. Muži jsou přitahováni ženami a ženy zase muži. Jiní lidé usilují o získání peněz, postavení a moc. Domnívají se, že pokud svých cílů dosáhnou, budou mít klid. Vnitřní klid ale tímto způsobem nikdy nenastane. Jakmile jednu věc získají, potěší se s ní a už se zase ženou za jinou. Existence takto fungujících lidí je zcela zaplněna objekty jejich tužeb a vnitřní konflikty proto nejsou velké.

Zvířata nemají vůbec žádné psychické konflikty. Krávy a býky žádné problémy netrápí, nechodí na satsangy ani jiná podobná setkání. Podle mého názoru není mnoho lidí o nic lepší. Mají sice lidská těla, ale uvnitř jsou podobní kravám a býkům. Jejich vnitřní konflikty nejsou nijak akutní. Mnohdy to zvnějšku vypadá, že jsou šťastní a v pohodě. Ve skutečnosti šťastní nejsou, jsou spíše omámení. Zvnějšku se možná může zdát, že člověk, který se napil vína nebo si zakouřil opium, si jen tak šťastně leží. Je ale opravdu šťastný? Není.

Existuje jiná, velmi malá skupina lidí, kteří se dostali nad všechny konflikty. Jejich existence neobsahuje nic než štěstí, mír a lásku. Jsou to duchovně seberealizovaní lidé - jogíni. Mezi těmito dvěma krajními póly se nacházejí hledající, tedy ti, kteří hledají, ale ještě nenašli. Všichni, kdo hledají, si v sobě nesou konflikt. Duchovní hledající není spokojen se svým vnitřním stavem tak, jak nyní je. Rád by se změnil, ale ani přesně neví, čeho by měl dosáhnout. Stokrát už například zažíval sex, když nebyl schopný odolat silnému puzení po tomto potěšení. Potom však téměř vždy litoval: „O co vlastně jde? Co z toho je? Vždyť to nemá význam…" Na jedné straně táhnou člověka dolů jeho staré zvyky, například mít sexuální kontakty, a na druhé straně pak není uspokojený. Tomuto konfliktu se nelze vyhnout.

Nemyslete si ale, že jsou šťastnější ti, kteří konflikty nemají. Nejsou na tom lépe. Bylo by pošetilé si myslet, že kráva nebo býk jsou na tom lépe. Osoba plná konfliktů je na tom daleko lépe než ti, jejichž těla jsou sice lidská, ale uvnitř zůstávají zvířaty. Hledající už cestu nastoupil a přijde čas, kdy jeho konflikty skončí a proces vnitřní přeměny dosáhne svého vrcholu. Určitě k tomu dojde, ten čas přijít musí. Proto byste nikdy neměli ztrácet odvahu.

Nepochybně přicházejí selhání. Člověk se snaží napravit své špatné zvyky z dřívějška, snaží se změnit, a přesto se mu to znovu a znovu nedaří. Tak to probíhá. Ale nenechte se odradit, protože jednoho dne, v jednom životě, k tomu dojít musí. Tak proč ne právě v tomhle životě a proč ne dnes? Nikdo v historii celého lidstva se nestal šťastným bez toho, že by se osvobodil ze závislosti na smyslové přitažlivosti. A nikomu se to také nikdy jiným způsobem nepodaří.

K chybám a nezdarům často dochází, ale jen ti mohou bitvu vyhrát, kdo se nevzdávají svého rozhodnutí a znovu a znovu vstávají: „Chyba se stala, ale já jsem připravený se zase zvednout.“ Tohle dodává lidskému životu skutečnou hodnotu. „Ať se stane cokoli, já duchovní cesty nezanechám.“

Proč vlastně znovu a znovu přicházejí chyby a selhání? Je více důvodů, ale chci vám sdělit jeden velmi důležitý. Mysl je zvyklá pohybovat se v zajetých kolejích. Jakmile člověk jednou něco udělá, napodruhé už je snadnější udělat znovu totéž. Napotřetí je to ještě snadnější a čím dál tím více samozřejmější. Nakonec se ze zvyku stává součást naší povahy. Jak se říká: „Těžko lze vyjít ze zaběhnutých kolejí.“ Je to proto, že mysl má přirozenou tendenci reagovat podle toho, co zná.

Právě tato vlastnost mysli, která mnohdy vypadá, jakoby bránila v přeměně našeho života, je zároveň i předností mysli. Když opustíme staré zvyky, přestaneme například trávit většinu svého času v restauracích a na jiných zábavních místech, a když omezíme své sebestředné tendence, vytvoříme si zvyk následovat místo cesty požitků cestu duchovní. Tatáž mysl se bude v kolejích nového zvyku pohybovat čím dál snadněji. Setrvačnost patří k přirozenosti mysli. Všechno je těžké jen na začátku. Proto by nikdo neměl ztrácet odvahu.

Existuje několik nápomocných metod, jak se od popsaného vnitřního konfliktu osvobodit. Jednou z nich je snažit se být odpoutaným pozorovatelem, jakmile se konflikt objeví. Ať už ve vás vyvstane cokoli – zlost, nenávist, vášeň, sexuální touha, chtivost či cokoli jiného – nemůžete tomu zabránit, protože to podléhá přírodním zákonům. Měli byste zaujmout postoj, jako by se vás to netýkalo. Jste ve skutečnosti něčím jiným.

Existují čtyři tendence společné lidem a zvířatům: jídlo, spánek, strach (pud sebezáchovy) a rozmnožování. Pokud probíhá lidský život jen na základě těchto čtyř elementů, pak to není lidský, ale zvířecí život. Co odlišuje lidský život od zvířecího? Je to schopnost rozlišovat mezi správným a nesprávným, mezi tím co je a co není pravda. Hledající jsou ti, kteří se snaží odstranit ze svého života vše nepravdivé a přibližovat se postupně k pravdě. Jakmile začnete s tímto úsilím, nastává konflikt. Proto ho nechápejte jako nějaké neštěstí. Konflikty jsou součástí procesu růstu. Během vývojového procesu k nim docházet musí.

Později přijde čas, kdy vás konflikty opustí navždy. Osvícený člověk nemá konflikty žádné. Proč? Protože se on či ona vrátili do svého skutečného domova, kde žádné konflikty být nemohou.

Jedním ze způsobů jak konflikty minimalizovat, je stát se jejich odpoutaným pozorovatelem. Někdy k tomu uvádím následující příklad. Zacházejte s věcmi ve vás vyvstávajícími jako s nezvanými hosty. Když k vám někdo neohlášeně přijde, nezačnete se s ním přece hádat ani ho nevyhodíte. Zároveň ho ale nijak zvláště nevítáte. Prostě se zeptáte, kdo je a o co mu jde.

Přibližme si to na příkladu pocitů viny. Vzpomenete si například na něco a začnete se cítit provinile. Když začnete s provinilostí bojovat, nikdy se vám nepovede se jí zbavit. Vyvstane-li ve vás pocit viny, dobře, ale vy se vraťte k přítomnosti: „To, co se

stalo, už minulo. Žiji přítomností. Neexistuji v minulosti ani v budoucnosti, ale pouze v přítomnosti.“ Buďte odpoutanými pozorovateli. Zaujetím nezúčastněného postoje se vnitřní konflikt pomalu začne zmenšovat a ztrácet sílu, protože pozorovatel je vždy silnější než pozorované.

Jinou cestou jsou úvahy nad podstatou své vlastní existence. Jako vědomí zůstáváte stále stejní. Jste to stále vy nyní, stejně jako ve třech, deseti, ve třiceti či šedesáti letech. Byli jste tímtéž, i když vám byl jeden rok nebo dokonce ještě před narozením.

Snažte se vrátit se k sobě. Obracejte se dovnitř, meditujte, modlete se a vyhledávejte přítomnost svatých lidí. Důležité je, aby šlo o skutečné duchovní vedení, a ne o tajemno a zázraky. Mělo by jít o exaktní přístup k vnitřnímu vývoji.

Takto se postupně všechny vaše problémy vyřeší a život nabude opravdového smyslu a zdaru.

.....