



PŘEMĚNA SEXUÁLNÍ ENERGIE

Veďte, prosím, vážně fakt, že váš čas a energie nejsou neomezené. Až vás energie opustí, už nebudete schopni pro sebe nic udělat. Pokud svoji energii nevložíte do užívání si potěšení, budete ji moci využít uvnitř pro svůj duchovní vývoj. Jako vyvrcholení cesty stahování se ze světa a obracení se v meditaci dovnitř získáte osvícení, v němž se dostanete nad všechny své přirozené instinkty. Tato cesta je prověřená. K vnitřní přeměně ale může dojít pouze tehdy, kdy ještě máte k dispozici nějakou energii.



Hodnota lidského života spočívá v překročení sexuality. Vždy byli, jsou a budou výjimeční lidé, kteří jsou toho důkazem. Ve skutečnosti čím více své touhy usměrňujete, tím více poznáváte skutečnou krásu a Lásku. Dokud pro vás zůstává výchozím bodem tělesná přitažlivost mezi mužem a ženou, nemůžete zažít nic skutečně krásného. Zůstáváte jenom na povrchu.



Přístupuje-li člověk k sexu jen jako k prostředku pro potěšení, aniž by za to na sebe bral zodpovědnost, pak jeho život nebude čistý. Pokud chápete sex jen jako hru, vaše mysl zaplní pouze chtivost. Od světců víme, že dokud v našem životě přetrvává sexuální přitažlivost, nemůže do něj vstoupit Lásku. Nakonec je sexuální energie přeměněna v čistou Lásku. Sebeovládání a odmítnutí požitkářství vedou k vnitřnímu míru a ke štěstí.



Rozhodně nevybízáím k potlačení sexuální touhy! Potlačení, opírající se pouze o vůli, vám nemůže pomoci. Ukázněná naopak znamená porozumění výjimečnému významu našeho těla, nahlédnutí na to, jakým způsobem fungují naše touhy, a celkové usměrňování svého života – meditací, správným stravováním, fyzickými cvičeními, vhodným denním režimem... Zásadním faktorem se posléze stává modlitba a vedení duchovního Učitele. Neměli bychom zaměřovat ukázněnost za potlačování. Postupným sebeukázněním hledající transformuje pohlavní touhu do emocí čisté Lásky. Bez této přeměny nemůže dojít k žádnému duchovnímu pokroku.



Způsob, jak přistupovat k sexuální touze a různým negativním emocím, můžeme přirovnat ke světlu, které rozsvítíme v místnosti. Rozsvítíme světlo, místo abychom vyháněli z místnosti tmu. Bojovat s tmou by bylo pošetilé a nikam bychom se tímto způsobem nedostali. Stačí, když zapálíme malou svíčku a místnost se začne postupně prosvětlovat. Nesnažte se proto zbavovat svého hněvu, závisti, žárlivosti či sexuální perverse. Nebojujte s nimi – to vám úspěch nepřinese. Buďte spíše uvolnění, klidní a upevnění sami v sobě, a tak se postupně rozšíří vaše schopnost uvědomování. Vaše vědomí bude, podobně jako světlo, osvětlovat všechny myšlenky, vzpomínky a emoce, které považujete za nesprávné tak, že budou přicházet a zase odcházet.

Časem vaše schopnost si věci uvědomovat zesílí natolik, že nežádoucí prvky ve vás ztratí na síle.



Smyslem lidského života je vyvíjet se. Příroda nám vytváří podmínky, abychom procházeli výcvikem. Cílem tohoto výcviku je, aby lidské bytosti překročily úroveň života zvířat. Lidé i zvířata podléhají čtyřem základním pudovým tendencím: hladu, spánku, rozmnožování a snaze o přežití. V tomto ohledu se lidé od zvířat neliší. Každý člověk se narodí s touto instinktivní výbavou, ale pokud zemře, aniž by na tom něco změnil, nevystoupil ze zvířecí říše. Záměrem Přírody je, abychom jako lidské bytosti překročili zvířecí tendence v nás.



Manželský svazek není určen pouze pro sexuální požitek. Vztah mezi mužem a ženou je považován za posvátný. Proč? Nikdo z nás by bez tohoto svazku nebyl na světě, dokonce ani světci. Proto je v manželství a v sexuálních vztazích nejdůležitější věrnost. Měli byste být věrní. Nebudou-li brát partneri brát vztah mezi mužem a ženou jenom za účelem potěšení, ale jako něco posvátného, velmi významného a zcela zodpovědného, pak se vztah stane prostředkem k pročištění jejich vnitřního já. Vtisky sexuálních potěšení, které se v člověku hromadily po mnoho životů, snadněji odejdou, pokud učiníme svým vyznáním a povinností věrnost jen jednomu partnerovi. Tímto způsobem se můžete osvobodit od sexuální přitažlivosti velmi rychle.



Dostali jsme fyzické tělo, potřebujeme ho a musíme jej proto udržovat v dobré kondici. Měli bychom své tělo správně používat, a ne ho zneužívat. Holdování smyslovým požitkům je zneužíváním těla, zatímco pokud ve svém těle směřujeme prostřednictvím systému jógy, meditace a modlitby k poznání svého skutečného Já a Boha, jde o správné využívání těla. Teprve když se dostaneme nad sexuální naléhavost, zažíváme skutečnou krásu.



Vědecky propracovaný systém ájurvedické medicíny staví na třech základních pilířích dobrého zdraví. Prvním je správné stravování, druhým je kvalitní spánek a třetím celibát. Toto jsou tři základní faktory ovlivňující náš zdravotní stav.



Člověk, kterému se neustále honí hlavou myšlenky na sex, nebude schopen efektivně pracovat. Nebude v práci příliš úspěšný, protože postrádá koncentraci myslí.



Je velmi důležité opírat se při rozhodování o svých sexuálních aktivitách o rozlišovací schopnost. Sexuální požitek je nejsilnějším smyslovým pokušením, k němuž je člověk silně přitahován. Význam sexu spočívá ve dvou oblastech. Za prvé je cílem, abychom se prostřednictvím sexuální aktivity osvobodili od vnitřních vtisků a přitažlivosti ve vztahu k opačnému pohlaví. Druhým cílem je, pokud je to Boží Vůle, dát život potomkům a převzít zodpovědnost za jejich výchovu formou konání povinnosti. O tyto cíle bychom měli usilovat, a ne se zaměřovat na získávání atraktivních partnerů.



Šťastní jsou ti, kteří setrvávají pouze s jedním partnerem a kteří sex nevnímají jen jako požitek, ale jako posvátnou záležitost. Manželství je prostředkem, který může očistit vnitřní bytí od vtisků nashromážděných po mnoho životů. Důležité je místo užívání si pozorovat, co se uvnitř vás děje. Dále je důležité být připraveni přijmout zodpovědnost za početí dítěte.



Naše energetická kapacita je omezená, a proto bychom se měli snažit, abychom energií zbytečně neplýtvali. Energie, kterou si v těle uchováme, začne pracovat a proudit páteří od nižších energetických center vzhůru k vyšším stupňům vědomí. Duchovní vývoj je založený na energii.



Když vztah mezi mužem a ženou vzniká, domníváme se, že jde o lásku. Postupně ale zjišťujeme, že šlo především o touhy. Proto světci nabádají k dodržování pravidel, která vztahy mezi muži a ženami usměrňují. Tato doporučení mají svá hluboká opodstatnění. Není snadné nezaplést se do sexuální přitažlivosti, pokud k tomu svádějí okolnosti a věk, protože síla Přírody je mocná. Měli bychom proto naslouchat moudrým doporučením duchovních osobností a řídit se jimi. Pouze tak můžeme očekávat duchovní pokrok. Jinak hrozí nebezpečí pádu dolů.



Nezastavím se před vyslovením pravdy takové, jaká je. Možná nezůstane na světě nikdo, kdo jí dokáže následovat, ale nemísím pravdu se lží. V duchovní oblasti se věci předkládají v čisté a jasné podobě. Není snadné se oprostít od zlosti a chamtivosti, ale kořenem problému je sexuální touha. Na duchovní pokrok mohou zapomenout všichni ti, kteří neusilují o sebeovládání v sexuálních záležitostech. Klamou sami sebe. Nemohou nikdy vnímat čistou Lásku. Čistá Láska znamená mít srdce otevřené pro celé lidstvo a neobsahuje ani nejmenší prvek jakékoliv touhy.



Ze všech smyslových pokušení je nejsilnější právě sexuální přitažlivost. Přitažlivost mezi muži a ženami je tou nejmocnější touhou ovládající lidský život.



I když se hledající pokouší své pohlavní touhy ovládnout, i při nejlepším úsilí často učiní chybu a selže. Je ale obrovský rozdíl mezi tímto hledajícím, který "uklouzne" při pokusu o sebekázeň, a člověkem, pro kterého je sex samozřejmou součástí života. V tomto případě nejde o selhání, protože není přítomno žádné úsilí o sebekázeň a užívat si sex je záležitostí zvyku. Hledající jednou uspěje, zatímco ve druhém případě není žádná naděje pro duchovní rozvoj. To je podstatný rozdíl.



Prvek dávání se bývá často větší v lásce mezi matkou a dítětem než ve fyzické přitažlivosti mezi milenci, jejichž cílem je především tělesné potěšení a sex. V takovém případě jde hlavně o braní a uspokojení tělesných žádostí. Aby oba získali své, snaží se potěšit navzájem. Podstatou však není dávání se druhému, ale vlastní uspokojení. Takto postavené vztahy ale musí brzy ztroskotat a nikdy se v nich nemůže rozvinout opravdová Láska. Jakmile se objeví přitažlivější žena nebo muž, předchozí opojení vyprchá.



Pokud již máte nějaký partnerský vztah, setrvejte v něm a buďte upřímní. V ideálním případě by mělo jít o vztah na celý život. Postavte se proti své rozkolísané a nerozhodné mysli a ukázněte ji tak, aby upřímnost, obětování se pro druhého a pravdivost stály pro vás na vyšším místě než uspokojení touhy těla. Touto cestou se budou krok za krokem ve vašem životě rozvíjet vyšší kvality.



Znovu a znovu mluvím o sexu, protože mnoho lidí, i v duchovní oblasti, se snaží toto téma obejít. Často se jasně postojí k tématu, které je pro duchovní vývoj zcela zásadní, vyhýbají i guruové velkých ášramů. Možná, že sami na cestě přeměny sexuální energie neuspěli. Nikoho nekritizují, ale správný přístup k sexuálním aktivitám považují za zcela zásadní pro duchovní vývoj. Všichni velcí světci tuto skutečnost potvrzují.



Nejvyššího duchovního vývoje lze dosáhnout dvěma způsoby. Obě cesty vedou k cíli. První je cesta ukázněného rodinného života, kde se manželé věnují sexuálním aktivitám za účelem dát život dětem. Druhá je cesta celibátu. Všechny současné teorie o tom, jak je sex v životě důležitý a jak si jej více užívat – to vše je jen nevědomost a nevede to lidstvo k ničemu dobrému. Lidská bytost ztrácí svou důstojnost a své výsadní určení, pokud neusiluje o sebeovládání.



Často může vzniknout potíž v tom, že duchovní cestu nastoupil pouze jeden z manželů či partnerů. Co v takovém případě dělat? Má odpověď zní: „Pokuste se manželství zachovat a postupně přivést k duchovnímu hledání i svého partnera“. Hledající se nacházejí na různých stupních vývoje a není divu, že je tomu tak i mezi partnery. Pokud jeden z partnerů cítí, že pohlavní život v manželství by neměl být tak aktivní jako dosud, a druhý jeho názor nesdílí nebo má větší potřebu aktivního milostného života, potom byste neměli o změnu usilovat příliš rychle. Měli byste se snažit druhému pomoci, aby také dospěl do určitého stadia vývoje. Bylo by od vás sobecké prostě náhle přerušit milostné aktivity a nechat druhého, který má ještě jiné potřeby, aby se s tím sám nějak vypořádal. Měli byste vést dialog o výhodách sebeovládání a významu přeměny sexuální energie. Mělo by být také zcela jasné, že snížení milostné aktivity v manželství neznamená, že rozvíjíte vztah někde jinde. Cílem je pouze duchovní vývoj, a ne jiné vztahy.



Někdy se může situace v manželství tak vystupňovat, že je jeden z partnerů zcela zásadně proti myšlenkám na duchovní vývoj. V takovém případě byste se měli snažit přiměřené potřeby milostného života svého partnera uspokojit. Když jste vstoupili do manželského vztahu, učinili jste tak s rozhodnutím, že budete žít společně, což zahrnuje i milostný život. Bylo by příliš sobecké vzdát milostný život jen kvůli sobě a nechat partnera náhle v obtížné situaci. Postupně dávejte druhému příležitost k rozvoji. Toto úsilí vám umožní rozvinout kvality jako je trpělivost, ohleduplnost, tolerance a schopnost pochopit názory druhého. Pokud je vaše snaha upřímná, partner pomocí lásky a porozumění váš názor postupně pochopí.



Sexuální touha znamená, že používáme někoho jiného pro své potěchy, pro uspokojení svého těla a touhy. Podstatou pohlavní touhy není nic jiného, než vzít si od druhého, co chci. Láska naopak znamená druhému dávat to, co on potřebuje. A pokud

jde o sex, ve kterém si partneři jak berou, tak i dávají, odpověď zní: Ano, i v takovém sexu je obsažen určitý prvek lásky, ale jen velmi malý. Proto bychom se měli snažit rozvíjet lásku prostřednictvím oslabování sexuální touhy. Nemusíte měnit věci příliš rychle, ale je důležité znát správný směr.



Pokud to hledající s duchovní cestou myslí opravdu upřímně, jeho vztahy s opačným pohlavím se musí zásadním způsobem změnit. Bez této změny není další duchovní růst možný. Když se pro duchovní cestu rozhodnete, musíte se pozdvihnout nad úroveň pouhého fyzického uspokojování. Z fyzické úrovně musíte nejprve postoupit na úroveň emocionální. Za emocionální úrovní čeká již jen jedna dimenze - duchovní dimenze. Duchovní dimenze Lásky ve vztahu nastává za přítomnosti Mistra.



Lidé mají o významu sexuálního vztahu mnoho mylných představ. Tyto mylné představy můžeme rozdělit do dvou skupin. Někteří lidé považují sex za něco hříšného, za něco, co by vůbec nemělo existovat. Mýlí se. Spletl se Bůh, když stvořil muže a ženu? Na vztahu mezi mužem a ženou není nic hříšného. Nejsme plody hříchu. Druhá skupina lidí zastává jiný mylný názor: Přitažlivost mezi mužem a ženou je stejná jako jakákoli jiná potřeba – například se napít, když mám žízeň. Podle těchto lidí, kdykoliv máte chuť na sex, není důvod, proč si ho neužít. I tito se lidé se mýlí - nepochopili smysl lidského života.



Energie v našem těle pracuje zpočátku v nejnižším energetickém centru - v centru sexuálním. Pokud se znovu a znovu oddáváte sexuálnímu životu a sexuální požitek je pro vás tím nejdůležitějším, potom všechna vaše energie odchází z vašeho těle skrze toto centrum. Pokud však myslíte na svůj vývoj a chcete, aby i ostatní centra začala pracovat, musíte energii v nejnižším centru udržet uvnitř. Je to tak zřejmé - jako byste chtěli naplnit vodou džbán, který má na dně díru. Musíte tu díru nějak ucpat, jinak džbán nikdy nenaplníte.



Užíváním si sexu se do vašeho podvědomí ukládají další vnitřní vtisky. Pokud naopak zaujmete k sexu nenávistný postoj, jde o pouhé potlačení problému. Správná cesta je následující: V každé situaci, v níž se sexuální pud objeví, meditujte a pozorujte ho.



Sex je přirozenou součástí života, nikoli něco, co bychom měli nenávidět. Když jsme se však stali lidskými bytostmi, měli bychom svoji přirozenost usměrňovat, a ne ji nechat takovou, jaká je. V tom spočívá rozdíl mezi lidmi a zvířaty.



Ať už ve vás vyvstane cokoli – zlost, nenávisť, vášně, sex, chtivost či cokoli jiného – nemůžete tomu zabránit, protože tyto záležitosti podléhají přírodním zákonům. Měli byste zaujmout odpoutaný postoj, jako by se vás tyto přicházející a odcházející jevy netýkaly.



Měli byste sledovat, co se ve vás při sexu děje. Je to vaše svobodná volba, zda si chcete sex pouze užít nebo se dobrovolně od potěšení odklonit a věnovat pozornost procesu v sobě.



Vzájemným průnikem muže se ženou dochází k mnoha vnitřním změnám. Rozdílná osobní elektromagnetická pole přecházejí z jednoho na druhého a oba partneři se vzájemně ovlivňují. Proto byste se měli co nejvíce snažit vyvarovat střídání partnerů.



Když si chceme ve vztazích jen užívat, vytváříme si nová vnitřní pouta, znehodnocujeme sami sebe a upadáme. Zákonitě pak přichází neštěstí a konflikty.



Jediným cílem vztahu mezi muži a ženami je dostat se nad něj a poznat své skutečné Já.



Vztah mezi manželem a manželkou je velmi posvátná záležitost. Měli bychom ho mít ve velké úctě. Nejde jen o vztah pro fyzické potěšení. To, co nazývám láskou, vyvrcholením celého vývoje, se může někdy rozvinout v dlouhodobém manželském svazku.



Setkáte se s nějakou ženou či mužem a vznikne ve vás touha a pokušení po fyzickém sblížení. Lidé se proto někdy ptají, zda vlastně mají v podobné situaci svobodu jednat jinak. Odpovědí je, že všechny situace jsou určeny k duchovnímu tréninku. Když ve vás vyvstane silná touha a začne vás táhnout určitým směrem, zároveň přichází i pochybnost: „Je to správné?“ Známe to jako tichý slabý hlas. Díky starým zvykům a tlaku pokušení však tento hlas upozadíme a vydáme se nesprávným směrem, nerespektující svobodu danou Bohem. Objeví-li se v nás otázka, zda neděláme chybu, celý duchovní trénink spočívá v tom, říci si: „Počkej. Zastav se. Rozmysli si, zda je to opravdu správné.“



Uvnitř v nás se často odehrává boj. Staré návyky nás směřují, abychom následovali své touhy. Zároveň je ale přítomna rozlišovací schopnost, již má pouze člověk, a ta nabádá: „Už jsem to udělal mockrát a co jsem získal? Nic. Musím se tentokrát zastavit.“ Je to vnitřní bitva. Nesnažte se ji potlačit, přestože je to velmi nepříjemné a bolestivé. Nikdo nechce setrvávat v konfliktech. Neuhýbejte před tímto palčivým konfliktem v sobě. Nepřehlížejte ho. Přijměte ho jako příležitost. Zastavte se a zkuste si počkat na správné rozhodnutí. Ne vždy se to povede. Přijde však čas, kdy nabudete dostatek síly pokušení zavrhnout. Celá duchovní cesta se odehrává právě tímto způsobem.



Neváhám prohlásit, že nikomu na světě se nepodaří dosáhnout klidu bez toho, že by nejdříve zkontroloval lva sexu. Vnitřního míru nelze dosáhnout bez sebeovládání.



Když se fyzické propojení dvou lidí blíží sexuálnímu vyvrcholení, ještě před tím než dojde k orgasmu, dostavuje se u muže i u ženy stav, kdy oba naprosto zapomínají na všechno ostatní. Toto sebezapomnění sice přináší určité příjemné pocity, ale ty jsou jenom přechodné povahy. Nejde o štěstí, ale o omámenost.



Hlavní smysl vztahu mezi mužem a ženou je duchovní povahy a vztah by proto neměl být chápán jako pouhý prostředek k uspokojení sexuálních pudů. V každém případě bychom měli plnit své povinnosti, aniž bychom něco od druhé strany očekávali.



Jakmile spatříte své skutečné Já, všechny problémy jsou vyřešeny. Než k tomu však dojde, je zapotřebí, aby mezi manželi či partnery panovala poctivost, věrnost a upřímnost. Je to zásadní věc. Flirtování na duchovní cestu vůbec nepatří. Pokud chce někdo koketovat a zároveň pomýšlí na duchovní seberealizaci, pak s politováním konstatují, že nemá šanci.



Otevřeně vám říkám, že k úplné přeměně vztahu s opačným pohlavím dochází až po duchovní seberealizaci. Měli bychom se umět podívat pravdě do očí. Co to znamená? Dokud nenastane osvícení, měli bychom se mít na pozoru. Neustálá sebekázeň je na duchovní cestě nezbytná.



Můžete vstoupit do manželství nebo do partnerského vztahu, je však třeba zachovávat věrnost. I když muž a žena ještě nenastoupili na duchovní cestu a fyzické blízkosti si jenom užívají, měli by být čestní. Jednou na cestu nastoupí. Jakmile se ale začnete zabývat duchovní cestou, čestnost a věrnost je ve vztahu mezi mužem a ženou naprosto zásadní. Jenom tak můžete své touhy oslabit a dostat se nad ně.



Ať už vstoupíte do manželství nebo zůstanete jako druh a družka, věrnost a čestnost jsou zásadními požadavky. Pokud se ale přátelíte s dvěma osobami najednou, a přestože jste vstoupili do manželství, máte sex i jinde, pak na duchovní cestě těžko postoupíte. Bez čestnosti a pravdivosti nemůžete poznat své skutečné Já a dospět k Bohu, protože Bůh je Pravdou. Krok za krokem musíte postupovat od nepravdivosti k pravdě, ze tmy ke světlu, od konečnosti k věčnosti.



Mezi manželi může být milenecký vztah, ale důležité je mít na paměti, jaký je význam takového vztahu. Jde jen o uspokojení tělesných pudů? Pokud je pro vás smyslem vztahu mezi mužem a ženou pouze toto, potom je pro vás vnitřní klid nedosažitelný.



Pokud je někdo schopný pročistit své podvědomí, aniž by vstoupil do intimního vztahu s opačným pohlavím, nepotřebuje manželství. Protože jediným cílem celého života i manželství je duchovní seberealizace. Pokud toho nejste schopni, vstupte do vztahu, aby vás opustila zvědavost a touha. Jsou různé cesty, jak se tužeb zbavit. Někdo je toho schopný silou své meditace a rozlišovací schopnosti. Jiní lidé potřebují projít zkušeností. Je třeba do vztahu vstupovat s cílem ne užívat si, ale oprostít se od touhy tím, že ji budete pozorovat.



Sexuální touha je nejsilnější ze všech tužeb. Z určitého úhlu pohledu spočívá pročištění a zušlechtění lidského života právě v povznesení se od sexu k Lásce. Tuto cestu je třeba vykonat.



Manželé či partneři, kteří si přejí dosáhnout osvícení, by se měli společně domluvit na tom, že by bylo lepší usilovat ve fyzických vztazích o zdrženlivost: „Už jsme se přece tolikrát líbali, objímali a dělali ty nečisté věci! Přece nestrávíme celý život tím výmyslem kolem svých orgánů. Lidský život k tomuto určen není. Už to stačí, vždyť jsme už měli sex mnohokrát. Nejsme přece takoví hlupáci, abychom to opakovali do smrti.“ Nikdo vám nebrání, abyste si sex vyzkoušeli a zaexperimentovali si, ale to si to chcete zkusit až do smrti?



Touhu ve vztahu k opačnému pohlaví nevyřeší ani stáří. S věkem ztrácíme kapacitu užívat si, ale vnitřní touha zůstává stejná. Je to velmi bezútěšný stav, když nutkání přetrvává dál, ale tělo již není schopno touhu uspokojit. Prožíváte potom hotová muka. Vzpomínám si na lidi velmi pokročilého věku, dokonce i přes osmdesát let, kteří se mi upřímně svěřili. Přiznali, že je pro ně velmi obtížné snášet pnutí téměř stejné jako zamlada, ale bez schopnosti ho naplnit. Řekl jsem jim, že promarnili svoji šanci. Měli se snažit tehdy, kdy ještě měli energii věci změnit.

