



TŘI ZÁKLADNÍ PRINCIPY (GUNY)

Vývojovému procesu můžeme lépe porozumět, známe-li tři životní principy – guny. Tamas je kvalitou nehybnosti, netečnosti a lenosti. Radžas je kvalitou aktivity a touhy. Sattva je prvkem světla, moudrosti, míru a harmonie. Je nejvyšším aspektem. Všichni lidé, i zvířata a rostliny, mají v sobě obsaženy všechny tři kvality. Jen jejich poměr je u každého jiný.



Jak pravil Pán v Bhagavadgítě, tři guny ovlivňují všechny bytosti a na úrovni materiální Přírody nemůže nic existovat mimo ně. Důležité je pochopit, že cílem duchovního hledajícího je přesáhnout všechny tři guny, dokonce i kvalitu sattvy. Vývojově nejnižším stupněm je guna tamasu: ospalost, letargie a nedostatek schopnosti rozlišovat. Výše než tamas stojí radžas, kdy je člověk přinejmenším aktivní a pracuje. Kvalita radžasu obsahuje tendenci k aktivitě a k racionálnímu uvažování, které jsou ale zaměřené na požitky. Sattvická radost vzniká díky meditaci, službě druhým a pročišťování fyzického a jemnomotného těla. Osvícení překračuje i kvalitu sattvy; potom následuje Blaženost. Blaho přesahuje i sattvickou radost. Blaženost a Bůh jsou jedním a tímtéž.



Z gun se skládá všechno, co existuje na úrovni materiální Přírody. Kvalita radžas stojí uprostřed. Na jednu stranu od ní se rozprostírá tamas a na druhou stranu sattva. Radžas je ve znamení touhy, s tamasem se pojí lenivost, tupost, pasivita a letargie. Sattva znamená moudrost, světlo a jas. U lidských bytostí převažuje kvalita radžas, nacházejí se uprostřed. Ve světě zvířat převládá tamas. Lidé mají svobodu vybrat si, zda chtějí být tamasičtí nebo sattvičtí. Abychom naplnili cíl svého lidského života, tj. dosáhli osvícení, musí v nás nejprve převažovat sattva. Všichni, kteří chtějí dosáhnout osvícení, musí ve svém životě rozvíjet principy sattvy.



Teorie tří gun není jen filozofickou úvahou. Jsou to principy, jejichž existenci můžeme pozorovat ve svém každodenním životem. Všechny tři principy můžeme pozorovat na svém vlastním těle. Někdy se prostě bez jakéhokoli důvodu cítíme otupělí a k ničemu. Nejraději bychom zůstali ležet v posteli a vůbec se nám nechce do práce. Převládá v nás princip tamasu. Jindy jsme zase plní energie a plánujeme, co všechno podnikneme. Nejde o nic jiného, než že v nás právě převládla kvalita radžas. Další den se cítíme plni poznání, že bychom mohli kázat ostatním (sattva).



Cílem je povznést se z tamasu na úroveň radžasu a z radžasu na úroveň sattvy. U lidí, v nichž převažuje kvalita sattvy, probíhá život poměrně hladce a bez konfliktů.



Guna radžasu poskytuje potěšení, a když se mu oddáte, začne přecházet v tamas. Jakékoli sebeuspokojování vás zavede do tamasu, jehož kvalitami je lenivost, letargie, ospalost, otupělost a netečnost. Pokud se ve stavu radžasu pokoušíte o sebekázeň, začnete směřovat ke kvalitě sattvy, kde prožíváte sattvickou radost. Dalším stupněm je Blaženost pocházející z Já.



Rozhodně je lepší být radžasicky aktivní, než být ve vleku tamasu, netečnosti a pasivity, povalovat se v posteli a vyhýbat se práci. V porovnání s radžasickým užíváním si potěšení je vyšší rozvíjet kvality sattvy. Postupně přibývá okamžiků, kdy hledající více vnímá zdroj veškeré radosti. I tamasická a radžasická radost pochází ze stejného zdroje, ale paprsek čisté radosti je zakalený prvkem tamasu a radžasu. Všechna radost vyvěrá ze stejného zdroje – z Ducha, z Božství. Čím jsme sattvičtější, tím blíže jsme skutečnému zdroji radosti. Šťěstí, které potom zažíváme, je trvalejší, a naše vnitřní konflikty ustupují do pozadí.



Guny jsou proměnlivé. Přesáhnete-li všechny tři guny, odhalíte samotnou Pravdu. Za kvalitou tamas, radžas a sattva je v každém okamžiku přítomna vaše čistá Existence. Přesáhnete-li sféru tří gun, nastupuje naprostá vyváženost a ničím neotřesitelný klid. Setríváte v klidu, který je tak ustálený, že vás z něj nemůže vytrhnout žádná sklíčenost, špatná nálada či potěšení. Zůstáváte nedotčeni příjemným i nepříjemným. Duchovně seberealizovaný člověk spočívá ve stále stejném stavu, v blízkém vztahu s Božstvím. Je stále s Božstvím a To je stále v něm. Stali se nejbližšími přáteli.



Člověk zaměřený na zpříjemňování si života nemůže získat nic víc než potěšení ve světě. Zatímco hledajícímu, který nadřazuje duchovní seberealizaci a poznání Pravdy nad všechna potěšení, začínají velmi rychle přicházet záblesky sattvické radosti. Požitky ve světě jsou svou povahou radžasické.



Cílem duchovního snažení je kvalita sattvy. Rozvíjení sattvického principu v sobě se týká všech oblastí života. Je například velmi důležité, jakou stravu jíte. I jídlo lze rozdělit na tamasické, radžasické a sattvické, můžete si o tom přečíst v Bhagavadgítě. Stejně tak lze rozdělit na tři typy i knihy, které čtete, prostředí, ve kterém se pohybuje, lidi, s nimiž se nejčastěji stýkáte...



Podívejme se, jak se tři guny projevují ve vztazích mezi muži a ženami. Začátek vztahu bývá většinou radžasické povahy: touha po vztahu, fyzickém sblížení a sexu. V okamžiku, kdy spojení mezi mužem a ženou vrcholí v orgasmu, oba partneři přestávají vnímat okolí. Toto sebezapomenutí a pasivita jsou známkou tamasu. V sebezapomnění zažívají partneři určitou úlevu a uvolnění, ale jsou to jen dočasné prožitky. Není to skutečné štěstí ale pouhý klam. Snažíme-li se své touhy ovládat a pročišťovat různými způsoby práce na sobě, začne se v nás rozvíjet prvek sattvy - moudrost, vědomí a jasné vnímání věcí.



Člověk s převahou kvality tamas bývá lenivý, těžkopádný a pasivní. Nejrady by se volně poflakoval a jeho pracovní styl má daleko do efektivity.



Tamasickým požitkem se nazývá stav omámené a otupělé mysli.



Tamasicky orientovaný člověk by nejrady celý den pospával. Pokud ho vyzvete k meditaci, nevrle vás pošle pryč. Proč by vylézal z postele, když je mu tam dobře? Takový postoj má ke všemu. Nezaujme ho ani možnost projít se v pěkné zahradě. „Nechápu, proč bych měl dobrovolně opustit teplo vyhřáté postele,“ reaguje tamasicky orientovaný člověk na vaše výzvy.



Mezi hledajícími se nevyskytují lidé, u nichž by převažovala kvalita tamasu. Člověk tamasicky orientovaný, který si rád pospí, je ke všemu netečný a nechce se pouštět do namáhavějších činností, se hledajícím vůbec stát nemůže. Má například za úkol zajít něco koupit na trh a vy ho po nějaké době najdete, jak ještě stále leží v posteli. Jak by mohl nastoupit na duchovní cestu?



Pro většinu tamasicky orientovaných lidí nepřichází otázka po smyslu života vůbec v úvahu.



Lidé, u nichž převládá kvalita tamas a mívají sklony k letargii, by se měli začít zabývat nějakou prací. Na počátku nezáleží na tom, že je to činnost zaměřená na jejich sobecké zájmy. Každá práce, byť pro osobní zisk, je lepší než netečnost. Činnost stojí vývojově výše než nečinnost.



Pro osobu s převahou kvality radžas je typická aktivita a ambicióznost. Motivací k jednání bývají silné touhy, které člověka znovu a znovu ponoukají k honbě za dalšími cíli ve světě. Radžasický člověk bývá na rozdíl od tamasického romanticky založený. Zatímco tamasickému člověku stačí někde spokojeně polehávat a do ničeho se nenutit, radžasický typ člověka je plný fantazií a snů.



Radžasické potěšení vzniká z kontaktu našich smyslových orgánů s okolními podněty.



Radžas přináší příjemné pocity, které se na začátku jeví jako nektar. K radžasickému potěšení dochází, když se smysly kontaktují s tím, co je přitahuje.



Když se dva lidé začínají intimně sbližovat, všechno se jim zdá úžasné. Po nějaké době se nebe změní na hádky. Takto končí všechna radžasická potěšení. Lítostí a hořekováním: „Proč jenom jsem se s ní tenkrát v Londýně zapletl!“ Přitom na začátku šlo o krásnou romanci. Stejným způsobem to probíhá i v Praze či v Berlíně. Radžasické potěšení je nejprve velmi přitažlivé, ale nakonec přináší rozčarování a bolest.



K Božství se nemohou přiblížit lidé, kteří se neustále utápějí v činnosti. V činnosti převládá kvalita radžas. Radžasičtí lidé jsou neustále aktivní, bývají velmi schopní v práci a v organizování druhých. Vědomí Boha je však pro ně nedosažitelné, protože jsou neustále pohlceni nějakou činností.



Radžasicky orientovaný člověk je plný aktivity a rád si užívá potěšení. Jeho radosti jsou ale vždy jen přechodné a následuje po nich bolest, lítost a výčitky. Tímto způsobem je člověk přirozeně ponoukán k postupu od radžasu k sattvě. Člověk se znovu a znovu oddává potěšení z věcí, které mají jeho smysly v oblibě, až postupně začíná být s těmito požitky nespokojený.



Hlavní charakteristikou kvality radžas jsou touhy a aktivita zaměřená na jejich naplňování. Touhy ale uspokojit nelze, a proto lidé s převahou kvality radžas zažívají frustraci a postupně začínají být unavení všemi problémy. Potom si začnou pokládat otázky o životě a hledají klid. Nechtě se snaží rozvíjet kvalitu sattvy, způsob je přesně popsán v duchovních textech.



Jak duchovní proměna postupuje, hledající se začíná přibližovat ke kvalitě sattvy. Do života vstupuje více lehkosti, moudrosti a štěstí. Celý životní styl se dostává do větší rovnováhy, hledající se dokáže v situacích lépe zorientovat a dělá stále častěji správná rozhodnutí.



Radžasické sebeuspokojování přechází v sattvický mír, pokud se změní vaše motivace k činnostem. Získání sattvického vnitřního klidu vyžaduje ukázněnost a snahu o to, stát se nástrojem služby pro druhé a jejich potřeby.



Činní, radžasičtí lidé, pokud se chtějí vyvíjet, by měli věnovat více času meditaci - bez meditace nemohou směřovat ke kvalitě sattvy. Existuje i jiná cesta - přeměnit své aktivity v nesobeckou službu. Začnou-li lidé s převahou kvality radžas praktikovat meditaci nebo se věnovat činnosti s cílem služby druhým, budou se vyvíjet. Aktivity motivované pomocí druhým, bez očekávání, že člověk něco získá zpět a dokonce bez touhy po uznání, vytvářejí v člověku sattvický stav. Hledající pracuje pro druhé a cítí se šťastný. Štěstí je spojeno s gunou sattvy. Aktivní lidé by se měli pro svůj další vývoj orientovat buď na cestu meditace nebo na cestu nesobecké služby.



Sattvická radost zpočátku nepůsobí přitažlivě. Pokud navrhnete aktivnímu člověku zcela zaneprázdněnému světskými záležitostmi, aby se na chvíli posadil a meditoval, nebude o tom chtít ani slyšet. Ne každý je schopný se na půl hodiny v klidu posadit.



S meditací, službou druhým, pročišťováním fyzického a jemnomotného těla nastupuje sattva.



Sattvickou radost nemůžeme zažít bez Boží Milosti a požehnání světců. Duchovní vývoj se odehrává jen díky několika světcům, kteří plní soucitu vyučují pravdy, věnují

vám svůj čas a energii, zvou vás k následování duchovní cesty, nabídnou vám místo k meditaci a pobízejí vás k sebekázi. Díky tomu všemu postupně získáváte sattvickou radost.



Prožívání sattvické radosti musí předcházet dlouhodobé praktikování duchovní cesty. Sattvická radost přichází pouze, pokud v životě následujeme duchovní principy a usilujeme o sebekázeň.



Pro rozvíjení kvality sattvy jsou v životě nápomocné dva faktory: společnost sattvických lidí a sattvická strava. Pokud se bude hledající řídit v životě těmito dvěma principy, kvalita sattvy v něm bude narůstat a s ní i schopnost tolerance – hledající získá v životě větší stabilitu.



Sattvické jídlo nám pomáhá získat vnitřní klid. Jídlo a vnitřní mír spolu úzce souvisejí. Měli bychom si postupně zmapovat, která jídla jsou pro nás prospěšná. Měla by to být jídla lehká a v přiměřeném množství. Kvalitu sattvy nemá například alkohol, maso a vejce.



Vyřadte zcela ze svého života alkohol, protože je pro duchovní vývoj velmi nebezpečný. Alkohol ničí kvalitu sattvy v nás. Rozvíjet lidství znamená přeměnit kvalitu radžas na kvalitu sattvy a potom v osvícení přesáhnout i kvalitu sattvy. Mozkové buňky lidí konzumujících alkohol jsou natolik alkoholem ovlivněny, že ztrácejí schopnost vyvíjet se směrem ke kvalitě sattvy.



Kdo jsou ti, v nichž se vzedmula touha po sattvické radosti? Ještě přesnější je mluvit spíše o potřebě radosti. Tato potřeba není vlastní všem. Vyvstává jen u těch lidí, kteří už jsou přesyceni potěšeními, která si mnohokrát užívali. Používám záměrně dvě různá slova – radost a potěšení.



Pro to, aby začal člověk myslet na Boha a zaměřoval se v životě na své povinnosti, je zapotřebí sattvické kvality mysli. Pokud jsou myšlení a intelekt tamasicky či radžasicky orientované, jsou zapleteny do požitků světa. Tamas se vztahuje více k nečinnosti a radžas více k činnosti, touhám a uspokojování ega. Pokud je mysl okupovaná radostmi materiálního světa, není schopna myslet na Boha ani na povinnosti.



Kvalita sattvy přináší světlo. Díky přítomnosti sattvy vzrůstá schopnost rozlišovat mezi správným a nesprávným. Jak se hledající stává sattvičtější, začíná více rozpoznávat, co znamená pravda a co pravda není.



Sattvické štěstí získáváme meditací. Dostavuje se ve stavu, kdy se naše mysl zklidní. Příčinou našich problémů jsou neustálé vnitřní konflikty, nepřetržitě probíhající vnitřní válka protichůdných myšlenek, potyčky mezi myšlenkami a emocemi a také rozpory mezi tělesnými pocity, myšlením a emocemi. Jak bychom

mohli být v tomto stavu klidní? Mír zavládne teprve tehdy, až bude mezi tělem, emocemi a myšlenkami harmonie. Potom se v nás rozhostí sattvické štěstí.



Sattvické štěstí nemůžete cítit, dokud se nevymaníte z tamasického a radžasického potěšení. Jinak to nejde. Čím více se vám podaří vzdálit se od tamasu a radžasu, tím se automaticky rozvine sattva, ve vás skrytá.



Když vstoupí do života duchovního hledajícího více sattvy a dostává se mu určitého štěstí a vzhledu do duchovní moudrosti, stávají se i kvality sattvy překážkou k dalšímu vývoji a je těžké se z tohoto vnitřního pouta osvobodit.



Sattvická radost je projevem guny sattva a guny jsou součástí hmotné Přírody. Celá Příroda podléhá zákonu změny. Co se mění, není trvalé. Guny se neustále mění. Proto ani sattvická radost není trvalá.



I na lidi s převahou sattvy čeká úkol ji překročit. Hledající začne být připoutaný k poznání, harmonii a zábleskům štěstí pocházejících z kvality sattvy a jeho další povinností potom je dosáhnout plného osvobození se – osvícení.



I sattvická radost podléhá výkyvům. Člověk by však chtěl být šťastný neustále. Moudří proto vybízejí, abychom se nezastavili u sattvického štěstí, ale pokračovali dál. Ještě je možné dospět k osobnímu prožitku Boha – k Blaženosti. Blaženost, Existence a Bůh jsou jedním a tímtéž. Ten, kdo najde sama sebe, nachází zároveň i Blaženost a Boha.



Povznést se nad guny znamená osvícení – překonání přitažlivých sil Přírody. Tamasický člověk jedná tamasicky, radžasický člověk zase radžasicky a sattvický se chová sattvicky. Vše je ve skutečnosti práce Přírody samotné. Ten, kdo se dostal nad všechny tři guny, nedělá nic – vše se pro něj odehrává samo. Pochopil celý mechanismus, jak na úrovni Přírody všechno probíhá. Je to sama Příroda, která je v činnosti, a on si uvědomil, že není její součástí. Pozoruje ji, ale není jí.



Osvícený člověk se neztotožňuje s myšlenkami, ať už jsou jakékoli povahy. Přírodní zákony nepřestávají pracovat ani po osvícení, ale člověk již jimi není ovlivněn. Pochopil, že je od tří gun oddělen. Jeho tělo i mysl podléhají přírodním zákonům, ale on je pevně ukotvený v sobě.



Dokud jsme v zajetí tří gun, cítíme se odděleni od Boha. Jakmile se začneme ztotožňovat s Duchem, splyneme s Bohem. Pokud spojujeme své bytí s některou ze tří kvalit neboli s polem, jak se popisuje v Bhagavadgítě, v kapitole třináct, oddělujeme sami sebe od Boha.



Radost spojená se stavem sattvy je těžko popsatelná. Popsat Blaženost je však naprosto nemožné.



Ten, kdo setrvává v roli pozorovatele - bez lpění - není zneklidňován gunami. Lidé si přejí vnímat jen to, co se jim líbí, a pokud tomu tak není, rozrušují se. Osvíceného člověka nemůže nic vyvést z jeho vnitřního klidu, není rozdechvíván gunami. Chápe, že guny se přelévají jedna ve druhou a že je to jen hra Přírody, která se ho nedotýká. Jeho vědomí zůstává ztotožněno s Bohem. Pokud vnější svět neovlivňuje ten vnitřní, kde se nachází vnitřní já takového člověka? S Bohem. Ze stavu osvícení nelze nikdy klesnout níže.



Kvality tamas, radžas a sattva jsou součástí naší přirozenosti a motivují všechny naše aktivity. Někdo by proto mohl prohlásit, že přece nemůže ovlivnit své jednání, protože jsou jeho reakce podmíněny převahou určité guny. Moje odpověď je jednoznačná: Podstatou duchovnosti je snaha se vyvíjet. Vaší povinností je snažit se v každém okamžiku vyvíjet od tamasu k radžasu a od radžasu k sattvě. Narodili jste se jako lidé, a proto je to vaše povinnost. Nepromarněte ji!

