

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

# Jóga

## a sex

Elisabeth Haichová

autorka *Zasvěcení*



Jóga  
a **sex**

# Jóga a sex

**Sexuální síla z pohledu jogína –  
cesta od rozkoše k duchovnímu štěstí**

Elisabeth Haichová

*Přeložil Jan Menděl*



© Elisabeth Haich  
Translation © Jan Menděl, 2015  
Czech edition © Metafora, 2015  
Cover Design © Metafora, 2015

All rights reserved

ISBN 978-80-7359-797-9 (PDF)

# Obsah

Předmluva překladatele

Úvod	8
Co je sexualita?	17
Něco poznat a něčím být je totéž	29
Tvůrčí prvotní had	35
Správné a špatné pojetí sexuální síly	47
Jákobův žebřík	56
Jidášova zrada	64
Magické síly, sugesce, hypnóza a mediumita	71
Sedm úrovní Jákobova žebříku	84
Svatý Jiří	96
Touha po jednotě a její úchylky	103
Slunce dává život, ale může také zabíjet	117
Kouzelná květina	124
Praxe	130
Shrnutí	172



*Tuto knihu věnuji  
neskromným a náročným,  
kteří se dokážou spokojit  
jen s tím nejvyšším.*





# Předmluva překladaatele

Dostalo se mi té úžasné cti, že jsem mohl přeložit knihu své nejoblíbenější autorky a učitelky Elisabeth Haichové, která je pro mě, jako pro mnoho jiných, obrovským vzorem a inspirací na mé vlastní duchovní cestě. Bez nadšázky mohu říct, že její autobiografická kniha *Zasvěcení* je tou nejvýznamnější knihou mého života. Její další dílo, *Sport a jóga*, které jsem nedávno přeložil, mě samotného přede dvěma lety přimělo začít s cvičením tohoto prastarého systému, kterému se věnuji dodnes.

Elisabeth má veliký dar vyjádřit jednoduše, a přesto velmi lidsky vysoké duchovní pravdy. A ačkoli nám odkrývá fascinující mysteria života, plně si u toho zachovává zdravý selský rozum a své nezměrné vědění převádí s lehkostí a elegancí do běžného, obyčejného života, takže člověk nemá pocit, že by její slova patřila pouze vyvoleným, ale naopak se cítí povzbuzen v tom, že i on může, je-li ochoten pro to něco udělat, proniknout do vyšších sfér spirituality a přitom dál vést svůj každodenní „světský“ život.

V knize *Jóga a sex* se autorka statečně pustila do nelehkého úkolu a rozhodla se dotknout se něčeho, co je i dnes stále ještě choulostivé téma. Sex hýbe, vždy hýbal a ještě dlouho bude hýbat celým světem. A i přesto, že žijeme v době, kdy už sex není tak strašným tabu, jakým býval, a kdy se o něm otevřeně mluví v odborných kruzích i v osobní sféře, víme o něm, o jeho původu a vý-

## Jóga a sex

znamu pramálo. Z vědeckého, biologického a částečně i psychologického hlediska se dnes sex jeví jako zcela prozkoumaná a pochopená oblast. Ale z pohledu duchovního se o něm všeobecně neví téměř nic. Že to není pravda? Tak si vezměme například celibát! To je velmi ožehavé a v současné době i extrémně aktuální téma. Většina lidí se na něj právem dívá skrz prsty a viní ho z mnoha zvrstev napáchaných ve stínu církve. Ale kdo opravdu rozumí jeho hlubokému duchovnímu významu, aniž by se oháněl naučenými dogmatickými vysvětleními, která často odporují zdravému rozumu? Je to skutečně jen holý nesmysl, který se přičí přírodě, nebo má v duchovním životě hluboký, tajemný a zároveň klíčový význam, který už ale nezná ani samotná církev, jež ho svým služebníkům předepisuje? A může a musí ho skutečně dodržovat každý, kdo se rozhodne sloužit Bohu? Na tyto a jiné otázky odpovídá autorka velmi osvětlujícím a racionálním způsobem, aniž by jakkoli strhávala do bahna vysoké křesťanské učení nebo jiné náboženské směry, které kupodivu všechny, přinejmenším v jistých případech, sexuální abstinenci doporučují. Autorka na citacích z bible jasně ukazuje, že pravda o sexuální síle tu byla celou dobu, jen byla bohužel zapomenuta, nepochopena nebo překroucena. V této době, kdy i sám papež pod tíhou neúnosných sexuálních skandálů zvažuje zrušení celibátu, můžeme tušit, že uzrál čas k tomu, aby bylo konečně odkryto a vysvětleno tajemství sexuální síly nejen na fyziologické, ale i na lidské a duchovní úrovni!

V knize se dozvídáme, jak úzkou spojitost spolu jóga a sex mají, jak může sexuální síla člověka nadobro zničit, nebo naopak dovést až k osvícení, proč se slavní světcí dobrovolně zřekli tělesného styku, kdy je sex posvěceným aktem lásky a kdy se mění v ďábelskou cestu do pekel, proč je sexuální síla tou nejmohutnější silou na světě, že pohlavní styk je nejhmotnější projevem Boha, a ještě mnohem, mnohem více.

## Předmluva překladatele

V životě jsme si zvykli, že nám o sexu kážou lidé, kteří o něm vědí málo nebo nic, jsou sami jeho otroky, nebo si z něj udělali celoživotní náplň a povýšili ho na své osobní náboženství. Pojdme si ale poslechnout někoho, kdo si sám prožil a odžil všechny jeho nástrahy, opojné vzlety i bolestivé pády, přijal ho, porozuměl mu, zvítězil nad ním a na hřbetě jeho tažné síly se povznesl až k osvícení.

Kdo chce opravdu pochopit a využít sílu, která nás všechny do jednoho přivedla na tento svět, ten drží v ruce tu správnou knihu.

Nechť se sexuální síla stane naším služebníkem a přestane být naším otrokářem.

Jan Menděl



# Úvod

Tuto knihu napsala osoba, která vyjadřuje své myšlenky jednoduchými slovy, a proto se drží starých, stále ještě neopotřebovaných výrazů a nemá potřebu hledat pro pojmy, které se používaly už v nejstarších knihách lidstva, nová a vědecky znějící vyjádření. Proto označuji v této knize prazdroj všeho života, který žádný vědec nedokáže vysvětlit, starým slovem „Bůh“. Když vymýšlíme nová slova ve snaze zabránit tomu, aby si lidé dál nespojovali své staré chyby s jejich obsahem, není to nic platné – své chybné představy si stejně převedou do obsahu nových slov. Bojovat proti nevědomosti je zbytečné. Ale ti, kteří pod takzvanými moderními názvy vytuší správný koncept Boha, mu porozumí i pod starým názvem „Bůh“. Proč bychom tedy měli stará slova měnit? Můžeme být spokojeni, jestliže v tom nejhlubším nitru duše pokorně a zbožně tušíme Boha. Člověk nemůže dosáhnout Boha racionálním myšlením. Vědět, poznávat můžeme pouze srovnáváním – skrze strom poznání dobra a zla –, ale Boha nemůžeme s ničím, ale skutečně *s ničím* srovnat. Proto nemůžeme Boha také nikdy poznat, nikdy nemůžeme vědět, co BŮH je. BOHEM můžeme pouze *být*.

Vědci se tomuto pojmu a výrazu „Bůh“ s úzkostlivou pečlivostí vyhýbají. Mají strach, že kdyby jednoduché slovo „Bůh“ použili, mohlo by to nakonec znít málo vědecky. Ale tento strach mají jen ti, kteří nejsou sku-

## Jóga a sex

tečnými, opravdovými vědci. Neboť když například Spinoza, Newton či Einstein dospěli pomocí matematické vědy k tomu, že našli Boha jako prvotní počátek *všeho bytí*, pochopili ho a uznali jeho existenci za prokázanou, pak můžu s klidným svědomím používat i v této knize prastaré biblické slovo „BŮH“ jako jméno pro tento původ všech původů. Toto slovo zde tedy neužívám v nábožensko-sentimentálním smyslu, nýbrž ve smyslu Spinozy, Newtona a Einsteina. Budu ráda, když čtenář u tohoto slova pocítí stejnou hlubokou zbožnost, úctu a pokoru, jakou zažívali tito největší učenci starší i novější doby. Tyto pocity spojují prostého člověka s opravdovým velkým vědcem, stejně jako se v biblických příbězích setkávali prostí pastýři s mágy nejvyššího vědění. Pokusila jsem se tedy vyjadřovat věci tak, aby jim stejně dobře porozuměli všichni, od prostých „pastýřů“ až po „mágy“.

Jedním z problémů pro mě bylo také slovo „láska“. Protože v maďarštině existují pro různé druhy lásky různé výrazy, my Maďaři nechápeme, jak může člověk „milovat“ Boha, rodiče, dítě, vlast, milence, bližního, ale také psa nebo koně jedním a tímtéž slovem. Maďarština má pro všechny tyto typy lásky rozličné výrazivo, které jednoznačně ukazuje, jak a koho milujeme. Pro porozumění této knize je ale velmi důležité, abychom různé pocity lásky správně pochopili. A tak jsem musela, abych se vyhnula nedorozuměním, vysvětlit všemožné formy „lásky“ opisem. Kvůli tomu je text často těžkopádnější, než jsem chtěla, ale neměla jsem jinou možnost.

I jinak bude v této knize řeč o věcech, pro něž nejsou v západní řeči vhodná slova. Pomysleme na to, s jakými těžkostmi se musíme potýkat, když chceme správně popsat nějaký sen. V hloubi duše neexistují žádné rozměry, žádný pojem času a často ani osobní vnímání. Jak tedy může člověk vylíčit prožitky, které se odehrávají v hloubi duše a které zažíváme jako čisté stavy bytí, když pro ně neexistují vhodná slova?

## Úvod

Bylo pro mě tedy velmi těžké hovořit o pojmech, pro něž v němčině neexistuje dobrý nebo výstižný překlad, ale ještě těžší bylo vysvětlit pojmy, pro které zde na Západě neexistují vůbec žádná slova. Proto je například nemožné přeložit sanskrtské, čínské, tibetské nebo maďarské texty do západních jazyků. Člověk se o to tedy pokouší aspoň opisem. Ale přes veškerou snahu vysvětlit slovy stavy bytí, zůstávají tyto popisy jen vnějšími líčeními děje. *Nestanou se z nich stavy bytí, dokud čtenář sám to, co čte, nezažije v sobě, ve svém nitru jako stav bytí.*

O čem se zde mluví, platí stejnou měrou pro obě pohlaví. Přesto, pokud v textu hovořím obecně v první osobě, činím tak v mužském rodě, protože by bylo příliš únavné opakovat vždy totéž ještě v rodě ženském. V němčině nelze mluvit o sexuálních problémech neutrálním způsobem. Musí se například užívat buď označení „partnerka“, nebo „partner“, nebo se musí hovořit o „jeho“ či „její“ lásce (což platí samozřejmě i pro češtinu, *pozn. red.*). Aby se tedy text nestal nesnesitelně těžkopádným, volila jsem při psaní o problémech sexuality „korunu tvorstva“, muže. Aby ale nemohlo dojít k žádnému nedorozumění, chtěla bych zdůraznit, že všechno, co je v této knize řečeno o sexualitě a vývoji vědomí, *se týká ženy stejně jako muže.*

Tato kniha, jako jakékoli jiné dílo o józe, má jen tehdy hluboký význam, pokud to, co je zde psáno, převedeme do praxe a *vyzkoušíme sami na sobě.* Hladovému a žíznivému člověku můžeme nabídnout nádherné popisy těch nejlepších a nejvýživnějších pokrmů a nejlahodnějších nápojů, ale i když o nich horlivě čte, pořád o nich bude pouze číst a nikdy se nenasytí. I po přečtení těch nejkrásnějších knih bude stále hladov a žízniv a zůstane tím, kdo jídlo a pití dosud jenom hledá. – Jógu tedy musíme cvičit, a nejen o ní číst! – O obsahu této knihy to platí obzvláště, neboť má za účel odhalit nejhlubší tajemství vyššího stupně jógy. A to tajemství spočívá v zažehnutí

## Jóga a sex

a využití latentních nervových a mozkových center, která jsou sídlem center duchovních, jimž se v jógické filozofii říká „čakry“, a v použití sexuální síly, která je jediným a bezpodmínečně nutným palivem k tomu určeným. Ovšem hledající, jenž touží nalézt prvotní zdroj života, musí sám převést toto tajemství do praxe, vyzkoušet ho na sobě, zažít jeho pravdivost a využít jeho nesmírného potenciálu. Hladový a žíznivý se musí najíst a napít sám!

Jako poslední a možná i nejdůležitější věc bych chtěla uvést, že tato kniha může být správným ukazatelem cesty jen pro ty, kteří se chtějí vydat strmou cestou ke království nebeskému z neuhasitelné žízně po Bohu. Lidé, kteří se touto cestou pustí, protože nemají odvalu k boji ve světském a vnitřním životě, nebudou mít z mých pokynů žádný užitek. Ale i pro ty, kterým se nedaří vést světský život, po kterém ovšem nadevše touží, tedy pro lidi, kteří nemají ještě světský život za sebou a hledají Boha pouze ze strachu nebo bezradnosti, může být tato kniha v nejlepším případě zajímavým čtením, nebo dokonce experimentem. Nejvyšší význam má jediné pro ty, kteří skutečně hledají Boha, neboť dokud nedokážeme být dětmi, nemůžeme se stát dospělými. Neodžité dětství nás táhne zpět!

Nosím v sobě asijskou řeč jako svoji mateřštinu, proto jsem, jak jsem již uvedla, musela slova, která v němčině chybí, opsat. Překonat tyto potíže mi s andělskou trpělivostí pomáhali moji drazí přátelé, jimž chci na tomto místě ze srdce poděkovat. Zvláštní díky patří dr. Helmutu Speerovi, který mi dal řadu cenných připomínek.

Elisabeth Haichová





## Co je sexualita?

V Bohu spočívají oba póly v dokonalé jednotě, v absolutní rovnováze a klidu. V tomto stavu není žádné napětí, ale také žádné tvoření. Tvoření začíná tím, že je negativní pól vyvržen z jednoty, čímž se oba póly od sebe oddělí a stojí proti sobě jako síla a odpor. Přesto se jednota obou pólů nikdy nepřerušuje – ať už se od sebe vzdálí jakkoli, jednota mezi nimi stále trvá v podobě nezměrné síly, magického napětí, které k sobě oba póly nepřetržitě, bez ustání přitahuje, aby znovu dosáhlo prastavu, ve kterém spočívaly v sobě.

Na tomto napětí je postaveno celé stvoření. Bez něj nejsou ani tvoření, ani život možné, neboť toto napětí *je život sám*. Každý živý tvor v sobě tedy nosí oba tyto póly jako svůj vlastní život, jinak by vůbec nemohl žít. U člověka je sídlo pozitivního pólu v lebce, negativního v kostrči a napětí mezi nimi je život.

Ten musí pokračovat v nových tvorech, a aby vznikl nový tvor, je bezpodmínečně nutné, aby dva protilehlé póly mezi sebou vytvořily nové životní napětí, ze kterého vznikne nová bytost. A přestože každý tvor, včetně člověka, má v páteři životní napětí mezi oběma póly, *projevuje* ve svém těle *pouze jeden pól*, který očekává doplnění zvenčí, aby mohl předat život novému tvorovi. Ve svém tělesném vědomí nemá člověk tušení, že ve svém duchu, ve své skutečné podstatě v sobě nosí oba tyto póly. Ztotožňuje se se

## Jóga a sex

svým tělem, které podle současného řádu přírody projevuje pouze jeden pól, a hledá své doplnění venku, u jiného člověka, který ve svém těle projevuje opačný pól. Naprosté splynutí obou pólů je v těle nemožné, neboť hmota izoluje, rozděluje a klade odpor. Oba póly se ale přesto snaží stát se v těle a skrze tělo jedním, a hledají východisko, jak by mohly přece jen dosáhnout stavu spočínutí jednoho v druhém a tento prapůvodní stav aspoň napodobit. Tyto dva póly se projevují v těle prostřednictvím pohlaví, pomocí pohlavních orgánů, které na krátkou chvíli dosahují fyzického sexuálního splynutí. Protože stav spočínutí jednoho pólu ve druhém je prapůvodním stavem BOHA, bytí, života, vzniká z tohoto znovusjednocení dvou pólů – ze styku obou pohlaví – v buňce k tomu určené nové napětí, nový život, nový tvor. Ten v sobě opět nese božské životní napětí, ale ve svém těle projevuje znovu pouze jeden pól – jedno pohlaví –, skrze něž je na Zemi předáván život pomocí stále se opakujícího spojení dvou jedinců různého pohlaví. To je sexualita.

Sílu, jež se projevuje skrze sexualitu a která je *pojítkem mezi duchem a hmotou*, a tudíž má důležitou schopnost *dopomoci duchu do těla*, vdechnout hmotě nový život, nazývají lidé „sexuální silou“.

Člověk ale, ačkoli svým vědomím vypadl z rajskeho prastavu, ve kterém oba póly spočívají jeden ve druhém, cítí, byť zcela nevědomky, možnost tohoto prastavu a touží se do něj zase dostat. Touží po jednotě, kterou nosí ve svém duchu, ve svém vlastním životě, po jednotě, kterou sám vždy byl, je a bude. Netuší ale, že onoho prastavu může dosáhnout a stát se jednotou ve svém vlastním Já ještě během svého tělesného, pozemského života. A ještě méně je mu známo, že jediný prostředek, který mu k tomu dopomůže, je jeho vlastní sexuální síla. Sexuální síla tedy v sobě pro nás skrývá tajemství, které nemá nic společného s počítím nových potomků. *Stejně jako sexuální síla člověku dopomohla z duchovního stavu do těla, tak mu také může*

## Co je sexualita?

*zcela vědomě dopomoci k tomu, aby se dostal zpět do svého božského prastavu, ve kterém je celistvý.*

Toto tajemství ale zároveň znamená, že za pomoci vlastností sexuální síly – pokud tuto životadárnou plodivou sílu nevydáme, nýbrž si ji uchováme pro své vlastní tělo – můžeme na jedné straně naplnit své tělo novým životem, zesílit v sobě životní energii, udržet si mládí nebo ho obnovit, a na druhé straně zesílenou životní energii probudit, rozžehnout a aktivovat svá vyšší nervová a mozková centra, která dosud setrvala v latentním stavu. Tato nervová pletiva a mozková centra v těle slouží k tomu, aby vedla odpor a projevovala čistě duchovní ohniska, která v sobě člověk nosí a kterým se v indické jógické filozofii říká „čakry“. Jestliže tuto životadárnou sexuální energii nevydáváme, nýbrž si ji uchováme pro sebe, pro své vlastní tělo, nabudou tato ohniska neboli čakry schopnost se projevit, a tak získáme vládu nad přírodními silami v sobě stejně jako – pomocí své vědomě vypěstované, sugestivně hypnotické síly – v jakémkoli jiném tvorovi. Člověk dosáhne božského vševědomí, stane se celkem, osvícencem, magickou bytostí, bílým mágem.

Nechť je tato kniha průvodcem na cestě k tajemství, jak může člověk pomocí ovládnuté sexuální síly dosáhnout této úrovně vševědomí a získat vládu nad přírodními silami.

Ale ne každý člověk! Neboť na Zemi jsou dva druhy lidí. Ti živoucí, kteří už jsou „člověkem“, a ti mrtví, kteří jsou teprve „mužem“ nebo „ženou“.

Živoucí stejně jako mrtví jsou oděni tělem – žijí v těle –, a protože lidské tělo projevuje podle současného řádu přírody jen polovinu celku, pouze jeden pól, nosí ve svém těle živoucí stejně jako mrtví také jen jednu polovinu celku, jeden pól, jedno pohlaví. Ačkoli ale mají živoucí také tělo a vedou možná zdravý, na lásce založený sexuální život, jsou si i přesto vědomi toho, že sexualita a všechny problémy, které kvůli ní vznikají, vycházejí pou-