

((UM))

meditace

NOS
KAPLANSKY

Jiří Krutina

Um meditace

Autor: Ing. Jiří Krutina

Edice: Um vědomí

Nakladatelství NOOS, s.r.o.

Hábova 16, 155 00 Praha 5, www.noos.cz, objednavky@noos.cz, tel. +420 777 788 079.

ISBN 978-80-88117-16-2

© 2018. Opisování a jakékoliv rozmnožování bez svolení autora není dovoleno a bude považováno za porušení autorských práv.

Fotografie na obálce: René Hrala - Vidoucí.

***Meditace jako vrozený a přirozený způsob vědomého bytí,
života, medikace, mediace, terapie a blaženosti.***

Úvod

"Vlastní žitá zkušenost musí být stále přezkoumávána a dotazována, pokud jde o to, co se stane po zkušenostním doteku absolutního vědomí. Vědomí jako takové nemůže být zcela postihnuto mými vlastními slovy. Ukázal jsem jenom část cesty. Může někdo opravdu říci, toto je vyčerpávající popis Bhairavi (plně ztělesněného univerzálního vědomí)? Rozsah probuzení moci vědomí - Šakti (šaktipáta) a rozšiřování vědomí jde ruku v ruce se schopností komunikovat vědomí slovy. Skrze probuzení moci vědomí se toto pochopení i schopnost komunikace a vysvětlení stále skrze nás samé rozvíjí. Toto jemné spirituální myšlení u všech ostatních znalců, jak dnes tak také v jiných dobách, v minulosti i v budoucnosti vyvstalo, vyvstává a vyvstane jedině na základě probuzení moci vědomí (šaktipáta), tedy skrze rozšíření a prohloubení vědomí, kterým jsme.

Právě toto probuzené spirituální myšlení spočívající v přímém kvalitativním rozlišování, je ze všech prostředků, způsobů a metod jógy tím nejzářivějším sluncem, pomocí kterého se člověk stane osvobozeným i osvoboditelem druhých, jak bylo řečeno v autoritativním textu Mālinivijayottara tantra. Toto spirituální uvažování musí být pochopeno ve všech způsobech bytí těmi, kteří usilují o dosažení Nejvyššího, tedy těmi, kteří opustili žárlivost, která je tak vlastní lidské zkušenosti a kteří jsou schopni jasně vidět. Po krátkém okamžiku reflexe, prostřednictvím spontánního odpočinku v pravém Já skrze zkušenost jeho blaženosti, jsou všechny zatemňující oblaky rozpuštěny září Vědomí."

Abhinavagupta, Parātriṃśikā-vivaraṇa

O „meditaci“

Někteří přátelé se mě ptali, proč tzv. „medituji“. Jiní měli potřebu mi naopak říci, že oni už nepotřebují „meditovat“, neboť oni už dávno jsou „TO“ či „láska“ sama a prý, to, co údajně já dosahuji meditací, to oni běžně žijí. Proto se například diví, proč stále dáváme přednost společné tiché meditaci s přáteli, kde zdánlivě ze zevního pohledu jenom několik hodin „tiše sedíme“, než nějakým společenským zábavám. Ti, co se mě snaží přesvědčit, že to, čemu se já věnuji je podle nich „umělé“, protože „medituji“, což oni zažívají „běžně“, současně neříkají nic o tom, co je ono „běžné“ prožívání. Současně takoví lidé se vyznačují tím, že si nenašli dostatek času ve svém životě, aby si dali prostor pro pochopení, co je sama „meditace“. Mnohým lidem činí mnohdy i obtíže jenom pochopení, že když dva dělají totéž – tj. „meditují“, nikdy to není totéž. Když dva lidé říkají, že „meditují“ – vůbec to nemusí znamenat totéž. Meditací těchto otázek jsem dospěl k následující eseji, zaměřující se na samotnou meditaci jako takovou a vyjádření toho, jak chápu meditaci v celkovém vzdělávání se ve vědomí, tedy ve vztahu k filozofii a józe vědomí a životu jako takovému.

Míním, že základní NE-pochopení, které „vládne“ v případě toho, co nazýváme obecně meditací, spočívá v tom, že meditaci chápeme jako nějakou „aktivitu“, kterou provádí určité já (ego) místo pochopení, že „meditace“ je o způsobu bytí – tedy o otázce „JAK JSME?“, jak se vztahujeme k sobě, druhým, ke světu, jak přecházíme v našem prožívání sebe, druhých i světa okamžik po okamžiku, jak se každým okamžikem stáváme, ztělesňujeme v souladu-souznění-rezonanci s tím, kým opravdu ve své podstatě jsme. Z tohoto pohledu pak, ať použijeme slovo „meditace“ či nikoliv – každý z nás, každý člověk nějak „medituje“, neboť meditace je synonymum pro způsob našeho života jako celku a vyjádření jeho celkové kvality a zdraví. Pak vůbec nejde o to, zda tzv. „meditujeme“ či „nikoliv“, ale jde spíše o to JAK?

I ti, co dávají na obdiv, že tzv. „nemeditují“, či se nemusí věnovat „meditaci“, se ve skutečnosti nějak vztahují k sobě, k druhým, ke světu a toto své zakoušení sebe, druhých a světa nějakým svým