

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Katedra teorie kultury (kulturologie)

Spiritualita jógového hnutí v Čechách

Diplomová práce

Kamila Němečková

Vedoucí práce: prof. PhDr. Pavel Říčan

Praha 2006

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

V Praze dne



Kamila Němečková

Obsah :

kapitola	strana
Úvod	6
1. Spiritualita, její dějiny a hlediska	9
1.1 Vymezení pojmu „spiritualita“	9
1.2 Cesta k tématu	15
1.3 Historický pohled na spiritualitu	19
1.3.1 Dějiny evropského chápání křesťanské spirituality	20
1.3.2 Kulturologické hledisko evropského pohledu	24
1.3.3 Ženská spiritualita v dějinách	25
1.3.4 Nástin současné spirituality v Čechách	30
2. Indie, východní prožívání spirituality, historie jógy	35
2.1 Východní chápání spirituality, porovnání a přínos se západním	35
2.2 Jóga a její cíle	38
2.3 Historie jógy v Indii	42
2.3.1 Hlavní Indická náboženství	42
2.3.2 Historie vzniku jógy	44
2.3.3 Spiritualita Pataňdžaliho Jógasútry	46

3.	Jóga v Čechách, její cesty, vývoj, osobnosti a jednotlivé školy	55
3.1	Rozšíření jógy v Čechách	56
3.2	První etapa: 1874 – první polovina 20. století	57
3.3	Druhá etapa: druhá polovina 20. století – současnost	62
3.3.1	Nejvýznamnější publikující autoři duchovní jógy druhé poloviny 20. století	62
3.3.2	Rozvoj jógy 60-90. léta	64
3.3.3	Rozvoj jógy 90. léta – současnost	69
3.4	Jógové školy u nás – detailní rozbor	74
3.5	Nejvýznamnější představitelé české jógy, nástin jejich učení a sféra vlivu na českou spiritualitu	86
4.	Spiritualita jógového hnutí v Čechách – Orientační dotazníková studie.	94
4.1	Základní východiska a cíle	94
4.2	Metoda	96
4.2.1	Soubor	96
4.2.2	Sběr dat	96
4.2.3	Matematicko-statistické zpracování	97
4.2.4	Použitá metoda	97

4.3	Výsledky	100
4.4	Shrnutí	104
	Závěr	106
	Seznam literatury	109
	Seznam příloh	113

Úvod

Diplomová práce se zabývá spiritualitou jógového hnutí v Čechách.

Práce je rozdělena do dvou částí, teoretické a empirické.

První kapitola je zaměřena na obecný pojem spirituality a pokouší se objasnit její pojetí v této práci. Předkládá nástin dědictví západokřesťanské civilizace v této oblasti a nástin faktorů, které spiritualitu ovlivňovaly až po současnou dobu. Oblast duchovna dnes nachází své nové a nově prožívané místo a s ním i nové formy. V této části zároveň polemizují s otázkou, nakolik byla ženě v posledních dvou tisíciletích dopřána její vlastní svobodná spiritualita a není-li jóga jednou ze soudobých cest k jejímu znovunalezení.

Druhá kapitola porovnává východní myšlení se západním a definuje cíle jógy jako takové. Krátká pozornost je věnována hlavním indickým náboženstvím a historii jógy na indickém poloostrově. Jedním z témat je také postižení kořenů, z nichž jóga v původním prostředí vzešla. Na konci druhé části je podrobněji rozpracován výklad pojmů, filosofie a spirituality Jógasútry, tohoto nejvýznamnějšího díla radžajógy. Tato královská jóga je připisovaná mnichu Pataňdžalimu, který zde shrnul a zpřehlednil poznatky ze starších a osvědčených tzv. velkých jógových systémů.

Pozornost třetí kapitoly je věnována cestám, jimiž se jóga dostala do Čech. Seznámíme se s českými i zahraničními osobnostmi, které se na tomto rozvoji podílely a provedeme přehled typů jógových škol. Důraz je zde položen na rozbor učení nejvýznamnějších jogínů ovlivňujících českou scénu a na postižení rozdílů mezi jednotlivými přístupy.

Čtvrtá kapitola obsahuje orientační empirickou studii, v níž se zaměřují na výzkum spirituality u cvičenců jógy. Jedná se o kvantitativní

studii v níž byl použit Pražský dotazník spirituality PSQ (Říčan, Janošová, 2005), (N=124).

Motivem práce je osvětlit historii a pozadí jógového učení u nás. Pozornost je zaměřena na způsob, jakým se tradiční učení v českém prostředí proměnilo a jaké hodnoty s sebou přineslo při propojování východního a západního myšlení. V této souvislosti jsem si položila otázku, nakolik a jestli vůbec jóga v Čechách ovlivňuje cestu k „osobnímu bohu“. Zajímavým tématem je pro mě otázka ženské spirituality, jejíž prostřednictvím jsem se pokusila objasnit důvod, proč je u nás jóga - z hlediska její členské základny - převážně ženským hnutím.

V Čechách, v tomto nábožensky velice specifickém prostředí, „kde sekularizace a privatizace náboženství zašly mimořádně daleko“ (Říčan, 2002, s.41) a které jsou „světovou unikátní laboratoří religionistiky“ (tamtéž), se objevuje řada nových spiritualit. Pojmenujme některé důvody, které k tomuto trendu vedou. Rozpad starého světa a tradičních struktur. Sesazení vědy z piedestalu opory novověku (Neubauer, 1994). Gigantické rozšíření médií a s nimi ztráta „naivity“, která zastaralé křesťanské rituály nijak nepodporuje. Svoboda přístupu k informacím, kterou dějiny nepamatují, kdy většina toho, co bylo po tisíciletí obsahem tajných nauk, mystérií a iniciačních obřadů, je vydáváno, rozebíráno a analyzováno. Genderová problematika, tedy posun ženského uvědomění si sebe sama a přechod z tradičního pasivního postavení do mnohem aktivnější roviny. To vše a řada dalších okolností dává prostor silnému individualismu hledajícímu své nové, rozmanité formy.

Jóga jako jedna z variant současného spirituálního rozmachu zahrnuje a v ideálním případě propojuje stránku fyzickou se stránkou

duchovní. Je také nazývána vědou o celistvě pojatém člověku, jednotícím principem (Gítánanda, 1999).

Dnes velmi rozšířená jóga je populací vnímána převážně jako fyzické cvičení s určitým duchovním přesahem a přínosem. Adeptům nabízí v tomto přeplněném světě, zahlceném stresem a nevyžádanými podněty, návrat k tichu, relaxaci, uvolnění a niternosti.

Cílem práce je analyzovat stav současné spirituality jógového hnutí a její trendy a přispět alespoň dílčím způsobem k jejímu zmapování. Práce si neklade za cíl úplnou a vyčerpávající analýzu spirituality. Je vedena pouze snahou otevřít tuto otázku v kontextu současných velkých společenských změn.

Vycházela jsem z těchto zdrojů:

V prvních dvou kapitolách jsem čerpala převážně z české, běžně dostupné odborné literatury, knih a publikovaných článků.

Protože téměř neexistuje relevantní odborná literatura týkající se třetí kapitoly, uskutečnila jsem řadu rozhovorů a setkání se členy jógového hnutí. Metodou nabalování jsem se postupně dostala do kontaktu s osobnostmi, které mi poskytly potřebné informace a materiály.

Rozsah se pohyboval od metodických materiálů vydávaných oficiálními úřady a jednotlivými kluby, záznamů návštěv jógových učitelů z Indie (např. doktor Bhole, svámí Gítánanda), referátů, monografií a článků nebo knih o józe, které v minulém režimu vycházely v samizdatech a jsou k dohledání pouze mezi jogíny.

Ve čtvrté a poslední kapitole jsem pracovala s dotazníkem PSQ (Říčan, Janošová, 2005) a s faktorovými škálami, které používá.

1. Spiritualita, její dějiny a hlediska

1.1 VYMEZENÍ POJMU „SPIRITUALITA“

Při historických bádáních vyvstává problém v posunech porozumění a smyslu jednotlivých termínů v dané historické epoše. Jasně formulované pojmy mají jen časově omezenou platnost. Vymezení pojmu spirituality, tak, jak je v této práci chápán a používán, nám blíže objasní nejen soudobý posun vnímání pojmu, ale i úhel pohledu, kterým je v této práci spiritualita nahlížena.

Spiritualita je relativně nový termín. Latinský kořen *spiritualitas* se objevuje v novozákonních pavlovských listech, jímž se z řečtiny překládá *pneuma*, řecké označení ducha, s příslušným adjektivem *pneumatikos*. To znamená: „Kdo se oddá Pánu, bude s ním jeden duch“ (1K 6, 17), nebo že „víra v Pána je od Ducha a v Duchu“ (1K 2, 10nn). Je zde ale důležité poznamenat, že v pavlovské teologii termíny „Duch“ a „duchovní“ nestojí proti pojmům „fyzický“ nebo „materiální“. Platí zde, že stojí proti všemu, co se protiví Duchu božímu, což může být jak tělo nebo fyzická realita, tak například i mysl nebo vůle (Sheldrake, 2003).

Dualitu hmoty a ducha vyostřili scholastici, nicméně pavlovský koncept nebyl zcela nahrazen. Od třináctého století existují oba vedle sebe. Tehdy se také objevuje pojetí třetí, v jehož rámci se termínu spiritualita začalo používat k označení kněžského stavu a do šestnáctého století byla právě tato forma nejfrekventovanější (tamtéž).

Teprve století sedmnácté vrací pojem spiritualita zpět k aplikaci ve vztahu k duchovnímu životu. V kladném smyslu vyjadřuje osobní emocionální vztah k Bohu, pejorativně se pak užívá ve vztahu k entuziastickým a kvientistickým hnutím. V osmnáctém století z náboženského a teologického slovníku téměř zmizelo, nepochybně právě díky nechuti, kterou katolíci vůči těmto směrům pociťovali. V devatenáctém století se užívání omezovalo pouze na samostatné náboženské skupiny působící mimo rámec hlavních církví.

V prvních desetiletích minulého století získává tento pojem oblibu mezi římskými katolíky ve Francii a díky překladům přechází i do angličtiny. Týká se samotné povahy duchovního života, potřeby oddělit dogma a studium, a hlavně sílícího důrazu na náboženské vědomí a na zkušenostní sféru. Roky 1920 (založení široce uznávané *Revue d'Ascétique a Mystique*) a 1932 (první vydání *Dictionnaire de la spiritualité*, který vycházel na pokračování) se posílilo seriózní postavení tohoto pojmu. Po II. vatikánském koncilu bylo heslo spiritualita zapsáno do teologického slovníku (tamtéž).

V posledních dvaceti letech můžeme zaznamenat důležitý předěl. Vnímání spirituality přerůstá z původně úzce křesťanského pojetí do širší roviny obecné duchovnosti. Stává se pojmem nadřazeným, protože opouští půdu a sepětí s institucemi. Získává širší rozměr a záběr, a přestože z křesťanské tradice vychází a jako jednu z cest ji v sobě obsahuje, pozvolna přerůstá jednotlivé náboženské systémy a směry. V sobě pojímá především osobní, žitou zkušenost s Bohem. V současné spiritualitě není už podstatné, jakou podobu na sebe „Bůh“ bere. Může být míněn jako kosmická energie, obecné vědomí posvátnosti, Tao, Zen nebo jako další z projevů jednotlivým směrům odpovídající. Podstatný je

však vstup do další roviny bytí, do živého kontaktu, nebo vědomého rozhovoru s tím, co nás přesahuje.

Definovat spiritualitu je velmi složité jednak proto, že toho nikdy nelze dosáhnout vyčerpávajícím způsobem. Oblast, již se dotýkáme, v sobě ukrývá jistou částečnou nepřeložitelnost, kdy narážíme na hranice schopnosti lidského vyjádření. A rovněž pro nejasnost pojmu spiritualita, který je používán v různých významech.

Philip Sheldrake, anglický jezuita a představitel novodobé, moderní křesťanské spirituality, dochází k závěru, že spiritualita je *„život v duchu, tedy vědomá odpověď člověka Bohu, jejíž podoba je jak osobní, tak církevní“* (Sheldrake, 2003, s. 46).

Složitost pojmového vyjádření v této oblasti naznačuje už Rudolf Otto, klasik filosofie náboženství, když o nejryzejších prožitkových stavech čistého „bytí v duchu“ říká: *„...lze to jen prožívat a v tom právě spočívá blaho. Přináší člověku pokoj, jenž je nade všechnen rozum. Jazyk o tom jen blábolí. ... V takových slovech, kterými chce cit cosi říci o té nejvyšší hodnotě, opět mizí všechna obraznost, že mysl opouští od obrazů a uchyluje se kryzí negaci“* (Otto, 1998, s. 47). Otto s pojmem „spiritualita“ ve své době ještě nepracoval, ale jeho „posvátno“ v sobě obsahuje zejména osobní autentický prožitek, *„kterému se nelze učit ale lze jej jen navodit, probudit, jako vše, co vychází z ducha“* (Otto, s. 22).

Pavel Říčan, český psycholog, se přiklání k Pargamentově definici spirituality jako *„žitého náboženství a prožitkového jádra náboženství. Polarizace spirituality a náboženství je vyjádřena ve dvou protikladech. První z nich lze nazvat individuální versus instituční: spiritualita se chápe jako záležitost individua, jeho prožívání a jednání, zatímco náboženstvím se rozumí - spíše nebo pouze - vnější formy, instituce, rituály, nauky atd.*

Druhý protiklad je podle Pargamenta prostý: dobré versus špatné. Slovo spiritualita asociuje něco nového, spontánního, neformálního, tvořivého, autentickou vnitřní zkušenost, svobodu individuálního vyjádření, duchovní hledání, případně dobrodružné experimentování. Slovo náboženství je naopak zatíženo konotacemi zastaralosti, rigidity, formálnosti, indoktrinace, nedostatku citu, reakčních postojů atd“. Dále spiritualitu vnímá jako „centrální funkci náboženství, je jeho srdcem a duší“ (Říčan, 2004, s. 43).

Spiritualita je také charakterizována stavy mystického prožitku, hlubokého naplnění, extatické zkušenosti, ke kterým dochází při modlitbě nebo meditaci. Nabízí se pak otázka, jestli mají ke spiritualitě všichni stejné dispozice, nebo jestli se můžeme setkat s rozdílnými schopnostmi vnímat ve vnitřním prostoru to, co nás jako jednotlivce přesahuje, dostávat se s tím do interakce, komunikovat a nechat se vést.

Zajímavou odpověď dává například André van Lysebeth z pohledu Evropana praktikujícího a studujícího jógu, tedy východní systém. Dnes se zaměřuje na tantrickou jógu, propojující póly ženského a mužského aspektu, a říká: „*Duchovnost je probuzení k životu, k tomu pravému životu*“ (Lysebeth, 1999, s. 285). Duchovní život je podle něj jen více či méně probuzený život různého stupně, intenzity a rozsahu. Oproti zdůraznění „milosti“ v křesťanství, východní učení apeluje na vlastní práci: „*Jedinou skutečnou duchovností je rozvíjení všech rovin bytí, neboť automaticky vede k vnitřnímu světu, kde člověk objevuje největší bohatství. Rozvíjet všechny aspekty své osobnosti znamená probudit se ve všech rovinách. Vědomě se podílet na vlastním rozvoji a růstu, objevovat sám sebe a nakonec zjistit, že každý se podílí na kosmickém životě a nachází v něm své místo* (Lysebeth, 1999, s. 284).“ Pro Lysebetha tyto aspekty začínají zvládnutím, rozvíjením a ovládnutím těla, protože

lidským tělem disponujeme. Dále je nutné rozvíjet intelekt v rozumných proporcích, abychom se nestali čistě intelektuálními lidmi, neboť ti podle něj mají tendenci ztrácet svoji intuici a citlivost. Dalším stupněm je rozvíjení citové stránky, tedy schopnosti cítit lásku. Vrcholem potom je navázání kontaktu sám se sebou, tzn. s *Němým svědkem*, s tím *Kdo to všechno vidí*. „*Odpověď na otázku ‚Kdo vidí‘, není v žádné knize, nebo alespoň ji tam nelze nalézt, pokud člověk sám duchovnost nezažil. Tuto odpověď nemůže dát intelekt, není to žádný literární nebo intelektuální pojem, je to vřelá skutečnost, přímé vnitřní vnímání, probuzení, osvícení, jednoduchá samozřejmost*“ (Lysebeth, 1999, s. 286-287).

Eduard Tomáš, jeden z nejpovolanejších českých jogínů v „diskuzi“ o duchovní rovině bytí mluví o připravenosti k přijetí duchovních obsahů. Tato připravenost je u lidí rozdílná. Jde v podstatě o evoluční model každého jedince, kdy jeho schopnost otevírání se spiritualitě záleží na mnoha aspektech. Počínaje místem, na kterém se na své osobní cestě zrovna nachází (tato jógová filosofie pracuje s reinkarnací, tedy znovuzrozením), stupněm vyspělosti intelektu, osobní vyžralostí a především prací na sobě, kterou je člověk schopen této rovině dát. Milost, kterou také zmiňuje, je pak následkem těchto osobních kvalit. Ve svých knihách a promluvách pojem spiritualita vůbec nepoužívá. Patrně díky jinému úhlu nazírání věcí, a také proto, že spiritualita jako taková je základním kamenem, obecnou kategorií, do které jeho učení spadá.

Spiritualita je protiváhou každodenní reality a stereotypu. Vystupuje z každodennosti, proměňuje ji v tajemnou a jedinečnou, a graduje prožívání, upozorňujíc tak na jeho výjimečný charakter. Mircea Eliade tyto polaritě vidí v dualitě *posvátného* a *profánního*. Podle Junga je spiritualita jednou z dimenzí, na které náš život stojí. Je rozměrem duše, stavem mysli. A v nejpokročilejším stadiu pak stavem „za myslí“. Závisí

na osobní zkušenosti, kdy je důležitá připravenost, bdělost a podstatná je zde i morální rovina. Lidé mají obecně puzení tuto niternou potřebu naplňovat. Ale každý podle svých možností. Není-li tato potřeba uspokojena, není-li rozpoznán obsah toho, co člověku chybí, a pokud je tento vnitřní tlak veliký, může se projevovat frustrací a následně i duševní nemocí. Člověk uvízne na povrchu světa.

Spiritualita je tedy vnímána jako osobní zkušenost s tím, co nás přesahuje, co je transcendentní a co nám poskytuje prostor pro pohyb ducha - v rovině niternosti, meditací, duchovních prožitků. Jde tedy o návrat člověka náboženského v širokém slova smyslu.

1.2 CESTA K TÉMATU

Přestože pokřtěna, vyrůstala jsem v rodině podřízené vlivu mého ateistického otce. Matka pocházela z katolické rodiny, ale svou víru nepropraktikovala a ani mi nikdy v průběhu dětství z náboženství nic nevysvětlovala.

To, co provázelo jako stín mé v podstatě spokojené dětství, byl strach ze smrti. Přesněji řečeno z nicoty za ní. Zakoušela jsem s nikým nesdílený pocit úzkosti - „Co se stane, až umřu?“. A tento pocit se prohluboval. Muselo mi být něco mezi sedmým a desátým rokem, kdy mé fantazie gradovaly a já je ještě nebyla schopna ani potlačit do nevědomí (což jsem pak zřejmě částečně učinila). S naprosto uvolněnou myslí dítěte, v nocích, kdy jsem nemohla usnout, jsem se propadala do prázdnoty. Děsivé prázdnoty. Byl to pád do hlubiny vesmíru, kde je jedno velké černé NIC, které mě pohlcuje a já se v něm bezmocně rozpouštím. Naprosté „vžití se“. Žitá paralyzující hrůza.

Nedokázala jsem se smířit s myšlenkou, že po mně nic nezůstane. Že nezůstanu aspoň nějak „Já“. Bylo to pro mě v té době naprosto nelogické, nepochopitelné a hluboce deprimující.

První filosofické texty, které jsem asi ve čtrnácti letech četla, byly z Východu. Mluvílo se v nich o karmanu, o koloběhu životů, o reinkarnaci a já jsem vydechla, vysvobozena z existenciálních dramát svého dětství. Naprosto jsem se ztotožnila s myšlenkou, že všechno kolem nás je jen jedna velká škola, ve které záleží jen na nás, na našem svědomí a na našich činech, jakým směrem se náš život nebo naše životy budou ubírat.

Byla to tedy kupodivu indická filosofie, v prostředí západokřesťanské kultury, která mi otevřela cestu k „osobnímu Bohu“ a k vnitřnímu nepřerušovanému dialogu s ním. Stal se ze mě náboženský člověk v Eliadově duchu. Našla jsem posvátné a svět se mi změnil. Získal další dimenzi.

Z této oblasti mě o něco později oslovili například anglický mystik Paul Brunton, Eduard Tomáš nebo František Drtikol. V této návaznosti jsem si už v té době prostudovala indickou a čínskou filosofii.

Spolu s postupným vstupováním do evropské filosofie jsem se nejprve zabývala mytologií, psychologií a pak mě uchvátil svět Carla Gustava Junga.

Jung se v protikladu k dobové tradici - o které říká, že pěstovala psychologii bez psýchy- odvážil přistoupit k duši jako k prvopočáteční a nejbezprostřednější realitě, jež je nám dána v podobě psychické zkušenosti, prožitku. Důraz kladl na znovunavázaný vztah mezi vědomím a nevědomím. Vrátil tím duši její místo v každodenním životě, schopnost rozpomínání se na tradiční duchovní kořeny, navázání styku s nevědomým archaickým člověkem. Především pak znovu objevil lidskou schopnost prožívat svět jako drama, které se nás osobně dotýká a ve kterém můžeme nacházet smysluplné souvislosti, jež se svým konečným významem vážou k transcendentnu (Starý, 1990).

Zlomovým obdobím byl pro mne dvouletý pobyt v Číně.

Z kulturologického hlediska jsem zažila tzv. kulturní šok, který od té doby velmi ovlivnil mé vidění světa (myšleno v sociologických kategoriích). Uvědomila jsem si, že kořeny našich civilizací a naše kulturní vzorce jsou natolik odlišné, že souznění, běžně zažívané v domovské kultuře, je zde velmi obtížné. Pocit „míjení se“ v diskusích i

o běžných tématech byl velmi intenzivní. *Necvrnkala jsem s nimi kuličky, a to už několik tisíciletí.*

Z osobního hlediska jsem daleko na břehu Žlutého moře, v tichu a bez velkých podnětů, prošla hlubokou katarzí sama sebe. Individuačním procesem, v němž práce se sny a objevování do té doby neznámých poloh vlastního vědomí, byla novou a nesmírně obohacující zkušeností.

Jóga byla v určitém smyslu součástí mého života již od dětství. Obrázek matky stojící na hlavě nebo sedící v různých jogínských pozicích byl poměrně běžný. Matčina neutuchající vitalita, neuvěřitelná ohebnost, fyzická zdatnost a duševní čilost byla, a stále více je, silným vlivem, který mi manifestuje užitečnost jógových tělesných cvičení. Jako duchovní systém jsem jógu začala více vnímat až po své čínské zkušenosti.

Již v úvodu jsem naznačila slovy: „Přestože pokřtěna...“ svůj vztah k církvi a obecně ke křesťanství, který je v řadě bodů sporný, možná až negativní.

V obecné rovině se ke skutečnosti že Čechy jsou nejateističtější zemí Evropy, že tedy společenské klima není křesťanství příliš vstřícné, nedílně váže „špatná pověst českých církví“ (Říčan, 2005, s.1). Tak jako si uvědomuji revoluční přínos křesťanství, a to „objevem“ lásky, soucitu, odpuštění a milosrdenství „k bližnímu svému“ a pozitivní roli církve při stabilizaci společnosti v dějinném procesu, tak účast v ní je pro mě osobně nepřipustná. Jeden z hlavních důvodů je patriarchální povaha církve a vytěsnění tělesnosti ze života. Degradace těla a následně ženy, kterého jsme v křesťanství byli svědky, se mě ve velké míře dotýká.

Odpor k institucím, vnitřní nutnost svobody, ale zároveň víra v existenci čehosi, co nás přesahuje, mě dovedla v mém hledání „osobního Boha“ mimo jiné i k józe. Východní filosofie v sobě obsahují

niternost, která se z křesťanství během staletí vytratila nebo byla potlačena a určitou „neosobnost“, která je mému způsobu uvažování blízká.

Jóga se ukázala být jednou z alternativ, která přináší do evropského prostoru svobodnou možnost volby myšlenkových světů a která nabízí propracovanou duchovní cestu.

Jógu už několik let cvičím a sama na sobě jsem zaznamenala její pozitivní účinky. Propracovaný systém koncentračních, meditačních technik a filosofie, která hovoří např. o zastavení mysli, mě zaujala. Spolu s Eliadem se domnívám, že jsme dnes, Evropané i „Neevropané“, donuceni přemýšlet v pojmech celosvětových dějin a vytvářet universální duchovní hodnoty. Velké objevy indického a obecně východního myšlení nelze přehlédnout .

1.3 HISTORICKÝ POHLED NA SPIRITUALITU

Před uchopením tématu spirituality současného jógového hnutí považujeme za nezbytné zaměřit se v krátkém přehledu na dědictví západokřesťanské civilizace a na faktory, které si evropská spiritualita v sobě bezesporu nese do dnešních dnů. Přenesení jógové východní filozofie do Evropy se neodehrává ve vzduchoprázdnu. Západní adept není *tabula rasa*, ale žije v západokřesťanské oblasti, tudíž více či méně, vědomě či nevědomě, přímo či nepřímo pod vlivem západních hodnot, zvyklostí a historie.

Henryk Skolimowski ve své knize „Účastná mysl“ mluví o tzv. „spirále pochopení“. Každý národ si podle poznání, ke kterému došel a které úzce souvisí s jeho kosmologií, vytváří schéma vyjádřené do nekonečna se otevírajícím kuželem. Tedy tzv. spirálu pochopení. Až do dvacátého století byla většina západních badatelů ovlivněna evropocentrismem. Svůj, tedy evropský pohled na věc, považovala za nadřazený, jednak proto, že nás tomu naše kultura naučila a jednak proto, že nás, jak říká: „*vyvádí z rovnováhy, když se lidé z naprosto jiné kultury dívají na jevy, které jsou nám důvěrně známé zcela odlišně*“ (Skolimowski, 2001, s. 249). Následkem tohoto západního etnocentrismu prohlašovali, že když matrice těchto kultur neodpovídají té naší západní, jsou tyto kultury nerozumné a primitivní. Teprve ve dvacátém století a zvláště v jeho druhé polovině, začali antropologové chápat jiné kultury z hlediska těchto kultur samotných. Zjistili, že „*...mnoho těchto ‚primitivních kultur‘, když se jim snažíme porozumět zevnitř, vykazuje neobyčejný stupeň jednoty a spojitosti*“ (Skolimowski, 2001, s. 249-250). Zájem o jógu na evropském kontinentě se časově shoduje s tímto

posunem v celkové atmosféře západního myšlení. Z antropologického hlediska jde o otevírání se jinému vidění.

Jeví se tedy důležité vrátit se nejprve k dějinám spirituality, tak jak je v Evropě chápána, poté nastínit původní východní filosofii jógy a její dějiny v Indii, a pak se teprve pokusit prolnout oba aspekty v pohledu na současnou spiritualitu jógového hnutí v Čechách.

1.3.1 Dějiny evropského chápání křesťanské spirituality

Sheldrake ve své práci „Spiritualita a historie“ rozebírá historii pojmu v dějinách křesťanské tradice a poukazuje na postupnou proměnu chápání tohoto pojmu.

Od počátku našeho letopočtu až do nástupu scholastiky se na „život v Duchu“ pohlíželo jako na něco, co přísluší všem, kteří jsou pokřtěni. Také teologie byla pojímána jako celek a veškerá pozdější dělení například na nauku, etiku a spiritualitu, jí byla naprosto cizí. Důraz byl položen na výklad Písma, zaměřující se na dosažení dokonalejšího pochopení křesťanské víry a na prohloubení křesťanského života ve všech jeho dimenzích. Patristické období vypracovává základní nauku o Trojici a Vtělení. Tuto dogmaticky formulovanou nauku spadající do mystické teologie nesmíme ale zaměňovat s pozdější středověkou fascinací subjektivní zkušeností, která se projevovala na Západě, nebo s rozvojem podrobných pokynů pro duchovní pouť. Patristický mysticismus se vztahuje k osobnímu životu křesťana, který patří ke společenstvu „mysteria“, kde Bůh je znám jako ten, kdo se zjevil v Ježíši Kristu.

Prožitek mystéria začíná křtem, tedy připojením se ke Kristu a vrcholí v ctnostném životě. Tuto patristickou tradici shrnuje na konci pátého nebo na začátku šestého století Pseudodionýsius. Ve své *mystické teologii* se nezabýval vyčíslováním prostředků vedoucích k duchovnímu pokroku. Zkoumal spíše podstatu odevzdání duše Bohu, kdy člověk překračuje meze známého a pojmenovatelného, aby byl plně opanován mystériem lásky a takto proměněn. Pozdější zájem o subjektivní zkušenost se tu nevyskytuje, protože „mystérium“ je stále objektivní realitou Boha v Ježíši Kristu, do níž jsou všichni vtahováni prostřednictvím Písma a liturgie. Model spirituality patristických teologů, který následující generace zdědily a opíraly se o něj dalších téměř tisíc let, byl určen i elitním společenským postavením a sociálním prostředím církevních otců (Sheldrake, 2003).

Počínaje zhruba dvanáctým stoletím se v náboženství vytvořila nová citovost. Renesance dvanáctého století objevuje božskou a lidskou lásku, která je vyjádřena v žitém mysticismu na jedné straně a dvorské lásce na straně druhé. V této době, kromě koncentrace zájmu o romantickou lásku, např. písně trubadúrů, artušovské legendy a další písně a poezie, dochází k posunutí lásky na místo ústředního tématu i u autorů náboženských. Sílí zájem o jednotlivce a o sféru subjektivních pocitů, v níž byl individualismus nejzjevnější. Musíme si ale uvědomit, že jednotlivce v moderním smyslu, tedy jako výlučnou osobu izolovanou od příslušnosti ke skupině, tehdejší doba dosud neobjevila. Přesto se zdá, že již tehdy existovalo nové pojetí *já*, respektive niterného mystéria a niterné krajiny člověka (tamtéž).

Dvanácté století tedy na Západě odstartovalo vývoj, který můžeme označit slovy separace a rozdělení. Došlo k oddělení spirituality od teologie, emocí od vědění, spirituality a liturgie, tedy osobního od

společenského. Věřící pozdního středověku se s Bohem nesetkával v izolaci, ale prostřednictvím prožitku sdíleného s obcí. Díky těmto přehradám a rozdělování se vyvinul zájem o konkrétní prožitky a aktivity: modlitbu, kontemplaci a mysticismus. Duchovní pokrok a růst byl stále více pojímán jako přiblížení se nebi a činný život byl vnímán jen jako příprava, tedy nižší cesta (tamtéž).

Z dějinného hlediska se autorita původu a stvrzení nadpřirozeného dlouhá staletí v Evropě vázala výlučně k církvi. Teokracie církve vrcholí ve dvanáctém století, kdy se zdá, že křesťanský svět skončí jako univerzální monarchie římského papeže. Církev disponuje velkými sankcemi, uloženým pokáním počínaje a exkomunikací konče, což se ve svých důsledcích rovná úplnému vyloučení z lidské společnosti (Černý, 1996).

Církev má monopol na gramotnost a vzdělávání. Pěstuje je v latině, v jazyce nepřístupném masám. Tento nástroj jednoty křesťanské kultury, a v podstatě i jednoty lidstva, drží církev pevně v rukou a dlouho se brání, aby o věcech božských a duchovních bylo pojednáváno národními jazyky. Školy jsou až do konce románské epochy výlučně církevní. Veřejným a laickým se vzdělávání stane teprve od třináctého století (Černý, 1996).

Ke konci středověku se duchovní život ve vztahu ke kultuře jako celku stále více dostával do okrajového postavení. Osobní náboženská praxe se dožadovala nového jazyka. Příznačné je, že osobnosti typu Jana od Kříže, Ignáce z Loyoly, Františka Saleského nebo Terezie z Ávily se hlásí k nové disciplíně oddělené od akademické teorie (Sheldrake, 2003). Konec dvanáctého století až do počátku patnáctého století je zlatým věkem západní křesťanské mystiky. Obecně platí, že cílem mystiky je navození stavu sjednocení mezi člověkem a transcendencí. Z této premisy vychází i jóga. V křesťanské mystice můžeme tedy na evropské půdě

nacházet paralelu duchovního přístupu, prožitku k jógovému učení. Eduard Tomáš, náš nejznámější jogín, se ve svých dílech odvolává na některé z nich, především na Mistra Eckharta (viz Tomáš, 1994, s. 17.).

Život plný křesťanské dokonalosti se v sedmnáctém století rozvinul především ve Francii a ve století osmnáctém a devatenáctém se stává předmětem podrobného studia. Jezuita Scaramelli zavádí označení „asketická“ a „mystická“ teologie ve smyslu, který se poté naplno prosadil v římskokatolických kruzích. Vzniká obor spirituální teologie, který se v následujících sto padesáti letech plně etabloval. Podle klasického zvyku se dělí na asketickou teologii, která se zabývá podobou a vývojem křesťanského života až do počátků pasivní kontemplace, a teologii mystickou, která analyzovala další fáze až k dosažení mystické harmonie (Sheldrake, 2003).

Spirituální teologie se dále vyvíjí směrem ke spiritualitě jako takové. Statický přístup se díky serióznější reflexi lidské zkušenosti ve specifických podmínkách konkrétní kultury mění k dynamičtějšímu pojetí. Výrazný, napříč církvemi jdoucí souhlas neomezovat se na sektářské chápání, ale vycházet z bohatství společného křesťanského dědictví, posiluje eklektický přístup ke spiritualitě (tamtéž).

Spiritualitu v současném smyslu středověk neznal. Posun posledních dvaceti let v západním křesťanství a starší spirituální teologii charakterizuje Sheldrake několika body. Za prvé nemá výlučný charakter, tedy není spojena s křesťanstvím jako takovým. Za druhé není jen používáním absolutních nebo dogmatických zásad na reálný život. Za třetí se ani tak nezabývá definováním dokonalosti jako podrobným zkoumáním tajemství vývoje člověka, v kontextu živého člověka s absolutnem. A za čtvrté se neomezuje jen na zájem o vnitřní život, ale snaží se o propojení všech stránek lidského života (tamtéž).

1.3.2 Kulturologické hledisko evropského pohledu na spiritualitu

Můžeme samozřejmě polemizovat s historií a z kulturologického hlediska se zamyslet nad tím kam zmizela duchovní hnutí, která se nezařadila do náboženského hlavního proudu. Přestože od svých počátků byly na stránkách Nového zákona dějiny křesťanské spirituality kulturně pluralitní, situace se po prosazení řecko-římské kultury v křesťanství mění. K dalším tradicím, pokud se vůbec braly na vědomí, bylo přistupováno pouze ve vztahu k této kultuře a z jejího pohledu. Trend prosazování pravověrnosti, přizpůsobování se středu a potlačování pluralismu byl pro další období určující. Budeme-li pohlížet na jednotlivé spirituality jako na kultury, dostaneme se k problému kulturních konfliktů. Převládající kultura vytěsňuje kontrakultury, aniž by je byla schopna chápat jako subkultury. Pro tehdejší dobu byla tato tolerance těžko myslitelná. Pro evropskou spiritualitu tak mizí řada tradic a jednotlivců z dějin anebo přinejmenším jsou v dějinách líčeny jako okrajové (srov. Sheldrake, 2003).

1.3.3 Ženská spiritualita v dějinách

Stejný osud jako potkává řadu jednotlivců, kteří se nezařadili do majoritního proudu, potkává i ženy a ženská společenství (viz bekyně či radikální vize Angličanky Mary Wardové a jiné). Problém tradičního pojetí dějin je v tom, že se snaží v rámci předem daných představ o „důležitosti“ zdůraznit to, co lze na jejich základě definovat jako „nutné“ pro pokrok duchovní tradice. Tak jsou naše tradiční historické zdroje už samy o sobě produkty kultury, v níž byla psychologická, mravní či společenská podřazenost žen považována za samozřejmou. Dokonce i „velké“ ženy, které nelze v oficiální verzi přehlédnout, jsou představovány v rámci přijatelných kulturních vzorců. Jinými slovy, jejich životy byly zaznamenány na základě výběru sloužícího institucionálním účelům tak, aby nerušily dobově uznávané modely postojů a chování. Křesťanská nauka byla formulována muži. Až na několik výjimek (Juliana z Norwiche) ženské představy o Bohu a Božím vztahu k člověku nehrají v tom, co se považuje za velké klasiky duchovní literatury, nijak důležitou roli (Sheldrake, 2003, s. 74 až 77).

Pro zachycení atmosféry minulých století je bezesporu důležitá i otázka vnímání těla, kterou ve velké míře formovali církevní otcové. K vítězství křesťanské ideologie se úzce váže i dogmatická prohra kategorie tělesna a nese s sebou velký převrat v každodenním životě lidí. Z města, jakožto centra společenského a kulturního života, se ve středověku vytrácí divadlo, cirkus, stadion i lázně. Tělo se stává žalářem a hrůza z tělesnosti dosahuje vrcholu v sexualitě. Tělesná rozkoš je smrtelná a odporuje vši přirozenosti a žena se stává nositelkou tohoto pokušení a její postavení ve společnosti je degradováno (Le Goff, 1998).

Tradiční chápání svatosti a dualistické zdůrazňování osvobození se od tělesnosti znamenalo pro muže, kteří chtěli dosáhnout duchovní přeměny, únik ze svých těl. Situace žen byla mnohem obtížnější. Už od Evy byla žena s tělesností ztotožňována. Pro dosažení duchovní přeměny tedy musela ztratit část sama sebe. Sheldrake si ve své knize klade otázku, jestli duchovní teorie neučinila z žen jako takových skupinu, která do spirituality nepatří.

V knize „Marie“ Jacques Duquesne poukazuje na absenci údajů o Marii, matce Ježíšově. Marie je ženou bez minulosti. V evangeliích se o jejím původu, ani životě nic nedozvíme. V Novém zákoně je její jméno zmíněno jen párkrát a Matouš, který o ní mluví nejvíce, ji věnuje 17 veršů z 1068 ve svém evangeliu. Postupné posvěcování a nakonec zbožštění Marie jsou dílem lidové zbožnosti. Je nám prezentována jako „Boží matka“ ale zůstává Matkou-Pannou. Byli to církevní otcové, kteří udělali z Marie ženu stojící proti ženám. Jejich mnohdy až nenávislné výroky jimiž proslul zejména Jeroným a Tertulián, se podepsaly na sexualitě celého západokřesťanského okruhu. Dogma o trvalém panenství Marie bylo vyhlášeno až na lateránském synodu v 7 století (Dequesne, 2005).

Žena zmizela a nastoupila světice bez těla. Marie zplodila dítě bez toho, aby použila tělo, tedy aniž by jím žila. Je zde potlačeno cosi bytostně lidského a ženský princip, který Marie prezentuje, je okleštěn o důležitou součást a tudíž je zrušena harmonie.

Eliade tvrdí, že původ Mariina postavení v křesťanství můžeme najít ve snaze přizpůsobit si prastarou, všeobecně rozšířenou náboženskou ideu. *„Teologie Matky-Panny přejímá a dovršuje pradávnné asijské a středozevní koncepce partenogeneze (schopnost sebeoplodnění) Velkých Bohyň. Mariánská teologie představuje proměnu nejstarší a*

nejvýznamnější úcty, která je od prehistorie projevována náboženskému mystériu ženství“ (Eliade, 1996, s. 361).

Tato proměna by byla jistě funkční, ale ve společnosti, kde lidské tělo není postaveno vně lidskou přirozenost, kde není rozkol mezi tělem a duchem, a kde schopnosti partenogeneze nehrozí, že bude chápána zkresleně. Pokud by Marie převzala schopnost sebeoplodnění, pak ale ve velmi okleštěné formě, neboť další oblast působení „Velké Bohyně“ byla tvrdě potlačena.

Ve starověkých matriarchálních společnostech hrála příroda a plodnost v životě lidí ústřední roli. Lidé žili blízko přírodě a božstva určovala lidský osud tím, zda poskytla nebo neposkytla hojnost úrody zemi. Touha a sexuální vášeň zakoušená jako obrozující síla byly samozřejmou součástí lidské přirozenosti a byly chápány jako požehnání božstva. *„Sexuální přirozenost byla neoddělitelná od náboženského postoje. Sexuální akt, který se těšil velké úctě a byl výrazem zbožnosti, těšil Bohyni i smrtelníka“ (Qualls-Corbetová, 2004, s. 34).*

Není v rozsahu této práce objasňovat důvody vzniku patriarchátu. Ale právě jeho nástup měl za následek, že muž si vytvořil nové náboženské učení a zákony. Z pohledu patriarchální společnosti je nejvyšším „bohem“ muž. Trojjedinost oficiálního Boha se také odehrává ve výlučně mužském duchu.

„Ženy nemají ani minulost, ani historii, ani náboženství, které by byly jejich vlastní... Tvůrci zákonů byli muži, dávali přednost svému pohlaví a právníci pak obrátili tyto zákony v absolutní principy... Náboženství, protože je vymysleli muži, odrážejí tuto jejich vůli panovat. (Beauvoirová, 1966, s. 13, 16).

„Ženy sní sny mužů. Klaní se bohům, které vytvořili muži.“
(Beauvoirová, 1966, s. 71).

Přestože rovnoprávnost žen našla jistou odezvu v současném křesťanství, faktická nerovnost žen otevřeně i skrytě přetrvává – jmenujme jen vyloučení žen při zastávání kněžských úřadů v rámci katolické církve.

Není divu, že se mnohým ženám v současné postmoderní Evropě a zvláště v Čechách, tento koncept religiozity, tedy křesťanské religiozity, může zdát zastaralý. Proto si ženy začínají hledat své nové místo. Osvobození od otrocké práce v domácnosti díky moderním technologiím a postupující a častější forma divergentních manželství s sebou nese prostor pro uvolnění staletými potlačované ženské energie. V naší post-feministické době má žena postavení a práva, o kterých se našim předchůdkyním ani nesnilo. Postupující zrovnoprávnění žen, odbourávání sexuálních tabu a uvolňování lidské sexuality v její přirozené pozitivní funkci otevírá novou dobu. Žena představovaná Evou už není jen ztělesněním smyslného pokušení a příčinou mužova pádu, ale rovnocenný partner při hledání fyzické rozkoše a duševní extáze – celkového pocitu vnitřní harmonie. Lilit náhle není potřeba. Tento posun je zřetelný i v duchovní oblasti. Ženy se chtějí realizovat a mít podíl na utváření své spirituality v daleko větší míře a s daleko většími možnostmi než dříve. I zde je třeba hledat jeden z důvodů, proč dnes najdeme v českém jógovém hnutí masivní většinu žen.

Důležité je si uvědomit, že v této práci studuji jógu, tak jak se vyučuje v Evropě. Tedy systém vytržený z původní společnosti, přenesený do Evropy již bez tradičních omezení, k nimž beze sporu a hlavně patří vyřazení ženy. V indické, stále silně patriarchální společnosti, je postavení žen a mužů nerovnoprávné. V dětství žena/dívka patří otci,

poté manželovi a po smrti manžela svým synům nebo jiným mužům z rodiny. Žena se nikdy nesmí řídit podle svého. Složitě dostupné vzdělání, brzké sňatky běžně dohadované rodiči, poměry v rodinách (čítajících někdy až sto osob) postavené na strachu a přísné disciplíně, jsou ještě dnes v Indii běžné a pro evropskou ženu těžko myslitelné. Kasty byly sice zrušeny v roce 1829, ale jejich faktické přežívání stále diferencuje indickou společnost (Lysebeth, 2004).

„Život žen na indické vesnici je tvrdý. Musí těžce pracovat. Často je manželova rodina trápí, dokonce i zabíjí... Skoro každý den vyjde v novinách zpráva, že nějaká mladá žena uhořela doma při vaření... Syn si může vzít novou nevěstu a získá další věno. I když žena dopředu ví, co ji čeká, řekne to rodičům a ti policii, stejně ji nikdo nepomůže. Policie je často podplacena a lidé se bojí hanby. Největší ostudu má vždycky žena. Raději mlčí. I znásilněná žena jde raději domů a mlčí“ (Jazairiová, 2003, s. 86).

Situace ve velkých městech se začíná měnit. Objevují se i skupiny ženských aktivistek, které pomáhají a radí nevzdělaným ženám, často připoutaným k půdě a perzekuovaným, ať už majiteli půdy nebo rodinou (Kriseová, 2004). Rituální *satí* (upálení ženy na hranici manžela), které bylo zrušeno 1829, se vzácně objevuje dodnes. Sebevraždy žen, jejichž rodina nemůže nebo nechce zaplatit požadované věno, napovídají, že ženská otázka je v Indii stále ještě na jiné úrovni než v Evropě. Jak dalece je tradiční uspořádání a spokojenost žen v této tak kulturně odlišné oblasti vyhovující, je těžké z evropského pohledu hodnotit. Pro tuto práci jsou podstatné jen některé body.

V Indii provozovali jógu muži (např. Pataňdžali ženu naprosto vyčleňuje). Jóga sice z Indie pochází, ale není rozšířena v té míře, v jaké bychom předpokládali. Vždy se týkala jen určitých vrstev a byla uchovávána a předávána jako tajné učení v ášramech. Do Evropy byla přenesena už v podobě přístupné pro ženy, a tak většina českých žen ani neví, že toto omezení kdy existovalo.

Při kritických postojích ke křesťanství je nezbytné si uvědomit, že duch doby posledních minimálně dvou tisíc let představuje všechna hlavní náboženství na světě jako systémy patriarchální. Naopak, v současném světě patří Evropa k nejpokrokovějším oblastem z hlediska rovnoprávnosti, odstraňování dlouhotrvajících tabu a i celkově je prostorem, v němž je existence „osobního Boha“ vůbec možná. Jóga ve své neosobnosti nabízí duchovní učení neurážející ženský princip, nevyžadující submisivitu a nabízející svobodný prostor.

1.3.4 Nástin současné spirituality v Čechách

Křesťanství tedy na dlouhá staletí ovlivňovalo téměř všechny podstatné oblasti života a spirituality. Dnes je situace značně odlišná. Vedle křesťanství a ateismu se objevila řada dalších náboženských a duchovních směrů.

V přítomnosti, bez možnosti odstupu, nemůžeme dostatečně objektivně hodnotit, v jaké míře se celé klima společnosti mění. Bude-li to nová „doba osová“, určí až generace po nás, ale už dnes je zřejmé „... že jsme dospěli do nesmírně důležitého bodu v dějinách západního uvědomování, který je srovnatelný s renesancí, reformací, osvícenstvím či s průmyslovou revolucí“ (Sheldrake, 2003 s.8).

Svět se od dob Jungových zvláště v posledních letech zlomu tisíciletí otevírá a náhrada metafyziky nitra za metafyziku hmoty se pomalu převrací. „Stále častěji se ozývá slovo „postmaterialismus“

Znovu se začíná zdůrazňovat, že spiritualita a společnost jsou životně důležité skutečnosti“ (Sheldrake, 2003, s.10).

Můžeme se pouze domnívat a stavět jisté teorie, které potvrdí teprve zítřky. Duch doby, „Zeitgeist“, s sebou nese celkové uvolnění z tradice. Přesun k individuálnímu vnímání a pomalý návrat k potřebě posvátného v životě.

Racionalistický a objektivistický redukcionismus po sobě nechal pro současného člověka neblahé dědictví. Degradoval v jeho očích vše, co je obrazné, niterné, metaforické, nadpřirozené a prohlásil to za nevědecké a subjektivní, a tudíž za nereálné, přežitě, romanticky přepjaté a infantilní (Starý, 1990).

Jednoznačně ale odsoudit mechanický, neboli sekulární rozum nemůžeme. Pragmaticky můžeme říct, že ve dvacátém století umožnil lidem dostat se z okovů náboženské ortodoxie. Za čas se však stal druhem tyranie. Stal se paranoidním vůči všem duchovním naukám, odmítl zpětnou reflexi a na tři století postavil na piedestal představu o vesmíru postavenou na newtonovské mechanice. Přicházející změnu paradigmat předesílá v polovině dvacátého století Heidegger, který hlásí zánik filosofie: „*Řeč o konci filosofie ...znamená dovršení metafyziky. ... Každá epocha filosofie má svou vlastní nutnost. ... Konec filosofie je místo, takové v němž se celek jejích dějin shromáždí do své krajní možnosti. Koncem dovršení se miní toto shromáždění“ (Heidegger, 1993, s. 63).* Henryk Skolimowski v současné době říká: „*Staré se hroutí, nové ještě nenalezlo svůj výraz. Akademická filosofie byla psána čistým rozumem zbaveným citu. Představuje kuriózní ale poněkud poškozený pomník oslavující intelektuální práci, nechává nás však vyprahlé a bez jakékoliv inspirace. Filo-sofia ztratila tak svou podstatu – moudrost (sofia). Svět i*

duši můžeme vyléčit jediné tak, že vytvoříme filosofii novou“
(Skolimowski, 2001, s. 16, 17).

V jednadvacátém století, unaveni jednoduchostí materialismu, znovu objevujeme duchovno.

Jung objevil, že se lidé zvláště v druhé polovině života, pokud jsou odděleni od oblasti nevědomého, nehmotného, neracionálního bytí vystavují nebezpečí neurózy. Neuróza, jež může být způsobena mnoha různými příčinami, může být prostým následkem nedostatečných náboženských kořenů, neúspěšným pokusem o přizpůsobení se celku reality. Člověk může být přiměřeně vychován, může studovat, být velmi úspěšný, bez sexuálních komplexů, a přesto může dojít k poznání, že se mu život rozpadá pod rukama, pokud opomíjí tuto oblast duchovního bytí (Kelsey, 1998).

Od sedmdesátých let dvacátého století se společnost začíná celosvětově otvírat. Léta devadesátá a přelom století jsou nabita explozí nových fenoménů, ať už mluvíme o virtuální realitě či mobilních telefonech provázejících nás na každém kroku. Naši dobu můžeme označit tisíci pojmy. Postmoderní, globální, mediální atd. I naši přední sociologové používají různá označení: Albrow – světová společnost, Beck – riziková společnost, Gross - společnost mnoha příležitostí, Schulz - společnost prožitku, atp. Nikdy však nebudeme zcela přesní v terminologii, a to pro pojmovou neuchopitelnost, pro nekonečnou řadu úhlů pohledu a různorodých prismat, přes která můžeme naši přítomnost vnímat. Média, internet, umělecká a filmová alternativní scéna se svými festivaly, globální možnosti cestování a komunikace, rozpad tradičních sociálních struktur, feministické hnutí, návrat tělesnosti, nárůst fundamentalismu, celosvětový boj proti terorismu... Posuneme-li se na půdu religiozity, nezbyvá nám než spolu s ostatními konstatovat, že

změny, které se dotýkají všech oblastí sociálního života, se nevyhnuly ani oblasti duchovní.

Jistě, máme tu na jedné straně desakralizaci světa. S ní je spojená televizní kultura a konzumní styl života mnoha vrstev obyvatelstva, u nichž je vnitřní život potlačen do zdánlivé neexistence. Na straně druhé panuje „*svoboda přístupu k informacím*“, jakou dějiny nepamatují.

Podle Gerharda Schulze můžeme ve společnosti vidět stoupající orientaci na prožitek. V západní společnosti starost o materiální přežití vystřídalo „hledání štěstí“. V praxi to znamená svobodně se rozhodovat o svém životě a životním stylu. Pro většinu lidí nejde už o zvládnutí vnějších okolností života, ale o uspokojení vnitřního životního pocitu (Pongs, 2000).

V Čechách si často člověk naší doby hledá spiritualitu jinde než v tradičním západoevropském křesťanství. Beztrestné zacházení s naší vnitřní spiritualitou vede k rozmanitosti a k různým kompilacím.

Formy jsou různé a ti kteří ji hledají, „se ladí“ s naukou, směrem, nebo filosofií, která nejlépe odpovídá jeho zaměření a vnitřní zralosti. Prostor, který se tím rozevírá, je velmi rozsáhlý a rozmanitý - nové formy křesťanství, alternativní spirituality typu New Age, nábožensko-psychiatrická hnutí, oblast léčitelství a s ním spojená řada směrů a kursů, virtuální realita, typy umění, hudby, filmů (Matrix), duchovní a „iniciační“ literatura, návrat k přírodě (pantheismus, ekologické přístupy aj.), skupiny navazující na východní tradice...

V postmoderní době si každý skládá svou osobní a zcela jedinečnou mozaiku. Hledání „osobního Boha“ je asi nejvýstižnější pojem, který již utváří a bude utvářet jednadvacáté století. Tedy jakési individuální duchovní kompilace. Vzmáhající se individualismus souzní s „dobou

Vodnáře“ a hledá své rozmanité formy. Spiritualita se v této době stává ústředním jednotícím pojmem pro vyjádření osobního prožitku náboženské zkušenosti a kontaktu se sakrálním.

2. Indie, východní chápání spirituality, historie jógy

2.1 POROVNÁNÍ , PŘÍNOS VÝCHODNÍ - ZÁPADNÍ

Indické vnímání spirituality a myšlení je diametrálně odlišné od evropského. Pozornost indických intelektuálů se nezaměřovala na historické události, ale na ideje, na taje lidské existence, na kontakty s nadpřirozeným, na hlubinu lidské duše a na její vztah k vesmíru. Namísto historie chápané v evropském smyslu, rozvíjeli indiští myslitelé rozmanité teorie vesmírných cyklů s obdobími dlouhými miliony let. Náboženství je chápáno nikoliv jako jednou zjevená zvěst, ale jako opakovaný zážitek, neutuchající lidské hledání. Umění se nespokojuje s vnějším vzhledem, ale usiluje o zformování vnitřní duchovní skutečnosti. A tak v náboženství a v umění, jako v nejvýraznějších rysech indické tvorby, našla indická duše své nezřetelnější uplatnění (Krejčí, 1993).

Indická duchovnost vynikla takovým bohatstvím nejrůznějších koncepcí, že mohla uspokojit i toho nejkrajnějšího individualistu. Extrémní individualismus indického myšlení je v nápadném kontrastu s hluboce zakořeněným kolektivismem v oblasti sociálních vztahů. Jednotlivec je v každodenním životě pevně zakotven uvnitř své širší rodiny, v okruhu příbuzných a známých, své obce a své kasty. Mimo tento rámec může existovat buď jen jako asketa nebo jako náboženský myslitel.

Spisovatelka Eda Kriseová, která v Indii několikrát pobývala, rozebírá indické myšlení v kontextu slov indického spisovatele Naipaula. Kritizuje tradici, která Indii brzdí, brání jí v tvořivosti a vrhá do nečinnosti a falešné spokojenosti. Pro Inda stanoví základní pravidla rodina. Člověk se v ní cítí bezpečně a jistě. Nechce se pustit a vykročit samostatně do světa. Po matce, která v počáteční fázi dítě „drží“ déle než v Evropě, nastupuje guru. Ten stojí v Indii téměř na místě Boha. Žák poslouchá učitele a nepřemýšlí proč. Jedinec je členem kasty, která má své rituály, zákazy a příkazy a přirozeně přechází z jedné ochrany do druhé, aniž by byl vystaven rozhodování. Je automaticky vyznavačem hinduismu, sikhismu, křesťanství, džinismu nebo zoroastrismu. Tak je život naplňován vnějšími pravidly a člověk se ani neodvážá hledat svou vlastní cestu. Víra v karmu v tomto případě negativně ovlivňuje možnost faktického odstranění kast. Indové věří, že sklízí ovoce svých činů, tedy není na místě se bouřit (Kriseová, 2004).

Kriseová si klade filosofickou otázku - Kdo je šťastnější? Indové, kteří žijí v kolektivu, který jim pomáhá přežít a směřují zvnějšku dovnitř, do sebe, nebo my atomizovaní jedinci, kteří směřujeme ven? Civilizačním přínosem Indů je syntéza. Analýza je západní záležitost a způsobuje fragmentaci všeho, včetně našeho myšlení (tamtéž).

Pochopit indický způsob uvažování je pro nezasvěceného vnějšího pozorovatele velmi obtížné, zvláště pokud je zvyklý myslet „západním“ způsobem. V indickém myšlení je postup naprosto odlišný od toho, co je v západní tradici považováno za logické. Také empirický přístup je odlišný. Západ klade důraz na objektivně ověřitelné a sdělitelné pozorování, Indové dávají přednost přímému intuitivnímu porozumění a jasné slovní výrazy nepovažují za určující při předávání zkušeností. Toto mýtopoické myšlení z indické kultury nikdy nevymizelo. Evropan raději

popisuje jevy, události a procesy v pozitivních výrazech, kdežto Ind dává přednost negativnímu vymezování. Další důležitý rozdíl tkví v hodnocení individuální lidské existence. Evropská tradice se opírá nejvíce o své vědomí a považuje je za základní podmínku svého vnímání a pozorování, v indické tradici přichází poznání zpoza vědomí a každodenní lidské vědomí, které pracuje na základě smyslového vědomí je v této koncepci nejnižším stadiem (Krejčí, 1993).

Evropa začala indickou filosofii objevovat velice pozdě, v podstatě teprve od počátku devatenáctého století. Na začátku stál francouzský učenec Anquetil Duperron, který přeložil upanišady z perské verze do latiny (neboť sanskrt neznal) a tento překlad, který nebyl dokonalý, publikoval v roce 1801-2. Předtím už vyšel anglický překlad Bhagavadgíty (Störig, 1993).

Zájem o srovnávací indo-árijskou filologii dovedl badatele ke studiu sanskrtu. V druhé polovině devatenáctého století se Indie vykládala naturalistickou mytologií a kulturními názory odvíjející se z ní a panující Evropě a Americe (Eliade, 1999). Mezi evropské vzdělance, kteří rozpoznali hloubku indické filosofie, patří Goethe, Herder a především Schopenhauer (Störig, 1993). Podnět k novým pohledům dal posléze rozkvět sociologie a kulturní antropologie ve dvacátém století (Eliade, 1999).

2.2 JÓGA A JEJÍ CÍLE

Pojem jóga je etymologicky odvozen od kořene *judž-*, spojit dohromady. To vše má za cíl ujednotit mysl, odstranit rozptýlenost a automatismy, které jsou pro nezasvěcenou mysl příznačné.

Jóga představuje osobitý rozměr indického ducha, indická náboženská zkušenost se bez meditačních a koncentračních metod jógy neobejde. Jóga od počátku projevovala odpor proti abstraktním metafyzickým úvahám a přemíře zkostnatělého obřadnictví, které je vlastní tradici árijsky hovořících Indoevropanů. Projevuje se v ní touha po konkrétnu, po osobním prožitku, jakou známe v indické lidové zbožnosti domorodé tradice. S určitou podobou jógy se můžeme setkat vždy, když jde o to prožít posvátno, nebo dosáhnout dokonalého sebeovládání. Eliade se domnívá, že tato technika vznikla na asijské půdě. Nemůžeme ji ale ztotožňovat s „primitivní“ magií, jako je například šamanismus. V obecných dějinách mystiky zaujímá klasická jóga podle Eliadeho „živou zkamenělinu“, způsob archaického duchovního života, který jinde na světě nepřežil. Tato archaičnost je zjevná také v iniciační povaze jógy. Smrt všedního, světského údělu a znovuzrození do transcendentálního způsobu bytí (Eliade 1999). Chce-li člověk pochopit mystéria života, musí se pozvednout k jinému způsobu bytí. Aby toho dosáhl, musí pro tento život „zemřít“ a „obětovat“ osobnost vzešlou z časovosti a utvářenou dějinami. Jóga vychází z pradávnej symboliky zasvěcení, smrti a znovuzrození. Jogín se snaží zcela převrátit běžné chování. Ve strnulé nehybnosti těla, asáně, pomocí pránájámy, tedy ovládnutí dechu, soustřeďuje a zastavuje mysl a stává se „prázdnem“. Provádí opak toho, co po něm žádá život a tím se staví mimo něj. Jogín umírá, aby se znovu

iniciačně zrodil. Znovuzrození do jiného způsobu bytí obětuje všechno, co se z pozemského pohledu zdá důležité. Ideál jógy, stav *dživánmukty*, je žít ve věčné přítomnosti a mimo čas. „Osvobozený zaživa“ už nepoužívá osobní vědomí, tj. vědomí podporované vlastní historií, ale vědomí svědka, které je čistou jasnozřivostí a přirozeností. Tento paradoxní stav je nepopsatelný pro toho, kdo touto cestou neprošel, protože se nedá převést do našich kategorií uvažování. Pro zasvěceného ale znamená žitým a vstřebaným posvátnem skutečný život, který v sobě obsahuje nesmrtelnost a absolutní svobodu. Ovšem opět s dovětkem jiného významu, než který jsme mu zvyklí přikládat my (Eliade, 1999).

Proč jóga prorůstá se svojí filosofií do evropského prostoru a postupně si získává svůj prostor? Nepřímo navazuje na křesťanskou mystickou tradici. Jde v příbuzné linii poznávání, filosofování a niterného prožívání. Křesťanství, které niternost tohoto typu postupně vytěsnilo, nenabídlo adekvátní náhradu a ani jí díky své rozvinuté institucionalizaci, zkosnatělosti a systémové uzavřenosti nabídnout nemůže. Mystická cesta jógy je bezesporu mnohem propracovanější a její historické kořeny sahají mnohem hlouběji do minulosti. Jóga dokázala se svým pojmovým aparátem také mnohem přesněji zmapovat jednotlivé etapy duchovní cesty.

„Jóga se na rozdíl od psychoanalýzy domnívá, že podvědomí lze ovládnout askezí a prostřednictvím techniky ujednacení stavů vědomí. Psychologická a parapsychologická zkušenost východu obecně a jógy především, je nepopíratelně rozsáhlejší a uspořádanější než zkušenosti na jejímž základě byla vybudována západní teorie o struktuře psychiky. Je pravděpodobné, že v tomto bodě má jóga pravdu a že podvědomí –ať už se to může zdát jakkoli paradoxní- může být poznáno, zkroceno, ovládnuto“ (Eliade, 1999, s. 47).

Podle Lysebetha se jóga na Západ dostala díky aktivitě indického guru svámího Šivánandy, který jógu zpopularizoval a již na indickém kontinentě popřel její tradiční omezení. Do té doby byla jóga vzácným učením dostupným jen zasvěceným. Šivánanda nejprve začal vydávat časopis a knihy, které psal sám. Jednoduchým a srozumitelným jazykem začal jógu předávat všem zájemcům, nikoliv jen žákům, kteří byli podle tradice vyhledáváni a zkoušeni až několik let. Poté začal vyučovat zájemce ze Západu, a to i ženy. Ve svých knihách podněcoval k provozování neškodné jógové všehochuti, jak sám říkal „... *několik jednoduchých asán, trošku pránájámy, lehce meditace a špetku bhakti* ...“(Lysebeth, 1999, s. 10). Pro tradicionalisty to znamenalo zkázu Tradice. Domnívali se, že na materialistickém západě se jóga zvrhne a sníží na úroveň nějakého zdravotního cvičení, což je zrada na učení starých mistrů. V jistém smyslu měli pravdu. Nejrozšířenější hathajóga nemá mnoho společného s pravou jógou. Ale díky Šivánandovi a dalším jeho následovníkům cvičí statisíce lidí samozřejmě jógu nenáročnou, která jim ale vrací zdraví, zklidňuje a pozastavuje tempo zrychlené dobou. Dává nový smysl životu a mění jej i při částečném vplouvání do jógové filosofie. Někteří lidé na Západě jdou dál, než zmíněná většina a v mezích naší civilizace provozují jógu, kterou lze označit jako integrální (Lysebeth, 2003).

I fundamentalističtí jogíni jsou důležití. Zachovávají co možná nejčistší tradici, a tím zaručují její přežití. V průběhu doby, donuceni popularizováním a nepřesným zjednodušováním jógy, přistoupili k doplněním a opravám, a tím se postupně z původně tajného učení stala nauka teoreticky dostupná všem i v těch nejsložitějších textech (Lysebeth, 2003).

„Cílem jógy je přinutit mysl ke klidnému spočinutí“. Vše je prožíváno skrze mysl. Mysl je v aktivním stavu. „Představy vznikají jakoby na vodní hladině zčeřené větrem. Stále přicházejí a stále odcházejí. My sami se ztotožňujeme s jedním z oněch rozbitých odrazů na zčeřené hladině. Odsud přicházím, tam odcházím. To nás spojuje s dočasným proudem, časem a prostorem. Uklidněte vodní hladinu a zůstane jen jeden obraz. To, co bylo roztržštěné, je nyní v dokonalém klidu. To je vaše skutečné bytí. Je to také skutečné bytí ostatních lidí. Cílem jógy je najít skutečné vědomí jednoho člověka i všech ostatních lidí“. ... Prožitek je pouze sekundárním prožitkem v apriorním rámci času a prostoru. Kdyby nebylo času a prostoru, nebyli bychom odděleni. Je to tedy náš sekundární prožitek. „Máme-li žít na světě, musíme ho prožívat právě takto, ale tu a tam dojde k průlomům do jiného vědomí. ... Funkcí jógy je tedy uvolnit člověka z pout času a prostoru a spojit ho s transcendencí. Později nastává problém návratu zpět, aby člověk mohl pracovat s oběma věděními“ (Campbell, 2000).

2.3 HISTORIE JÓGY V INDII

2.3.1 Hlavní indická náboženství

V Indii vznikla v průběhu staletí čtyři základní náboženství: hinduismus, buddhismus, džinismus a sikhismus.

První velkou kulturu na indickém subkontinentu vytvořili v době asi od osmnáctého do třetího století př. Kr. *Drávidové*. Podle jedné z teorií byla tato kultura kolem roku 1500 př. Kr. vyvrácena indoevropským národem *Árjů*, kteří dodnes tvoří velkou část současných obyvatel. Základy náboženství *Árjů* jsou zaznamenány ve védách, čtyřech rozsáhlých sbírkách, ústně tradovaných již ve druhém tisíciletí před Kristem a postupně zapisovaných. Náboženský život tohoto védského období byl soustředěn na zajištění přízně bohů zvířecími i rostlinnými oběťmi a na získání blaženosti po smrti (Vojtíšek, 2004).

Na začátku prvního tisíciletí př. Kr. se indický náboženský život značně koncentroval do rukou kněžské vrstvy bráhmanů (toto vývojové období se nazývalo bráhmanismus) a vznikají kněžské komentáře véd, které do detailů rozpracovávají techniku obřadů. Do tohoto období také pravděpodobně spadá počátek rozdělení indického obyvatelstva do kastovního systému (tamtéž).

Postupně dochází k tomu, že se kvůli komplikovanému rituálnímu systému obřady nekněžským vrstvám obyvatelstva velmi vzdálily. Touha po intenzivněji prožívaném osobním náboženství se objevuje přibližně před polovinou prvního tisíciletí př. Kr. a zviditelňuje se jednak v tzv. lesních knihách, což byly komentáře poustevníků ke staré védské

literatuře a jednak v *upanišadách*, další vrstvě komentářů k védám, kde byla soustředěna moudrost duchovních učitelů té doby.

Základním učením *upanišad* je přesvědčení o jednotě *brahma* (duše světa, absolutna) a *átmanu* (individuální duše, nesmrtelného já). Pouze *brahma* je skutečností, zatímco veškerý vnější svět je pouhá iluze, *mája*. *Átman* je nezničitelný a prochází koloběhem životů, *sansárou* tak dlouho, dokud k vědomí jednoty s *brahma* nedospěje a nedojde tak k vysvobození k *mókše*. Převtělování (reinkarnace) do dalšího života se děje podle karmického zákona na základě souhrnu kvality činů v okamžiku smrti buď blíže k vysvobození, či dále od něho. Upanišadové období neupírá možnost dosáhnout duchovního pokroku na cestě k vysvobození i starému způsobu obětní služby božstvům, ale přináší rychlejší cestu duchovního osvětlení, cestu poznání prostřednictvím moudrosti duchovních učitelů – guru (tamtéž). A tak přesto dochází k opuštění krvavých obětí a postupné šíření zásad *ahinsá* neubližování, vedoucí u části obyvatelstva k vegetariánskému způsobu stravy.

Životaschopnost nových náboženských myšlenek odsoudila bráhmanské ritualizované náboženství ke krizi. Jejím výsledkem byl vznik nových náboženství v době *osové*, ve druhé polovině šestého století př. Kr., vycházejících z nauk *upanišad* – buddhismu a džinismu. Přestože stará tradice založená na posvátných sbírkách véd byla oslabena, tak v zápase s tehdejšími populárními náboženstvími krystalizuje ještě v posledních stoletích př. Kr. nové náboženství, jehož podoba je již v hrubých rysech totožná s nynějším většinovým náboženstvím Indického poloostrova a tím je hinduismus.

V období, kdy docházelo k hinduistické syntéze, vykrytalizovalo také šest *daršanů* (názorů) neboli tradičních filosofických škol, které tvoří vlastně tři páry: *mímámsá/védanta* obě se soustřeďují na védy a védanta

se připojuje k moudrosti upanišad, *njájá/vaišéšika*. Njájá se zabývá logikou a vaišéšika hlásí atomistickou kosmologii a *sánkhja/jóga*. Sánkhja je emanacionistická filosofie, jejíž dvacet čtyři principy *Tattvy* vytvářejí vertikální hierarchii, počínaje prvotním párem *Paruša/prakrti* a konče pěti materiálními kvalitami *tanmátry* a prvky *bhúty*. Viditelný svět, který je částečně zdánlivý, je způsoben sestupem principů, které se stále vzdalují od podstat umístěných nahoře. Naše nitro bylo zhotoveno dřív než náš zevnějšek. Jóga souvisí velice těsně s filosofií sánkhja, protože sánkhja je teoretickým základem jógy a naopak uznává jógu jako praktický doplněk své nauky (Eliade, 1993).

2.3.2 Historie vzniku jógy

Datum, kdy vznikla jóga se nedá přesně určit. Vykopávky z civilizací v poříčí Sindhu, Harapě a v Mohendžo-daru přinesly na svět hliněnou desku zobrazující asketu sedícího v jogínské pozici. Kolem něho je zobrazeno několik zvířat. Stáří plastiky se odhaduje na pět tisíc let (Vlasák, 1987).

Jóga, systém duchovních a tělesných cvičení, která vedou k vysvobození z koloběhu životů, stála již od upanišadového období stranou hlavního proudu náboženské praxe. Postupně se však dostala do centra úsilí těch, kdo chtějí dojít k vysvobození již v tomto životě.

Klasická jógová cesta, nazývaná královskou jógou, *radžajógou*, vznikla asi ve druhém století př. Kr. a jejím autorem je indický mnich Pataňdžalí. Obsahuje osm kroků, v nichž jogín postupuje od uvědomění a

přijetí mravních principů přes nácvik tělesných poloh a technik dýchání až k meditačním technikám a nejvyššímu stavu sjednocení, *samádhi*.

Za jógové směry bývají považovány i duchovní cesty skutků, poznání a lásky, pak mluvíme o *karmajóze*, *džánajóze* a *bhaktijóze* atd.

Hathajóga, která je pro Indy především přípravou na náročnější duchovní cesty formou zaujímání tělesných poloh *ásan* a dechového cvičení *pránájáma*. Na Západě je nejvíce známá.

Bhaktijóga, cesta lásky a oddanosti, vyhovuje lidem, kteří se touží odevzdat Bohu a v pokoře přinášet činy a myšlenky jako oběť a díky víře v boží milost dojít k poznání. Je to cesta splynutí člověka s jeho božskou podstatou v lásce. Všechna větší náboženství jsou plna svatých postav, které touto cestou šly. V křesťanské mystice můžeme mluvit o osobnostech typu sv. Jana z Kříže, sv. Terezie z Ávily, sv. Františka z Assisi a dalších (Tomáš, 1994).

Karmajóga, cesta činů, lidé sledující tuto cestu pracují s maximálním vypětím ale bez touhy po jakékoliv odměně. Jedná, ale není jednajícím, stává se nástrojem vesmírného řádu. V nejvyšších stupních jde o vyvanutí lidské osobnosti cestou lidské činnosti (tamtéž).

Džánajóga cesta uvažování, intelektuálního rozpoznání. Tito lidé se snaží dojít k základům pomocí dotazování. Tak docházejí k zjištění, že viditelný svět je pouze májou to znamená preludem.

Tantrajóga jóga polarity. Zde adepti pracují s předpokládaným bipolárním vesmírem složeným z Boha Šivy a bohyně Šakti, kteří jsou spolu v neustále živoucím vztahu. Na lidské úrovni jde o společné ovládnutí sexuální síly, hadí síly a v posvátných spojeních dojít k cíli.

Tyto tzv. velké jógy mají podobné cíle, ale spíše se přizpůsobují přirozeným náklonnostem jednotlivých adeptů, zatímco Pataňdžaliho systém je univerzální. Je schopen vyhovovat komukoliv, ale s jednou podmínkou a tou je „*Brahmačarja*“ tedy naprostá pohlavní zdrženlivost, kdy kromě jednání je potřeba vymýtit i sebemenší stopy sexuálních myšlenek a citů, a není zde možný žádný kompromis (Lysebeth, 2003).

2.3.3 Spiritualita Pataňdžaliho Jógasútry

Pataňdžaliho *rádžajóga* není jen systémem jógických cvičení, ale také základem jedné ze šesti klasických škol hinduistické filosofie (*daršanů*).

Jógasútra (*sútra* znamená vlákno) je sbírka vět zhuštěných téměř do podoby hesel, o kterých říká jeden z komentátorů, že „...*každá je sama o sobě kapitolou nenapsané knihy, díky Pataňdžalimu máme na jedné straně normativní přesnost textu ve formě aforismů a na druhé straně díky rozmanitosti učení různých mistrů prakticky nekonečné bohatství variací udržujících tradici, která je zároveň živá a nesvazující*“ (Lysebeth, 2003, s. 246).

Text Jógasútry se skládá ze čtyř knih:

- I. Stupně koncentrace a jejich použití
- II. Pomocné prostředky koncentrace
- III. Prostředky pro koncentraci a meditaci

-IV. Cesta odloučenosti

Pataňdžali v něm shrnul a zpřehlednil poznatky ze starších osvědčených tzv. velkých jógových systémů.

André Van Lysebeth, známý belgický popularizátor jógy na Západě, upozorňuje na důležitou podmínku studia Jogasútry. Pataňdžalimu nelze porozumět, pokud zároveň neznáme kulturní a jógový kontext jeho doby. Z toho vyplývá, že existence komentáře a tedy komentátora je naprosto nezbytná. Na světě existuje řada komentářů v různých jazycích a v různém čase a dokonce se k Pataňdžalimu vyslovoval i C. G. Jung.

V tomto textu budeme pracovat s komentářem Františka Bedy, který nabízí srozumitelná vysvětlení, nezabarvená křesťanským slovníkem, čemuž se například u komentáře Květoslava Minaříka nevyhneme. Nazývání vnitřního božství Pánem (Minařík, 1998, kap.1, odst. 24), přičítání božského Otce mystikovi (kap.1, odst. 27) nebo obraz jogína, který se „*v soukromí bude podobat světci lomícímu rukama, aby přiměl Boha k vyzáření omilostňujících vlivů*“ (kap.2, odst.35) příliš zavání křesťanskou terminologií a představami a může být zavádějící. Benda lépe vystihuje neosobní východní myšlení a jeho komentář působí odbornějším a zasvěcenějším dojmem.

Kosmologie Jógasútry

Všemu je nadřazena jediná složka a tou je *puruša*. *Puruša* je duchovní podstata veškeré existence, nečinná a neměnná. *Prakrti* je rozvinutá příroda, neobsahující ducha, rozrůzněná do nekonečnosti tvarů (Benda, 1993).

Purušu lze přirovnat k singularitě vesmíru před jeho vznikem, prakti k tomu, co se po tomto vzniku rozvinulo. Základní částice mohou vytvořit shlukováním nejrůznější tvary, ale teprve po vzniku tohoto tvaru lze mluvit o předmětu, který může dále působit jako příčina následného vývoje (tamtéž).

Mysl stojí vedle fyzikálních vlastností těla. Je schopna sebezpozorování a vývoje, jaký si dokáže sama vybrat i jeho uskutečnění. Je součástí přírody, ale nese v sobě zárodek Puruši, jejímž zásahem se příroda rozvinula. Puruša jako nejvyšší hodnota vesmíru je nedělitelná, takže i mysl ji chová v sobě od samého počátku v její úplnosti. Svou nevědomostí jí však nedovoluje se projevit, nicméně od ní pochází nepřetržité podvědomé nutkání odhodit zastírající roušky a osvobodit se od vázanosti na svět. Mysl, která si dokáže uvědomit vnitřní zákonitosti, je motivována pocitem narůstajícího vnitřního blaha. Cílem, který je možno si uvědomit i na nižší úrovni, je osvobození od vázanosti na svět, bezžádostivost a zastavení změn mysli.

Hlavní nosná myšlenka této filosofie spočívá v tezi, že jóga je zastavení změn mysli.

Myšlení nelze přemoci myšlením, je proto nutné zaujmout jiné stanovisko než postoj myslitele. Pataňdžali nabízí jednak stanovisko pozorovatele nezúčastněně sledujícího probíhající myšlenkové pochody, jednak připouští transcendentální možnost rozvoje vyšších stavů vědomí postavených nad myšlením. Vychází totiž z představy, že individuální vědomí existuje nezávisle na mysli a těle. Vymyká se prostoru a času a je dokonale moudré. Mezi ně a reálný svět se staví myšlenky, které jsou povahou nedokonalé. Ty je třeba ovládnout, aby vědomí mohlo poznávat skutečnost přímo.

Potlačení změn mysli se provádí cvičením a nepřipoutaností. Cílem je trvalé ztišení mysli, tj. navození stavu bez jejich změn. Zdůrazňuje nutnost pravidelného cvičení jako podmínku, za které se postupně prohlubuje myšlenkový a etický vztah k okolnímu prostředí a k probíhajícím událostem. Jako málo pravděpodobné vidí získání žádaného vnitřního stavu nenadálým osvícením. Získání psychosomatického návyku trvá dlouho a neobejde se bez práce, úsilí a zkušeností postupně získávaných díky imaginaci, které jak Pataňdžali zdůrazňuje, nelze pochopit jinak než vlastním prožitkem. Ale znábleskové intuitivní prozření, je-li již jogín na cestě při použití určitých typů meditací.

Zajímavý je i přístup k tzv. nepřipoutanosti, kterou komentuje Benda a která bývá na Západě často mylně vnímána jako nezáměr o život nebo neúčast na něm. Zřeknutí se vztahů nevylučuje jejich užívání, pouze odstraňuje ovlivňování mysli zvnějšku a uvolňuje projev vnitřního hlasu. I jogín má rád pěkné věci, jenomže je netouží vlastnit. Nezáúčastněnost funguje jako nelpění na ovoci činů a tím se jogín dostává do pozice diváka, který uvědoměle registruje herecké role, v nichž účinkuje.

Rozebírá meditační stavy a druhy používaných metod vedoucích v konečném důsledku k samádhi-kontemplaci. Poznat věci tak, jak existují ve skutečnosti, je úkolem samádhi. V ní se proniká k podstatě přímo duší a nikoliv na základě zvuků vytvářejících slova. Proniknutí do všech těchto rovin vytváří předpoklady pro vznik přátelského vztahu k okolnímu prostředí, pro soucit, milosrdenství a vlastní spokojenost.

Aštángajóga je část souboru Pataňdžaliho Královské jógy. Je to osmidílný soubor cvičení, který zabírá všechny složky lidské osobnosti, tak, aby bylo dosaženo psychosomatické rovnováhy.

Jsou to cvičení:

etická – *jama* zákazy neboli varování, *nijama* příkazy neboli doporučení
tělesná – *ásany* správné držení těla, *pránájáma* ovládnutí dechu,
pratjáhara ovládnutí smyslů
mentální – *dhárana* koncentrace, *dhjána* meditace, *samádhi* kontemplace

Karman a reinkarnace

Svět viděný skrze paradigma jógy předpokládá reinkarnaci, tedy návrat duší, opětná znovuzrození na základě *karmanu*, který si každý vytváří svými činy. Mysl zaniká spolu s umírajícím tělem. Zůstane po ní jen otisk, jehož kvalita je určena stupněm dosaženého poznání a současně s ním i latentní zásoba zásluh a prohřešků z minulého života. To vše se přenáší do nového zrození. Karman je ona zásoba činů různé kvality, které musí být odčiněny, *sansáry*, jsou tendence ze zaniklé mysli. V novém zrození se uplatňuje přenesený karman a *sansáry* se přemění na *vásany*, tendence nové mysli, které ji ženou dál. Účelem světa a podstata života tedy není nic jiného, než být neustálým zdrojem zkušeností pro školení ducha a jeho konečný rozvoj.

Kaivalda - osvícení

Kaivalda je osvobození ducha, nejvyšší nezávislost a svoboda. Autority varují před zlomením vazby k životu dříve, než je prožit dostatek zkušeností fenomenálního světa. Osvícení, které je posledním stadiem, má sedm stupňů (odstranění žádosti po vědění, svobodě, štěstí a plnění

povinností, zmizení zármutku, strachu a pochybností). Výsledkem je stav, který nelze popsat – musí být prožit.

Mysl schopná reflexe má několik úkolů: v rámci nutnosti vyžadované karmanem, sansárami a vásanami zpracovat pomocí svobodné vůle vlastní ego tak, aby se vzdalo sobeckých zájmů vedoucích k dalším karmanům, odložilo roušku nevědomosti, prohlédlo závojem a dosáhlo paruši v nejvyšším osvobození. Protože ale ego i pak existuje v hmotném těle, musí se mysl sebedisciplínou dobrat ke schopnosti zahrnout v sobě oba světy.

Ale každé stadium lidského vědomí je schopné občas prožít záblesky některého druhu vyššího poznání. To značně posiluje odhodlání pokračovat v cestě.

Člověk má potenciální schopnost transcendovat, neboli přesáhnout své empirické smysly. Tato schopnost se dá vytrvalým úsilím rozvinout a zjemnit. Rozum vede pouze na práh intuice. Rozumové poznání je odvozené, zprostředkované a symbolické, intuitivní je přímé. Intuice rozum přesahuje, aniž by mu odporovala.

Největší rozdíl oproti západní filosofii je ve způsobu a metodě poznání. Jógického poznání se nabývá bez použití navyklého a běžného přímého pozorování vnějšími smysly, stejně jako bez pozorování obvyklé fyzické a myšlenkové práce.

Zastavme se u porovnání „životních desater“ Východu a Západu, jak se jeví v Pataňdžaliho Jógasútře a pokusme se vystihnout rozdíl. Individuální zodpovědnost, zákazy a příkazy jsou specifické pro naše evropské vidění. Na Východě je naopak důraz je kladen na nevychýlení se z rovnováhy. Například neubližování-ahinsa je rozšířeno i na respektování cizí vůle a na neodporování zlu v jakékoliv formě. Nelhat nejde jen

směrem ven, ale obsahuje i posuzování každé situace s co největší dávkou objektivitu.

Zajímavé pro nás je v příkazech nebo doporučeních termín spokojenost, santóša. Spokojenost za všech okolností odstraňuje vnitřní argumentaci při krizových situacích a přispívá vnitřnímu klidu.

Jógasútra je učením, které dává důraz na osobní prožitek a na mnoha místech upozorňuje na fakt, že dané stavy a situace nelze slovy dostatečně objasnit. Pochopí je pouze ten, kdo je prožije. Jde o nepřevoditelnou duchovní zkušenost. Při sledování této cesty dochází k harmonii s okolním světem, s vesmírem a k otevření jiných dimenzí vnímání. Cíle této cesty tkví v odstranění utrpení. Z tohoto důvodu je důležité ovládnout mysl, přestat se ztotožňovat se svým tělem, odpoutat se od něj a dosáhnout samádhí. Transcendentno se zde vyjevuje překonáváním prahů běžného vědomí. Ale je nutné poznamenat, že pro Evropana je volba této cesty, tak, jak je požadována na Východě, velmi obtížná. Jednak pro nutnost stavu izolace a oproštěnosti od všech věcí, téměř neustálého stavu meditace a pro dodržování *brahmačarja*, naprosté pohlavní zdrženlivosti. Tento zásadní bod je evropskými komentátory často vykládán velmi liberálně. *Brahmačarja* je prezentována jako umírněná a spořádaná zdrženlivost v rámci manželství, nebo třeba tak, jak se to stalo i v Bendově komentáři: „*Brahmačarja, tedy pohlavní zdrženlivost, cestu vpřed urychluje a je základem duchovního pokroku, nicméně k seberealizaci lze dospět i vedením přirozeného způsobu života, kdy hmotné a sexuální uspokojení zůstává v neškodných mezích, bez přehánění, tedy i bez tvorby dalších vazeb*“ (Benda, 1993, s. 19). Nicméně, východní adept, který zná tradice a podmínky provozování ráadžajógy ví, že je nutné vybrat si buď cestu k sámádhí, nebo praktikování nižší jógy. Existuje totiž několik *ang* (údu jógy), které může

provádět až do určité míry (například přípravné jógové cvičení, nebo teoretické studium). Jakmile však začne se seriózním praktikováním vyšší jógy, tak se musí vzdát sexuálního chování se vším, co k němu patří, tedy i myšlenek a citů souvisejících se sexuálními prožitky. Jde o úplné potlačení „*smyslu pohlavních orgánů*“ (Lysebeth, 1999, s.249).

Pro Pataňdžaliho je sex ztrátou energie. Tento postup, klasický pro patriarchální společnosti, je účinný pouze potud, pokud tyto základní pudy dokáže jogín proměnit v něco vyššího. Lysebeth na základě svých bohatých zkušeností upozorňuje na fakt, že to se podaří jen nepatrné menšině a že pro všechny ostatní je to jen obrovské plýtvání energií (tamtéž).

Protipólem je cesta tantry, jejíž vyznavači se nevyčerpávají potlačováním sexuality, sexualita se zde naopak zduchovňuje. Pohlavní pud se považuje za výraz nejvyššího tvůrčího dynamismu, který plodí svět a všechny bytosti v něm. Pohlavní akt se pak stává meditací ve dvou.

Tantra má své nejhlubší kořeny v universálním prehistorickém kultu plodnosti. Psycho-sexuální praktiky tantriků se vyvinuly ze zkušeností různých tradic kultů mystérií, které zase vyrostly z uctívání Velké matky a jejího muže (Sinha, 2001).

Na Západě se stala velmi populární hathajóga, která rozvinula různé pozice a se svými zdravotními úspěchy ji přijali i lidé, kteří jinak nejeví zájem o duchovní stránky jógy. Ústřední pojem hathajógy je *kundalíní*, prvotní životní energie soustředěná v základně těla, v pólu daného druhu, tedy v kříži a v pohlavních orgánech. Odtud oživuje a aktivuje celé tělo. *Nádí*-jemné kanálky rozvádějí životní energii po celém těle a souvisejí s *čakrami*, což jsou víry jemnohmotné energie, kde první čakra je v místě

pohlavních orgánů a poslední na temeni hlavy. V hathajóze se sexualita využívá k probuzení kundalíni. Je ovládána.

Cíle hathajógy jsou hlavně v probuzení latentních schopností lidského těla a zajištění zdraví a dlouhého života. A k tomu slouží hlavně ásany a pránájáma. V hathajóze je otázka ásan široce rozpracována a podrobně se popisuje nejméně osmdesát čtyři ásan. Není pochyb o tom, že mnohé z těchto ásan působením na endokrinní žlázy a na proudění pránických energií mohou v těle vyvolat značné změny vedoucí až ke změnám ve vědomí (Lysebeth, 1999).

Považovat jógu pouze za cvičení ásan a pránájámy je nedokonalé. Hathajóga společně s pránájámou a dalšími praktikami důležitými pro rozvoj fyzického těla pečuje o somatickou stránku, psychická část je naplní rádžajógy (a dalších druhů jóg). Oba směry se doplňují tak, že jeden bez druhého je neúplný a nedokonalý. Nutná je harmonie duše, těla a mysli (tamtéž).

3. Jóga v Čechách, její cesty, vývoj, osobnosti a jednotlivé školy

Tato práce se především týká spirituálního aspektu jógy v Čechách. Musíme si ale uvědomit, že k jeho postžení je nutné zaznamenat vývoj celého hnutí jógy, které v euroatlantské společnosti stále ve velké míře znamená především fyzické cvičení.

Jednotlivé kluby a sdružení se buď duchovních aspektů nedotýkají vůbec a cvičení pak zůstává pouze v rovině hathajógy, nebo obsahují různou míru spirituálních obsahů. Na vrcholné úrovni se můžeme setkat i s jógovými učenými, která se zabývají už pouze spirituální oblastí. Nejznámějším představitelem tohoto proudu u nás byl nedávno zesnulý Eduard Tomáš.

Dalším velmi podstatným bodem je vysledování kořenů a duchovní linie návaznosti v evropském, potažmo českém prostoru. V západokřesťanském odborném okruhu má duchovní jóga blízkou příbuznost s mystickou tradicí prezentovanou např. Hildegardou z Bingen, Mechtildou z Magdeburgu (mystika ve vizionářské podobě). Z dalších osobností jmenujme již výše zmíněné - Mistr Eckhart, Terezie z Ávily, Jan z Kříže, František Salesiánský, František z Assisi, Jakub Böhme a další ...

V Čechách je silný motiv hledání pravdy spjatý s mistrem Janem Husem, Petrem Chelčickým a hlavně s Janem Amosem Komenským,

jehož projektu pansofie jsou rovněž připisovány mystické rysy. Milada Bartoňová, indoložka a jogínka, která celé jeho dílo připravovala k vydání v češtině, v latině i v angličtině, o něm říká: „*Jan Amos Komenský překonal všechny dosavadní rozměry a hranice. Byl velice hluboký hledač... Když čteme jeho dílo, dotýkáme se toho, co je nám vlastní a v čem je cíl a smysl života*“ (Bartoňová 2004, s.38).

3.1 ROZŠÍŘENÍ JÓGY V ČECHÁCH

Cesta za dohledáním materiálů o počátcích a vývoji jógy u nás nebyla jednoduchá. „Encyklopedie náboženských směrů“ Zdeňka Vojtíška je pouze rámcovým přehledem a ve složité a propletené struktuře jógového hnutí je způsob jejího výkladu na některých místech zavádějící. Vojtíškův přehled bylo potřeba rozšířit a rozpracovat. K tomu mi posloužil jednak víceméně náhodně objevený komentář v předmluvě ke knize „Jóga očima lékařů“ (Votava, 1988), a také poznámky v textech, které jsem používala v jiných částech této práce (viz např. Funk, 1999). Od těchto materiálů a několika mála osobních kontaktů se odvíjela složitá cesta vyhledávání a kontaktování dosud žijících představitelů jógového hnutí a následné rozhovory s nimi. Původní záměr rozhovorů zaměřených převážně na spiritualitu, jsem byla nucena posléze doplnit i o rozhovory směřujícími k postižení jógové organizační struktury. Tato setkávání mi zároveň pomohla k zachycení dalších textů. Rozsah se pohyboval od metodických materiálů vydávaných oficiálními úřady a jednotlivými kluby, záznamů návštěv jógových učitelů z Indie (např. doktor Bhole,

svámí Gítánanda), monografií, a článků nebo knih o józe, které v minulém režimu vycházely v samizdatech a jsou k dohledání pouze mezi jogíny. Metodou nabalování jsem se postupně dostala do kontaktu s osobnostmi, které mi potřebné informace a materiály poskytly. V této oblasti mi nejvíce pomohl současný předseda Komise jógového hnutí RnDr. Leo Jagelka.

Bez důkladné znalosti historie, bývalých i současných organizačních struktur a vztahů mezi nimi, by práce na spiritualitě mohla lehce sklouznout do roztržitosti a zlomkovitosti.

3.2 PRVNÍ ETAPA: 1874 – první polovina 20. století

Za mezník, od něhož se vyvíjí zájem o jógu u nás, můžeme považovat knihu Františka Čupra „Učení staroindická“, vydanou v roce 1874. Pojem jógy je zde poprvé objasněn. Čupr byl učitelem ve vlastní škole ve Vysočanech na Kolčavce (Vlasák, 1987).

Na přelomu devatenáctého a dvacátého století se jógou teoreticky v mystické formě zabývala „Theosofická společnost“, založená roku 1897. Theosofické hnutí se však poměrně brzy po svém vzniku zdiskreditovalo, jednak svými aférami a jednak deformací duchovních pojmů a učení. Jeho vliv však můžeme rozeznat v náplni duchovně orientované skupiny s romantickým názvem „Lóže modré hvězdy“. Tato pražská skupina sdružovala zájemce o indickou a východní filosofii. Náležel k ní i židovský mystik a spisovatel Gustav Meyrink nebo Julius Zeyer (Funk, 1993).

Přednášky o józe probíhaly také ve „Společnost pro mystická studia“, založené roku 1926. Ta se v Moravské Ostravě později přeměnila v kroužek přátel Krišnamurtiho. Pozornost východním naukám věnovali i spiritisté. K dlouholetým spolupracovníkům patřil např. prof. Eduard Babák, rektor Masarykovy university v Brně a prof. Josef Velenovský (Vlasák, 1987).

Mezi mnoha oblastmi duchovního dědictví hinduismu dosáhla u nás bezesporu největšího ohlasu právě jóga. S rozvojem indologie, kterou založil prof. Vincenc Lesný a s překlady z indických jazyků, k nám přicházely již od počátku dvacátého století informace o indických tradicích a některé knihy o józe byly vydány již po první světové válce viz Yogi Ramačaraka: „Indických yogiů věda o dechu“, (Votava, 1988).

V jógovém hnutí se stává průkopníkem i Náboženská společnost Československých unitářů (Unitaria). Zakladatelem byl Dr. Norbert Fabián Čapek. Společnost byla ovlivněna knihami Paula Bruntona a posléze i podnětným setkáním, které proběhlo v roce 1937. Unitarii navštívila Alexandra David-Neel, světově proslulá spisovatelka, překladatelka a zejména cestovatelka. Jako jediná bílá žena obdržela v Tibetu vysoké lamaistické zasvěcení. V Kumbumu studovala tři roky základní díla a řadu tibetských textů a komentářů. Vysoké tibetské učení a zážitky z cest předávala na přednáškách po Evropě a ve svých knihách (Funk, 1993). V Unitarii měla přednášku „Tibetští mágové a zasvěcenci“. Její vyprávění podnítilo u řady posluchačů zájem o nauky Východu. Vedly se debaty, co z které jógy lze použít pro praktický život a doporučit veřejnosti. Zvítězila hathajóga a začalo se cvičit. Cvičí se v Unitarii i v paláci Dunaj na Národní třídě, ale v malých skupinkách, kde se vzájemně předávají zkušenosti. Hledá se cesta a každý zkouší víceméně sám. K důležitým průkopníkům patří prof. hindštiny a angličtiny M.

Lžička, F. Žlábek-Santošananda, bývalý český konzul v Cařihradě a v Indii, který jako první přeložil svámího Šívánandu z Rišikéše. Dále pak Ing. Vladimír Novický-Yogananda, který udržoval styk se společností svámího Yoganandy a který do češtiny přeložil „Autobiografii jogiho“. A také esperantista Václav Cimr, učitel kroužku Aurobindo a další (Vlasák, 1978).

Snahy začlenit jógu do Sokola se v době před válkou nepodařilo uskutečnit a během války ani v poválečných letech se stav nezměnil (tamtéž).

Velký vliv na první generaci českých jogínů měly bezesporu texty Rámána Maharišiho, Ramakrišny a svámího Vivékánandy. Víceméně lokálně se v období mezi dvěma světovými válkami až do sedmdesátých let objevovaly i texty v Budapešti působícího indického mnicha Yesudiana.

První polovina předminulého století je kromě Unitarie ve znamení duchovních učitelů. Jóga jako masové, převážně fyzické cvičení, se ještě nerozvinula. Cvičí se po bytech a o nedělích na chatách. Schází se známí a příbuzní.

Většina společenství této doby se sdružuje do uzavřených skupin, kde vládne úzkostlivé až autoritářské ulpívání na jediné doktríně, metodě, či mistrovi. Příkladem může být např. mystik Weinfurter a jeho spolek Psyche, skupina kolem Bruntona, Besantová s již citovanou Theosofickou společností a jiní. Zřejmě to pro dobu exaktního rozumářství na jedné straně a církevní zatvrzelosti na straně druhé bylo nutné. Opuštění striktní vázanosti na jediný směr, postup k integraci a svobodná orientace v různých náboženstvích a směrech přichází s Drtikolovou generací (Funk, 1993).

Karel Weinfurter (1867 - 1942), redaktor a spisovatel byl spíše okultistou než jogínem, ale do češtiny přeložil řadu cenných jógových a mystických spisů. Kromě mystiků, navazujících na křesťanství, překládal a vykládal i Pataňdzaliho, Rámakrišnu, svámího Vivékánandu aj. Jako první u nás podal poměrně ucelený obraz o mystické cestě, metodice a stavech, které ji mohou provázet. Provedl také srovnání některých pojmů a principů shodného obsahu z jógy a křesťanské mystiky, popř. z jiných systémů. Ve své době byla velmi známá jeho kniha „Ohnivý keř“. Weinfurter, ale nezvládl své ego a příliš lpěl na vlastní osobě a metodách (tamtéž).

František Drtikol (1883 - 1961) je pro účely této práce mimořádně důležitou osobností. V první části svého života proslul jako celosvětově známý avantgardní fotograf. Roku 1935 se vzdal role úspěšného umělce a odešel do soukromí. Už po válce se vytratil z veřejného povědomí a začal se soukromě věnovat malování a především duchovní cestě. Jeho dílo a odkaz bylo znovu objeveno dvanáct let po jeho smrti, ale až v posledních letech doznává skutečného ocenění. Dopisoval si s řadou význačných osobností své doby (Ema Destinnová, Jakub Deml, Maxim Gorkij, Alois Jirásek, Bohuslav Martinů, Rudolf Medek, Alfons Mucha, Jan Zrzavý, Ladislav Klíma a další). Poté, co odešel do ústraní, začala jeho vila plnit roli indických či tibetských ášramů. Přestože nejbližší mu zřejmě byl buddhismus, tak své posluchače dokázal zaujmout i vhledy do jiných náboženských systémů. Překládal také duchovní materiály z němčiny, z jógy například Aštávakragítu. Ve své době výrazně převyšoval ostatní jogíny a mystiky a přirozeně se tak stal vyhledávaným mistrem, guru. (Funk, 1993).

Tím byl i Eduardu Tomášovi. Ve své knize o něm říká: „*Fráňa byl rozený mystik a jógin... Měl kdysi mnoho přátel, později už ne. Přerostl*

všechny a skoro všichni mu přestali rozumět... nemohli pochopit jeho duchovní hloubku, byli by jí museli mít alespoň zčásti sami... Až na několik málo nejpokročilejších. A tehdy jsem ho poznal... Takhle pokročilý člověk se hned tak nevyskytne. Je jedním z milionů“ (Tomáš 1998, s. 107).

František Drtikol, první z Čechů už ovlivněných východními systémy a jógou, na duchovní cestě uspěl. „*S obdivuhodnou odvahou, průbojností, sebekázní i pokorou procházel stupeň za stupněm na cestě vnitřního duchovního vývoje až v sobě vědomě odkryl stav, který se v různých systémech nazývá různě. Osvícení, Satori, nejvyšší poznání, Nirvána nebo Království nebeské“ (Funk, 1993, s. 39).*

Drtikolův vliv je cítit dodnes. Kromě Eduarda a Míly Tomášových, kteří se o něm zmiňovali ve svých promluvách a knihách, vyšla i životopisná kniha od Karla Funka. Ve svých poznámkách Drtikol podává mimo jiné i popis své cesty, důležité body, mezníky a ponaučení, ke kterým sám dospěl. Je zde zachycena bohatá, mytologická, snová symbolika (jež nepřímo souvisí i s poznatky Karla Gustava Junga), svědectví blízkých lidí, kteří se s ním stýkali a byli jím ovlivněni, a také svérázný způsob, jakým on sám přistupoval k umění, ke světu a k lidem. Jeho fotografické i malířské dílo začíná být opět v povědomí veřejnosti.

Meziválečnou mystiku zaměřenou na východní filosofii propagovala v Čechách i skupina příznivců anglického cestovatele, novináře a spisovatele **Paula Bruntona** (1898 - 1981). Jeho život prošel změnou pod vlivem indických duchovních mistrů, především Ramana Maharišiho, a své literární nadání pak věnoval snaze o přiblížení indické, ale také esoterické moudrosti západním čtenářům. Česky vycházejí Bruntonovy knihy od třicátých let minulého století (Vojtíšek, 2004). Bruntonovy knihy byly dlouhou dobu jedněmi z mála kvalitních materiálů vydávaných v Čechách. V české skupině, která s ním navázala styky,

zpočátku přes korespondenci, pak i přímo díky jeho návštěvám v Čechách, byl také Eduard Tomáš. Ten se stal jeho osobním žákem a jejich vztah byl velmi hluboký. Bruntonovy spisy v jistém smyslu otevřely cestu podobně laděné literatuře.

3.3 DRUHÁ ETAPA: druhá polovina 20. století - současnost

Druhá polovina minulého století se už vyznačuje dvěma základními proudy: za prvé jógovým učením, které je spojeno se jmény mystiků a duchovních učitelů (tak jako jím byl už v první polovině dvacátého století již citovaný Drtikol) a za druhé se v této době rozvíjí jóga jako systém kondičního cvičení zaměřený převážně na stránku fyzickou.

3.3.1 Nejvýznamnější publikující autoři duchovní jógy druhé poloviny 20. století

Květoslav Minařík (1908 - 1974) je tvůrce samostatné české mystické školy, nazvané Přímá stezka, která je jeho žáky pokládána za přenesení školy kagju tibetského buddhismu. Jeho působení na české duchovní scéně můžeme přesněji zařadit spíše do druhé třetiny dvacátého století. Provedl klasifikaci a zevrubný výklad různých jóg. Přeložil a komentoval Pataňdžalího Jógasútru a vydal řadu knih vztahujících se k duchovní cestě. On sám svoji cestu zřejmě i prošel. Karel Funk ve své knize

poznamenává, že na své žáky působil podobně jako Drtikol. Tak jako on byl „osamělým běžcem“. Přestože měl řadu žáků, celý život hledal odpovídajícího následovníka, kterému by mohl své učení předat. Podle svých slov neuspěl a své poslání, jimž se cítil pověřen, tak nesplnil. Minařík neměl klasické vzdělání, a přestože jeho knihy udivují hlubokými postřehy a pravdami a je z nich patrný praktický prožitek toho o čem psal, tak působí občas trochu těžkopádným a rozvleklým dojmem. Na dnešního čtenáře může Minaříkův slovník působit někdy až archaicky a ne vždy úplně čitelně. Jeho dílo je dnes znovu vydáváno Minaříkovou nadací a svůj okruh čtenářů si bezesporu našlo.

V druhé polovině dvacátého století se na pultech knihkupectví objevují knihy **Jiřího Vacka** (1931). Tento jogín a mystik udává za své učitele Ramana Maharišiho a Jiřího Kočího (Jiří Kočí byl Drtikolovým žákem). Vacek překládá, píše a vydává především duchovní knihy o józe a o východních naukách, ale zabývá se i problematikou mystického křesťanství.

Jednoznačně nejvýraznější osobností spirituality jógy v Čechách je **Eduard Tomáš** (1908 - 2002). Díky televizním pořadům, přednáškové činnosti a svým knihám i nejznámější. Manželská dvojice Eduarda a Míly Tomášových se postupně velmi silně zapsala do veřejného povědomí. Přednášet začal Eduard v Unitarii v šedesátých letech dvacátého století. V této době přednášel i na Akademii věd v Praze a na dalších místech mimo Prahu. Přednášková činnost mu byla v minulém režimu střídavě povolována a zakazována, až se útlak ducha vystupňoval do té míry, že v roce 1955 z postu právníka musel odejít k manuální práci. U té zůstal až do důchodu. Manželé Tomášovi byli velmi vyhledávanými osobnostmi a při obnovených přednáškách za nimi přicházelo stále větší množství lidí. V roce 1992 už přednášejí v Městské knihovně a posléze naplňují i

Lucernu. Popularita především Eduarda Tomáše ještě vzrostla rozhlasovým cyklem *Cestami sebezpoznání* na stanici Vltava a Televizním seriálem *Paměti mystika* vysílaným Českou televizí.

Eduard se hlásil k Bruntonovi jako k jednomu z hlavních zdrojů, ale velmi uznával i Drtikola. Z indických guru ho velmi oslovil Ramana Mahariši z Arunáčaly, ale ve svých textech cituje řadu dalších význačných jogínů. Jeho cesta má mnoho ryze východních prvků. Míla se cítila více ovlivněna Drtikolem a základem jí spíš než východní nauky bylo křesťanství. Eduard napsal okolo třiceti titulů, jeho žena Míla šest.

Pro zachování přehlednosti se k učení a spiritualitě Eduarda Tomáše vrátíme v kapitole o nejvýznamnějších osobnostech české jógy.

3.3.2 Rozvoj jógy 60.-90. léta

Okolnosti rozvoje jógy u nás po druhé světové válce silně poznamenala náboženská nesvoboda. Tento tlak poněkud povolil v šedesátých letech předminulého století. Objevují se první drobné články v novinách (Mladý svět) a pomalu končí období individuálního průzkumu. Začínají veřejná skupinová cvičení. Prvním byla **Jóga na Klárově**, kde působil unitář bratr Jasoň Holub (Vlasák, 1987).

Samizdatový materiál z odkazu J. Holuba, který se mi podařilo dohledat, byl určen pro interní potřebu účastníků cvičení na Klárově. Dvě knihy z roku 1984 byly přepsány z původního strojopisu z roku 1965. V porovnání s materiály ze sedmdesátých let, je okleštění jógy, které přinesl totalitní režim, bolestně citelné. Přehledně a jasně zpracované knihy v sobě komplexně pojímají vysvětlení pojmu „jóga“, důležité historické mezníky a autory, filosofii jógy a jógové techniky. Přestože nedosahují špičkových kvalit např. Tomášových knih, jsou na svoji dobu

(připomeňme si materialismus a informační vakuum v době vydání) vynikajícím materiálem. Úryvek je z části mapující duchovní cestu. „*Než začneme provádět duševní jógové cvičení... uvědomme si plně dosah toho, že nejde o to upnout se na nějaký ideální cíl jógového snažení – jehož má být dosaženo v blízké nebo vzdálené budoucnosti- jako je stav dokonalého uklidnění, vnitřní sjednocení, samádhi, stupně vnorů atd. a tomuto cíli ‚obětovat‘ čas a námahu. Mnohem bližší povaze hledaného cíle je pociťovat cvičení jako sice nový, ale od samého začátku organický prvek našeho denního života*“ (Holub,1984, s. 29).

V roce 1964 vzniká v Brně **Jóga klub Sati** jako zájmový kroužek při ZV ROH První brněnské strojírny. O vedení se staral Karel Werner, unitářský bratr Bohumil Houser a dr. Bašný. Ve státním pedagogickém nakladatelství vede kurzy Věra Knížetová. V roce 1967 vzniká v Praze dnešní **Klub kondiční gymnastiky jógy**.

Organizace jógových cvičení nebyla tehdy jednotná, cvičení probíhalo při ROH, Čs. svazu žen, ZRTV, v tělovýchovných oddílech, kurzy se pořádaly při okresních kulturních domech i jinde a v neposlední řadě i v soukromí. Začátkem 70. let se jako krystalizační střed budoucí organizační struktury projevil tehdejší Ústřední ústav tělesné kultury (ÚÚTK) v Praze, kde vedla kurzy indoložka PhDr. Milada Bartoňová a které se ve spolupráci s Vlastou Kaplanovou z Ústřední tělovýchovné školy ČSTV (Československého svazu tělesné výchovy) podařilo roku 1978 vytvořit při ÚÚTK Komisi jógy, která uspořádala i první instruktorské kurzy (Votava, 1988). V době normalizace bylo toto centrum postupně likvidováno.

Už v Olomouci, kde klub v roce 1968 vznikl, došlo k určitému průlomů do struktury ČSTV. **Tělovýchovná jednota Jóga Olomouc na Kopné** spadala zařazením pod ZRTV (Zdravotní a rekreační tělovýchova) a ta následně pod ČSTV. Díky soutěžím se jí podařilo získat titul vzorné TJ, a tak když režim v sedmdesátých letech zostřil svá kritéria, nebyla zrušena. Tak se stala na dlouho jediným samostatným právníckým

subjektem v ČSTV, jehož jedinou náplní byla jóga a který jako jediný mohl oficiálně vydávat své materiály.

V řadě míst existovaly početné oddíly a jednotlivci, kteří mimo pravidelná cvičení organizovali i větší akce jako byly např. prázdninové kurzy již citované TJ Jóga Olomouc, organizační práce ing. Hoška v Plzni, ing. Timčáka v Košicích, ing. Zemana v Brně aj. (Votava, 1988).

Unitarii, kde se už od začátku šedesátých let konají občasně přednášky ke všem druhům jógy, navštívil v r. 1960 svámí Premananda z Agry. Zabýval se převážně džánajogou. Rok poté se v Praze zastavil mladý sanjasin Šri Premananda. Následovaly další návštěvy. V roce 1966 Ma Yogašakti z Mongiru, žačka svámího Satyanandy a starší mnich Šri Dženardan z Rišikéše. Na základě jejího pozvání odjela do Indie baletka Národního divadla Zdena Bronislawská. Zdena Bronislawská doporučila další výraznou osobnost české jógy Miladu Bartoňovou, která v roce 1968 - s grantem ministerstva kultury – odjela na rok do Satyanandova centra. (S ní tehdy mimo jiné odjel i Aleš Votruba a docent Mirko Frýba, jenž po skončení pobytu odešel na Srí Lanku a jako buddhistický mnich tam žije dál a jen občas zavítá do Čech vést meditační praxi). V roce 1967 přijela z Miami Beach na Floridě rodačka ze Strakonice paní Luise Ossius Zábranská a rok poté i její učitel svámí Višnudevanda z Val Morin v Kanadě a s ním celá skupina jeho žáků (Vlasák, 1987).

Po roce 1967 se začínají také pořádat tématické zájezdy cestovní kanceláře Sportturst do Indie. Jejich účastníci mají možnost poznat Anandašram vedený svámím Gítánandou, Rišikeš, Mout Abu a další místa (tamtéž).

Během období politické normalizace bylo porozumění józe oficiálně již zcela redukováno na hathajógová cvičení a některé relaxační

a očistné techniky. Jóga se stala součástí ZRTV (Základní rodinné tělesné výchovy) při ČSTV. Rozvíjelo se využívání jógy ve zdravotnictví, a to zejména díky řediteli Ústavu fyziologických regulací Československé akademie věd Ctibora Dostálka (z dalších lékařů můžeme jmenovat například MUDr. Věru Doležalovou, MUDr. Votavu, MUDr. Véleho. Primář Engel prováděl rehabilitaci spojenou s jógou v sanatoriu Vltava v Mariánských lázních). Výzkumy účinků hathajógových cvičení z hlediska možnosti využití pro prevenci a léčbu (nejvíce zaměřenou na civilizační choroby) dosáhly světového uznání. Akademik Dostálek byl zvolen zakládajícím členem Indian Academy of Yoga v Indii a byl zván na řadu přednášek po Evropě. Sám opakovaně navštívil indická pracoviště, která se věnují léčebnému pojetí jógy a výzkumu v tomto směru. Spolupracoval s Ústavem pro jógu v Lonavle, Varánskou universitou a Všeindickým ústavem lékařských věd v New Delhi. Na základě této spolupráce navštívila bývalé Československo řada indických badatelů a cvičitelů jógy. Pro praktickou výuku jógových cvičení byly zejména významné pobyty (1973, 1978, 1980) dr. Mukhunda Bholeho z Lonavly, který byl i na studijním pobytu v Ústavu fyziologických regulací ČSAV. Velkým přínosem bylo jeho působení v tělovýchovných organizacích, kde zaváděl *pránájámu* a *krije*, které jsou velmi důležitou a účinnou složkou hathajógy (Votava, 1988).

Bohužel tento přínos byl zbaven svého duchovního rozměru.

I v záznamech z přednášek Dr. Bholeho, (vydává TJ Jóga Olomouc, VTJ Moravská Slavia Brno a ÚÚTK jako metodické listy) je cítit velká opatrnost. Projevuje se jak v samotném textu, tak i při závěrečném zodpovídání otázek účastníkům kurzu. Duchovní poselství zůstávalo skryté v hádankách. Jako příklad můžeme uvést častá Bholeova slova: „ *Jógové poznání není poznatek, který zapíšeme mechanicky a nekriticky do notesu a bez vlastního hodnocení a zpracování předáváme dál jako pouhou informaci. Předávat bychom měli vždy jen svou vlastní zkušenost. Svůj vlastní prožitek*“ (Knížetová, 1978, s. 2).

Kromě publikace zvané „Žlutá jóga“, několika autorů pod vedením Borise Merhauta („Jóga. Od staré Indie k dnešku“) a několika časopiseckých článků zůstávala jóga okleštěna. Kontakty se zahraničím, které duchovní rozměr přinášely, se dařily vesměs pouze jednotlivcům. Přesto Československo navštívil v roce 1972 svámí Gítánanda a od téhož roku přijížděl i svámí Mahešvaránanda, napomenutý československými úřady, aby ve svém vyučování vynechal všechny duchovní aspekty jógy (Vojtíšek, 2004).

I přes duchovní útlak se některým cvičitelům úspěšně dařilo do svých kurzů duchovní aspekt jógy v zastřené formě propašovat. A i v této době byly osobnosti, které duchovní jógu vyučovaly dál (viz Bartoňová). Protože na hodiny jógy byli často nasazováni agenti státní policie, tyto kurzy a soustředění byly určeny pouze pro důvěrné zájemce. Jakési „pokračovací“ kurzy v soukromí.

Totalitní režim omezením vnější svobody jednotlivce vyvíjel tlak, který vedl mnoho lidí k hledání vnitřní svobody. Ti pak s touto motivací přicházeli do kurzů jógy. V důsledku informační uzavřenosti totalitního systému a přirozené tolerantnosti jógového prostředí, našly na půdě jógových kursů prostor i obory s jógou přímo nesouvisející. Tyto obory se týkaly zdravého životního stylu (např. makrobiotika), alternativní medicíny (např. akupresura) a jiných témat (Jandus, Rotrekl, 2004).

Při stále stoupajícím zájmu bylo v roce 1984 sto pět skupin začleněno do ZRTV pod ČSTV. Tím byla převzata celá organizační struktura. Federální výbor prostřednictvím krajských komisí řídily oddíly působící pod různými zřizovateli. Členská základna zastupovala téměř všechny věkové skupiny a pohybovala se okolo osmi tisíc cvičenců. Odborné články vycházely od roku 1985 v časopisu ZRTV. V témž roce

uspořádala VTJ Olomouc v čele s Marií Renotierovou celostátní konferenci cvičitelů (Vlasák, 1987).

Režimu se tehdy podařil velký podvod na veřejnosti v chápání pojmu „jóga“. Do té doby se mezi účastníky mluvilo pouze o „jógických cvičeních“, která dobře vystihovala, že se cvičí pouze určité vyjmuté techniky z celkového rámce jógy. Nenápadná změna na „cvičení jógy“ daná „povolením“ a zároveň nezměněný obsah činnosti, vytvořily předpoklady k pozdějšímu masivnímu zkreslení jógy na pouhá zdravotně prospěšná cvičení. Tuto degradaci pojmu „jóga“ pocítujeme dodnes (Jandus, Rotrekl, 2002).

Přestože byly skupiny vedeny metodicky ze stejného zdroje, už tehdy se projevoval různý přístup k povinné interpretaci, daný u každého cvičitele předchozími zkušenostmi a jeho vlastní osobou. Na jedné straně spektra můžeme nalézt skupiny zaměřené na gymnastické provedení jednotlivých ásán s důrazem na estetiku formy a na druhé straně se můžeme setkat se skupinami soustřeďujícími se na určité duchovní aspekty jógy. Skupiny plně se oddávající duchovním aspektům jógy můžeme nalézt jen v soukromí. V této rozdílnosti byl položen základ pozdějšího vyprofilování jednotlivých škol a skupin po listopadu 1989 (tamtéž).

3.3.3 Rozvoj jógy 90. léta - současnost

Pro objasnění poměrně složité současné struktury v jógovém hnutí v Čechách je potřebné vysvětlit, jak se změnila organizační struktura po

roce 1989. Dnes známe čtyři zastřešující organizace (srov. Jandus, Rotrekl, 2002):

Unie jógy (1991) – je zahrnuta v rámci ČASPV (Česká asociace sport pro všechny), spadající pod ČSTV. Zakládajícím předsedou byl Václav Hošek. Dnešním předsedou je Pavel Hájek. Unie jógy je jednou z největších organizací zabývajících se cvičením jógy. Je tvořená cvičiteli, kteří byli v tělovýchově už před rokem 1989 a těmi, kteří se tam po různě dlouhém přerušení vrátili.

Český svaz jógy (1993) – jejím současným předsedou je Jan Kneisl. ČSJ byl založený Janem Vlasákem nejprve jako samostatný subjekt, později přijatý do svazku ČSTV. Hlásil se ke gymnastickému pojetí. U oddílů pod ČSJ sdružených trvá sklon ke sportovnímu pojetí dodnes.

Komise jógy České obce sokolské (2000) – spadá přímo pod ČSTV. Zpočátku byly jógové oddíly zděděné Sokolem od ZRTV přehlíženy. Od roku založení Komise jógy jsou postaveny na stejnou úroveň jako ostatní tělocvičné specializace v Sokole a dnes jsou mezi netradičními sokolskými aktivitami na čtvrtém místě. Cvičitelé jógy jsou školeni podle ústředně schválených propozic. *Jóga v Sokole je vázána na tradiční sokolské hodnoty a přístupy. Jógový požadavek „nelpění na výsledcích činů a na odměně“ má paralelu k Tyršovu „ni zisk, ni sláva“* (Jagelka, 2002, s.2). Také tyto kluby mají obecně v náplni tělovýchovné pojetí jógy. Předsedou Komise jógy je v současné době RNDr. Leo Jagelka.

Sdružení učitelů jógy (1990) – je nezávislou organizací a pro spiritualitu jógového hnutí bezesporu nejdůležitější. Důvodem založení bylo omezené pojetí jógy v totalitním režimu. SUJ je citlivé k duchovnímu poselství jógy. Vyzdvihuje, že tělesná cvičení jsou v józe pouhým prostředkem k ovlivnění duchovní stránky člověka. Nicméně se staví jako

ideově neutrální a její hlavní funkcí je zastřešení škol různého zaměření. Prvním předsedou byl RNDr. Jan Jandus a současným předsedou je RNDr. Leo Jagelka.

SUJ je profesní organizací učitelů jógy. Na jejím založení se podílelo asi sto padesát učitelů, již tehdy seskupených do třinácti názorových skupin, zárodků budoucích škol a směrů. Podstatné pro zúčastněné bylo vytýčení několika základních požadavků.

Předně možnost svobodného a nikým neomezovaného působení různých názorových škol. Z tohoto požadavku vyplynula hospodářská nezávislost organizace - zejména na dotacích od státu - a odmítnutí jednotného systému vzdělávání a školení cvičitelů. Odpovědnost za kvalifikaci učitelů se přenesla na jednotlivé školy. Jóga se nikdy institucionálně nestudovala. Tradičně se předávala vždy z učitele na žáka jako vlastní zkušenost a prožitek.

Jako protiváha svobodného působení bez hranic byla v duchu jógové filosofie vytýčena i tzv. „Etika učitele“. Pro spiritualitu jógy jsou v ní obsaženy velmi důležité body, např.:

- tolerovat a respektovat různé koncepce jógy, filosofické směry a náboženství
- respektovat osobnost žáka a jeho právo, kdykoliv si svobodně zvolit učitele i duchovní cestu
- učení jógy nikomu nevnucovat a předávat jen tomu, kdo o ně požádá
- vyučovat jen to, co je ověřené osobní praxí a nést plnou odpovědnost za předávané metody
- svého poslání učitele nezneužívat materiálně, citově ani psychicky

Kodifikaci morálních aspektů by měly přijmout i ostatní organizace.

V současné době se hlásí k programu SUJ tyto jógové skupiny.

- Sdružení přátel integrální jógy, soustředěné kolem význačné postavy české jógy PhDr. Milady Bartoňové
- Skupina kolem fyzioterapeuta v Národním divadle, Jiřího Čumpelíka. Jiří Čumpelík rozvíjí zkušenosti, které získal na přelomu 60. a 70. let při pobytu v ášramu u svámího Gítánandy v Indii.
- Jóga pro moderního člověka, organizační duší je Leo Jagelka. Učitelé skupiny vyučují převážně jógu zaměřenou na zlepšování tělesné kondice.
- Skupina Integrální jóga, soustředěná kolem Jaroslavy Kapitolové, vyšla z pojetí jógy PhDr. Bartoňové, které rozvíjí podobným, byť vlastním způsobem
- Jóga v denním životě, jedna z nejpočetnějších skupin SUJ, sama pod sebou zastřešujících kolem třiceti samostatných občanských sdružení. Jógová škola s náboženským obsahem soustředěná na osobnost indického duchovního učitele svámího Mahešvaránandy.
- Škola jógy Liberec, pod vedením dvojice učitelů Marie Mihulové a Milana Svobody rozvíjí vyvážené pojetí vlastní jógy.
- Pražská Prajága ne zcela otevřená skupina s vlastním programem, jejíž dominantní náplní je nádajóga a tantrajóga. Hlavním představitelem této školy je hudebník ing. Jiří Mazánek.
- Středisko svámího Satyanandy, jehož vůdčí postavou je Prim. MUDr. Karel Nešpor CSc.
- Skupina Jóga v rehabilitaci soustředěná kolem doc. MUDr. Jiřího Votavy CSc. Skupinu tvoří učitelé převážně z řad lékařů a zdravotních sester působících ve zdravotnických zařízeních.

A další skupiny jako např. Astra jóga, Avatár, Skupina nezávislých, Skupina Jana Janduse, atd.

Mimo výše uvedené subjekty působí na území České republiky v současné době mnoho dalších spolků, zájmových skupin i organizací zabývajících se jógou. Velkou samostatně stojící skupinou je Asociace jógy dle Iyengara - Light on Yoga. Jóga cvičená podle indického mistra Yengara je zaměřená především na fyzickou stránku.

Zaznamenáváme také další organizace mající jógu částečně v náplni a neusilující o komunikaci s ostatními školami. Jóga je oblíbená i v synkretických náboženských skupinách. Jejich programová náplň je od hlavního proudu odkloněna různými způsoby, které jsou pro obecnou spiritualitu jógového hnutí zavádějící a nejsou tudíž v rámci této práce podrobeny detailnímu zkoumání. Za všechny jmenujme Hnutí Hare Kršna, žáky šrí Chinmoye, žáky šrí Matadží, žáky hlásící se k Sajta sai Bábovi, Spirituální humánní organizace, hnutí za duchovní integraci do absolutna u nás vystupující jako sdružení Rezonance a další (Vojtíšek, 2004).

3.4 JÓGOVÉ ŠKOLY V ČECHÁCH, DETAILNĚJŠÍ ROZBOR

Podívejme se blíže na některé jógové školy a směry na našem území, jejich zaměření a původ. Kritériem je postižení rozmanitosti jógového spektra u nás.

Středisko svámího Satjánandy

Pražské středisko bylo založeno roku 1990. Na velmi kvalitní úrovni je zde předávána jak fyzická stránka jógy, tak duchovní poselství jógové filosofie. Nese jméno zakladatele jógové školy v indickém Biháru svámího Satjánandy Sarasvátího. Jeho nástupce svámí Niradžanánanda založil v Biháru jógovou universitu, s níž pražské středisko udržuje styky.

Dějiny této linie jogínů se počítají už od svámího Šivánandy Sarasvatiho. Původně lékař, který se vzdal své kariéry a jako celoživotní poselství přijal výuku jógy prakticky po celém světě. Podle Lysebetha byl jedním z prvních, kdo přenesli jógu na Západ. V roce 1953 svolal světový parlament náboženství. Je autorem přes 200 publikací a má stoupence na celém světě (Bronislawská, 1999).

Jeho žák svámí Satyananda Sarasvati měl výrazný vliv na generaci druhé poloviny dvacátého století. V ášramu v indickém Biháru se dodnes vystřídaloby hodně českých žáků. Jak už bylo zmíněno výše, jako první tam odjela v roce 1967 Zdena Bronislawská a po ní Milada Bartoňová. Na přelomu let 1988-89 školu navštívil i primář Oddělení léčby závislostí v Psychiatrické léčebně v Bohnicích MUDr. Karel Nešpor. V následujících letech odjel do Indie ještě několikrát. V roce 1990 založil

pražské středisko a stal se výkonným předsedou. V té době školu vedl už svámí Niranjánananda. Poslední několikadenní mezinárodní setkání s ním proběhlo v květnu 2006 ve Slovinsku a na něj navazovalo setkání pražské školy, kde primář Nešpor probíral a předával vše důležité.

Problémem tohoto jinak velmi zajímavého střediska je absence pevné základny, centra neboli ášramu. S přihlédnutím k této situaci svámí Nirjanananda při své návštěvě Evropy do Prahy nezavítal. Setkávání členů a hostů se odehrává třikrát ročně v areálu psychiatrické léčebny v Bohnicích pod Nešporovou patronací. Někteří členové vyučují na školách nebo různých studiích, ale jistá anonymita, která toto teoreticky významné středisko provází, udržuje členskou základnu na poměrně nízkém počtu (Bronislawská, 2004).

Karel Nešpor se věnuje józe od svých šestnácti let. V té době potkal paní Ossius Zábranskou (viz výše). Už z vojny v roce 1976 napsal do Satyananda centra do Indie, odkud mu přišla adresa Zdeny Bronislawské. Od ní dostal doporučení na akademika Dostálka z Ústavu fyziologických regulací ČSAV. V ústavu pracoval rok a půl. Protože práce v ústavu nebyla podle jeho představ, přemýšlel co dál.

„Říkal jsem si: oni ti alkoholicí, oni jsou celkem zdraví, oni by cvičit mohli a oni když budou cvičit, budou zachráněný. Takže jsem šel za docentem Skálou, řekl jsem mu, že mu zachráním jeho pacienty, ať mě nechá s nimi cvičit jógu. Tedy takhle úplně jsem mu to neřekl, ale mohlo to tak vyznít. Skála je člověk, který je otevřený všemu, hodně věcem, čili říkal: „ale jó, klidně“. Nedopadlo to ani nějakým fiaskem, že by se jim to nelíbilo nebo to skončilo skandálem, ale nedopadlo to ani tak, že by začli cvičit a byli zachráněni. Čili nějak jsem pomalu začal chápat, že to je věc, která je složitější. Přesto jsem se v roce 1979 rozhodl opustit ústav akademika Dostálka a začít pracovat tady v Bohnicích“ (Nešpor, 2005).

Bohnické centrum pro léčbu závislostí má díky Karlu Nešporovi velmi dobrý zvuk. Vypracoval systém, do kterého začlenil jógu a relaxační techniky a se svými pacienty pravidelně cvičí.

Nešporova publikační činnost je velmi bohatá. Na svém kontě má víc než sto odborných článků a asi třicet knih. Zajímavá z hlediska jógy je např. kniha „Jóga pro děti.“ Jako lékař si uvědomuje, že proti negativním symptomům dnešní doby bychom měli chránit i děti. Jógu vnímá jako účinný prostředek proti nadměrnému stresu, proti dlouhému sezení, kterému jsou děti v dnešní počítačové době vystaveni. Správně prováděná jóga rozvíjí tvořivost, představivost, soustředění, pomáhá lepšímu sebepoznání a přijímání sebe i druhých. Pomocí jógy nebo relaxace se dají snižovat úzkosti, deprese a dokonce zlepšovat školní prospěch. V knize jsou poutavou, hravou formou zpracovány jednotlivé polohy a jógové cvičení vhodné pro děti a je doplněna krátkými moudrými příběhy s poučením:

„Indové si velmi váží labutí. O labutích se totiž říká, že dokáží ze směsi vody a mléka vypít mléko a nechat vodu. Právě tak moudrý člověk hledá v životě dobré a důležité věci a oddělí je od špatných a nedůležitých“ (Nešpor, 1998, s.33).

Každoročně už několik let vydává Zdena Bronislawská-Gyana shakti, bulletin střediska, do kterého přispívají kromě ní i další dlouholetí členové: Karel Nešpor-Swaroop Murti, Líba Siemandlová–Mandala, Martina Procházková–Kšama (indická jména obdrželi všichni od svého mistra). Bulletin obsahuje dokumenty o cestách do Indie, rozhovory, monografie jógových učitelů, meditační cvičení z Bihárské školy, dechová cvičení, fotografie cviků a různorodé články související s jógou a jógovou filosofií. V každém čísle můžeme najít i texty, nebo aforismy od učitelů Bihárské školy.

„Otec měl deset synů a každý z nich měl vlastní rodinu a domov. To ale nezměnilo otce, když se objevil v kterékoliv z těchto rodin nebo domovů. Podobně jsou mnohá různá náboženství, ale Bůh je týž“ (Satyananda, 1997).

Zdena Bronislawská a Karel Nešpor píše a vydávají poezii. Pravidelně se jejich verše objevují i v bulletinech. Několik příkladů, jak filosofie jógy ovlivnila jejich poesii.

Bezejmenní jménem Jsoucna

*Vyvolení píší,
proroci věští
hovoří duše.
v síních jsou zasaženy šípy
v umírajících kruzích.
Nesmrtelní se přítomně choulí
v budoucnu, předčí generace.
Tíše dnes, probuzení zítra
Ožijí v temnotách –
V iontu – Jsoucna*
(Bronislawská, 2002, s. 61).

Óm

*Mistr recituje Óm
jako by se koupal v Gangu.
Vše ostatní nechává na břehu.*

Reinkarnace

*Na zem přicházejí dědečkové.
Třepou nožičkama
a hlasitě křičí.*

Uvažovat

*Uvažovat o tom, co bude,
až skončíš meditaci, je pošetilé.
Nevíš, jaké ryby
uvíznou v síti
a kde bude rybář*
(Nešpor, 2002, s. 60-63).

Červnového setkání v Bohnické tělocvičně jsem se osobně zúčastnila. Přestože se středisko hlásí k indické škole, nepřebírá atributy pro Indii typické. Kromě mantry ÓM a některých dalších specifických manter sloužících k určitým harmonizacím čaker, se nesetkáme s oslavnými hymnami na mistra ani s dalším dlouhodobým předzpěvováním. Také není očekávána - pro Evropana přeci jen nezvykle – zdůrazněná pokora. Nejsou zde oltáře s mistrovým jménem a vše je

drženo v tradici evropské zdrženlivosti. Ani oděv se nevymyká běžnému evropskému standardu.

Začínalo se dvouhodinovým cvičením, při kterém primář Nešpor se svým osobitým humorem, kdy s oblibou a často používá i sebeironie, seznamoval s polohami a ásánami, které byly ve Slovinsku procvičovány. Upozorňoval na oblasti jejich působení, jak na fyzické tělo, tak na mentální a jiné oblasti. Tato důkladnost ve výčtu jednotlivých aspektů byla velmi přínosná. Často používá přirovnání a příběhy, které volně do toku řeči vkládá, pro objasnění a pochopení situace metodou asociace. Tento způsob výuky je pro Nešpora příznačný a v dnešní době, kdy narace tohoto typu ze života mizí, i neobyčejně osvěžující. Dále se zkoušely různé jógové techniky, zpívala se mantra ohně, budící a uzdravující a společně se meditovalo. Atmosféra byla uvolněná, plná živého zájmu a lidé, kteří tento typ jógového sdružení navštěvují, na mě působili samostatně a nezávisle. Jediné, co jsem vnímala osobně ne zcela kladně, byla jistá „přísnost“, „netrpělivost“ a až autoritativnost primáře Nešpora při zahajování a řízení celého satsangu. Ta je ale zřejmě součástí pravidelné a mnohaleté práce s jeho pacienty z léčebny, nebo, a to možná spíše, výsledkem jeho osobní, celoživotní orientace na jógu a jógovou filosofii. Jak mi sám při rozhovoru řekl, žije v brahmačárja a i díky tomu lze předpokládat, že svět, který vnitřně obývá, je velmi odlišný od života běžného člověka. Pro člověka nezasvěceného do mystických stavů, které jógovou cestu provázejí, je i velmi těžké vycítit, kde se on sám z hlediska vlastní cesty nachází. Každopádně je velmi silnou, velmi inteligentní a také velmi specifickou osobností mezi českými jogíny.

Stále více – setká-li se s ním člověk v osobním rozhovoru – na mě působí jako člověk z jiné planety, který má i odlišný způsob přemísťování se. Měla jsem dojem jako by místo chůze vlál deset centimetrů nad zemí. Mám-li se pokusit o přesné zachycení svých dojmů z jeho osoby, pak jsou tyto termíny nejuvstíženější.

Kromě poznatků setkání přinášelo při praktikování jednotlivých jógových praktik řadu možností, jak si vyzkoušet některé ásány, jógové techniky a typy meditací, které se bez přímého vedení zvládají jen velmi těžko.

Light on Yoga – Iyengar jóga

Tato jógová škola je založena na systému indického učitele Bellura Krišnamachara Sundararádže Iyengara. Je velmi odlišná, a to především ve třech základních bodech:

1. využívá speciální pomůcky. Tvrdé a měkké hranoly, pásy, deky, polštářky, hůl, obvaz, nekluzkou podložku. Z nábytku pracuje se židlí, lavicí, zárubní dveří, stěnou, stoličkou a křeslem.
2. má specifickou strukturu hodiny
3. má detailně propracované postupy výuky

Iyengar byl u svého mistra v Indii pouhé tři roky. Mezi žáky byl jediný, kdo mluvil trochu anglicky. Když bylo potřeba vyslat do Púny učitele jógy, vyslali v devatenácti letech jeho. Vzhledem k této, pro něho složité situaci, cvičil deset hodin denně, aby zvládl to, co ho jeho učitel nestihl naučit. Během několika let pozorováním vlastního těla vytvořil nový systém. Jogíni si už v dávné minulosti pomáhali k udržení pozice různými pomůckami. Iyengár tento trend v józe rozvinul a zdokonalil. Jeho jóga s pomocí stovek detailů přesně popisuje jak správně zaujmát a udržovat polohy. S nasazením množství důmyslných pomůcek zaručuje, že i ti méně zdatní jedinci mohou využívat jejích blahodárných účinků. Důsledně trvá na dodržení zásad přiměřenosti a postupnosti. Ásány rozdělil do 64 stupňů náročnosti a vytvořil obecné zásady následnosti

v rámci hodiny, vývoje cvičence i dlouhodobých kurzů. Zdůrazňuje zpětnou vazbu mezi učitelem a žákem, opravování chyb a individuální přístup. Hodiny jsou mnohem rušnější než při klasické hathajóze. Je to spíš dílna, v které jsou žáci mnohem aktivnější, než je zvykem (Jagelka, 1999).

Značka „Iyengar jógy“ je dnes na západě něco jako průmyslový standard a šíří se do dalších oblastí (Jagelka, 1996). Má také větší podíl mužů než klasické hodiny jógy. Důvodů může být několik. Iyengar jóga uplatňuje na své cvičitele tvrdá měřítká. Výukové kurzy jsou velmi drahé a trvá mnoho let, než učitel dosáhne alespoň nejnižší kvalifikace. Vzhledem k složitě propracovanému systému si však získává i větší důvěryhodnost. Iyengarova metoda – jak říkají její stoupenci a není důvod jim nevěřit - vede při správném provádění rychle a efektivně k odstraňování vadných stereotypů a nesprávného držení těla. Může být tedy vnímána i z rehabilitačně zdravotnického hlediska jako účinnější. Vzhledem k rušnosti hodin, kdy se cvičenci často přesunují ke stěnám, cvičí ve dvojicích a neustále berou a odkládají pomůcky, je přijatelnější pro muže, kteří více vyhledávají aktivní rovinu. Účinnost ásán na vnitřní orgány je ve srovnání s klasickou metodou zřejmě na podobné úrovni. Iyengárovův velký přínos jógy je do nejmenších detailů propracovaná metodika jednotlivých cviků.

Navštívila jsem v Praze hodinu Iyengárové jógy vedenou kvalitním dlouholetým učitelem. Přes velmi dobrou techniku a podobné polohy (odlišnost je daná používáním pomůcek), a přesto, že jsem si zacvičila dobře, jsem měla spíš pocit, že jsem na tělovýchovném zdravotním cvičení. Jóga pro mě osobně je svázaná s tichou meditativní hudbou, kdy se tělo a vědomí už v průběhu cvičení dostává do jiné uvolněnější hladiny. Tam bych osobně hledala druhý, neméně závažný přínos jógy.

Iyengárová jóga je ale bezpochyby zajímavou alternativou jógového cvičení vyhovující nejen aktivnějším jedincům, ale i cvičencům vyžadujícím naprostou přesnost jógových ásán.

Při otázce na spiritualitu mi Leo Jagelka, mimo jiné i cvičitel a propagátor této jógy u nás, přečetl odpověď z knihy „Světlo na jógu“.

Meditace v pohybu.

„Když se pocit já, chápání a vědomí rozšíří i na vnitřní orgány a vnější tělo, potom vnitřní bytí a jeho nositel naše tělo splynou v jedno. Dualita již dále neexistuje. Toto splynutí umožňuje zažít stav črta vrti nirodha, v němž přestává pohyb mysli. Když ásany cvičíme tímto způsobem, je to dynamická meditace, mysl je bdělá a aktivní, pohybuje se s každým pohybem těla a proniká všemi vzdálenými buňkami. Abychom udrželi napjaté koleno zaměříme svou pozornost na tělo. To je koncentrace. Potom, když pozornost udržíme, mysl nasměrujeme na další část stehno, bok, pas a svou pozornost vedeme ještě dál, až ji rozpustíme do celého těla, ale tak aby se intenzita koncentrace v kterékoliv části neměnila. To je meditace. Intenzita vjemu by měla být stejná ve všech částech těla. Je-li pozornost rovnoměrně rozložena v mysli přestává pohyb. Mysl se neobrací do minulosti nebo budoucnosti, ale setrvává v přítomnosti. V tomto momentu je analytická část mozku pasivní a meditativní část mozku pozoruje tělo zevnitř. Dostavuje se pocit vnitřního míru. Tuto skutečnost nelze popsat. Pro žáka je podnětem, aby dále pokračoval v hledání duše. B.K.S. Iyengar nazývá tento proces meditaci v pohybu. V ní se během cvičení ásán dostává vnitřní bytí na povrch na rozdíl od pasivní meditace, kdy člověk sedí v meditačním sedu, vtahuje své smysly dovnitř a sjednocuje se se svým vnitřním božstvím (Mehta, 1992, s. 53).

Podle Iyengara cvičí i cvičitelé z České obce sokolské, časté akce jsou v Domě jógy v Hlavici, kam zajíždí řada zahraničních hostů včetně známého polského učitele Leszka Mioduchowského. Úryvek je z jeho dopisu České obci sokolské:

„Možná spočívají rozdíly mezi opravdovými školami vnitřního rozvoje prostě v počátečním bodě. Lze si samozřejmě představit, že se liší také v koncovém bodě. Jedna vede aspiranty až ke konci, jiné do poloviny, jiné do tří čtvrtin cesty. Ale pro člověka, stojícího po krk v blátě ve vzdálenosti dvaceti metrů od dálnice, je důležité projít blátem. Nezajímá ho, že se mu nabízejí místa v rychlých vozech jedoucích po dálnici, protože na ní není (zatím). Možná právě v tom spočívá kvalita Iyengarovi školy“ (Mioduchowski, 1991).

Savitří jóga Míly Mrnuštkové podle učení svámího Gítánandy

Ing. Mílu Mrnuštkovou jsem potkala na setkání příznivců Integrální jógy v Cholině. Působí v Brně. Krásná žena s pravidelnými rysy ve tváři. Tak jako se to běžně u skutečně praktikujících jogínů stává, i ona vypadala asi o deset let mladší, než ve skutečnosti byla. Překvapila mě i její vystudovaná jaderná fyzika. Dnes se zabývá vedením jógových cvičení. Pravidelně pořádá kurzy a víkendové akce.

V Indii v ášramu u svámího Gítánandy byla v roce 1989 a v roce 2003. Přeložila Gítánandovo dílo, korespondenční kurs pro zájemce ze Západu, který napsal v šedesátých letech. Kurs má padesát dva kapitol a původně umožňoval adeptům být se svým učitelem v pravidelném kontaktu. Sloužil také jako příprava před cestou do ášramu v Indii. Tato vynikající kniha vyšla v Čechách pod názvem „Jóga krok za krokem“. Dnes podle ní cvičí jednotlivci, postupují podle ní i cvičitelé z různých jógových kursů po celé republice. Na našem trhu je to jeden z nejlépe zpracovaných materiálů, komplexně a přehledně mapující vše podstatné z jógového učení.

„Svámí nikdy neusiloval o závislost svých žáků na své osobě, jakmile zjistil, že se nějaká taková závislost vyvíjí, ihned ji ukončil. Vedl své žáky k tomu, že nic v duchovním světě není zadarmo. Že skutečným platidlem tu nejsou peníze, ale trpělivost žáka, jeho úsilí, čas, který věnuje, pozornost, kterou vkládá a úcta ke guru, kterou vyjadřuje ochotou pomoci, poslušností a plnou důvěrou ve svého mistra. Na druhé straně se mistr zavazuje předat žákovi vše, co ví a co je žák na své úrovni schopen pojmout. Zavazuje se nečinit si z žáka slepého posluhovače, ale vést ho k poznání, že ten nejzazší guru je skutečnou podstatou každého z nás, že jej musíme hledat v sobě a že vtělený guru nám může pomoci ukázat cestu, může nás nasměrovat, ale nic v tomto směru nemůže - a také nechce - vykonat za nás. ... Studovat se svámím Gítánandou nebylo snadné, ale vždy to bylo poctivé. Potřebovala jsem k tomu poznání několik dalších let, ale dnes už vím, že svámí vždy svou stranu úmluvy dodržel a vždy ještě přidal něco navíc. Teď je tu čas, kdy je na nás, jeho žácích, abychom podle svého nejlepšího vědomí a svědomí dávali dál to, co on dával nám. A je třeba nezapomínat při tom na to, jak dával on. Beze snahy o připoutání žáka, beze snahy o vytváření si davů obdivovatelů, ale s plným nasazením a s láskou v srdci“ (Mrnuštková, 2002).

Přestože Míla Mrnuštková postupuje podle systému svámího Gítánandy, je současně hluboce ovlivněna přístupem Milady Bartoňové. Její kurzy v sobě tedy neoddělitelně pojímají i spirituální obsah.

Jóga v denním životě

Jóga v denním životě je jógová škola soustředěná na osobnost indického duchovního učitele svámího Mahešvaránandy. Nejbližší žák jeho učitele Parahamsa Mádhavanánda pověřil Mahešvaránandu misíí na Západ. Roku 1972 odjel Mahešvaránanda do Evropy a založil ve Vídni ášrám, který nese jméno Mádhavanándovo. Své působení brzy rozšířil i na další evropské státy a jako jeden z mála náboženských představitelů projevil zájem i o socialistické země. Do někdejšího Československa přišel poprvé v roce 1973 a od té doby se mu podařilo získat největší počet žáků ze všech indických učitelů působících na našem území. Během let se jeho učení rozšířilo do téměř 20 dalších států Evropy a do několika zámořských zemí (Vojtíšek, 2004).

Jóga v denním životě má být nejen tělesným cvičením vedoucím ke zlepšení zdraví a duševního stavu, ale na rozdíl od většiny organizací u nás představuje i propracovaný náboženský systém s osobností Mahešvaránandy v čele. Pod sebou sdružuje řadu oddílů založených pouze na fyzickém hathajógovém programu a teprve po vyjádření zájmu a třech letech cvičení má adept možnost obdržet osobní mantru (slovo nebo krátká věta s duchovním významem) od mistra a stát se jeho žákem. Toto opatření není původní, ale v současné době se používá, aby se omezilo přecházení v rámci různých jógových škol a mistrů.

Mahešvaránandova skupina je v několika směrech výrazně jiná než většina jógových skupin v Čechách. Předně zde jde o osobnost živého, přítomného mistra, který je vnímán jako „uskutečněný“ a svatý v linii mistrů, tudíž povoláný dovést i své žáky k sebeuskutečnění a splynutí s kosmickým principem. Jeho žáci na tuto skutečnost výslovně upozorňují. Říkají, že podpora od živého mistra je silná. Dokud je mistr na živu, je pomoc blízko. Sám Mahešvaránanda říká, že bez pomoci

živého mistra nelze lidské ego rozpustit. Že učitel musí žáka dovést k milosti.

„Jóga je cesta, po které můžeme kráčet i sami. Ale jen do určité meze. Cvičením jógy lze dosáhnout téměř všeho. Budeme s to rozšířit vědomí do celého vesmíru (brahmánda), zakusíme absolutní možnou prázdnotu (šunjáksa) – avšak nedojdeme osvobození (mókša). Z pout karem a koloběhu smrti a znovuzrození se můžeme osvobodit pouze za součinnosti duchovního Mistra, zprostředkovatele boží milosti. Naše titěrná osůbka nezdolá sama horu navršených karem. Tu může zničit jen boží milost guru-krpá. Ta jediná je s to učinit nemožné možným. Jen pomoc Boha a Mistra nám umožní dokončit cestu. Boží milost se neomezuje jen na některá náboženství anebo na některé země. Pravý Mistr je ten, kdo došel jednoty s Bohem, a tak stojí nad veškerou dvojností“ (Mahéšvaránanda, 2004).

Jde tedy o klasický východní způsob přijetí mistra. Naprosté odevzdání sebe sama, kdy vztah mistr – žák, se stává nejvýraznějším životním vztahem. V českém, potažmo evropském prostředí podporujícím individualismus a samostatné myšlení působí tento typ vztahu až manipulativně. Ale jak říká i Milada Bartoňová: „Každý žák má svého mistra.“ Z tohoto pohledu pak je Mahešvaránandova skupina pro své žáky velmi funkční, úspěšná a tímto typem lidí velmi vyhledávaná.

Další specifikum oproti jiným skupinám tkví ve výrazném přenesení indických rituálů, jazyka a zvyků na českou půdu, což je jistě důsledek přímého vedení indického mistra. České duchovní osobnosti z jiných skupin na tak výrazném přenesení atributů netrvají, pokud na něm trvají vůbec.

Středem společného života jsou satsangy (setkání k poslechu přednášky a společné meditaci), bhadžany (zpěvy) i prašad (vegetariánské jídlo). Na některých setkáních se zároveň cvičí i hathajóga. Hlavními centry jsou ášram ve Vídni a v indickém Jaipuru. Pravděpodobně nejvíce stoupenců získal tento učitel právě v Čechách. Alespoň částí systému prošlo asi deset tisíc lidí a na tisíce stoupl počet zasvěcených Mahéšvaránandových žáků. Českým centrem této náboženské skupiny je

od roku 1994 Mahaprudíp ášram v zámku ve Strílkách na Kroměřížsku. Ášrám si získal popularitu pořádáním širokého spektra kurzů (zdravotní kurzy, kurzy vegetariánské stravy, keramiky, hindštiny atd.).

Na návštěvu satsangu (setkání), jsem byla nečekaně pozvána od českých žáků Vojty a Ireny Havlových. S nimi jsem se sešla už o několik týdnů dřív kvůli rozhovorům a dotazníkům. Oba mi vyšli maximálně vstříc a zanechali ve mně, díky své hluboké lidskosti, ty nejlepší dojmy.

Setkání se konalo naprosto výjimečně v neplánovaném čase v Pražském centru nedaleko náměstí Jiřího z Poděbrad a zanechalo ve mně smíšené pocity. V poměrně velké místnosti se na zem těsně vedle sebe usadilo asi dvě stě lidí. Překvapilo mě, že byly přítomny děti, a to i velmi malé. Přestože jsem automaticky očekávala, že budou celý průběh večera rušit, byly velmi klidné, spokojené a dá se říct, že duchovní snažení jejich rodičů se na jejich výchově jasně odráželo.

Satsang začal v osm hodin. Začalo se zpíváním písní a manter v hindštině a zřejmě i písní na oslavu mistra, jak jsem vyrozuměla. Většina lidí si vyndala své zpěvníky často i s Mahešvaránandovou fotkou. Všichni nosili prašád, tedy dary, které sestávaly především ze sušeného ovoce a oříšků, ale byly tam i čokoládové bonbóny, mísy různého čerstvého ovoce a květiny. Nalevo byl oltářík s fotkami, uprostřed vyvýšené sezení připravené pro svámího. Zpívalo se dlouho. Svámí Mahešvaránanda přišel až téměř v devět hodin. Na moji evropskou mysl tohle čekání nepůsobilo nijak pozitivně. Ale jedna z hlavních zásad tohoto společenství je pokora. Jeho promluva byla krátká. Vracel se hodně k světovému míru, toleranci mezi náboženstvími, ochraně životního prostředí (znečištění, nedostatek vody na planetě, globální oteplování). K tématům, která -jak říkal- opakuje od roku 1974 „*Pro nás je víc, když budeme pracovat na záchraně životního prostředí, než na realizaci Boha*“ (Mahešvaránanda, 2006). Dále mluvil o nutnosti odstranění negativních myšlenek a vlastního ega a varoval proti současné orientaci navenek místo do nitra. Zopakoval základní kameny, na kterých stojí Jóga v denním životě.

Připadala jsem si nepatřičně mezi zpívajícími a modlícími se lidmi otočenými k oltáři. Svatokrádežně. Kdybych věděla, jak bude setkání probíhat, asi bych si nedovolila přijít. Cítila jsem, že jsou vzájemně naladěni a propojeni v celé skupině a určitě byla pro ně důležitá síla společné vibrace při zpěvu a při modlitbách.

Jedna z hlavních zásad tohoto společenství je pokora. Bohužel jsem ji osobně vnímala jen jednosměrně. Od žáků k mistrovi. Ale to je zřejmě součástí tohoto způsobu vedení. Chyběl mi i osobitější přístup, který ale, jak říkají jeho oddaní žáci, byl běžný v počátcích, kdy svámí chodil i po bytech a navštěvoval své žáky. Ale dnes, jak říkali, se to díky počtu jeho žáků už nedá zvládat.

Jako učitel je Mahešvaránanda velmi aktivní. Pod jeho vedením existují stovky jógových center v zemích střední a západní Evropy, v Kanadě, v Austrálii, na Novém Zélandě a v Indii. V Indii inicioval řadu humanitárních projektů ve sféře zdravotnictví a vzdělání. Jak mi řekli

jeho žáci, buduje velké sídlo v Čadanu, kde staví sto osm domečků ve tvaru ÓM, chrám, nemocnici a školu pro tři sta opuštěných dětí. Má za sebou více než tři desetiletí humanitárních aktivit a bývá i iniciátorem mezináboženských dialogů.

3.5 NEJVÝZNAMNĚJŠÍ OSOBNOSTI ČESKÉ JÓGY, NÁSTIN JEJICH UČENÍ A SFÉRA VLIVU NA ČESKOU SPIRITUALITU

Podstatný rys českých vůdčích osobností jógy je jejich pocit vnitřního vedení, dar vidění, vizí a řada dalších prožitků, které vybočují z toho, co je podle běžných měřítek normální. Neokleštěná jóga, tedy jóga s duchovní, filosofickou rovinou, je žitou religiozitou těmito osobnostmi hluboce prociťovanou. Henryk Skolimowski také upozorňuje na tento fakt, když mluví o životě geniálních osobností jako byl Budha, Ježíš nebo Sókratés: „*Věděli, že existuje zvláštní druh pravdy, tzv. žitá pravda, kterou lze sdělit a vyjádřit jedině skrze světlo, vyzařující z jejich života*“ (Skolimowski, 2001, s 326).

Jejich společnými rysy je výrazná skromnost, popření své vlastní důležitosti, absence arogance, tolerance a velká opatrnost v hodnocení, široká škála barev mezi černou a bílou, do které má běžné myšlení občas tendenci sklouzávat.

Milada Bartoňová a Integrální jóga

Jak už bylo zmíněno výše, Milada Bartoňová vycestovala na přelomu roku 1967-8 do Indie. Většinu z téměř ročního pobytu strávila v ášramu svámího Satyanandy Sarasvatí.

Vystudovala psychologii a filosofii na Karlově univerzitě a dlouhá léta působila jako redaktorka vědecké literatury ve Státním pedagogickém nakladatelství. Při vydávání odborných knih spolupracovala nejdříve s odborníky pro studia řecká, římská a latinská při Filozofické fakultě a později začala spolupracovat i s Orientálním ústavem Československé akademie věd. Zároveň externě studovala hindštinu a sanskrt. Vzdělávala se ve všem, co se týkalo východní filosofie, náboženství, dějin a jógy. Redigovala učebnice hindštiny, bengálštiny a dalších indických jazyků. Na základě práce s orientalisty z Univerzity Karlovy vytvořila redakci východní literatury. V roce 1967 si zažádala s doporučením Orientálního ústavu o stipendium ministerstva kultury. Obdržela je. Po své návštěvě ášramu v Biháru strávila několik dalších měsíců na cestách studiem severoindických jazyků (Bartoňová, 2002).

Výjimečné osobní kvality spolu s učením, které si v Indii osvojila, z ní udělaly jednu z nejvýznamnějších učitelek jógy v Čechách. Kromě básní nikdy nepublikovala. Přenášela jógu na své žáky v duchu tradiční jógové filosofie.

Spisovatelka Eda Kriseová, její žákyně od roku 1974, o ní v rozhovoru říká: *„...učení, co přinesla, je pravé. Já jsem se pak setkala po světě s různým učením, ale už to nebylo ono, i když to byl třeba taky Satyánanda. A čím víc jsem se pak pohybovala po ášramech v Indii a cvičila jsem s různými lidmi, tak jsem přišla na to, že ona nám přivezla to nejlepší z jógy, a že jsme měli takové štěstí, myslím my Češi, protože ona to sem přivezla. To bylo její poslání“* (Kriseová, 2006).

Po návratu z Indie se Bartoňová rozhodla, že všechno, co směla získat v Indii, musí předat lidem v Čechách.

„Středem výuky bylo pochopení hlubinných pravd života. Satyananda nám předzpěvoval verše z Bhagavangíty a potom osvětloval jejich poselství. Žasla jsem nad hloubkou výkladu pravdy v nich skryté. Uvědomovala jsem si, jak každé sanskrtské slovo má skrytý význam a z jakých duchovních kořenů vyrůstá. Jaké zkušenosti lidského ducha bylo třeba, aby se zrodila ta či ona věta. Jaké hluboké poznání předcházelo zákonitostem poznání mysli a všeho duchovního dění v člověku, aby tato pravda mohla být vyslovena. Těžko se dá přiblížit, jak mě zasáhl a oslovil svámího hluboký vhled. ... Jeho vztah k žákům byl velice osobní. Jeho cílem bylo, abychom sami v sobě našli svou podstatu. On nás jen inspiroval... Vedl nás k tomu, abychom se duševním zřením učili vnímat jemné aspekty bytí, provázanost všeho se vším, a tak začali rozvíjet svou schopnost číst za událostmi jejich pravý smysl... Když jsem se po jedenácti měsících vracela, byla jsem naplněná velikou touhou po šíření světla a pravdy“ (Bartoňová, 2002, 54-61).

Díky Vlastě Kaplanové přešla z nakladatelství do Ústředního ústavu tělesné kultury. Aby po invazi spojeneckých vojsk mohla jóga dál existovat, musela být prohlášena tělovýchovnou disciplínou. V ústavu, tehdy už se svým životním druhem Rostislavem Hoškem, zahájila pravidelné kurzy jógy. Spolupracovala s André van Lysebethem, MUDr. Mukundem Bholem, Gojálem, svámím Gítánandou, svámím Višnudévandou a také s řadou českých indologů a znalců východní moudrosti.

Rostislav Hošek pracoval v krátkém filmu jako dokumentarista. Přes náročnou dobu totalitního režimu, tak jak to bylo možné, vyučovali jógu jako celistvý systém.

Na moji otázku, jak probíhala cvičení a kurzy v době totality, jestli byla Milada Bartoňová opatrná na svá slova, mi Míla Mrnušítková odpověděla: *„Nikdy si nedávala pozor. Tak byla přesvědčená, že dělá dobrou věc. Nechápu to. Jezdila za ní třeba Eda Kriseová, a ta byla sledovaná na každém kroku. Řekla bych, že měla nějakou vyšší ochranu. Nebyla z těch, kdo by uhnul. Jezdila jsem na kurzy od roku 1979 a zažila jsem tedy deset let do revoluce. Proto jsem tam jezdila ráda. Člověk se mohl nadechnout“ (Mrnušítková 2006).*

Celý život měli s Hoškem kolem sebe řadu přátel a blízkých lidí. Stýkali se také s manželi Tomášovými na jejich pravidelných duchovních setkáváních. Tyto dvě pozoruhodné manželské dvojice ovlivnily spiritualitu českého jógového hnutí v nebyvalé míře.

Milada Bartoňová patří mezi učitele, kteří svým životem dokladují hloubku uskutečněného jógového učení. Na její cestě jí pomáhala otevřenost vůči vnitřnímu vedení a vizím, které ji provázely.

„Své vnitřní vedení jsem zachytila už v dětství... Nikdy mě nezklamalo a já nezklamala je. Důležité je učit se porozumět symbolům, kterými k nám naše duše hovoří. Je to otázka životní a duchovní zkušenosti. Zažila jsem ve svém životě těžká údobí. ... Nic nebylo zbytečné... Víím, že překážky jsou nutné, abychom vyvinuli sílu, kterou můžeme prociťovat v sobě. ... V našem nitru je ona síla. Nikoliv mimo nás. Kdo nás to vede? Tak bezpečně a moudře? Prociťujme... (Bartoňová, 2002, s. 64).

„Měla jsem celý život dar vidění. V určitých chvílích jsem viděla jak budoucí děje, tak i duchovní skutečnosti. To vše v symbolech. Jen stěží k nám může naše duše hovořit přímo. Používá symbolickou řeč. Je to moudrost sama, která nám dává najevo, že nejsme jenom těmi, kdo jsou omezeni prostorem a časem, ale že je v nás dimenze, která čas a prostor přesahuje“ (Bartoňová, 2002, s. 69).

Doktorka Bartoňová vychovala řadu cvičitelů a ovlivnila tisíce adeptů jógy. Svoji jógu nazvala Integrovaný pro celistvý, holistický přístup k člověku, který zastávala. Vždycky učila, že jóga je vědomé spojení s nejvyšším principem Bytí. Zdůrazňovala nutnost postupnosti, očistění charakteru, odstranění ega.

Ve svých osmdesáti devíti letech jezdí stále na řadu jógových akcí. Je pravidelnou účastnicí jógových setkání a pobytů v Hostovicích, které sama založila. Ještě dnes, přes handicap své nemoci, působí její přítomnost nezapomenutelným dojmem.

Podobný pocit prostoupenosti jako s Eduardem Tomášem (viz níže) jsem zažila i s Miladou Bartoňovou, byť v jiné poloze. Čekala jsem na ni v předsálí tělocvičny. Vešla starší bělovlasá paní. Šla jsem jí naproti: „Vy jste paní doktorka Bartoňová?“ zeptala jsem se a zastavila se v běžném „evropském“ odstupu. Šla dál a až těsně ke mně, široce se usmívající a dala hlavu těsně k mé. V prudce narůstajícím zmatku, kdy jsem naprosto netušila s kým si mě spletla, nebo co se vlastně děje a situaci jsem musela nějak řešit, jsem ji políbila na obě tváře. Krátce jsem vysvětlila kdo jsem, proč tam jsem a požádala jsem, jestli si s nimi můžu zacvičit. Nepřestala se na mě široce usmívat, pohládila mě po tváři a já se vrátila zpátky do dětství naprosto vykořeněná tímto nečekaným vývojem situace. Ta žena byla blízká všem. V krku se mi všechno stáhlo a já cítila ruce své babičky, její úsměv, laskavost, moudrost. Později jsem pochopila slova primáře Nešpora, který řekl: „Milada Bartoňová, to je svěřice“ . Nějak podobně mohli být skutečně svatí vnímání.

Ta žena je sice částečně na druhém břehu, a to pro Alzheimerovu chorobu. Její oči vypovídají o tomto žitém příběhu bezradnosti a zapomnění, ale momenty, kdy se mi před očima měnila v charismatického leadera s výrazným, jistým a v hlubší tónině posazeným hlasem, vypovídaly o síle její osobnosti. Během cvičení se u mě občas zastavila, opět mě pohladila po tváři s pohledem plným neutuchající vřelosti a vlídnosti a odkračela, nechávajíc mě napospas mým vnitřním obsahům.

Pro rozhovor s ní jsem si rok poté dojela na setkání členů Integrovaní jógy do Cholína. Sešla se tam velmi zajímavá skupina, dnes převážně cvičitelů, nebo samostatně cvičících pokročilých jogínů. Milada Bartoňová už nepředcvičovala, jen občas zazpívala své písně. Nevěděla jsem jakým způsobem se k ní přiblížit a jak s ní jednat, protože její projev měl dvě protikladné stránky. Setkala jsem se již s lidmi, kteří trpěli ke stáří podobnou nemocí. Jejich osobnost byla potlačena, oči byly bez významu. U Milady Bartoňové to bylo jiné. Částečně vyvanula osobní stránka, ale poloha dosažené duchovnosti zůstala netknuta. Jakoby se s ní člověk dotýkal bezčasovostí. Při rozhovoru odmítla nahrávání, ale jinak byla velmi vstřícná. Měla problém si vzpomínat na některé osobní věci a uvědomovala si ho. Na jedné straně rozštěkanost a neschopnost určitých základních úkonů, na straně druhé silná osobnost, jejíž vzdělanost byla cítit nejen z perfektní češtiny, ale i ze skvělých asociací a obrazů, které pro své vyjadřování používala. Její duchovní hloubka prorazila okamžitě mistrnými postřehy, jakmile jsme se dostali na téma jógy, jejího poselství.

Manželé Tomášovi

Z této manželské dvojice, která duchovní scénu české společnosti ovlivňovala nejvíce v druhé polovině dvacátého století, byl Eduard výraznější postavou.

Tento náš nejvýznamnější jogín srozumitelně a jasně vyložil dávná učení, která bývala po dlouhá tisíciletí předávaná pouze zasvěceným. Vysvětlil a objasnil základní obory jógy, stojící na třech lidských principech: rozumu, citu a vůli. Podle toho, která z těchto vlastností převládá, si člověk volí svou duchovní cestu:

-na vůli stojí královská jóga - *radžajóga*..

-na citu stojí *bhaktijóga* - cesta lásky a oddanosti. V nejvyšším stadiu se mysl rozplyne v láskyplném sebeodevzdání. Je nejstarší jógou na světě a najdeme ji ve všech náboženských systémech a směrech.

-k rozumu se váže *džánajóga* - cesta logických úvah a intelektu. Vedoucí k moudrosti a můžeme sem zařadit i *átmavičáru* - Máharišihovu cestu duchovního sebedotazování.

Tyto jógy, ještě spolu s *karmajógou* - cestou usilovné práce, ale bez zájmu o výsledek - zařadil do integrální jógy. Tímto pojmem chtěl označit komplexní učení, které všechny základní jógy propojuje a které je pro současný svět velmi vhodné. Integrální jógu pojímal jako přípravu pro *asparšajógu*, neboli jógu nad protiklady.

Učil i tibetskou nauku, kterou je *Jóga velkého symbolu*. Ta podle jeho slov *nezapomíná na nic*. Je to bhakti, džánána, rádža a dokonce i asparšajóga (Tomáš, 1995).

Tomášovo učení se zakládalo na poznání, že základem bdění, spánku i snění je stav JÁ JSEM. Že tělo, city ani intelekt není naše Já. Je potřeba je zklidnit, utišit. Potom objevíme, že zde existuje ještě něco jiného. Ono JÁ JSEM. Hledající se má k němu obrátit, meditovat na něj a žít v přítomném okamžiku. Naše pravé Já je neosobní JÁ JSEM, což je Kristovo království nebeské, Budhova Nirvána, čínské Tao, tibetská Šúnja, nebo hindské Osvobození (Tomáš, 1992): „*Přestane-li se mysl pohybovat, jste v blahu vnitřní skutečnosti. V té chvíli zažijete nepředstavitelnou zkušenost a taky moudrost, která odstraní klam o vás i o světě... Je to největší dobrodružství života. Daleko hlubší stav, než je člověk schopen zažívat a přitom je mu vlastní*“ (Tomáš, 1998, s. 12).

Znát já, znamená stát se Jím. Být Já a být, znamená existovat. Rozpustit sobecké, klamné ego. Ale člověk i v tomto stavu nepřestává žít v lidském těle. Jen jedna část jeho vědomí žije v nekonečnu a druhá se stýká se světem (Tomáš, 1992, s. 11).

Lidské ego je velkým tématem všech jógových učení. Snaze po rozplynutí ega do pravé skutečnosti se říká jóga. Jóga je zastavení nebo rozpuštění pohybujícího se principu mysli. Ego je fiktivní přelud člověka vzniklý pohybem mysli. Ve skutečnosti je nekonečným Jástvím obaleným sobeckými myšlenkami a nevědomostí. Když vibrace mysli ustane, ego se rozplyne do živého Prázdná Skutečnosti. Není to nicota, ale čisté vědomí. Aby ego mohlo zmizet, vyžaduje jóga v první řadě práci na vlastním charakteru. Pak má nastoupit plné soustředění na Já a osobním myšlenkám, které ego vytvářejí tím, že je obalují, nevěnovat pozornost. Čemu nevěnujeme pozornost, to pro nás přestává existovat. Následkem toho pro nás zaniká. Pozornost, neboli vědomí pak pozoruje samo sebe a dochází ke stavu bez myšlení a cítění. To je jádro jógy a její systém (Tomáš, 1992).

Všude ve svém učení zdůrazňuje nutnost vlastního prožitku. Slova jsou omezená a nelze jimi poznávat. „Pravdu“ nelze popsat, ale lze ji zažít. K dosažení vlastního prožitku této kvality slouží různé cesty, během nichž musí adept nejprve prohloubit své normální vnímání a rozšířit vědomí. Každá z popisovaných cest má svá úskalí a každá vyžaduje práci na sobě samém.

Skutečnost, která byla cenná pro návštěvníky Tomášových přednášek a pro čtenáře jeho knih, je autenticita jeho vlastního života a niterná obeznámenost s učením, které předával. Ve své životopisné knize „Paměti mystika“ popisuje svoje vlastní zážitky a životní cestu s „jógu“. Na otázku, jak se k józe (měl křesťanskou výchovu) vlastně dostal, odpovídal, že má pocit, že se s ní už narodil. Že jí žil jaksi odmalička a knihy prý přišly mnohem později. Byla mu vnitřně bližší než křesťanství, které však uznával. Neměl rád církevní dogmata a jako jogín kritizoval zásah církevních otců ve 4.stol., kdy byla podle některých teorií z Bible

vyloučena reinkarnace. Bibli měl prostudovanou a Ježíšovo učení vnímal jako jednu z cest k Poznání. Upozorňuje na křesťanskou mystiku, kde můžeme nalézt popisy postupného produchovňování člověka.

Všechny náboženské nebo filosofické systémy pokládal za různé cesty ke stejnému cíli. Jako berličky, které člověku na cestě pomáhají, které je ale třeba v konečné fázi opustit pro dosažení jediné „Pravdy“. *Přestat jít cestou k Bohu, ale postavit se na jeho stanovisko* (Tomáš, 1998, s. 115). Vzdát se Boha kvůli Bohu, jak říká Mistr Eckhart: „*V duši je cosi, co je s Bohem tak spřízněno, že je s ním jedno a ne sjednoceno... V Bohu jsou všechny věci stejné a jsou Bůh sám* (Eckhart, 1993, s. 288).

Eduard Tomáš viděl budoucnost vědy v duchovní rovině. Tvrdil, že dříve nebo později se věda stane duchovní záležitostí - když vědec prozkoumal všechno mimo sebe, obrací pozornost na toho, kdo zkoumá.

Nelze opomenout jeho významné setkání s dalajlámou. Sám o něm říká: „...*Ověřili jsme si navzájem, že se známe již z minulých životů, ale že je to všechno jako sen, na kterém nelpí ani on ani já. Zůstala z toho však jemná radost a láska a hluboké přátelství na duchovním podkladě. Máme se rádi jako kdysi*“ (Tomáš, 1998, s.91).

Osobnost Eduarda Tomáše na mě velmi silně zapůsobila. Byla jsem se, ještě v době kdy manželé Tomášovi přednášeli, podívat na některých jejích přednáškách. Přednášky byly vedeny ve velmi laskavém duchu, přehledně a jasně, provázené jeho inteligentním humorem. Eduard Tomáš mluvil o obecných principech jógy a východního myšlení, a prokládal je občasnými postřehy ze soukromého života.

Při osobním setkání se mi dlouze zadíval do očí a já měla pocit, že se propadám do vesmíru. Jako bych se díky němu i já mohla rozšířit do prostoru, prolnout se světem kolem sebe a být v míru, v tichu. Náboženský prožitek prostoupení. Nevěděla jsem, co se stalo. Poprvé jsem se setkala se skutečností, že při pohledu do očí hledáte člověka a on tam není. Je tam Prázdno, které ale neznamená „Nic“. Naopak. Je naplněné významy. Teprve o mnoho let později jsem se v knihách o tomto „Prázdnu“ dočetla.

4. Spiritualita jógového hnutí v Čechách - orientační dotazníková studie

4.1 ZÁKLADNÍ VÝCHODISKA A CÍLE

Cílem studie je orientačně zmapovat specifika spirituálního prožívání u členů jógového hnutí.

Při formulaci základních cílů studie jsem vycházela z předpokladu, že jóga v sobě zahrnuje odlišný životní styl související s vyšším stupněm duchovnosti. Jóga je soustředěna „dovnitř“ do těla a i ve své krajní (fyzické) podobě, je nesporně hodnotným prostředkem regenerace a psychické relaxace. I v této své nejjednodušší formě je vnímána jako prostředek k zotavení se z následků současného způsobu života. Vyšší formy jógy v sobě už neoddělitelně pojímají jógovou filosofii v různé míře četnosti a hloubky předávaných informací v rámci jednotlivého zaměření jógových škol. Jóga je jednou z cest k duchovní realizaci člověka. Dá se tedy předpokládat, že i lidé, kteří jógové kurzy navštěvují, se ve svém životě daleko víc orientují na duchovní hodnoty než běžná populace. Zároveň můžeme očekávat, že s přibývajícím věkem, v souladu s přirozenou změnou hodnotových žebříčků, se bude zvyšovat intenzita spirituálního prožívání. U jógových adeptů, kteří z hlediska jógové filosofie mohou brát poslední úseky svého života jako přípravu na „další život“, může být tento předpoklad i výraznější.

V porovnávání spirituality u věkových skupin bychom ale neměli zapomenout, že starší skupina jogínů ještě absolvovala náboženskou výchovu. Tento vliv na současnou generaci každé desetiletí klesá. Dá se tedy předpokládat, že bude-li zaznamenána vyšší spiritualita u starší skupiny, může být důsledkem i náboženská výchova v dětství a naopak nižší spiritualita mladých lidí způsobená její absencí.

S ohledem na uvedená východiska bylo hlavním záměrem studie porovnání věkových skupin jogínů a zmapování spirituálního prožívání adeptů různě zaměřených škol – skupin. I tato zjištění budou z hlediska nízkého počtu dotazovaných nahlížena jen jako orientační.

Na základě nastíněného záměru a s ohledem na metodologické možnosti empirického projektu zpracovávaného v rámci diplomového úkolu jsem stanovila následující hypotézy:

- 1) Dá se očekávat rozdílný vliv pohlaví jogínů na jejich spirituální zaměření.
- 2) Lze předpokládat, že s věkem se bude zvyšovat intenzita nebo četnost spirituálních prožitků.
- 3) Vzhledem k náboženské výchově lze předpokládat, že u nejstarší skupiny budou výše zastoupeny prožitky související s křesťanskými tématy. Konkrétně lze předpokládat vyšší součtové skóre u škál transcendentálně monoteistické a morální.
- 4) Je otázkou zda a nakolik se liší skupiny z různě zaměřených škol jógy z hlediska spirituality.

4.2 METODA

4.2.1 Soubor

Výzkumu se zúčastnilo 124 respondentů (91 žen a 12 mužů). 21 respondentů nevedlo pohlaví a věk. Z hlediska věku byli jogíni rozděleni nejprve do pěti skupin: 19-30 let, 31 –40 let, 41-50 let, 51 a více let. Vzhledem k výsledkům bylo provedeno další dělení do dvou věkových skupin, na věk střední (do 50 let) a starší (nad 51 let). Z hlediska zaměření byli jogíni rozděleni do šesti skupin: hathajógové kurzy ve východních Čechách, duchovněji zaměřená integrální jóga Milady Bartoňové a jejích žáků, nábožensky laděná skupina svámího Mahešvaránandy, Francouzská sluneční jóga cvičená v Dobrušce, fyzická jóga specificky duchovně nevedená - pražské kluby a Satyananda jóga, skupina absolventů duchovně laděného semináře.

4.2.2 Sběr dat

Sběr dat proběhl v jógových kurzech a seminářích, většinou za mé přítomnosti, nebo ve spolupráci s cvičiteli a cvičenci. V některých vzdálenějších místech tato výměna proběhla i korespondenčně. Vždy

jsem vysvětlila smysl výzkumu a požádala o spolupráci. Až na několik málo výjimek téměř všichni oslovení souhlasili.

4.2.3 Matematicko-statistické zpracování

Data byla zpracována pomocí statistického programového souboru SPSS 13. Pomocí výpočtu ANOVA byla provedena analýza variance součtových skóre pěti faktorů spirituality (viz níže) u jednotlivých podskupin.

4.2.4 Použitá metoda

Pražský dotazník spirituality PSQ

Při svém empirickém šetření jsem použila Pražský dotazník spirituality PSQ (Říčan, Janošová, 2005, viz příloha č. 7). Dotazník je obdobou amerických škál spirituality, jsou v něm tematizovány předpokládané projevy spirituality. Autoři se snažili minimalizovat specifické náboženské obsahy, zejména křesťanské učení, vůči němuž v českém prostředí lze očekávat jak averzi, tak i pravověrnost (Říčan, 2005). Pro účely výzkumu definují spiritualitu jako *subjektivní prožitek, který odkazuje k něčemu, co přesahuje běžnou realitu, běžné chápání konkrétní situace*. Záměrně se také vyhýbali pojmu spirituality, s nímž je laická veřejnost obeznámena

spíše minimálně a užívali pracovní označení „dotazník názorů a pocitů“ (Janošová, 2005).

Dotazník obsahoval třicet položek, u nichž jogíni hodnotili míru souhlasu pomocí 5-stupňové Likertovy škály.

Pražský dotazník spirituality zjišťuje pět společných faktorů spirituality týkajících se těchto oblastí:

První faktor byl označen jako eko-spirituální. Položky tohoto faktoru „vyjadřují prožitek bazální příbuznosti člověka s celkem přírody i s jejími jednotlivinami (strom bratrem, Země matkou). V této pozici se člověk stává jen jedním z řady tvorů, nikoli jejich pánem. Stejnou hodnotu má též příroda neživá a dokonce se zde objevují pochyby o jejím neživém stavu („i kameny možná mají duši“). Kontakt s přírodou budí úžas (lesní studánka, majestátní strom, hvězdná obloha, setkání s horou či skálou) a touhu porozumět jejímu skrytému tajemství. Země je zde konečnou posvátnou instancí, jež pojímá stejnou měrou vše živé i neživé“ (tamtéž).

„S narůstající pozorností veřejnosti k ekologické problematice se v posledních desetiletích začíná dostávat ke slovu také duchovní stránka situace člověka ve vztahu k přírodě“ (Janošová, 2005). V minulých stoletích byl jiný než utilitaristický vztah k přírodě obvykle vnímán jako pohanský, případně hodnocen a trestán jako čarodějnictví (Janošová, Řičan, 2004). Se sekularizací společnosti se člověk navrácí zpět k přírodě. „Roste též respekt k lidovému a bylinnému léčitelství a sílí trend celostního medicínského přístupu, který otevřeněji připouští působení neprozkoumaných uzdravných sil organismu“ (Janošová 2005).

Druhý faktor je faktor sounáležitosti tematizující intenzivní prožitky pojící se ke společenství blízkých lidí. Jedná se o „sounáležitost duší“ i o přináležení k lidem, které „pomáhá překonávat nesnáze“. K sounáležitosti se pojí také „touha radostí obejmout svět“, přání „šťěstí všech bytostí“ a uvědomění, že „život je zázrak“. Vedle intenzivních prožitků radosti hovoří výroky též o „zvláštním slavnostním pocitu“ (tamtéž).

Prožitek radostné sounáležitosti s lidmi je spjat se životem skupin a je součástí lidské socializace. V průběhu života se však hranice „my“ rozšiřují o další jedince a skupiny až k celku lidstva. Polarita „my“ ve faktoru sounáležitosti je však zřetelně omezená na lidstvo – na rozdíl od faktoru eko-spirituálního, kde identifikace překračuje nejen hranice „živočišného druhu“, ale i živých entit. Podobně jako většina společenských institucí také náboženská seskupení většinou hojně užívají skupinové dynamiky a usilují o kultivaci sounáležitosti při setkávání společenství spolu-věřících.

Třetí faktor byl nazván faktorem mystickým. Položky s největšími zátěžemi u tohoto faktoru vypovídají o intenzivních prožitcích „odevzdání se proudu (či hlubině) bytí“ a „otevřítího se tajemství vesmíru a existence“, kdy se „skutečnost náhle ukáže ve zcela novém světle“. Změny stavu vědomí při odlišném prožívání času, prostoru a vzdálenosti připomínají popisy mystických (či psychedelických) prožitků. „Já noří do větší přesahující skutečnosti“. Zrušení hranic mezi „Já“ a „Nejá“ je

zakoušeno také v pocitu „*sjednocení s veškerým životem*“, v extatickém vztahu k druhému člověku. Objevují se tu též výpovědi o zážitcích hlubokého vnitřního míru, osvobození, setkání s děsící vznešeností či s odpuštěním, které mění lidské vztahy.

Položky tohoto faktoru mají obsahově velmi blízko k faktoru transcendentálně monoteistickému. Malým rozdílem je časoprostorové zařazení toho, co je vnímáno jako přesahující. Zatímco v transcendentálních položkách se jedná o něco „vyššího“, „tam“ a „potom“, položky mystického faktoru hovoří o bezrozměrné „hlubině“, která je „všude a stále“, právě tak „mimo Já jako uvnitř něj“. Představují-li výroky **transcendentálního faktoru formální jádro monoteistických systémů**, pak uvedené **mystické zkušenosti tvoří nejvlastnější prožitkové jádro patrně všech živých náboženství**, na jehož základě religiózní obrazy vznikají.

V pořadí čtvrtý je faktor morálního entuziasmu. Jeho položky verbalizují téma dobra a zla, morální apel „čistoty“ a „statečnosti“ i strach z vlastního činu, který by mohl někomu „zkazit život“ či „zničit mou lidskou podstatu“. Objevuje se zde také otázka soucitu, prožitek druhých jako „*bytosti s tajemným vnitřním světem*“ a pociťování sebe sama jako „*nicotného*“ a „*nepatrného ve srovnání s nekonečnem bytí*“. Na rozdíl od předchozích „čistě prožitkových“ faktorů mají výroky tohoto faktoru také praktický charakter. Tematizují morální pocity, ve jménu kterých jedinec cítí potřebu se sebou (či pro svět) „něco udělat“. Také morální aspekt je bytostnou součástí veškerých náboženských systémů, avšak i nenáboženské myšlenkové proudy (a demytologizovaná teologie) jej přijímají jako neodmyslitelný pro společenské soužití.

Pátý faktor je faktor transcendentálně monoteistický. Je zde vyjádřen určitý přesah běžné reality k něčemu, co stojí „nad“ ní. Obsahy výroků naznačují, že životní události, ani lidé, které potkáváme, nejsou ničím nahodilým. Životní příběh má ještě další, „*hlubší*“ smysl, podobně jako má svůj „*vyšší cíl*“ dějinná cesta lidstva. Jedná se o postupné lineární přibližování k „*nejvyšší*“ skutečnosti. Vstupní branou k jejímu úplnému nahlédnutí je však teprve smrt, kterou ovšem nic nekončí, je to naopak návrat „*domů*“.

„Představy tohoto druhu lze najít ve většině monoteistických náboženských systémů. Postrádají obsahy dogmat a náboženské pojmoslovi, svými formálními obrazy absolutna jsou nicméně téměř totožné s jejich teologickým myšlenkovým rámcem“ (tamtéž).

4.3 VÝSLEDKY

Tabulka 1a (viz příloha č. 1) prezentuje průměrné hodnoty a směrodatné odchylky součtových skóre podskupin rozdělených podle věku. Tabulka 1b (viz příloha č.1) znázorňuje výši statistických rozdílů mezi uvedenými skupinami. Tabulka 2a a 2b (viz příloha č. 2) obsahuje tytéž hodnoty, jedná se však o porovnání podskupin rozdělených na dvě věkové skupiny, střední a starší věk. V tabulkách 3a a 3b (viz příloha č. 3, 4) jsou uvedeny hodnoty týkající se porovnání skupin rozdělených podle zaměření jednotlivých jógových škol, tabulky 4a a 4b (viz příloha č. 5, 6) obsahují příslušné hodnoty skupin rozdělených podle měst s vyšším počtem cvičenců.

Vzhledem k nízkému počtu dotazovaných mužů se ukázalo být porovnání skupin podle pohlaví neadekvátní (viz hypotéza č. 1). Hypotéza rozdílnosti se však potvrzuje nepřímo samotným nízkým počtem mužů, jenž poukazuje na fakt, že tento typ spirituality je bližší ženám.

Předpoklad zvyšující se intenzity spirituálních prožitků s věkem (hypotéza č. 2) se do značné míry potvrzuje. Pravidelně vzrůstající trend můžeme zaznamenat u škály mysticismu. U témat týkajících se eko-spirituality, sounáležitosti a v rovině transcendentálně monoteistické jsou u skupiny do třiceti let výsledky vyšší, než u skupiny do čtyřiceti let, ale v dalších věkových kategoriích naopak zaznamenáváme plynulé stoupání. Téma morálního entuziasmu má překvapivě opačnou tendenci, ačkoli tento trend není statisticky významný. Jak ale bude objasněno níže: vzhledem k odlišné jógové filosofii je předložena teorie, která umožňuje nahlížet i tyto hodnoty ve směru trendu zvyšující se intenzity spirituálních prožitků s věkem.

Vysoce signifikantní rozdíly ($p < 0,01$) byly mezi skupinami zjištěny u ekospirituality. Nejvyšších součtových skóre dosahuje skupina nad padesát let. Frekvence či intenzita mystických prožitků se z hlediska věku pohybuje na hranici významnosti. Nárůst stupňujících se mystických zážitků tedy patrně souvisí i s věkem.

Při rozdělení jogínů do dvou skupin na střední a starší věk se tyto rozdíly ukazují ještě výrazněji: statisticky významný rozdíl ($p < 0,01$) byl zjištěn v eko-spirituálních tématech a u škály mysticismu ($p < 0,05$). Stoupající trend na hranici statistické významnosti je zaznamenán u faktoru transcendentálně monoteistického a také u faktoru sounáležitosti. Z těchto výsledků vyplývá, že jogíni staršího věku, jimiž jsou převážně ženy (N= 36 žen, 7 mužů), mají velmi silný vztah a respekt k přírodě, a že mystické prožitky k jejich životu neoddělitelně patří.

Nabízí se tedy polemika s předpokladem, který byl uveden výše (viz hypotéza 3). Podle očekávání by spiritualita mohla narůstat v důsledku náboženské výchovy, kterou starší generace podstoupila. Působení náboženské výchovy lze očekávat spíše v rovině obecného inklinování ke spiritualitě, protože z hlediska oblastí, v nichž byly nejvyšší (a také nejnižší!) výsledky naměřeny, lze předpokládat, že přímý vliv tradiční náboženské výchovy se u jogínů výrazněji neprojevuje.

Eko-spirituální faktor naznačuje „ženskou“ polohu spirituality. Tedy polohu, která z hlediska evropské tradice odpovídá „pohanskému“ přístupu.

Ve výzkumu spirituality vysokoškolských studentů (Janošová, 2005) byly u skupiny žen – ve srovnání s muži – také naměřeny jako nejvýznamnější faktory eko-spirituální a mystický. Autorka dává v práci do souvislosti *bytostnou blízkost ženství a přírody* a tak jako moje práce

(viz kapitola I.3.C.) i ona poukazuje na rozpor mezi tělem a duchem v křesťanství.

„Dodejme, že zatímco Mariin křesťanský obraz působí tak trochu jako „ženství ve službách církevních (mužských) potřeb“, alternativa ženství v integritě s přírodou byla pronásledována inkvizicí v procesech s čarodějnicemi“ (Janošová, 2005, s. 5).

Výsledky naznačují jisté paralely mezi mladými českými ženami a staršími ženami jogínkami. Starší ženy, možná na rozdíl od svých vrstevnic, už svým výběrem jógových aktivit naznačují vědomý odklon od tradiční náboženské formy a vykazují stejný trend směřování za svobodnější „ženskou“ rovinou spirituality jako ženy mladé přirozeně podléhající současným dobovým trendům.

Při popisování témat zahrnutých v jednotlivých faktorech bylo řečeno, že „výroky transcendentálního faktoru představují „formální jádro monoteistických systémů“, tedy i křesťanství. Mystický faktor pak tvoří „prožitkové jádro všech náboženství“ (Říčan, Janošová, 2005). V teoretické části své práce jsem se dále zabývala i faktem potlačení této niternosti křesťanstvím (viz kapitola 1.2) a nástupem nových spiritualit, (mezi něž jógu zahrnuji), které tuto niternost dnes znovu objevují. Mystický faktor, v němž respondenti staršího věku dosahovali signifikantně vyšších hodnot ($p < 0,05$), tuto inklinaci naznačuje.

Zvláštní pozornost zasluhují i výsledky zjištěné u škály morálního entuziasmu, kde byly zaznamenány nejnižší průměrné hodnoty oproti ostatním škálám. Byl-li by tu očekávaný přímý vliv křesťanské výchovy, pak by se hodnoty zřejmě pohybovaly na druhé straně spektra. Výsledky jogínů u těchto položek napovídají o jejich jiném pohledu na daná témata a následování poněkud odlišné životní filosofie. Adept jógy bývá často zastáncem teorie reinkarnace. V jejím pojetí žije množství životů, ve kterých podstupuje zkoušky. Ty ho formují a životní zkušenost i negativní

patří neodmyslitelně k této cestě. A tak se těžiště úzkosti v otázkách posouvá do karmické roviny. Jogín nemá takovou obavu „že by si mohl zkazit život“ ani „touhu začít znovu“. Na rozdíl od křesťanské víry, která vychází z předpokladu jediného života, mu jeho filosofie dává naději změnit stav věci v kterémkoliv z dalších životů. Otázky na zlo, zbabělost v nás, nebo vlastní špinavost v kontextu s druhým člověkem a jeho čistotou evokují polaritu dobra a zla, jak je vnímána v křesťanství. Východní učení zná *jamu a nijamu*, tedy má své příkazy a zákazy, které jsou však postulované jiným způsobem a v konečném stadiu dává důraz spíše na nevychýlení se z rovnováhy.

Při porovnávání různě zaměřených jógových škol (viz hypotéza č. 4) se objevily statisticky významné rozdíly ve dvou spirituálních rovinách. Skupiny se mezi sebou významně liší u škály eko-spirituální ($p < 0,01$) a u škály sounáležitosti ($p < 0,05$).

Nejvyšší průměrný součet v tématu eko-spirituality dosahují i při nízkém počtu zúčastněných členové Střediska svámího Satyánandy. Výše zmíněná škola potvrzuje vysokou úroveň duchovnosti, jak už bylo naznačeno při detailnějším rozboru (kapitola III.4). V pořadí druhé nejvyšší průměrné hodnoty byly zjištěny u Francouzské sluneční jógy v Dobrušce. Tato škola není blíže přiblížena v rámci diplomové práce a bude detailněji popsána až v rigorózní práci. Skupina postupuje podle v Čechách ojedinělého způsobu „meditační integrální jógy“, kdy dochází k významnému ztišení mysli a objevování jemnějších vrstev osobnosti.

V rovině sounáležitosti se jako nejsilnější ukazují hathajógové skupiny z Východních Čech. Nepatrně nižšího skóre dosahuje opět Satyánandova skupina. Nejnižší výsledky u obou uvedených škál i ostatních tří škál spirituality se objevují u skupin, které jsem sjednotila pod společný název Neduchovní jóga. Zjištěné rozdíly odpovídají

očekávání, že u duchovněji vedených skupin bude nalezeno i rozvinutější spirituální prožívání.

Vzhledem k uvedeným poznatkům bylo provedeno také porovnání početnějších skupin jednotlivých měst. Mezi těmito skupinami byly zjištěny signifikantní rozdíly u škály eko-spirituality a sounáležitosti (v obojím případě $p < 0,05$). Praha dosahuje v sounáležitosti i eko-spiritualitě nejnižších průměrných skóre. Třebachovická skupina, která patří mezi hathajógové skupiny z Východních Čech, má hodnoty naopak nejvyšší. Intenzita prožívání sounáležitosti a ekologické spirituality může být tedy dána nejen typem jógy ale i délkou docházení do skupiny, sounáležitostí pocíťovanou ve skupinách malých měst a intenzivnějším skupinovým kontaktem odehrávajícím se možná i mimo společná cvičení (vysokou skupinovou kohezi).

4.4 SHRNU TÍ

Zpracovaná data orientační dotazníkové studie provedené na cvičencích jógy pomocí dotazníku PSQ (Říčan, Janošová) naznačila nárůst stupňujících se spirituálních zážitků v souvislosti s věkem. U duchovněji vedených skupin bylo nalezeno i rozvinutější spirituální prožívání. Objevuje se „ženská spiritualita“, která je spojena především s prožitky eko-spirituálního a mystického charakteru. Přímý vliv náboženské výchovy se u vyšší věkové kategorie jogínů výrazněji neprojevuje. Jednotlivé jógové skupiny se mezi sebou nejvíce liší v rovině eko-spirituální a v rovině sounáležitosti. Důvody mohou být nalezeny i v

intenzivnějších a dlouhodobějších skupinových kontaktech v mimopražských městech.

ZÁVĚR

V práci jsem se zabývala spiritualitou jógového hnutí v Čechách. Důraz jsem položila na teoretickou část, empirická část tvořená orientační dotazníkovou studií je pouze doplňková.

V teoretické části jsem se pokusila ve třech kapitolách vytvořit širokou základnu nahlízející spiritualitu v řadě aspektů. Tento komplexnější pohled naznačil podnětné souvislosti důležité pro zachycení typu spirituality, která je v jógovém hnutí obsažena.

Empirická část naznačila, že spiritualita jógy, kterou jsem ve své práci hledala, má „ženské“ prvky. Orientační dotazníková studie ukazuje vysokou hladinu eko-spirituální roviny, která je tradičně uváděna jako „ženská“. Další výsledky oproti původním předpokladům nastínily, že členové jógového hnutí nejsou přímo ovlivněni křesťanskou náboženskou výchovou a spíše podporují teorii existence jiné životní filosofie, která může souviset s východním myšlením v kontextu jógy.

Jak už bylo řečeno výše, „ženskou spiritualitu“ považuji za jeden z významných faktorů českého jógového hnutí. Další velké téma, které v průběhu psaní práce vyplynulo, má těžiště v holistickém nazírání světa, v propojení východního a západního myšlení. Tato dvě témata se postupně sloučila do teorie, jež charakterizují spiritualitu jógy v Čechách

V první kapitole jsem se pokusila objasnit důvody, proč jóga, která byla ve svém původním prostředí mužskou doménou, je dnes na Západě vyhledávána zejména ženami. Vrátila jsem se zpět k historii křesťanství, kde byl ženský princip potlačen. Z křesťanské spirituality se postupně ztrácela niternost, bylo utlumeno propojení s přírodou a zemí, vnímané jako „pohanské“ a rozkol mezi tělem a duchem postavil ženu na místo, kde přestala být sama sebou.

Racionalistický a objektivistický redukcionismus, který se datuje již od Descarta, degradoval obraznost, nadpřirozenost, eliminoval už tak zesláblou niternost a prohlásil vše za nevědecké, subjektivní a infantilní. Patriarchální svět získal další mužské atributy. Tím ale nakonec sám sebe negoval. Ratio umožnilo lidem dostat se z náboženské ortodoxie a ženy osvobodilo z podřízeného postavení. Ratio dostalo svět do bodu, kdy „mužská“ filosofie hlásí dovršení. Rozum zbavený citu je obrazně řečeno mužským světem zbaveným světa ženského. Osvobozením ženy se zároveň osvobodily i emoce. „Beztrestnost spirituality“, kterou současná doba ženě přinesla, znovuobjevení těla a přírody, svoboda přístupu k informacím, to vše jí umožňuje hledat si nové a nově prožívané místo. V jógové filosofii se objevuje blízká příbuznost s mystikou. Cílem mystiky je navození stavu jednoty mezi člověkem a transcendencí. Žena, pokud má možnost být sama sebou, neustále reflektuje svůj vnitřní svět. Pocitový svět a intuice patří k ženské spiritualitě a zároveň tvoří důležitou složku východní spirituality.

Jóga přichází do Evropy v době, kdy byl překonán západní etnocentrismus. Kultura, odlišná od té naší, přestávají být brány jako primitivní a nerozumné a začínají být chápány z hlediska jich samotných. Východní myšlení přináší přímé intuitivní nazírání, které mohou západnímu světu lépe zprostředkovat ženy. „Ženská“ spiritualita v józe může být oním mostem z Východu na Západ. Přínosem ženy se zdá být propojení západního a východního myšlení ve formě jedné z nových alternativ životní filosofie.

Jednadvacáté století znovu objevuje duchovnost. Jógové hnutí v Čechách můžeme zařadit k současným trendům podporujícím holistické pojetí člověka. Duchovní jóga, praktikovaná nejvýznamnějšími osobnostmi české jógy, je žitou religiozitou. Všude ve svém učení

zdůrazňují nutnost vlastního prožitku. Slova jsou nicméně omezená a nelze jimi poznávat. „Pravdu“ nelze popsat, ale lze ji zažít. K dosažení vlastního prožitku této kvality slouží různé cesty, během nichž musí adept nejprve prohloubit své normální vnímání a rozšířit vědomí. Každá z popisovaných cest má svá úskalí a každá vyžaduje práci na sobě samém.

Na základě sebraných empirických dat (zejména rozhovorů s významnými představiteli české jógy), která svým objemem přesahují hranice diplomové práce, bych ráda pokračovala v další práci jejich analýzou.

Seznam literatury:

- Bartoňová, M. (2004): Jen jdu... ISADORA, Praha
- Bartoňová, M., Bašný L., Merhaut B., Skarnitzl, R. (1971): Jóga. Od staré Indie k dnešku
- Beauvoirová, S. de (1966): Druhé pohlaví, Orbis, Praha
- Benda, F. (1993): Pataňdžalího Jógasútra, nakladatelství Přátel duchovních nauk, Olomouc
- Bhole, M. (1981): Tradiční jóga a současná realita, Vzorná tělovýchovná jednota Moravská Slavia, Brno
- Bhole, M. (1983): Úvahy o józe, TJ Jóga Olomouc, Olomouc
- Bronislavská, Z. (2002): Apasionáta času, Zdena Bronislavská, Praha
- Bronislavská, Z. (1999): K počtě swami Šivanandy Saraswati. In.: Bulletin, č.3., s.1, Středisko jógy Swami Satyanandy, Praha
- Bronislavská, Z. (2004): Zamyšlení – snění? In.: Bulletin, č.6, s. 98, Středisko jógy Svami Satyanandy, Praha
- Campbell, J. (2000): Proměny mýtu v čase, Portál, Praha
- Černý, V. (1996): Soustavný přehled obecných dějin literatury naší vzdělanosti, H&H, Jinočany
- Duquesne, J. (2005): Marie, Lidové noviny, Praha
- Eckhart, (1993): Mistr Eckhart a středověká mystika, ZVON, Praha
- Eliade, M. (1996): Dějiny náboženského myšlení II., OIKOYMENH, Praha
- Eliade, M. (1993): Slovník náboženství, Český spisovatel, Praha
- Eliade, M. (1999): Jóga, nesmrtelnost a svoboda, Argo, Praha
- Funk, K. (1993): Mystik a učitel, GEMMA89, Praha
- Gítánanda, G. (1999): Jóga, krok za krokem, Dobra & FONTÁNA, Olomouc
- Gítánanda, G. (1974): Přednášky v Kopné Lhotě, samizdat
- Heidegger, M. (1993): Konec filosofie a úkol myšlení

- Jagelka L. (1996): Iyengar-jóga z pohledu cvičitele klasické jógy, přednáška na zasedání SUJ, Praha
- Jagelka, L. (1999): Iyengárov prínos v joge, referát na konferenci Slovenské asociace jógy, Košice
- Jagelka, L. (2002): Jóga podle Iyengara v ČOS, ČSJ a SUJ, Referát na VI. Brněnských dnech jógy a zdraví
- Jandus, P. Rotrekl, M. (2002): Jóga v naší zemi In.: čas. Dingir 4-2002, s. 14-17
- Janošová, P.(2005): Současná spirituální orientace mužů a žen – empirická studie. In: Heller, D., Procházková, J., Sobotková I. (eds.), Psychologické dny 2004: Svět žen a svět mužů: Polarita a vzájemné obohacování: sborník příspěvků z konference. UP Olomouc. ISBN 80-244-1059-1.
- Janošová, P. (2006): Women's spirituality in the context of ecological feeling. Prezentováno na konferenci Psychology and Religion in Research and Practice. 3.-4. Březen, Loyola College in Maryland, Columbia, USA.
- Knížetová, V. (1978) Předmluva s.2, In: Metodické listy jógy 2/1978, Ústřední výbor tělesné kultury, Praha
- Krejčí, J. (1993): Civilizace Asie a blízkého východu, Karolinum, Praha
- Kriseová, E. (2004): Čísi svět, PROSTOR, Praha
- Kriseová, E. (2006): Osobní rozhovor
- Jazairiová, P. (2003): V Indii, Radioservis, Praha
- Lysebeth, A. van (1999): Čtení o józe, Argo, Praha
- Lysebeth, A. van (2004): Tantra, Argo, Praha
- Le Goff, J. (1998): Středověká Imaginace, Argo, Praha
- Mioduchowski, L. (1991): Dopis České obci sokolské, Praha
- Mahéšvaránanda, (2006): Setkání jogínů, Praha
- Mahéšvaránada, (2004): Skryté síly v člověku, Mladá fronta, Praha
- Mehta, M. (1996): Co je to jóga, Svojtka a Vašut, Praha
- Mehta, M. (1992): Jóga podle Yengara, Šport, Bratislava
- Minařík, K. (1998):Pataňdžalího Jógasútra, CANOPUS, Praha

- Mrnušítková, M. (2002): Profily mistrů – Gítánanda, Dotek, Praha
- Neubauer, Z. (1994): Přímluvce postmoderny, Hrnčířství a nakladatelství Michal Jůza & Eva Jůzová, Praha
- Nešpor, K. (1998): Jóga pro děti, Nakladatelství Velryba, Praha
- Nešpor, K. (2005): Osobní sdělení
- Nešpor, K. (2002): Vysoko na vlnách. In.: Bulletin č.5.,2002, s. 60-63, Středisko jógy svámí Satyanandy, Praha
- Otto, R. (1998): Posvátno, Vyšehrad, Praha
- Qualls-Corbetová, N. (2004): Posvátná prostitutka, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno
- Říčan, P., Janošová, P. (2005): Spirituality: its psychological operationalization via measurement of individual differences: A Czech perspective. *Studia Psychologica*, 47, 157-166. ISSN 0039-3320
- Říčan, P. (2002): Psychologie náboženství, Portál, Praha
- Říčan, P. (2005): Úloha spirituality v optimalizaci osobnosti. In: Macek, P., Dalajka, J.: Vývoj a utváření osobnosti v sociálních a etnických kontextech. Brno: Masarykova univerzita v Brně, s. 37-44.
- Satyananda, S. (1997): Bhakti yoga sagar. In: Bulletin prosinec 2000 č.4, Středisko jógy svámí Satyanandy, Praha, s. 22.
- Sheldrake, P. (2003): Spiritualita a historie, Centrum pro studium demokracie a kultury, Brno
- Sinha, I. (2001): Tantra, Rebo Productions, Dobřejovice
- Skolimowski, H. (2001): Účastná mysl, Mladá fronta, Praha
- Starý, R.(1990): Potíže s hlubinnou psychologií, PROSTOR, Praha
- Störig, J. (1990): Malé dějiny filosofie, Zvon, Praha
- Tomáš, E. (1992): Cesta uskutečnění, AVATAR, Praha
- Tomáš, E. (1995): Jóga velkého symbolu, AVATAR, Praha
- Tomáš, E. (1998): Paměti mystika, AVATAR, Praha
- Tomáš, E. (1994): Umění klidu mysli, AVATAR, Praha
- Vacek, J. (1995): Jiří Vacek, Praha

Werner, K. (1969): Hathajóga, OLYMPIA, Praha

Vlasák, J. (1987): Příspěvek k dějinám jógy. In: Patrovský, V. Bioterapie – Magnetoterapie, s. 85-93.

Vojtíšek, Z. (2004): Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice, Portál, Praha

Votava, J. (1988): Jóga očima lékařů, Avicenum, Praha

Seznam příloh:

Příloha č. 1: Tab. 1a - Porovnání z hlediska věku jogínů

Tab. 1b - Porovnání z hlediska věku jogínů

- statistické rozdíly

Příloha č. 2: Tab. 2a - Porovnání jogínů středního a staršího věku

Tab. 2b - Porovnání jogínů středního a staršího věku

- statistické rozdíly

Příloha č. 3: Tab. 3a - Rozdíly mezi skupinami podle zaměření jógy

Příloha č. 4: Tab. 3b - Rozdíly mezi skupinami podle zaměření jógy

- statistické rozdíly

Příloha č. 5: Tab. 4a - Porovnání čtenějších skupin jednotlivých měst

Příloha č. 6: Tab. 4b - Porovnání čtenějších skupin jednotlivých měst

- statistické rozdíly

Příloha č. 7: Dotazník PSQ 30

Příloha č. 1

Tab. 1a - Porovnání z hlediska věku jóginů

vekové skupiny		EKOSPIRITUALITA	SOUNÁLEŽITOST	MYSTIKA	MORÁL. ENTUSIASM.	TRANSCENDENT. MONOTEISM.
do 30 let	Průměr	22,19	22,88	18,20	21,12	20,13
	N	16	17	15	17	15
	SD	3,544	5,085	4,887	4,512	5,083
31 - 40	Průměr	21,90	22,33	18,24	20,29	19,86
	N	21	21	21	21	21
	SD	4,689	3,610	5,915	4,941	6,085
41 - 50	Průměr	23,75	24,79	20,65	18,45	22,70
	N	20	19	20	20	20
	SD	3,972	3,994	6,175	5,031	5,121
51 a výše	Průměr	25,74	24,74	21,67	19,23	23,00
	N	43	42	42	43	41
	SD	4,054	3,832	5,511	5,300	5,635
Total	Průměr	23,97	23,92	20,19	19,61	21,81
	N	100	99	98	101	97
	SD	4,375	4,137	5,779	5,056	5,652

Tab. 1b - Porovnání z hlediska věku jóginů - statistické rozdíly

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
EKO-SPIRITUALITA	Between Groups	276,727	3	92,242	5,472	,002
	Within Groups	1618,183	96	16,856		
	Total	1894,910	99			
SOUNÁLEŽIT	Between Groups	113,645	3	37,882	2,301	,082
	Within Groups	1563,708	95	16,460		
	Total	1677,354	98			
MYSTIKA	Between Groups	235,223	3	78,408	2,453	,068
	Within Groups	3004,093	94	31,958		
	Total	3239,316	97			
MORÁL. ENTUSIASM.	Between Groups	81,266	3	27,089	1,062	,369
	Within Groups	2474,675	97	25,512		
	Total	2555,941	100			
TRANSCEND. MONOTEISM.	Between Groups	196,155	3	65,385	2,118	,103
	Within Groups	2870,505	93	30,866		
	Total	3066,660	96			

Příloha č. 2

Tab. 2a - Porovnání jóginů středního a staršího věku

Věk		EKOSPIRIT.	SOUNÁL.	MYSTIKA	MORÁL. ENTUSIASM.	TRANS. MONOTEIS.
do 50	Průměr	22,63	23,32	19,09	19,90	20,95
	N	57	57	56	58	56
	SD	4,156	4,281	5,775	4,894	5,554
51 a výše	Průměr	25,74	24,74	21,67	19,23	23,00
	N	43	42	42	43	41
	SD	4,054	3,832	5,511	5,300	5,635
Total	Průměr	23,97	23,92	20,19	19,61	21,81
	N	100	99	98	101	97
	SD	4,375	4,137	5,779	5,056	5,652

Tab. 2b - Porovnání jóginů středního a staršího věku - statistické rozdíly

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
EKOSPIRIT.	Between Groups	237,461	1	237,461	14,040	,000
	Within Groups	1657,449	98	16,913		
	Total	1894,910	99			
SOUNÁLEŽ.	Between Groups	48,919	1	48,919	2,914	,091
	Within Groups	1628,435	97	16,788		
	Total	1677,354	98			
MYSTIKA	Between Groups	159,429	1	159,429	4,969	,028
	Within Groups	3079,887	96	32,082		
	Total	3239,316	97			
MORÁL. ENTUSIASM.	Between Groups	10,887	1	10,887	,423	,517
	Within Groups	2545,054	99	25,708		
	Total	2555,941	100			
TRANS. MONOTEIS.	Between Groups	99,821	1	99,821	3,196	,077
	Within Groups	2966,839	95	31,230		
	Total	3066,660	96			

Příloha č. 3

Tab. č. 3a - Rozdíly mezi skupinami podle zaměření jógy

		N	Průměr	Směrodatná odchylka
EKO-SPIRITUALITA	Hathajóga	52	24,67	3,924
	Bartoňová a žáci	24	24,33	4,061
	Mahešvárananda	10	22,40	5,016
	Fr.sluneční jóga	13	24,69	3,066
	Neduchovní jóga	9	19,33	4,528
	Satyánanda	5	25,20	4,207
	Total	113	24,00	4,226
SOUNÁLEŽITOST	Hathajóga	49	24,84	3,886
	Bartoňová a žáci	25	23,28	4,632
	Mahešvárananda	11	23,91	4,300
	Fr.sluneční jóga	13	23,54	3,307
	Neduchovní jóga	9	19,33	3,354
	Satyánanda	5	24,80	1,483
	Total	112	23,80	4,137
MYSTIKA	Hathajóga	50	20,16	5,538
	Bartoňová a žáci	24	20,58	6,940
	Mahešvárananda	10	19,10	6,154
	Fr.sluneční jóga	11	19,09	5,822
	Neduchovní jóga	9	16,44	5,681
	Satyánanda	5	22,40	3,507
	Total	109	19,84	5,904
MORÁLNÍ ENTUSIASMUS	Hathajóga	51	20,86	5,496
	Bartoňová a žáci	25	18,96	4,449
	Mahešvárananda	11	18,55	4,591
	Fr.sluneční jóga	13	20,92	2,783
	Neduchovní jóga	9	19,78	4,353
	Satyánanda	5	17,80	4,324
	Total	114	20,01	4,833
RANSCENDENT. MONOTEISMUS	Hathajóga	50	22,14	5,704
	Bartoňová a žáci	24	21,42	6,136
	Mahešvárananda	10	20,70	7,439
	Fr.sluneční jóga	13	21,38	5,409
	Neduchovní jóga	9	17,78	4,631
	Satyánanda	5	25,80	2,775
	Total	111	21,58	5,843

Příloha č. 4

Tab. č. 3b - Rozdíly mezi skupinami podle zaměření jógy - statistické rozdíly

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
EKO-SPIRIT	Between Groups	261,255	5	52,251	3,215	,010
	Within Groups	1738,745	107	16,250		
	Total	2000,000	112			
SOUNÁL	Between Groups	245,005	5	49,001	3,139	,011
	Within Groups	1654,674	106	15,610		
	Total	1899,679	111			
MYSTIKA	Between Groups	166,564	5	33,313	,954	,450
	Within Groups	3597,785	103	34,930		
	Total	3764,349	108			
MORÁLNÍ ENTUSIASM	Between Groups	123,986	5	24,797	1,065	,384
	Within Groups	2515,005	108	23,287		
	Total	2638,991	113			
TRANS. MONOTEISM	Between Groups	243,713	5	48,743	1,458	,210
	Within Groups	3511,386	105	33,442		
	Total	3755,099	110			

Příloha č. 5

Tab. 4a - Porovnání četnějších skupin jednotlivých měst

		N	Průměr	SD
EKOSPIRIT.	Praha	44	22,52	4,521
	Dobruška	13	24,69	3,066
	Třebechovice	17	25,65	3,101
	Hr. Králové	29	24,52	4,014
	Total	103	23,87	4,144
SOUNÁL.	Praha	46	22,50	4,314
	Dobruška	13	23,54	3,307
	Třebechovice	16	26,00	2,852
	Hr. Králové	26	24,19	4,271
	Total	101	23,62	4,128
MYSTIKA	Praha	44	19,55	6,446
	Dobruška	11	19,09	5,822
	Třebechovice	17	21,18	4,902
	Hr. Králové	27	19,85	6,036
	Total	99	19,86	5,974
MORÁL. ENTUSIASM	Praha	46	18,80	4,612
	Dobruška	13	20,92	2,783
	Třebechovice	17	21,59	5,087
	Hr. Králové	27	20,37	5,962
	Total	103	19,94	4,962
TRANS. MONOT.	Praha	43	20,79	6,201
	Dobruška	13	21,38	5,409
	Třebechovice	16	23,31	4,715
	Hr. Králové	28	21,36	6,448
	Total	100	21,43	5,943

Příloha č. 6

Tab. 4b - Porovnání čtenějších skupin jednotlivých měst - statistické významnosti

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
EKOSPIRIT.	Between Groups	154,489	3	51,496	3,193	,027
	Within Groups	1596,870	99	16,130		
	Total	1751,359	102			
SOUNÁL.	Between Groups	156,934	3	52,311	3,281	,024
	Within Groups	1546,769	97	15,946		
	Total	1703,703	100			
MYSTIKA	Between Groups	40,324	3	13,441	,369	,775
	Within Groups	3457,696	95	36,397		
	Total	3498,020	98			
MORÁL. ENTUSIASM	Between Groups	123,074	3	41,025	1,700	,172
	Within Groups	2388,576	99	24,127		
	Total	2511,650	102			
TRANS. MONOT.	Between Groups	74,451	3	24,817	,696	,557
	Within Groups	3422,059	96	35,646		
	Total	3496,510	99			

Příloha č. 7

DOTAZNÍK PSQ 30

1. Silně cítím, že naše Země patří zvířatům stejně jako lidem.
2. Vědomí sounáležitosti s druhými lidmi mi pomáhá překonávat životní nepříjemnosti.
3. Měl/a jsem někdy pocit, že se mi otvírá tajemství vesmíru a existence.
4. Někdy celé mé nitro naplní touha změnit svůj život a "začít znovu".
5. Cítil/a jsem někdy, že jsem v kontaktu s poslední či nejvyšší skutečností.
6. Mívám chuť obejmout strom jako svého bratra nebo sestru.
7. Když jsem s lidmi, prožiju někdy s překvapivou intenzitou, že jsem jedním/jednou z nich.
8. Stalo se mi, že pro mě čas, prostor a vzdálenost ztratily jakýkoli smysl.
9. Někdy se děším toho, jak strašně bych mohl/a zkazit svůj život.
10. Smrt je návrat někam „domů“.
11. Odpovědnost za přírodu je naším nejvyšším posvátným závazkem.
12. Často toužím plně se otevřít tomu, co přijde.
13. Měl/a jsem někdy pocit, že se mé Já noří do nějaké větší skutečnosti, než jsem sám.

14. Existuje dost věcí, které bych nikdy neudělal/a, protože cítím, že by to zničilo moji lidskou podstatu.
15. Měl/a jsem někdy pocit, že jsem naplněn/a něčím lepším nebo vyšším, než jsem já sám/sama.
16. Někdy hluboce prožívám, že Země je mou matkou.
17. Často prožívám chvíle tiché radosti, která mě naplňuje tak, že se mi chce jásat, zpívat nebo plakat.
18. Prožil/a jsem někdy úplné sjednocení se Zemí a veškerým životem.
19. Mívám chvíle, kdy se mi hnusí zlo ve mně i mimo mě.
20. Silně cítím, že existuje nejvyšší Pravda, i když ji nemůžeme plně poznat.
21. I neživé přírodě náleží nejvyšší respekt a úcta.
22. Rozmanitost lidí, kteří dohromady i přes všechny rozdíly tvoří jednotu a dokonalost, mi připadá úžasná.
23. Měl/a jsem zkušenost, jako bych nahlédl/a do hlubiny toho, co je.
24. Setkal/a jsem se s takovou obětavou statečností, že jsem se zastydl/a za vlastní zbabělost.
25. Smrt je pro mě bránou k nejvyššímu tajemství.
26. Někdy mám pocit, že i po kamenech v lese mám našlapovat opatrně, protože možná mají duši.
27. Ve společnosti lidí, s nimiž mě něco důležitého spojuje a s nimiž si rozumím, cítím hluboké souznění duší.

28. Prožil/a jsem setkání s takovou mocí a vznešeností, že jsem se toho až zděsil/a.

29. Pocítil/a jsem někdy z druhého člověka takovou čistotu, že jsem se sám cítil/a špinavý/á.

30. Pocítil/a jsem někdy, že jsem zahrnut/a v lásce, která objímá veškeré tvorstvo.

Diplomová práce: Spiritualita jógového hnutí v Čechách

Uživatel stvrzuje svým čitelným podpisem, že si zapůjčil tuto diplomovou práci. Prohlašuji tímto, že v případě použití jejího obsahu či části obsahu, ji uvede mezi ostatní literaturou a bude ji citovat podle všeobecných pravidel.

Dne	Jméno a příjmení	Název práce	Podpis