

# O výchove II

## Rozhovory a komentáre

*Matka*

Zdroj: <https://aurobindo.sk/>

### Obsah

Poznámka k slovenskému vydaniu.....	2
K eseji Umenie žiť - 1.....	3
K eseji Umenie žiť - 2.....	7
K eseji Umenie žiť - 3.....	11
K eseji Umenie žiť - 4.....	14
K eseji Umenie žiť - 5.....	19
K eseji Umenie žiť - 6.....	23
K eseji Výchova.....	30
K eseji Výchova tela.....	36
K eseji Výchova vitality.....	41
K eseji Rozumová výchova.....	46
K eseji Psychická a duchovná výchova - 1.....	49
K eseji Psychická a duchovná výchova - 2.....	54

## Poznámka k slovenskému vydaniu

Druhý diel publikácie **O výchove** prináša rozhovory a komentáre k esejam z prvej časti. Tieto rozhovory odzneli v prvej polovici päťdesiatych rokov na osobných stretnutiach autorky s učiteľmi a študentmi Medzinárodného centra výchovy v juhoindickom Puduččeri. Približujú nám rôzne aspekty integrálnej výchovy, ktorá rozvíja všetky stránky ľudskej prirodzenosti: telesnú, vitálnu, mentálnu, psychickú aj duchovnú.

Kurzívou sú v texte vyznačené citáty z iných zdrojov a tiež reakcie a otázky účastníkov. Ak pri citátoch nie je uvedené inak, pochádzajú z eseje, na ktorú odkazuje názov príslušnej kapitoly.

Pre lepšie pochopenie textu tu reprodukujeme aj stručnú históriu života a výchovného úsilia autorky.

Matka, vlastným menom Mirra Alfassa (1878 - 1973), bola duchovnou spolupracovníčkou indického filozofa a mystika Šrí Aurobinda Ghóša (1872 - 1950) a hlavou jeho ášramu v indickej prístavnej enkláve Puduččeri. Narodila sa v Paríži, študovala umenie na známej Académie Julian a bola talentovanou maliarkou, klaviristkou a spisovateľkou. V roku 1914 navštívila Puduččeri, aby sa stretla so Šrí Aurobindom, a v roku 1920 sa tam natrvalo usadila. Meno Matka dostala od Šrí Aurobinda. Po jej príchode začal počet adeptov rásť, a v roku 1926 sa toto neformálne spoločenstvo premenilo na ášram. Od samého počiatku niesla Matka zodpovednosť za jeho materiálny a duchovný rozvoj, a pod jej vedením, ktoré obsiahlo takmer pol storočia, sa ášram rozrástol na početnú a mnohotvárnu komunitu.

Jej vzdelávacie aktivity začali hodinami francúzštiny pre menšiu skupinu členov ášramu. Začiatkom tridsiatych rokov žilo v ášrame aj niekoľko detí a Matka dozerala na ich výchovu, tá však ešte nemala formu pravidelného vyučovania. Až keď počas II. svetovej vojny ášram prichýlil rodiny adeptov z oblastí ohrozených japonským vpádom vrátane detí, Matka pre ne v decembri 1943 otvorila malú školu. Najstarších žiakov sama učila francúzštinu. Počet študentov neustále rástol, a tak mohla 6. januára 1952 otvoriť rozsiahlejší projekt - Medzinárodné univerzitné centrum, neskôr premenované na Medzinárodné centrum výchovy.

V súčasnosti má Centrum okolo 400 žiakov a poskytuje starostlivosť od materskej školy až po univerzitu. Popri tradičných metódach využíva aj tzv. systém slobodného rozvoja (angl. free progress system), ktorý podnecuje žiakov k tomu, aby prevzali zodpovednosť za svoj ďalší rast, sami si volili predmety štúdia a z

väčšej časti ich aj samostatne absolvovali. Učiteľ je skôr radcom a pomocníkom než organizátorom alebo inštruktorom.

(Ďalšie informácie možno nájsť v článku [Šrí Aurobindov ášram: história a súčasnosť](#) alebo priamo na anglickej stránke [Medzinárodného centra výchovy](#).)

---

## K eseji *Umenie žiť* - 1

*"Bezcieľný život je vždy nešťastný život."*

Prečo?

*Keď má človek cieľ, môže pokojne kráčať cestou, ktorá ho k nemu dovedie.*

Na to, aby pokojne kráčať svojou cestou, nemusí mať cieľ. Koľko ľudí sa nechá unášať každodenným stereotypom: nemajú žiaden cieľ a nemusia sa o nič usilovať!

*Dosiahnutie cieľa prináša radosť.*

Niekedy trvá celý život, kým dosiahneme cieľ; to by sme pocítili radosť až na konci života!

*Cieľ je ideál a ideál znamená obohatenie.*

To je pravda, lenže človek môže mať aj celkom prízemné ideály. Nie, ideál nie je zdrojom radosti.

*Cieľ dáva životu zmysel, zmysel predpokladá úsilie a v úsilí človek nachádza radosť.*

Presne tak. Zdrojom radosti je úsilie. Človek, ktorý nedokáže vyvinúť úsilie, radosť nikdy nespozná. Od prirodzenosti leniví ľudia nepoznajú radosť: nemajú na to dost energie! Keď úsilie dosiahne určitú intenzitu, naša bytosť začne pod tlakom akoby vibrovať a vtedy pocíťujeme radosť.

*Môže priniesť radosť aj úsilie, ku ktorému nás donútili okolnosti, alebo len také, pri ktorom sa z vlastnej vôle usilujeme o zdokonalenie?*

Miešaš dohromady dve veci: jednu fyzickú a druhú psychologickú. Je jasné, že čin vykonaný z vlastného rozhodnutia nevedie k rovnakému výsledku ako čin vynútený okolnosťami. Je napríklad známe, že adeпти jogy často hladujú. Niektoré systémy jogy vyžadujú dlhé hladovky a tí, čo ich podstupujú, bývajú veľmi šťastní, že tak môžu robiť - je to ich slobodné rozhodnutie. Dajte ich ale do podmienok, keď sa nebudú môcť k jedlu dostať buď preto, že ho bude nedostatok, alebo kvôli chudobe, a hneď uvidíte ten rozdiel: nájdete ich bedákať, aký je život neznesiteľný, aký je k nim osud krutý, a pritom podmienky majú v podstate rovnaké, iba v tom prvom prípade išlo o ich slobodné rozhodnutie, kým v tom druhom nemali na výber. Rozdiel je zrejмый, má však aj iné príčiny.

Iba úsilie v akejkoľvek oblasti - materiálnej, morálnej, intelektuálnej - dokáže v človeku vyvolať určité chvenie, ktorým sa napojí na vesmírne vibrácie, a to v ňom vyvolá pocit radosti. Úsilie nám umožní vymaniť sa z letargie a otvoriť sa vesmírnym energiám. Hlavným zdrojom spontánnej radosti (a to aj pre ľudí, ktorí sa joge nevenujú, nemajú duchovné aspirácie a vedú celkom obyčajný život) je výmena energií s vesmírnymi energiami. Ľudia o tom nevedia, nedokázali by povedať, čo je pravou príčinou ich radosti, ale je to tak.

Niektorí ľudia sú ako krásne zvieratá. Všetky ich pohyby sú harmonické, aj energiu mňajú harmonicky a ich spontánne úsilie privolá vždy novú, takže sú neustále plní radosti až na to, že občas v ich hlave nenájdete žiadnu myšlienku a v srdci žiaden cit: žijú jednoduchým a nekomplikovaným životom zvierat. Poznala som takých ľudí: krásne zvieratá. Vzhľadní, s gracióznymi pohybmi, spontánnou rovnováhou životných síl. Energii mňajú bez rozmyšľania a hneď dostávajú novú. Žijú v harmónii s materiálными energiami vesmíru, a žijú preto radostne. Možno by ani nevedeli povedať, že sú šťastní - ich radosť je taká spontánna, že sa im zdá celkom prirodzená. Ešte menej by vedeli povedať, prečo sú šťastní - inteligenciou obvykle nie sú príliš obdarení. Sú ľudia, ktorí dokážu vyvinúť potrebné úsilie (nie plánované, ale celkom spontánne) v akejkoľvek oblasti - materiálnej, vitálnej, intelektuálnej atď. - a vždy im prinesie radosť. Napríklad, niekto začne písať knihu. Sadne si za stôl a svojím úsilím odštartuje v mozgu vibrácie, ktoré majú privolať myšlienky a idey, a po chvíli sa ho zmocní pocit radosti. Človek môže robiť aj tú najprízemnejšiu fyzickú prácu - umývať dlážku, upratovať alebo variť - ak sa bude usilovať urobiť ju podľa svojich schopností čo najlepšie, bude pri nej cítiť radosť, aj keby k nej inak cítil odpor. Keď ničो chcete dosiahnuť, spontánnym úsilím upriamujete energiu na svoj cieľ a váš život tak dostáva zmysel. Núti vás to usporiadať si svoje vnútro a koncentrovať energiu, lebo toto ste si zvolili a toto chcete uskutočniť, a nie tisíc iných vecí,

ktoré tomu bránia. Práve koncentrácia, intenzívne sústredenie vôle je zdrojom radosti. Umožní vám čerpať novú energiu namiesto spotrebovanej.

*"Prvým krokom na ceste k dokonalosti je uvedomiť si sám seba."*

*"Poznať sa a ovládať sa", čo to znamená?*

Znamená to uvedomovať si vnútornú pravdu svojej bytosti, jej rôzne časti a im zodpovedajúce aktivity. Musíš si uvedomovať, prečo robíš to či ono, poznať svoje myšlienky a pocity, čo tebou hýbe, čoho si schopný a podobne. Iba sa poznať pritom nestačí: sebaopoznanie musí prerásť do vedomého sebaovládania. Dokonale sa poznať znamená dokonale sa ovládať.

Ale tvoja snaha musí byť neustále živá. Na sebaopoznanie nikdy nie je priskoro, ani príliš neskoro. Už malé dieťa sa môže pozorovať, spoznávať a neskôr aj ovládať. A aj keď človek príde do veku, keď ho označia za "starého", ešte stále nie je neskoro, aby sa nemohol lepšie spoznať a ovládať. Tomu hovorím "Umenie žiť".

Keď sa chce človek zdokonaľiť, najprv si musí uvedomiť, čo v ňom je a čo sa v ňom deje. Určite sa vám už veľakrát stalo, že sa vás niekto nečakane spýtal, "Prečo si to urobil?" a vy ste spontánne odpovedali: "Neviem." "Prečo si unavený?" - "Neviem." "Prečo si veselý?" - "Neviem," a tak ďalej. Mohla by som sem priviesť aj päťdesiat ľudí, a keby som sa každého jedného z nich nečakane spýtala: "Prečo si teraz urobil práve toto?", ak nebudú vnútorne bdieť, môžu odpovedať len - "Neviem." (Teraz nehovorím o tých, ktorí praktizujú nejaký systém sebaopoznávanie a naučili sa spätne vysledovať svoje pohnútky až do extrémnej vzdialenosti - takí ľudia, samozrejme, vedia dať po chvíli sústredenia správnu odpoveď.) Len si v duchu premietnite svoj všedný deň a uvidíte, že je to tak. Niečo hovoríte, a vlastne ani nevíete prečo, a až keď slová vyjdú z vašich úst, uvedomíte si, že to nebolo celkom to, čo ste chceli povedať. Vezmime si konkrétny príklad. Idete niekoho navštíviť a vopred si premyslíte, čo mu poviete, ale keď sa s ním stretnete zoči-voči, zrazu nedokážete povedať nič, alebo poviete niečo celkom iné. Vedeli by ste určiť, do akej miery vás ovplyvnila atmosféra toho druhého a zabránila vám vysloviť, čo ste si pripravili? Koľkí by to dokázali? Ľudia si niekedy ani neuvedomia, že práve vnútorné rozpoloženie partnera im zabránilo povedať, čo pôvodne zamýšľali. Niekedy ho samozrejme nájdeme v takej depresívnej alebo zlej nálade, že od neho zjavne nemôžeme nič chcieť. Ale teraz nehovorím o takých prípadoch. Hovorím o jasnom uvedomovaní si vzájomného ovplyvňovania: o neviditeľných vitálnych a mentálnych energiách, ktoré na vás dopadajú alebo sa od vás odrážajú, lebo práve to si človek

neuvedomuje. Napríklad, náhle vás prenikne pocit radosti alebo zlej nálady. Koľkí z vás by dokázali určiť príčinu? Presne to zistiť vôbec nie je ľahké! Človek musí neustále veľmi bdelo sledovať, čo sa v ňom deje.

Niektorí ľudia musia spať dvanásť hodín denne, aby o zvyšku dňa mohli povedať: "Som bdelý." Ale niektorí spia aj dvadsať hodín denne, a ešte aj ten zvyšok prežívajú v polospánku!

Ak chcete byť vnútorne naozaj bdelí, musíte mať všade čosi ako malé "anténky" napojené na centrum vášho vedomia. Len tak dokážete všetko zaregistrovať, správne zaradiť a nič vás nezaskočí ani neoklame. Prestanete robiť chyby a nestane sa vám, aby ste povedali niečo iné, než ste chceli. Lenže koľko ľudí žije v takom bdelom stave? Práve toto mám na mysli, keď hovorím o sebapozorovaní. Ak chcete maximálne využiť podmienky, v ktorých sa tu nachádzate, musíte byť dokonale bdelí: nesmiete sa dať zaskočiť, nesmiete nič robiť ani hovoriť bez toho, aby ste nevedeli prečo. Bdelosť je podmienkou.

Takisto treba mať na pamäti, že človek nie je izolovanou entitou. Život je neustály kolobeh, výmena energií, vibrácií, vedomia a všetkého možného. Predstavte si masu ľudí: keď každý potlačí, všetci postúpia vpred, a keď všetci ustupujú, každý ustupuje. Vo vnútornom svete je to tiež tak: neustále na vás pôsobia najrozličnejšie vonkajšie vplyvy, a ak nie ste dokonale bdelí, vniknú do vás, ako keď sa plyn bez prekážky šíri v atmosfére, a vy si ich uvedomíte, až keď vyplávajú na povrch vášho vedomia, akoby boli vašimi vlastnými výtvormi. Koľkokrát stretnete niekoho nervózneho, namrzeného alebo nahnevaného, a aj na vás preskočí hnev, podráždenosť a zlá nálada! Ako je napríklad možné, že keď hráte proti určitým ľuďom, hráte veľmi dobre, ale proti iným sa vám vôbec nedarí? A čo všetci tí tichí, nenápadní ľudia, celkom normálni a vôbec nie zvrhlí, ktorí sa zmenia na nebezpečných zúrivcov, len čo sa pripoja k rozzúrenému davu? A nikto nevie, kto začal: vlna hnevu sa vynorila akoby odnikiaľ a mihom zaplavila vedomie všetkých. Niektorí ľudia vedia vyžarovať také vibrácie; ostatní sa dajú strhnúť, ani nevedia prečo. A tak je to vo všetkom, od najmenších vecí až po tie najväčšie.

Ak chcete zostať individualitou aj v mase ľudí, musíte si uvedomovať svoje ja. Ktoré ja? To Ja, ktoré je nad všetkými prímiesami a ktoré nazývam najhlbšou Pravdou bytosti. Kým si nebudete uvedomovať Pravdu svojej bytosti, budú vami hýbať a manipulovať najrozličnejšie impulzy, a vy to vôbec nezbadáte! Kolektívne myšlienky a sugescie majú obrovský vplyv a neustále pôsobia na každého jednotlivca. A čo je najzarážajúcejšie - ľudia si to vôbec neuvedomujú! Majú pocit, že sú to ich vlastné myšlienky, a pritom ide o myšlienky a predstavy

celého spoločenstva. Masa je vždy na nižšej úrovni než jednotliviec. Môžete vybrať jedincov podobného typu, s podobnými vlastnosťami, ale aj tak budú ako jednotlivci minimálne o dve triedy lepší, než keď z nich vytvoríte dav. V dave sa totiž spoja temné stránky a nevedomie jednotlivých členov a každý, kto sa k davu pripojí, doň nevyhnutne sklzáne. Je len jeden spôsob, ako mu uniknúť: neustále si uvedomovať sám seba a veľmi pozorne sa sledovať.

Skúste si niektorý deň ráno povedať: "Dnes nevyslovím nič, čo by som si najprv riadne nepremyslel." Možno sa vám zdá, že to tak robíte vždy, že vždy hovoríte len to, čo chcete, ale skutočnosť je celkom iná! Skúste a uvidíte, koľkokrát máte na jazyku už-už pripravené slovo, ktoré vôbec nechcete povedať, a že ho zadržíte len s veľkým úsilím!

Poznala som mnoho ľudí, ktorí dôsledne dbali na pravdovravnosť, ale keď boli v istej spoločnosti, zrazu namiesto pravdy povedali lož, a pritom to vôbec nemali v úmysle - vykĺzla im "len tak"! A prečo? Lebo boli v spoločnosti klamárov, kde vládla atmosféra klamu a pretváricky, a oni sa ňou jednoducho "nakazili"!

Tak si človek postupne začína uvedomovať sám seba, spoznávať sa a neskôr sa aj ovládať.

13. 1. 1951

## **K eseji *Umenie žiť* - 2**

*"Svoje vnútorné poryvy musíme preto pozorne sledovať a konfrontovať s naším najvyšším ideálom, úprimne odhodlaní podriaadiť sa jeho súdu. Len tak si vypestujeme schopnosť rozlišovať, ktorá sa nemýli."*

Musíme si jasne uvedomovať, odkiaľ pochádzajú naše vnútorné impulzy, lebo v každom človeku je množstvo protikladných tendencií - jedny nás ťahajú sem, iné tam, a náš život je potom stelesnený chaos. Keď sa budete starostlivo sledovať, uvidíte, že vždy, keď urobíte niečo nepatričné, vaša myseľ veľmi rýchlo nájde nejakú výhovorku na svoje ospravedlnenie. Je schopná hocičo si vymyslieť a prekrútiť, len aby sa obhájila. V takých podmienkach sa človek ťažko môže spoznať. Musíte byť absolútne úprimní a pripravení odhaliť všetky jej drobné a nenápadné podfuky.

Ak chcete napredovať, nestačí si len v mysli dokola premietat', čo sa cez deň udialo, ako ste reagovali a ako ste sa správali. Musíte v sebe objaviť aj niečo, čo vám umožní byť vlastnými sudcami - svoje lepšie ja, ktoré disponuje vnútorným svetlom, dobrou vôľou a hlavne túži po pokroku. Umiestnite ho v duchu rovno pred seba a nechajte po ňom ako po obrazovke prejsť všetko, čo ste cez deň urobili - všetky vaše činy, myšlienky, pocity aj impulzy. Potom sa ich pokúste usporiadať a nájsť súvislosti: prečo toto nasledovalo po tamtom a podobne. Pozerajte pritom na žiarivú plochu pred sebou. Niektoré veci prejdú ľahko, iné vrhnú jemný tieň a tieň ďalších môže byť až neznesiteľne čierny. Musíte byť celkom úprimní, akoby to bola len hra: v takej a takej situácii som urobil, myslel a cítil toto, teraz mám pred sebou svoj ideál sebapoznania a sebaovládania - bolo to v súlade s ním alebo nie? Keby bolo, nevrhlo by to tieň, a nemusel by som sa tým zaoberať. Čo je teda príčinou tieňa? Čo v mojom konaní, myslení a cítení nebolo v súlade s mojím ideálom? Väčšinou pôjde o nevedomé či podvedomé impulzy - zaradíte ich do príslušnej priehradky a rozhodnete sa, že nabudúce si budete lepšie uvedomovať, čo a prečo robíte. Zdrojom tieňa môže byť aj egoizmus (tieň je vtedy mimoriadne čierny a odpudivý), ktorému sa do vás podarilo preniknúť a zdeformovať vaše myšlienky a činy. Vytiahnite ho pekne na svetlo a položte si otázku: "Odkiaľ má právo ovplyvňovať moje konanie takýmto spôsobom?" A namiesto pohodlných výhovoriek sa v sebe radšej poriadne poobzerajte, až kým niekde v kútiku nenájdete prikrčené čosi, čo hovorí asi takto: "Ach nie, nie, všetko by som zniesol, len toto nie!" - Môže ísť o prejav samofúbsti, pýchy, skrytého sebeckta alebo tisíc iných vecí. Poriadne sa im prizrite: "Je v súlade s mojím ideálom, že v sebe nosím niečo také? Vystavím tento temný kút svetlu môjho ideálu, až kým nerozptýli tmu." A zrazu je koniec komédie. Ale komédia celého dňa sa ešte nekončí - ešte veľa vecí treba takto odhaliť a vystaviť pôsobeniu svetla. Ak vytrváte v tejto hre - lebo ak ste úprimní, je to naozaj krásna hra - uist'ujem vás, že po pol roku sa nespoznáte: "Čože, taký som naozaj bol? To nie je možné!"

Či máte päť rokov, dvadsať, päťdesiat alebo šesťdesiat, vždy sa môžete zmeniť k lepšiemu. Uvidíte, že väčšina prvkov, ktoré neladia s vaším ideálom, sa nebudete musieť úplne vzdať (takých je veľmi málo): obvykle ide len o veci, ktoré nie sú na svojom mieste. Ak sa vám podarí zorganizovať svoje vnútro, svoje myšlienky, pocity a impulzy okolo psychického centra, vnútorný chaos dokážete premeniť na žiarivú harmóniu.

Je zrejmé, že keby rovnaký postup použil celý národ, alebo dokonca svet, mnoho príčin ľudského nešťastia by zmizlo: najviac utrpenia pochádza z toho, že veci nie sú na svojich miestach. Keby bol svet zorganizovaný tak, že každá vec by mala



svoje miesto a nič by nevyšlo nazmar, väčšia časť ľudského trápenia by neexistovala. Jeden starý mudrc raz povedal:

"Zlo neexistuje. Je len nedostatok rovnováhy.  
Nič nie je úplne zlé. To len veci nie sú na svojich miestach."

Keby bolo všetko na svojom mieste - v národe, vo svete, v konaní, myslení a cítení jednotlivcov - väčšina ľudského utrpenia by sa stratila.

Do úvahy treba brať dve veci: vedomie a nástroje, cez ktoré sa prejavuje. Uvažujme najprv o nástrojoch: máme v sebe mentálnu bytosť produkujúcu myšlienky, emocionálnu bytosť - zdroj citov, vitálnu bytosť - zdroj vôle k činnosti a nakoniec fyzickú bytosť, ktorá koná.

Génius dokáže aj s nedokonalým nástrojom vytvoriť niečo pekné - práve preto, že je géniom. Dajte mu však dobrý nástroj, a vytvorí čosi úžasné. Geniálny hudobník zahrá aj na starom rozladenom klavíri peknú pieseň. Ale ak mu dáte nový a dobre naladený klavír, zahrá neporovnateľne krajšie veci. Vedomie je v oboch prípadoch rovnaké, na svoje vyjadrenie však potrebuje vhodný nástroj - telo s primeranými mentálnymi, vitálnymi, psychickými a fyzickými schopnosťami.

Keď nie ste telesne dobre stavaní, gymnastika pre vás bude oveľa ťažšia ako pre niekoho s pekným a dobre formovaným telom. Podobne, kto má myseľ dobre zorganizovanú, vycvičenú a zušľachtenú, ten sa vie oveľa lepšie vyjadriť než niekto s priemerným alebo chaotickým myslením. Najdôležitejšie je kultivovať vedomie, zorganizovať ho podľa zvoleného ideálu a stále dokonalejšie si uvedomovať sám seba, no nemali by sme pritom zanedbávať ani nástroje, ktoré máme v našom tele k dispozícii.

Vezmime si konkrétny príklad: nesiete si v sebe svoj ideál, lenže zrazu stojíte pred triedou plnou žiakov, ktorých máte čosi naučiť. Svetlo vedomia je prítomné, ale keď budete chcieť niečo vysvetliť, neopriete sa radšej o nejaký súhrn poznatkov? Je vaša inšpirácia taká mocná, že nebude potrebovať oporu? Aká je vaša osobná skúsenosť?... Zrejme zistíte, že sú dni, keď sa vám darí a všetko ide hladko: ste výreční, žiaci vás počúvajú a chápu, ale sú aj dni, keď inšpirácia neprichádza, žiaci nepočúvajú, čo znamená, že ste znudený, a teda aj nudný. V prvom prípade bolo vaše vedomie bdelé a sústredené, v tom druhom viac-menej spalo a museli ste využiť vonkajšie opory. Ale aj vtedy, keď sa opriete o kvalitný zdroj poznatkov, dokážete žiakov čosi naučiť. Ak je vaša myseľ dobre vycvičená a pohotová, ak ste si pripravili potrebné poznámky a pojmy, aj vtedy pôjde všetko hladko. Ale keď máte v hlave ako vymetené a nedokážete ani nadviazať kontakt s

vyšším vedomím, zostáva vám jediné: vziať učebnicu a čítať z nej. Musíte použiť rozum niekoho iného.

Alebo si vezmite šport. Aj tu sú dni, keď sa vám darí, a nijako zvlášť ste sa nepripravovali. Ale keby ste predtým aj poctivo trénovali, výsledok by bol ešte lepší. Keď budete hrať proti niekomu, kto sa pomaly, poctivo a vytrvalo pripravoval a v danej chvíli dokáže vyvinúť mimoriadnu snahu, tak prehráte, ibaže by vaša snaha bola kvalitatívne oveľa vyššia než jeho. A naopak, keď hráte proti niekomu, kto pozná iba techniku hry, ale nemá snahu, kým vaše vedomie je bdelé, vtedy samozrejme vyhráte vy, lebo kvalita vedomia je dôležitejšia než technika hry. Ale jedna nemôže nahradiť druhú. Kvalita vedomia je hlavná, to je pravda, ale musíte mať aj pohotové nervy a rýchle pohyby, musíte poznať všetky tajomstvá hry - až potom sa stanete dokonalými hráčmi. Vedomie je kvalitatívne vyššie a dôležitejšie, umožní vám v správnom okamihu urobiť ten správny pohyb, samo osebe však nestačí. Ak vám ide o dokonalosť, nesmiete zanedbávať ani jednu zložku pod zámienkou, že disponujete tou druhou. Potrebujete obe.

### *Má sa človek pri hre usilovať o víťazstvo?*

Pre troj- až štvorročné dieťa je to nevyhnutný stimul. Lenže aj päťdesiatnici sa niekedy správajú ako trojročné deti, nemám pravdu? Ale ak je tvoje vedomie zrelé, nemal by si hrať kvôli víťazstvu. Hraj kvôli hre samej, snaž sa hrať čo najlepšie, aby hra bola dokonalým vyjadrením tvojho vnútorného vedomia na najvyššej úrovni. Lebo to je dôležité. Dobrí hráči nehľadajú slabých, aby vychutnali radosť z víťazstva - hľadajú tých najlepších a hrajú s nimi. Spomínam si, ako som sa učila hrať tenis. Mala som osem rokov a bola som ním celkom posadnutá. Ale nehrávala som s rovesníkmi (obvykle som ich porazila), vždy som išla za najlepšími hráčmi. Najprv boli prekvapení, ale potom súhlasili - nikdy som nevyhrala, ale nesmierne veľa som sa naučila.

15. 1. 1951

## K eseji *Umenie žiť* - 3

*"Nezanedbávajte pritom rozumový rozvoj, lebo ľudská myseľ môže byť rovnako veľkou pomocou i prekážkou. V prirodzenom a nezušľachtenom stave je často plytká, obmedzená a nepružná, a treba vynaložiť určitú námahu, aby sa stala širšou, pružnejšou a hlbšou."*

Nanešťastie pre väčšinu ľudí platí, že čím viac premýšľajú, tým viac sa cítia ostatným nadradení. Rozum je veľmi spokojný sám so sebou a nesnaží sa príliš o pokrok - myslí si, že všetko vie. Veľa ľudí verí, že ich spôsob myslenia je najlepší. Nedokážu pochopiť, že *vždy* existuje viac rovnocenných spôsobov, ako pristúpiť k danému problému. A čím je ich myseľ presnejšia a dominantnejšia, tým viac sú presvedčení, že je len jeden správny spôsob myslenia. Preto som tam písala aj o cvičeniach, ktoré rozširujú duševný obzor a rozvíjajú schopnosť pristupovať k problémom z viacerých strán:

*"Keď budete čeliť nejakému problému, snažte sa ho preto posúdiť zo všetkých možných strán a hľadísk. Na tomto princípe je založená napríklad nasledovná technika: proti jasne sformulovanej téze sa postaví rovnako dôsledne sformulovaná antitéza, a problém potom treba dôkladnou myšlienkovou reflexiou rozšíriť, prekonať a nájsť syntézu, ktorá pôvodné protiklady spojí do obsiahlejšieho, úplnejšieho a dokonalejšieho riešenia."*

Povedzte nejakú tézu.

*X: Téza: Každý na svete si nesie svoj kríž.*

*Antitéza: Niektorých ľudí sa utrpenie vôbec nedotýka.*

A syntéza?

*Y: V každom z nás je istá časť bytosti povznesená nad utrpenie.*

*Z: Na svete sú rôzne typy ľudí.*

*W: Kríž je potrebný, aby sme sa mohli povzniesť nad utrpenie.*

To nie je syntéza.

*X: Vo svojej téze hovorím o obyčajných ľuďoch a v antitéze o výnimočných.*

To áno, lenže ty si myslíš, že výnimoční ľudia nenesú kríž! Aj vyššie bytosti majú svoj kríž.

Problém je v úrovni vedomia. Niektorí majú najrozvinutejšiu povrchovú úroveň, smerujúcu von, kým iní si dali tú námahu a rozvinuli aj vyššie úrovne. Tvrdenie "každý nesie svoj kríž" platí pre povrchové vedomie (pre udalosti na fyzickej, vitálnej, emocionálnej a rozumovej úrovni) - ľudia tohto typu nevyhnutne prežívajú množstvo katastrof, tým viac, že nešťastie ako by bolo každému nadelené podľa jeho schopnosti ho znášať. Takže práve ľudom s väčšou schopnosťou sa môže ujsť väčší prídel bolesti a trápenia!

Sú však aj ľudia, ktorí sa nad utrpenie povzniesli, hoci aj pre nich existuje. Prečo? Lebo ich vnútorné vedomie je mocnejšie a vyvinutejšie než vonkajšie. (Nehovorím teraz o "transformovaných" bytostiach, ktoré v sebe dokážu navodiť stav, keď aj ich fyzická úroveň bude mimo dosahu utrpenia, ale o ľuďoch súčasnosti.) Ak preniesete svoje vedomie niekam, kde vonkajšie veci nejestvujú, potom sa dá povedať, že nenesiete svoj kríž, lebo ste sa nad neho povzniesli. Sú však aj výnimky - ľudia povznesení nad utrpenie, ktorí napriek tomu nesú svoj kríž. Ako by sme mohli zladit' tieto na pohľad nezlučiteľné tvrdenia?

### *Sú rôzne typy utrpenia.*

Nie, všetky ľudské trápenia sú rovnakej povahy. Môžu vychádzať z nás samých, z nášho okolia alebo z celkového stavu vecí, v každom prípade sme im však vystavení od narodenia a nikto im nemôže uniknúť. Nemusia u každého dosiahnuť rovnakú intenzitu, ale vždy sú prítomné. Takže akoby sme si protirečili, hoci to nie je pravda: pre niektorých ľudí tieto veci, aj keď existujú, akoby nejestvovali, a aj keď sú, akoby neboli! Ani jedno tvrdenie nie je celkom správne, ani celkom nesprávne.

V istom stave vedomia - ktorý vôbec nie je nadľudský, je plne v dosahu ľudských možností - obe veci môžu koexistovať: človek prechádza utrpením, ale necíti ho; správa sa, akoby nejestvovalo. Nešťastie a "kríž" doliehajú len na vonkajšie vedomie, na fyzickú, mentálnu a vitálnu úroveň, nie však na psychickú. Psychická bytosť je v skutočnosti mimo dosahu utrpenia. Napríklad choroba často prináša veľa bolesti. Niektorí ľudia však majú také vyvinuté vedomie, že telesná bolesť pre nich nejestvuje, je neskutočná. Platí to aj pre odlúčenie od milovanej osoby, čo je jedna z najčastejších príčin utrpenia, lebo neviditeľné putá sa vtedy trhajú. Na istej úrovni vedomia však spojenie dvoch bytostí nemožno prerušiť - patrí do oblasti, kde sa veci nedajú zničiť. Človek je potom povznesený nad všetko, čo sa môže stať.

No ešte prv, než sa človek dopracuje k vyššiemu vedomiu, môže využiť racionálne myslenie - presný a objektívny logický rozum. Ak si ho dobre

vytrénuje, bude môcť pred neho postaviť všetky svoje impulzy, pocity, túžby i problémy, čím hneď obnoví duševnú rovnováhu. Mnohí ľudia, keď na nich doľahne trápenie, začnú sa správať veľmi nerozumne. Keď sú chorí, bez prestania opakujú, "Ach, prečo som len chorý, to je strašné, to ma takto bude bolieť stále?" A samozrejme, ich stav sa ďalej zhoršuje. Alebo keď sa im stane niečo zlé, hneď bedákajú: "To sa môže stať iba mne, a ešte k tomu teraz, keď už všetko vyzeralo dobre!" A hneď im vytrysknú slzy a zostane z nich len kôпка zničených nervov. Netreba hovoriť o nadčloveku, človek sám má vyššiu schopnosť, nazývanú rozum, ktorou sa môže na veci pozrieť pokojne, chladne a s odstupom. A rozum človeku hovorí: "Netráp sa, nič tým nezmeniš. Keď sa to už raz stalo, musíš sa s tým zmieriť." A človek je hneď pokojný. Je to vynikajúci mentálny tréning, rozvíja objektívnosť, úsudok a súčasne spevňuje charakter. Človek sa správa ako rozumný tvor a aspoň nevyjde na posmech, že sa nevie ovládať.

Jedna vec je pre ľudskú myseľ veľmi ťažká, ale podľa môjho názoru veľmi dôležitá: nesmiete jej dovoliť súdiť veci ani ľudí, teda určovať: "Toto je dobré, tamto je zlé, toto je správne a tamto nie, tento má takú zlú vlastnosť a tamten zas onakú" a podobne - nedovoľte jej zaujať tento odsudzujúci postoj.

Lebo ľudia, ktorí používajú svoju inteligenciu, čím sú inteligentnejší, tým akútnejšie si uvedomujú, že vlastne nič nevedia a iba rozumom ani nikdy nič naisto vedieť nebudú. Rozum totiž môže len uvažovať určitým spôsobom, pozerat' na veci z určitého zorného uhla, ale nikdy si nemôže byť istý. Môže len konštatovať: "Možno je to tak, ale možno aj celkom inak," a tak donekonečna - práve preto, že nie je nástrojom poznania.

Nad svetom myšlienok leží svet čistých ideí; myšlienky slúžia na ich vyjadrenie. A Poznanie je ešte vyššie, vysoko nad svetom čistých ideí - aspoň o toľko, o koľko sú čisté idey nad myšlienkami. Človek sa preto musí naučiť povzniesť sa cez myšlienku k čistej ideji, lebo čistá idea nie je ničím iným, než istým vyjadrením či premietnutím skutočného Poznania. A toto Poznanie možno získať iba úplnou identifikáciou. Kým žijete uzavretí v štyroch stenách svojej povrchovej mentality, mentality fyzického vedomia, ktorá je neustále aktívna a všetko posudzuje s pocitom vlastnej nadradenosti: "Toto je zlé, to by tak nemalo byť," buďte si istí, že sa vždy mýlite, bez výnimky. Najlepšie je v duchu mlčať, všetko si pozorne všímať a potichu v sebe zhromažďovať čosi ako záznamy. Keď ich v sebe udržíte bez nutkania vyjadriť sa a pokojne ich predostriete pred najvyššiu zložku svojho vedomia, udržiujúc v sebe vnímavé ticho, potom po istom čase a pomaly, prichádzajúc akoby z veľkej diaľky, objaví sa vo vás čosi ako svetlo a vy spoznáte ďalší kúsok Pravdy.

Ale kým bude vaše myslenie zvrátené a rozptýlené, skutočné Poznanie nezískate. Budem vám to opakovať aj stokrát, lebo kým toto nepochopíte, nemáte šancu vymaniť sa z nevedomosti, to vás uistujem.

*Existuje presný počet čistých ideí?*

Musíš navštíviť Stvoriteľa a spýtať sa Ho! Štatistika ma nikdy nezaujímala.

Mám pre vás malú príhodu. Jeden z mojich priateľov bol dlhší čas v Indii a po návrate mal podať správu o svojich cestách. Jedna stará, veľmi dôverčivá pani sa ho spýtala: "A v tej Indii, počítajú tam duše?" - "Áno," odpovedal. - "A koľko ich tam teda je?" - "Iba jedna."

20. 1. 1951

## **K eseji Umenie žiť - 4**

*"Vitalna bytosť v nás je sídlom impulzov a túžob, entuziazmu a prudkosti, dynamickej energie, vášni, ale aj depresie, revolty a zúfalstva. Niet vecí, ktorú by nedokázala rozhybať, vybudovať a uskutočniť, dokáže však aj všetko zničiť a znemožniť. Zvládnuť vitalitu je pre človeka najťažšie. Vyžaduje to nesmiernu trpezlivosť a najmä dokonalú úprimnosť, lebo bez úprimnosti by sme sa klamali od prvého kroku a všetka naša námaha by vyšla nazmar."*

Je veľmi ťažké nájsť hranicu medzi skutočnou potrebou a túžbou. Ideálom jogy je, samozrejme, nič nepotrebovať, a teda ani nič nechcieť. Spomínanú esej som však písala pre obyčajných ľudí, ktorí sa chcú spoznať a ovládať. A tu musíme čeliť problému, ktorý vyžaduje mimoriadnu úprimnosť, lebo túžba je najzákladnejším princípom, prostredníctvom ktorého sa vitalita v živej hmote prejavuje. A napriek tomu existujú potreby. Ako teda zistiť, či danú vec naozaj potrebujeme, alebo je to len túžba?... Musíme sa veľmi, veľmi pozorne zadávať do svojho vnútra, a ak zbadáme čosi ako zdroj malej, intenzívnej vibrácie, určite je to túžba. Napríklad si poviete, "Toto jedlo potrebujem" - myslíte, predstavujete si a veríte, že tá či oná vec je pre vás potrebná, a hľadáte spôsob, ako ju získať. Ak chcete zistiť, či ide o naozajstnú potrebu, alebo len túžbu, zahľadte sa do svojho vnútra a položte si otázku: "A čo keď sa mi ju nepodarí získať?" Ak vtedy čosi vo vás spontánne zareaguje: "Och, to by bolo veľmi zlé," môžete si byť istí, že je to túžba. Pri každej veci od seba akoby odstúpte, pozorne sa na seba zahľadte a

povedzte si: "Mám si ju zaobstarat?" Keď vo vás čosi poskočí od radosti, bola to túžba. A naopak, keď vám niečo bude hovoriť, "Ach, asi sa to nepodarí," a budete sa cítiť skleslí, tak aj to je túžba.

Ak nechcete, aby vás vitalita vodila za nos, musíte byť nielen veľmi pozorní, ale aj dokonale úprimní. Tým vás nechcem odradiť, práve naopak, chcem len zdôrazniť význam úprimnosti.

*"Keď vitalita spolupracuje, žiaden cieľ nie je nedosiahnuteľný, žiadna premena neuskutočniteľná."*

Práve to je na vitalite nádherné. Myslím, že vitalita si veľmi dobre uvedomuje svoju moc, a aj preto je taká dôležitá: disponuje dynamickou energiou, pre ktorú nič nie je príťažké, musí sa však pridať na správnu stranu. Keď spolupracuje, všetko ide hladko, ale získať jej trvalé spojenectvo vôbec nie je ľahké. Je výborným robotníkom, vie pracovať s maximálnym nasadením, ale v práci hľadá vždy len vlastné uspokojenie. Chce z nej niečo mať - všetok pôžitok a výhody, ktoré z nej plynú. A keď ich nedostane, hneď sa jej to prestane páčiť: "To je nespravodlivé, ja sa tu namáham, pracujem, a nič z toho nemám." Namosúrená sa stiahne do svojho kúta a tam čuší, prípadne vám oznámi: "Nie som doma." Vtedy z tela vyprchá všetka energia, náhle ste vyčerpaní, neschopní čokoľvek urobiť. A vzápätí sa situácia ešte zhorší, lebo - a to vám musím povedať - myseľ je veľkou priateľkou vitality. Nemyslím tú časť mysle, ktorá má na starosti logické myslenie, ale jej povrchovú, fyzickú časť. Keď vitalita začne štrajkovať: "Dajte mi pokoj, boli ste ku mne nespravodliví, nechcem mať s vami nič spoločné," povrchová myseľ jej ihneď príbehne na pomoc a podporuje ju svojimi argumentmi. Stále je to tá istá obohraná pesnička: "Život je nanič, ľudia sú odporní, všetci sú proti mne, najlepšie je o nič sa nesnažiť" a podobne. Dochádza k tomu veľmi často, našťastie sem občas prenikne aj záblesk zdravého rozumu, ktorý im povie: "Ach, prestaňte už s tou komédiou!"

Niekedy je však výbuch taký prudký, že keď človek nereaguje včas, prerastie až do zúfalstva: "Život naozaj nie je pre ľudí ako ja, o čo lepšie by mi bolo na onom svete, veď v nebi je krásne a každý si tam robí, čo chce!" Odtiaľ pramenia naše predstavy o raji - skutočne sa nemôžem zbaviť dojmu, že raj si vymysleli títo dvaja sprisahanci - myseľ a vitalita! Vždy, keď sa život alebo okolnosti nevyvíjajú podľa našich predstáv, máme sklon lamentovať: "Ach, už mám toho plné zuby, svet je len samé trápenie, už aby som bol mŕtvy!" A potom sa situácia stane naozaj vážnou: znechutenie sa zmení na nespokojnosť a depresia na revoltu. Teraz myslím na ľudí, ktorí majú zlú povahu, lebo sú takí (nemôžu za to, nie je to ich vina!), a sú aj ľudia s dobrou povahou (ani oni za to nemôžu!) - je to proste tak.

No a tých so zlou povahou sa zmocní zlosť, všetko by chceli rozdupať a zničiť: "Neurobili ste, čo som chcel, veď ja vám ukážem!" A situácia sa ďalej zhoršuje, lebo myseľ je vždy nablízku, ochotná pomôcť a hneď začne chystať odplatu. Zo znechutenia robí človek hlúposti jedného druhu, zo zvrátenosti iného druhu. Kým hlúposti zo znechutenia dopadajú na neho samého, tie zo zvrátenosti dopadajú na iných, a niekedy veľmi ťažko. Ak vám zostane čo len troška dobrej vôle, keď vás čosi také pochytí, pekne sa posaďte a ani sa nehnite, až kým sa búrka sama neutíši. Inak si môžete behom pár sekúnd zničiť výsledky dlhého úsilia.

Ale máte tu aj slová útechy:

*"Tieto krízy sú kratšie a menej nebezpečné pre tých, čo majú so svojim psychickým jadrom vybudovaný pevný a živý kontakt, vďaka ktorému dokážu v každej situácii udržať pri živote plameň snahy a zvoleného ideálu. Cez psychické vedomie môžu potom k vitalite pristúpiť ako k revoltujúcemu dieťaťu, trpezlivo a neúnavne jej ukazovať svetlo a pravdu v snahe presvedčiť ju a znovu získať jej dobrú vôľu, ktorá sa načas stratila."*

A posledná útecha: Keď budete naozaj úprimní a vaša dobrá vôľa nefalšovaná, každú búrku môžete využiť na zrýchlenie vášho postupu vpred. Vždy, keď na vás doľahne kríza, môžete ju premeniť na krok ku zvolenému cieľu. Ale musíte byť celkom úprimní a smelo sa postaviť zoči-voči skutočnej príčine krízy - zlu, ktorému ste dali priechod vo svojich myšlienkach alebo činoch. Keď v sebe tento kaz objavíte - môže ísť o násilnícke sklony, pýchu (zabudla som vám povedať, že vitalita je oveľa viac presiaknutá márnomyseľnosťou a pýchou než myseľ) - a keď sa tomu všetkému dokážete pozrieť rovno do očí, čestne a úprimne si priznať, že chyba bola vo vás, vtedy akoby ste na postihnuté miesto pritisli žeravý kov a jeho slabosť vypálili. Premeníte ju tak na nové vedomie. A keď sa búrka utíši, zistíte, že ste zasa o čosi povyrástli, že ste zasa o kúsok ďalej.

*"Náš postup môže byť pomalý a pády časté, no ak si uchováme nezlomnú vôľu a odvalu, určite sa jedného dňa dočkáme triumfu, keď sa všetky naše ťažkosti a prekážky rozplynú v žiarivom vedomí vyššej Pravdy."*

Nie preto zdôrazňujem problémy a nedostatky, aby som vás odradila, ale aby ste vedeli, že sa do tejto veci musíte pustiť s odvahou a vytrvalosťou. Nedajte sa odradiť, keď vám to nevyjde na prvý raz. Ak vytrvate, skôr či neskôr uspejete. Platí to aj pre ľudí žijúcich bežným životom v oveľa nepriaznivejších podmienkach, než tu máte vy - aj oni sa môžu spoznať, premôcť svoje slabosti a naučiť sa ovládať. A vy máte ešte väčšiu šancu. Stačí vám jedno: odhodlanie



nevzdať sa uprostred hry, lebo je to skutočne veľká hra a jej výsledok stojí za to, aby sme ju dohrali až do konca.

*"A nakoniec si musíme racionálnou a predvídavou telesnou výchovou vybudovať mocné a pružné telo ako vhodný nástroj tejto Pravdy v hmotnom svete."*

Telo sa dá zorganizovať oveľa ľahšie než napríklad vitalita. Mysleľ a vitalita sa však k nemu správajú ako k otrokovi. Najprv ho intenzívne ničia a ruinjú (telo občas protestuje, občas ochorie), a potom na jeho adresu pohrdavo poznamenajú čosi ako: "Odporné telo, ono už nevládze!" Nanešťastie, telo svojich pánov poslúcha slepo a bez rozmyslu. Mysleľ na neho ide so svojimi teóriami: "Toto nesmieš jesť, to by ti uškodilo, toto nesmieš robiť, to by ti ublížilo," a ak jej chýba múdrosť a rozhl'ad, telo poniesie následky jej chybných príkazov. O vitalite ani nehovorím. Mysleľ so svojimi dogmami a vitalita so svojimi vášňami rýchlo zničia prirodzenú rovnováhu tela a vyvolajú v ňom stav trvalého vyčerpania a choroby.

*"Spod tejto tyranie ho treba oslobodiť vybudovaním priameho a trvalého kontaktu s psychickým jadrom bytosti."*

Zbavíme sa tak všetkých chorôb a problémov.

*"Telo disponuje obdivuhodnou výdržou a prispôsobivosťou, a ak ho namiesto nevedomých a despotických pánov, ktorým je nateraz podrobené, bude ovládať najhl'bsia pravda našej bytosti, budeme prekvapení, čo všetko dokáže. Zvládne aj veci, o ktorých ani nespívame."*

Posledná vojna ukázala, že telo vydrží aj utrpenie, ktoré je v bežných podmienkach neznesiteľné. Určite ste čítali alebo počuli niektorý z vojnových príbehov, keď telo muselo prejsť nepredstaviteľným trápením, a predsa odolalo. Preukázalo takmer neobmedzenú výdrž. Niektorí ľudia sa dlhý čas nachádzali v podmienkach, ktoré ich mali zabiť, a oni napriek tomu prežili. Niesli si v sebe obrovskú vôľu prežiť, a telo poslúchlo.

*"Zdravé a vyrovnané, stelesní nový typ harmónie odvodený z harmónie vyšších sfér, čo mu dodá dokonalé proporcie a ideálnu krásu formy."*

To je posledný stupeň. Keď porovnáte ľudské telo s vyšším ideálom krásy, len málo ľudí by obstálo. Takmer každé telo má nejaké disproporcie, ale už sme na ne tak zvyknutí, že ich ani nevnímame. Keď sa však naň pozrieme z hľadiska vyššieho ideálu, disproporcie sa zrazu zviditeľnia, a nájdeme len málo takých, čo

by zniesli porovnanie s dokonalou krásou. Disproporcie majú tisíc príčin, ale iba jeden liek: vštepiť bytosti zmysel pre skutočnú krásu, ktorý bude pomaly pôsobiť na telesné bunky a postupne ich pripraví na jej vyjadrenie. Ľudia si ešte stále neuvedomujú, že telo je oveľa plastickejšie, než si myslia. Určite ste si všimli (možno iba hmlisto), že ľudia, čo žijú vo vnútornom mieri, svetle a kráse, vyzerajú inak ako tí, čo sú neustále ponorení v nepekných myšlienkach a túžbach svojej nižšej prirodzenosti. Keď je človek skutočne na výške, povznesený nad tieto sklony, odráža sa v jeho vzhľade čosi, čo chýba tým, ktorí sa nimi nechajú pohltiť.

Keby chcel niekto zmeniť svoj výzor len z egoizmu a márnivosti, určite by neuspel, lebo zdroj tej moci leží oveľa hlbšie. Ale keby sa natrvalo zbavil zlej vôle a nízkych myšlienok, pomaly by do jeho črt začal prenikať istý druh harmónie, lebo pravda je taká, že telo odráža naše vnútorné rozpoloženie.

Človek však zvyčajne zabúda na jednu vec. Keď strávi na vyššej úrovni vedomia päť či šesť hodín, už sa mu to zdá priveľa, a zvyšok dňa prežije viac-menej ako malé zvieratko unášané okolnosťami. Celkom vtedy zabúda na úsilie priblížiť sa Tomu, čo je nad nami a čo by ho mohlo uchrániť od sklznutia na nižšiu úroveň.

Od svojho tela by ste mohli získať oveľa viac, keby ste sa o to patrične usilovali.

Nesmiete ho príliš odsudzovať ani karhať, lebo ono nie je vinníkom. Ak zvolíte správnu metódu a budete na ňom poctivo pracovať, dokáže pre vás urobiť neporovnateľne viac, než teraz. Iba nedávno sa o kultúre tela začalo hovoriť ako o dôležitej veci. Pred sto rokmi to bol ešte luxus a privilégium ľudí, čo nemali iné starosti. Keď niekto povedal: "Moje deti nebudú chodiť do školy, musia si zarábať na živobytie," už vtedy mnohí namietali: "Prepáčte, ale robíte veľkú chybu - ak svoje deti nepripravíte na život, nedokážu v dospelosti správne zastáť svoju úlohu." Ľudia to hovorili o mentálnom rozvoji, ale nie o telesnom. A pritom toľko detí muselo žiť s telom, ktoré bolo skutočným bremenom, lenže vtedy sa zvyčajne hovorilo: "To bude dobré, to sa časom spraví..." Vhodným a trpezlivým cvičením si môžete vybudovať telo, ktoré vám bude po celý život oporou. Dnes už ľudia našťastie uznávajú cenu zdravého a harmonického života.

A tiež som tam napísala, že táto harmónia bude progresívna:

*"A táto harmónia bude dynamická, lebo pravda bytosti nikdy nemôže byť statická, vždy ide o neustále vrastanie do ešte úplnejšej a obsiahlejšej dokonalosti. Keď sa telo naučí sledovať pohyb tejto dynamickej harmónie, dokáže sa postupnou premenou vyhnúť aj svojmu rozpadu a zániku. Neodvolateľný zákon smrti nebude mať viac dôvod na existenciu.*

*... Tieto štyri aspekty [Pravdy] nájdú spontánne vyjadrenie v jednotlivých častiach našej bytosti: psychika sa stane centrom čistej a opravdivej lásky, myseľ nástrojom neomylného poznania, vitalita stelesnením neprekonateľnej sily a nevyčerpateľnej energie, a telo výrazom dokonalej krásy a harmónie."*

Medzi mystikmi a nábožensky založenými ľuďmi je tento fakt takmer neznámy: na každej úrovni bytia sa Boh prejavuje inak. Na vyšších úrovniach sa prejavuje ako Moc, Láska a podobne, ale na fyzickej ako Harmónia a Krása. Problém vyjadrenia telesnej krásy preto tiež patrí medzi duchovné problémy.

25. 1. 1951

## **K eseji *Umenie žiť* - 5**

*Matka, tu hovoríš: "V rôznych dobách a krajinách vzniklo mnoho spôsobov, ako 'psychické jadro' v nás odhaliť a splynúť s ním. Existujú metódy psychologické, náboženské, ba aj mechanické."*

*Mohla by si uviesť konkrétne príklady?*

Mechanické sú ásany a hathajoga. Cvičia sa s tým zámerom. Náboženské sú pre ľudí, ktorí sa hlásia k niektorému náboženstvu, zúčastňujú sa jeho obradov a pravidelne sa modlia. Keď je niekto veriaci - nezáleží na náboženstve - koná v súlade s jeho učením, modlí sa a prosí, skrátka, podrobuje sa disciplíne a predpisom svojho náboženstva. Psychologickou metódou je joga - introspekciou hľadať vo svojom vnútri to, čo je nemenné a nepominuteľné.

*"Zvoľte si cieľ vysoký, rozsiahly, ušľachtilý a nesebecký."*

*Čo sa tým konkrétne myslí?*

Čo sa tým myslí? Vysoký... - napríklad niekto chce byť bohatý, kým iný chce objaviť liek na nejakú chorobu. Ten prvý cieľ je zjavne sebeckejší a nižší ako druhý. Sú ľudia, ktorých jediným cieľom je príjemne a pohodlne žiť, chcú mať rodinu, deti a všetko, čo sa len dá. To je veľmi nízky cieľ. Prinajlepšom ho môžeme považovať za priemerný. Vyšší cieľ majú tí, čo chcú zlepšiť stav celej spoločnosti alebo niečo nové objaviť. Napríklad manželia Curieovci, ktorí objavili rádium. "Nesebecké" je, keď sa neusiluješ o svoj vlastný prospech, ale

chceš pomôcť iným. Prirodzene, najvyšším cieľom je zjednotiť sa s Bohom a plniť Jeho vôľu, ale to je až na samom vrchole. V prvej kapitole som si dávala veľký pozor, aby som nič takého nepovedala, lebo som ju písala pre všetkých, aj pre tých, ktorým je predstava Boha cudzia. Napriek tomu snaha objaviť Boha v hĺbke svojej bytosti, splynúť s ním a konať v súlade s Jeho vôľou je určite najvyšším a najmenej sebeckým cieľom.

Aké prívlastky som ešte použila?

*Vysoký, rozsiahly, ušľachtilý a nesebecký.*

Aha! Rozsiahly - to je niečo, čo sa neobmedzuje len na tvoj malý osobný svet alebo osobné výhody. Je to snaha prospieť väčšiemu celku - skupine, národu, krajine, svetu. Aktivita zasahujúca celý svet je z ľudského pohľadu určite rozsiahla.

*A ďalej sa tam hovorí: "Váš život sa tak stane vzácnym pre vás i pre iných."*

Iste - keď je niekto neužitočný, jeho život nie je vzácny, keď sa stane užitočným, bude vzácny! Niet ubíjajúcejšej veci, než sa celé dni zaoberať iba problémami vlastnej plytkej existencie. Človek má pocit prázdnoty, zbytočnosti, ničoty, nič ho nezaujíma. Niektorí ľudia žijú celkom uzavretí v kruhu svojej rodiny, a ak ich dieťa náhodou zakašle, prežijú hodiny strachu, či nebude choré, ak sa manželke nepodarí večera, do krvi sa s ňou pohádajú, a keď náhodou prídu o zamestnanie a musia hľadať iné, hneď nariekajú: "Ach Bože, ako teraz užijem svoju rodinu?" Takto žiť, veď to je žiť ako červík v diere.

*Je psychické vedomie v každom človeku čisté, alebo ho treba najprv očistiť?*

Psychické vedomie je vždy čisté, môže však byť viac či menej individualizované a samostatné. Čo je psychické,<sup>1</sup> je vždy čisté, dalo by sa povedať, že priamo z definície, lebo psychickým jadrom a psychikou nazývam tú časť bytosti, ktorá je v kontakte s Bohom, a tým pádom vyjadruje najvyššiu a najhlbšiu pravdu našej existencie. Je však rozdiel, či je len malou iskierkou v temnotách, alebo zrelou a samostatnou bytosťou, plnou vnútorného svetla. A medzi týmito dvoma pólmi sú ešte nespočetné medzistupne.

*Je toto psychické jadro obvykle zahalené?*

---

1 Pojem "psychika", "psychický" tu nadobúda špeciálny a zúžený význam odlišný od bežnej reči, v rámci ktorej označuje celý náš vnútorný svet vrátane myšlienok, túžob, citov a pocitov (pozn. prekl.).

Povrchové vedomie s ním spravidla nie je v kontakte, lebo je orientované smerom von. Žije v hluku a zhone vonkajšieho sveta - v tom, čo vidí, hovorí, počuje a robí - namiesto toho, aby sa obrátilo dovnútra, do hĺbky bytosti, a snažilo sa zachytiť vnútornú inšpiráciu.

*A má toto psychické jadro nejakú moc?*

Moc? Práve ono určuje smerovanie bytosti. Ľudia o ňom nevedia, necítia ho, ale vo väčšine prípadov riadi ich život ono. Keby sa pozorne sledovali, zistili by to, ale väčšina ľudí o ňom nemá ani potuchy. Napríklad, keď sa vo svojej nevedomosti rozhodnú niečo urobiť a neuspajú, lebo okolnosti sa zbehnú tak, že výsledok je celkom iný, hneď začnú zúriť a vystrájať, kričia, že ich osud prenasleduje, že svet je nespravodlivý, že Boh je krutý a čo ja viem, čo ešte (podľa toho, v čo veria). A pritom sa vo veľkej väčšine prípadov stalo presne to, čo bolo pre ich vnútorný rast najprospešnejšie. Je len prirodzené, že keď budete svoju psychickú bytosť žiadať, aby vám pomohla zbohatnúť, zariadiť si pohodlný život a mať deti, ktoré budú pýchou rodiny, že vám nepomôže. Pripraví vám však všetky podmienky, aby ste sa jedného dňa vnútorne prebudili a pocítili potrebu zjednotiť sa s Bohom. Človek si niekedy vytvorí nádherné plány, a keby sa mu ich podarilo uskutočniť, ešte viac by sa zamotal do sietí nevedomosti, hlúpej ctižiadosti a nezmyselnej aktivity. Ale keď dostane od života poriadny úder, keď mu osud rozbije plány na kúsky, keď mu odoprie to, po čom dychtivo túžil, a keď ho drví a dusí tak mocne, že mu skoro nedá dýchať, vtedy v ňom občas dokáže preraziť vnútornú bariéru a posunúť ho do čohosi hlbšieho a opravdivejšieho. A keď sa človek neskôr obzrie späť čo len s troškou dobrej vôle, musí uznať: "Ach, skutočne som sa vtedy mýlil. Ešteže to osud či Božia Prozreteľnosť zariadili inak." A tým skrytým organizátorom bola v skutočnosti jeho vlastná psychická bytosť.

*Je to vôľa psychiky, čo nás pomkyna ku zjednoteniu s Bohom?*

Áno, nepochybne. Je to jej vôľa a zároveň zmysel jej existencie - práve na to tu je. Niektoré myšlienkové aktivity (a niekedy aj vitálne a fyzické) reagujú na jej vplyv, spočiatku azda iba mimovoľne, a postupne sa k nej približujú a rastie v nich snaha o vyššie poznanie, o vzťah, alebo dokonca o splynutie s Bohom.

*Ako psychika prejavuje pravdu?*

Povedala som, že prejavuje pravdu?

*"Označenie 'psychika', 'psychický' dávam psychologickému jadrú našej bytosti, sídlu najvyššej pravdy našej existencie, ktoré je schopné túto pravdu zachytiť a prejať."*

Aha! - teda pravdu našej existencie, nie prosto Pravdu. Najvyššia pravda bytosti znamená hlavný zmysel a smerovanie jej existencie. V skutočnosti ona určuje okolnosti a podmienky života tak, aby sa jedného dňa mohla prejať a aby sa povrchová časť bytosti preorientovala dovnútra. Nedovolí jej nájsť nijakú oporu vonku, musí ju teda hľadať vo vnútri, až ju nakoniec nájde v psychike.

*"Telo disponuje obdivuhodnou výdržou a prispôsobivosťou, a ak ho namiesto nevedomých a despotických pánov, ktorým je nateraz podrobené, bude ovládať najhlbšia pravda našej bytosti, budeme prekvapení, čo všetko dokáže. Zvládne aj veci, o ktorých ani nesnívame. Pokojné a tiché, silné a vyrovnané, dokáže vždy vyvinúť potrebné úsilie, lebo sa naučí oddychovať počas činnosti. Kontaktom s vesmírnymi silami obnoví svoju energiu, ktorú potom vedome a účelne použije."*

*Ako môže človek oddychovať počas činnosti?*

Je to určitý druh vnútornej istoty. Keď sa človek o čosi usiluje a pritom vie, že jeho snaha bude vyslyšaná najlepším možným spôsobom, zostáva úplne pokojný. Všetko chvenie, všetky pochybnosti ustanú. Ale keď ho trápia obavy, keď nevie, ktorá cesta vedie k cieľu a či sa k nemu vôbec niekedy dostane, neustály kolotoč pochybností mu bráni zachytiť tú pravú inšpiráciu. Keby neistotu zamenil za tichú, pokojnú vieru, keby si pri svojom úsilí uvedomoval, že niet snahy (samozrejme úprimnej), ktorá by zostala bez odpovede, bol by absolútne pokojný. Usiloval by sa s maximálnym nasadením, ale nebol by nervózny ani sklamaný, keby náhodou neuspel hneď; nekládol by si pochybovačné otázky. Vedel by čakať. Niekde som povedala, že kto vie čakať, urobil z času svojho spojenca. Je to naozaj tak. Keď ste rozrušení a nedočkaví, robíte chyby, strácate čas, strácate energiu - strácate všetko. Musíte byť tichí a pokojní, udržať si vnútorný mier a presvedčenie, že sa stane, čo sa má stať, a že keď tomu nebudete brániť, stane sa to rýchlejšie. V duševnom mieri ide všetko oveľa lepšie.

16. 12. 1953

## K eseji *Umenie žiť* - 6

*Ak myseľ nedokáže nájsť poznanie, ktorá časť bytosti to dokáže?*

Človek musí vstúpiť do poznania, ktoré patrí supramentálnej úrovni.

*A keď ho chce stiahnuť dolu?*

Vždy, keď je toto poznanie niečím priťahované (niečím, čo ho zjavne dokáže prijať), samo zostúpi.

*Do mysle teda nezostupuje?*

Ale áno, zostupuje aj do mysle - do jej vyšších oblastí. Častejšie však zostupuje do psychiky. Aj psychika je zdrojom poznania, hoci je iného druhu než rozumové poznanie. Nie je mentálne formulované. Je to určitý druh vnútornej istoty, vďaka ktorej urobíme správnu vec v správnej chvíli a správnym spôsobom. A vôbec nemusí prejsť rozumom, ani byť vyjadrená myšlienkami.

Človek môže pri činnosti presne vedieť, čo treba urobiť, aj bez myšlienkovej aktivity. Myseľ zostáva pokojná, iba sa prizerá, načúva a zaznamenáva, čo sa deje, ale do priebehu nezasahuje.

*Matka, tu si napísala: "Svet poznania je mimo dosahu ľudskej mysle; prevyšuje aj svet čistých ideí."*

*Čo sú čisté idey?*

Už sme raz o tom hovorili, a nie tak dávno. Čistú ideu možno vyjadriť mnohými myšlienkami. Môže dať zrod mnohým myšlienkam, možno ju vyjadriť mnohými spôsobmi, a predsa zostane tým, čím je.

*Niekedy sa človek zahľadí na nejaký bod a úplne zabudne, čo sa okolo neho deje, až kým ho niečo nevyruší. Aký je to stav?*

Koncentrácia! Vystihol si princíp koncentrácie. Prichádza na teba samovoľne?

*Áno, často.*

To je veľmi dobre!

*Lenže ja si vôbec nepamätám, na čo som vtedy myslel!*

Aha, - keď ťa niečo vyruší, všetko zmizne?

*Áno.*

Zrejme si bol v inej úrovni vedomia, než je tvoja bežná, a prepojenie medzi nimi nemáš dobre vybudované. Chce to čas, ako keď staviaš most. Bez neho musíš prudko preskočiť z jednej strany na druhú, a pritom všetko zabudneš. Skúsenosť, ktorú si prežil, necháš tam. Ale keď budeš postupovať metodicky, každý deň si vyčleníš rovnaký čas a budeš pravidelne meditovať desať - pätnásť minút v snahe vybudovať prepojenie medzi tým stavom a normálnym vedomím, po určitom čase si zapamätáš, čo si prežíval, a odvtedy to bude nesmierne užitočné. Keď v sebe plne rozvinieš schopnosť koncentrácie, potom nebude existovať problém, ktorý by si nevedel vyriešiť - nemyslím teraz matematické problémy (*smiech*), ale problémy životného smerovania, vážne životné rozhodnutia a ďalšie psychologické otázky, ktoré si vyžadujú riešenie. Žiadna z nich neodolá mocnej koncentrácii.

Najlepšie je začať s bodom: človek naň uprene pozerá, tak uprene, až sa ním v istom okamihu stane. Nie je viac niekým, kto sa na bod pozerá, je bodom. Ak bude pokračovať, rozhodne, ale pritom pokojne, a ak ho nič nevyruší, môže sa ocitnúť pred vnútornou bránou, ktorá sa otvorí, a on zažije zjavenie. Dostane sa na druhú stranu.

Ako dlho to už robíš?

*Neviem.*

Nevieš? Možno si to robil aj predtým, ale si si nič nevšimol!

*Nedokážem si spomenúť.*

Ale nerobíš to vedome - jednoducho to príde a strhne ťa so sebou?

*Áno.*

Aha! Zrejme preto si nič nepamätáš.

*(iné dieťa) Matka, keď chce človek vstúpiť do sveta poznania, musí prejsť cez všetky svety, ktoré ležia pod ním?*

Či musí prejsť cez všetky svety? Pozri, keď chceš postupovať metodicky, obvykle si nútená stúpať z jednej úrovne vedomia na druhú - zrazu sa akoby prebudíš na vyššej úrovni a tam znovu akoby zaspíš, preberieš sa o stupienok vyššie a tak ďalej. Týmto spôsobom si všetko zapamätáš, lebo vystupuješ nahor vedome a sleduješ všetko, čo sa okolo teba deje. Tvoja bytosť zaznamenáva, čo vidí, ako jej



aktivita pomaly ustáva a pripravuje sa na prechod do vyššej úrovne. Tak si vybuduješ vedomé prepojenie medzi rôznymi úrovňami bytosti. Potom svoje skúsenosti nielenže nezabudneš, ale dokážeš ich aj vôľou obnoviť.

Aj nevzdelaní ľudia môžu v sebe objaviť takéto schopnosti a zažiť skúsenosť na vyšších úrovniach mysle, v psychike alebo aj inde. Možných príčin je veľa - môže ísť o výsledok predchádzajúcich životov, úkaz vedomia z tohto života a mnoho ďalších vecí. Ale v každom prípade, ak ju chceš naplno zužitkovať, mali by ju využiť na ďalšie zdokonaľovanie a spoznávanie rôznych častí svojej bytosti. Tak najlepšie splnia svoje životné poslanie. Poznala som aj absolútne nevzdelaných a nevedomých ľudí, ktorí mali napriek tomu pozoruhodný dar vízie: počas tranzu nielenže jasne a ostro videli, ale dokázali aj presne popisovať, čo vidia! A pritom len čo z tranzu vyšli, boli z nich opäť úplne obyčajní ľudia bez vzdelania a inteligencie. A predsa mali tento obdivuhodný dar. Existujú teda ľudia schopní aj najvyššieho pokroku v duchovnej, ba aj v intelektuálnej oblasti, a pritom sú na pohľad celkom obyčajní a priemerní. Poznala som aj iných ľudí - niektorí z nich dosiahli vysokú duchovnú realizáciu, boli neustále obklopení Božou prítomnosťou, ale za celý život nemali ani jednu víziu! Obvykle sa na to sťažovali... Závisí to od temperamentu, a pravdepodobne aj od úlohy, ktorú má človek splniť, lebo zjavne nemôže robiť všetko - je to fyzicky nemožné. Musí si vybrať.

*Ked' ochorie telo, ochorie spolu s ním aj myseľ a vitalita?*

Nie vždy. Choroba, ako som už vysvetľovala, je zapríčinená istou disharmóniou a dislokáciou medzi rôznymi časťami bytosti. Môže sa povedzme stať, že telo neudrží krok s vývojom ostatných častí - kým ony postúpia o kus vpred, telo zaostane. Táto porucha vnútornej harmónie môže privolať chorobu. Myseľ ani vitalita ňou nemusia byť vôbec dotknuté, môžu byť naopak vo veľmi príjemnom rozpoležení. Niektorí ľudia roky trpeli nevyliciteľnou chorobou, ale ich myseľ zostala obdivuhodne jasná a čistá, dokonca sa ďalej zdokonaľovali. Jeden francúzsky básnik (a veľmi dobrý básnik), možno ho poznáte - Sully Prudhomme - svoje najkrajšie básne napísal, keď bol na smrť chorý. Zostal príjemným, priateľským a usmiatym človekom, hoci sa jeho telo rozpadalo pod náporom choroby. Všetko závisí od povahy. Niektorým ľuďom, len čo im príde trochu zle, celý ich svet sa zrúti a nedokážu proti tomu nič urobiť. Každý človek je iný.

*Hovorí sa, že existuje vzťah medzi myseľou a telom. Ked' myseľ nie je v poriadku, čo sa stane s telom?*

Ale samozrejme, že existuje vzťah medzi mysl'ou a telom! Dokonca viac než vzťah: veľmi pevné puto, lebo práve myseľ je príčinou väčšiny telesných chorôb. V každom prípade hrá rozhodujúcu úlohu.

*A keď telo nie je v poriadku?*

To záleží od človeka - pred chvíľou som o tom hovorila. Niektorí ľudia, keď sa im niečo také stane, sú mentálne celkom vykoľajení. Iní môžu byť aj vážne chorí, ale ich myseľ zostane jasná. Zriedkavejšie však je, že myseľ nie je v poriadku, a telo zostane zdravé. Nie je to nemožné, len veľmi zriedkavé, lebo stav tela úzko súvisí so stavom mysle. Myseľ, ako som tam niekde napísala, je pánom tela a telo je veľmi poslušné a ľahko ovládateľné. Lenže ľudia nevedia svoju myseľ správne používať. Ba čo viac, používajú ju vyslovene zle - najhoršie, ako sa len dá. Myseľ má na telo obrovský vplyv, dokáže naň priamo pôsobiť, a oni jej moc využívajú na privolávanie chorôb. Lebo len čo sa niečo naruší, hneď začnú spriadať rôzne katastrofické scenáre: "Stane sa toto? Alebo toto? Bude sa to zhoršovať týmto smerom? A ako sa to vlastne celé skončí?" Keby namiesto tejto deštruktívnej aktivity využili jej moc na formovanie pozitívnych predstáv a posilnili sebadôveru tela, keby ho presvedčili, že ide len o prechodnú poruchu, nič vážne, potom - ak bude telo vnímavé - porucha zmizne tak rýchlo, ako prišla, a o chvíľu sme opäť zdraví. Kto sa to naučí, môže tak dosiahnuť nádherné výsledky.

Vždy existuje okamih, keď sa môžeme rozhodnúť - aj pri nehode. Napríklad, človek sa pošmykne a spadne. Medzi šmyknutím a dopadom je síce len zlomok sekundy, ale počas neho sa môže rozhodnúť: nemusí sa stať nič, ale môže sa stať aj niečo veľmi vážne. Ak chce svoju šancu využiť, jeho vedomie musí byť bdelé, v neustálom kontakte s psychickou bytosťou. Pri nehode nie je čas nadväzovať s ňou kontakt, ten už musí byť nadviazaný. Ak bude v danom okamihu jeho psychická a mentálna formácia silná, nič sa mu nestane. Ale ak bude myseľ podľa svojho zvyku pesimistom a povie si, "Oj! Šmykol som sa..." Trvá to len zlomok sekundy, ani nie chvíľu, a vtedy máme možnosť voľby. Preto musíme byť neustále bdeli: k dispozícii budeme mať iba zlomok sekundy. Len počas neho budeme môcť zabrániť, aby nehoda nemala vážne následky, alebo aby choroba neprenikla do nášho tela. Možnosť voľby máme vždy, trvá však veľmi krátko a nesmieme ju premeškať. Ak ju premeškáme, je po všetkom.

*Potom už nemáme šancu? (smiech)*

Nie. Potom príde ešte jeden okamih... Človek spadol, zranil sa, ale ešte stále môže vývoj nasmerovať k lepšiemu či horšiemu. Môže sa stať niečo ľahké, čoho následky sa rýchlo stratia, a môže sa stať aj niečo vážne, s najhoršími možnými

následkami. Možno ste si všimli, že niektorí ľudia nikdy nezmeškajú príležitosť, aby sa im stalo niečo zlé. Ak je čo len trochu možné, aby sa stalo nešťastie, postihne práve ich. A ich nehody sú vždy nezvyčajné. Už malá pravdepodobnosť vážneho zranenia stačí, aby sa vážne zranili. Hovoria o nich, že sú smoliari: "Nuž čo, nemá šťastie, osud mu nepraje." Ale nie je to pravda. Všetko závisí od pohotovosti ich vedomia. Mohla by som uviesť šokujúce prípady, ale musela by som hovoriť o konkrétnych ľuďoch, čo nechcem. Dejú sa aj tu, na každom kroku! Niektorí mali byť už dávno mŕtvi, a neskřivil sa im ani vlas na hlave. Iní mali drobnú nehodu, a vznikol z nej vážny problém.

Bežné myšlienky však nezaväzujú - tí smoliari ich môžu mať na prvý pohľad rovnako pekné ako ostatní. Dôležitý je okamih voľby, schopnosť zareagovať v správnej chvíli správnym spôsobom. Mohla by som hovoriť o stovkách prípadov. Je to veľmi zaujímavá oblasť.

Všetko závisí od charakteru človeka. Niektorí majú také bdelé a pozorné vedomie, že vnútorne nikdy nespia. A potom ihneď, keď treba, privolajú pomoc alebo duchovnú Silu. Presne v momente, keď treba. Odvrátia tak nebezpečenstvo a nič sa im nestane. Mohli byť mŕtvi, a vyviaznu bez škrabnutia. Iní naopak: len čo sa trochu škrabnú, akoby sa v nich čosi zablokovalo - dôsledok ich vnútorného strachu, pesimizmu alebo porazenectva - a nemuselo sa stať nič vážne, mohli si len vytknúť členok, a oni si vzápätí zlomia nohu. A vôbec to nebolo nutné: tú nohu si zlomiť nemuseli.

Napríklad, niekto stúpa hore po rebríku, a ten pod ním povelí. Mohol sa dolámať, ale nič sa mu nestalo. Ako je to možné? Je to na neverenie, takmer zázrak, ale nehody istých ľudí končia tak. Nájdu sa na zemi a nič im nie je, sú v poriadku. Mohla by som povedať konkrétne mená - hovorím o skutočných udalostiach.

Takže od čoho to závisí? Od pohotovosti v okamihu voľby... Všimnite si však, že nejde o rozumový postoj: ide o postoj celej bytosti, o vedomie reagujúce správnym spôsobom. Moc tohto postoja je veľmi veľká, máme však iba zlomok sekundy. Musíme mať dokonale bdelé vedomie, ktoré nikdy nespí, nikdy neskĺzne do nevedomia. Ved' nikto nemôže vedieť, kedy sa čosi také prihodí, nemám pravdu? A keď k niečomu dôjde, už niet času zobúdzat' sa - treba byť bdelý.

Poznala som človeka, ktorý mal zomrieť, ale zachránil sa - jeho vedomie reagovalo veľmi rýchlo. Omylom užil namiesto jednej kvapky lieku dvanásť a v takom množstve to už bol jed, srdce sa mu malo zastaviť. Odvtedy uplynulo veľa rokov a on si ešte stále spokojne žije! Dokázal včas zareagovať správnym spôsobom.

Ľudia by tieto veci nazvali zázrakmi, ale pravda je iná: ide o bdelé vedomie.

*Ako sme boli zachránení pri nehode so žeriavom? <sup>2</sup>*

To by ste mali vedieť vy!

*Vieme to čiastočne.*

Veru tak - veľmi hmlisto, neúplne. Máte len neurčitý dojem: "Bolo to asi takto," - nejasný pocit, takmer by sa dalo povedať, že postoj, ale nie poznanie. O čo naozaj išlo, by ste asi nevedeli povedať!

*Bol to zásah Vyššej Milosti.*

Ale keby si vedel povedať, ako funguje, to by zaujímalo všetkých. Bolo by určite zaujímavé vedieť, kto z vás mal to bdelé vedomie, pevnú vieru a istý druh... čohosi, čo reagovalo automaticky, možno nie celkom vedome.

Aj tu existujú stupne, mnoho stupňov. Ľudský rozum je stvorený tak, že bez kontrastu nedokáže nič pochopiť. Viete, že dostávam stovky ďakovných listov od ľudí, ktorí sa zachránili, ale len veľmi, veľmi zriedka mi niekto napíše, aby sa poďakoval, že sa nič nestalo, rozumiete? Napríklad nehoda je už začiatkom nerovnováhy. Pochopiteľne, pri kolektívnych nehodách má vnútorná atmosféra každej osoby svoj podiel na výsledku - všetko závisí od pomeru pesimistov a tých, ktorí stoja na správnej strane. Možno som to už niekde napísala - nepamätám sa - ale je to zaujímavý jav. Môžem povedať... Ľudia si neuvedomujú zásah Vyššej Milosti, ak nepocítia aspoň náznak ohrozenia. Musí dôjsť takmer k nešťastiu, alebo k nemu naozaj dôjde, a oni vyviaznu bez vážneho zranenia. Len vtedy jej zásah zaregistrujú. Ale neuvedomujú si, že neporovnateľne väčšou milosťou je, keď cesta prebieha celkom bez problémov! Vznikla taká mohutná harmónia, že sa nič zlého nemohlo stať. To sa im zdá normálne. Keď niekto ochorie a rýchlo vyzdravie, prekypuje vďačnosťou, ale keď je stále zdravý, na vďačnosť ani nepomyslí, hoci to je oveľa väčší zázrak! Pri kolektívnych nehodách je najzaujímavejšia presná kombinácia vnútorných atmosfér jednotlivých účastníkov, lebo na jej základe vzniká výsledná rovnováha či nerovnováha.

---

2 Skupina mladých členov ášramu nakladala pomocou žeriavu strom na korbu auta. Zrazu sa žeriav rozletel na kusy, tie však nikoho nezranili. Napoly naložený kmeň sa začal kotúľať do strany a nakláňal celé auto, ktoré hrozilo zavalit niekoľkých chlapcov po jeho boku. Zrazu sa kmeň bez zjavného dôvodu zastavil, hoci mu v pohybe nebránila nijaká prekážka.

Jeden vynikajúci pilot, letecké eso prvej svetovej vojny, mal na svojom konte množstvo vzdušných súbojov a víťazstiev, a nikdy sa mu nič nestalo. Ale potom sa v jeho živote čosi zmenilo, a on pocítil, že mu hrozí nebezpečenstvo, že šťastena ho opustila. Nechal sa preto odvetiť z bojovej služby k civilnému letectvu a pilotoval jedno z lietadiel... - nie, nebol v civilnom letectve, zostal pri vojenských lietadlách, ale nezúčastňoval sa bojov. A rozhodol sa, že pôjde lietadlom na výlet do južnej Afriky: z Francúzska na juh Afriky. V jeho vedomí muselo byť čosi porušené (nepoznala som ho osobne, takže neviem čo). Chcel odštartovať z niektorého mesta vo Francúzsku a mieril na Madagaskar, odkiaľ sa chcel vrátiť späť. Môj brat bol vtedy guvernérom Konga a potreboval sa rýchlo dostať na svoj post. Požiadal preto o povolenie ísť s ním ako pasažier. Lietadlo bolo prispôsobené na prehlídkové lety, aby záujemci videli, čo všetko dokáže. Mnohí ľudia môjho brata odhovárali: "Nesmieš ísť, tieto výlety sú veľmi nebezpečné, nechod!" Ale brat sa nedal presvedčiť a šiel. Po ceste mali poruchu a pristáli uprostred Sahary - nie veľmi príjemná situácia. Ale všetko sa zbehlo akoby zázrakom - porucha nebola vážna, podarilo sa im znova vzlietnuť a môj brat nakoniec šťastne vystúpil v Kongu - presne tam, kam sa chcel dostať. Pilot pokračoval ďalej na juh, ale asi v polovici cesty mal znovu nehodu, a tentoraz haváriu neprežil... Zjavne k tomu muselo dôjsť. Lenže môj brat mal absolútnu dôveru vo svoj osud a neotrasiteľnú istotu, že sa nič nestane. A do priebehu udalostí sa premietla takto: po zmiešaní s vnútorným rozpoložením pilota bola nehoda neodvratná, a preto museli pristáť uprostred Sahary. Nakoniec však nešlo o nič vážne a mohli pokračovať v ceste. Ale keď v Kongu vystúpil, na pilota doľahlo jeho "nešťastie", ak to tak môžem nazvať, plnou silou a ďalšiu nehodu už neprežil.

Čosi podobné sa stalo aj na výletnej lodi. Boli na nej dve osoby (známi ľudia, len si už nepamätám ich mená), ktoré pricestovali do Indočíny lietadlom. Došlo k nešťastiu, pri ktorom zahynuli všetci okrem nich. Bola to veľká tragédia. Títo dvaja (manželský pár) museli byť čosi ako nositelia nešťastia - istý druh atmosféry, ktorú nosili so sebou. Keď sa chceli vrátiť do Francúzska (k nešťastiu došlo na spiatocnej ceste), vybrali si loď. A celkom nečakane uprostred Červeného mora narazili na útes, čo sa nestane ani raz za milión ciest, a loď sa potopila. Všetci zahynuli, zachránili sa iba oni dvaja. Nemohla som nič urobiť, nemohla som ostatných ani varovať, aby s nimi necestovali. Lebo sú takí ľudia - kdekoľvek sa objavia, tam sa stane nešťastie. Im sa nestane nič, nešťastie nosia iným.

Kým sa na veci pozeráte z bežného hľadiska, nič si nevšimnete. Ale na miešanie atmosfér rôznych ľudí si treba dávať pozor. Keď máte cestovať so skupinou ľudí,

musíte dobre vedieť, s kým pôjdete. Mali by ste mať rozvinutý vnútorný zrak, a keď zbadáte niekoho, kto má okolo seba čosi ako tmavý obláčik, dajte si veľký pozor, aby ste s ním necestovali. Určite dôjde k nehode, aj keď jemu osobne sa nemusí stať nič. Preto je občas užitočné dokázať sa na veci pozrieť aj iným než len bežným povrchným pohľadom.

*(pozerajúc na jedno z detí)* Tuším sa mu teraz zdá život strašne zložitý!

23. 12. 1953

## K eseji *Výchova*

*Matka, čo rozumieš pod deštruktívnym inštinktom v deťoch?*

Deštruktívny inštinkt nemajú všetky deti. Mnohé sú, naopak, veľmi starostlivé.

Deti nie sú tak definitívne vykryštalizované ako dospelí. Keď človek rastie, akoby v ňom čosi tuhlo; jeho vedomie stráca pružnosť a plasticosť - pokiaľ, samozrejme, vlastným úsilím nenasmeruje vývoj iným smerom. Napríklad malé deti len ťažko rozlišujú svoje sny a predstavy od vonkajšieho sveta. Svet pre ne nie je tak jasne vymedzený ako pre starších, ktorí už rozlišujú presnejšie. A vnútorne sú veľmi citlivé. Ku svojej psychickej bytosti majú oveľa bližšie ako neskôr, vo vyššom veku. Vnímajú aj sily, ktoré pre ne budú potom neviditeľné. Nie je neobvyklé, keď má dieťa v spánku záchvaty strachu alebo radosti spôsobené snami. Dieťa sa bojí mnohých vecí, ktoré pre dospelého nejstávajú. Jeho zrak nie je čisto materiálny. Má istý druh vnímania, nie vždy rovnako vyvinutý, ktorým vníma hru neviditeľných síl v pozadí. A preto naň môžu pôsobiť aj vplyvy, ktoré menej citliví ľudia neregistrujú. Tieto sily - deštruktívne impulzy, vlny krutosti, zvrátenosti, podráždenosti - sú neustále okolo nás. Zrelý človek s prebudným vedomím ich pociťuje ako niečo cudzorodé a nedá sa nimi ovplyvniť. Ale deti často žijú akoby v polosne, a vtedy môžu pod ich vplyvom urobiť aj veci, ktoré by v normálnom stave nikdy neurobili.

Pôsobí pritom aj nevedomie: dieťa často ubližuje mimovoľne, pohltené aktivitou, ktorej následky si neuvedomuje.

Ak deti správne vychovávame, ak pôsobíme na ich najlepšie city a vysvetlíme im, že robiť niečo také znamená spôsobovať iným bolesť (môžeme im to ľahko predviesť na nich samých, ak treba), obvykle prestanú ubližovať.

Rozhoduje výchova. Len zriedka sa stane, aby podvedomé sklony ku krutosti nemali aj rodičia. To stačí, aby sa na dieťa preniesli. Sú však aj deti - je ich ale veľmi, veľmi málo - ktorých vnútro opanovala zhubná chorobná formácia, a sú preto nevyliciteľne kruté a zvrátené. Tu také, našťastie, nemáme ani jedno.

*"Niet pochyb o tom, že povaha dieťaťa silne závisí od matky, ktorá ho v sebe formuje, a že jej snaha a dobrá vôľa pritom hrajú aspoň takú úlohu, ako materiálne podmienky, v ktorých žije. Matka má preto dbať, aby jej myšlienky boli vždy pekné a čisté, city jemné a ušľachtilé, a prostredie plné harmónie a vznešenej jednoduchosťi. Ak tomu pridá aj pevné odhodlanie sformovať dieťa podľa najvyššieho ideálu, aký si dokáže predstaviť, potom mu zabezpečí tie najlepšie podmienky pre príchod na tento svet."*

*Ked' sa veľké duše rodia na svet, vyberajú si rodičov?*

Ach! - všetko závisí od úrovne ich vedomia. Ak je ich psychická bytosť plne vyvinutá a slobodne sa rozhoduje, či sa narodí na tento svet alebo nie, vtedy si môže vybrať rodičov. Ale kým nie je v tele, nemá telesný zrak ako my. Takže, aj keď zjavne hľadá telo, ktoré by ju najlepšie prejavilo, musí v niečom ustúpiť nevedomiu hmotného sveta, ak to tak môžem nazvať, musí sa prispôbiť základným zákonom a podmienkam fungovania materiálneho tela. Z pohľadu psychiky je napríklad dosť dôležité, kde sa narodí - je to viac než len bezvýznamný detail. Ale toľko vecí sa nedá presne predvídať: volí si krajinu, okolie, vhodný typ rodiny, pokúša sa odhadnúť povahu pravdepodobných rodičov, hľadá v nich určité charakterové vlastnosti, schopnosť sebaovládania; to všetko ale nestačí, ak nebude mať dosť energie na prekonanie prekážok. Z globálneho pohľadu preto nie sú tieto veci rozhodujúce. Vždy, aj keď rodičia vedome spolupracujú, stojí proti nej obrovská masa podvedomia a nevedomia, ktorá sa snaží zmariť jej úsilie. Pokoj a ticho sú preto nevyhnutné. Vždy, vždy je potrebná dlhá príprava, aj keď si psychická bytosť vyberie rodičov. A to nehovorím o jej strmhlavom páde do tela v okamihu pôrodu, ktorý ju tak omráči, že z jeho následkov sa len pomaly a ťažko spamätáva.

*Niektoré deti sú zvrátené. Môže byť príčinou, že rodičia si ich neželali?*

Príčinou budú skôr podvedomé sklony rodičov. Hovorí sa, že ľudia sa svojich negatívnych vlastností zbavujú tým, že im umožnia narodiť sa v ich deťoch. Každý človek si v sebe nesie nejaký tieň. Niektorí ľudia ho vedia preniesť na svoje deti - nie vždy sa ho tak zbavia, ale možno sú spokojnejší! Dopláca na to samozrejme dieťa. Úroveň vedomia rodičov v okamihu počatia má pre dieťa kľúčový význam. Ak sú vtedy ich predstavy nízke a vulgárne, určite sa na ňom

odrazia. Všetky tie zdeformované, zaostalé a ťažko vychovateľné deti, rôznym spôsobom postihnuté a neúplné (zvlášť v oblasti inteligencie - s nedostatkami, chýbajúcimi schopnosťami a funkciami), to všetko je dôsledok vedomia rodičov vo chvíli počatia. Ako je stav vedomia v posledných chvíľach života rozhodujúci pre ďalší osud zomierajúceho, tak sa aj stav vedomia rodičov v okamihu počatia nezmazateľne vryje do osobnosti dieťaťa. Na pohľad bezvýznamné veci - chvíľková nálada, rozpoloženie, snaha či degradácia - všetko, čo sa v danom okamihu udeje. Zdanlivé maličkosti, ale s vážnymi následkami: na svet môže prísť dieťa telesne i duševne zaostalé, s vývojovými chybami, niekedy dokonca zvrátené. Skrátka, fiasko. A ľudia si to vôbec neuvedomujú.

Neskôr, keď sa dieťa škaredo správa, hrešia ho. Mali by ale začať od seba a pekne si povedať: "V akom hroznom duševnom stave som musel byť, keď som splodil takéto dieťa!"

*Niekedy matka vychováva dieťa správne, ale ľudia okolo nej ho kazia. Čo proti tomu môže urobiť?*

To je pravda. Najhoršie (a práve to ľudia robia) je nechávať deti so služobníctvom. Je to zločin. Títo ľudia obvykle majú skrz-naskrz vulgárne a zatemnené vedomie, ktoré - bez toho, že by to chceli - prenesie sa nebadane aj na dieťa. Samozrejme, od istého veku ide dieťa do školy a tam sa stretne aj s rovesníkmi, ktorých spoločnosť nemožno veľmi odporúčať. Je ťažké uniknúť všetkým negatívnym vplyvom. Ale ak dieťa začalo svoj život s čo len trošku prebudeným vedomím a dobrou vôľou, potom musí cítiť, že daný človek nie je vhodným spoločníkom, a môže sa mu vyhýbať a byť s ním čo najmenej.

*A keď je tlak okolností silnejší než jeho dobrá vôľa?*

Nuž, stáva sa aj to. V podstate dôjdeme vždy k rovnakému záveru: človek musí robiť, čo je v jeho silách, vložiť to do rúk Božích ako dar, a rozhodnutie prenechať Jemu. Potom, keď sa všetko utrasie a ustáli, ak má opravdivú snahu a psychické svetlo, dokáže sa vyrovnáť so všetkými zápornými vplyvmi. Keď ste raz vkročili do tohto sveta, nemôžete očakávať, že zostanete celkom čistí a vyhnete sa všetkému zlému. S každým sústom jedla prehltáte aj negatívne vplyvy, s každým nádychom ich vdychujete. Najdôležitejšia je preto pravidelná a dôkladná vnútorná očista.

*Prečo sa niektoré deti zaujímajú len o senzácie a vzrušujúce udalosti?*



Pretože sú plné tamasu.<sup>3</sup> Tamas má na ich povahu veľký vplyv. Čím viac tamasu v sebe majú, tým intenzívnejšie zážitky potrebujú. Keď v tele prevažuje tamas, človek potrebuje silne korenené a pálivé jedlá, inak bude mať pocit, že sa nenajedol. Napriek tomu sú koreniny v istom zmysle jedy; na nervy účinkujú ako jed. V skutočnosti nenasýtia. Príčinou je tamas, ktorý zaplavil telo nevedomím. Podobne je to aj v citovej a myšlienkovej sfére: u koho prevažuje tamas, ten potrebuje stále nové a vzrušujúce zážitky, drámy, napínavé príbehy o vraždách, samovraždách a podobne, inak má pocit, že sa nič nedeje... A pritom niet horšej veci - nič, skutočne nič neurobí človeka krutejším a zvrhlejším ako tamas. Potrebuje totiž extrémne silné zážitky, aby ho vytrhli z letargie. Musíme však rozlišovať: niektorí sú celkom pod nadvládou tamasu, kým iní majú zmiešanú povahu a ďalší zasa môžu so svojimi sklonmi bojovať. Človek by mal vedieť, v akom pomere sú v jeho povahe zastúpené jednotlivé zložky. Je to priam nevyhnutné, lebo len tak sa môže správne rozhodnúť, na čo klásť dôraz. Niektorí ľudia potrebujú, aby ich život doslova šľahal bičom, inak by ho celý premárnili. Iní sú ich presným opakom: potrebujú pokoj, ticho, nejaké útočisko v prírode - samé užitočné veci, ale treba sa ich vedieť aj vzdať, keď sa chceme vnútorne zdokonaľiť, odstrániť charakterový kaz alebo premôcť nejakú svoju slabosť. Je to dosť komplikované, že?

Veľmi dôležitý je pomer takzvaných troch "gún" – poznáte tri guny?<sup>4</sup> – ich presný pomer v povahe človeka. Každý by mal poznať ich pomer v sebe a spôsob, ako jednu využiť proti druhej a podobne. Po istom čase tak dosiahne určitú vnútornú rovnováhu, a keď bude dostatočne stabilná, bude môcť čeliť životným problémom s väčšou istotou. Nebude sa každú chvíľu potkýnať a padať do temných priepastí, ani neustále bojovať proti hrozným, často až nepredstaviteľným rysom svojej povahy.

*Pôvodne mala výchova v našej škole a univerzitnom centre prebiehať podľa ideí Šrí Aurobinda, zatiaľ sa však učíme starým spôsobom, ako všade inde.*

Ach, áno, dieťa moje. A pritom už roky zápasím, aby sa to zmenilo. Keď vy - deti, ktoré ste tu - vyrastiete a stanete sa učiteľmi, potom vám pripadne úloha učiť nových žiakov nové veci novým spôsobom. Zatiaľ je naša škola skutočne viac pre učiteľov ako pre žiakov! Ale už teraz sa na to môžete pripravovať: najprv sa treba

---

3 Tamas je jedna z troch gún, základných princípov indickej psychológie (pozri tiež nasledujúcu poznámku).

4 Guny reprezentujú tri princípy indickej psychológie: *tamas*, *radžas* a *sattva*. Tamas je princípom nehybnosti, zotrvačnosti, apatie, tuposti a temnoty; radžas princípom túžby, vášne a dynamickej aktivity; sattva princípom harmónie, svetla, čistoty a rovnováhy.

naučiť nevyhnutný základ, ktorý má vedieť každý človek. Nemusí byť veľmi podrobný ani hlboký, stačí najzákladnejší výber ľudských poznatkov. Keď si ho vybudujete a súčasne absorbujete atmosféru a vplyv, ktorý tu na vás pôsobí, a keď prečítate dosť kníh, aby ste sa na veci dokázali pozrieť zo správneho pohľadu - z pohľadu vnútorného života - potom budete môcť učiť tých, čo sem prídu po vás, a oprieť sa o všetko, čo ste sa naučili a pochopili. Aj to patrí k nášmu úsiliu.

Je pravda, že až na pár vzácných výnimiek sa tu stále učí podľa tých najošúchanejších a najzastaralejších princípov. Viem o tom. Ale napríklad, aby sme to mohli zmeniť, potrebujeme vlastné učebnice, vlastný výber literatúry, vlastné vyučovacie metódy. Požiadala som niekoľkých ľudí, aby na nich začali pracovať, je to však nekonečná práca. Vždy, keď sa nám už-už zdá, že od ďalšieho roku budeme môcť konečne otvoriť aspoň jednu triedu, ktorá nepôjde po vychodených cestičkách minulosti, nakoniec musíme celú vec zasa odložiť. Napríklad len príprava učebného materiálu, ktorý by žiakom umožnil preniknúť do podstaty vecí, vyžaduje dlhý čas. Musíme riešiť konkrétne problémy. Ťažko učiť bez učebníc a literatúry. V konečnom dôsledku si musíme vybrať z existujúcich; snažíme sa používať tie najlepšie, ale ani tie za veľa nestoja. Potrebujeme ľudí, ktorí by pripravili nové. Verím, že nakoniec to bude niekto, kto tu odmalička vyrastal a podvedome vstrebal tunajšiu atmosféru - napriek všetkým prekážkam a ťažkostiam to nemôže nezanechať stopy. Účinky sú viditeľné. Keď porovnáte deti, ktoré máme tu, s deťmi vonku, je to skutočne veľký rozdiel. Možno nie celkom na povrchu, v materiálnych aspektoch výcviku, ale v ich schopnosti chápať, prenikať do podstaty vecí, vo vnútornom prebudení... Nové deti, ktoré sem prídu, potrebujú určitý čas, aby sa dostali na rovnakú úroveň. Je to niečo, čo sa nedá naučiť z kníh. Je rozdiel žiť v čistej atmosfére a s každým nádychom naberať do pľúc krištáľovo čistý vzduch, a žiť v infikovanej atmosfére a dýchať jed. Čosi podobné sa deje aj vo vedomí, a v tom je hlavný rozdiel. Povrchnému pohľadu však uniká. Keď sa ponoríte do oceánu svetla, snahy, opravdivého pochopenia a čistoty, tak či si to želáte alebo nie, čosi z neho do vás prenikne. Aj ľudia uväznení v povrchovom vedomí - hoci by sem chodili len spávať, aj tak by si čosi odniesli. Mimochodom, počas spánku tu prebiehajú viaceré intenzívne aktivity. A prinášajú výsledky, viditeľné výsledky. Prišli sa sem pozrieť ľudia, ktorí o nás nič nevedeli, ale celý život sa zaujímali o deti, a boli úplne vyvedení z miery: "Také deti sme ešte nikde nevideli!" My sme si už zvykli, ani to nevnímame. Naše deti sú celkom prirodzene také. Ich vedomie je prebudené, človek cíti, ako ich vnútro na všetko reaguje, ako kvitnú v atmosfére vnútornej slobody, ktorú by inde ťažko našli. Niektoré deti, čo sem prichádzajú, sú tak upäto zdvorilé, odpovedajú vám tak... - človek z nich má dojem malých, polomŕtvych púčikov, ktoré zvonka vyumývali, vyleštili a vyobliekali, ale ich

vnútro je mŕtve, nereaguje. O našich deťoch síce nemôžem povedať, že by boli vzorom mimoriadnej zdvorilosti (!), sú to skôr malí nezbedníci, ale sú pritom tak krásne živí! Človek priam cíti, ako v nich vibruje vedomie. A to je najdôležitejšie. O týchto veciach sa ťažko rozpráva - nedajú sa vyjadriť slovami. Musí prísť mimoriadna príležitosť, ako napríklad dnes, aby som o nich vôbec mohla hovoriť. Skutočne, ste tu už toľko rokov a až dnes som sa k nim mohla prvýkrát vysloviť. Tak veru.

Ešte nejaké otázky?

*Ja mám otázku, ale nepatrí k téme. Matka, na začiatku každého roka dostávame od Teba posolstvo. Ako ho máme chápať?*

Áno, každý rok... Cez vojnu to bolo nádherné, vždy bolo akoby proroctvom, čo sa má stať. Vojna je však za nami a proroctvá už nepotrebujeme! V každom prípade ale naznačuje, čo treba dosiahnuť alebo urobiť. Dostanete ho zajtra ráno, je to krátka modlitba.<sup>5</sup> Ale odporúčam vám, aby ste sa nad ňou skutočne hlboko zamysleli, lebo bola vyslovená a napísaná ako naozaj dôležitá. V poslednom čase sme takpovediac objektom verejného záujmu - chodí sem veľa návštevníkov, chcú vedieť, čo robíme, a naši ľudia ich všade vodia a vysvetľujú, čo sme urobili, čo robíme, čo plánujeme a podobne. A bol už najvyšší čas, aby do toho niekto vstúpil a povedal: "Prepáčte, ale nerozprávajte o tom toľko: urobte to!"

Vždy je lepšie konať ako rozprávať.

To posolstvo má ešte jeden zmysel, oveľa hlbší, ale o ňom až niekedy inokedy.

30. 12. 1953

---

5 Novoročná modlitba 1954: "Ó Pane, toto je Tvoja rada všetkým do nového roka: Nikdy sa nechváľte, vaše činy nech hovoria za vás."

# K eseji *Výchova tela*

*Matka, vyjadruje telesný vzhlad charakter človeka?*

Nie. Ani charakter sám nie je jednoduchou záležitosťou - nevyjadruje najhlbšiu prirodzenosť človeka. Je výsledkom mnohých vplyvov. Môže ísť o atavizmus - niečo pochádza od otca, niečo od matky, od oboch súčasne (to sa môže prejaviť inak), od starých rodičov, prastarých rodičov a tak ďalej. Odrazí sa na ňom aj pôsobenie okolia z čias, keď bol ešte maličký a závisel od iných. A takýto komplikovaný charakter pôsobí na telesný vzhlad. Nestačí preto niekoho len vidieť, aby sme mohli určiť jeho pravú povahu. Z telesného výzoru môžeme maximálne vyčítať jeho sklony, možnosti, problémy, ale skutočnú povahu začne telo odrážať, až keď vedomie vyzreje a vezme vývoj do vlastných rúk.

*A keď je telo zdeformované chorobou?*

To môže byť nehoda, dôsledok zrážky protichodných síl v Prírode, konflikt medzi silami rozvoja a deštrukcie. Vždy, keď sa stane niečo s trvalými následkami, ide viac-menej o víťazstvo deštruktívnych síl. To treba vedieť.

Niektoré učenia, napríklad teozofia, interpretujú karmu úplne povrchno a hovoria: "Nehoda sa ti stala preto, lebo v predchádzajúcom živote si vykonal niečo zlé, a teraz sa ti to vrátilo." Ale mýlia sa, pravda je celkom iná. Ich predstava spravodlivosti je čisto ľudská, spravodlivosť Prírody a Božia spravodlivosť účinkujú celkom inak.

Prirodzene, telesná formácia je dôležitá v tom zmysle, že ak je niekto neustále plný obáv, pesimizmu, depresie a nedostatku sebadôvery, tieto vplyvy časom preniknú aj do jeho fyzickej substancie, a keď sa potom niekde objaví možnosť nešťastia, práve on ju "využije". Vždy, keď ho niečo zlé môže postihnúť, tak ho aj postihne - či už choroba, alebo nehoda. Máte tu obrovský priestor pre pozorovanie: všimnite si, že nešťastia a nehody sa stávajú tým istým ľuďom. Iní robia to isté, pohybujú sa v rovnako nebezpečných podmienkach, a nič sa im nestane. Ak pozorne preskúmate charakter "smoliarov", zistíte, že majú sklon k pesimizmu a viac-menej očakávali, že sa im niečo zlé stane, čo sa aj splnilo. Alebo sa boja. Už viete, že strach priťahuje to, čoho sa bojíme. Ak sa obávate nehody, váš strach pôsobí ako magnet a priťahuje nehodu priamo k vám. V tomto zmysle by sa dalo povedať, že nehoda je dôsledkom charakteru. Choroba tiež: niektorí ľudia strávili celý život v zamorených priestoroch medzi chorými, a ani

raz sa nenakazili. Iní strávia hodinu v blízkosti chorej osoby a nakazia sa. Všetko závisí od ich vnútorného rozpoloženia.

### *Platí to aj pre deti?*

Pozeraš sa na vec z morálneho hľadiska, ale morálne hľadisko sa sem nehodí. Nemôžeme povedať, že deti, ktoré sú stále zdravé a nikdy sa im nič nestane, sú "dobré deti" a tie, ktoré prenasledujú nešťastia a choroby, sú "zlé deti". To by bolo nesprávne. Ako som už povedala, logika Prírody nie je ľudskou logikou a jej zmysel pre spravodlivosť, ak nejaký má, tiež nie je ľudský. Príroda nerozlišuje dobro a zlo v morálnom zmysle, pre ňu skôr existujú veci konštruktívne a deštruktívne, progresívne a regresívne. Niektorí ľudia priam žiaria, sú veselí, usmíati a šťastní, kým iní sú zachmúrení, podráždení, nespokojní, žijú akoby v tmavom tieni. A práve tí druhí k sebe priťahujú všetky nepríjemné veci. Tí prví žiaria (nemusia ísť o duchovné vyžarovanie, stačí vnútorná pohoda, istota a rovnováha, pocit radosti zo života), žijú v harmónii s Prírodou, čo ich chráni pred nehodami i chorobami. Ich život sa odvíja šťastne, aspoň pokiaľ je to na tomto svete možné. A ďalej?

*"Medzi ľuďmi je stále rozšírená predstava, že mimoriadne inteligentní ľudia bývajú telesne slabo vyvinutí." Tomu nerozumiem.*

Ide o predstavy minulého storočia. Dnes už nie sú v móde, ale koncom minulého storočia si ľudia naozaj mysleli, že čím slabší a chorľavejší je človek, tým je inteligentnejší! Niektorí dokonca tvrdili, že ich rozumový rozvoj umožnili telesné nedostatky - nemohli žiť naplno, preto obrátili pozornosť do sveta myšlienok a zdokonaľovali si inteligenciu. Istý čas bolo módou vyzerat' aspoň trochu chorľavo, napríklad básnici... Umelec musel vyzerat' chorľavo a strhane, ak chcel vyvolať v poslucháčoch dojem, že jeho myseľ je plná ohňa! Tie časy sú však dávno preč. Myslím, že sa pominuli ešte prv, než ste sa narodili. Napríklad Musset - možno ste videli jeho portrét, on skutočne vyzeral sentimentálne a chorľavo, a zámerne sa obliekal tak, aby ten dojem ešte znásobil. Ľudia si mysleli, že tak má vyzerat' skutočný umelec. Dnes to už vyšlo z módy. Uprednostňuje sa telesná rovnováha, pevné zdravie a mocné telo, čo deťom zabezpečuje telesnú výchovu.

Čítala som román francúzskeho autora, ktorý sa odohrával v dobe kamennej, keď ľudia žili v jaskyniach a živili sa lovom. V jednej rodine sa narodilo chromé, zdeformované alebo inak poškodené dieťa. Vtedy ich zvyčajne zabíjali, lebo boli príťažou (teraz nehovorím, že je to pravda, tak to bolo v knihe). Matka ho však schovala a ono prežilo. Neskôr ten chlapec, keďže nemohol ísť s ostatnými na lov

ani vykonávať iné práce, začal rozvíjať svoju inteligenciu a stal sa prvým básnikom, lebo čo iní vyjadrovali pohybmi, on dokázal vyjadriť slovami. Podobné predstavy sú zdrojom podvedomého presvedčenia, že ak má byť človek inteligentný, nesmie mať telo, a čím horšie má vyvinuté telo, tým je inteligentnejší. Nie je to šialené?

Je pravda, že myseľ môže byť od tela relatívne nezávislá. Minule som spomínala francúzskeho básnika Sully Prudhomma, ktorý zomieral na ťažkú a bolestivú chorobu, a práve vtedy zložil svoje najlepšie básne a priateľov dokázal povzbudiť tými najkrajšími slovami. V jeho prípade bola myseľ úplne nezávislá od tela. Nemožno to však zovšeobecňovať.

### *Je v deťoch psychika vždy v popredí?*

Nie vždy. Je "viac v popredí" ako v neskôr, keď ich myseľ vyzreje. Ale nedá sa tvrdiť, že u každého dieťaťa je psychika viditeľne aktívna na povrchu. A v žiadnom prípade to nehodnoťte podľa detí, ktoré máme u nás, lebo keď ich rodičia privedú, podmienkou prijatia je práve psychika v popredí. Ak ju už majú zahalenú najrozličnejšími deformáciami, neprijmeme ich. Takže naše deti sú v tomto smere výnimočne a starostlivo vyberané, ako smotana z mlieka.

### *Prečo sú niektoré deti také pažravé?*

Panebože! Byť pažravý predsa nie je zločin! Jednoducho sú aj pažravé a nenásytne deti. Možno im nefunguje trávenie, nedokážu jedlo zužitkovať, a preto musia stále jesť. Telo každého človeka je plné komplikácií a problémov, aj telo detí. Radšej si sa mal spýtať, prečo sú niektoré deti také kruté! Lebo to je naozaj strašná vec... Príčinou je nevedomie. Deti si neuvedomujú, že ubližujú. Ak si dáte záležať, aby si to uvedomili - napríklad cez ich vlastnú skúsenosť - potom zvyčajne pochopia. Deti, ktoré týrajú zvieratá, si často neuvedomujú, že zvieratá cítia rovnako ako my! Ak pochopia, že štipanie, kmásanie a bitie im spôsobuje bolesť (ak treba, môžeme im ukázať na nich samých, že to bolí), vo väčšine prípadov prestanú.

Niektoré deti sú však mimoriadne kruté - sú v moci temnej a zvrátenej sily. Niekedy to na nich vidno skoro od narodenia a zostanú také celý život, pokiaľ sa niekomu nepodari zmeniť ich, čo je však nesmierne ťažké.

Existuje určitá príbuznosť medzi telom a psychikou, a medzi myseľou a vitalitou. Mentálna bytosť je veľmi často aj vitálnou bytosťou, a psychická bytosť zasa fyzickou. Deti, keďže psychika je u nich v popredí, sú takmer celé pohltené telom. Keď sa začne rozvíjať myseľ, začnú sa rozvíjať aj príslušné prepojenia a

deformácie. Tí, čo prísne rozlišujú medzi mužom a ženou (hoci neviem prečo, veď jeden je rovnako dobrý ako druhý), obvykle tvrdia, že muž je vitálny a mentálny, kým žena je fyzická a psychická. Niečo na tom je, ale treba brať do úvahy aj všetky možné kombinácie, komplikácie a výnimky. Podobné tvrdenia celú vec neprípustne zjednodušujú. Telo má istú jednoduchosť, dokonca dobrú vôľu, ktorá síce nebýva príliš osvietená, ale predsa len ho viac zblízuje s psychikou, na rozdiel od vitality s jej vášňami a mysle s jej aroganciou. Zrejme preto sa psychika cíti v deťoch voľnejšie - nie je stále ubíjaná agresivitou mysle a vitality.

*Ako možno zistiť, či je psychika v popredí, alebo nie?*

V kom? V sebe?... To predsa cítiš, nie? Ty nič necítiš? Nehovorím teraz o malom bábätku, ktoré sa ešte nevie pozorovať, ale keď vyrastie, tak to predsa cíti, nie? Ty necítiš žiadny rozdiel?... (*dieťa prikyvuje na znak súhlasu*) Tak teda!... Dúfam, že tu nie je nikto, kto by chcel tvrdiť, že necíti rozdiel medzi chvíľami, keď v ňom psychika dominuje, keď je prežiarovaný vnútorným svetlom, nádejou, láskavosťou, veľkorysosťou, keď súcíti s inými, keď sa na život pozerá ako na príležitosť konať, zlepšovať sa a priblížiť sa k ideálu. Nie je to rozdiel oproti chvíľam, keď sme znudení a otrávení, keď je všetko nepríjemné, zlé a odpudivé, keď sa cítime vyčerpaní a bez nálady?

*Môže to byť rozdiel, ale človek nechápe, že psychika je čosi iné.*

Prirodzene, ak vám nikto nepovie, že psychika alebo vitalita existuje, nebudete o nej mať ani potuchy. Budete si môcť povedať iba: "Dnes sa cítim dobre, včera som sa cítil zle." Až do svojich dvadsiatich štyroch rokov som o týchto veciach nič nevedela, a napriek tomu som presne rozlišovala jednotlivé vnútorné stavy. Nepoužívala som tieto označenia, lebo ma ich nemal kto naučiť a nikdy som nič také nečítala, ale rozdiel medzi rôznymi stavmi vedomia som veľmi jasne cítila.

A vy, po všetkom, čo ste tu počuli a čítali, po všetkom, čo som vás učila, už by ste sa mali vo svojom vnútri bezpečne orientovať. Mali by ste si v ňom rozmiestniť malé tabuľky: toto je to a tamto je zasa čosi iné.

Dokážeš rozoznať dni, keď si zdravý, od dní, keď nie si v poriadku, myslím telesne?

*Telesne áno.*

Celkom iste? Keď ráno vstaneš, vieš posúdiť, či si v poriadku alebo nie?

*To sa zo dňa na deň mení.*

Máš pravdu, situácia sa mení. Dokonca aj počas jedného dňa. Ale keď práve vstávaš a začínaš nový deň - začínaš ho vždy rovnako?

*Nie.*

Aha! Sú teda dni, keď sa ti všetko zdá príjemné a harmonické, ale sú aj dni, keď akoby ťa drvili mlynské kamene - vo vnútri ti všetko škripe, veci sa zasekávajú, nevieš sa rozhybať. Človek najprv prehliadne svoje telo, potom pocity (určitý druh vnútorného dojmu) a nakoniec skontroluje mozog - či je v ňom jasno alebo hmla. Je tak?

*Áno.*

No a s psychikou je to rovnako.

*Ku ktorej časti bytosti patrí pozorovacia schopnosť?*

Povedala by som, že každá časť bytosti má svoju vlastnú pozorovaciu schopnosť. Môžeš mať mentálnu pozorovaciu schopnosť, vitálnu aj fyzickú. Keď pozoruješ myšlienky, ich vzájomné súvislosti a prepojenia, je to čosi iné, ako keď sleduješ svojho priateľa pri gymnastike, či sa pohybuje správne alebo nie. Pozorovacia schopnosť je aktívna v oboch prípadoch, ale na rôznych úrovniach. Nedá sa povedať, že by jedna časť bytosti pozorovala iné, ide o pozorovaciu schopnosť rozvinutú na všetkých úrovniach - schopnosť sústrediť pozornosť. Pozorovanie si však nesmieme zamieňať s rozlišovaním, čo je už intelektuálna schopnosť. Vstupuje do nej prvok hodnotenia - hodnotiace rozlišovanie, ktoré odlíši príčinu jednej veci od inej a určí ich vzájomný vzťah. Rozlišovanie by malo vychádzať zo správneho pozorovania. Pozorovanie je prvotné, rozlišovanie prichádza potom.

*Aj psychika má pozorovaciu schopnosť?*

Viac než to! Má schopnosť vízie, priameho vhl'adu do podstaty vecí. Je zrkadlom, v ktorom sa všetky veci odrážajú, nech sú akékoľvek. Najjasnejšie sa prejavuje v deťoch - pokiaľ ich, pravda, dospelí ešte nepokazili. Sú nesmierne vnímavé, dokážu vycítiť vnútorné rozpoloženie ľudí, ktorí sa k nim približujú. Niekedy dieťa bez zjavného dôvodu uteká od jednej osoby, ale bez strachu sa priblíži k inej osobe. Z pohľadu dospelého sú obe rovnako dobré či zlé, necíti žiadny rozdiel. Dieťa však jedna osoba ihneď priťahuje, kým v druhom prípade môžete robiť, čo len chcete, bude plakať, kričať, utečie vám, ale ani za živý svet sa nebude chcieť k danej osobe priblížiť. Ide o prejav (v malom detskom vedomí plnom nevedomosti) psychického fenoménu: priamej vízie psychickej kvality daného človeka.



*Niektorí ľudia sa veľmi ľahko naučia koncentrovať, ale iní to vôbec nedokážu.*

Možno sa tak narodili, alebo sa mimovoľne koncentrovali už predtým. Iste, niektoré deti vedia byť od malička veľmi pozorné, iné nie. Lenže práve tým sa ľudia jeden od druhého líšia. Dvoch rovnakých ľudí nenájdete. Niektorí sa narodili s rozvinutou schopnosťou koncentrácie, iní nie.

*Možno schopnosť koncentrácie rozvíjať?*

Áno, možno ju neobmedzene rozvíjať. Dokonca je to nevyhnutné.

27. 1. 1954

## **K eseji *Výchova vitality***

*"Podľa starovekých mystických poznatkov človek disponuje nie piatimi, ale siedmimi zmyslami, a v špeciálnych prípadoch dokonca dvanástimi. Niektoré rasy mali pod tlakom okolností v istých dobách viac či menej dokonale rozvinutý niektorý z týchto doplnkových zmyslov. Vhodným a vytrvalým cvičením to môže dosiahnuť každý, koho ich pestovanie a výsledky skutočne zaujímajú. Medzi mnohými takto spomínanými schopnosťami je napríklad rozšírenie telesného vedomia, schopnosť premietnuť ho mimo telo, sústrediť na určité miesto, a získať tak zrakové, sluchové, čuchové, chuťové, ba dokonca aj hmatové vnemy na diaľku."*

*Aké sú mená tých dvanástich zmyslov?*

Mená? Chaldejská tradícia ich nazývala po chaldejsky, iné tradície inými jazykmi. V Egypte ich zapisovali pomocou hieroglyfov. Každý systém používal svoje mená. Mala som kdesi ich zoznam - nielen mená, ale aj aký druh zmyslu označovali. Ale bolo to dávno, už si ich nepamätám. Ako som spomínala, išlo o schopnosť vidieť, cítiť, ba aj konať na diaľku premietnutím fyzického vedomia v koncentracii. Napríklad človek leží v izbe a kvôli chorobe sa nemôže hýbať. Vedľa jeho izby je ďalšia, za ňou čosi ako mostík a z neho vedú schody do ateliéru v strede záhrady. Ak chce vidieť, čo sa v ateliéri deje, sústredí svoje vedomie, až ho takpovediac vytláči mimo telo (naozaj akoby niečo z tela vyrástlo) a prejde ním celú cestu až do štúdia. Ak to urobí správnym spôsobom, bude vidieť, čo sa tam deje, a bude aj počuť, aj keď telesne tam nie je: jeho telo leží na

posteli v izbe. Vedomie sa od tela odpútalo. Ide o telesné vedomie, nie vnútorné, lebo človek vidí a počuje fyzicky. Ak sú tam ľudia, vidí ich, a ak sa rozprávajú, počuje ich. Prirodzene, nepodari sa to na prvý raz. Musíte prejsť náročnou disciplínou. Vzdialene (ale iba vzdialene) to pripomína schopnosť amerických Indiánov, ktorú si vyvinuli svojím spôsobom života. Nevie, ako sú na tom dnes, ale kedysi im stačilo položiť ucho na zem a počuli kroky vo vzdialenosti väčšej ako míľa, taký mali jemný sluch. Počuli ľudské kroky, aj keď boli vzdialení dva či tri kilometre - prostým priložením ucha k zemi! Alebo si vezmite psa. Keď mu dáte niečo oňuchať, dokáže vás celé kilometre viesť po stope. Má určitý druh superzmyslu, teda zmyslu s takým stupňom intenzity a rozvoja, že registruje aj to, čo bežné zmysly nemajú najmenšiu šancu zachytiť. Vidí, skutočne a fyzicky vidí, aj cez steny a múry. O slepých ľuďoch sa hovorí, že majú "šiesty" zmysel, ktorým cítia objekt na diaľku. Pritom nevidia: kráčajú v temnote černejšej ako najčiernejšia noc. Vyvinuli si však istý druh hmatu, materiálny kontakt na diaľku, vďaka ktorému vedia o prekážke prv, než sa jej dotknú. Ak im v ceste stojí kus nábytku, zistia ho oveľa skôr, než by doň mohli naraziť: cítia ho už z diaľky.

*Malé deti ešte nemajú rozvinutú myseľ. Platí to aj pre vitalitu?*

Nie, vitalita je v det'och oveľa vyvinutejšia než myseľ. Pamätáš si, hovorila som o postupnej kryštalizácii charakteru,<sup>6</sup> že časom naberá zreteľnejšiu a pevnejšiu podobu: čím je jeho podoba vyhranenejšia, tým je tuhšia. Charakter detí je ako voda - nie je ešte definitívne vykryštalizovaný a stuhnutý. Preto na ne môžeme mať veľký vplyv: sú tvárne a mäkké ako maslo. Keď budú mať dvadsať - dvadsaťpäť rokov, ich individuálne charakterové črty sa definitívne ustália. Dovtedy sme mohli chybám predchádzať, potom ich môžeme už len naprávať, a to je niečo celkom iné. Ak chcete vychovať deti, aby sa vyhli škodlivým návykom a záporným vlastnostiam, ak ich chcete trvale nasmerovať na správnu cestu (na tú, ktorú pre nich považujete za najlepšiu), potom musíte začať, kým sú maličké, lebo čím budú väčšie, tým to pôjde ťažšie. Vykryštalizovaná povaha sa už nedá len tak ľahko zmeniť. Niekedy ju dokonca musíme najprv zlomiť: myslím teraz hlavne na ľudí, čo sa ani trochu nesnažia, zostávajú skostnatení a zubami-nechtami si bránia svoje ošúchané stereotypy. Malé deti sú tvárne, ešte môžeme

---

6 "Niekedy vedie [život] k prevahe vlastností reprezentujúcich svetlo, inokedy pomáha tendenciám vyjadrujúcim tieň. Ak sú podmienky a okolie priaznivé, porastie svetlo na úkor tieňa a naopak. Charakter jedinca tak kryštalizuje do podoby určenej vrtochmi prírody a zákonitosťami materiálneho a vitálneho sveta, pokiaľ do tohto procesu nevstúpi svojím vplyvom vyšší prvok, vedomá vôľa, ktorá nedovolí prírode uplatňovať jej vrtošivé metódy a nahradí ich logickou a cieľavedomou disciplínou. Vedomá vôľa sa tak stáva základom racionálnej výchovy." (O výchove I)

zmeniť ich názory, podnietiť ich k úsiliu a vštepiť im presvedčenie, že zajtra by mali byť aspoň o čosi lepšie a dokonalejšie než dnes.

*Sú zlozvyky, napríklad neschopnosť udržať si poriadok vo veciach, zapríčinené vitalitou?*

Každý prípad je iný. Keď je dieťa neporiadne, nestará sa o svoje veci a stále ich ničí alebo stráca, môže to mať tri príčiny. Najčastejšie má slabú vitalitu. Keď si nedokáže udržať poriadok vo veciach a všetko má rozhádzané, ide o nedostatok vitality. Jeho vitalita je príliš slabá, nezvláda vonkajšie veci. Ďalším dôvodom môže byť nezáujem o vonkajší svet, nezáujem o materiálne veci, alebo nedostatok vnútornej disciplíny. Napríklad, keď pri prezliekaní porozhadzuje šatstvo po celej izbe, keď po hraní nechá hračky kade-tade po zemi, keď po domácich úlohách zostane všetko na stole: pero v jednom rohu, zošit v druhom, kniha ešte kdesi inde, a polovica vecí sa potom stratí. Nanešťastie väčšina našich detí je presne taká: všetko strácajú. Stalo sa mi, že som na kvetináči pred školou našla celkom rozmočené učebnice: večer ich tam niekto zabudol a v noci pršalo! Ráno z nich bola už len kaša. Chvalabohu, knihy nenachádzam často. Ale ceruziek mám celú zbierku a plniacich pier tiež. Tí, čo ich strácajú, sú absolútne nedisciplinované povahy, navonok i vo vnútri. A navyše pohrdajú vecami, takže, ako hovorí Šrí Aurobindo, nezaslúžia si, aby ich mali. Tento problém bol častou témou jeho listov. Hovoril, že kto sa o veci nevie riadne starať, nemá právo sa ich dožadovať. Táto vlastnosť skutočne poukazuje na istý druh egoizmu a vnútorného chaosu, nie je to dobrý znak. Keď tieto deti vyrastú, niektoré z nich si nedokážu udržať poriadok ani len v skrinke a zásuvkách! Izbu môžu mať na pohľad upratanú, ale keď im otvoríte zásuvku na stole, je v nej ako po výbuchu. Všetko na kope, nič nemá svoje miesto. Títo ľudia majú v hlave rovnaký neporiadok ako v zásuvkách - nevedia si uložiť myšlienky a nájsť im správne miesto. Žijú v mozgovom chaose. Vždy je to tak, ešte som nestretla ani jednu výnimku: kto má neporiadok vo svojich veciach, ten má neporiadok aj v hlave. Vedľa seba mu ležia navzájom sa vylučujúce myšlienky, nie zjednotené vyššou syntézou, ale iba pre neschopnosť upratať si v hlave. Ak chcete niekoho spoznať, nemusíte sa s ním vôbec rozprávať - stačí, keď vojdete do jeho izby a otvoríte nejakú zásuvku. Hneď viete, na čom ste.

Na druhej strane, poznala som aj človeka (meno prezradím neskôr), ktorý mal v izbe stovky kníh a množstvo zošitov, listov a iných vecí, takže keď ste tam vošli, videli ste všade len samé knihy a papiere. Bola ich plná izba. Ale keď ste nešťastnou náhodou niečím pohli, ihneď to zbadal a začal sa pýtať: "Kto sa chytal mojich vecí?" Bežný človek by sa v toľkých papieroch úplne stratil, napriek tomu mal každý z nich svoje vyhradené miesto. Bol v nich cieľavedomý systém. Keď

ste v snahe upratať preložili čo len hárok, ihneď zaregistroval zmenu: "Zase mi niekto prehádzal veci. Teraz neviem, kde čo mám." Ten niekto bol samozrejme Šrí Aurobindo! Nemali by sme si teda zamieňať poriadok s chudobou. Keď má človek tucet kníh a pár vecí k tomu, ľahko si udrží poriadok. Mal by však vedieť navrhnuť inteligentný systém aj pre nespočetné množstvo vecí; to si ale žiada organizačné schopnosti.

Samozrejme, iné je, keď ste vážne chorí a jednoducho nemáte síl. Ale aj tu sú výnimky. Poznala som ľudí, ktorí vedeli povedať: "Otvor tú a tú zásuvku a v pravom zadnom rohu pod takou a takou vecou je to a to, podaj mi to, prosím, lebo to potrebujem." Pre chorobu sa nemohli pohnúť, ale presne vedeli, kde čo majú. Ideálny je systém, ako napríklad v knižniciach, kde sú státisíce kníh, a všetky sú zatriedené tak dôsledne (prirodzene, nebola to práca jedného človeka), že keď prinesiete lístok: "Potrebujem túto knihu," za štvrt' hodiny ju máte, a niekedy aj za päť minút. To je organizácia. A pritom sú tam haldy a haldy kníh. Ide samozrejme o prácu mnohých ľudí - profesionálny systém, ktorý sa postupne zdokonaľoval. Každý by si mal zorganizovať svoje veci a myšlienky podobným spôsobom, aby vedel, kde čo má, a mohol ísť priamo za tým. To je logická organizácia. Váš systém môže mať inú logiku ako systém vášho suseda, vašu vlastnú, podstatné je, aby nejakú logiku mal. Potom budete vedieť, kde čo máte, a hneď zistíte, keď niečo nebude na svojom mieste. Keď dokážete zaviesť logický systém do svojich vecí, potom ho dokážete zaviesť aj do svojich myšlienok. Zladíte protichodné tendencie svojej povahy a v konečnom dôsledku dospejete k sebaovládaniu. Postupne tak získate kontrolu nad svojím fyzickým životom a smerovaním. Potom sa váš život stane naozaj zaujímavým. Kým človek žije vo vnútornom i vonkajšom chaose, kde je všetko pomiešané a nestíha si nič všímať, nieto ešte usmerňovať, ťažko to vôbec nazvať žítím. Je to len existencia v mori nevedomia, kde človeka unášajú neviditeľné prúdy a vlny si ho pohadzujú, ako chcú: raz ho chytí jedna a hodí o skalú, potom druhá o inú skalú, a tak sa človek pretĺka životom s modrinami, hrčami, ranami a kopancami. A keď sa ho spýtate: "Prečo je to tak?" odpovie Vám, "Neviem." - "Prečo si to urobil?" - "Neviem." - "Prečo si takto rozmýšľal?" - "Neviem." Stále len samé "neviem".

V podstate je iba jeden dôvod, prečo sme na svete: aby sme sa spoznali. Sme tu, aby sme sa učili, aby sme zistili, kým vlastne sme a čo je našou úlohou. Dokiaľ toto nevieme, náš život je prázdny - prázdny pre nás i pre iných.

*Matka, tu hovoríš: "V charaktere každého človeka sú... dve protikladné tendencie, ako svetlo a tieň tej istej veci." <sup>7</sup>*

7 "V charaktere každého človeka sú vždy takmer rovnako výrazne zastúpené dve protikladné tendencie, ako svetlo a tieň tej istej veci. U výnimočných ľudí býva tento

## *Prečo sú veci zariadené týmto spôsobom? Nemôže mať človek iba svetlo?*

Môže, ale najprv musí odstrániť tieň. Musí ho odstrániť vlastným úsilím - nezmizne sám od seba. Náš terajší svet je zmiešaný. Každý predmet, ožiarený z jednej strany svetlom, vrhá na druhej strane tieň. Človek vníma svetlo práve vďaka tieňom. Svet je jednoducho taký. Ak chce mať človek iba svetlo, musí sa podrobiť prísnej disciplíne a tieň zo seba odstrániť. To som vysvetlila o kúsok ďalej; povedala som, že tieň je akoby náznakom toho, čo musíme v sebe premôcť, aby sme mohli naplniť svoje poslanie. Ak máte nejakú životnú úlohu alebo poslanie, vždy si v sebe ponesiete aj hlavnú prekážku, ktorá vám v ich realizácii bude brániť. Víťazstvo je tak pre vás ľahšie dosiahnuteľné: keby ste museli zápasit' s problémom, ktorý je prítomný všade na svete, čakal by vás nesmierne ťažký boj. Museli by ste mať globálne vedomie a obrovskú vnútornú silu. Ale keď si prekážku nesiete priamo v sebe, vo svojej povahe, máte ju na dosah ruky: môžete ju pozorovať, môžete proti nej bojovať, a to hneď, bez váhania. Je to veľmi praktické usporiadanie.

Nečítali ste v *Bulletine* Šrí Aurobindov list o temnej stránke osobnosti - "Evil Persona"? Nedávno vyšiel, je to v ňom veľmi dobre vysvetlené.<sup>8</sup>

3. 2. 1954

---

stav ešte viac vyhrotený. Z povahy štedrého človeka môže náhle vytrysknúť nenásytná hrabivosť, odvážny je zrazu zbabelcom a dobrák od kosti musí niekedy čeliť nečakaným útokom zvrátených impulzov a pohnútok. Život akoby každého obdaril nielen možnosťou dosiahnuť ideál, ale aj protichodnými prvkami, s ktorými musí zápasit', ak chce svoj ideál uskutočniť. Z tohto hľadiska je celý život výchovou, vedomou či nevedomou, dobrovoľnou či nedobrovoľnou." (O výchove I)

- 8 ("Evil Persona"): "To, čo píšeš o temnej stránke osobnosti, je veľmi zaujímavé a zodpovedá mojim opakovaným skúsenostiam, že človek mimoriadne nadaný na splnenie nejakej úlohy má k sebe vždy, alebo takmer vždy (asi nie je múdre formulovať v týchto veciach príliš absolútne pravidlá) pripojenú bytosť, ktorá sa môže javiť ako súčasť jeho vlastnej prirodzenosti a pritom predstavuje presný opak toho, čo v tejto úlohe centrálné reprezentuje on. Alebo, ak tam aj spočiatku nie je, sila tohto druhu prenikne do jeho bezprostredného okolia, len čo urobí prvé kroky k realizácii svojho poslania. Jej úlohou je brániť mu v napredovaní, vytvárať prekážky, organizovať čo najhoršie okolnosti, skrátka, predostrieť mu problém a rozsah jeho poslania v celej šírke. Neviditeľná logika vecí akoby nedovolila vyriešiť nijaký problém inak než tak, že bytosť predurčená na jeho riešenie musí tento boj vybojovať sama so sebou. To by vysvetľovalo mnoho vecí, ktoré sa na prvý pohľad javia ako nezlučiteľné." (Šrí Aurobindo: Listy o joge)

# K eseji *Rozumová výchova*

*Ako si máme rozvíjať "schopnosti potrebné pre mentálnu expanziu a duševný rozhľad"?*

Človek by mal študovať veľa rozličných odborov. Keď chodíte do školy, učte sa čo najviac predmetov. A keď si doma čítate, nečítajte len jeden druh kníh, čítajte čo najrozmanitejšie knihy.

*Ale v škole nemôžeme študovať veľa predmetov. Musíme sa špecializovať.*

Ach áno, áno! Toto počúvam stále, hlavne od vašich učiteľov. A nesúhlasím. Veľmi dobre to poznám. Stále mi pripomínajú, že ak chce človek robiť niečo poriadne, musí sa špecializovať. Platí to pre štúdium, pre šport, pre všetko. Neustále sa k tomu vracajú, a niektorí to chcú dokonca dokázať: ak chceš byť v niečom dobrý, musíš sa venovať iba tomu. Ak chceš byť dobrým filozofom, musíš študovať iba filozofiu, ak chceš byť dobrým chemikom, musíš študovať iba chémiu, ak chceš byť dobrým tenistom, musíš hrať iba tenis. Nesúhlasím s tým, moja skúsenosť je iná. Verím, že existujú isté všeobecné schopnosti, ktoré sú oveľa dôležitejšie než špecializácia. Samozrejme, okrem prípadov ako manželia Curieovci, ktorí chceli objaviť čosi nové a rozvinúť nový vedný odbor. Oni sa, pochopiteľne, museli na svoju oblasť intenzívne sústrediť. Ale keď dosiahli svoj cieľ a urobili svoj objav, nič im už nebránilo v ďalšom rozširovaní duševného obzoru. Počúvala som o špecializácii od malička a myslím, že naši prastarí rodičia počúvali to isté - od nepamäti sa traduje, že ak chce človek v niečom uspieť, musí sa venovať iba tomu. A pokiaľ ide o mňa, neustále ma hrešili, lebo som mala veľa rôznych záujmov. Študovala som, maľovala, hrala na hudobných nástrojoch a ešte mnoho iných vecí. Hovorili mi, že moja hudba nebude stáť za veľa, že moje obrazy budú bezcenné, že štúdium nikdy nedokončím. Mali zrejme pravdu, ale pocitovala som aj výhody: širší duševný obzor, väčšiu pružnosť myslenia, prenikavejšie chápanie. Je pravda, že keby som chcela byť prvotriednou hudobníčkou a hrať na koncertoch, musela by som prijať ich radu. Keby som chcela patriť medzi významných maliarov tej doby, tiež by som musela poslúchnuť. Je to pochopiteľné. Môj pohľad bol však iný. Necítila som žiadnu potrebu patriť medzi popredných umelcov či hudobníkov. Vždy mi to pripadalo ako márnivosť. A navyše, je to vec názoru...

Platí jediná výnimka: keď chcete objaviť niečo nové. Vtedy musíte napnúť všetky sily jedným smerom, čo však nemusí trvať celý život. Ibaže by ste si zvolili veľmi

náročnú oblasť, ako Curieovci. Ale aj v ich živote nadišiel okamih, keď dospeli ku svojmu objavu a mohli sa rozvíjať ďalej.

Ľudia, ktorí si chcú zachovať vnútornú rovnováhu, pociťujú spontánnu potrebu oddýchnuť si od jednej činnosti a nahradiť ju inou. Veľa známych osobností, umelcov i vedcov, malo svoj spôsob rozptýlenia, určitú mániu. Možno ste počuli o Ingresových husliach. Ingres bol maliar, veľmi talentovaný, a vo voľnom čase hrával na husliach. Husle ho zaujímali oveľa viac než maľovanie. Nezdá sa, že by na nich hral vynikajúco, ale priťahovali ho viac. Maľoval výborne, ale s menším zánietením. Jednoducho potreboval rovnováhu. Keď chceme dosiahnuť určitý cieľ, spravidla sa musíme upriamiť iba naň, aspoň kým naša myseľ funguje štandardným spôsobom. Môžeme ju však vytrénovať, aby fungovala inak a stala sa jemnejšou a všestrannejšou. Prirodzene, fyzicky budeme vždy do istej miery obmedzení priestorom a časom. Tiež platí, že veľké veci sa ťažko dosahujú bez mimoriadneho vypätia všetkých síl. Ale ak chce niekto žiť vyšším a plnším životom, môže podľa môjho názoru získať oveľa dôležitejšie schopnosti presne opačným postupom než umelým obmedzovaním a koncentráciou na úzku oblasť. Ak sa človek zdokonaľuje vo viacerých smeroch, v mnohom získava - možno nie z hľadiska výsledkov, určite však z pohľadu duchovného života.

### *Prečo toľko vecí zabúdame?*

Príčin je veľa. Prvou je, že na zapamätávanie používame pamäť, ktorá je mentálnym nástrojom. Závisí od štruktúry mozgu. Mozog sa neustále vyvíja, až kým nezačne degenerovať, úpadok však začína až po dlhom čase - vyvíja sa oveľa dlhšie než telo. A v priebehu vývoja musia byť niektoré veci nutne nahradené inými. Čo už doslúžilo alebo bolo len prechodným stavom, to sa zmaže a nahradí definitívnym výsledkom. Výsledok v mozgu zostáva a žije akoby vlastným životom, ale cesta, ktorou sme sa k nemu dopracovali, úplne zmizne. Správna funkcia pamäti predpokladá iba uchovanie výsledkov, ktoré sa neskôr stanú prvkami nových konštrukcií. To je oveľa dôležitejšie, než mechanické hromadenie a udržiavanie záznamov v pamäti.

Je tu však aj druhá strana mince - okrem nedokonalnej mentálnej pamäti existujú aj stavy vedomia. A každý stav vedomia, v ktorom sa ocitneme, zaznamená všetko, čo sa v danej chvíli udeje. Ak je vaše vedomie priesvitne čisté, rozsiahle a prenikavé, sústredením a koncentráciou si môžete späťne vyvolať, čo ste robili, mysleli alebo vnímali v ktoromkoľvek bode minulosti: spomeniete si na to tak, že v sebe navodíte rovnaký stav vedomia. Jeho obsah sa nikdy nezmaže. Môžete žiť aj tisíc rokov, a stále si ho budete pamätať. Ak teda nechcete zabúdať, musíte si veci pamätať svojím vedomím, nie mentálnou pamäťou. Obsah mentálnej pamäti

sa časom zahmlieva a stráca - staré veci sú vytláčané novými. Ale čo si v danej chvíli jasne uvedomujeme, to nikdy nezabudneme. Stačí navodiť rovnaký stav vedomia. Tak si človek môže sprítomniť aj podmienky, v akých žil pred stovkami rokov. Spomenie si tak na minulé životy. Tie sa nikdy nezmažú. Pritom si však často nedokážeme spomenúť ani na udalosti svojho detstva. Rodičia by vám mohli hodiny rozprávať o veciach, ktoré si vôbec nepamätáte: vaša mentálna pamäť ich vymazala takmer okamžite. Mozog sa neustále vyvíja a slabšie bunky sú nahrádzané silnejšími. Vznikajú nové bunkové kombinácie a štruktúry, takže čo bolo predtým, to sa prekryje alebo zdeformuje.

*Človek si môže spomenúť na veci, ktoré sa diali pred tisíc rokmi!*

Áno, ak sa vo vedomí dostane na miesto, ktoré existovalo pred tisíc rokmi. Navyše, existuje čosi ako trvalý záznam pozemského vedomia, a kto do neho prenikne, spomenie si nielen na všetky udalosti svojho života, ale aj na všetko, čo sa kedy na zemi stalo. Všetko je v ňom zaznamenané, je to súčasť globálneho vedomia.

*Ale ako si to človek môže zapamätať, keď mení svoje telo, svoju myseľ...*

Pred chvíľou som o tom hovorila, dieťa moje. Nepočúvaš. Povedala som, že spomienky uložené v mentálnej pamäti sa zmažú - človek si nevie spomenúť ani na udalosti spred niekoľkých desiatok rokov. Lenže stav vedomia nie je mentálny stav. Nemá s myslou nič spoločné. Myseľ sa po smrti rozpadá spolu s telom, výnimky sú veľmi zriedkavé: musí ísť o mimoriadne pevnú, súdržnú a organizovanú formáciu, len taká pretrvá. Vedomie je však niečo celkom iné. Vedomie je večný stav, a stav vedomia je tiež večný stav. Všetky veci vznikli prostredníctvom vedomia a keby vedomie zmizlo, svet by nemohol existovať. Keď nadviazete kontakt s týmto vedomím, dokážete si vybaviť celú históriu stvorenia, lebo všetko stvorené pochádza z vedomia. Vedomie je večné.

*Niekedy sa v nás objavujú nežiaduce myšlienky a nedajú nám pokoj. Ako sa ich môžeme zbaviť?*

Existuje viacero spôsobov. Vo všeobecnosti - závisí to od daného človeka - najjednoduchšie je myslieť na niečo iné, čo s rušivou myšlienkou nemá nič spoločné: začítať sa do zaujímavej knihy alebo zahľbiť sa do práce. Najlepšia je tvorivá práca. Napríklad spisovateľ - keď píše knihu, všetky ostatné myšlienky zmiznú, lebo je sústredený na prácu. Keď skončí - pokiaľ sa nevie dostatočne ovládať - rušivé myšlienky sa môžu vrátiť. Ale v danej chvíli, keď vás obťažuje nejaká myšlienka, obvykle pomôže tvorivá práca. Vedec sa môže pohrúžiť do svojho výskumného problému alebo do štúdia - skrátka do niečoho, čo ho celého



pohlí. To je najjednoduchší spôsob. Prirodzene, ak má svoje myslenie aspoň akotak pod kontrolou, môže urobiť aj čosi ako odmietavý pohyb a "vytlačiť" danú myšlienku z mysle von, akoby bola materiálnym objektom. Vyžaduje si to však podstatne viac sebaovládania. Ide o aktívnejší spôsob v tom zmysle, že ak danú myšlienku bude vytrvale odmietať, nakoniec sa prestane vracat'. V tom prvom prípade sa vždy môže vrátiť, ide teda o dve rozdielne metódy.

Tretia metóda spočíva v schopnosti privolať svetlo vyšších úrovní vedomia, ktoré bude "popretím" rušivej myšlienky v hlbšom zmysle slova. Ak daná myšlienka predstavuje niečo temné (a zvlášť, ak je jej zdrojom podvedomie alebo nevedomie a živí ju nejaký inštinkt), svetlo vyššieho poznania ju dokáže rozpustiť a rozptýliť, alebo osvietiť a premeniť. Táto metóda je najdokonalejšia, ale je ešte ťažšia ako predchádzajúca. Dá sa však naučiť, a keď si ju človek osvojí, potom sa natrvalo vylieči - nielenže sa daná myšlienka viac nevráti, ale odstráni spolu s ňou aj jej príčinu.

Prvým krokom je myslieť na niečo iné (lenže takto sa problém môže donekonečna vracat'), druhým bojovať, tretím premeniť. Keď človek dosiahne tretí stupeň, tak sa nielen vylieči, ale urobí aj trvalý krok vpred.

10. 2. 1954

## **K eseji *Psychická a duchovná výchova* - 1**

*Keď už raz človek nadviaže kontakt so svojou psychikou, prečo sa mu potom zasa skryje?*

Nie psychika sa skryje, ale človek sklzázne späť do bežného vedomia!... Je preňho ťažké udržať vedomie na najvyššej úrovni, a tak sa pomaličky zosúva nadol. Ale druhýkrát už svoju psychickú bytosť odhalí s menšou námahou. A čím častejšie sa k nej prebojuje, tým to bude ľahšie, až nakoniec príde čas, keď prestane padať späť.

*Matka, tu nechápem: "Takéto sebaobjavovanie sa často spája s mystikou a náboženstvom, lebo práve ony sa najintenzívnejšie zaoberali touto stránkou života. Ale nemusí to byť nevyhnutne tak: mystický pojem Boha možno nahradiť filozofickejším pojmom pravdy a výsledok bude v podstate ten istý, iba cesta k nemu už bude schodná aj pre toho najväčšieho pozitivistu."*

A čo nechápeš? Hovorím tam, že nie je dôležité, čo si človek myslí, lebo jeho myslenie bolo sformované okolím a výchovou. Ide len o rôzne spôsoby, ako popísať tú istú vec. Hocijakú vec môžeš popísať tisícovými spôsobmi, a ona predsa zostane tým, čím je. Takže, čo presne nechápeš?

*Mystický pojem Boha možno nahradiť filozofickejším pojmom...*

Všetko závisí od toho, ako chápeš slovo "Boh". Vyjadrujeme ním (a to vám hovorím už aspoň piatykrát) "niečo", čo nepoznáme, čo sa však usilujeme dosiahnuť. Ľudia, ktorých vychovali v náboženskom duchu, sú zvyknutí označovať to slovom "Boh". Iní zasa dostali pozitivistickú alebo filozofickú výchovu, a preto to označujú inak, ale pritom to tiež považujú za najvyššiu pravdu. Keď chce človek hovoriť o Bohu a popísať ho, je nútený používať obrazy, ktoré sú pre bežné vedomie takmer nepochopiteľné. Bohom nazývame to, čo sa vymyká nášmu chápaniu a prevyšuje všetko, čím by sme mohli byť. Iba niektoré náboženstvá pripisujú Božstvu presnú formu (sú také): niektoré mu dávajú viacero foriem a majú niekoľko bohov, iné pripúšťajú len jednu formu a majú jediného Boha, ale jedno aj druhé je len výtvor ľudskej mysle. Existuje "čosi" - realita, ktorú slovami nemožno popísať, s ktorou však možno nadviazať kontakt, ak sa podrobíme určitej disciplíne. Môžeme sa s ňou zjednotiť. Keď sa nám to podarí, potom budeme vedieť, aká je, ale nedokážeme ju popísať, lebo slová na ňu nestačia. Keď ste naučení používať určitý slovník a máte určité rozumové presvedčenie, použijete slovník zodpovedajúci vášmu presvedčeniu. Keby ste patrili k inej skupine, ktorá sa vyjadruje inak, nazývali a uvažovali by ste o tom iným spôsobom. Chceme, aby ste si utvorili správny obraz: existuje čosi, čo sa rozumom nedá pochopiť, čo však napriek tomu jestvuje. Nezáleží, ako túto realitu nazveme, ona prosto *je*. A tak máme jedinú možnosť: vstúpiť s ňou do kontaktu. Nie popisovať ju, ale nadviazať s ňou kontakt, sústrediť sa na ňu a zažiť ju. Keď dosiahneme tento zážitok, na pomenovaní prestane záležať. Iba bezprostredná skúsenosť je dôležitá. Ale keď ľudia miešajú skúsenosť s nejakým jej vyjadrením, a navyše tak obmedzene a úzkoprsro, že mimo svojej formuly sa nedokážu pohnúť, tak to je naozaj duševná menejcennosť. Človek by mal byť schopný zažiť túto skúsenosť všetkými možnými spôsobmi, cez všetky vyjadrenia a za všetkých okolností. Musí ňou žiť, lebo ona predstavuje najvyššiu pravdu, najvyššie dobro, najvyššiu moc, poznanie a všetko... Skutočne, človek ju môže prežívať, ale nemôže o nej rozprávať. A aj keď rozpráva, nie je príliš dôležité, čo povie. Pôjde len o jeden z mnohých možných spôsobov popisu, nič viac. Celý rad filozofov nahrádza pojem Boha neosobným Absolútnom alebo pojmom Pravdy, Spravodlivosti a Pokroku, čohosi večne progresívneho; ale pre človeka, ktorý sa vie s duchovnou realitou vnútorne stotožniť, nie je dôležité, čo sa o nej hovorí.

Niekedy prečítate celú knihu filozofie a nedostanete sa ani o krok ďalej. Nieкто môže byť vrúcny a zaniatým veriacim, a aj tak nebude duchovne napredovať. Sú ľudia, ktorí celý život strávili v kontemplácii, a predsa nič nedosiahli. A naopak, iní - máme tu také prípady - robili celý život tú najskromnejšiu fyzickú prácu, napríklad opravovali obuv, a túto skúsenosť zažili. Úplne sa totiž vymyká všetkým rozumovým očakávaniam. A netreba viac, iba ňou byť - zjednotiť sa s ňou a žiť ňou. Niekedy prečítate jednu vetu, a tá vás k nej dovedie. Inokedy preštudujete hŕbu filozofických či náboženských spisov, a nedostanete sa nikam. Prirodzene, existujú ľudia, ktorým štúdium filozofie pomáha, nie je však prvoradá. Skutočne dôležité je len jedno: pevná a úprimná vôľa, lebo taká vec sa nedá dosiahnuť naraz. Musíte byť vytrvalí. Ak cítite, že ste uviazli na mŕtvom bode, nesmiete strácať odvahu. Zamerajte sa na ten bod svojej povahy, ktorý vám bráni v postupe, a zmeňte ho. Tak sa dostanete o krok ďalej. A keď dôjdete na koniec cesty, zažijete túto skúsenosť. A čo je najzaujímavejšie: zažili ju ľudia postupujúci diametrálne odlišnými cestami, s celkom protichodnými koncepciami, od najoddanejších veriacich po najzatvrdilejších materialistov. Aj materialisti sa k nej môžu dopracovať. Je rovnaká pre všetkých. Je pravdivá, je skutočná, predstavuje jedinú realitu. Je jednoducho *TO*. Viac o nej nemôžem povedať. Nemá zmysel o nej rozprávať, dôležité je vydať sa na cestu - na *svoju vlastnú* cestu, nezáleží na tom akú - a dopracovať sa až k nej.

*Matka, nepochopil som tvoj popis psychiky: "Môžeme to vyjadriť napríklad tak, že stvorenie individuálnej bytosti je výsledkom premietnutia jednej z nespočetných možností, latentne existujúcich v Najvyššom Počiatku všetkého stvoreného, do priestoru a času. Premietnutím cez vesmírne vedomie sa táto možnosť konkretizuje v zákone a najhlbšej pravde individuálnej bytosti a postupným vývojom sa z nej stáva duša - psychická bytosť jedinca."*

Je to podané trochu filozoficky... Chápeš rozdiel medzi subjektívnym a objektívnym? Chápeš! Tak si skús predstaviť, že Realita, o ktorej hovoríme a ktorá je počiatkom všetkých vecí, prechádza zo subjektívneho stavu do objektívneho. Čo bolo vo vnútri, premietne sa akoby von. Realita zostáva tá istá, mení sa iba jej stav. Vo vnútri obsahuje všetky možnosti objektívnej existencie, ale zostávajú v nej nevyjadrené a neprejavené. Premietnutím sa dostanú von ako obraz, ktorý sa objaví na filmovom plátne a môžeme ho pozorovať. Každý prvok, ktorý v neprejavennom stave predstavoval možnosť, premietnutím sa stane konkrétnym zákonom realizácie. Každá z možností sa tak stane vnútornou realitou nejakej bytosti, alebo, ak chcete, nejakej individuality - niečoho, čo existuje objektívne. Táto realita je zárodkom psychiky, tvorí najhlbšiu pravdu

a individuálny zákon každej bytosti. Buddha ju nazýval "zákon" a hovoril o Dharme. Cez ňu je každá bytosť nezničiteľne spojená so svojím počiatkom a zdrojom. Je tiež východiskovým bodom a zdrojom psychickej bytosti, a ako sa táto postupne vyvíja - podobne ako obraz na filmovom plátne - tak tým v objektívnej existencii nadobúda stále zreteľnejšiu a komplexnejšiu podobu. Realita danej formy je pritom stále rovnaká, neoddeliteľne spätá s Jediným. A všetky tieto individuálne jednotky sú navzájom prepojené a v celkovom súhrne vyjadrujú a reprodukujú Jedno.

Teraz je to už ľahšie?... (*pozerajúc na dieťa*) Nie? Je to ešte ťažšie! Nuž nič, ale asi toto som chcela povedať.

*Matka, tu hovoríš: "Vzdajte sa snahy o osobnú spokojnosť, pohodlie, pôžitky i šťastie. Nech vo vás planie iba snaha postúpiť vpred na ceste vnútorného sebaobjavovania. Všetko, čo vám život prináša, berte ako pomoc vo vašom vývoji a nikdy neváhajte urobiť ten krok vpred, ktorý sa od vás žiada."*

Áno. A je to dúfam jasné a pochopiteľné.

*To áno, lenže keď sa chcem napríklad zdokonaľiť v športe, tak aj to je len osobný pokrok, nie?*

Čo prosím? V športe? Nie, hodnota tvojho úsilia bude závisieť od toho, ako si postavíš cieľ. Ak ti ide len o úspech, aby si bol lepší ako iní, dosiahol uznanie a podobne, tak máš veľmi sebecký a nízky cieľ, a nepostúpiš vpred. Presnejšie povedané, urobíš istý pokrok, ale duchovne nepovedie nikam. Keď ale tvojou snahou bude otvoriť sa vyššej sile aj na fyzickej úrovni a stať sa pre ňu vhodným nástrojom, cez ktorý sa bude môcť prejavovať, potom to bude veľmi užitočné. Chápeš?

*Áno.*

Fyzická aktivita nie je nutne sebeckejšia než intelektuálna alebo citová, ani zďaleka. Často dokonca naopak. Egoizmus nespočíva v tom, čo robíme, ale ako to robíme. Ide o náš vnútorný postoj. Oblasť, na ktorú sme zameraní, nehrá pritom žiadnu úlohu.

*"Nepripisujte vonkajším udalostiam význam. Vždy sú len nedokonalým pokusom vyjadriť niečo iné, skutočné a pravdivé, čo uniká povrchovému chápaniu." Hovorí sa, že človek nemá byť pesimistom, ale ty tu hovoríš: "Vždy sú len nedokonalým pokusom..."*

Hovorím tam iba toľko, že hmotný svet v jeho terajšom stave len veľmi neohrabane vyjadruje vyššiu realitu, ktorá stojí za ním. Netreba dlho rozmýšľať, aby sme na to prišli, ak len nie sme... Áno, v "Štyroch disciplínach" <sup>9</sup> hovorím o ľuďoch, ktorí sú na život dokonale uspôsobení a všetko sa im zdá krásne, ale nestretla som veľa takých, ktorým by toto presvedčenie vydržalo celý život. Hovorím o optimistoch - človek je optimistom, kým je mladý a zdravý, ale jeho optimizmus spravidla vypcháva, len čo mu začnú ubúdať sily a zdravie. Stačí troška vnímavosti a inteligencie, aby sme videli, že na svete veľa vecí nie je v poriadku. Keď náhodou niekto žije v pohodlí a dostatku, všetko sa mu darí a nemusí sa o nič starať, to neznamená, že milióny iných ľudí nežijú v ťažkých, niekedy až zúfalých podmienkach. Vtedy je ľahké myslieť iba na seba, nemôžem to však veľmi odporúčať. Poznala som bohatých ľudí, ktorí za celý život nestretli nikoho chudobného v núdzi - nevedeli si to ani predstaviť! Jedna dáma prežila celý svoj život v nádherne zariadenom dome s množstvom služobníctva a všemožným prepychom - žila v ňom odmalička a nepoznala nič iné. Raz som jej povedala o istom vzácnom človeku, ktorý nemal nič, nemal sa za čo ani najesť, a požiadala som ju o pomoc. Nie o peniaze, peňažnú pomoc by neprijal - chcela som, aby mu ponúkla prácu alebo ho načas pozvala k sebe (tá dáma bola filozoficky založená a mohla mu pomôcť aj intelektuálne). Povedala som jej: "Vieš, nie vždy sa môže dosýta najesť." A videla som na nej, že nechápe. Tak som jej zopakovala: "No, nemá vždy dost peňazí, aby si mohol kúpiť jedlo - chlieb a ostatné veci." - "Ale veď v kuchyni sa predsa vždy niečo nájde!" (*smiech*) Vyhŕklo to z nej tak spontánne!

17. 2. 1954

---

9 Eseje nadväzujúce na prvú časť série O VÝCHOVE (pozn. prekl.).

## K eseji *Psychická a duchovná výchova* - 2

*Matka, tu si povedala: "Spoza hraníc sveta foriem možno totiž vyvolať novú silu, silu vedomia, ktorá sa ešte neprejavila a ktorá svojím pôsobením zmení chod vecí a privedie zrod nového sveta." Je silou, o ktorej hovoríš, Boh?*

Čo rozumieš pod pojmom Boh? Povedz mi svoju definíciu Boha. Už sme sa tým raz zaoberali.

*Všetko, čo je na zemi, je vyjadrením Boha?*

Nie, ja sa pýtam, čo rozumieš pod slovom "Boh". Máš svoju predstavu o Bohu, nie? Keď povieš "Boh", čo si predstavíš?

*Stvoriteľa.*

To je zase iba slovo. Stvoriteľ!!!

Kde som napísala, že sa treba zjednotiť s Bohom v našom vnútri? - Myslím, že v Bulletine. Nepamätáš si?

Tak či onak, určite som často spomínala, že prejavovaný svet sa vždy vyvíjal a vždy sa bude vyvíjať. Čo sa prejavilo v istom čase, je len počiatkom čohosi rozsiahlejšieho, čo sa prejaví neskôr. Takže keď niekto vystúpi na vrchol stvoreného sveta, nutne narazí na niečo, čo sa ešte neprejavilo, ale jedného dňa sa určite prejaví, lebo doň neustále vstupujú nové prvky. Presne to som povedala. Keď človek vystúpi na vrchol vedomia a vykročí von zo sveta foriem, narazí na novú silu, novú energiu, ktorá do tohto sveta ešte nevstúpila, ale sa na to pripravuje. Vrchol vedomia sa neustále mení: čo sme dosiahli včera a čo sa vtedy zdalo byť najvyšším stavom, to sa dnes javí len ako prvý krok k čomusi vyššiemu, čo zatiaľ nie je pripravené vstúpiť do sveta foriem, čo doň ale raz vstúpi - možno zajtra, o mesiac, o rok alebo v budúcom veku.

*Ako možno premôcť depresiu?*

Ach! Na to existuje veľmi jednoduchý liek. Depresie väčšinou zaplavujú vitalitu, takže sme im vystavení, iba keď je naše vedomie fixované na vitálnej úrovni. Stačí sa z vitality presunúť na hlbšiu alebo vyššiu úroveň. Už vyššia myseľ, osvietená vyššia myseľ a jej najušľachtilejšie myšlienky dokážu rozohnať

depresiu. Stačí sa povzniesť do vyšších úrovní mysle a depresia zmizne. Môžeme sa uchýliť aj do psychiky - tam depresia nemá žiadnu šancu.

Depresia má dve možné príčiny: nedostatok vitálneho uspokojenia alebo veľké fyzické a nervové vyčerpanie. Depresia z vyčerpania sa lieči jednoducho: stačí si dobre oddýchnuť. Človek si ľahne a poriadne sa vyspí, až kým sa znovu necíti k svetu. Môže ležať, odpočívať, snívať... Nespokojnosť vitality vzniká tiež pomerne ľahko a musíme jej čeliť s rozumom a rozvahou. Musíme vypátrať, čo dalo vitalite zámienku k nespokojnosti, postaviť sa k problému čelom a položiť si otázku, či to nejako súvisí s naším celkovým životným smerovaním, alebo ide len o chvíľkový vitálny rozmar. Obvykle zistíme, že to s naším životným smerovaním nemá nič spoločné, a ľahko sa jej potom zbavíme a obnovíme tak duševnú rovnováhu. Ak to nestačí, musíme sa ponoriť hlbšie do svojho vnútra, až kým nenarazíme na psychickú realitu. Len čo sa depresia dostane do kontaktu s pravou psychikou, okamžite sa rozplynie.

V princípe môžeme s depresiou bojovať aj priamo na vitálnej úrovni - niektorí sú v tom dobrí a radi takto zápasia, iní zasa nie. Ale ak mám byť úprimná, tento spôsob je oveľa ťažší.

*Keď raz psychika vystúpi na povrch, môže sa znovu stiahnuť späť?*

Áno. Obvykle človek zažije sériu skúseností, spočiatku veľmi intenzívnych, postupne však slabnú, až sa jedného dňa celkom stratia. Nedajte sa tým vyvieť z rovnováhy, je to bežný jav. Druhýkrát už kontakt nadviažete ľahšie. A potom príde čas, nie veľmi vzdialený, keď postačí chvíľa koncentrácie a kontakt obnovíte. Nemusí sa vám dariť udržiavať ho nepretržite, dokážete ho však obnoviť vôľou. Odvtedy bude pre vás všetko ľahké. Keď budete mať problém, budete chcieť premôcť depresiu, slabosť, alebo len znova prežiť radosť z identifikácie (táto skúsenosť je zdrojom veľmi konkrétnej a intenzívnej radosti; v okamihu splynutia človek prežíva obrovskú radosť); na chvíľu sa uvoľníte, ponoríte sa do koncentrácie a vnútornou snahou obnovíte kontakt so svojou psychickou bytosťou. Všetky problémy, ktoré vás ťažili, budú vyriešené. Stačí sa chvíľu sústrediť a vaša snaha obnoví kontakt takmer okamžite.

Ako som už spomínala, nakoniec sa môžete dopracovať až k tomu, že kontakt prestanete strácať. Bude neustále prítomný v hĺbke vášho vedomia ako opora vo všetkom, čo robíte. Veľa vecí vtedy definitívne zmizne. Depresia je jednou z nich, ale aj nespokojnosť, revolta, vyčerpanosť a všetky podobné problémy. Keď si vypestujete návyk sťahovať sa, ako my hovoríme, hlbšie do vedomia a všetky vnemy, poznatky, myšlienky a udalosti sledovať akoby na obrazovke svojho

psychického vedomia, potom budete neustále vnímať aj to a mať neomylného vodcu vo všetkých situáciách. Samozrejme, dospieť až sem si vyžaduje dlhý čas.

*Ak chce človek uniknúť zo sveta a splynúť s Neprejavovým, nemusí sa najprv zbaviť nielen sebeckta, ale aj svojho ega?*

Samozrejme.

*Ale samotný postoj - chcieť splynúť s Neprejavovým a ponechať svet jeho trápeniu - nie je to sebeckta?*

Áno, je. A preto vždy dochádza k zaujímavej situácii: všetci, čo to urobili, dostali v poslednej chvíli čosi ako pokyn, aby sa vrátili späť a pokračovali v práci. Akoby stáli pred bránou, ktorú stačí otvoriť, a zrazu: "Ach! - nie, nie, ešte nie - choď späť a pracuj. Keď bude svet pripravený, potom môžeš vstúpiť."

Tento postoj - snaha uniknúť pred ťažkosťami a problémami - je skutočne najvyšším sebecktom. Povedia vám: "Urobte to tiež, a keď sem dospejú aj všetci ostatní, svet bude opäť v poriadku." Ale spomedzi ľudí je len nepatrná hŕstka schopná a pripravená urobiť niečo také. Navyše, ide presne o tých, ktorí by mohli byť pre svet najužitečnejší, lebo vedia viac než iní a museli prekonať veľa prekážok. Mohli by ostatným pomôcť práve tam, kde iní nedokážu. Ostatní, celá tá obrovská masa ľudí... Lebo aj keď niektorí uspeli - aj keby ich bolo niekoľko stovák - máme sklon považovať ich za "ľudstvo", ale v skutočnosti je to len úzka elita, výber. Zvyšná masa ľudí na celej zemi - vezmite si len Indiu s jej obrovským obyvateľstvom - ľudia na vidieku, v malých dedinkách: vôbec neprichádza do úvahy, aby títo všetci vyvíjali úsilie oslobodiť sa od sveta, zanechali doterajší život a venovali sa iba duchovnu. Ved' nemajú ani čas zamyslieť sa nad sebou! Existujú, kráčajú brázdou, ktorú im určil osud, pripútaní k práci ako kôň k pluhu, a až na vzácne výnimky sa z nej nedokážu vymaniť. Darmo im budete opakovať: "Urobte to, čo ja, a všetko bude v poriadku." Lebo "Urobte to, čo ja" pre nich neznamená vôbec nič. Možno nájdete pár stovák ľudí, čo to dokážu, ale viac nie!

*Prečo je telo niekedy také unavené? Máme v podstate pravidelný denný režim, ale aj tak sme jeden deň plní energie, a na druhý celkom vyčerpaní.*

Na vine je vnútorná nerovnováha. Možných príčin je veľa, ale dôsledok je rovnaký: strata vnútornej harmónie medzi rôznymi časťami bytosti. Takisto sa mohlo stať, že v deň, keď si mal dostatok energie, si jej minul priveľa. To však neplatí pre deti: tie svoju energiu mňajú do poslednej kvapky. Dieťa ide naplno až do konca, a potom náhle zaspí. Len pred chvíľou tu behalo, skákalo, šantilo, a



zrazu žblnk! - koniec, spí. A napriek tomu rastie, rozvíja sa a mocnie. Z toho vyplýva, že míanie energie samo osebe neškodí. Oddychom sa energia doplní, a všetko je zasa v poriadku. Čo škodí, je vnútorná nerovnováha: narušená harmónia medzi rôznymi časťami bytosti.

Ľudia si myslia, že stačí zotrvať v zabehaných stereotypoch a robiť len to, na čo sú zvyknutí, alebo prinajmenej stagnovať na jednej úrovni vedomia. Lenže všetko je inak. Niektorá časť ich bytosti môže aj tak nečakane dosiahnuť pokrok, niečo nové objaviť alebo prijať vyššie svetlo, či už je to vitalita, myseľ alebo city. Tá časť urobí veľký krok vpred, kým zvyšné zaostanú. Vznikne tak vnútorná nerovnováha, a to stačí, aby sme sa cítili nesmierne unavení. Ale nejde o únavu, je to čosi, čo nás núti na chvíľu si v pokoji sadnúť, pohrúžiť sa do svojho vnútra a znova zladit' jednotlivé časti bytosti do novej harmónie. V danom okamihu tento oddych nutne potrebujeme, lebo vtedy asimilujeme to nové, čo sme sa naučili, a sprostredkujeme to ostatným zložkám našej bytosti.

Z fyzického hľadiska, ako viete, žijú ľudia v hroznej nevedomosti. Nevedia ani presne povedať... Napríklad, vedeli by ste pred jedením povedať, koľko čoho vaše telo potrebuje? Nič viac, iba to: Koľko treba jesť a kedy... Máte len hmlistú predstavu, neistý odhad, dedukciu... - všetko možné, len nie poznanie. Ale presné poznanie: "Potrebujem zjesť toto a presne takéto množstvo," - a koniec: "Toľko moje telo potrebovalo." Nuž, dá sa to naučiť, a celkom presne. Vyžaduje si to však roky tvrdej práce, takmer bez rozumovej kontroly, iba pomocou tak jemného a vnímavého vedomia, že dokáže nadviazať kontakt s prvkami, ktoré vedú k transformácii a pokroku. Takisto treba vedieť určiť presný rozsah telesnej aktivity a záťaže, pomer spotreby a obnovovania energie, naučiť sa využívať energiu na obnovenie porušenej rovnováhy, popohnať bunky zaostávajúce vo vývoji, vytvoriť podmienky pre vyšší pokrok a tak ďalej... Je to obrovská práca, ale nevyhnutná, ak chceme niekedy dosiahnuť telesnú transformáciu. Najprv musíme telo uviesť do úplnej harmónie s našim vnútorným vedomím, pričom musíme pracovať takpovediac s každou bunkou, s každou jej aktivitou, s každým pohybom telesných orgánov. Len tým by sa človek mohol zaoberať dňom i nocou a nezostal by mu čas na nič iné... Lenže človek nedokáže udržať intenzitu svojho úsilia; postupne ochabuje, a jeho vnútorný zrak tiež.

Dala som vám úplne povrchnú otázku - zdá sa vám neuveriteľné, že by človek mohol presne vedieť, kedy koľko čoho zjesť a kedy príde čas na ďalšie jedlo! A to je ešte tá najpovrchnejšia stránka problému. Ale keby ste dokázali preniknúť do bunkových kombinácií a ich vnútornej organizácie, aby aj ony začali reagovať na zostupujúcu duchovnú Silu... Uvedomujete si jednotlivé bunky svojho tela, ich odlišnosti, aktivity, čo je v dobrom stave a čo nie? Keď ste unavení, dokážete s

istotou povedať prečo? Keď sa niečo naruší, viete nájsť príčinu?... Prečo sa ľudia tak hrnú k lekárovi? Lebo žijú v ilúzii, že lekár môže lepšie ako oni nazrieť do ich vnútra a zistiť, čo sa v ňom deje. Nie je to síce rozumné očakávanie, ale taký je zvyk! Ale vy sami pre seba: kto z vás vie nazrieť do svojho vnútra a presne zistiť, kde čo nie je v poriadku a ako k tomu došlo? A to je iba pozorovanie, neskôr treba aj obnoviť stratenú rovnováhu, a to je ešte ťažšie.

Tak, to bolo A B C transformácie tela.

24. 2. 1954

---

*Anglickú verziu rozhovorov, podľa ktorej vznikol tento slovenský preklad, možno nájsť vo 4., 5. a 6. zväzku "Collected Works of the Mother" (Volumes 4, 5, 6: Questions and Answers 1950-1951, 1953, 1954) na internetovej stránke <https://library.sriaurobindoashram.org/> podľa dátumov uvedených na konci každej kapitoly.*

---