

KARMAJOGA

Tento výraz je známy jogistom, ktorí sa zúčastňujú letných sústredují, obyčajne niekde na chate. Rozumie sa pod ním nezištná činnosť v prospech celku. Prakticky to znamená, že pokiaľ neprebíha cvičenie alebo iný organizovaný program, účastníci si nájdú nejakú užitočnú prácu a ňou vyplnia časť voľna. Napríklad zbierajú odpadky v okolitej prírode, vynášajú smeti, upratujú, polievajú kvety, zbierajú bylinky na čaje do kuchyne, ap. Nie je to nariadené, nie je to povinné, platí zásada úplnej dobrovoľnosti. Chatári bývajú spočiatku prekvapení, pretože stretnúť sa s niečím takým v dnešných časoch, keď sa ľudia riadia heslom „ani kura nehrabe zadarmo“, je naozaj rarita. Správcovia chat by teda mohli byť s jogistickou spoločnosťou úplne spokojní - nič sa nepoláme, nepoškodí, všade je pohoda, čistota, poriadok a ešte sa aj porobí kadečo užitočné. Len keby tak tí jogisti viac prispeli k výške tržby! Oni totiž, čudáci, vôbec nepijú alkohol, nefajčia, stravujú sa veľmi striedmo - nuž ako s nimi nahnať tržbu?

Nie je to len vec chatárov, ale celého systému. Úroveň kvality takýchto služieb by sa nemala posudzovať podľa objemu tržieb za alkohol a cigarety. Práve naopak, je to dôkaz smutnej skutočnosti, že také zariadenie neplní určené poslanie.

Vráťme sa však ku karmajoge. Nezištná činnosť v prospech celku bola vždy ideálom sociálnych reformátorov a mysliteľov všetkých čias. Nájdeme takýto predobraz človeka budúcnosti aj v marxistickej filozofii, len to kdesi zahaprovalo. Kde sa to vzalo v starobylej joge ?

Predovšetkým si musíme pripomenúť, že joga je nesmierne obsiahle učenie, také obsiahle, aby si v ňom mohol nájsť svoju cestičku každý človek. Keďže ľudia sú rozličnej povahy, treba im ponúkať viacero možností, ako nastúpiť cestu vnútorného pokroku. Jednou z nich je karmajoga, ktorá sa zaoberá liečením sebeckta.

Ak má byť človek šťastný a spokojný, musí byť zbavený utrpenia. Starí učители jogy usúdili, že veľkým zdrojom útrap je práve sebeckto. Patañdžali označil za prekážky

na ceste k poznaniu, ktoré sa považuje za najvyššiu hodnotu, päť zdrojov útrap (kleše):

1. nevedomosť, neznalosť trvalých hodnôt - avidja,
2. jastvo, zdôrazňovanie seba - asmitá,
3. nezdravé lipnutie, pripútanosť k čomukoľvek - rága,
4. odpor, nenávisť, zášť - dvéša,
5. strach o seba - abhinivéša.

Týchto päť zdrojov útrap vyvoláva telesné i duševné poruchy (vikšépa), ktoré človeka brzdia v ďalšom vývoji. Jednou z ciest, ako sa útrap zbaviť, je karmajoga. Je to osobitne vhodná cesta pre ľudí čínorodých a usilovných. No nestačí len pracovať, treba sa hlavne zorientovať v motívoch, ktoré človeka pobádajú k práci. Práca oslobodzuje, to je pravda, ale nie práca v koncentračnom tábore, práca z prinútenia. Toto zrnko múdrosti zasadili fašisti do otrávenej pôdy. My musíme odvíjať našu úvahu o práci z pohľadu slobodného človeka. Čo nás teda pobáda k práci?

Predovšetkým je to potreba zabezpečiť si základné životné potreby. Teda postarať sa o svoju rodinu a o seba. Tento druh činnosti pre seba nemožno označiť za sebeckto, pokiaľ sa uplatňuje hľadisko nevyhnutnosti.

Skromnosť patrila k ozdobám ľudského charakteru odjakživa a zdôrazňovali ju všetci mudrci, akí kedy žili na zemi. Starí učители jogy radili žiakom, aby sa učili ničť v sebe žiadostivosť. Vedeli, ako túžba po veciach, majetku, moci, sláve škodí nielen vzťahom medzi ľuďmi, ale aj samotnému jednotlivcovi. Od drobných konfliktov medzi jednotlivcami až po ničivé vojny sú to vždy prejavy sebeckta. Samozrejme, ľudský mozog si stále hľadá dôvody, prečo sa deje to či ono, usiluje sa mnohé zdôvodniť, ale podstata je zrejmá. Je to sebeckto osôb, skupín, národov, blokov, kontinentov. Keď sa raz objavia mimozemšťania, budeme sa asi biť s nimi i medzi sebou.

Aj v osobnom živote sebeckto človeku škodí. Poháňa ho síce k činnosti, ktorá mu

prináša vonkajšie zisky a výhody, ale o to väčšia je jeho vnútorná bieda. Celé oblasti hodnotného duševného života má zastreté akoby hustými závoji. Tuší, že šťastie existuje, chce ho mať (kto by nechcel?), ale uháňa za ním nepravou cestou. To sú kleše, o ktorých hovoril Patañďžali.

Škodlivosť sebeckta rozoberá na mnohých miestach aj indická Bhagavadgíta (asi 3. stor. pred n. l.). Napríklad v druhom speve nájdeme poučenia, ktoré priniesol vyslanec Najvyššieho:

Ak človek uvažuje o zmyslových predmetoch, vznikne z toho lipnutie, z lipnutia sa rodí žiadostivosť, zo žiadostivosti sa rodí hnev. Z hnevu vzniká pomýlenie, z pomýlenia strata pamäti, zo straty pamäti zánik buddhi a so zánikom buddhi človek hynie.

Poznámka: Výraz buddhi znamená najvyššiu duševnú schopnosť človeka, nadvedomie. Do istej miery sa kryje s obsahom pojmu intuícia. Buddhi podlieha vplyvu troch gún (vlastností prírody). Buddhi stojí nad zmyslami a jedine ním je človek schopný vytušiť svoju pravú podstatu. Popri intuícii obsahuje buddhi aj rozumové a vôľové schopnosti, ktorými človek môže ovládnuť telo i myseľ. Buddhi-joga je pestovanie sebadisciplíny pomocou buddhi.

Avšak človek, ktorý ovládol svoje ja a zmyslové predmety vníma so zmyslami pozbavenými vášne a nenávisťi a podriadenými sebe, dôjde k upokojeniu. V upokojení dochádza k zániku všetkých jeho útrap, pretože ak má človek pokojnú myseľ, jeho buddhi sa rýchlo upevňuje. Kto sa neovláda, chýba mu buddhi a nie je schopný kráčať k poznaniu. Pre toho, kto nenapreduje k poznaniu, niet pokoja, a ak nemá pokoj, odkiaľ môže očakávať šťastie? Lebo myseľ, ktorá podlieha prchavým zmyslom, unáša jeho múdrosť ako vietor loď po hladine.

Výraz karman znamená následok zámernej činnosti, vôľového konania. Myšlienka karmajogy sleduje tento zámer: ak k cieľavedomej činnosti, k práci priviedol človeka strach o seba, o prežitie, a z toho vzniklo sebeckto, ktoré sa mu stalo zdrojom utrpenia, potom k náprave vedie cesta nesebeckej činnosti.

Povedzme, že som maximálny sebec, pracujem a robím všetko len pre seba, pre svoju osobu. V dôsledku toho žijem v značnom strachu a úzkosti, že sa mi niečo nepodarí, že zlyhám, ochoriem, že ma okradnú, podvedú ap. Ak som menší sebec a starám sa o väčší okruh ľudí, napríklad o početnú rodinu, potom menej myslím na seba, úzkosť je o niečo menšia a niekedy môžem mať pocit šťastia a spokojnosti. Zostáva však sebeckto vzhľadom na rodinu. Je to obava, aby mala všetko, aby sa niekomu čosi neprihodilo, aby jej členovia boli úspešní. V rovnakej miere, ako vzrastá moja úzkosť, strach, obavy, stráca sa i duševná pohoda a trpí tým aj schopnosť rozvinutia duševnej činnosti, najmä tvorivosti.

Naznačeným postupom môžem pokračovať v smere rozpúšťania svojich sebeckých záujmov v prospech širšieho okruhu ľudí. Úmerne s tým, ako budem viac žiť pre iných, bude ubúdať strachu o seba a pribúdať spokojnosti. Tak môžem prekročiť hranice svojej osoby, rodiny, športového klubu, mesta, kraja, národa ... Čím sa dostanem ďalej, tým som nezraniteľnejší, slobodnejší.

Zmyslom karmajogy je zbaviť človeka lipnutia akéhokoľvek druhu (rága). Musíme si uvedomiť, že bežne sa každá činnosť vykonáva s očakávaním výsledku, ktorý má človeku priniesť nejaký pocit uspokojenia a blaha. Ľudia pracujú preto, aby si zabezpečili existenciu, telesné a duševné pôžitky, dosiahli úspech, spoločenské postavenie, uznanie, aby sa presadili a podobne. Teda vždy je tu lačnosť po výsledkoch, na ktoré sa zameriava celá činnosť a od ktorých závisí pocit uspokojenia. Potom prichádza potešenie z plodov práce, to však netrvá dlho. Čoskoro sa ozve ďalšia, nová žiadosť, túžba po nových výsledkoch a lopotenie pokračuje. Problém je v tom, že nová túžba býva náročnejšia a navyše, objaví sa ich hneď niekoľko naraz. Tieto žiadosti sa dajú porovnať s búrlivými vlnami na nepokojnej hladine mysle. Vytvára sa rušivý vplyv na hlbšiu duševnú činnosť, človek potom nepozná pokoj a životnú pohodu. Myšlienky človeka, ktorý podlieha žiadostiam, sú rozvetvené a nepokojné ako košatý strom zmietaný vetrom.

Nepriaznivo pôsobí na duševnú činnosť aj lipnutie na výsledkoch práce, ktorá sa koná v prospech iných, v záujme verejného blaha. Znie to dosť neuveriteľne, ale karmajoga radí nelipnúť na ničom. Znamená to pracovať čo najlepšie, vložiť do toho všetky svoje schopnosti, ale neprisvojovať si plody práce, nestrachovať sa o výsledok, nečakať odmenu alebo pochvalu, ba dokonca ani si nič o sebe nenamýšľať. Jednoducho, konať svoju povinnosť podľa najlepšieho vedomia a svedomia a nevzrušovať sa myšlienkami na úspech alebo nezdar. Vytvára sa tým zvláštny postoj tichého, nezúčastneného svedka, ktorý sleduje, že ja pracujem, ja myslím, ja konám, ale nie som tým spútaný, netrasiem sa o výsledok. Pracujem, koľko vládzem, ale na ničom nelipnem, preto je moja myseľ slobodná.

Uvedený postoj k činnosti vedie aj k vyliečeniu odporu (dvéša). Človek potom koná poctivo akúkoľvek prácu, či už je učiteľ, umelec, remeselník alebo smetiari. Považuje ju za nevymáhaný a radostne prijatý dlh, ktorý spláca rodičom, spoločnosti, ľudstvu. Dlh za to, že žije a dýcha vzduch tejto zeme. Nesebecký postoj k plodom práce má za následok, že ak má karmajogín príležitosť vykonať niečo pre iných, vždy to urobí, ale nič za to nečaká. Podobne ako rodič nič nečaká od svojich detí za to, že ich vychoval. Mení sa tým aj postoj k majetku a vlastníctvu.

Príkladom takého postoja je výrok Mahátmá Gándhího, ktorý povedal, že peniaze, ktoré dostáva na podporu svojho úsilia, nepovažuje za svoje, že sa považuje len za ich správcu v prospech verejného blaha. Gándhí tak so svojimi príjmami aj narábal. Karmajogín, ak má majetok, nemusí sa ho zbaviť, ale môže ho rozumne používať v prospech ľudí, ktorí to potrebujú.

Mohla by vzniknúť otázka o využívaní až zneužívaní takto zmýšľajúceho človeka. Je známe príslovie : „Čím kôň viac ťahá, tým mu viac nakladajú.“ Odpoveď dáva rozum, ale radu môžeme nájsť aj v Bhagavadgíte:

Lepšie je konať svoju povinnosť, hoci nedokonale, ako plniť povinnosti iného. Lepšie je zahynúť pri plnení svojej povinnosti, cudzia povinnosť prináša nebezpečenstvo.

Zdá sa to jasné. Treba pomáhať tam, kde je to potrebné, ale nekryť svojou prácou neschopnosť iných a nepracovať za leňochov. Nenechať sa zneužívať.

Šrí Aurobindo o karmajoge hovorí:

„Človek môže pracovať a zostať pritom pokojný. Pokoj neznamená prázdnotu mysle alebo ničnerobenie. Pokojná myseľ je potrebná, aby mohol byť poznaný základ duševného. V pokojnej mysli obrátenej smerom k číremu vedomiu sa objavuje intuícia a základ duchovna a takisto správny spôsob, ako s ním žiť v súlade. Súčasne s tým, ako v človeku vzrastá pokoj, rozvíja sa v ňom dvojaké zameranie pozornosti, dvojaké vedomie, vonkajšie a vnútorné. Vonkajšie je zamestnané prácou a vnútorné, tiché, pozorujúce je obrátené k sebe samému - k číremu vedomiu. S takýmto prístupom vykonávaná práca môže byť omnoho účinnejšia než práca s myšlienkami na odmenu, úspech, nezdar a zlyhanie. Nestranný postoj k výsledku dáva potrebný pokoj na presné plnenie úlohy. Okrem toho sa pritom dá využiť intuitívna zložka mysle, ktorá často nahradí dlhé hodiny napätého premýšľania.“

Nemnoho ľudí je soľou zeme. Pracujú, aby pracovali, a nie sú zvedaví na meno a slávu. Pracujú proste preto, aby konali dobro. Iní preukazujú dobro ešte z vyšších pohnútok - preto, že dobro milujú.
(Vivékánanda)

Nesebeckosť je meradlom úrovne človeka. Čím je vyspelejší, čím hlbším duševným životom žije, tým je nezištnejší, tým menej robí rozdiely medzi svojim a cudzím. Jedno ponaučenie Majstra hovorí:

Správaj sa k svojim deťom ako k cudzím a k cudzím ako k svojim.

Sebeckosť rozdeľuje ľudí a zahaľuje myseľ hustým závojom, takže k nej nemôže preniknúť poznanie. Karmajogín však nesmie konať so zámerom niečo zo života získať, vyťažiť, i keď ide o duševné hodnoty. Bolo by to opäť myslenie na seba, kupčenie s nezištnosťou. Preto musí byť pozorný a ostražitý pred nástrahami a zákernosťami mysle, ktorá má mnoho úskokov, ako oklamať samého seba.

Karmajogín si vôbec nenamýšľa, že koná dobro, že pomáha svetu. On sám je odmenený najväčšími a vďačí osudu, že má privilégiu konať dobro. Jeho činy nie sú motivované rozumovou kalkuláciou, ale láskou, ktorá mu dodáva silu. Nie je to teda len dlh, povinnosť, ale predovšetkým láska k ľuďstvu, úcta k životu a bytiu.

Treba tu dodať, že takýto postoj nemá viesť k sebazničeniu, k prepínaniu síl. Musí byť dodržaná rovnováha medzi príjmom a výdajom, prácou a oddychom. Rovnováha vo všetkom je základný princíp jogy.

Zákon karmy

V literatúre z Východu, či už filozofickej, alebo náboženskej, sa môžeme stretnúť s pojmom zákon karmy. Tvrdí sa, že tento zákon objavili veľkí mudrci preniknutím do oblastí, ktorých sa len intuitívne dotýkame. Sú to teda zistenia získané v stavoch nadzmyslového vnímania, kde už rozumová činnosť nehrá úlohu, ale zostáva len číre, bezprostredné nazeranie na skutočnosť. To znamená, že by tu nemalo ísť o intelektuálne vykonštruované hypotézy.

„Niet spravodlivosti na svete,“ hovoria niekedy ľudia. Nemajú tým na mysli len sociálnu nespravodlivosť. Pýtajú sa: „Prečo sa niekto narodí ako mrzák a druhý ako krásavec? Čo komu urobili deti v Hirošime, ktoré zhoreli v pekelných pľavách?“ Takých otázok je nekonečne veľa a rozličné náboženstvá majú na ne rozličné odpovede. Nechcem tu s nimi polemizovať, ale priznám sa, že ma udivila logika, s akou opisuje vesmírnu spravodlivosť zákon karmy. Tento zákon nie je zvláštnosťou jogy. Uznávajú ho milióny ľudí bez ohľadu na náboženskú príslušnosť, a to nielen v Indii, ale aj inde na svete. K joge sa asi dostal v súvislosti s filozofickými prúdmi starej Indie. Je možné, že tento zákon vyslovili vyspelí jogíni, keď ho pochopili pri meditácii.

Zákon karmy hovorí o príčinách a následkoch. Všetko, čo sa práve teraz odohráva, je následok činov a udalostí v minulosti. Všetko, čo bude, má príčinu v prítomnosti.

Minulosť je nemeniteľná, a teda aj jej práve prebiehajúce následky. S budúcnosťou sa nedá nič robiť, lebo ešte nenastala, nie sme v nej. Môžeme však konať v prítomnosti, ktorú máme k dispozícii, a tým ovplyvniť následky v budúcnosti. To znamená neutekať do minulosti, nesnívať stále o budúcnosti ani sa pred ňou netriať, ale čo najlepšie si počínať v prítomnosti.

Prítomnosť je jediná príležitosť aktívne ovplyvniť svoj karman, slobodne doň zasiahnuť. Všetko, čo ma stíha, slasti i strasti, som si zaslúžil za spôsob života v minulosti. Všetko, čo teraz konám z vlastnej slobodnej vôle, je príčinou mojich strastí i slastí v budúcnosti. Krátko povedané, človek si je sám strojom svojho osudu.

Celkom oprávnené môže vzniknúť otázka: Prečo trpia ľudia, ktorí nič zlého nevykonali, a prečo sa z hmotnej stránky darí dobre mnohým podvodníkom a zloduchom? Zákon karmy počíta s tým, že duchovná podstata človeka nezaniká s telom, ale vteľuje sa do hmotného sveta znova a znova. Takže následky minulých činov sa môžu prejaviť buď v terajšom živote, alebo až v niektorom z nasledujúcich životov. Z toho vyplýva, že pokiaľ tieto životy nie sú naplnené šťastím a pohodou, tvoria len reťaz utrpení. Preto by sa človek mal usilovať žiť tak, aby sa tie utrpenia stále neopakovali.

Učenie jogy nevyžaduje vieru v zákon karmy. Keby niekto konal „nezištné“ skutky s vedomím, že si pripravuje šťastnú budúcnosť, že si vytvorí zásluhy, tak už nejde o karmajogu, ale vypočítavosť. Keby niekto uveril, že vo vesmíre je to zariadené tak a tak, len preto, že to vyhlásil nejaký mudrc, išlo by len o sprostredkované oznámenie, nie o vlastné poznanie. Takéto „nalievanie rozumov“ často vedie k fanatizmu. Joga radí hľadať odpovede na tieto otázky v sebe. Tak ako si musí každý zažiť sám, čo je to láska, radosť, nešťastie, musí v sebe nájsť aj pochopenie zmyslu života a vôbec bytia. Vyspelí jednotlivci, učitelia nie sú tu na to, aby kázaním zmenili svet, ale aby poskytli radu a pomoc každému, kto hľadá. Pochopiť musí každý sám.