

SAMÁDHI - SPLYNUTIE

Samádhi je zmiznutie protikladu medzi pozorujúcim a pozorovaným, takže sa zjednotia.

Iná verzia tohto výroku znie:

Stav samádhi nastáva, keď, zostane iba objekt (dhjány), bez uvedomovania si seba.

(Jogasútra III. 3)

Tvrdí sa, že zážitky získané v samádhi sa nedajú popísať konkrétnymi slovami. Niet na to vhodných výrazov. Pataňdžali definoval *samádhi* uvedeným aforizmom a ďalej sa zapodieval už len trojicou *dhárana*, *dhjána* a *samádhi* spolu.

Táto trojica spolu je samjama. Jej ovládnutím sa dosahuje svetlo najvyššieho poznania.

Jej úžitok spočíva v postupnom objavení najjemnejších skutočností.

Tieto tri stupne tvoria vnútorné prostriedky, na rozdiel od predchádzajúcich.

Ale aj oni sa stávajú vonkajšími vzhľadom na nirbídža samádhi.

Nirodha parináma (zastavenie premien) je stav, keď myseľ je vyprázdnená od prichádzajúcich a odchádzajúcich samskár (zážitkov uložených v pamäti).

Samádhi parináma je stav, keď sa objavuje a stráca jednobodovosť mysle.

Ekagrata parináma (jednobodová premena) nastáva, keď prichádzajúce a odchádzajúce objekty sú si podobné.

(Jogasútra III. 4. - 12)

V ďalších výrokoch sa Pataňdžali zaoberá mnohými konkrétnymi aplikáciami *samjamy*. Napríklad hovorí, že *samjamou* na funkciu ktoréhokoľvek zmyslového orgánu

ho možno úplne ovládnuť, *samjamou* na Slnko sa získa poznanie vesmíru, *samjamou* na brucho sa dosiahne poznanie stavby tela atď. Jednoducho *samjamou* na hocijaký objekt, materiálny alebo duchovný jav, sa dá hlboko preniknúť do jeho podstaty a ovládnuť ho.

Tieto Pataňdžaliho výroky vyznievajú až fantasticky a pripomínajú senzačné správy o mimoriadnych výkonoch niektorých osobitne disponovaných jogínov. Nehovorí sa však o podrobnostiach, ako sa má taká *samjama* dosiahnuť. Pataňdžali varuje, že dosiahnutie mimoriadnych schopností môže byť povzbudením k ďalšiemu napredovaniu, ale súčasne aj prekážkou, pretože sa tým posilňuje ego. Kto na tom nelipne, vie sa toho zrieknuť, dosiahne stav oslobodenia od lipnutia na materiálnom svete, aj na svojej dočasnej existencii (*kaivalja*).

Samádhi je stav úplne jasného vedomia s plnou schopnosťou zapamätať si zážitok. Človek pritom stráca kontakt s okolitým svetom, pretože predtým uskutočnil *pratjáháru* (odpútanie zmyslov), čo sa splynutím ešte prehĺbilo. Povedali sme si, že pri meditácii sa prakticky vytráca úsilie mysle k sústredenosti, čiže jeden člen trojice pozorovateľ - pozorovanie - pozorované je absorbovaný a ostáva len pozorovateľ - pozorovanie. Ak tento stav pretrváva dlhšie, začne sa pozorovaný objekt javiť vo svojej podstate, pretože myseľ ho neoznačuje názvom a pamäť ho neklasifikuje predchádzajúcimi poznatkami. Teda je to iné poznanie, než môžu človeku sprostredkovať jeho zmysly. V tomto je hlavná príčina nemožnosti opísať zážitok, pretože na opísanie máme len slová, porovnávacie možnosti vytiahnuté z pamäti a schopnosť vyjadriť sa o poznávanom len na základe informácií získaných cestou zmyslových orgánov. (Predstavme si, že by sme chceli slepčovi od narodenia opísať východ Slnka, trblietanie farieb!)

Uviedol som len niekoľko Pataňdžaliho výrokov a skromný komentár k nim. V ďalších výrokoch v Jogasútre píše o rôznych premenách mysle, ktoré sprevádzajú vývoj jogína, pretože to ešte nie je koniec jeho vý-

voja. Výroky hovoria o získaní svetla poznania, ktoré mu slúži na dosiahnutie ešte vyšších stavov. Jeho cesta vedie ďalej k *asampradžňáta samádhi* a k *nirbídža samádhi*. Potom už nie je pozorovateľ, ani pozorované, ani pozorovanie, ostáva len holé, nepretržité vedomie bytia. O človeku, ktorý dosiahol tento stav, sa hovorí, že je *gunatíta*, tj. ten, ktorý prekročil *guny* (vlastnosti prírody: *tamas*, *radžas* a *sattva*).

V *samádhi* je vedomie oslobodené od jás-tva, ega. Človek si nehovorí „ja poznám tento predmet“, „nazýva sa takto“, „je to môj predmet“. Nevytvárajú sa slová, asociácie, porovnávanie a hodnotenia. Predmet je poznávaný priamo, bezprostredne, vo svojej nahej existencii. Poznávanie prebieha bez citových vzruchov pripútanosti, odporu a bez obmedzenia v dimenziách času a priestoru.

Ide o vyvrcholenie cesty jogína označované slovom *kaivalja* (oslobodenie). Ďalej sa už nedá ísť. Znalci jogy tvrdia, že k tomuto stavu vedie dlhá cesta, a to cez nespočetné cvičenia koncentrácie a meditácie. Stav prichádza náhle, nečakane, bez osobitnej prípravy. Tí, ktorí ho zažili, nevedia o ňom podať nijakú inú správu než to, že boli v stave neopísateľnej blaženosti. Nena-chádzajú preň žiadne vhodné prirovnania z bežného života.

Popis *samádhi* a konečných fáz vývoja jogína by si žiadal podrobnejší rozbor Pataňdžaliho diela i ďalších spisov, úprimne povediac, aj hlbokú vlastnú skúsenosť autora takého rozboru. Na pochopenie uvedeného ešte pripájam článok Číre vedomie, ktorý som kedysi uverejnil samostatne. Niektoré myšlienky sa tam preto opakujú.

ČÍRE VEDOMIE

V priebehu tisícročí sa z času na čas objavili na svete mimoriadne schopní jednotlivci, ktorí podstatnú časť svojho života venovali sebakúmaniu. Vďaka nim sa nazhromaždili cenné poznatky o vlastnostiach ľudskej psychiky. Okrem toho sa vypracovali celé systémy cvičení na poznávanie duševných síl. Medzi týmito systémami zaujíma popredné miesto joga, ktorá má pravdepodobne najprepracovanejšie postupy.

Vedecké skúmanie duševných javov sa začalo v prvej polovici devätnásteho storočia, najmä v súvislosti s hypnózou, sugesciou a autosugesciou. Postupne sa tvorili rôzne školy, ktoré sa usilovali rozpracovať svoje vlastné postupy a teoreticky ich zdôvodniť. Všetci bádatelia sa opierali o introspekciu, pozorovanie vlastného vnútra. Veľkú pozornosť venovali indickej joge.

Všetky výskumy viedli k dôležitému spoločnému poznatku. Je to objav stavu číreho vedomia, teda vedomia zbaveného myšlienkových a citových obsahov. V orientálnych učeniach sa pre tento stav uplatňujú názvy *satori*, *pradžňá samádhi*, *nirvána* ai. V našej oblasti sa bez hlbšej znalosti veci používajú výrazy kontemplácia, jednobodovosť, meditácia, extáza, tranz, vytrženie.

Tieto slová majú aj iné významy, a tak neraz skresľujú podstatu veci. Isté je, že stav číreho vedomia sa spája s krásnym duševným zážitkom, ktorý ťažko opísať slovami a ktorý je neľahko dosiahnuteľný.

Tradičné texty uvádzajú, že v tomto stave sa človek dostáva k poznaniu prazákladu svojej bytosti, k JA, pre ktoré sa v sanskrite používajú výrazy *átman*, *brahman* ai. Na ich rozlíšenie nemáme zodpovedajúce slová. Výsledkom cvičenia je poznanie, že všetko je číre vedomie. Zaniká dualistické chápanie a namiesto toho prichádza pocit jednoty: som nedeliteľnou súčasťou celého vesmíru a súčasne som i jeho zrkadlením.

Medzi bežným stavom mysle a stavom číreho vedomia je mnoho medzistupňov, po ktorých ako po schodíkoch postupuje každý, kto začne praktizovať vyššie stupne jogy. Prijemné zážitky sú popudom k ďalšiemu sebazdokonaľovaniu, k snahe postúpiť vyššie. Negatívnym prejavom je nedočkavosť, ktorá je prekážkou.

Chybou je, keď sa zážitky pripisujú mystickým silám alebo nadprirodzeným schopnostiam učiteľa. Ide tu o deformáciu pohľadu na jogu a poškodzovanie osobnosti cvičiaceho. Bude osožné, ak si v inom článku preštudujete poznatky o sugescii, hypnóze, šamanských metódach a podobne. Všetko, čo sa v nás odohráva, je prejavom našich vlastných duševných síl.