

Zdenka Bronislawská



Ak sa nemýlim, prvé publikácie o joge na Slovensku napísali telocvikári. V rokoch 1965-66 to boli články v časopise Štart a v roku 1967 v mimoriadnom čísle časopisu Tréner a cvičiteľ. Prvú knižku *Joga* napísal Aladár Kogler, učiteľ na Fakulte telesnej výchovy a športu. Vyšla vo vydavateľstve Šport v roku 1971. Zdá sa, že uvedené publikácie boli poznačené profesiou autorov. Na obrázkoch bol badateľný silový prístup a v textoch bolo dosť nepresností. Nevedel som podľa toho cvičiť. V tom období v češtine vyšli knižky, ktoré boli metodicky spracované lepšie. Napríklad Wernerova *Hathajóga* a Lysebethova *Jóga*, obidve z roku 1968. Výborná bola aj knižka z pera Milady Bartoňovej a kolektívu *Jóga od staré Indie k dnešku*, ktorá vyšla v roku 1971.

Na Slovensku sme sa dočkali dobrej knižky tiež. V roku 1972 vyšla vo vydavateľstve Alfa *Joga, slnečná cesta ku kráse a zdraviu*, ktorú napísala Zdena Bronislawská. Druhé, prepracované vydanie vyšlo v roku 1991 pod názvom *Joga, svetlo poznania*. Tejto milej a skromnej žene patrí vďaka a uznanie za šírenie jogy u nás. Naposledy som s ňou bol v Prahe v roku 1980. Bolo to príjemné stretnutie, ale odvtedy nemám o nej žiadne správy.

Zdenka od detstva prejavovala pohybový talent a už ako päťročná navštevovala ta-

nečnú školu v Bratislave. Keď mala osem rokov, našťudoval s ňou baletný majster indický štylizovaný tanec. Neskôr sa stala sólistkou baletu národného divadla v Prahe. Jej doménou boli sólové úlohy orientálneho charakteru. Už dávno predtým sa zaujímal o kultúru východných národov z ktorej vytušila, že cieľom je poznať sám seba a zmysel života. Zaoberala sa s dielami K. Weinfurtera, Bhagavadgítou, Patanjaliho Rádžajogou ai. Tak sa dostala aj k hathajoge. Hathajoga ju priťahovala ako tanečnicu, no najmä preto, že v nej cítila spojenie dokonalých pohybov tela s rýdzim, jednotlivcovi aj ľudstvu prospešným duševným rozvojom. Navyše jej pomáhala pri náročnom povolání - upokojovala si pocity trémy pred vystúpeniami, spružňovala si telo a relaxáciou odstraňovala únavu.

Do Indie sa Zdenka dostala viac-menej náhodou. V roku 1966 navštívila Prahu pani Ma Yoga Shakti a pozvala ju na III. medzinárodný kongres jogy organizovaný Bihárskou školou jogy (BSY). Na kongrese sa zúčastnili významní experti a vedci z Ázie, Európy, USA a Austrálie. Predniesla referát o súčasnej úrovni jogy u nás. Navyše predviedla ukážku vlastnej zostavy plynulo zacvičených a vystupňovaných ásan s hudobným sprievodom. Jej vystúpenie sa stretlo s neočakávaným ohlasom. Európske chápanie ásan bolo čímsi novým oproti indickej tradícii.

Po kongrese ostala istý čas v BSY. Pod vedením gurua Svámiho Satyanandu a Svámiho Atmanandu absolvovala štúdium krijajogy, ktorá dovtedy nebola systematicky opísaná v literatúre. Tradične ju len ústne odovzdával guru žiakovi. Treba povedať, že výsadu štúdia krijajogy neposkytovali všetkým žiakom. Je to totiž silná technika, ktorá predpokladá dlhú výdrž v meditačnej ásane, oboznámenie sa s pránájámou, zjemnenou koncentráciou vedomia, ako aj oboznámenie sa s centrami energie - čakrami. Avšak aj pre toho, kto už mal tieto predpoklady, ešte sa vyžadovala vnútorná čistota a veľká vytrvalosť. Krijajoga sa má cvičiť pod osobným vedením gurua. Je to učenie zaoberajúce sa

tromi stavmi mysle - vedomím, podvedomím a nadvedomím. Okrem toho sa tu Zdenka učila aj ďalším technikám a získala vysvedčenie učiteľky hathajogy.

Ako reprezentantku BSY ju poslali do pobočiek v Kalkate, v Gondii a v ďalších mestách štátu Madhapraděš, aby predvádzala svoju zostavu variácií jogy. V Bombaji sa jej ako profesionálnej tanečnici splnil sen - učila sa klasický indický tanec. Svámi Satjananda tým poveril indického pedagóga a tanečníka. Napokon usporiadali v prospech Bihárskej školy jogy koncert, ktorý inšpiroval a riadil Svámi Satjananda. Koncert otvorila Zdenka svojou variáciou hathajogy a program potom pokračoval jej bohatým tanečným repertoárom (španielske, orientálne tance a slovanský tanec A. Dvořáka). Na záver zatancovala so svojim indickým učiteľom tanca klasický indický tanec. Kritika The Times of India zo dňa 23. 12. 1966 hodnotila jej presné predvedenie ásan ako ukážku jogovej sústredenosti, zriedkavej pružnosti, dynamiky a umeleckej spontánnosti.



Bola to vynikajúca príprava, aby po návrate z Indie mohla doma usporiadať koncerty pod názvom „Spevy a tance Indie“, avšak začať aj vyučovať jogu a pripravovať svoju prvú knihu. Z uvedeného vidno, že niet náhody, udalosti na seba nadväzujú a sú akoby predurčené. Aj spomienka na stretnutie s prastarým guruom Babádžim, s ktorým sa Zdenka, za rozumom nevysvetliteľných okolností, stretla v Bombaji, zanecha-

la silný podnet na napísanie knihy. V Indii sa traduje legenda o trvalom pobyte tohto „večného jogína“ na našej planéte, ktorý sa iba občas objavuje na verejnosti - o jeho veku sa nič nevie. Zdenke dal pri stretnutí päť hlbokých životných rád, ktoré podstatne ovplyvnili spôsob jej života.

Na prvej knihe začala pracovať hneď po návrate z Indie (v roku 1967), aby sprístupnením tohto učenia u nás splnila poslanie, ktorým ju poveril Svámi Satjananda. Prvá kniha bola koncipovaná ako metodická pomôcka a prispela k spontánnej orientácii v praktickej aplikácii jogy. Pri jej tvorbe vychádzala Zdenka predovšetkým zo svojich vlastných skúseností získaných pobytom v BSY, avšak aj zdokonalených dlhoročným cvičením a pozorovaním svojich žiakov. Žiakov viedla svojim štýlom, ktorý nazvala gymnastikou jogy. Sú to vlastne variácie pozícií jogy, ktoré pomáhajú Európanom zvládnuť náročnejšie ásany. Experimentálne vytvorila s niekoľkými žiakmi smer tanečnej jogy - natjajogu. Choreografia tu prezentuje dokonalé plynulé zvládnutie jednotlivých pozícií hathajogy s estetickým umeleckým prejavom, spojené s harmonicky koordinovaným tanečným pohybom, podfarbené hudbou. Natjajoga sa predstavila aj našim divákom na tanečných koncertoch uvádzaných pod názvom „Nokturná Indie“.

Obsah, a tým aj hodnotu svojej druhej knihy, obohatila o prvky, ktoré sa v prvej knihe nemohli uverejniť, pretože z hľadiska vtedajšej oficiálnej ideológie sa v nich priveľmi zdôrazňoval rozvoj duchovného života. Kniha vyšla k 25. výročiu jej pobytu v Indii a má veľkú zásluhu na rozšírení jogy u nás. Cítiť z nej zdôraznenie hlavného cieľa jogy - prebúdžanie a povyšovanie vedomia človeka, aby čo najefektívnejšie prežil svoj život vo vzťahu k sebe samému, ale aj k svojmu okoliu. Pôsobivé a možno povedať, že nielen v našej literatúre ojedinelé, je spracovanie časti o lotosoch, vyjadrené celkom abstraktne, v duchovnom poňatí. Toto chápanie je v súlade s učením dávnych guruov. Z grafického znázornenia lotosov - čakier možno vytušiť prebúdžanie vnútorného vedomia (*antarkaraná*).

Milan Polášek