

Barbora Hu

Polibek kobry

Ženský aspekt v józe a tantře

Ilustrace
Kateřina Žočková



Alferia



zrozená z vlhka a tepla tmy
světa skrytých světél
co jako zlatá vejce prozařují noc

temná a přímá ve své povaze
jemná a hluboká
pohlcující i přijímající
srdce hory a pánev nebe

ty jsi já
jako já
jsem ty

vše je uvnitř obsaženo



Alferia

Barbora Hu

Polibek kobry

Ženský aspekt v józe a tantrě

Ilustrace Kateřina Žočková

Katalogizace v knize – Národní knihovna ČR

Hu, Barbora, 1988–

Polibek kobry : ženský aspekt v józe a tantře / Barbora Hu.

-- První vydání. -- Praha : Alferia, 2021. -- 302 stran

Vydal nakladatelský dům Grada pod značkou Alferia. --

Obsahuje bibliografii a bibliografické odkazy

ISBN 978-80-271-1742-0 (vázáno)

* 233-852.5Y+242-9-852.5 * 233-282 * 133.5:118 * 159.922.1-055.2

* 159.964.21 * 159.9.016.1 * 612.662 * 133 * (0.062)

– filozofie jógy

– tantra

– čakry

– feminita

– archetypy

– mysl a tělo

– menstruační cyklus -- esoterické pojetí

– populárně-naučné publikace

133 - Ezoterismus. Okultismus [17]

Text © Barbora Hu, 2021

Ilustrace © Kateřina Žočková, 2021

© Grada Publishing, 2021

ISBN 978-80-271-4303-0 (ePub)

ISBN 978-80-271-4302-3 (pdf)

ISBN 978-80-271-1742-0 (print)

Obsah

Úvod.	9
Prolog.	12
1 Slunce a měsíc, dynamický klid a respekt ke komplementaritě	15
2 Šakti jako luna, síla noci, spodní proud ducha, cyklická inteligence	23
3 Šiva jako slunce, sestupná síla, linearita	26
4 Vstupní kontext: historické okénko	30
5 Tantra a jóga, jóga a tantra, tantrická jóga	38
5.1 O strachu z nekontrolovatelného a o moci projekce.	42
5.2 O vejcích a slepicích	50
5.3 Kosmická hra s neměnným a proměnným – šiva a šakti	56
5.4 Vámáčára tantra – vlevo hled'.	59
6 Sexualita jako spojení	65
6.1 Filozofie intimity – erós	69
6.2 A co si představuješ pod pojmem sex?.	74
6.3 Já jsem ty	77
6.4 Dechová potence – tanec přílivu s odlivem	80
6.5 Tyhle tiglé – červená a bílá, dákové a dákiní	86
6.6 Smysly a intenzita, ve jménu druhé čakry	93
6.7 Štáva, bháva a experiment v linii smyslu	100
7 Meditace jako rozšíření reality, nikoliv útěk	104
7.1 Psychospirituální krize a duchovní bypassing	106
7.2 Přesně uprostřed – o vertikále a horizontále	111
8 Oh, Mother!	113
8.1 Ve světle i stínu mateřství	118
8.2 Matka Medúza toužící po objetí, nikoliv po oběti.	122
8.3 Kálí, o síle kostí a krve	125
8.4 Múládhára – vlhká zem vznikání a pohlcení	134
9. Menstruační cyklus jako dar, nikoliv prokletí.	137
9.1 Hen to pan, menstruační mandala a ženský Ouroboros	142
9.2 Na vlnách aneb Je důležité mít fáze	147
9.3 Protékáme očima měsíce – od novu k úplňku	152

10 V labyrintu spirály: O hadí písni a přechodových rituálech	159
10.1 Kosmický tanec v každé buňce, organická mandala těla a vědomí	165
10.2 O temné noci, stínu a těch, které dospěly v podsvětí	169
10.3 Bardo – v meziprostoru	176
11. Jóga snu a vody snění	183
11.1 O lodivodech snu a luciditě.	190
11.2 Je toto skutečné?.	197
11.3 Tenzin	198
11.4 Vox poesis – zrcadlení.	202
11.5 Tvar a jméno – terapie expresí.	205
12 Hadi a draci – o šupinách duše.	208
12.1 Ouroboros jako alfa a omega.	212
12.2 Šéša, Vásuki, Mučilanda, Nágové, Manasa	215
12.3 Kundalíní – o síle tekutého plamene	220
12.4 Kundalí bhudžangíní – rozvinutí svinuté.	223
12.5 Jazyk.	226
13 Dašamahávidjá – ženské archetypy osvobozujícího vědomí	229
13.1 Kult 64 jóginí.	233
14 Ty, jejichž svatost prošla kostmi i krví	240
14.1 Jaká čest být ženou, pokud to není naopak	242
14.2 Dákiní se sněžnou čelenkou: Yeshe Tsogyal a Machig Labdrön	246
15 Návrat domů.	254
Závěr	257
Rozhovory	
<i>Rozhovor první: Duch si vane, kam chce (Terezie Dubinová, PhD.)</i>	<i>260</i>
<i>Rozhovor druhý: Anima mundi – duše jako spirální zahrada (Toko-pa Turner)</i>	<i>273</i>
<i>Rozhovor třetí: Vše míří k vzestupu Šakti (Emma Balnavesová)</i>	<i>279</i>
<i>Rozhovor čtvrtý: Setkání s tím, co nás musí změnit (Rob Preece)</i>	<i>284</i>
<i>Rozhovor pátý: Až se vše postupně spojí v jediný celek (Alita Zaurak)</i>	<i>290</i>
Bibliografie.	298

Úvod

Životní cesta, po které kráčíím, se pohybuje jako had. Někdy v linii, někdy v cyklech a jindy ve skrytých i manifestovaných spirálách. Udržuje tak návaznost a obnovuje se ze sebe sama. Tato neustálá přeměna se dotýká konkrétního, viditelného a tělesného, stejně jako té nejhlubší a nejabstraktnější podstaty, která zůstává beze změny, ukrytá v neustále se proměňujícím.

V hloubi duše se cítím být dcerou věčného hada i mytických draků, symbolických průvodců i opatrovníků cesty za sebepoznáním. Dcerou síly,¹ odvěce vyvěrající z rezervoáru osobního i kolektivního (ne)vědomí v jeho světle i stínu. Síly, která se dotýká výšek i hloubek a která zde existuje jako důležité individuální memento, vedoucí své nositele ochotné k reflexi a k transformaci, ve smyslu postupného rozšiřování se do plnější a autentičtější verze svého já. Symbolickým vyjádřením této síly je v mnoha kulturách právě had. Bytost ztělesňující strach z neznámého a nevyzpytatelného, stejně jako touhu touto doménou projít a rozšířit se o plně prožitou zkušenost s mystériem hloubky a také výšky, na cestě k jednotě.

Zkoumáním základní povahy a proměnlivosti toho, co chápeme jako já, i vztahem tohoto já k vnějšímu světu a existenci jako takové se zabývám více než polovinu svého současného života. Součástí tohoto nekončícího procesu poznávání u mě byla formální i neformální studia, od těch univerzitních přes studium jógy a tantry až po transpersonální psychologii. Další součástí byla a stále je práce s lidmi ve facilitaci jejich osobních pohybů na cestě jógové sádhany a v neposlední řadě i osobní rozměr, mé vlastní individuální křivky na styčném bodu biografické a transpersonální domény.

Důležitou výživou jsou mi kromě praxe a studia i sny a meditační prožitky, naslouchání tichu, vnitřní dialog se světem lesa, pohledy do očí lidí, blízkost a intimita sdílení. Do knihy, kterou máte v rukou, se rovnocenně vpíjejí všechny tyto roviny.

Při jejím psaní vnímám důležitý závazek – nechávám jasně vyznít subjektivní stopy osobní zkušenosti, vlastní interpretace a pohledu, za kterými si stojím a které zároveň nikomu nenutím. V místech, která zasluhují obecnější nadhled, si stanovuji záměr udržet si kritický odstup a referenční rámec, s respektem a vděčností

¹ Celá tato knížka je o nalézání kontaktu a splynutí s touto silou. Pro někoho je nahraditelná slovem seberealizace, pro jiného slovem autenticita, osvícení nebo třeba plnost.

k formálnímu vzdělání, jehož se mi dostalo. Kniha proto obsahuje poměrně široký poznámkový aparát a pro některé čtenáře možná náročnější teoretický úvod v podobě kapitol, věnovaných filozofii a přiblížení historického kontextu. Doporučuji se jím prokousat, případně se k němu vrátit až na konci, po přečtení snovějších a tematicky možná šťavnatějších kapitol.

Kniha rozhodně nemá a ani nemůže mít akademickou ambici. Na druhou stranu není ani nefundovaným patchworkem osobních projekcí bez hlubší sebereflexe, což se u podobně citlivých, kolektivně žitých témat docela snadno stává. Mým cílem není šířit konkrétní názory jako danost a osobní pohled jako obecně platný fakt. V kontextu jógy a transpersonálního paradigmatu, kde úhel pohledu zásadním způsobem ohýbá a tvaruje realitu, to ani dost dobře nejde.

Mým záměrem je vybídnout čtenáře k hledání vlastního hlediska. Zprostředkovat mu pozvání na cestu s mapou, na níž jsou zakreslena a popsána určitá místa, která považuji za důležitá a jež mohou rozšířit možnosti, jak se na dané území lze dívat nebo jím projít.

Důvod, proč píšu tuto knihu, je stejně osobní jako nadosobní. Můj záměr je pozvat čtenáře k vlastnímu prožitku a kontaktu s tím, co zůstává mezi řádky, uvnitř jejich osobního příběhu.

Uvědomuji si víc než kdy dřív, že cesta k jednotě a plnosti nevede skrze polo-
vičaté odmítání toho, z čeho máme strach a co nás znejistuje, či skrze odstínění toho, čemu nerozumíme. Vždyť zvědavost a zdravé pochyby byly od nepaměti základem vůle a síly poznávat.

Vnímám, že na poli jógy jako jedné z cest k existenciální plnosti, podobně jako v kruzích jiných tradic a ideových systémů, došlo v řece času místy k vytěsnění určitých obsahů, bez nichž však není možné dosáhnout hledané jednoty.

Ač pro mne práce se slovem byla vždy jednou z nejbližších forem sebevyjádření, uvědomuji si, že v kontaktu s numinózní² povahou věcí slova pocítovaný obsah leckdy obtečou a jen letmo se zabarví jeho prožívaným významem.

I proto do textu zaplétám krátká intermezza v podobě poetických útvarů vlastní tvorby či snový a meditační materiál zaznamenaný v mých denících anebo v živé paměti. Jsou psána kurzívou, a pokud u těchto krátkých oživení textu není uveden jiný autor, jsem jím já.

² Termín numinózní označuje prožitky spojené s dynamickým působením vnitřních nebo vnějších sil, které jsou nezávislé na vůli člověka a jsou svázány s hlubším vnímáním bytí. V duchovní praxi, podobně jako v psychologii, se takovým působením obvykle míní kontakt s bytostným já, hlubší podstatou, moudrostí anebo mystériem života. Tento termín do diskurzu zavedl německý teolog Rudolf Otto (1869–1937), který jej užíval ve vztahu k posvátnu, jež děsí a fascinuje (*mysterium tremendum et fascinans*), čímž zároveň podněcuje k pochopení.

Cítím hlubokou vděčnost za všechno noční i denní snění a meditační vhledy, jejichž smysl se vždy odráží až v reflexi a odžití toho, co s sebou přinášejí. Cítím pokoru před nedohlednou hloubkou toho, co nás přesahuje a zároveň prostupuje.

Vážím si všech žen a mužů, kteří se dokázali dívat na hvězdy – ty nad hlavou i ty v srdci bytí –, stejně jako těch, kteří se to teprve učí. Neustále dokola, v tanci věčného hada, vlnícím se ve svitu slunce a měsíce. Děkuji všem svým učitelům – vnitřním i vnějším –, všem blízkým, jež tu jsou, odešli, anebo se vracejí.

Prolog

Proč bychom se měli zabývat nevědomím a něčím, jako je iracionální tvořivost? K čemu nám je objevování skryté symboliky starých božstev, principů a metafor, kterými se do lidské duše propisuje řád přírody?

K čemu pokládat tvář na vlhkou půdu země a prostřednictvím poezie mluvit s tím, co přežije naše bytí tak, jako krajina zůstane krajinou, poté co se překlene přes všechna roční období i dramata přírodní historie?

Proč v technokratickém věku mluvit o mateřské síle kosmu v její plodivé i ničivé potenci?

Protože potlačení divokosti a strach z neznámého zploštily svět a z účasti na posvátne oduševnělé přírody nechaly povstat a obludně umocnit vydělení člověka z řádu jednoty.

Protože z pokory k nekontrolovatelnému se stala posedlost podmaňováním a smysl se proměnil v kategorii zisku.

Za posledních sto let se procentuální zastoupení divoké přírody na zemi ztenčilo o polovinu.³

Na obětiště evoluce, jež náleží do sebe zahleděné kultuře, byla položena biodiverzita. Prognóza vývoje v budoucích sto letech přináší varování, že pokud se nic nezmění, tento trend s sebou do zánětu vezme spolu s mnoha přírodními druhy a ohroženými habitaty i hrdého člověka.

Člověka, který zapomněl na to, že žíly, jimiž protéká existence, nemají jen lineární směr a nezásobují jen jeden druh a jeho cíle.

Znáte mýtus o Prometheovi?

Jedním ze zásadních a opakujících se motivů, s nimiž se potkáte v této knize, je základní tantrická idea, která praví, že esence všech cítících bytostí není zlá a z povahy hříšná, nýbrž čistá a dobrá, pouze čeká na to, až bude objevena, uznána a projevena.

A v tom je nemalá porce naděje.

Naše těla a vědomí jsou rafinovanými zmenšeninami obrovského mystéria, kterým tepe i srdce naší planety.

Každý z nás je buňkou a ta je součástí konkrétního systému.

3 Vycházím ze statistiky představené britským dokumentaristou, sirem Davidem Attenborougem v dokumentu *Život na naší planetě* (Netflix, 2020).

Další zásadní myšlenkou, kterou je dobré mít v patrnosti, je, že zde existuje jedna jediná energie v množství variantních projevů.

Jinými slovy, je zde jeden život a jedno vědomí nabývající mnoha podob a kvalit.

Tato síla je ve své podstatě nezničitelná, avšak stejně jako každá jiná energie prochází neustálou přeměnou.

Znáte ikonografii matky Kálí tančící na Šivově mrtvole?

Co je příliš vysoké, dříve či později padá zpět k zemi.

Jsme posedlí světem idejí a v tom je opojná moc lidské kultury.

I zde je velké množství světla, stejně jako stínu. Informace mají obrovskou moc, jen je jim potřeba dát zdravé tělo šakti a dobrý projev.

Pochopení významu a dílčích aspektů feminní stránky uvnitř vlastní logiky vnitřních i vnějších vesmírů, které nejsou oddělené, považují za zásadní krok.

Krok k pochopení provázanosti.

Krok k pochopení neoddělitelnosti.

Krok k pochopení komplementarity.

Krok k pochopení participace na posvátné jednotě.

Krok, který nelze odkládat příliš dlouho, pokud nechceme být pohlceni věčností, která sice dává nové šance, avšak v obrovských cyklech a často za enormní cenu. V cyklech, které vracejí, co dříve nebylo správně pochopeno.

Volme přístup, ve kterém síla a jemnost, já a ty nejsou v protikladu, ale vyjadřují totéž.

26. listopadu 2020



Slunce a měsíc, dynamický klid a respekt ke komplementaritě

tak jako plameny ohně
nesou svoji potenci nahoru,
tak prameny vody,
míří dolů k hlubině

a tak se také neměnné a bez formy
stále spojuje
s věčně proměnným a tvárným

Mezi základní orientační schémata, která používáme k definici sebe sama a k vlastní navigaci časem a prostorem, patří myšlení v protikladech. Jde o základní mapu, která nám napomáhá určit vlastní pozici. Téměř každá myslitelná kategorie s sebou automaticky přináší i svůj protiklad. Napravo a nalevo, včera a zítra, muž a žena, den a noc, zima a léto, naše a cizí, sever a jih, světlé a tmavé, chladné a horké, vzestupné a sestupné, syrové a vařené.⁴ Naše mysl, opírající se ve své podstatě o buddhistické moudro – všechny bytosti chtějí být šťastny a vyvarovat se utrpení – má tendenci většinu protikladných kvalit neustále vyhodnocovat a posuzovat, buď jako dobré a žádoucí, nebo zlé a nežádoucí.

S ohledem na zmíněné rčení pak zcela přirozeně inklinujeme k fixaci dobrého a příjemného, stejně jako k odmítání anebo potlačování nelibého.

Jako hypoteticky nebezpečné a zlé máme tendenci vnímat téměř vše, co je pro nás neznámé a co naše archaická mysl,⁵ oblečená v oděvu z nejmodernějších materiálů, zhodnotí jako hypoteticky ohrožující a destabilizující. Právě zde má kořeny vznik osobního i kolektivně sdíleného a tradičně děděného stínu.

4 Teorii binárních opozic formuloval strukturální antropolog Claude Lévi-Strauss (1908–2009), doporučuji například jeho knihu *Mythologica I: Syrové a vařené* (Argo, 2006).

5 Více si o tomto konkrétním tématu řekneme v kapitole, která zmiňuje tematický okruh první čakry múládháry, jenž se dotýká mimo jiné prenatalního a perinatálního rozměru vědomí (zážitků plodu v čase těhotenství, po čas porodu a v jeho bezprostřední blízkosti).

Přestože naší výchozí zkušeností je patrně vjem bytostné jednoty spojené s pobýváním v amniotickém vesmíru mateřské dělohy,⁶ velmi brzy vstupujeme do prvotní a velmi silné zkušenosti spojené s pocitem oddělení, kde se z existenciálního „my“ stává „já a ty“ anebo „já a ne-já“.

Patřím k těm, kdo jsou na základě různých prožitků spojených s rozšířenými stavy vědomí přesvědčeni, že prvobytná jednota a mateřská vazba ke kosmické děloze existence, ne až tak nepodobná mystickým vytržením do osvětlených prožitků existenciální pospolitosti, zůstává otištěna kdesi hluboko v jádru našeho nevědomí. Jako klíčový moment, k němuž se naše duše po celý život touží pomocí různých prostředků vrátet. Právě z pocitu oddělenosti a neúplnosti patrně navazujeme vztahy a učíme se svůj vnitřní svět vztahovat k tzv. vnějššímu. Chceme být úplní.

Jako kdyby erotická⁷ touha splynout, patřit a náležet byla základním archetypem či jakousi elementární prazkušeností, která si hledá cestu, jak tento hluboký prožitek zopakovat a co nejplněji prožít v přítomnosti.

Vnitřní potřeba znovu dojít k pozbyté jednotě se pak vcelku přirozeně ubírá cestou kompletace chybějícího. Alchymická duchovní svatba (*unio mystica*) se pak stává návratem k počátku, a to počínaje okamžikem, kdy smybolický had Ouroboros⁸ pohltní otevřenými ústy vlastní ocas a uvědomí si svoji celost.

6 Na toto téma více viz práce Stanislava Grofa (např. *Psychologie budoucnosti*. Praha: Perla, 2004.) Grof přinesl rozšířený model lidské psyché, ve kterém k biografické rovině (prožitkové lince od zrození do smrti), přiřadil ještě rovinu transpersonální (kolektivní a duchovní) a perinatální (zkušenostní imprints z prenatálního života a prožitku porodu).

Porodní zkušenost a to, jakým způsobem se může otisknout do nevědomí, na základě mnoha provedených kazuistik dále rozdělil na čtyři matrice (BPM I–IV). Každá matrice zastupuje jednu porodní fázi, její zkušenost a možný otisk uvnitř lidské psyché, který, pokud je komplexově aktivován, může zasahovat do konkrétních témat, tendencí a projevů jedince v jeho pozdějším životě.

Jako první matrice se zde objevuje symbiotická jednota plodu s matkou (v případě dobře prožívaného těhotenství se definuje jako blažená). V takovém případě je často vázána k archetypální zkušenosti kontaktu s božstvím, k mystickému prožitku ráje, k plnosti, ke kosmické lásce a smyslu. V případě zásadněji komplikovaného těhotenství (fyzické problémy, léky, drogy, psychická nepohoda matky) se BPM I může uvnitř psyché otisknout jako prvotní setkání s metafyzickým zlem, démony a zkázou, jako základní nedůvěra v životní smysl a právo na život, nedůvěra v primární dobro.

7 Erós, zde v jungovském slova smyslu jako individuální síla, vedoucí k propojení protikladů uvnitř psyché. Je protikladem logu (řádu) coby principu fixujícímu hranice. Erós představuje dynamiku rozpouštění hranic, sílu poznávání chybějícího, touhu po jednotě a splnutím.

8 Ouroboros je starým symbolem, který prostupuje mnoho mystických škol od hermetismu přes gnosticismus až po alchymii. Principy, které symbolizuje, se objevují v různých obměnách napříč mnoha nativními systémy a v různých kosmologiích světa. Ouroboros je had či drak, který bývá zobrazován v kruhové formaci, v níž požívá svůj vlastní ocas. Je symbolickým vyjádřením kontinua počátku a konce, věčného trvání v přeměně, vystižením dynamického klidu skrze věčnou souhru protikladů. Těmi zde obvykle jsou život/smrt, hlava/ocas, jóni/lingam atp. Ouroboros je částečně

To je ostatně i základ holotropní⁹ povahy lidské psyché, která je v mém vnímání totožná s cestou duše anebo esencí vědomí. Je touhou navrátit se k vědomě prožité plnosti, jejíž otisk zůstává vepsaný v našem nitru.

Často ale v tom všem zapomínáme na zásadní vlastnost vytoužené jednoty, kterou je komplementarita. Myslím tím jednotnou povahu reality, projevující se skrze protikladné síly, které se navzájem doplňují a harmonicky vyvažují.

Tak jako muž a žena vyprávějí dvěma různými a v mnoha rovinách navzájem prostupnými způsoby příběh člověka, vypráví archetyp slunce a měsíce o jednom vesmíru. Stejně tak příběh každého já odráží kontury příběhu každého ty, protože esence je jedna jediná.

Jednota je v tomto smyslu složená z protikladů, které výstižně vyjadřuje taoistický symbol jinu a jangu, kde jedno nejenže souvisí s druhým, ale kde se protiklady neustále ze sebe vynořují a do sebe zanořují. V praxi hatha jógy se s tímto principem nejzřetelněji setkáváme skrze nádech vyvěrající z předchozího výdechu, který se opět vpíjí do dalšího vydechnutí. Jedno rodí druhé a bez sebe navzájem se neobejdou.

Tato myšlenka ve své jednoduchosti zcela rezonuje s optikou jinak dosti složité a mnohvrstevnaté tantry, o níž bude v dílčích kapitolách řečeno ještě hodně.

Tantra jako heterogenní,¹⁰ spirituálně-kosmologický systém stále představuje provokativní množinu, do které se vejde ledacos. Vlivem historického vývoje, částečné exkluzivity klasické jógy, četných dezinterpretací ze strany intelektuální elity kolonialismu, euroamerického mysticismu z počátku 20. století, hnutí new age, moderní významové redukce a postmoderně rozbujelého trhu s esoterikou získala tantra smutně obskurní nálepku „hédonismus, sex, kouzla“. To se, nutno říct, značně rozchází s původním významem a záměrem tantrické nauky i praxí.

Přestože tantrismus je díky své podstatě, kterou jsou tajná učení a praxe, tradované převážně ústní slovesností a písemnými zdroji (tzv. tantrami), psanými v symbolickém jazyce stínů (sandhjabháša), velmi nepřehledným a nesmírně komplexním učením, svou teorií i praxí se zásadním způsobem dotýká posvátné jednoty, dané souladem protikladů a výměnou potence mezi nimi.

prostupný se symbolem lemniskáty (rovinná křivka / ležatá osmička jako symbol nekonečna), kterou v 17. století zavedl matematik John Wallis.

9 Směřující k celosti.

10 Různorodý, rozmanitý. Celek tvořený z mnoha rozličných a navzájem často odlišných prvků.

V této jednotě se jeden pól nebo jedna síla neobejde bez druhého, a proto známé šaktické¹¹ rčení „Shiva without Shakti is shava / Šiva bez Šakti je mrtvola“, které si často propůjčují indické feministky, platí i z druhé strany „No Shakti without Shiva / Není Šakti bez Šivy“. Šiva a Šakti jsou v tomto sloganu personifikovaná božstva, ověčená mnoha mytologickými atributy, ale tato proklamace má smysl i v principu, kde obě kvality zastupují neměnnou esenci vědomí a proměnnou kvalitu tvořivé kosmické energie tak, jak o nich budeme nejčastěji uvažovat v rámci této knihy.

Je třeba zdůraznit, že přestože v mnoha svých aspektech tantrismus reagoval na vyhraněnost klasického bráhmanismu, opřené o autoritu textů zvaných šruti (slyšené) a smrti,¹² stejně jako o společensko-duchovní hierarchii z nich odvozenou, nelze zjednodušeně tvrdit, že tantra a to, co obvykle definujeme jako hinduismus, jsou navzájem zcela v opozici. Už jen proto, že pojem hinduismus, tak jak mu většinou rozumíme, je spíše sociologickým konstruktem, označením, které pro obyvatele subkontinentu při řece Indus („Hindu“) používali dobyvatelé napříč dějinami. Přičemž následně došlo k apropriaci tohoto označení intelektuální elitou Indů, které pomohla k sebedefinici.¹³

Pozdější pohled, který od sebe tělesné – tj. pozemské – a duchovní odděluje a kategoricky je spojuje s hodnotícími kvalitami nižšího a vyššího, případně nečistého a čistého, nepřijatelného a přijatelného, v podstatě popírá základní vztah, jehož prostřednictvím promlouvá nerozdělená jednota v podobě popsané existenciální monády, jednotného bytí.¹⁴ Tato monáda je živá a hybná právě proto, že obsahuje dynamickou souhru protikladů, podobnou tanci stvoření. Je-li tato souhra v harmonii, pak tvoří dynamický klid – neutralitu, jako třetí prvek trojjednoti.¹⁵ Věc se může zdát složitá, ale jedná se o styčný bod mno-

-
- 11 Šaktismus je jedním, ve své formě rovněž velmi komplexním, směrem tantry, který uctívá feminní aspekt Bohyně a její emanace (Mahávidjá/Šrividjá). Největší zastoupení má v jižní a severovýchodní Indii.
- 12 Zatímco slovem šruti (slyšené) se označují védské sbírky, pod termínem smrti se rozumí texty, které vznikly zhruba v první polovině prvního tisíciletí př. n. l. Patří sem například purány, upanišady, *Manuův zákoník (Mánavadharmaśāstra)*, ale i eposy *Rámájana* a *Mahábhárita*, obsahující *Bhagavadgítu*.
- 13 Více viz například v publikaci indologa Christophera Wallise *Tantra Illuminated* (2011)
- 14 Monáda je termín vycházející původně z řecké filozofie, který vyjadřuje jedinou podstatu veškerého bytí.
- 15 Trojjednot je původně křesťansko-teologický termín označující jediného boha ve třech podobách (Otec – Syn – Duch svatý). Trojjednot je však širším rámcem, který obecně definuje jednotku sestávající ze tří složek (triáda), používá se v tomto významu i v jiných náboženských systémech (v hinduismu například skrze trojici Brahma – Višnu – Šiva), ale mj. i v neurovědě (trojjednot mozku = plazí mozek + limbický systém + neokortex) anebo ve vnímání časové linearity (minulost – přítomnost – budoucnost).

ha vnitřních učení,¹⁶ která se zabývají centrální esencí a jejím vztahem k existenci. Pokud věc vyznívá příliš abstraktně, vezte, že si ji v dalších kapitolách zasadíme na pole konkrétních významů.

Neutralitu najdeme v buddhistickém konceptu prázdnoty (šúnjatá – doslova nulovost) – v éteru jako v primárním živlu (ákáš – prázdnota), z něhož vznikají další elementy, které jej zároveň obsahují ve svém jádru, či v prostoru dechové potence (kumbhaka, jakožto hranice mezi nádechem a výdechem).

Poměrně mladá hatha jóga, mající kořeny v tantrickém podloží, na které v mnoha ohledech zapomněla, či je účelově vytěsnila, se pak nezabývá ničím jiným než kultivací síly (hatha), čímž se také jako praktický nástroj řadí k vyšším jógám, jejichž cílem je mókša (vysvobození z života v samsáře). Povaha této síly je v hatha józe vyjádřena dvěma navzájem se doplňujícími kvalitami, symbolicky spojovanými se silou slunce a silou měsíce.¹⁷ Metafora sluneční a měsíční potence je vyjádřena rovněž ve dvou energetických kanálech (ida – měsíční kanál – a pingala – sluneční kanál), které odpovídají levé (ida) a pravé (pingala) straně těla.

Ida nádí je spojeno s dynamikou výdechu a sestupující energií (réčaka, apána váju) a pingala se silou nádechu, vzestupnou energií (púrvaka a prána váju).

V čase dorůstání měsíce k úplňku stoupá tato sluneční energie pravou polovinou těla z adháry,¹⁸ umístěné na pravém palci, směrem k lebeční fontánele (brahmarandhrádhára), odkud v čase ubývání měsíce opět sestupuje levou polovinou těla. Pokud mluvíme o komplementaritě, nelze opomenout, že cílem mnoha vnitřních praxí je přirozeně sestupující energii apány pozvednout vzhůru a přirozeně vzestupnou energii prány váju stáhnout dolů směrem

Esoterický význam čísla 3 je univerzálním fenoménem v mnoha tradicích. Význam dvou komplementárních sil, jejichž dynamická rovnováha otevírá cestu třetí síle jakožto bráně k absolutnímu, je důležitým principem, prostupujícím tantricko-jógovou energetiku (tři guny, tři hlavní nádí atd.).

- 16** Termíny esoterika/esoterní se v moderně a postmoderně obalily mnoha významy, přestože ve své čisté podstatě definují právě „vnitřní“ praxe a učení.
- 17** Stranou hlubšího rozměru této symbolické diády se praxe tantrické hatha jógy zcela zásadně řídí měsíčním a slunečním cyklem. Časem slunce je perioda od půlnoci do poledne, časem měsíce pak rozmezí mezi polednem a půlnocí, což definuje to, která forma praxe je v daném čase vhodná a která ne. Stěžejní je také odraz solárního a lunárního archetypu v ročních obdobích, mužsko-ženské polaritě a jejich energetice. Konkrétněji si dané principy představíme v kapitole věnované měsíci, dechu, menstruaci a podrobně se jich dotkneme také v rozhovoru s Emmou Balnavesovou (Shadow Yoga) na konci knihy.
- 18** Šestnáct adhár představuje šestnáct opěrných bodů v těle, kde se soustředí energie v různých koncentracích odpovídajících konkrétnímu dni v měsíci.

k apáně, o což v mnoha praxích tantrické usilují. V netradičních a novodobých pojetích komplementarity jsou tyto polaridy symbolicky spojovány také s mozkovými hemisférami (pravá hemisféra – ida nádí, levá hemisféra – pingala nádí) či dvěma větvemi ANS (parasympatikus a sympatikus) a režimy, které řídí, anebo ženským a mužským aspektem uvnitř psýché (animus, anima).¹⁹

V tantrické perspektivě dochází k osvícené jednotě při absolutním vyvážení toku energie skrze měsíční (ida) a sluneční (pingala) kanál. Zde jsme opět u obtížně vysvětlitelného tématu třetí síly a absolutní neutrality, o které jsem se již zmínila.

V některých odnožích tantrické hatha jógy²⁰ se v okamžiku dosažení rovnováhy mezi oběma protikladnými proudy probouzí do té doby latentní centrální kanál (sušumna / avadhúta nádí), po kterém skrze čakry stoupá psychická potence (hadí) síly kundaliní. Kundaliní, která do té doby čeká svinutá u kořene páteře, je energetickou nositelkou přeměny, zprostředkovatelkou transitu do nové, plnější verze sebe sama. Svinutý had je zde vskutku přiléhavým symbolickým vyjádřením, kterému je věnováno několik samostatných kapitol.

Na své cestě prochází kundaliní čakrami jako individuálními i kolektivními matricemi různých vývojových vrstev a fází vědomí a energetických kvalit od těch nejhrubších po ty nejjemnější. Od vědomých až po ty, které jsou pro bezprostřední pozornost v běžném stavu vědomí nedosažitelné. Potkává se zde s celým spektrem informací a témat, která svou potencí může zesilovat a rozvádět dále do systému. Proto byla praxe orientovaná k probuzení kundaliní vždy poměrně složitým a tajným souborem postupů, se kterými se praktikující seznamovali pod vedením iniciujícího učitele po potřebných průpravách a s dostatečnou osobnostní i duchovní zralostí. To vůbec nevylučuje, že kundaliní může být probuzena i spontánně, avšak na základě určitých osobních zkušeností bych si na tomto místě propůjčila jedno hezké české přísloví, které říká: „Nedráždi hada bosou nohou.“

V jiných duchovních školách se spodní, vzestupná potence kundaliní setkává s vrchní, sestupnou potencí kundaliní v duchovním srdci. V tibetsko-buddhistické odnoži tantry (vadžrájana) se pak spojuje spodní potence v podobě rudé kapky (tiglé) s horní potencí bílé kvintesence. Většina i méně pokročilých

¹⁹ Sama z tohoto modelu vycházím ve vlastní syntéze tantricko-jógové energetiky, s jinými přístupy a cestami k integritě, které říkám Čakra jóga®.

²⁰ Zejména v systémech kaula tantry, které se obvykle tím či oním způsobem dotýkají důležitého textu, jímž je *Kulárnavaatantra* nebo *Kauladžhánanirnája*.