

O cvičení a necvičení

Z pokladnice prastarých umění přicházejících k nám z Východu, o nichž se napsalo již mnohé, nepůsobí podstatným způsobem na veškeré aspekty života lidí, kteří je praktikují, jen dvě nejznámější umění (Taiči čchüan a Chi gong). Tato umění představují nejen vrcholné metody relaxace, jež nemálo působí na mentální i fyzické zdraví a jeho uchovávání, ale i možnosti dalšího poznávání. Tato prastará a z původní moudrosti vynořená umění i jejich rozvíjení výjimečnými jedinci našly propojení se současnou společností, která přímo úpí, aby si vydechla od vnějších tlaků moderního světa, jenž nemilosrdně prohlubuje střety uvnitř toho, co nazýváme osobností. Není proto vůbec na škodu si o tom něco povědět.

Jednoduše řečeno: konflikt mezi tělem, emocemi a myslí nevymyslel člověk dneška, nýbrž se jedná o navrstvení kdysi daleko jednodušších, nebo alespoň jednoznačnějších životních úkolů vycházejících z komplexnosti duše a jejích údajných „potřeb“, spolu s tzv. novými technologiemi, znečištění přírody a fyzickou neaktivitou, které způsobily, že celý lidský systém a organizace myšlení jsou posedlé množstvím „vědění“ a informací, které mění kontakt se životem stejně jako jeho prožívání. Tyto náhražky života a nedostatek nezbytné „živé“ zkušenosti způsobují pokles energie. A energie je život a přímý prožitek její silný proud.

Pokud se k uvedenému připojí energetické formy získané při narození a osobní „houpačka“ duality, bývá člověk neustále napjatý. Každé lidské rozhodnutí totiž nejčastěji přináší též (skrytou) otázku na to, co se vynechalo, a to není jen dilema, nýbrž permanentní tichý/hlasitý konflikt.

Na druhou stranu bývají snadno dostupné jevy a možnosti, které mohou člověku pomoci na cestě ponoření se do duchovna, na pouti proměny a osvobození, nejčastěji nerozpoznané, ignorované či přeměněné na něco triviálního a zábavného. Potvrzují tím, můžeme-li to tak říci, civilizační pokrytectví a „normalitu“ spolu s nastavováním zvrácených standardů ve vztahu ke společenskému životu a společenství. Dnešního člověka to pak vystavuje ještě větším pokušením a ztrátě životodárné energie, odvádí jej od skutečných životních otázek, a přitom jeho předkové tomuto vystavení nebyli, přinejmenším ne v takovéto míře.

Ego-citlivost, sama či spolu s tolik žádanou „ambiciózností“ a vášní po boji za „úspěch“, zesílila empatii, ale oslabil význam dobrých vlastností, pokud přímo nevymyslela „nové“, a tím ponížila lidskou přirozenost na úroveň té animální. Takových lidí je bohužel čím dál tím více.

Kombinace ego-citlivosti a strachu činí osobu následně aktivně či pasivně agresivní; ta se pak v souladu s tím chová ke svému okolí, hlavně v případech, kdy okolí neodpovídá představám takového člověka. Odlišné myšlení, zkušenost, vědění, postoje, charakter či zvyky mohou být v tomto smyslu zcela dostatečným důvodem k „pocitu“ ohrožení. Mysl takových lidí vyvrhuje specifický jed, jenž následně tráví i samu zdrojovou mysl a přinejmenším ohrožuje vlastní mentální zdraví. Strach se stává skutečným, protože se v té chvíli obnažuje křehkost základů způsobu života této osoby.

Osobně zodpovědně vítám a přijímám a ze zkušenosti i podle přirozenosti vím, že jen upřímnost v chování, myšlení a vnímání včetně jejich souladu, činí takovým i všechno ostatní, co člověk dělá. Například tedy upřímné cvičení umění (ve skupině či jednotlivě) s plným soustředěním, vnímáním a vážností, kde není místo pro stud z nedostatku poznání, ale je

zájem učit se, kde není bráno jako ponižující být opraven či poučen od někoho, kdo toho zná víc, během něhož se chápe nebo alespoň tuší ten neustálý, krásný, příjemný, oddaný, kouzelný pocit poznání, noření se a spojování, dávání a přijímání sebe – že jen takováto cesta vede k Prameni a k sobě samému v daleko širším celku.

Skláním se před všemi skutečnými uměními, skláním se před mým milovaným Učitelem-souputníkem a nejlepším přítelem, skláním se před Učiteli „z druhého břehu“, skláním se před každým upřímným žákem bez ohledu na jeho „limity“ a boje s tělem! Jsem vděčná, že mě duch i srdce vedou cestou, jež mi poskytuje mnoho příslibů a plní slíbené, a tak mi tímto nekonečným věděním znovu a znovu nabízí štědrý a nepopsatelný let.

Jadranka Čavić