

DEVĚT TANTRICKÝCH POZIC

Mystický příběh o bájném tantrickém cvičení Mohendžodáro a o současné tantrické józe pro ženy.

MUDr. Monika Sičová
(C) 2010

Obsah

Obsah.....	2
Úvod.....	3
První pozice.....	8
Druhá pozice	11
Třetí pozice.....	14
Čtvrtá pozice	17
Pátá pozice.....	19
Šestá pozice	21
Mezihra – životní etuda.....	24
Sedmá pozice.....	27
Osmá pozice	32
Devátá pozice	36
Vizitka	37
Odkazy	37

Úvod

Ráda bych se s Vámi podělila o příběh tantrické jógy pro ženy. O jeho vzniku a o tom, jak se k nám cvičení Mohendžodáro-tantrajóga pro ženy dostala. Je to krásný příběh a ať poslouží i Vám.

MOHENDŽODÁRO- CVIČENÍ, KTERÉ MUŽ NESMÍ VIDĚT MOHENDŽODÁRO- TANEC, KTERÝ MUŽ MUSÍ VIDĚT

Jsem Evropanka. Vystudovala jsem několik škol, ale přesto mám pocit, že nerozumím svému životu. Cítím, že nerozumím sama sobě, že nerozumím tomuto světu a že nerozumím tomu hochovi, se kterým zrovna chodím. Nerozumím rodičům. Nerozumím si se svým zaměstnavatelem, nerozumím si s touhle prací, nerozumím si s lidmi vůbec. Ale někdy je to opravdu skvělé... ale vlastně to není vůbec skvělé. Já ani sama nevím.

Mám velké puzení, nedokážu vydržet na jednom místě, potřebuji někam odjet. Nedokážu vydržet v tomhle městě, nedokážu vydržet v tomhle státě, nedokážu vydržet na tomhle kontinentě. Začínám utíkat. Tuším, že utíkám sama před sebou.

Zkouším žít několik měsíců v Mongolsku, v zapomenuté krajině v poušti. Potkávám krásné lidi, líbí se mi jejich bezčasovost, líbí se mi hlavně, že si s nimi nemusím o ničem povídat. Možná jsem byla v minulém životě nějaký mongolský šaman. Dodnes cítím něco takového. Ale teď se cítím velmi prázdná a nenaplněná. Často mám dojem, že jsem muž, dokonce si často přeji být mužem. O rok později mě další puzení vede do Indie. Tam se děje probuzení ze sna. Indie je země, která vám nachystá překvapení na každém kroku. První šok je v Oshově ašramu v Puně nedaleko Bombaje.

Oshův ašram je místo, kde se setkává velké množství lidí z celého světa. Meditují zde, dělají přírodní léčbu, rozvíjejí svůj talent a svoji osobnost. V Oshově ašramu je neuvěřitelná koncentrace krásných a mladých žen na jednom kilometru čtverečním. Dávám se s nimi do řeči a snažím se přijít na to, odkud se bere jejich krása.

Zároveň dělám Oshovy meditační terapie, studuji hara masáž a seznamuji se s prostředím.

Druhý veliký šok zažívám při setkání s jednou zvláštní ženou. V Oshově ašramu probíhá velké množství programů, ale zajímavé je to také v podhoubí kolem ašramu. Celá čtvrť žije čilým duchovním životem. Jedno z míst, kde se setkávají lidi, je German bakery, volně přeloženo „německá pekárna“, ale je to něco mezi fast food, čajovnou a kavárnou. Je to zároveň místo, kde se spontánně inzerují různé duchovní akce. Zajímá mě inzerát: „Ženy, probudte se! Cvičení Mohendžodáro“. Inzerát je opatřen telefonním číslem. Volám tam a ozývá se mi Amba. Říká, že mám přijít večer do German bakery a že už o mně ví. Ptám se, jak o mně ví, a odpovídá, že mě prostě cítí.

V German bakery sedí proti mně krásná Indka v sári. Cítím mrazení po těle. Neuvěřitelně mě přitahuje. Působí jako laskavá, moudrá a ženská. Jsem podivně vzrušená, trochu sexuálně, trochu emocionálně, trochu duchovně.

„Kolik ti je let?“ ptá se mě.

„Dvacet pět.“

„Vypadáš spíš jako nějaký muž kolem čtyřicítky.“

„To jsi mě nepotěšila“.

„Nejsem od toho, abych tě těšila, jsem tady od toho, abych tě probudila.“

„Probudila? Co to znamená?“

„Podívej, tvůj základní problém je, že jsi ztratila všechny své ženské vlastnosti.“

Všechny určitě ne, některé ženské vlastnosti jsou mi však nepříjemné.

„Jako že nejsem ženská?“ ptám se dotčeně.

„Nejsi. Jsi muž v ženském těle.“

„Jak to můžeš tak říci?“

„Prostě tak to je. U vás v Evropě vy ženy ztrácíte svoji vnitřní ženu, protože bojujete s muži.“

„Já mám spíše pocit, že muži ustupují ze svých obvyklých pozic a ženy mají potřebu je nahradit.“

„To je totéž .U nás v Indii máme jiný problém. Ženy jsou tak potlačené společností, že se ve skutečnosti o ně nikdo nezajímá. Jsou to dva druhy otroctví.“

Přehání.

"Čemu říkáš vnitřní žena?"

„To je tvůj vztah k sobě samé jako k ženě, ale zevnitř.“

Myslí tím, že mám být vůči sobě mateřská.

„Já si nemyslím, že bych neměla ženské vlastnosti,“ hájím sama sebe.

„Máš kluka, který by tě opravdu miloval?“

„Vlastně ne.“

„Miluješ své tělo?“

„Nevím, to je divná otázka.“

„Prožiješ každý den něco pěkného?“

„Myslíš jako v nějakém sladěku?“

„Měla jsi dneska orgasmus?“

Chce mě tou otázkou ohromit, ale jsem ráda, že je přímá a konkrétní. Měla ona dnes orgasmus? Bude tantra hlavně o orgasmech? Vyvolává to ve mně strach, že tantrička je vlastně děvka.

„To je dost impertinentní.“

„Určitě ne,“ kategoricky prohlašuje Amba.

„Vidíš tamtoho amerického křiklouna? Uměla bys ho zklidnit?“

„Ne, a ani nechci s ním mít něco společného.“

„Nejsi žena. Tvé ženské vlastnosti jsou potlačeny, a proto nemůžeš být šťastná.“

Ano, je to zoufalé, částečně má pravdu, ale na druhou stranu, proč by to musela být pravda, každý je přece jiný.

„Co bys dělala ty?“

Amba vstane, stoupne si těsně k tomu otravnému chlapovi, chvíli tam stojí, Američan jí cosi říká. Amba ho pak hladí po obličeji. Vrací se zpátky, za chvíli Amík donese ginger lemon tea - zázvorový čaj s citrónem. Amík se tváří docela úslužně.

„Co jsi mu řekla?“ ptám se zvědavě.

„Nic, chovala jsem se jako žena.“

„Jak jako žena?“

„Tomu nemůžeš rozumět. Prostě jsem cítila, prožívala a přijímala jej jako svého syna. Vytvořila jsem s ním sice krátký, ale intimní vztah. Pozvala jsem jej k sobě, ke svému srdci.“

Aha, takže to zase mám být já a ne ten muž, kdo má něco udělat. Ostatně, proč mám být blízka někomu, kdo je mi protivný. To je přetvářka.

Její odpověď mě vzrušuje, ne, vlastně mě vůbec nevzrušuje.

„Intimita je přece něco posvátného,“ říkám trochu vyčítavě.

„Nemluv tak. Tvoje čistá intimita je největší ženskou zbraní. Je to schopnost přijímat každého, jaký je. Pozvat k sobě dovnitř neznamená to, že se máš s každým vyspat, to vůbec ne, ale každý si zaslouží, abys s ním vytvořila hlubší citový vztah.

Pak je intimita skutečně posvátná, protože slouží hlubšímu setkání mezi lidmi.“

„Já s tebou nesouhlasím. Takový intimní vztah nemůžeš po mně chtít s každým.“

Brala bych intimní vztah jen s lidmi, co mi mají co říci.

„Nechci. Nejdříve potřebuješ mít intimní vztah se sebou. Potřebuješ mít vztah se svojí ženou, potřebuješ se stát intimitou.“

Nechci přijmout, co mi Amba povídá, připadá mi to jako z jiného světa. Amba cítí, co si v té chvíli myslím, cítí moji rozpačitost, cítí moji nedůvěru.

„Co děláš zítra?“ ptá se.

„Dokončuji terapii No mind v Oshově ašramu.“

„To ti chválím, ta je skutečně výborná. Taky jsem Oshova sanjásinka. Přijala jsem ho také za svého mistra a dělala jsem všechny možné skupiny. Myslím, co děláš večer, po bílých róbách?“

Bílé róby je večerní setkání s meditacemi a Oshovými promluvami.

„Nic zvláštního.“

„Tak přijď, budeme cvičit otevírací asánu z Mohendžodára.“

„Co to je?“

„To je posvátné cvičení tantrické jógy určené pro ženy. Mohendžodáro je staré město kolem řeky Indu. Víš, že to město bylo mnohokrát pobořeno záplavami a znovu bylo postaveno do své původní podoby? Byla to tradice. Hodnotné věci se udržovaly ve své původní podobě. Co nemělo smysl, odnesla voda, co mělo smysl, bylo znovu postaveno. Takhle je to i s naším ženstvím. Je to veliká hodnota, ale přichází velká voda a poboří naše vnitřní hráze. Znovu musíme stavět náš ženský chrám.“

Už teď tuším, že to bude dřina. Jak si však může být tak jistá, vnitřní svět člověka je tak složitý.

„Jaký je mezi námi rozdíl?“ ptám se.

„V tom, že já jsem vědomá žena, nemusím se ptát, jak má vypadat můj život. Nemusím hledat svoji vnitřní ženu, chovám se žensky, a když je potřeba, znovu postavím své Mohendžodáro. Znovu se vrátím k sobě, ať přijde jakákoliv velká voda. A v životě je toho spousta. Muži odcházejí a přicházejí, objevují se nemoci, úmrtí v rodině, děti mají úrazy.“

Zjednodušuje.

„Máš děti?“ ptám se.

„Ano, mám.“

„Mnoho Oshových sanjásinek nemá děti.“

Jasně, protože kdyby měly děti, neměly by tolik času na meditace a na chlapy.

„Já mám. Děti patří k životu. Je to důležitá etapa pro ženu. Nejsem jenom Oshova sanjásinka, ale hlavně jsem žena, jsem sama sebou. Také jsem tantrická kněžka.“

„Vypadáš docela moderně.“

„Jistě, nepředstavuj si nic filmového. Prostě s ženami cvičím Mohendžodáro a umím se vcítit do člověka, do jeho tužeb, do jeho potřeb, do jeho vědomí i nevědomí.“

„Kolik je ti let?“ ptám se. „Vím, že se nesluší ptát se ženy na její věk.“

„Mně to nevadí. Sedmdesát čtyři.“

Polívá mě horko. Amba určitě nevypadá na sedmdesát čtyři let. Kdybych necítila opravdovost v tom, co říká, tak bych ji podezřívala z toho, že se dělá zajímavou.

První pozice

Dalšího dne jsem si vzala rikšu a jela jsem několik kilometrů ven z města. Mým cílem byl „pyramid resort“, něco jako zájezdní hostinec v přírodě, rekreační centrum a přednáškový sál. Všechno dohromady. Je to oblíbené místo duchovních aktivit, různých seminářů, někdy je to místo truc akcí nevalné úrovně proti oficiálnímu Oshovu ašramu, jindy je to místo skutečně zajímavých programů.

Dávám si něco dobrého s výhledem na řeku. S povděkem přijímám zapálenou spirálu proti dotěrným moskytům. Čekám, co bude dál. Po půl hodině se tam schází hodně žen, hlavně cizinky – Japonky, Američanky, Evropanky, Rusky. Dokonce i ženy z Izraele, ale jenom dvě Indky. Ptám se Amby:

„Myslela jsem si, že Mohendžodáro je starý indický kult, ale jsou tu pouze dvě indické ženy. „Je to vždycky jinak, než si člověk představuje,“ říká Amba.

„Tantra je v naší společnosti potlačena tak, jak je potlačena žena. Je velmi málo indických žen, které se chtějí potkávat a dělat něco, co by je osvobodilo. Jsme něco jako mezinárodní komunita. Funguje to spontánně. Každá žena může nastudovat Mohendžodáro, tuto tantrickou jógu. Jakmile jí bude umět, může se stát Matkou a vytvořit si své společenství žen. Těm může pomáhat najít svou vnitřní ženu, a tím se osvobodit. Podívej, říkám si Amba - matka, není to skutečné jméno, je to jen výraz pro lektorku, která vytváří společenství žen. Cvičí s nimi Mohendžodáro, až to budou ženy umět, myšlenka se může šířit dál. I ty můžeš být Velkou matkou.

„I já?“

Věřím, že každý může být mistrem, taky bych někdy chtěla být normální matkou.

„Ano, ale chce to trpělivost, není to obyčejné cvičení.“

Začínáme cvičit první ásanu. Amba zdůrazňuje, že velikou průpravou je Kundalini meditace. Tu by měla každá žena dělat denně. Amba v nás otevírá první ásanu, probouzí v nás pocity, rozproudí vědomí. Cvičíme asi dvě hodiny. Pak si jdeme sednout do restaurace a dáváme si indický čaj s kardamonem. Ostatní ženy spolu klábosí, já sedím vedle Amby.

„Necítím se v tom cvičení moc dobře,“ sdílím s Ambou.

„Dívala jsem se na tebe a bylo mi to jasné, jsi nemocná.“

„Jak to, já jsem zdravá.“

„Jsi nemocná, vystresovaná, nervózní. Podívej se na sebe, příliš ti záleží na tom, jak budeš vypadat.“

„To je snad dobře, ne? Má to nějak vypadat. Žena má nějak vypadat.“

„To je naprosto špatné pochopení. Když budeš dávat velký důraz na vnější dojem, úplně se ztratíš. Podívej se na sebe, jak vypadáš.“

„Jak to myslíš?“

„Nejsi vůbec žensky oblečená, jsi taková šedivá myš. Tričko, džíny, rozcuchaná, neupravená. Vypadáš spíš jako sportovec nebo turista s ruksakem. Ve tvém oblečení není nic ženského.“

„Možná, ale podívej se na tuto madam. Mám snad vypadat takhle?“ snažím se odpoutat pozornost od sebe.

„Ne, to také ne, to je ještě horší. Je vyfintěná, má sice luxusní oblečení, ale jinak je to strašné. Moc se od sebe nelišíte.“

„Pak ti nerozumím.“ Skutečně nerozumím.

„Podívej, obě dvě máte stejnou nemoc. Ty chceš své okolí zaujmout tím, že nedbáš na to, jak vypadáš. Když cvičíš první ásanu, tak se úporně snažíš, aby to nějak vypadalo zvenku. Když jsi unavená, tak naopak demonstruješ nezáměr ve svém pohybu. Tato madam přehání své fintění a oblečení, ale jinak působí spíše tupě a mdle. V podstatě jste stejné.“

„Ne, já jsem jiná.“

„Jsi na tom stejně. Záleží ti příliš na vnějším dojmu, oblečením to sice skrýváš, ale jednáš tak, aby tě tvé okolí dobře přijímalo. Příliš jsi na svém okolí závislá. Příliš ti záleží, co si ostatní budou o tobě myslet. Ztrácíš tím spoustu energie a utíká ti to nejdůležitější.“

„Ano, ale je dobré s lidmi vycházet.“

„Nejdříve se musíš naučit vycházet se sebou. Proto ti to cvičení tak nešlo, příliš ti záleželo na tom, jak budeš vypadat. Ale Mohendžodáro je cvičení zevnitř, jde o vnitřní efekt.“

„Já si to ale vůbec neuvědomuji.“

„Asi ne, ale jsi zvyklá jednat jako muž. Bojuješ o pozornost, místo aby ses stala objektem pozornosti. Bojuješ o krásu místo toho, aby ses stala krásou a krásnou. Bojuješ o chlapy, bojuješ o zaměstnání, bojuješ o všechno, prostě jsi tak naučená. Myslíš si, že o něco přijdeš, když nebudeš pořád aktivní? To není vůbec ženské. Potřebuješ se uvolnit, aby věci k tobě přišly samy.“

To vím taky, ale kdy se uvolnit a kdy vyvinout aktivitu?

„Rodiče mě ale učili, že o co se nepostarám sama, o to se nikdo nepostará.“

„To je správné, člověk musí být zodpovědný za svůj život. Ale ty to chápeš jako muž. O důležité věci svého života se můžeš postarat jinak, rafinovaněji, žensky, zevnitř. Zdánlivé nicnedělání pohne celým vesmírem. A to, co chceš, se stane prostě tak, že tomu dáš prostor.“

„Teď tomu rozumím.“

Ale bojím se, že to nebude fungovat. Tohle je mužský svět. Všude kolem plno mužů, kteří chápou ženské chování jako slabost.

„Ano, hlava rozumí, ale srdce nerozumí. Srdce nemůže ani rozumět.“

“Co tedy mám dělat?”

„Podívej se kolem, jsou tady samé ženy, muž sem nemá přístup. To proto, abys nemusela bojovat o jeho přízeň, abys vydechla, relaxovala. Zapomeň na to, jak vypadáš, podívej se dovnitř. Cvič první ásanu zevnitř.“

Celých čtrnáct dní cvičím první ásanu. Mezitím v Oshově ašramu dělám Born again, krásnou terapii na dětskou tvořivost, potom Opening to intimacy, otevření se své intimitě. Tuto terapii jsem si vybrala jako zvlášť vhodnou, neboť si pamatuji první rozhovor s Ambou. Cítím se čím dál tím líp v první ásaně, více odevzdaná. Přestává mi záležet na tom, jak vypadám. Často se postavím na patnáct minut v meditačním sále a ponořím se do ásany. Někdy si zajdu do pěkného zadního traktu s parkem a zůstávám v ásaně, ačkoli kolem chodí zvědaví lidé.

Druhá pozice

Po čtrnácti dnech opět volám Ambě. Dáváme si schůzku v German bakery. Půjdu tam, je tam ten drzý Američan a má pro mě Ginger lemon tea. Poohlížím se po Ambě a snažím se nedat najevo, jak je mi protivný. Díky tomu jsem málem přeslechla ten vzkaz. Amba mi po něm vzkazuje, že mám přijít po schodech přes několik pater na střechu domu German bakery. Je to hodně pater. Po cestě nakukuji po obchodech s módou a duchovními knížkami. Na střeše již je Amba a tři ženy, ostatní se scházejí. Každá má s sebou Ginger lemon tea, který dostává od Američana. Překvapuje mě to. Ptám se na něj Amby. Potutelně se usmívá a říká, že jsou teď blízcí přátelé. Cvičíme druhou ásanu, která se jmenuje Obrácená pozice třetího oka. Udržet pozici a ponořit se dovnitř mi dává docela zabrat. Naštěstí ásana je doplněna spoustou dynamických cvičení. Emotivně křičíme, dělá nám to dobře. Ze střechy je krásný výhled na tuto část Puny. Druhá ásana otevírá ženské vnímání, intuici, ženské vnímání světa. Sedím na kraji střechy tak, aby to bylo trochu nebezpečné, vzrušuje mě to. Po cvičení se potkávám s Ambou.

„Jsem trochu nezodpovědná. Jsem zvyklá lézt po stromech a sedávat na střechách. Nebojíš se o mě?“

Připadám si dětinská, ale ráda na sebe upozorňuji podobným způsobem.

„Ne, je to tvoje zodpovědnost.“

„Tvoje také, ne? Nezáleží ti na mně?“

„To spolu nesouvisí. Záleží mi na tobě. Záleží mi na každém člověku. Právě proto. Bylo to nebezpečné, ale byla to tvoje volba.“

„A co děti?“ z ničeho nic střelím po Ambě. Nevím, kde se to ve mně bere.

„Nechala bys na střeše své děti?“

„To je něco jiného. Věděla jsi, že pád ze střechy je nebezpečný?“

„Ano, jistě.“

„Pak nevidím důvod, proč bych tě měla obtěžovat svými obavami, které jsem navíc neměla. Kdyby to byly děti, které nerozumí tomu nebezpečí, tak bych preventivně zasáhla. Zasahuji do té doby, než je člověk schopen vzít si život za svůj.“

„Co když opravdu hrozí někomu něco nebezpečného?“

„Podívej, život už je takový. Stále nám něco hrozí. Kdykoliv můžeš mít nezaviněnou autonehodu, může přijít zemětřesení jako nedávno v Japonsku. Ujela jsem tomu o dva dny. Nevíme dne ani hodiny. Proto je důležité žít naplno přítomný okamžik.“

„Dobře, ale mé děti bych chtěla chránit. Chci se o ně starat a uchránit je od všeho zlého,“ hraji si na zodpovědnou matku.

„To bys jim udělala to nejhorší. Dovol jim, ať mají boule ze všech pádů, ať projdou kanály, ať se zašpiní, ať udělají chyby a ať se z nich učí. Pokud nejde o život, tak nejde o nic. Zasáhni pouze, pokud půjde o život. Jakmile však vyspějí, už nezasahuj vůbec. Jenom je miluj a dej jim najevo, že se mají kam vrátit. Že vždycky u tebe najdou domov.“

„To je nesmírně těžké. Co mám dělat, když mám o své blízké strach?“

„Teď teprve mluvíš opravdově. V tom je ten problém, nemůžeš milovat a být ve strachu. Ten tvůj strach ubližuje tvým blízkým. Kvůli tomu strachu se s tebou rozešel tvůj kluk. Až budeš mít děti, tak je bude ohrožovat tvůj strach, tvůj strach nejvíce.“

„Já často nerozeznám, kdy je to strach a kdy je to přirozená reakce. Já bych řekla, že spontánně jedním a snažím se pomoci druhým. A ty mně na to řekneš, že mám strach, když chci chránit své blízké,“ cítím se zmateně.

Amba se nakrátko odmlčuje a dává mi čas.

„Proto trénujeme druhou ásanu, otevíráme se své ženské intuici. Já jsem cítila, že z té střechy nespadneš. Také cítím, kdy je potřeba něco udělat. Ve tvém případě jsem byla úplně v klidu, v lásce a věci se prostě děly. Je to ženská intuice, ženská spontánní moudrost, která ví.“

„Kamarádka měla také intuici, zachovala se podle ní a zůstala sama a nešťastná,“ vymýšlím si příběh. Potřebuji to trochu zkomplikovat. Zároveň si v tom sama dělám jasno.

„Ženy často mají takzvanou intuici, ale je to nevědomé rozhodnutí. Nazývají něco, co vlastně nemají. Co by chtěly mít a na co dávno zapomněly. Potom cokoliv, co je hloupé nebo to, co je první, je napadne, nazývají intuicí. Když se takhle chovají v životě, upadnou do chaosu.“

„Dosud jsem tomu rozuměla, ale teď jsem z toho úplně zmatená. Když to uděláš ty, je to intuice, a když to udělám já, je to chaotické jednání. Čert aby se v tom vyznal,“ docela se vztekám.

„Je to proces, pročištěješ se, uvolňuješ se. Pamatuj, že strach a intuice nejde dohromady. Vnitřní hlas pochází z lásky. Vnitřní hlas se topí ve strachu. Žij život v přítomném čase, zbav se strachu, otevři se opravdové lásce a tvůj vnitřní stav bude mít velkou a hlubokou kvalitu. Potom to bude vnitřní hlas a ne náhodná hloupost.“

Někdy jsem velmi intuitivní, ale jindy jsem mimo a zlobím se na sebe. Ona si snad opravdu myslí, že někdo může být bez strachu. Je ona bez strachu? To je asi iluze.

„Zavání mně to teorií,“ za každou cenu chci odporovat.

„Teď to bude pro tebe praxe. Dělej druhou ásanu. Souvisí to s další tvou budoucností. Máš na to týden.“

Nerozumím Ambě, vlastně rozumím, ale nevěřím tomu. Mám dojem, že na mě zanevřela. Připadám si jako nevděčný spratek nebo puberták. Poctivě cvičím druhou ásanu. Pomáhá mi i terapie Who is in v Oshově ašramu. Je to několikahodinové klidné sezení a sebedotazování. Po několika dnech cítím hluboký účinek terapie Who is in a zároveň na mě má veliký vliv druhá ásana. Čtvrtý den mám podivný pocit. Cítím, že mám něco udělat, ale nevím co. Slyším v sobě pořád poslední slova Amby o teorii a praxi. Za těch pár dní chápu, že nemluví do větru. V noci nemohu spát, ráno se probouzím a přicházím na to. Volám Ambě.

„Ambo, ty odjíždíš pryč?“

„Ano, sejdem se ve Varanásí.“

Sděluje mi kdy a kde a stroze zavěšuje. Začíná to se mnou cloumat. Stojí mně to za to? Musím sehnat jízdenku na vlak, trmácet se třicet šest hodin na opačnou stranu Indie. A ten podivný čas a podivné místo setkání. Jsem já vůbec ta pravá? Stojím poprvé před samostatným rozhodnutím. Buď zůstat ve známém prostředí v Puně, v oáze Oshova ašramu, anebo se sama vydat do neznáma, do lidské džungle. Chápu,

že to je svého druhu zkouška. Každý má svou cestu. Amba se mnou nechce ztrácet čas, pokud neprokážu nějaký aktivní zájem. Rozhodni se, říkám si. Ale tolik pochybností jsem snad nikdy neměla. Chápu, že pochybností se dostavují, když opravdu o něco jde. Dokud se rozhoduji o každodenních maličkostech, cítím se jistá. Ale teď se mám vydat po stopách té podivné a zvláštní ženy. Dělán si druhou ásanu, která je dobrá na závažná rozhodnutí, a čekám, co bude dál. Není nic, jenom klid. Ráno vstávám a úplně spontánně volám travel agentovi, aby mi zařídil jízdenku na vlak. Ptá se, kdy chci jet. Odpovídám, že zítra. Říká: „Nemožné, teď jsou svátky, jedte za týden, lístky už určitě nebudou.“ Ale přeci jedna jízdenka se pro mě nachází.

Třetí pozice

Jedu druhou třídou, všude plno lidí, kupé obsazuje jedna velká rodina. Tlačím se na kousku místa. S velkým nasazením si chodím ulevit na špinavý záchod ve vagónu. Neodvažuji se vycházet z vlaku, aby mně náhodou neujel. Jím pouze rýži a piji vodu. Ještě že mám sušenky a tabulku čokolády. Ve vagónu každou zastávku nabízejí indickou pakoru - smaženou zeleninu, mléko, čaj, banány a další ovoce. Pořád tam někdo chodí, něco nabízí, něco prohlašuje. Jako třeba ten údajně zázračný muž, který hledá sponzora na své duchovní cesty. Je to zvláštní zkušenost. Tělo si zvykne na nový režim, mysl se odpojí. Člověk má pocit, že sní. Jakoby všechno byla zvláštní pohádka od Andersena. Je to změněný stav vědomí, prostě reakce duše a těla Evropanky, která se vzpamatovává z kulturního šoku. Cítím se sama a velmi ohrožená. Proto cvičím první ásanu a odevzdávám se svému osudu. Znovu pociťuji, jak cvičení Mohendžodáro funguje. Najednou jsem klidná a zvědavá.

Varanásí, posvátné indické starobylé město, město, kde si přejí všichni umřít, město, kde se čeká na smrt. Ubytuji se s výhledem na řeku Gangu. Na druhé straně řeky je pouze prázdný břeh. Druhá strana řeky zastupuje břeh po smrti. Fascinovaně se dívám. Nevím na co, nevím proč, prostě se dívám na druhou stranu řeky. Po setmění si pronajímám loď, nechám se vozit po řece. Přijíždíme na hlavní ghát. Ghát je významné místo u řeky, takové shromaždiště.

Probíhá zrovna Pudža, každodenní tradiční obřad. Mnoho světel, kouře, zvláštní gesta oddaných, zvonění, plno lidí, mnoho vůní. Jsem okouzlena. Propadám se do společného kulturního vření. Připadám si jako někdo, kdo tu byl před několika tisíci lety. Vhazuji zapálenou svíčku s rostlinným věnečkem do vody, pluje daleko. Je deset hodin, nechávám se zavést na podivné místo našeho setkání. Bojím se. Je to ghát, kde hoří věčný oheň. Je to spalovna mrtvých. Kolem lodí pluje nějaká kostra lidského těla. Průvodce mi vysvětluje, že některá těla se nepálí, například malé děti se pouští po řece Ganze. Přijíždíme ke břehu, vidím mnoho ohňů, zabalená mrtvá těla. Je jedenáct hodin, čas naší schůzky. Potkávám Ambu a několik cizích žen u největšího ohně. Tiše se pozdravujeme a tiskneme se k sobě. Pozorujeme jednotlivé ohně a skupinky mužů. U každého ohně jsou příbuzní jednoho mrtvého. Nikde nejsou vidět indické ženy. Mnoho pálených těl, mnoho ohňů a všude samí muži.

Amba nám říká, že takhle se projevuje indická tradice. Že jsou role muže a ženy přísně rozděleny. Že jí samotné se to nelíbí, že by chtěla vyprovodit své blízké až k tomu poslednímu. Že to vnímá jako jeden ze způsobů nerovného stavu mezi mužem a ženou v Indii. Cizinky jsou na tomhle ghátu trpěny, ale indická žena by si to nedovolila. Porušila by nepsaný zákon. Cesta k hotelu je dobrodružná, nikde nejde elektrický proud. Motám se uličkami, přeskakuji ležící krávy a spící sadhu. Sadhuové jsou náboženští asketové, pomalovaní na obličeji pestrými barvami. Jedí to, co vyžebrají, uléhají k spánku kdekoliv, kde je napadne.

Cítím se velice dobrodružně. Cítím se jako Indiana Jones v ženských sukních. Ráno se setkáváme u jednoho osamělého ghátu a cvičíme třetí ásanu. Jmenuje se Šílený pohled do vesmíru. Chápu, proč Amba vybrala opuštěné místo. Protože křičíme hodně hlasitě, jakoukoliv emoci, kterou v sobě najdeme, křičíme do vesmíru. Cítím, že křičím také včerejší zážitek. Tato ásana se může cvičit beze zvuku jako cvičení, ale vykřičet své emoce do vesmíru je opravdu velká úleva. Vesmír je nekonečný, všechno přijímá. Cítím své opravdové ženské emoce. Zvykám si na naše povídání s Ambou. Asi je to i její způsob práce, kolektivně něco zacvičíme, prožijeme a potom si s každou z nás individuálně povídá. Cítím se přijata, cítím, že když něco prožiji, tak moje mysl je to schopna po každém sdílení přijmout.

„Cítím se jako žena, ale připadám si jako velmi špatná žena. Mám negativní emoce. Přece bych neměla mít negativní emoce. Je to se mnou hodně špatné?“

„Vůbec ne. Pamatuj si, neexistuje špatná nebo negativní emoce. Není ani dobrá a pozitivní emoce. Jsou jenom emoce, které jsme zpracovali a které ne.“

Co tím myslíš, že jsme emoce zpracovali, copak jsou potravinový doplněk?

„Já se ale cítím velmi špatně, když své emoce projevuji,“ sdílím upřímně, až jsem z toho sama překvapena.

„To je naprosto normální. Musíš pochopit, že ženská vlastnost je pohlcovat. My ženy přirozeně absorbujeme všechno, co je kolem nás. Naše ženství, to je taková studna všech emocí, podobně jako děloha je studna všech infekcí. Do našeho těla a naší duše je vstřebáváno nejen vše čisté a krásné, ale i to, co je špinavé a bolestné.“

„Proč tomu tak je? To je špatné.“

„Ne, není. Jenom s tím musíme umět pracovat. Musíme čistit své duše, ozdravovat svá těla. Pak v nás zůstane jenom krása, zdraví. Budeme se cítit jako sjednocené ženy.“

To se nás Evropanek určitě netýká.

„Kde se v nás berou ty nejistoty, nečistoty?“

„Podívej, v ženském těle jsou stopy všech válek, všech emocí. Ženy se musejí dívat, jak jim umírají muži ve válce, jak jsou děti nemocné a zmrzačené. To je nejhorší pro ženu, když trpí děti.“

„Já jsem nic takového nezažila.“

„Zažila. Je to v kolektivním nevědomí. Pokud to zažije třeba jenom jedna žena, všechny to zažíváme, jsme jeden celek.“

Přesně to mě děsí, kolik toho vlastně s sebou vláčím.

„Připadám si najednou velmi špinavá. Při tomto rozhovoru ještě více.“

Připadám si opravdu špinavá, jakoby všechna slova, která slyším, ve mně otevíraly něco hlubokého.

„Nejsi špinavá, jenom ti spadly klapky z očí.“

„Já o to nestojím.“

„Není už návratu, neboj se.“

„Mám strach, že nezažiji něco pěkného v životě.“

„Zažiješ, neboj se. Proto cvičíme třetí ásanu. Vykřič šíleně své smutky do vesmíru, zbav se svých strachů a bolestí. Vesmír je přijme. Je to něco podobného, co znáš z Oshovy dynamické meditace. Tohle však působí jinak a je to jinak hluboké. Tomu procesu říkáme katarze.“

„Nešlo by to bez těch katarzů?“ žadoním.

„Bohužel, nešlo. Nezlob se na mě. Já jsem si nevymyslela tento svět. Jenom vnímám, jaký je. Uvědom si, že to, co jsi, je hlavně výsledek tvého nevědomého života. Je to výsledek tvého každodenního sebezpotlačování. Tu špínu tam máš dlouho a navíc ji máš ještě od svých rodičů a jejich rodičů.“

Tenhle problém musí mít každý, proč ho řešíme zrovna teď?

„Proč jsem to dovolila? A proč o tom nevím?“

„To tvoje mysl všechno schovala do tvého těla a zamkla na několik západů. Tvá vlastní mysl tě chtěla chránit před bolestnou pravdou. Neměla jsi na sebe čas, a proto jsi zůstala nevědomá a nejistá, slabá. Tvoje děloha je špinavá, tvá ženská duše je špinavá. Říkám ti to hodně natvrdo, ale ty to potřebuješ slyšet. Třetí ásana ti pomůže se postupně vyčistit.“

„Je mi smutno.“

„Mně bylo také smutno. Projdeš tím a bude dobře.“

To si nejsem jista, už jsem pár akcí prošla, a nejsem vůbec šťastnější.

Chodíme každé ráno a každý večer cvičit třetí ásanu. Cítím, jak jsem byla naivní. Teprve teď vnímám něco jako dospělost a zodpovědnost za svůj život. Chci, aby mé budoucí děti netrpěly, aby vyšly z mého těla pokud možno nezasazené a čisté. V hlavě mi běží celý můj život, vciťuji se do svých rodičů. Poprvé po dlouhé době je chci vidět.

Večer nikdy neopomínám zajít si na slavnost pudžu a znovu ucítit ty vůně a vidět ty světla. Někdy se i nechávám namasírovat. Po deseti dnech práce s třetí ásanou mám dojem, že už nemám odkud šíleně hledět do vesmíru. Emoce ve mně utichají, ásana jakoby se sama ve mně uzavírá. Amba říká, že člověk má hodně vrstev, že každou vrstvu doprožívá postupně. Až budeme znát celé Mohendžodáro, tak to bude jiné. Každá ásana je pouze částička z celku. Každou ásanou něco v sobě otevřeme, ale teprve celé Mohendžodáro přinese kontakt se sebou.

Čtvrtá pozice

Amba nás chce rozveselit, proto navštívujeme opičí chrám, který je na začátku Varanásí. Než do něj dorazíme, navštívujeme jiný chrám, kde můžeme zpívat starodávné mantry. Amba nám říká, že se jedná o jednu větev tantrické tradice. Muž a žena jsou symbolicky zastoupeni v božském Šivovi a v božské Šakti. Tantru dělají pouze jako duchovní cvičení, modlí se k božským aspektům člověka. Určitě to není málo, ale je to dobré spíš pro život mnichů než pro život vědomé, láskyplné a smyslné ženy.

Žena, která chce žít plnohodnotný a světský život, mít rodinu, mít zdravý partnerský vztah, mít sexuální život, potřebuje něco jiného. Dokonce i tantrická kněžka, která chce léčit a pomáhat lidem, potřebuje opravdovou milostnou zkušenost. Dokud ve společnosti nebyly potlačovány ženské aspekty, do té doby byla vnímána tantra jako umění, které transformuje milostný život. Tantra je velebením života, sexualita je život.

Když to Amba říká, mám zase pocit, že být tantričkou znamená být děvkou, koketou a sexuální modelkou.

Nemůžeme na sexualitě ulpívat, ale nesmíme ji v sobě ani potlačovat. Žena je květina, která vykvete, je-li zalévána. Erotika ženy ji dělá barevnou a krásnou. Žena, která se vzdala sexuálního života, postrádá umění přijímat opačnou polaritu. Obvykle pak ztrácí ženské vlastnosti, je bezpohlavní, taková šedivá. Amba nám říká, že někdy bylo panenství podmínkou pro duchovní život ženy. Ale tento duchovní život byl často náhražkou za přirozenou sexualitu.

Například nezdravá jasnozřivost. Energie se nemohla projevit v ženském těle, a proto nekontrolovatelně vířila v hlavě. Často takové adeptky zešilely. Amba říká, že potlačení ženského těla, potlačení ženských emocí, potlačení ženské sexuality je pro ženu daleko nebezpečnější než pro muže. Existují dokonce náboženské skupiny, které záměrně potlačují a kontrolují emoce u lidí s cílem rozvinout nepřirozené schopnosti. Takový člověk umí třeba levitovat.

Existuje tradiční historka o dvou žácích, kteří se dvanáct let učili u dvou odlišných mistrů. Jeden mistr učil opravdové poznání s přijetím svého těla a druhý učil své tělo potlačovat a vytvářet nadpřirozené schopnosti člověka. Když se po dvanácti letech potkali, vyšli si spolu na výlet podél řeky. Ten se zvláštními schopnostmi přešel bosou nohou po vodě. Ten druhý si za dvě mince objednal převoz u převozníka. Vidíš, řekl tomu prvnímu, to je hodnota tvého dvanáctiletého studia a ukázal na dvě mince.

V dřívějších dobách bylo panenství možná důležité, protože se ženy chránily před pohlavními nemocemi. Dnes je důležité, aby žena nepotlačovala své potřeby. Žena přijme své tělo, rozšíří své vědomí do těla a získá novou duchovní hodnotu. Je to opravdová ženská cesta. Žena nebojuje se sebou, nebojuje se svou přirozeností, nevytváří v sobě vnitřní konflikt.

Přicházíme do Opičího chrámu.

Opičky mě velice baví, chovají se jako lidé. Ta gesta, výrazy v obličeji jsou velmi přirozené, jsou přirozené, i když se páří. Cítím, že to je opravdu to, co potřebujeme - přirozenost. Tu se můžeme naučit od opic. Další den cvičíme čtvrtou ásanu Pohled do jóni. Je to přijetí své sexuality. Vzpomínám si na opičky v chrámu a ztrácím veškeré obavy. Je to pro mě lehká ásana. Amba říká, že tato ásana je pro nás jednoduchá, protože už máme průpravu v aktivních meditacích. Dlouhou dobu jsme cvičily Dynamickou meditaci a Kundalini.

Amba má zkušenost s tím, že jinak tato ásana trvá hodně dlouho. Znovu se vracíme k tématu potlačení sexuality. Amba zažila cvičení s jednou léčitelkou. Byla to žena, která rozuměla bylinám, dokonce viděla jejich energii, slyšela hlasy bylin. Kromě toho měla i jiná, nepříjemná vidění. V životě však byla velmi nešťastná. Nikdo ji nechtěl jako partnerku, nikdo ji nechtěl jako milenku, nikdo ji nechtěl jako matku. Byla čím dál tím zapšklejší a arogantnější. Dokonce ztrácela zákazníky, žádný z nich se nechtěl nechat léčit a ani kupovat byliny. Pro tuto léčitelku bylo Mohendžodáro velmi těžké. Ale přeci jenom se podařilo přirozenost obnovit. Dokonce i tato léčitelka po dvou letech cvičení obnovila svoji ženskost, a dokonce si našla staršího partnera. Zároveň s tím ztratila léčitelské schopnosti. Život je vždy volba, je to něco za něco. Ale vždy je lepší vycházet ze své přirozenosti. Přirozenost je trvalá cesta.

Pátá pozice

Amba nám řekla, že původně chtěla cvičit čtvrtou ásanu, ale bude plynout s naší energií a otevře pátou – Tajemství života. Dalšího dne ráno dvanáct žen nasedá na pronajaté lodě a míří na druhou stranu řeky Gangy. Na druhé straně nikdo nebydlí. Podle hinduistické tradice je to odvrácená strana světa. Při plavbě na druhou stranu se jedna indická žena rozklepává a dostává malý hysterický záchvat. Křičí, že ji nikdo na břeh nedostane, že je tam smrt. Amba ji ukonejší.

„Nemyslete si, že jste odvážnější nebo vědomější než je tato žena. Pro vás druhá strana Gangy nic neznamena. Nemáte v sobě s čím bojovat. Pro vás je to jako jiné místo řeky. O druhé straně Gangy jste slyšely poprvé před měsícem. Tato žena má v sobě hluboce zakořeněn mýtus. Vidíte, toto je síla kolektivního kulturního programování. Všichni v nějaké podobě věříme, že druhá strana řeky Gangy je strana odvrácená. Na tomhle příkladě můžete vidět, jak mohou být silné tradice. Bohužel, generace žen jsou touto stejnou kulturou vedeny k popření svého ženství. Nemylte se, vždycky budu Indka, vždycky budu hájit naši kulturu. Jenom ukazuji, v čem je pro nás ženy těžká, v čem nás popírá. Každá z nás se s tím musí individuálně vyrovnávat. Čím je kultura starší a tradičnější, tím je to těžší. Naše civilizace je pět tisíc let stará a je těžké najít novou formu.“

Vysedáme z lodi a celý den cvičíme pátou ásanu – Tajemství života.

Večer nasedáme zpátky do lodi a vracíme se.

„Vidíte“, řekla Amba, „žijeme. Žena je silnější než smrt, žena je dárkyní života.“

Pociťuji už delší dobu potřebu si opět promluvit s Ambou. Pozvala jsem ji na náš oblíbený indický čaj.

„Včera jsem se vrátila k druhé asáně. Cítím, že to tu končí. Je to pravda?“ ptám se zvědavě.

„Ano, chtěla bych tady trénink ukončit.“

„Proč vlastně Mohendžodáro děláme pokaždé na jiném místě?“

„Není to nutné. Normálně ženy cvičí ásany tam, kde žijí. Ale ty jsi mimořádný případ. Ty jsi opustila svou rodnou zemi a potuluješ se úplně na jiném kontinentě. Z toho je jasné, že usiluješ o jinou roli. Jsi dobrodruh. Jsi ta, která věci přináší.“

Dobrodruh, to zní dost pejorativně.

„To jsme nemohly cvičit v Puně?“

„Ale ano, mohly. Ale už jsem to měla takto domluveno. Podívej, každý člověk má svůj osud. Každá žena si přinese do Indie svůj osobní motiv. Některé ženy ztratily své kořeny a hledají je v Indii. To je trochu pošetilé. Jiné ženy jsou na rozcestí svého života a utíkají před svým osudem, utíkají před svou zodpovědností. Ta je ale stejně dožene. Některé ženy prostě potřebují vydechnout.“

„Jak to souvisí s tím, kde cvičíme Mohendžodáro?“ ptám se zvědavě.

„I místa mají svůj osud. Puna je dobré místo pro nové příležitosti. Je tam trochu rebelský Oshův ašram, je to moderní místo, je to moderní město. Puna, to je nový začátek. Varanásí, to je naopak hluboká tradice.“

Vzala bych tě do města Mohendžodáro, ale je to v Pakistánu, kde vládne islám, který ženám přeje ještě méně než hinduisté. Ženy jsou nábožensky svobodné. My aspoň máme ženské bohy a ženské aspekty bohů. Naše náboženství je pestré, je to mnoho různorodých sekt a kultů. Některé jsou otevřeny ženám a ženy mají svoji duchovní roli.

Symbolicky je žena opravdu rovnoprávná. Mohendžodáro, to jsou teď historické vykopávky. Není tam život. Mohendžodáru vládla Velká matka. Bylo to tantrické město. Tato kultura byla árijskými nájezdníky přetavena a přenesena do míst kolem

řeky Gangy. Puna byla dobrá pro dvě ásany. Varanásí má hloubku a kořeny, proto jsme cvičily tři ásany. Je to pět asán, Nebeský okruh. Pokud jej budeš pečlivě cvičit, bude tě rozvíjet. Je to energetické dynamo.

Otevíráš v sobě a prohlubuješ pět aspektů ženy a zároveň pět aspektů svého života. Každá ásana by mohla být samostatná bohyně, která by zastupovala tento aspekt. Kdybychom byli tradiční hinduisté, dali bychom každé ásaně název ženské bohyně. Ke každé bychom se modlili, každá by měla svůj posvátný den v roce. Každá by měla svůj rituál, dokonce každé bohyni by bylo zaslibeno jedno město. Dělal bychom náboženské poutě z jednoho města do druhého. Ale není to možné. Tantra není státem uznávaná.

Tantra ve své čisté podobě osvobozuje ženy, a to by hinduisté nepřipustili. Mohlo by se jim to vymknout z rukou. Svobodnou a vědomou ženu by nemohli kontrolovat, to by rozbilo totálně tradici. Víš to, že naše tradice má pro vdovy ten nejtěžší úděl? Jakmile ti zemře manžel, tak se předpokládá, že jsi umřela s ním. Dřív dokonce žena byla zaživa rituálně spálena s manželovými ostatky. Dnes se neupaluje, ale vdova to má i tak velmi těžké. Všichni jí dávají najevo, jak je zbytečná. Já jsem také vdova a nemám se kam vrátit.“

„To je škoda, že tu nejsou bohyně pro jednotlivé ásany,“ prožívám náš rozhovor.

„Není to škoda, každá doba potřebuje nové formy. Mohendžodáro je cvičení, které v tobě všechny důležité ženské aspekty probudí. Nepotřebuješ chodit do chrámu. Tvé ženské tělo je chrám. V tobě se zrodí bohyně. Každá žena bude bohyně. To je to, čeho se všechny tradiční směry bojí. Že žena za svého života bude bohyní. Oni jsou ochotni se klanět modlám, mrtvým ženám a oslavovat je. Proto nemají rádi tantru. Tantra říká, že tělo je božské.

Tantra říká, že v každém člověku se božský aspekt může zrodit. Cvič Mohendžodáro a budeš božská. Tantra je úcta k životu, láska k životu. Tradiční náboženské směry však velebí život po smrti. Rezignují na tento život, a tím ženu vážou do okovů. Žena daruje život, žena žije životem. Cvič Mohendžodáro a obnoví se úcta k životu.“

„My už odjíždíme z Varanásí?“ ptám se.

„Ty odjíždíš. Zítra.“

„Kam pojedu?“

„Goa, bývalá portugalská kolonie. Budeš se koupat v moři, cvičit Nebeský okruh z Mohendžodára a zajistíš ubytování pro dvacet žen. Já tam za tebou přijedu.“

Šestá pozice

Jsem potěšena. Cítím, že mám novou roli. Nemusím být jenom pasivní účastník, ale mohu pro ostatní něco udělat. V hotelu na mě čeká lístek na vlak. Nemusím se ani o něj starat. Chápu, jak je to hezké žít v komunitě na sebe naladěných lidí. Každý může pro ostatní něco udělat. Je to příležitost, jak být něčím užitečná. Beru svěřený úkol velmi vážně.

V Bombaji čekám několik hodin na vlak do Goa. V kině dávají zrovna hollywoodský film Guru. Je to o indickém mladíkovi, který vycestoval do Ameriky. Aby se uživil, stal se sexuálním guruem. Je to komedie a moc se bavím. Je to docela pravdivé setkání východu a západu. Každý kluk v Indii má něco jako spirituální talent a celý západ je často sexuálně potlačený. Spiritualita a sexuální uvolnění by mohla být opravdu třaskavá rozbuška.

V Goa jsem další den v poledne. Goa je zvláštní svět. Původní portugalská kolonie zde zanechala veliké stopy. Je tu mnoho křesťanských chrámů, obyvatelé Goa rádi pijí portské – je to sladké víno, které se někdy míchá s brandy. Portugalští námořníci na dlouhých plavbách z domoviny takto původně chránili své víno před zkažením. Goa má svou vlastní produkci. Nechávám se zavést rikšou do jižní části Goa. Tady je více klidu a méně turistů. Žijí zde různé komunity, je zde jógový ašram, malebné hotýlky a mnoho plážových restaurací, které jsou v noci plné světla. Pláže jsou přes den klidné.

V zasuté části pláže objednávám nocleh pro dvacet žen do prostých proutěných chýší. Telefonicky se spojuji s Ambou. Říká, že přijede s ženami za týden. Mám změnit objednávku a zablokovat nocleh o týden později. Moc se mi to nelíbí, ale dělám tak, jak říká. Celý týden každé ráno a každý večer cvičím pět ásan Mohendžodára. Je to Nebeský okruh. Cítím, jak Nebeský okruh zastupuje něco ve mně, nějakou známou část mého života. Rozumím tomu, že to není jenom cvičení. Že za každou pozicí se skrývá mnohem více. Jinak se koupu, pojídám ovoce a nakupuji na trhu. Je to pro mě hezké a nové. Jsem sama se sebou. Další týden opět telefonuji s Ambou. Přijede zítra a sama. Mám zrušit všechny rezervace. Jsem z toho úplně pryč. Takový vztek ze zbytečné práce jsem už dlouho nezažila. Drží mě to až do příjezdu Amby. Sedíme v restauraci a snažíme se to vyříkat.

„Nemohu si pomoci, ale opravdu mě to zaskočilo. Jedu sama do Goa, do úplně neznámých míst a všechno je to úplně zbytečné,“ stěžuji si vzrušeně.

„Omlouvám se ti, ale jsou věci, které neovlivním.“

„Myslela jsem, že budeme cvičit Mohendžodáro,“ naléhám.

„Cvičila jsi Mohendžodáro.“

„Já vím, ale sama.“

„To je přece výborné, nepotřebuješ berličku. Můžeš cvičit a nejsi fixována na ostatní.“ Amba umí všechny situace otočit.

„Já vím, ale představovala jsem si to jinak. Chtěla jsem být se skupinou žen, chtěla jsem být pro ně užitečná, chtěla jsem, aby mě měly rády.“

„Vidíš, kolik máš zbytečných motivů. Uč se přijímat věci tak, jak se dějí. Zítra budeš mít dobrou příležitost, budeme cvičit ásanu Odevzdání.“

Další týdný cvičíme ásanu Odevzdání. Je to už šestá ásana. Skláníme se před nekonečným oceánem. Odevzdávám se mu, sobě a osudu. Postupně vnitřní pnutí utichá. Amba mi další den říká něco důležitého.

„Myslím, že už jsi dostatečně prázdná, aby ses dozvěděla něco hlubšího.“ Jsem opravdu odevzdaná, cítím se žensky. Cítím, že přijímám všechno, co Amba říká.

Vzniká mezi námi důvěrný vztah. Důvěra a odevzdání otevírá hlubší kontakt a taky hlubší úroveň Mohendžodára.

„Co budeš dělat až budeš umět všechny ásány?“

„Budu je cvičit a udržovat,“ spontánně odpovídám.

„To nestačí.“

„Proč? Chtěla bych tuto tradici udržovat.“

„Každá tradice se musí vyvíjet. Musíš prociť obsah, esenci, vnitřní řád. Je dobré dodržovat formu tradice, ale není to nutné vždy. Víš, kdy se musí forma změnit?“

„Asi když má být tradice přenesena někam jinam.“

„Ano, když přeneseš Mohendžodáro do Evropy, cvičení zůstane, ale musíš porozumět především těm ženám, které budou Mohendžodáro cvičit.“

„Já?“ jsem udivena.

„Ano, ty. Chceš se dále rozvíjet?“

„Určitě.“

„Od určité chvíle se nemůžeš rozvíjet pouze v roli žáka. Role žáka je určena pouze pro základní stupeň poznání.“

„Když budu pravidelně cvičit, budu se rozvíjet,“ kontruji s nepochopením.

„Budeš se udržovat. Mohendžodáro ti pomůže přinášet energii do tvého života, transformuje tě, budeš více ženou, budeš sebevědomá, intimní, vnitřní. To jsou veliké věci, ale není to všechno.“

„Co ještě?“ ptám se zvědavě.

„Největší poznání o sobě, ale i o druhých získáš, když budeš mít roli učitele. Když ty budeš tantrická kněžka, která se bude starat o své společenství žen.“

„Já žádné společenství nemám.“

„Budeš mít ve své vlasti, když budeš chtít. Všechno se to kolem tebe prostě stane. Jenom tomu trochu pomůžeš. Chceš?“

„Ano, chci. Ale copak mohu být já ta, která nese tradici?“

„Ano, proč ne.“

„Já jsem Evropanka.“

Já jsem Indka. V čem je rozdíl?“

„Je to tvoje země, je to tvoje kultura.“

„Podívej, Mohendžodáro bylo v době, kdy Indie jako stát neexistovala. Ani tu nebylo naše náboženství, dokonce naše védská kultura vznikla později. Neboj se, jsi stejně tak vhodná jako já.“

„Já vím, ale kdyby Mohendžodáro učila Indka, tak by to bylo lepší.“

„Jenom pro falešný pocit exotiky. Ne. Ty jsi pro své lidi vhodnější. Musíš porozumět tomu, co je živá tradice. Živá tradice není to, když otrocky přijímáš vše od svých mistrů a učitelů. Živá tradice znamená, že máš úctu ke svým mistrům, ke svým předkům, ke svým předchůdcům. Živá tradice znamená, že máš s nimi hluboký kontakt. Předáváš naše společné dílo. Ty máš kontakt s celou posloupností a linií.“

„Jak to?“

„Znáš mě. Já jsem se učila u svého mistra, ona u svého. Já jsem teď živá tradice, ty budeš zítra.“

„Co to znamená?“

„To znamená, že máš mistrovské právo dílo udržovat, rozvíjet a měnit jeho formu. Je to společné dílo, které je svým obsahem stejné a svou formou pluje dějinami. Reaguje na způsob života lidí.“

„To znamená, že se cvičení mění,“ říkám s obavou.

„Určitě. To, co dnes učíme jako devět ásan, bylo součástí rozsáhlejšího komplexu cvičení. Nikdo ti nemůže zaručit, že cvičení bude stejné pět tisíc let.“

„To mně trochu vadí. Myslela jsem, že cvičím něco, co bylo před pěti tisíci lety.“

„Cvičíš, ale mění se čas od času trochu forma. Živá tradice znamená vhodnou změnu. Vše, co žije, se mění.“

„Jaký mám potom důvod Mohendžodáro cvičit?“

„Důvod je v účinku, v obsahu, který je za formou.“

„Jak poznám, že je to potřeba změnit?“

„Jakmile budeš znát vnější formu Mohendžodára, všech devět ásan, budeš v půli cesty. Jakmile pocítíš vnitřní řád cvičení, všechny aspekty ženy, budeš připravena a staneš se mistrem, tantrickou kněžkou. Neuděláš chybu, prostě budeš plynout s energií.“

„Kdy se naučím ostatní tři asány?“

„Až doma.“

Ráno Amba mizí a nechává mi lístek se vzkazem, že se potkáme u nás v Evropě. Kdy a kde Amba neřeší. Už si zvykám na typickou asijskou bezčasovost a bezprostorovost. To vše je smíšeno s přirozeným mystickým jednáním. Vše je osudové, samé koincidence, všechno se děje, protože se to má dít. Chápu, že se musím odevzdat osudu. Mám-li Ambu ještě potkat, stane se tak. Opouštím Goa a mířím do Evropy.

Mezihra – životní etuda

Vracím se domů jako někdo úplně jiný. Z Evropy odjížděla nejistá slabá dívka a zpátky se vrací sebevědomá žena. Vítáme se s rodinou. Pár dní jim pomáhám na zahrádce. Zažívám jedno bolestné úmrtí v rodině, normálně by mě to vyšinulo, ale teď si připadám stabilní. Stávám se přirozenou oporou celé rodiny. Všichni vyhledávají mou pomoc, útěchu a povzbuzení. Potkávám se s mým bývalým.

Zkouší to na mě, chce si mě znovu získat, ale cítím, že už podruhé nechci vstupovat do téže řeky. Říká, že se do mě podruhé zamiloval. Je mi s ním hezky, i když na mě dotírá. Dokonce je až agresivní. Vzpomínám na to, co mi říkala Amba, otevírám v sobě pocit intimity a přijímám jej jako svého syna. Normálně by mé sexuální odmítnutí u něj vytvořilo problém, nechtěl by mě vidět, zanevřel by na mě. Dneska prý nechápe, jak to, že jsme tak dobří přátelé. Daří se mi z původního mileneckého vztahu vytvořit přátelský vztah. Dokonce mi pomáhá najít mé první zaměstnání.

Zkousím několik konkurzů. Beru to jako hru. Nemám žádná očekávání. Tam, kde je osobní pohovor, dostávám pracovní nabídku. Je neuvěřitelné, jak všichni potřebují ženu, opravdovou ženu, jak se nikomu nedostává ženských vlastností. Jak každý potřebuje přijetí, péči, pozornost, podporu. Stačí se vždy chovat žensky, stačí vytvořit intimní prostor. Všichni zaměstnavatelé, dokonce i ženy, mi nabízejí práci. Je jasné, že by to nefungovalo přes dotazníky, ale jakmile se jedná o osobní setkání, dostávám nabídky. Přesto je všechny odmítám.

Je dost troufalé odmítat pracovní příležitosti, ale zatím mám z čeho žít a můj vnitřní hlas mi říká, že dělám dobře. Pociťuji, že už nejsou pro mě. Že jen používám svou rozvinutou vnitřní ženu pro získání zaměstnání, ale že o něj vlastně nestojím. Získala bych něco, co vlastně nechci, a necítila bych se v tom dobře. Potřebuji, aby má práce měla smysl, abych se v ní dále rozvíjela. Dostávám informaci o jedné obchodní společnosti.

Vyrábí a distribuuje produkty přírodní kosmetiky, potravinové doplňky a doplňky přírodní léčby. Volám tam a domlouvám si pohovor. Přijímá mě docela sympatický muž, majitel firmy. Zaříkávám se, že to nebudu zkoušet jako žena, ale že prostě projevim o práci zájem. Na druhou stranu nemohu potlačit svoji nově nabytou přirozenost.

„My nemáme volné žádné pracovní místo, máte špatnou informaci,“ chce mě odbýt hned na začátku.

„To jste říkal do telefonu,“ odpovídám. „Nechci vás zdržovat, já se neucházím o práci proti vaší vůli. Jenom vám chci sdělit informaci, která by vám mohla být prospěšná.“

„Jakou informaci?“ ptá se zvědavě.

„Předně bych chtěla říci, že se mně zjevně líbí, co děláte. Vnímám to jako poslání. Není to nadnesené, lidé potřebují změnu životního stylu. Co vy děláte, je komerční, proč ne? Ale má to ducha a lidem to pomáhá.“

„Dobře, tak jste mě inteligentně pochválila, co dál?“

„Každá dobrá věc potřebuje podporu, péči a lásku.“

„Co je to za informaci, co jste mi chtěla říci? Ušetřete mě všeobecných pravd.“

„Ta informace je, že já jsem ta péče, podpora i láska,“ odpovídám.

„Nerozumím.“

„Podívejte, znám všechny vaše výrobky. Vaše zákaznice jsou ženy, já se na ženy specializuji. Studovala jsem duši ženy, sama jsem ženou.“

„Říkal jsem vám, že máme všechna pracovní místa obsazena,“ utrhuje se na mne.

„Druhá informace je, že mám pro vás výhodnou obchodní nabídku,“ nedávám se odbýt.

„Jakou nabídku?“

„Budu podporovat to nejdůležitější, co ve své firmě máte. Postarám se o to, aby to nejcennější bylo uchováno a posilováno a mělo náležitou péči. Tímto prostým úkonem se vaše firma rozroste.“

„Začínáte mě bavit. A co je podle vás nejsilnější na mé firmě?“

Říká to tak, že není jasné, jestli ho to zajímá nebo ne.

„Než vám to řeknu, tak se vrátím k vaší produkci,“ vyjmenovávám mu všechny jeho produkty a to, jak působí na ženy. „To jsme mluvili o tom, co vaše firma vyrábí a distribuuje. Ale víte, co je nejcennější na vaší firmě?“

„Co tedy?“

„To jste vy sám. Vy, vaše myšlenky, vaše nápady, vaše zdraví. Potřebujete podporu, péči a lásku. Cítím, že vám ji mohu poskytnout. Dejte mi libovolný pracovní post za libovolné peníze a já vás podpořím a budu o vás s láskou pečovat. Zároveň vám důvěřuji, že využijete mých schopností a že je dřív nebo později oceníte. To je moje obchodní nabídka.“

Normálně bych měla pocit, že se mu vnucuji jako děvka, ale z mé strany se nejedná o flirt a koketování, ale o vytvoření pocitu mateřství.

„Takže se přece ucházíte o zaměstnání.“

„Ano.“

„O jaký post?“

„Takový, který budete potřebovat.“

„Žádný nepotřebuji.“

„Do této chvíle jste nepotřeboval, od této chvíle budete potřebovat. Do této chvíle jste neznal moji nabídku. Moje nabídka je myšlená vážně. Je trochu nezvyklá, ano. Já si myslím, že se vaše firma bude rozvíjet a že tomu budu ráda pomáhat. Zároveň chci podporovat vás osobně. Vše ostatní není důležité. Všechno už bylo řečeno. Tady jsou kontakty na mě.“

Rozloučím se a odcházím. Měsíc se nic neděje. Po měsíci dostávám pozvánku na večeři od majitele firmy. Večeře je příjemná, cítím, že má o mě zájem jako o ženu. Uskuteční se několik dalších schůzek. Nenechávám to dojít daleko a využívám příležitosti hovořit pracovně. Po třech měsících nastupuji na post tajemnice a podílím se na velké zakázce. Po roce se stáváme milenci.

Stáváme se milenci jaksi neplánovaně, v době, kdy už plánuji odchod. Celou dobu cvičím všech šest ásan Mohendžodára. Cestuji také na Srí Lanku, kde se setkávám se šamanskou zkušeností. Čím dál tím víc v sobě cítím šamanku. Je to něco hlubokého ve mně, prastarého, nějaká zvláštní schopnost, která se ve mně rodí. Žiji nějakou dobu v buddhistickém klášteře a mnoho hodin denně usedám do vipassány, do hluboké tiché meditace.

V meditaci nacházím hluboký klid a přitom pozornost do přítomného okamžiku. Meditace znamená vědomé a šťastné spočinutí do sebe. Všechno, co ruší, je meditací smazáno a člověk je naplno v sobě. Myslím si, že stav meditace je něco velice důležitého pro člověka. Příliš jsme zvyklí zapojovat hlavu. Je příliš mnoho informací, které načerpáváme, jsme přesyceni vším možným. V meditaci se můžeme všeho zbavit, nic nemusíme dělat, jenom prostě jsme, bez jakýchkoliv plánů, názorů, diskusí, ambicí. Meditace je stav bez usilování. Je to něco jako setrvání v mateřském lůně, ale s daleko větším vědomím. Ujíždím ze Srí Lanky zavčas, o den utíkám před vlnou tsunami. V Evropě mám své kořeny. Nechávám však zaměstnání a začínám se plně věnovat seminářům pro ženy. Otevírám několik ženských skupin a začínám s nimi cvičit první asánu Mohendžodára.

Stojí to hodně úsilí a trpělivosti, než začnou skupiny fungovat a zpočátku je to velmi prodělečné. Cítím, že první tři ásany se všemi cvičeními jsou něco jako první stupeň Mohendžodára. Druhé tři ásany budou něco jako druhý stupeň. Uvědomuji si, že mi stále chybí tři ásany. Volám po dlouhé době Ambě a ta zase mluví o osudovosti a koincencích. Říká, že s Mohendžodárem jsou samé osudové náhody, že s Mohendžodárem se vždycky stane něco zvláštního. Na konci její dlouhé filipiky se dovídám, že je právě na cestě do Evropy. Prostě to tak ucítila a vyjela za mnou na návštěvu.

Je to jako krásná pohádka pro bohaté, co se rozhodli vrazit peníze a čas do duchovna.

Ale proč bych zrovna já nemohla být bohatá, proč bychom se o pohádku nemohli alespoň pokusit.

Sedmá pozice

Sedíme s Ambou v mé oblíbené kavárně mého rodného města. Dáváme si, jak jinak, kávu. Ptám se Amby, zdali by si raději nedala indický čaj s kardamonem, ale říká, že jí káva plně postačí, že se tím otevírá místním podmínkám.

„Je zajímavé, že se vidíme za tak dlouhou dobu. Nerozumím tomu, myslela jsem si, že to bude jinak,“ otevírám vážnější část rozhovoru.

„Všechno musí uzrát. Když jsi byla v Indii, byl to pro tebe kulturní šok. Rozbila se tvá původní skořápka a byla jsi otevřená přijímat nové věci. Načerpala jsi toho tolik, že to chce svůj čas, než se to projeví. Prožila jsi toho tolik, že to chtělo několik let, než to tvůj vlastní život zpracoval.“

„Proč má Indie na můj život takový vliv? Dva roky uběhly, než jsme se znovu potkaly.“ Na jednu stranu mně připadá, že to je dlouho, co jsme se neviděly, na druhou stranu mám pocit, že to bylo včera, když jsem odjížděla z Goa. To všechno způsobila Amba svým příjezdem.

„Podívej, když jsi byla v Indii, byla jsi mimo svůj svět. Cokoliv na jiném kontinentě, v jiném kulturním prostředí má na člověka nesmírný vliv. Měla jsem o tebe i trochu obavu.“

„O mě? Vždyť jsi mi dala najevo, že ti tvá vlastní intuice říká, že já jsem ta pravá.“

„To ano, ale rozhodující byl tvůj život tady v Evropě. Pokud jsi ta pravá, tak tě Mohendžodáro nejen rozhodí a rozbije tvůj předchozí život, ale také se v tobě spojí něco do nové kvality života. Prostě se k Mohendžodáru znovu vracíš a přitom všechno prožíváš hlouběji a bytostněji.“

„To je pravda. Měla jsem dojem, že doprožívám rychle svůj život,“ souhlasím s Ambou.

„To tak bývá. Znovu se vrací dětství, otevírají se nově vztahy k rodičům, mění se vztahy k lidem.“

„Ano, začala jsem být v životě daleko jistější.“

„Na první pohled jsi větší osobnost. Proto je čas na další ásanu – sedmou. Dávání mléka. Mám však podmínku. Budeme cvičit další ásanu, ale má to smysl, když se rozhodneš pro život tantrické kněžky.“

„To už se děje,“ odpovídám s lehkostí. „Cvičím se ženami Mohendžodáro a umím se do lidí vcítit.“

„Dobře si pamatuješ moje slova, ale tato odpověď je dobrá akorát pro začátečníka.“

„Já se ale cítím pořád jako začátečnice. Cvičíme s ženami Mohendžodáro a přitom neznám celou cvičební sestavu.“

„Neboj se, sestavu se naučíš rychle. Není to jenom o cvičení, je to o tom, co každé cvičení skrývá. Kdyby šlo jenom o cvičení, tělesné provedení bys zvládla za měsíc. Celé Mohendžodáro bys zvládla za měsíc. Tělesně dokonale bys Mohendžodáro zvládla nejpozději do několika měsíců. Ale jednotlivé ásany skrývají jednotlivé epizody života. Každá ásana je také spojena s určitým ženským aspektem. Jestliže cvičíš Mohendžodáro, celý tvůj život se ti urychluje a naplňuje, s Mohendžodárem vyzríváš.“

„Ano, chápu to tak,“ souhlasím.

„Určitě to tušíš. Existují různé úrovně poznání. Pro běžného cvičence postačí znalost sestavy, nepotřebuje vědět více. Cvičení se spontánně prolne do života a ovlivní zdraví člověka.“

„To je to, co chci, znát celou sestavu a ovlivnit své zdraví a zdraví dalších žen,“ připomínám se Ambě. „Naučíš mě další tři ásany?“

„Naučím tě, ale chci abys věděla, o čem se teďka bavím.“

„Teď jsem přestala stíhat to, co mi říkáš. Opravdu jsem se zamotala.“

„Dobře, zjednodušíme to. Celou dobu jsem tě připravovala na to být tantrickou kněžkou. Proto jsem Mohendžodáro dělala tak důkladně. Jako běžný cvičenec bys zvládla celou sestavu, ale zasáhla by tě pouze základní úroveň. Rozhodující chvíle je tu. Pokud řekneš ano, tak tě provedu mistrovskou úrovní Mohendžodára.“

„Cože?“ vydávám téměř nesrozumitelný zvuk.

„Je to však velmi vědomá cesta, je to závazek a odpovědnost. S tímto poznáním přebíráš roli mistra. Zavazuješ se budovat společenství vědomých žen a cvičit s nimi Mohendžodáro, a to alespoň do té doby, než sama vychováš novou Ambu, Velkou matku, tantrickou kněžku, mistra Mohendžodára, což všechno jsou různé názvy pro totéž. Chápeš?“

„Ano,“ říkám zjehle.

Říkám ano, ale pořád si nejsem jistá, závazky mě svazují, cítím útok na svou svobodu.

„Přijímáš tuto zodpovědnost?“

„Ano.“

„Chceš se stát Velkou matkou, tantrickým mistrem pro ženy?“

„Ano.“

„Velmi dobře. Mám pro tebe poznání, které se během normálního cvičení neříká. Týká se všech devíti ásan. Podle čeho jsou jednotlivé ásany seřazeny? Jaký hlubší smysl má pořadí jednotlivých pozic?“

„To nevím, ale Mohendžodáro se mi cvičí nějak samozřejmě dobře.“

„Ta odpověď souvisí s tvým životem. Prvních pět pozic je tvůj život od narození a dětství až po milenectví a partnerství. Poslední čtyři pozice jsou tvůj život od té doby, co se staneš matkou, až po tvou smrt.“

„Aha, proto jsem po návratu z Indie doprožívala svůj život.“

„Ano, říká se tomu návrat k archetypálním situacím. Doprožívala si to, co jsi ještě nestihla. Je důležité pro život plně zažít dětství, dospívání, ale i sexuální život. Nemusíš se potom k těmto situacím vracet. Jsi opravdu dospělá, vyzrálá. Je mnoho žen středního věku, které se chovají pubertálně. Mentálně jsou pořád v čase dospívání.“

„Má smysl cvičit poslední čtyři nebo tři ásany, když nemám nebo nemohu mít děti?“ ptám se zvědavě.

„Jistě. Devět tantrických pozic Mohendžodára je záznam života, ale také záznam energie různých procesů. Je to cyklus elementů a prvků. Nemusíš být matkou tělesně, můžeš být duchovní matkou, můžeš být autorkou nějakého díla. Pro ženy, které nemohou mít děti, jsou poslední tři ásany významné, ochrání je před bolestí a nastolí zdravý vývoj.“

Mám z toho plnou hlavu. Začínáme cvičit sedmou ásanu – Dávání mléka. Cítím, že má souvislost s mateřstvím. Dostávám chuť mít děti. Poprvé si to plně připouštím, že bych mohla být matkou, ale nalézám souvislost také s tím, že začínám vést ženy ke cvičení. Stávám se jejich lektorkou a matkou a mám je všechny ráda. I to je dávání mléka. Je to podobné mé práci v podniku zdravých produktů. Tam jsem se také cítila jako ve svém hnízdě.

Dala jsem té firmě a jeho majiteli vše, co jsem mohla. Bylo to moje malé poslání. I to je dávání mléka. Je hezké, že Amba za mnou přijela. Přespává u mě, spolu vaříme, uklízíme a cvičíme. Nabízím jí, aby cvičila Mohendžodáro se dvěma skupinami žen, které vedu v našem městě. Odmítá to s tím, že to je prý moje role.

Úplně se mění způsob našeho cvičení. Cvičíme dál Mohendžodáro, hlavně ásanu Dávání mléka, ale mistrovský výcvik zahrnuje další – meditace, vizualizace, vhodná

doplňková cvičení k jednotlivým ásanám. Mistrovský výcvik je zaměřen také na vnímání energie, ošetřování, vedení větší skupiny, vedení katarzních programů. Také probíráme metodiku a různé prožitkové stavy člověka.

Člověk má různé vrstvy, nestačí, aby se očistil mentálně, ale musí se očistit i emocionálně, musí se očistit jeho vědomí; různé bolesti a citová zranění jsou schovány v těle a teprve po dlouhé době se mohou z hloubky vynořit. Pěkné jsou speciální masáže, kterými ošetřujeme jak tělo, tak i duši. Amba pořád opakuje, že mistr, to je stav energie. I já si to opakuji. Mistr, to je stav energie. Pořád mi nedochází přesně, co to znamená. Rozumím tomu u masáží. Pokud je člověk ve správném stavu energie, ve správném pocitu, ve správném prožitku, už tolik nezáleží na technice masáží.

Jsem-li v mistrovském stavu energie, je jedno, jestli dělám thajské masáže, shiatsu nebo sportovní masáže, moje pomoc bude zasahovat jak tělo, tak i duši. Mistr je stav energie. Určitě to má dopad do celého života, do mezilidských vztahů, do mé rodiny, tak daleko ale ještě nevidím. Nedílnou součástí je léčení podle ženských aspektů. Ke každé ásaně Mohendžodára je vztažen jeden ženský aspekt. Sedíme opět v kavárně a probíráme ženské aspekty.

„Musíš porozumět, že aspekt ženy je něco, co žena vyjadřuje, co ukazuje. Známe devět základních aspektů. Devět protikladných aspektů, devět mužských aspektů v ženě a devět protikladných mužských aspektů v ženě. Každá žena je buď zdravá ve svém aspektu, anebo se uchyluje ke svým protikladům.“

„To je velmi teoretické, vysvětli mi to na příkladu třeba první ásany - příběhu ženství.“

„Ano, první ásana, základní aspekt ženy je krása. Ženy mají být krásné. Ať jsou jakékoliv, mají v sobě hledat krásu. Když v sobě ztratí vůli a vztah ke kráse, automaticky se propadají do protikladného aspektu, a tím je ošklivost. Žena, která nechce být krásná, bude ošklivá. Když ztratí svůj vztah ke kráse, může ztratit i vztah k sobě i jako k ženě. Pak jej nahradí mužským aspektem – silou. Jsou to ženy, které chtějí být silné jak tělesně, tak i duševně. Ale nejvíce je to zjevné tělesně.“

Někdy je těžké cítit se krásně ve své přirozenosti.

„Znám několik ošklivých žen, co mají sílu jako chlap. To je to, co máš na mysli?“

„Ano, to je žena v mužském aspektu.“

„A co ten protikladný mužský aspekt?“

„No, to je jednoduché. Opak od síly je slabost. Jedná se o muže, který popírá tělesnou sílu v sobě, který rezignuje na tělesnou sílu.“

„Takže jakmile žena není sama pro sebe krásná, může být vnímána jako ošklivá, může být silná ošklivá anebo i ošklivá slabá.“

„Je tam mnoho možností. Může to být žena krásná, ale vnitřně slabá, protože si svou krásu neuvědomuje, nebo žena silná, protože ji krása nezajímá, zajímají ji výkony, ambice, což je více mužský svět. Žena pak není ženou.“

„To je to, co mi není jasné. Nemohu být ženou s ženskými i mužskými vlastnostmi. Nemohu být například krásná a silná?“

„Můžeš, ale předbíháš vývoji. Nejdříve si buď jista, že jsi ženou se všemi kvalitami. To je tvůj zdravý základ. Budeš-li mít zdravý základ, tak snadno získáš některé mužské vlastnosti jako nadstavbu a doplněk tvé osobnosti. Ne na úkor tvého ženství, ne jako náhradu tvého ženství. Jsi-li žena, tak nejdříve buď ženou a pak trochu mužem, je-li to potřeba. Budeš-li mít opravdové ženské vlastnosti, budeš přebírat mužské schopnosti pouze v té míře, která je aktuálně potřeba.“

„Jak to funguje u druhé ásany – Vnitřního zraku?“

„Tam je aspekt kněžky nebo jasnovidky. Jde o výraznou duchovnost ženy, ale i citlivé intuitivní vnímání.“

„Rozumím, protiklad bude něco jako čarodějnice.“

„Přesně. Žena si buď uvědomuje napojení na boha, uvědomuje si tu boží milost, přítomnost, pak je božská a duchovní. Nebo si to napojení neuvědomuje a pak hledá spojení s temnými silami, s magií nebo jinou náhradou za přirozené vědomí.“

„Nevnímám magii a čarodějnictví jako něco špatného, vždyť jsou takové lidové čarodějnice jako babky léčitelky a kořenářky.“

„Nerozlišuji na dobré a špatné, ale na přirozené a nepřirozené. Jsou léčitelky, které mohou lidem pomáhat a zároveň lidem škodit, neboť jsou něčím pokřivené. Pomáhají bylinami a škodí svým nevědomím.“

„Takové ženy neznám.“

„Ale znáš. Všechny ženy, které se neumějí zamilovat, které závidí ostatním, které hledají nepravdivá vysvětlení pro své prohry, ony se uchylují k různým praktikám, třeba k drogám, přehnaně kouří, přesmíru pijí alkohol nebo utíkají k nějaké náboženské ideologii, prostě ztratí svoji přirozenost.“

„Uniká mi mužský protiklad v ženě. Když žena má dobrou intuici, tak co dobrého má asi muž? Aha, asi organizační talent.“

„Ano, jsou to muži, co mají rádi řád. Ženy, které nemají intuici a odchylují se od sebe jako od ženy, mají naopak rády přehnaný řád. Jsou ženy, které mají rády více řád než muž.“

„A protikladný mužský aspekt?“

„Chaos. Opak řádu je chaos. Muž je dobrý organizátor, má-li svůj talent potlačen, tak je to chaotik. Žena, když ztratí svoji duchovnost a intuici, se uchyluje buď k temným silám, nebo k ideologiím a dogmatům. Když toho není schopna, propadá do chaosu.“
Spíš většina mužů žije v chaosu nebo jsem si takové vybírala.

„Třetí ásana je Šílený pohled do vesmíru, to bude asi něco se sebevyjádřením, Někdy jsme u této ásany křičely a dělaly dynamické katarzní věci.“

„Ano, je to hravost, kreativita. Patří sem ženy, které se umí vyjadřovat. Herečky, dále ženy, které umí prožívat.“

„Každá žena se ráda předvádí, je to pro ni přirozené, ale myslela jsem, že tvořivost je spíše mužská vlastnost.“

„Určitě, záleží však, jakým způsobem. Žena může být tvořivá, je to hravost, která něco vytváří. Mateřství je velká kreativita, takové muž není schopen. Žena potřebuje tvořit, pokud nic netvoří, je z ní hysterka!“

„To jsou ženy, které pořád hrají svá dramata. Dělají se zajímavé, upozorňují na sebe, ale nikam to nevede. Záměrně komplikují jednoduché věci a přehánějí své emoce.“

„Ano, jsou herečky, jejichž talent slouží, říkáme, že talent je dobrý sluha. Jsou hysterky, které ulpívají na schopnosti dramatizovat. Každodenní drama se pak stává pánem nad jejich životem. Je to špatný pán.“

„Mužský aspekt mně opět nedochází.“

„Je to myšlení. Muž myslitel. Je to jiný druh kreativity. Žena ztratí své ženství, ztratí schopnost emotivního vyjádření a na všechno jde rozumem. Moc přemýšlí a málo cítí a prožívá. Takových je mnoho žen.“

„Co mají dělat ženy, které v práci musí hodně myslet?“

„Měly by to vyrovnávat nějakou spontánní činností, měly by chodit tancovat, zajímat se o umění, každá práce může člověka pokroutit.“

„Protipól je pudovost, tělesnost.“

„Ano, je-li to muž, je to primitivní barbar. Podléhá svým tělesným choutkám a svodům. Je přímočarý, tělesný, zdůrazňuje lidské tělesné potřeby.“

„Takže když žena ztratí schopnost se emotivně vyjadřovat, prožívat, když ztratí svoji kreativitu, své herectví, jde na všechno přes mysl. Když jí ztroskotá i to, rezignuje a nechá se ovládat svými tělesnými choutkami.“

„Může to tak být, ale také to může být kombinace hysterie a pudovosti.“

„Nedokážu si ani uvědomit obsah toho, co se učím.“

Opravdu mě to zasahuje, nedokážu však obsáhnout všechno to, k čemu mě to inspiruje.

„Nevadí, dojde ti to. Od zítřka cvičíme osmou ásanu – Spirálu života. Ta je ideální k pochopení všech zákonitostí života.“

Připadá mi, že mám všechny aspekty a protiklady, co existují, a že jsem totálně rozpitvaná.

Osmá pozice

Cvičíme Spirálu života, děláme různé meditace a masáže. Oproti vlastnímu cvičení Mohendžodára mistrovský výcvik zahrnuje komplexní přípravu. Po čtrnácti dnech zvu Ambu na výlet. Jdeme podél proudu potoka. Přejít skotačivou vodu po lávkách, někdy se musíme i brodit. Voda je studená. Někdy prolézáme vodní tunely pod železniční tratí. Na jednom hezkém místě děláme oheň, sbíráme dřevo a opékáme si nějaké dobroty. Amba si pochutnává na ohněm zpracovaných jablkách. Říkám Ambě, že jablko je naše typické ovoce.

Jablko je pro ni podobný symbol jako čtvrtá ásana – Šťavnatá jóni.

„Žena má být zralá a její jóni má být šťavnatá,“ říká Amba a s gustem okusuje poslední plod jablka.

Pro mě je jóni spíše jako broskev - měkká, šťavnatá, zralá, sladounká.

„Říkáš, že ženy jsou často nemocné ve svém aspektu. Co to znamená?“ ptám se.

„To znamená, že se žena nechová tak, jak je přirozené, ale z nějakého důvodu je nepřirozená. Je nepřirozená, protože jí něco znemožňuje být přirozená. Žena nevědomě hledá svůj přirozený aspekt, ale pokud je nemocná, nachází náhradní řešení. To náhradní řešení vychází buď z protikladného aspektu, nebo je ovlivněno mužským aspektem. Prostě to, jaké vzory kolem sebe žena vidí, nikoliv jaké v sobě cítí.“

„Jak se to dá léčit?“

„Podívej, záleží na druhu nemoci. Nejméně je žena nemocná, když si stále udržuje své ženství. To znamená, že její přirozené chování se stává nepřirozeným ve svém protikladném aspektu.“

„Chápu to správně, že Šťavnatá jóni jako čtvrtá ásana je spojena s aspektem sexuality. Aspekt sexuality má žena jako milenka, jedná se o milostný život ženy.“

„Ano, to je jasné. Žena touží mít jeden hluboký milostný vztah s jedním mužem. Když je na to nezralá nebo když je někde chyba, na čas zkouší protikladný aspekt. Vyhledává různé muže. Protikladný aspekt je něco jako promiskuita. Představ si ženu, která ulpívá na milostném životě, může to být i prostitutka nebo nymfomanka. Uvědom si však, že žádný aspekt nevnímáme jako morální nebo nemorální. Do jisté míry protikladný aspekt je potřeba jako zkušenost, která prohlubuje přirozený aspekt.“

„Jak se tedy léčí žena, která nemůže mít milostný poměr s jedním mužem?“

„Nejdříve si musíme říct, co to znamená. Může to znamenat to, že není schopna se tomu konkrétnímu muži otevřít, že není schopna ho přijmout do své intimity. Může to také znamenat, že jsou muž a žena energeticky velmi vzdáleni. Například když starší muž má v sobě hodně jinové energie a starší žena má v sobě také hodně jinové energie, což nevytváří protiklad, který je potřeba.“

Může to také znamenat, že žena není vůbec otevřená milostnému poměru s mužem. Je příliš dětská nebo je zraněná nebo nemá schopnost pohltnout přirozenou mužskou agresivitu. Jsou ženy, jejichž tělo příliš citlivě reaguje na podnět a svalově se stahují a tuhnou. Jsou ženy, které nereagují na podnět. Jejich tělo se tváří flegmaticky. Každá žena je jiná, ale zranění, potlačení a skryté bolesti jsou obvykle stejné. Stejně problémy se u různých žen projevují různě.“

„Jak se léčí žena z hlediska aspektu?“ ptám se netrpělivě.

„Inspiruje se přirozeně aspektem promiskuity. Zkouší to s více muži a hledá nového vhodného milence, který bude zase ten jediný. Musíme si uvědomit, že tato touha po jediném muži má hluboké základy. Na jedné straně je zde dlouholetá kultura vztahů mezi mužem a ženou. Jestliže žena měla více mužů, byla pomlouvána, nebo

dokonce trestána. Dodnes některé kultury mají zvykové právo, které umožňuje dokonce ženě vzít život za to, že má milostný poměr s někým jiným. Toto je kulturou vnucená role ženě. Na druhé straně je zde hluboká archetypální potřeba, která vychází ze základní situace. Žena pociťuje základní touhu vytvořit domov, vybudovat své hnízdo, vytvořit něco stálého, trvalého. Proto ta vazba na stálý vztah. Proto ta touha mít něco, co odolá času. Žena potřebuje vytvořit dlouhodobý a trvalý vztah s mužem, aby mohla mít děti a aby tento svazek se o děti postaral alespoň do dospělosti dětí. Je to hluboká potřeba, je to hluboká touha. Ve skutečnosti to není touha po jediném muži, po jediném milenci. Ve skutečnosti je touha po stabilitě, po jistotě.“

„Chápu to tak, že se žena snadněji léčí v rámci svého ženského aspektu nebo svého ženského protikladného aspektu.“

„Ano. Jakmile nemoc překročí ženskost a žena ztrácí své přirozené kvality a vlastnosti, je to mnohem těžší. V tomto případě se touží chovat jako muž dobyvatel. Je to ambiciózní, dravá žena, dobyvačná. Někdy má ráda násilí, touží násilí dávat, někdy i přijímat. Ještě komplikovanější je to se ženou, která je duševně slabá a bojácná, opatrná, což je protikladný mužský aspekt v ženě.“

„Jak probíhá tady léčení?“

„Léčení je buď nevědomé, náhodné, život sám hledá harmonii. Ženě se dějí různé události, život jí nabízí různé situace, které má vyřešit, a řešením se má vrátit do harmonie. Léčení může být i vědomé. Žena cvičí Mohendžodáro, medituje, zbavuje se strachu a bolesti a nachází sama sebe. Jako tantrický mistr bys ty měla umět zvláštní terapie, které napodobují vhodné aspekty ženy. Ženy mohou prožívat své protiklady na seminářích. Tím prožíváním se mohou zbavit své protikladné potřeby, a tím mohou nacházet svou přirozenou potřebu.“

„První úroveň nemoci je stádium, kdy se stále žena vnímá jako žena. Jaké je druhé stádium nemoci?“

„Žena se vnímá více jako muž. Jako muž ve svém přirozeném mužském aspektu. Ještě musím poznamenat, že žena, která je postižena nemocemi, které popisujeme, obvykle neví, že je takto postižena. Žena se vnímá více jako muž, ale sama se domnívá, že se vnímá jako žena. Domnívá se, že se chová žensky. Prostě má svou normu ženství posunutou.“

Celé společenství západní civilizace má posunutou normu ženství. Takže západní ženy se chovají o trochu více jako muži, než je správné a zdravé. Ale vysvětlíme si to na aspektu ásany Tajemství života.“

„Tajemství života, jedná se o aspekt matky. Žena jako matka, žena a její mateřství, žena jako strážkyně života.“ Popisuji něco, co jsem sama neprožila. Čekám, že mě Amba opraví.

„Ano, to je správné. Protiklad života je smrt. Je to žena, která si příliš uvědomuje svoji smrtelnost. Příliš žije tím, že je smrtelná. Bojí se svého stáří.“

„Ano, to je první stádium. A jaké je druhé stádium?“

„Jaký je mužský protiklad vůči ženě matce? Co bys řekla?“

„Opravdu nevím.“

„Je to muž ochránce.“

„Ale žena přebírá ochranu, pokud muži tento aspekt chybí. Chování ženy může být důsledkem chování muže. Není potom třeba léčit celý pár?“

„Určitě ano, ale nikdy se nevymlouvej na toho druhého, vždycky hledej problém nejdříve v sobě.“

„Žena matka a muž ochránce je ideální pár pro život. Ale je-li to žena, která je ochránce, tak ta ochrana je odlišná. Může to být ochrana bázlivá, ochrana

vystrašené ženy. To jsou ženy, které brání své děti, když jim nehrozí žádné nebezpečí. Rozsévají strach a nejistotu.“

„Bránit děti je přirozené,“ oponuji.

„To ano. Je to také role muže. Žena může přebírat roli muže a bránit své děti, ale musí si uvědomovat důvěru v přirozený řád života. Musí důvěřovat životu, přírodě, svému mateřství a pak její ochrana odpovídá situaci, ve které se nachází. A někdy je ochrana naprosto zbytečná.“

„Taková žena může své děti potlačovat, svým strachem je ničit, nedovolit jim vlastní růst a zkušenost, bránit jim ve svém vlastním vývoji.“

„Ano, přesně tak. To je protikladný mužský aspekt.“

„Jak léčit druhou fázi nemoci?“

„Musíš ženu zbavovat strachu a povzbuzovat vnitřní ženu a jako terapii dělat ženský protikladný aspekt. V tomto případě něco se smrtí, zážitek smrti před opravdovou smrtí. Měla by dýchat hluboko do břicha, měla by dělat meditace s druhou čakrou a je spousta dalších způsobů.“ „Co dělat, když žena ztratí sama sebe a propadne se do mužského protikladného aspektu?“

„To je třetí fáze nemoci. Ta je nejvážnější, nejtěžší. Vysvětlíme si to na šesté ásáně – Odevzdání. Základní aspekt ženy je pečování. Je to hospodyně, domácí paní, strážkyně ohně. Je to to teplo domova, které muž hledá. Ženský protikladný aspekt je nepořádnice. Žena, která nemá vztah ke svému hnízdu nebo ten vztah je proměnlivý. Převládá u ní nezájem, apatie k domovu. Taková žena měla pravděpodobně narušený vztah ke svým rodičům. Mužský aspekt je cestovatel, takže je-li cestovatel v ženě, tak je to žena, která ráda utíká před svým hnízdem do jiných zemí. Putuje tělesně, opravdově, skutečně vycestuje nebo jen ve svých představách a myšlenkách. Ztrácí kontakt s tím tady a teď. Nejhorší fáze je žena v protikladném mužském aspektu. Je to žena dogmaticka, je to žena ulpívající na svých názorech. Ty názory zastává fanaticky a nehodlá je měnit.“

„Jaký je lék?“

„Ten lék je obtížný. Je potřeba ženu léčit jednak ve vztahu k mezním lidským situacím, takzvaným archetypálním situacím. Jsou situace jako je porod, dětství, dospívání, které hluboko ženu ovlivňují na celý život. Proto Mohendžodáro má sled pozic podle života člověka od narození až do smrti.

Žena by měla cvičit Mohendžodáro, měla by medítovat, měla by dělat hlavně dynamické katarzní meditace a prožívat ony archetypální terapie, které ji vrací do dětství, dospívání, porodu, ale i smrti a stárnutí. Na druhou stranu můžeme pracovat tak, že ženu budeme harmonizovat z hlediska aspektů, což je naše téma. Snažíme se ženu uvést do mužského aspektu, později do mužského protikladného aspektu. Chce to čas, výsledky se dostaví.“

Vracíme se z výletu. Cvičíme dál ásanu Spirála života, probíráme jednotlivé ásany. Učím se aspekty ženy, mužské aspekty, mužské protikladné aspekty. Začíná to dávat smysl. Objevuji v sobě terapeutické vhledy a schopnosti. Vlastní zážitek, vlastní cvičení a k tomu hlubší poznání otevírá ve mně něco, čemu bych u jiných říkala životní moudrost. Je to určitý pocit a vědomí v sobě. Je to schopnost porozumět různým životním situacím, vcítit se do nich a hledat nejlepší cestu.

„Zkus přijít sama na další ásany a jejich aspekty. Třeba sedmá ásana Dávání mléka,“ zkouší mě Amba.

„Asi žena živitelka.“

„Ano. A protikladný ženský aspekt?“

„Nevím. Napadá mě žena zlodějka, opak od živení je krádež nebo loupež.“

„Určitě. Vzpomeň si na filmy z francouzské revoluce. Jakmile ženy nemohly nasytit svoje děti, vtrhly do pekáren a prostě uloupily chleba.“

„Mužský aspekt bude muž lovec. A protikladný mužský aspekt bude člověk jako oběť, člověk jako kořist,“ odpovídám a cítím se v intuici.

„Výborně. Je to tak. Co takhle Spirála života? Tu teď cvičíme, je to osmá ásana.“

„Nevím. Pomoz mi.“

„Základní aspekt je žena léčitelka.“

„Protiklad bude žena nemocná, nakažená, žena přivolávající nemoc.“

„A mužský opak k léčitelce?“

„Bojovník. Pokud je to žena, tak je to bojovnice. Zním plno takových, co mají rády mužské sporty. Ale mužský protiklad mě nenapadá.“

Napadá mě, byl by to muž zbabělec.

„Stratég. Je to muž, který nechce bojovat, a proto vymýšlí způsoby, jak se boji vyhnout. Chce zvítězit chytrostí. Ženy v takovém mužském aspektu jsou spíš nevhodně vychytralé. Nikdo je nemá rád.“

„To je zajímavé. Poslední ásanu neznám, tak těžko mohu procítit její aspekt.“

„Abychom to měly ucelené, tak tě s ní seznámím. Budeme ji zítra cvičit. Poslední devátá ásana je Bohyně matka. Hlavní aspekt je rada, žena rádkyně. Protiklad je pomluva, žena klevetnice. Mužský aspekt je vládce, vládnout. Mužský protipól je poddaný, podřízenost.“

„Rada, radit? Dnešní muži od žen rady neočekávají.“

„Bude-li to čistá rada bez pomluv a manipulací, bude-li to vědomá rada, tak taková rada má své místo, i když to muž třeba neočekává.“

„Začínám chápat celek. Tuším hloubku tantrického učení.“

„Je to slavnostní okamžik. Brzy otevřeme poslední ásanu – Bohyni matku. Na konci této poslední periody se staneš Bohyní matkou.“

Devátá pozice

Další den cvičíme Bohyni matku – devátou ásanu. Musím poctivě přiznat, že tuto ásanu ze začátku zvládám pouze tělesně. Nepochází mi ten vnitřní význam. Mé tělo se stává spolehlivým nástrojem, ale má mysl se bouří proti vnitřnímu smyslu. Amba mi říká, že nemám příliš usilovat. Stačí, když Bohyni matku zvládnou tělesně.

Ásana se vnitřně člověku otevře třeba až za několik let. Po dalších čtrnácti dnech se Amba rozhoduje, že budeme cvičit celek. Cvičíme celé Mohendžodáro, všech devět ásan. Cítím, že cvičení hluboko zasahuje do mého života. Je to úžasný pocit, když se něco dlouho očekávaného spojuje. Je to poslední chybějící článek z Mohendžodára.

A ten poslední chybějící článek dělá něco, co přesahuje normální zkušenost, normální realitu. Je to zároveň vědomé a zároveň nadsmyslné. Jsem hluboko v kořenech, v zemi, něžně ve svém srdci, vysoko v nebi a daleko ve vesmíru. A pak zničehonic, aniž bych to čekala, přichází obřad zasvěcení. Stávám se tantrickou kněžkou, mistrem pro ženy.

„Ambo, chci ti vyjádřit svou velikou vděčnost.“

„Už mi tak neříkej. Ty jsi teď Amba – Velká matka. Ty máš právo i odpovědnost.“

„Chci ti jen z celého srdce poděkovat.“

„Dobře, tak tedy moje poslední slova jako tvého učitele. Můžeš zapomenout na všechno, co jsem tě učila, ale nezapomeň na tři věci. Za prvé: mistr, to je stav energie. Za druhé: Mohendžodáro, to není jen cvičení, ale koncentrovaný život. A za třetí: každá pozice vyjadřuje jeden ženský aspekt.“

Amba se se mnou loučí a odchází, mizí.

Zakládám školu tantrické jógy pro ženy. Vytvářím několik stupňů.

První stupeň zahrnuje tři tantrické pozice Mohendžodára, masáže, meditace, uvolňování.

Druhý stupeň zahrnuje další tři tantrické pozice s komplexní přípravou.

A konečně třetí stupeň tantrické jógy zahrnuje poslední tři ásány, Mohendžodáro jako celek, speciální terapie pro archetypální situace člověka, speciální terapie pro ženské aspekty a jejich léčení.

Každá žena se může stát tantrickou mistryní, Velkou matkou, Ambou a šířit toto poselství pro ženy. Je velmi krásné být svědkem toho, jak se ženy osvobozují, jak se ženy stávají bohyněmi.

Děkuji, Bože, za to.

Vizitka

MUDr. Monika Sičová, promovala na lékařské fakultě University Karlovy a zároveň se věnuje kursům tantra-jógy pro ženy. Vede kursy a semináře tantra-jógy pro ženy. Věnuje se Osho meditačním terapiím. Pracuje s Meditačním centrem Lažánky. Lažánky pořádají kursy osobního rozvoje, meditací, tantry a šamanismu od roku 1995.

Odkazy

www.tantra-joga.cz

http://www.tantra-joga.cz/redakce_texty/text.php?ID=341

www.sugama.cz

[http://pvsp.cz/medunka/zobraz.php?action=clanek&idclanku=2377&idsekce=61&idpr
edka=0](http://pvsp.cz/medunka/zobraz.php?action=clanek&idclanku=2377&idsekce=61&idpr
edka=0)