

# Cesta k dokonalosti



KVĚTOSLAV  
MINAŘÍK

# CESTA K DOKONALOSTI

Vydavatelská řada PŘÍMÁ STEZKA  
Svazek 5

CANOPUS



Květoslav Minařík

# CESTA K DOKONALOSTI

Praktická psychologie

CANOPUS  
Praha 2012

© Květoslav Minařík 2012  
ISBN 978-80-87692-31-8

# CHARAKTERISTIKA CESTY K DOKONALOSTI

Květoslav Minařík vysvětluje duchovní nauky v každé ze svých knih z jiného aspektu a jiným způsobem učlenění látky, aby tak duchovní nauku lépe zpřístupnil širokým vrstvám lidské společnosti.

Tato kniha, „Cesta k dokonalosti“, má metodickovýchový charakter. Podává návod, praxí ověřený, jak správně postupovat při proměně bytosti – především v její psychické oblasti – na cestě k dokonalosti. Zároveň upozorňuje na nebezpečí, kterým je nutno se vyhnout. Proto dává pokyny každému přístupnou formou aforismů a jejich vysvětlením jak správně ve smyslu *poznej sebe sama = gnothi s' auton = scito te ipsum* zaměřit jednotlivé složky psychické oblasti. Vždyť jenom takovým způsobem lze získat orientaci ve vlastní psychické oblasti, jejíž jednotlivé složky jsou individuálně kvalitativně odlišné a uplatňují se automaticky a ve vzájemné návaznosti jednotlivých složek.

Do této automatiky má člověk zasáhnout soustavným sebezpozorováním, sebekontrolou a sebeovládáním, kladnými zásahy vůle ve smyslu *sursum corda = vzhůru srdce*. Extrovertovaný, do světa zaměřený člověk, se tímto způsobem stává správně a kladně introvertovanou bytostí, která má možnost a předpoklady vyhnout se introverzi nesprávné, jež je v různém stupni psychiatricky zabarvená. Psychická oblast je velmi křehká; při správné její výchově je nutno postupovat velmi obezřetně a nelze si dovolit lecjaký nesprávný zásah.

Psychické složky totiž představují velmi jemné energie, vázané na určité struktury lidského organismu, které je potřeba správným pozitivním zaměřením a zásahy vůle uvádět

v harmonický celek; to vyžaduje cílevědomý sebevýchovný zásah do jejich vzájemného neuspokojivého a disharmonického poměru. Jsou to také síly osudového významu, jež se řídí určitými zákonitostmi a jejich projevy mají odraz v celém lidském organismu.

Manipulace s psychickými složkami je tedy vlastně manipulací s jemnými a subtilními energiemi vázanými na struktury lidského organismu, především na centrální nervový systém (to znamená mozek, mozkový kmen a míchu s jejich zapojením přes periferní nervový systém), neuroendokrinni, endokrinni a ostatní biologické spoje, na celý organismus člověka, který je grandiózní souhrou biochemických, biofyzikálních a bioelektrických pochodů. Všechny tyto pochody se řídí biologickými zákonitostmi a ty má člověk ovlivňovat jen kladnou a harmonickou psychickou náplní.

Kniha je velmi cennou pomůckou při výchově a sebevýchově k vnitřní harmonii psychických složek až k dokonalosti ve smyslu duchovních nauk, které zahrnují velká náboženství. Slučuje kladné prvky jejich cesty k dokonalosti v jednoduší výchovný celek, ověřený vlastní celoživotní praxí autora a podaný zde srozumitelným a přístupným způsobem k pochopení dnešním lidem dobré vůle.

V Brně v létě 1990

Doc. MUDr. Antonín Bajer

# PŘEDMLUVA

Tento spis, *Cesta k dokonalosti*, pojednává o jógické výchově. Napsal jsem jej už před třiceti lety na žádost přátel, abych napsal co nejstručnější příručku o józe, která by jim umožnila kontrolovat svůj postup v jógickém úsilí. Když se pak ukázalo, že je tato příručka tak stručná, až se stává těžko srozumitelnou, došlo k tomu, že jsem její věty očísloval a přidal k nim komentáře. To tedy autor komentoval sám sebe.

Nikomu se to však nezdálo závadné a tak vznikal spis, který jsem zařadil jako třetí do edice *Přímá Stezka*; tato edice již byla zastoupena knihou *Přímá Stezka*, která vyšla v roce 1939, a knihou *Vnitřní smysl Nového Zákona*, vydanou v roce 1945.

Třetí svazek již vyjít nemohl. Protože však jóga mé známé nepřestala zajímat ani v tak dlouhém mezidobí, vznikly po *Cestě k dokonalosti* i další spisy, o nichž se zmiňuji již nyní proto, abych řekl, že je zamýšlím vydat v téže edici jako uveденé knihy. Pojednávají sice stále o témž předmětu, ale na různých úrovních intelektuálního pojetí věci.

Při popisu této jógické metody jsem se nemohl vyhnout vyjádření světového názoru jóginů, jejich filozofickému pojetí vzniku světa, které je naprosto odlišné od pojetí běžného. Mluvím o bozích, duchách a démonech a pak hlavně o „vývoji tvorů involucí“. Na vysvětlení však mohu říci, že jsem tento světový názor, toto filozofické pojetí světa, nepřejal z příruček o jógické výchově, ale právě touto výchovou jsem k němu dospěl ve shodě se všemi, kdo se jógické výchově podrobili.

Při zřikání se světa, jež předepisuje jógická nauka a jež nutně vede k introverzi, denní vědomí postupně opouštělo periferii bytí; ve vnějším pojetí je tím méněn smyslový svět, kdežto



v psychologickém pojetí všech duševní život. Opouštěl jsem vrstvu za vrstvou, až jsem již dále pokračovat nemohl, protože jsem došel až na konec „složeného světa“ a dotýkal se absolutna.

Pak teprve jsem zjistil, že se centrum všeho, absolutno, pro svůj potenciální vnitřní pohyb chová jako cosi živého, co se vymezuje obdobou prostého sebeuvědomění; když se posléze vymezí, začíná se proces, zvaný tvoření. V jedné tzv. objektivní linii v univerzu začínají vznikat hvězdné mraky, mlhoviny a hvězdné systémy, kdežto v druhé linii něco, co je živá příroda, tvorové v příslušné fázi vývoje. A tvorové následkem postupné degenerace nebo vývojového procesu involucí získávají stabilnější a stabilnější formu, až se stávají podobnými nám, lidem, ale dosud nemají hmotná těla. Ta totiž získávají až v další fázi involučního procesu, kdy se náhle prolínají nebo vetkávají do chlupatých těl evolucí se vyvíjejících živých organismů; tím vznikají tvorové, kteří v sobě nosí potenciální vědomí o svém prapůvodu.

Nebo je snad možné, aby se v nás tento prapůvod všeho mohl tak silně ozvat, když bychom pocházeli odkudsi z minerální oblasti, která se postupně modifikovala až na živou hmotu, postupně se intelektualizující až k nejvyššímu stupni inteligence?

V přírodovědeckém pojetí původu a vývoje tvorů je příliš mnoho nejasností. Z hlediska toho, kdo kázní zřikání narazil denním vědomím až na stav absolutna, není důkazem směru tohoto vývoje ani to, že např. vývoj lidského zárodku až k foetu prochází znaky kategorií jiných, méně vyspělých tvorů než lidských.

Dalo by se říci, že se příroda příliš nenamáhala, aby vytvořila nebo si vymyslela velmi mnoho kategorií jevů. Ale obecná příbuznost těchto kategorií tu jistě je. Leží na dně té části živé hmoty, která je hmotou míšní nebo mozkovou. Tam je původní idea jevů kosmu uložena a izolována v potenciálním nebo

latentním stavu. Kosmos sám se jóginům jeví jako živý tvor, budující jednotlivé jevy stvoření – své vnitřní fyzické orgány – idejemi, které se pak staly těmito potenciálními kategoriemi živých tvorů.

Vesmír je velká iluze. Kdyby nebylo prostoru, oné podezřelé dimenze empirického světa, byla by tato iluze průhlednější. Bylo by jasné, že makrosvětém virů jsou těla živočichů, jejich makrosvětém snad galaxie atd. atd. Zda má galaxie jakožto soustava hvězdných systémů také svůj makrosvět, by se dalo z předešlého předpokládat. Tu se však člověk musí již zastavit, zahodit všechna svá měřidla a nazírat na všechno jako na nesmysl, na klam, který nám vykouzluje dimenze zvaná prostor. Nebo snad nemám pravdu? Vždyť jsem přece zcela rozvážně „odloupával“ z kompaktního útvaru, zvaného denní vědomí, jednu kompletní dimenzi za druhou, až již nebylo co odloupávat, neboť poslední „dimenze“ už neměla žádné ohraničení. Co jsem měl dělat ještě potom? Vzít kladívko, poklepat na kámen a říci si, že toto je jediná pravá skutečnost?

Když jóginové dosahují hranic jevového skutečna, vytvářejí zcela samozřejmě a bez vzájemné domluvy filozofii o vývoji živých tvorů involucí. Nezájímá je, zda povšechně degenerují řada jevů, vstupujících do jejich obzorového pole jako řada vesmírných tvorů (z hlediska našich smyslů jsou to jacísi duchové), se s chlupatými těly živých hmot, vyvinutých evolucí, spojila za účelem vytvoření bytostí hledajících svůj původ. Nebo zda tato chlupatá těla asimilací jemnějších fyzikálních substancí dechu dospěla do stavu evidentně se uvědomujících bytostí, které potom zvláštním způsobem začaly tušit stav absolutna. V každém případě postupné odkládání slupek tvořících vždy určitou vrstvu vědomí, a tím vždy jeden kompletní svět každé jednotlivé bytosti, vede k tomu, až již žádná slupka nezbuďe, a proto začne svítat absolutno. To právě vede k odlišné

teorii vzniku živých tvorů, než jakou nám předkládá přírodověda.

Tím jsem tedy naznačil cestu k filozofickému pojetí vývoje bytostí involucí, o němž mluvím v tomto spisu. Na základě toho si pak činím nárok na uznání teorie vývoje bytostí involucí stejně, jako si přírodověda činí nárok na uznání teorie vývoje bytostí evolucí. Ostatně text nabízí důkaz. Je obsažen v opakovatelném přímém poznání, jehož se dosahuje cestou oprošťování a tím i očišťování vědomí postupnou izolací já od světa až k dovršení odstupů hlubokou askezí. Za těchto okolností bude totiž každý také odstraňovat ze svého vědomí jednu vrstvu reálného a evidentního světa za druhou, až dosáhne absolutna. Když narazí na tuto zeď skutečného světa, pozná, že už před ním neleží žádná další poznatelná země.

Říkám však ve spisu, že poznání tohoto druhu je jen vedlejší produkt mystické snahy. Primárním produktem proto je a zůstává jenom odstranění otroctví a strasti na jedné straně a evidentní zjištění, že bylo dosaženo vykoupení, na straně druhé. A právě aby bylo dosaženo tohoto zjištění, byla tato kniha napsána.

Dalším důležitým důvodem pro napsání této knihy bylo to, jak toužící lidé chápali mystickou disciplínu, jejíž pomocí chtěli řešit strasti svého života. Chtěl jsem jim říci, že životní strasti není možno řešit pochybnými metodami takové mystické praxe, která si všímá pouze mysli. Chtěl jsem jim říci, že více záleží na přetvoření jejich bytosti na úrovni mravní, to je na úrovni sebepocitování a sebeuvědomování, kde vlastně je kořen problému strasti. To zde chci zdůraznit, aby nikdo nedělal marnou práci tím, že na různě porušený stroj života, na přirozený stav svého bytí, navěsí okrasné pentličky mentální nebo fyzické snahy. Tou první byla již před druhou světovou válkou propagovaná a dodnes prováděná laická mystika a druhou je nyní tzv.

hathajóga, z níž vlastně byla vyňata pouze jedna část, chápaná zpravidla jako tělocvik. V obou případech jsou totiž lidé sváděni na scesti. V prvním případě tím, že se jejich myšlení může stát ještě odtažitějším od života, než tomu je u běžných snůlků, a ve druhém, že se slibované výsledky nedostaví.

Proto jsem od praxe, již v tomto spisu uvádím, nemohl oddělit její filozofickou část, světový názor jóginů. Jsem si příliš dobře vědom toho, že každé úsilí musí být filozoficky motivováno, jinak mu chybí start i cíl. A dokládám znovu: filozofický názor, že se lidské bytosti vyvinuly involucí, je plodem mystického úsilí nebo kázně, která vede k odbourávání psychické nadstavby bytí umlčováním nebo zastavováním mentální činnosti v první fázi a umlčováním nebo zastavováním všech psychických procesů a dějů v druhé fázi. Když člověk zastaví reflexní činnost myšlení i vytváření psychických stavů a jevů, bude se konečně moci zastavit na stanovisku, které vyplývá z tzv. čistého nebo přímého vnímání a pak už snadno pochopí koncepci jógické výchovy. Jejím cílem je dovést člověka až k naprostému zastavení duševní činnosti, k duševní nepohnutosti, jejíž postupná realizace znamená dosažení dobře evidovaného stavu vykoupení.

O této cestě pojednává text tohoto spisu.

A proč dávám čtenáři do rukou tuto knihu dnes, kdy jeho pozornost může být strhávána složitostí prudce se měnící situace, v době hluboké strukturální změny ve společenském životě národů? Jsem toho názoru, že dát se prostě absorbovat těmito změnami je méně užitečné než rozvážný vnitřní odstup ode všeho; to platí tím spíš, že člověk stejně zpravidla může být činitelem spíše pasivním než aktivním. Tento odstup je totiž dobrým předpokladem pro to, aby dění lépe pochopil. Aby vůbec mohl být člověk užitečným členem lidské společnosti, má být především dobrým pozorovatelem všeho. Pak bude umět

ve vhodné době „přiložit ruku k dílu“ a vnitřní rezervovanost mu umožní zachovat sílu, kterou může vydávat užitečným způsobem.

Zvykli jsme si planout pro události ve světě, aniž je vcelku můžeme dobře pochopit nebo je ovlivňovat. Tak se nás zmocňuje nervozita. Počínáme si jako někdo, kdo bezhlavě pobíhá v bludišti, aniž na okamžik pomyslí na to zastavit se a rozhlédnout, aby našel cestičku z bludiště jako člověk moudrý. Ten si je totiž vždycky vědom toho, že pobíhání je následek mentálního neklidu, a proto je méně užitečné než rozhlížet se po východisku.

Cesta k dokonalosti je poučením, že se máme chovat jako člověk moudrý. Duševní kázni se máme také zastavit, rozhlédnout po světě a pak stanovit správný směr. To je první užitek z jejího přijetí jako životní směrnice. Teprve pak se nám začne otvírat mystický svět, který je v první fázi také užitečný jen na úrovni pozemského žití a teprve ve druhé fázi v duchovních oblastech. Takové totiž jsou logické souvislosti duchovního úsilí na cestě k dokonalosti.

V Liberci, na jaře 1968

Květoslav Minařík

## **K 2. VYDÁNÍ CESTY K DOKONALOSTI**

V létě 1968 připravil autor tento spis do posledního detailu k okamžitému vydání. Při tehdejších poměrech nemohl knihu vydat vlastním nákladem jako kdysi Přímou Stezku a Vnitřní smysl Nového Zákona, proto hledal a našel nakladatelství ochotné ji uveřejnit i přes nepříznivý posudek tehdejších předních psychologů. Jejich způsob uvažování byl do té míry ovlivněn materialismem, že se Cesta k dokonalosti vymykala

jejich porozumění. Jenomže okupace Československa 21. srpna 1968 vydání překazila dřív, než se mohlo uskutečnit. Žádné nakladatelství si potom až do r. 1989 nemohlo dovolit porušit tehdejší cenzuru, takže rukopis zůstal nevydán víc než dalších dvacet let; autor se už prvého vydání v r. 1991 nedožil. Dnes je první vydání rozebráno, mezitím je vydáno celé impozantní dílo Květoslava Minaříka a v desítkách tisíc výtisků slouží svému účelu: pomáhat na Cestě těm, kdo se snaží dostat na vyšší mravní a duchovní úroveň.

V Březové v lednu 2004

Zora Šubrtová

## HLAVA I

# POUKAZY K PRAXI

*1. Účelem této nauky je v první řadě člověka uvést na cestu odstraňování karmických následků, pocházejících z niterných konfliktů.*

Vysvětlení: Původ niterných konfliktů je ve špatných náladách. Vyúsťují v karmu, která potom působí v dlouhém řetězu postupných vtělení, v nichž vytváří charakter a tím i osud člověka. Proto můžeme přemožení špatných niterných nálad považovat za první etapu duchovně mystického vývoje.

Niterná pohoda je jedním z hlavních cílů světského člověka a zároveň je předpokladem duchovního růstu. Nejvyšší světský cíl je tedy vlastně základnou mystického vývoje. Můžeme z toho též usuzovat, že je mystický cíl vysoko nad úrovní nejvyšších světských ideálů, i když s těmito ideály není v protikladu.

*2. Postupuje se k tomu vědomým upravitelstvím psychických vzrůstů a napětí.*

Vysvětlení: Radost, utrpení, víra, rezignace atd. jsou vlastně duševní stavy, na něž může mít člověk značný vliv, jestliže tomu věnuje pozornost. Tento vliv získá nejlépe tím, že proti všem mechanickým tendencím duševního prožívání udrží jeden určitý chtěný duševní stav.

*3. Tímto způsobem člověk dospěje k poznání příčin spontánních funkcí psychické přirozenosti.*

Vysvětlení: Udržuje-li člověk určitý duševní stav navzdory všem opačným duševním tendencím, které pocházejí z mechanických niterných procesů, získává zkušenosti z psychologických tlaků opačné povahy a tak se zároveň poučuje o mechanické povaze neustálých změn v psychické bytnosti. Neboť

udržuje-li jeden chtěný duševní stav, osvobodí pozorující princip svého bytí od neustálých změn na duševní úrovni. Vlnící se hladina psychické bytnosti se mu stane kontrolovatelnou jako skutečnost na já nezávislá a strhující vědomí jen podmíněně.

Napětí, nálady a duševní stavy jsou totiž výsledkem kontaktů mezi vyššími psychickými činiteli a napětími, která člověk budí prostřednictvím smyslů svým niterným vztahem k vnějšimu světu. Když setrvává v jednom chtěném duševním stavu, nutí pozorující princip svého bytí, tzv. átmana, aby setrval v klidu. To je stav, který umožňuje, aby se všechno vnější i vnitřní dění rozvíjelo jako pozorovatelná skutečnost, z níž se člověk může poučovat jako divák nezaujatý životním dějem.

*4. Na základě toho může své nálady ovlivňovat podle své vůle a přání.*

Vysvětlení: Ve všem je změna. Když to člověk pochopí a bere v úvahu, nenechá se již znepokojovat takovým druhem nálady, o níž ví, že se považuje za překážku na cestě k duchovní dokonalosti. Spíše se trpělivým usilováním pokusí nežádoucí náladu ovládnout nebo setrvá v klidu naplněném přesvědčením, že se jeho dosavadní duševní stav opět změní v žádoucí.

Mystikové se o nálady nezbytně musí zajímat, protože nálady mají přímý vliv na výsledky duchovního úsilí. Např. povznesená a od pozemských zájmů oproštěná mysl přenáší vědomí do vysokých sfér bytí, čistoty a porozumění. Skleslá mysl, z níž se rodí pesimistická nálada, je podmínkou rozvoje strachu a vědomí přitom klesá do duševní temnoty. Ta je životním prostředím elementárních duchových typů a strašidel, vyvolávajících strach a bolest. Proto člověku udržování jednoho duševního stavu v mysli umožní poznat tyto souvislosti.

*5. Tím jsou zájmy této nauky usměrněny (obráceny) do nitra.*



Vysvětlení: Podstatná část zájmů cesty k dokonalosti se upíná k mechanice napětí v duševní sféře a z toho vyplývá nezbytnost psychické kázně, která bude popisována dále.

*6. Všechny vlivy, jimiž na nás působí smyslový svět, se odrážejí v psychické přirozenosti. Z toho vznikají prožitky a z nich pocházejí životní zkušenosti.*

Vysvětlení: Reakce fyzické bytnosti na vnější události mají podružný význam, jelikož bez psychických dotyků jedince s těmito událostmi by reakce nenastaly. Tím se také vysvětluje vznik a rozvoj magické schopnosti, projevující se jako necitlivost. Lidé, kteří jsou schopni z vědomí vylučovat všechny dojmy, mohou dosáhnout takového stupně duchovního vývoje, v němž se celá jejich psychická přirozenost osvobodí od těla, takže budou moci setrávat ve stavu čiré nezávislosti. Pak ovšem nemusí pociťovat to, co se dotýká jejich těla. Neboť pak se již ani stavy těla nemohou vtiskovat do vědomí, které, následujíc psychickou přirozenost, setrává též mimo tělo.

*7. Proto jsou správně řízené funkce psychické přirozenosti rozhodujícími momenty pro nabývání životních zkušeností.*

Vysvětlení: Správné řízení funkcí psychické přirozenosti znamená na jedné straně vyhýbat se neužitečným životním zkušenostem pomocí rozhodného hlubokého soustředění na Já, které není ve vztahu k diferencovanému jsoucnu, a na druhé straně ponechat otevřený průchod zkušenostem užitečným.

Neužitečné jsou ty životní zkušenosti, které pocházejí ze smyslových prožitků, do nichž se člověk duševně zcela ponoří, zapomínaje na sebe ve smyslu „já jsem“. V tom případě nepoužívá rozlišovací schopnosti, ale nechává se unášet bouřlivými vlnami svého nitra, toužícího po pocitových dotycích. Užitečné jsou pak ty životní zkušenosti, které přicházejí samovolně, to jest, když člověk po nich netouží. Za těchto okolností zůstává v činnosti rozlišovací schopnost, jejímž působením rozeznává

člověk sebe od dění. To je nutno pokládat za střetnutí vnějších skutečností s psychickou přirozeností; toto střetnutí je v přeneseném smyslu zažehnutím, jež jako samozářná síla vědomých postřehů poskytuje poznání, že dění má relativní význam a povahu.

Takto tedy vznikají užitečné životní zkušenosti. Vyplynávají ze samovolného vybití napětí, které člověk v minulosti vyvolal kladným poměrem k vnějšímu světu nebo dění a na něž zapomněl, protože tento vnitřní postoj k dění mu tehdy nepřinášel žádoucí výsledek.

Z hlediska bezprostředních vztahů vědomí k psychické přirozenosti jsou životní zkušenosti užitečné nebo neúžitečné podle toho, jakou mají povahu a jak na ně člověk reaguje. Nepříjemné životní zkušenosti jsou užitečné, když se jimi nenechá uvádět do špatných nálad a pokud je schopen vnímat je bez nepříznivých niterných reakcí. Příjemné životní zkušenosti jsou neúžitečné nebo i nebezpečné pro duchovní růst člověka, jestliže si ho duševně podrobují do té míry, že se jimi nechá pocitově unést. Když je však pozoruje jako prosté procesy, to jest bez pocitových reakcí, které se manifestují jako duševní přilnutí, jsou i ony užitečné.

*8. Nežjišťuje-li člověk, že mezi psychickým stavem jeho vlastní bytosti a děním existuje vztah a z vlastní vůle tomu sám nezabránil, stává se vnitřně závislým na vnějších procesech a děních.*

Vysvětlení: Příčina tohoto stavu, jak jsem již řekl, tkví v tom, že se člověk v dění smyslově vyžívá. To vede k zániku rozlišovací schopnosti a člověk pak vnímá toliko pocitové dotyky. Když je vědomí já a dění rozlišeno, tu člověk od dění duševně abstrahuje; výsledek toho je, že jeho vědomí již není zastíňováno relativně pomalými vibracemi pocitových dotyků. Proto může setrvávat ve světle, v němž přirozeně tryská