

# Božský trojúhelník



Filip Maláč

---

Vydavatel: Jan Šuba-Makniha.cz

rok vydání: 2017

© Jan Šuba-Makniha.cz

© Všechna práva vyhrazena!

**ISBN 978-80-7548-51-4 (pdf)**

**ISBN 978-80-7548-52-1 (ePub)**

**ISBN 978-80-7548-53-8 (MOBI)**

---

---

## Obsah knihy

Úvod do vnitřní proměny .....	1
Maska a stín.....	5
Potlačování .....	6
Únik z vězení osobního dramatu .....	7
Pravá duchovní cesta.....	8
Čakry a síť nádí .....	9
Oblasti vědomí a úrovně Reality .....	11
Božský trojúhelník .....	12
Guny - přírodní síly .....	15
Tamas, radžas a sattva .....	16
Tamas .....	18
Radžas.....	18
Sattva.....	18
Čistota těla a získání světelnosti.....	20
Tradiční čínská medicína a vnitřní orgány .....	21
Játra a žlučník .....	23
Ledviny a močový měchýř .....	24
Slezina a starostlivost .....	25
Orgánové hodiny a léčení orgánů .....	26
Strava na duchovní cestě.....	27
Zajímavosti o stravě a bylinách .....	28
Účinky vitamínů a minerálů na organismus .....	29
Vitamín C .....	30
Vitamín E .....	31
B-komplex.....	32
Vitamín B1 – thiamin .....	32
Vitamín B2 – riboflavin .....	32
Vitamín B <sub>3</sub> – niacin.....	32
Vitamín B5 – kyselina pantothenová.....	33
Vitamín B6 – pyridoxin .....	33
Vitamín B12 – kobalamin .....	33
Horčík (Mg).....	34

---

---

Železo (Fe) .....	35
Posvátná hora Méru .....	36
Tělo jako prostředek Osvícení .....	38
Produchovnění těla - vnitřní alchymie .....	39
Pět prán .....	40
Čistota emocí .....	41
Čistota mysli a koncentrace .....	42
Získání Energie .....	43
Dýchání a Okysličení .....	44
Protahování nohou - ovládnání pudů .....	45
Lidstvo jako otrok sexuální čakry .....	46
Nižší a vyšší přirozenost .....	47
Energie na duchovní cestě .....	48
Spojení s vyšším Já .....	50
Zlatá střední cesta .....	51
Úplněk a měsíční fáze .....	52
Kultivace klidu .....	53
Vhled .....	54
Překážky meditace .....	56
Negativní účinky drog .....	58
Překážky na duchovní cestě .....	59
Alkohol .....	60
Pozorovatel vs zasahovatel .....	61
Cesta kontroly vs plynutí .....	62
Očekávání zisku a plynutí .....	63
Ahimsa - Kosmická láska .....	64
Moc Ahimsy .....	65
Kdo může provádět Ahimsu? .....	65
Brahmavihára - Vznešené prodlévání .....	66
Plynutí .....	67
Stezka splněných přání .....	68
Aura .....	69
Manipulační hry - ovládací dramata .....	72
Obrana proti psychickým a energetickým upírům .....	74

---

---

Karma a osud.....	75
Bhagavadgíta - 14. zpěv.....	77
Mystický paradox .....	80
Co má dělat správný aspirant? .....	81
Metta Sutta .....	82
Použitá literatura.....	84

---

---

## Úvod do vnitřní proměny

*„Kdo zná jiné, je chytrý. Kdo zná sebe, je moudrý (Osvícený).“*

*Tao Te Ting*

*„Člověče, poznej sám sebe.“*

*Phýtie, Delfská věštkyň*

Cílem této knihy je dát člověku mentální klíče neboli informace, které když správně pochopí a použije, promění své tělo i osobnost, stane se bytostí krásnou a laskavou, plnou míru a vnitřní harmonie. Nebude již "otrokem" vláčeným pudy a karmou, frustrovaný nepříjemnou sebekontrolou, která je po něm neustále vyžadována. Zažije pravou spokojenost, což je jiný výraz pro tělesně-duševní harmonii, která mu postupně umožní vnímat Božské Světlo uvnitř sebe a nakonec vstoupí do Samádhi, ztotožní se s Ním a získá Božskou Blaženost i Moudrost, která odpoví na všechny jeho otázky.

**Povrchní pozorování vnějších jevů ve stavu neklidu nepřináší moudrost.** Neklid je způsobený touhou, dočasně potlačenou pudovou energií, která výrazně zužuje vědomí a člověk tak vnímá věci kolem sebe pouze z úhlu jejich užitečnosti či neužitečnosti pro sebe a svou malou osobnost. Vnímá věci optikou omezeného sobectví a sobec sleduje pouze své osobní pohodlí. Vše ostatní má mnohem nižší prioritu. Například problémy jiných lidí. Žije ve svém vlastním malém světě, i když předstírá, že žije v tom velkém.

**Naprostá orientace a fascinace většiny lidí vnějšími jevy je příčina mnohého utrpení.** Podle zákona energie následuje pozornost se tímto zvykem zcela vyčerpávají. Energie z nich proudí mnoha směry, jak jejich neklidná mysl přeskakuje z jednoho objektu na druhý ve snaze nalézt vzrušení a příjemné vjemy. Takový člověk v sobě nikdy nenajde sílu na postup na duchovní cestě a konečnou Slávu Vnitřní Proměny.

Propluje životem jako bezmocná loďka na rozbouřené řece Života, nenalezne moudrost ani vnitřní mír, a zanechá za sebou jen traumatizované děti jím samotným. A možná nějaký majetek. Ideál to všech světských lidí. Ideálem duchovních lidí je vnitřní mír, protože ten umožňuje vnímat vnitřní Světlo a tím dosahovat moudrosti.

Světský člověk sleduje světskou stezku, která je jako křivka "od kolébky do hrobu" a smysl fyzické existence je ve zplazení potomka a zaručení pokračování rodu a druhu.

Každý člověk se narodí s určitým množstvím životní síly (prenatální čchi, podle tradiční čínské medicíny uložena v ledvinách), která se v něm postupně rozvíjí uvolňováním ze zásob hlubších zdrojů. Kromě schopnosti regenerace se projevuje jako touha. Kolem 20 roku života je na maximu až do 35 roku a pak člověk začne chátrat a upadat. Tento proces nakonec končí

---

tím, že životní síla se vyčerpá, regenerační schopnost klesne natolik, že selže jeden z životně důležitých orgánů a člověk umírá...

Nestárnutí je určeno množstvím životní síly a čistotou fyzického těla.

Jako existují způsoby, jak životní sílu doslova promrhat jako jsou nevázaná sexuální aktivita a drogy, tak existují způsoby, jak životní sílu uchovat a pěstovat, množit a rozhojňovat, hromadit, a tím oddálit proces degenerace těla i myslí tolik, že člověk má dostatek času na provedení vnitřní proměny a dosažení Osvícení neboli Nesmrtelnosti.

Tato duchovní cesta se nazývá různě. Skrytá cesta Bytí, Nebeská Stezka, Návrat domů, Cesta Velké Proměny apod. Tato cesta vychází z poznatků, že smysly vnímaný okolní svět je pouhý zlomek Velkého Celku a existují světy, oblasti nebo úrovně Reality, kam je možné se postupně přemístit. Volbou vhodné orientace vědomí, zvolení správných očišťovacích technik a dodržování určitých pravidel, které umožní nashromáždit dostatek energie pro určité vyšší výkony, které jsou normálnímu člověku nedostupné, protože "zapomněl" hlubší energetické vztahy a souvislosti. V podstatě zapomněl, protože svou pozornost a energii Vědomí orientoval do vnějšího světa.

Každý je pod vlivem karmy - svých podvědomých zábran a strachů, vnějších psychických a energetických vlivů a napětí, které formují jeho nižší osobnost skrze události a jasně určují jeho volby a tím i celý jeho osud.

**Když se změní volby, změní se i situace a dostaví se nové zkušenosti, které podpoří duchovní vývoj. Je to změna zaběhlého stereotypu.**

Člověk orientovaný navenek utekl pozorností od studia těchto bloků a úzkostí, své karmy a tím se ochudil o možnost poznat a měnit svůj osud. Tyto bloky musí být rozpuštěny, síly uvolněny, jinak člověk nemá dost energie, aby provedl svou vnitřní proměnu.

Zde nastává první problém, že světsky chtivě orientovaný člověk v tom nevidí smysl a čas věnovaný introspekci považuje za promrhaný, protože jeho smyslem je vynakládat úsilí a energii na získávání hmotných statků. Získání pohodlí a bezpečí, o kterém věří, že mu přinese pocit štěstí, což je v podstatě cíl nižší osobnosti.

Štěstí z pohodlí je cílem nižší osobnosti.

Radost ze sounáležitosti je přirozenost Duše.

Prožívání Blaženosti svobody je přirozenost Ducha.

Pravda je ovšem taková, že člověk se většinou ani nedokáže zastavit a provádět introspekci či atmán-vičáru (sebedotazování) ani kdyby chtěl, protože psychické potlačené komplexy prosakující do vědomí mu působí takové psychické utrpení, že praktikuje to, čemu říká Krišnamurti únik.

---

Únikem se myslí odvracení pozornosti od bloků, konfliktů a strachů svého nitra směrem ven, do světa jevů, do pochybné povrchní zábavy, která přináší dočasnou úlevu od vnitřního napětí.

Naprosto freneticky pobíhají v tiché hrůze ze zastavení, protože tuší, že zastavením by začali klesat do hlubin sebe sama. A tam, v hlubinách, na ně celou dobu číhá stín, jejich nevyřešené strachy a úzkosti a s nimi spojené bolestivé vzpomínky. Tedy žádné Světlo nebo Blaženost. (pozn. zde je zajímavé poznamenat, že praktikování úniku od sebe sama vidíme u většiny tzv. "duchovních" lidí s tím rozdílem, že na rozdíl od světského člověka si jako objekt koncentrace neberou fyzický svět, ale imaginární svět vytvořený z jejich snů a představ. Často si vytváří i novou "duchovní" identitu ve snaze unikat před svou neschopností vyřešit staré konflikty.)

Zde je odpověď na otázku, proč lidé dělají celkem nesmyslné věci ve fyzické rovině, které zdánlivě nemají moc logiky. Pokud se na jejich činy podíváme jako na snahu dočasně se zbavit obrovského vnitřního napětí, které pramení z potlačených tužeb, motivace jejich činů začne být celkem jasná.

Tyto chtivé komplexy a strachy jsou vnitřní zdi, která brání navázat duchovní kontakt a vnímat vnitřní Duchovní realitu, která je v nejvyšším aspektu Čistým Světlem. Splynutí s tímto Světlem se nazývá Nirvikalpa Samádhi, Osvícení, Stav Dokonalé Svobody a Poznání.

Z tohoto úhlu je zřejmé, že pokud je štěstí stav vnitřní harmonie, ne příliš závislý na vnějších podmínkách, tak i když se člověk obklopí krásnými věcmi, nemusí mu to přinést úlevu, protože své strachy a konflikty si všude nosíme sebou jako náš psychologický stín.

Mystik je člověk, který má znalosti o potřebě vnitřní čistoty a analyzující pozornosti. Uvědomuje si, že obracení pozornosti do svého nitra, které je branou do duchovní zářící Reality, je cesta k dosažení duchovního Kontaktů a Spojení.

Postupně studuje vnitřní psychické a emocionální komplexy, protože si uvědomuje, že energie v nich uzamčená je důležitá pro jeho vývoj a osvobození. Propracovává se balastem minulosti, rozrušuje psychické strachy a zábrany, které jako zdi brání tryskajícímu Světlu a pocitům štěstí a blaženosti, aby se dostaly napovrch, začaly obíhat tělem i myslí. Pak ty energie harmonicky sjednocuje díky dýchání a koncentraci ve vyšších centrech. Buď srdce nebo čelní centrum, centrum vůle. Ovšem předpokládá se odblokovaná a uvolněná krční čakra.

Zde je vidět rozdíl mezi světcem, mystikem nebo bílým mágem a normálním člověkem. Normální člověk ztratil své dětství (svou nevinnost) ztrátou kontaktu s duchovním světem a obrátil pozornost na pobíhání ve vnějším světě, kdežto první skupina kontakt s vnitřní duchovní Realitou opět obnovila, navíc obohacená zkušenostmi z vnějšího světa.

Jistě, někteří lidé se v minulosti úplně zacyklí v neustálém prožívání určitého dramatu a neustále si libují v roli oběti a dožadují se od okolí pozornosti neboli dávky energie.



---

Nepraktický snílek není totéž co duchovní člověk. Je potřeba nalézt a prohloubit bod rovnováhy mezi vnitřním a vnějším světem. Pak člověk může čerpat zkušenosti zároveň z obou světů, čímž se mohutně urychluje prohlubování moudrosti, protože v tomto stavu je každá situace vnímána zároveň světsky i se skrytým duchovním smyslem. Najít rovnováhu mezi introverzí a extroverzí. Mezi vnitřním a vnějším životem.

Extrémy jsou vždy škodlivé a škodí dané osobě i všem kolem. Druhý extrém jen zadupe konflikt do podvědomí, "pohne se dál" jako trochu větší neurotik a počká si, až časovaná bomba v podvědomí vybuchne znovu do vědomí například v dalším vztahu, když se vytvoří podobná stresující situace, která se někdy nazývá spouštěč. A ta situace vždycky nakonec nastane. A takto se vybíjí karma klasickým, vnějším způsobem, skrze určité stresující situace.

Karma se ještě vybíjí vnitřním způsobem, skrze nemoci a napětí, které zase člověka donutí dostat se do určité situace.

Je zajímavé se dívat na osud těchto lidí, kdy se jejich život smrkne na úsilí vyhýbat se lidem, událostem a situacím, které jsou vlastně vnější klíče, které otevírají do vědomí potlačené části psychiky. Nevyřešené, neprožité negativní vzpomínky, které jsou provázány s intenzivními pocity ponížení, strachu, smutku a hněvu.

Takový člověk žije ve svém vlastním světě někdy zvaným osobní drama.

Někdy si člověk ve větším nadhledu přímo s úžasem všimne skrze vzpomínky (vnitřní život), že je pořád uvězněn v nějaké cyklické zkušenosti, např. zklamání.

Tomu se říká chodit v kruhu. Pokud jsou vnější události pouze klíče k těmto podvědomým blokům energie, odemknutí nebo prolomení bloku zcela jistě povede ke změně celého osudu.

V těchto psychických potlačených komplexech je uzamčené obrovské množství energie, které musí být uvolněno ve prospěch vyšších center, jinak aspirant nikdy nebude mít dostatek energie na cvičení, očistu, protože většinu své energie plýtvá na potlačování svého stínu a udržováním své masky.

---

## Maska a stín

Stín je vrstva psychiky těsně pod úrovní denního vědomí, je to komplex strachů a zábran, které spolehlivě omezují uvědomění si vlastních možností. Uvědomění si stínu a uvědomění si masky vede k postupně k odhalení Pravé Identity.

Masku si člověk vytvořil nebo byl donucen společností, aby se zařadil a zároveň aby zakryl svůj stín. Pod maskou je stín, vrstva úzkosti a strachu.

Z dlouhodobého časového hlediska se člověk začne ztotožňovat se svou maskou a vrstva psychiky zvaná stín mu úspěšně brání vnímat Pravou Individualitu. Tím člověk ztrácí možnost čerpat z hlubších zdrojů své bytosti a stává se závislým na okolí nebo psychickým upírem.

**Potlačování stínu je také zdrojem všech psychóz a neuróz. A zároveň psychický základ**  
**ega.**

Stín je směsice touhy a strachu. Je to část psychiky těsně pod hranicí denního vědomí, vrstva, která spolehlivě kontroluje rozsah uvědomování si možností kolem sebe.

**Uvědoměním si psychické vrstvy zvané stín se maska začíná rozpadat a objevuje se**  
**Pravé Já.**

Maska je způsob, jak působit navenek a zároveň vytváří mentální hráz proti nezpracovaným negativním zážitkům v minulosti. Maska používá jen část energie stínu. Stín je mnohem silnější energie než maska a navíc je blíže středu, Pravé Individualitě.

Maska neboli ego je tedy zjevně založeno na psychickém napětí, kterému lidé říkají sebekontrola. Problém je, že díky tomu je člověk neustále v určitém vnitřním napětí, které mu úspěšně brání relaxovat. **Udržování masky stojí určité množství energie, která pak chybí při duchovním vývoji.**

V takovém stavu je obtížné prožívat osvěžující energii v hlubokém dynamickém uvolnění. Z tohoto úhlu se lidská sebekontrola jeví jako snaha navenek působit vyrovnaně a zároveň se vyhýbat psychické vrstvě zvané stín.

Neustálé přetvářování stojí spoustu energie. Udržování se v pasti frustrace a neustálé mučivé sebekontroly pod rouškou plnění povinností. A tak trauma a konflikty v kombinaci s energií stínu vytváří neuvěřitelně efektivní vězení, které spolehlivě zabraňuje dosahování vyšší hladiny energie a udržuje vědomí ve zúženém stavu plného utrpení.

Takže si člověk napřed musí uvědomit svůj stín a pak ho může vědomou pozorností rozpustit a získat spoustu vnitřní energie.

---

## Potlačování

### **Potlačování energie emocí vede k energetické blokaci krční čakry a tvoří masku.**

Pokud již víme, že duchovní cesta je proudění a výstup pročištěné a zjemněné sexuální energie do vyšších center, jeví se logicky potlačování jeví jako největší omyl a nejchybějící forma úsilí, jaké se člověk může dopustit. Potlačování je zadupávání dynamických energií do podvědomí, kde jako vibrující psychické komplexy čekají jako časované bomby na nejméně vhodný okamžik, aby vybuchly plnou destruktivní silou do vědomí.

Aplikace léků na uklidnění a antidepresiv se pak jeví jako dočasné řešení, které rozhodně nevede k léčbě, protože pouze omezují vnímání problému, kdy napětí stínu stále zůstává v podvědomí a má stále stejný omezující vliv. Maximálně vytvoří z člověka společensky přijatelného idiota.

Snižování vnitřního napětí díky bloku na krční čakře je např. tlachání. Je to snaha uvolňovat vnitřní přetlak, pokud má člověk přebytky vnitřní energie. Pokud má nedostatek vnitřního napětí, tak je to zase mlčenlivost, protože mluvení daného člověka příliš vyčerpává.

Je pravda, že pokud se člověku podaří uvolnit blok na krční čakře, okamžitě zažívá stav úžasného psychického uvolnění a jemné blaženosti.

---

## Únik z vězení osobního dramatu

Podvědomý strach ochromuje vědomí a vnímání možností. Pouhé uvědomění si podvědomého strachu vede k relaxaci a rozšíření vnímání možností.

Osobní drama je výsledek intenzivního tlaku okolí na osobnost a psychiku. Vzniká z negativních zážitků v dětství a pomáhá tvořit psychickou vrstvu zvanou stín, která je potlačena pod úroveň denního vědomí. Stín kontroluje volby i rozsah uvědomování si vlastních možností. Je to paralyzující faktor.

Traumata a prožívání drama člověka mentálně omezuje a energeticky oslabuje. Navíc stín v podstatě usměrňuje a ovládá chování člověka v tom smyslu, že mu velí vyhýbat se určitým situacím či typům lidí. Tím omezuje jeho volby a nutí ho chodit v kruhu.

Každý člověk je uvězněný v neviditelném vnitřním vězení vytvořeném ze složitého labyrintu potlačeným komplexů, předsudků, traumatických vzpomínek a nesplněných přání. Toto vězení je základem masky a omezuje člověka takovým způsobem, že definuje mnoho jeho rozhodnutí v životě a tím tvoří jeho osud neboli karmický vektor.

Je to vězení vytvořené z traumatických bolestných vzpomínek, které omezují Vědomí v expanzi a tedy i moudrosti. Člověk se pak "nemůže nadechnout".

---

## Pravá duchovní cesta

### Očištění a usměrnění energie

Pravá duchovní cesta je pročišťování a sublimace neboli zjemňování hrubších pudových, sexuálních, potlačených energií a jejich postupné pozvedání do vyšších tělesných oblastí, srdce a hlava. Tím dochází k úlevě, rozšíření vědomí a zlepšení vnímání až Osvícení.

Výstup usnadňuje čisté vitální tělo bez bloků, zaostření vědomí na vyšší centra, dýchání a radostná nálada.

Tato věta o výstupu energií tělem, oživení vyšších center a stabilizace vědomí v hlavě bude v knize neustále opakována, protože tento proces vede v Osvícení a je mu přiřazována nejvyšší důležitost. Bude opakována tak intenzivně a často, až snad nakonec prolomí jemnější bloky mysli a nastane hluboké pochopení.

Každé velké učení nebo duchovní technika vychází z hlubších znalostí lidského organismu. Západní věda se orientuje analyticky na fyzické funkce určitého orgánu nebo biochemického procesu většinou bez vnímání vztahu orgánu nebo procesu na Celek, tedy celý organismus.

---

## Čakry a síť nádí

Tělem proudí životní síla. Energie je pravý život dočasně uvězněný v těle. Celým tělem prochází složitá energetická síť jemných nádí (podle indické tradice), nebo meridiánů (podle čínské tradice). Tato síť řídí distribuci veškeré energie v těle, rozvádí energii všem orgánům. U normálního člověka bývá znečištěna stravou, fyzickými bloky (křečemi) a emocionálně psychickými bloky. (pokud nedošlo k přímému zranění a poškození těla, jsou fyzické bloky energetickým odrazem emocionálně psychických bloků.

V této síti jsou určité body síly, transformační ohniska energie, zvané čakry nebo psychoenergetické centra, která zároveň odpovídají oblastem psychiky a úrovním vědomí.

Tato centra shromažďují a uchovávají energii o určité frekvenci a kvalitě. Jako jemná síť bývají ve stavu znečištění a zablokování. Tím vytváří poměrně složitou strukturu bloků a psychických omezení, které v podstatě spoluvytváří osobnost neboli vnější masku.

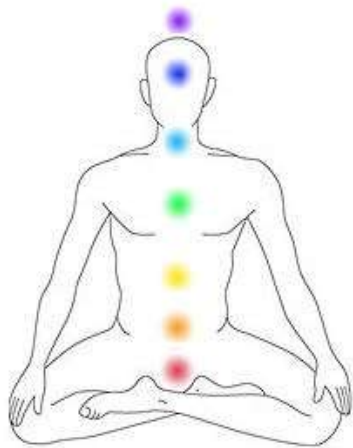
V každém skutečném výcviku nebo metodě je kladen důraz na pročištění těla, vnitřních orgánů a jejich harmonizaci, ale přesněji na pročištění energetické sítě a odblokování energie uzamčené v centrech síly, aby energie mohla volně proudit a oživovat.

Nejdůležitější centra jsou podél páteře a je jich sedm. Existují menší centra síly v dlaních, chodidlech a kloubech, ale ty podléhají dominantnímu vlivu hlavních center, proto není potřeba je podrobně znát. Centry proudí energie a každé centrum tuto energii dokáže transformovat na určitou frekvenci a kvalitu podle svého stavu čistoty či nečistoty. Nečistá centra deformují protékající energii a zamíňují a zkrusují vnímání okolního světa.

Sjednocená mysl zaostřená koncentrací má schopnost vstupovat nebo vyvíjet tlak na dané centrum a získávat tak zkušenosti. Pomocí dýchání a koncentrace mysli je možné převést centrum z pasivního statického stavu do oživeného dynamického stavu.

Centra samozřejmě reagují i na jiné podněty a skrytě se účastní všech fyzických, emocionálních i mentálních činností. Např. snaha o koncentraci aktivuje třetí oko, čelní čakru, snaha o ovládnutí emocí působí na oblast solar plexu, pocity lásky nebo estetického zážitku oživují a uvolňují zásoby energie v srdeční čakře, vzrušení při pohledu na atraktivní ženu nebo muže aktivuje sexuální čakru a rozproudí pudové energie v těle. Fyzická bolest a zranění způsobuje energetické kontrakce první čakry a vytváří hluboké bloky.

Barvy, vibrace ušlechtilých minerálů, fáze měsíce, sluneční světlo, tóny hudby, složení potravin (železo aktivuje a oživuje, hořčík relaxuje a uklidňuje, vápník zpevňuje a stabilizuje, vitamín C pomáhá rozproudit energii v těle a aktivuje mnoho biochemických procesů v těle, vitamín E stimuluje libido a aktivuje sexuální čakru), drogy (uvolňují obrovské množství energie, což přináší různé intenzivní prožitky, ale nakonec vedou k totálnímu vyčerpání organismu, kolapsu psychiky a šílenství), audiovizuální vjemy atd. to všechno mění a případně aktivuje určité centra nebo skupinu center.



- spojení s univerzálnem, univerzální vědomí
- intuice, duchovní síla
- komunikace, sebevyjádření
- odevzdanost, láska
- osobní rozvoj, vůle
- sexualita a vztahy, tvořivost
- tělesná vůle být, materiální hodnoty

---

## Oblasti vědomí a úrovně Reality

Vědomí a Realita jsou velmi propojené. V rámci naznačení vztahů a korespondencí je velmi výhodné používat indický sedminásobný systém čakr, kde spodní tři nižší centra představují napojení a vnímání fyzického světa. Jsou to světské čakry. Jsou sídlo a ohnisko vědomí světského člověka. Skrze tyto čakry světský člověk vnímá omezenou část fyzické reality a představují oblast jeho existence.

Z hlediska vědomí reprezentují oblast podvědomí a sídlo psychologického stínu.

Tři spodní čakry, muladhara (ohnivě červená, svádhištána (oranžová) a manipura (žlutá až zlatá), představují oblast aktivity a dynamického principu, Vláda šakti.

Čtyři vyšší centra jsou nadsvětské čakry, anáhata (zelená), višudhi (blankytně modrá), adžna (tmavě modrá) a sahasrára (zářivě bílá, směsice všech barev dohromady), představují oblast klidu, Vláda Šivy. Temenní čakra reprezentuje oblast Nadvědomí.

Nohy reprezentují podlidské úrovně Reality plné chťiče a nevědomosti. Jsou shromažďovatelé pudové energie. Zde je pěkně vidět, že podle toho, kam je zaostřeno ohnisko vědomí, tam dochází k získávání zkušeností.

Při vládě tamasu mají dominantní vliv nižší pudové centra v tom smyslu, že člověka vedou k nečinosti, malátnosti a spánku.

Při vládě sattvy jsou energeticky oživované vyšší centra nad solar plexem. Životní příběh se rozvíjí, člověk zažívá doteky inspirace, uvědomuje si své možnosti i potenciál situací z duchovního hlediska. Proto na duchovní cestě je nutné pozvedat ohnisko vědomí nad solar plexus, aby začalo docházet k vnímání, prožívání a získávání informací a zkušeností z jemnějších oblastí Reality.

Například "pobyt v Nebi" neboli základní úroveň meditace je možná až v okamžiku, kdy ohnisko vědomí vystoupá do srdeční čakry, která začne být oživována a rozvíjena. Také se tomu říká začátek duchovního života. Pokud sedm aspektů Kundalini dosáhne Temenní čakry, nastává Osvícení, vnímání světa dočasně zaniká a aspirant vstupuje do kontaktu s vnitřní Světelnou Skutečností. Zde je také zdůrazněné, proč je důležité orientovat pozornost na tělo a nikoli do okolního světa.

Soustředění na tělo jako celek z hlavy umožňuje Sjednocení energie, která začne obíhat, omlazovat a oživovat.



---

## Božský trojúhelník

### Čistota, energie a klid

Existuje duchovní cesta. Existuje Osvícení. Osvícení je stav mysli, zdánlivě velmi vzdálený normálnímu stavu myšlení, činnosti a vnímání. A přesto je pořád na dosah. Obvyklé svědectví je rozšířené vnímání a vědomí, Stav Svobody, Poznání Pravého "Já", nalezení zářivého středu uvnitř bytosti, Blaženost, Poznání Boha, Zažití Boha, vzpomínky na minulé vtělení, rozvoj nadpřirozených schopností a pod.

Hledající na duchovní cestě neustále tápou a ptají se sami sebe, proč při jejich domnělém úsilí se výsledek, tedy Osvícení, stále nedostavuje.

Za prvé pojem hledající je velmi zavádějící. Pokud použijeme slavnou větu o smyslu života Delfské věštkyňe Phytie: „Člověče, poznej sám sebe.“ tak by vlastně měl hledat sám sebe. Svůj střed. Pak zmatené pobíhání od jednoho "Mistra" ke druhému "Mistru", navštěvování posvátných a silných míst asi těžko povede k výsledku, kterým je Osvícení.

Pojem hledající nebo hledač moudrosti se dá použít na osobu, která hledá metody a techniky, které by jí umožnily zažít pro něho v té chvíli neuchopitelný stav zvaný Osvícení nebo Prozření. Takové techniky samozřejmě existují jako skutečně existují Osvícení lidé, ty ale nikdy nenalezneme na komerčních přednáškách takzvaných guruů slibující Osvícení během hodiny formou šaktipátu nebo sexuálního styku, hodinový orgasmus, vyčištění karmy atd.

Tyto metody a techniky nicméně skutečně existují a dají se shrnout do slova - pročišťující. To, co brání zažít "zažít zářivý střed, který je nakonec všude" jsou bloky ať fyzické, emocionální nebo psychické. Ty brání výstupu energií z nižších center přes pročišťující solar plexus, aby pak oživily a rozvinuly vyšší duchovní centra, tedy srdeční čakru a výše, a skutečný duchovní život mohl začít "smrtí" nižší osobnosti, která splnila svůj cíl, což je získávání zkušeností ve fyzické rovině.

Samádhi neboli Sjednocení nebo Osvícení je úzce spojené s výstupem Sedminásobné Kundaliní až na temeno hlavy. Dojde ke sjednocení protikladů, celá dostupná potenciální energie nižších center projde zjemňujícím a pročišťujícím procesem skrze čakry, aby se na temeni hlavy a ve vědomí projevila ve své pravé podstatě, jako čisté duchovní Světlo.

Pokud už nyní víme, že duchovní cesta se skládá ze dvou částí, tedy pročišťující fáze a fáze Výstupu Kundaliní tělem, můžeme si dopodrobna rozepsat podmínky, za jakých je možné zažít Osvícení.

Jedna z možností, jak se dívat na duchovní cestu je jako na energetický proces, který vyvrcholí Osvícením které přináší Kundaliní při splnění určitých důležitých podmínek. A zde je jádro problému většiny hledajících.

---

Za prvé nemají ponětí, co je to Osvícení a tedy nevědí, co hledají. Jen se nechají nahodile smýkat pudovou energií ve fyzické rovině sem a tam, z míst na místo, od posvátných chrámů a míst v Evropě až po Indii, Tibet a Japonsko.

Za druhé ani neví, že Osvícení se dosahuje při vystižení zdánlivě jednoduchých, ale velmi důležitých podmínek.

Za třetí, pokud jsou pozeňnaní dobrou karmou a znají postupy a podmínky, nejsou schopni je dodržet všechny najednou, aby se spustil posvátný duchovní proces, protože jsou zcela zotročení touhou, tedy nepročištěnou pudovou energií nižších center, i když takové přiznání pro ně samotné i ostatní je velmi obtížné. Nebo jsou příliš sobecky pohodlní a spokojení a nemají potřebu vyvíjet pro ně obtěžující úsilí. Tak si postupně vyčerpají prožíváním nastřádanou dobrou karmu a pak klesnou do méně příjemné pozice.

Většina hledajících, kteří si ujasní problém splnění podmínek a důležitost výstupu Kundaliní se prostě rozhodne, že podmínky budou ignorovat a soustředí se na nalezení Mistra nebo techniky, která by jim pohodlně a bez úsilí umožnila probudit Kundaliní.

Hledají "zkratku do Nebe."

Většinou si myslí, že pohodlným uctíváním a slepým sloužením některému šarlatánovi, který se vydává za Mistra, obejdou obtížné období pročišťování tří nižších těl a získají něco úžasného, neuchopitelného a primitivním jazykem nedefinovatelného za to, že pohodí nějakému člověku pár zlatáků.

Další se snaží "probít" do Nebe přes drogy a další exotické látky z ještě víc exotických zemí, aby skončili v lepším případě vyhořelí jako energetičtí upíři, kteří kradou životní sílu jiným bytostem a místům, nebo v horším případě jako šílení tišší blázni, kteří mají pochybnosti o základech Reality a někdy ukončí život sebevraždou.

Další se snaží postupovat velmi vyhledávanou a populární cestou, cestou Tantry, cestou sexuální magie. Zde se nachází spousta takzvaných Mistrů, kteří zneužívají nevědomosti žáků ale především žákyň ohledně energií v těle, podmínek dosažení vyššího duchovního Stavů a konečného Cíle všeobecně. Těm naivkům vysají při pohlavním styku mnoho životní síly, ve fyzické rovině samozřejmě veškeré finanční prostředky, aby je nakonec zanechali bez prostředků, vyčerpané, zmatené a poškozené na těle i duchu s vědomím, že oni selhali a Mistr za nic nemůže.

Pojďme se konečně podívat na podmínky, které pokud jsou dodržovány najednou a upřímně, jistě způsobí duchovní proces, který vyvrcholí v Nadčasovém Stavů zvaném Osvícení, který je právoplatným dědictvím každé živé bytosti, někdy zvaném Nirvikalpa Samádhi, splynutí s Bohem.

Tyto podmínky jsou nazvány Božský Trojúhelník. Dodržováním těchto podmínek se jistě přiblížíte zažití stavu Osvícení.

---

Božský Trojúhelník je mocným nástrojem na cestě Poznání Sebe Sama, což je definování podmínek, které vedou k Osvícení a umožňují Osvícení. Osvícení se nedosahuje tak, že něco chtivě uchopíte, ať rukama či koncentrací. Osvícení se dosahuje vystihnutím podmínek, které umožňují Dosažení.

Osvícení je Stav Svobody, takže je logické, že chtivostí Stav Svobody jaksi nemůžete uchopit.

Božský trojúhelník se skládá ze tří vrcholů. Jsou to **čistota, energie a klid**. Pokud člověk soustředí své úsilí na dodržení všech tří podmínek najednou, jakmile dosáhne určité úrovně klidu, určité úrovně čistoty a určité úrovně vitality, bude velmi odměněn.

Správné pořadí rozvíjení úsilí je čistota --> energie neboli vitalita --> klid

Čistota - přeměnění tamasu na radžas

Energie - pročištění radžasu na sattvu

Klid - spočinout ve sjednoceném zářivém klidu sattvy

Většina duchovně usilujících se diví, proč nepostupují na duchovní cestě, když se neustále pročišťují, dodržují pústy, očistné kúry, bylinné čaje, nejí maso, atd.

Z hlediska Božského Trojúhelníku je to více než jasné. I když mají potřebnou úroveň čistoty, buď nemají žádnou energii nebo potřebný klid, protože díky zvýšené citlivosti a nekontrolovanými touhami z nich ve zjemněném stavu energie prostě uniká ven případně je ukradena světskými lidmi, kterým energie tak moc neuniká jednak díky tomu, že nejsou čistí a tedy vodiví, těla kladou velký energetický odpor, energie v nich stagnuje a neproudí a jednak další části jsou pevně uzamčeny v sexuálně-psychických komplexech v podvědomí.

Klid nemají z toho důvodu, že navenek klidní jsou stejně plní touhy a vnitřních konfliktů, a jsou v situaci, kdy se mysl obrací ven do světa jevů, což je připraví o klid vlivem citlivosti na vnější vjemy i energii, protože ze svého vědomí vypouští tělo a energii, která má volně obíhat tělem a produhovňovat ho proudí mezi tělem a vnějším objektem koncentrace.

Řešení při dané čistotě a citlivosti pobývat v klášteře vzdálen světským lidem se ukazuje neefektivní, protože buď skryté touhy nebo vnitřní konflikty zabrání dosažení takové hladiny energie, která umožňuje zažívat Doteky Inspirace a Světla.

Dále k pochopení působení Božského Trojúhelníku je nutné si trochu rozšířit znalosti a obohatit se moudrostí indických Mudrců. Jedná se o znalost základních přírodních sil a jejich působení na celou Prakrti, neboli projevenou přírodu, a tedy i na člověka, který je samozřejmě součástí přírody, i když si to zjevně moc neuvědomuje.

---

## Guny - přírodní síly

### Tři kvality hmotné Přírody

**Veškerá projevená forma života se skládá z kombinace těchto tří sil.**

Pokud přijmeme fakt, že Realita je podstatě energie o různých frekvencích, kde hmota je energie o nejnižší frekvenci a Světlo je energie o nejvyšší frekvenci, guny jsou různé formy energie, která má schopnost ovlivňovat.

Zářivá Sattva je energie o nejvyšší frekvenci, která má schopnost očišťovat a rozrušovat hrubší struktury. Má jemnou harmonizační funkci na celé Stvoření. Bůh používá sattvu jako nástroj pro naplňování dlouhodobého Evolučního Plánu, který se týká zušlechťování a harmonizování forem, které obývají Duše nebo proudy Vědomí. Zosobňuje princip Osvobození a Vyššího duchovního Života. Rozšiřuje Vědomí.

Ohnivý radžas je energie o střední frekvenci, která má schopnost dynamizovat hmotu a je zdrojem veškerého chaotického pohybu, který je usměrňovaný vlivem Sattvy. Zosobňuje princip dynamického pohybu. Je to životní síla.

Radžas promísený se sattvou tvoří sílu směřující k moudrosti, světlu a Osvobození.

Radžas promísený s tamasem tvoří sílu chaosu a destrukce, umocňuje vazby na hmotu, zužuje Vědomí a zotročuje.

Temný a pomalý tamas je energie nejnižší frekvence, je to prakticky vlastnost hmoty. Gravitace jako základní vlastnost hmoty je projevem tamasu. Přitažlivá síla tamasu je setrvačnost, zpomaluje proudění energie. Zosobňuje princip stagnace a smrti.

*„Je důležité prostudovat působení tří gun a použít sattvu ke svému Osvobození, jinak se jogín nevymaní z jejich drápů.“*

---

## Tamas, radžas a sattva

Obrať tamas v radžas práci a radžas v sattvu meditací.

Když převládá sattva, člověk je klidný a tichý. *Šanta*

Když převládá radžas, je neklidný a rozčilený. *Ghora*

Když převládá tamas, je mdlý a pošetilý. *Mudha*

Kontrolujte radžas sattvou a tamas radžasem.

Kontrolujte sattvu pomocí jí samé.

**„Pouze mysl naplněná sattvou může odrážet Pravdu.“**

Někdy převládá radžas, tamas a sattva jsou podrobeny.

Když převládá tamas, radžas a sattva jsou podrobeny.

Když převládá sattva, člověk je nadán intuicí a má schopnost čirého nazírání. (1)

**Meditace nebo studium duchovním textů je možné pouze když převládá sattva.**

Tamas neboli těžká temná guna, která na tělesné úrovni způsobuje netečnost a lenost, na úrovni mysli malátnost, zatemněnost a tupost. *Vliv tamasu je největší po probuzení z příliš dlouhého spánku a stavech opilosti.*

Tento typ je pomalý až ospalý, jen tupě zírá, je zcela oslaben mnoha konflikty a přešel do vegetativního stavu a snaží se "nenarážet" do psychických zdí, které potlačené konflikty vytváří.

Je v podstatě psychicky paralyzovaný. Je to **tamas člověk**.

Když převládá **tamas**, je člověk mdlý a pošetilý.

Radžas neboli prudké výkyvy, touhy a vzrušení. Na tělesné úrovni způsobuje křeče a sexuální touhy, na úrovni mysli roztěkanost, šířavé touhy a frustraci. *Vliv radžasu je intenzivní při sexuálním vzrušení.*

Nevyrovnaný člověk bývá hektický, neustále v pohybu, moc mluví, jak se snaží uvolňovat vnitřní napětí. Je to **člověk radžas** s přebytky energie.

Když převládá **radžas**, je člověk neklidný a rozčilený.

Zářivá sattva (čistota a harmonie). Na tělesné úrovni způsobuje uklidnění a blaženost, na úrovni mysli úlevu, osvěžení a snadnou koncentraci. *Blažený vliv sattvy je cítit, když energie proudí do vyšších center.*

---

**Sattvický člověk** nezatížený konflikty je ten, jehož energie v těle i mysli harmonicky proudí. Když usedne k meditaci a uklidní se, energie začne proudit a shromažďovat se ve vyšších centrech, srdce a třetího oka. Tím se mu prohlubuje bdělost, mysl se mu čistí a vyjasňuje, vzpomínky se mu třídí a vnímá, že je součástí plynoucího Celku a z tohoto porozumění čerpá *znalosti a moudrost*.

Když převládá **sattva**, je člověk klidný a tichý.

---

## Tamas

- Tamas je setrvačnost nebo temnota. Amas se zrodila z nevědomosti. Poutá člověka nevědomostí, nepozorností, lhostejností, nedbalostí, leností a spánkem.
- Tamasický člověk nemá schopnost úsudku. Dělá pošetilé věci. Jeho činy nejsou řízeny rozumem. Nemá sklon k práci. Příliš mnoho spí. Je bezmyšlenkovitý a hloupý.
- Někteří lidé si pletou tamas se sattvou.
- Nespravedlnost je výsledkem radžas a tamas. (1)

## Radžas

- Radžas je vášeň nebo činnost.
- Radžas způsobuje roztržitost a neklid.
- Radžas je pramen připoutanosti a žízně a skrže ně váže k činnosti.
- Radžasický člověk si přeje moc, bohatství, vážnost, postavení, jméno a slávu.
- Radžasický člověk je stále v pohybu. Je ctižádostivý. Běhá za smyslovými radostmi.
- Jeho přání je neukojitelné jako plamen. Nikdy není spokojen, je stále chtivý a neklidný.
- Jeho chápání je zastřeno, nerozlišuje.
- Je opojen pýchou a bohatstvím. Má zvrácený rozum.
- Jeho cílem jsou peníze a smyslové radosti. Zbožňuje mamon.
- Bída se mu jeví jako neštěstí, bolest jako potěšení, žal jako radost. (1)

## Sattva

- Když roste v člověku sattva, je spravedlivý. Vyvíjí oddanost k Pánu. Vědění v něm svítá.
- Když je mysl sattvická, vládne klid. Pravda se zrcadlí v klidné mysli.
- Sattvy přibývá ve spojení s moudrými, studiem náboženských knih, sattvickou potravou, opakováním jména Páně atd.
- Sattva má charakteristickou zářivost. Je to dobrota, harmonie a čistota.
- Sattva je čistá jako křišťál.
- Sattva váže člověka připoutaností ke štěstí a k hlubokému vědění.
- Sattva je zlaté pouto. Radžas a tamas jsou pouta železná.

Když dominuje sattva, je člověk obdařen schopností rozeznávat čistým rozumem a čistým chápáním. Jeho mysl se odvrací od smyslových požitků. Vznešené, božské myšlenky kolují v jeho mysli. Když převládá sattva, má člověk jasný a čistý postřeh. Má pronikavý pohled. Dveře intuice jsou široce otevřeny. (1)

Křišťál je sattvický kámen, jeho nošení zvyšuje sattvu. Naučte se v sobě probouzet nadšení, pěstovat a kultivovat vnitřní radost. Tedy cílem je nadvláda sattvy jako zářivé čistoty, klidu a energie. A jsme opět u Božského trojúhelníku.