

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická

Bakalářská práce

Jóga v českých zemích v době komunistické vlády

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Martin Fárek, Ph.D.

Autorka bakalářské práce: Adéla Vyoralová

Datum ukončení práce: Červen 2008

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická
Katedra religionistiky a filosofie
Akademický rok: 2006/2007

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE
(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Adéla VYORALOVÁ**

Studijní program: **B6101 Filozofie**

Studijní obor: **Religionistika**

Název tématu: **Jóga v českých zemích v době komunistické vlády**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Studentka po důkladné rešerši zpracuje publikace týkající se jógy v českých zemích, získá také prameny samizdatů a kontaktuje pamětníky. Dále pro účely práce definuje pojem jóga, následovat bude nástin historie pronikání různých forem jógy do českého prostředí, typologie skupin a vyrovnávání se s represí za vlády komunismu.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná/elektronická

Seznam odborné literatury:

Minařík, Květoslav. Jóga v životě současného člověka. 1. vyd. Praha: Canopus; Kruh, 1991. 257 s. Edice Přímá stezka, sv. 3. ISBN 80-85202-02-6.

Tomáš, Eduard. Úvod do integrální jógy. 2. revid. vyd. Praha: Avatar, 1999. 173 s. ISBN 80-85862-31-X.

Tomáš, Eduard. 999 otázek a odpovědí na cestě poznání. 2. revid. Vyd. Praha: Avatar, 1999. 451 s. ISBN 80-85862-32-8

Škoda, Eduard. Cesty české alternativní léčby: metody a osobnosti. Ilustrace Jaroslav Drahokoupil. 1. vyd. Praha: Alternativa, 2002. 232 s. ISBN 80-85993-79-1.

Votava, Jiří. Jóga očima lékařů. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1988. 170 s. (ISBN neuvedeno)

Mihulová, Marie. Seznámení s jógou. 1. vyd. Liberec: Santal, 2000. 195 s. Dotisk 2001, 2004. ISBN 80-85965-23-2. ISBN 80-85965-23-0.

Lužný, Dušan. Nová náboženská hnutí. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1997. 181 s. Edice Religionistika, sv. 3. ISBN 80-210-1645-0.

Vojtíšek, Zdeněk. Netradiční náboženství u nás. 1. vyd. Praha: Dingir, 1998. 137 s. ISBN 80-902528-0-X.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Martin Fárek, Ph.D.

Katedra religionistiky a filosofie

Datum zadání bakalářské práce:

30. dubna 2007

Termín odevzdání bakalářské práce:

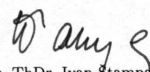
31. března 2008



prof. PhDr. Petr Vorel, CSc.

děkan

L.S.



doc. ThDr. Ivan Štampach
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2007

Abstrakt:

Tato práce se snaží nastínit situaci jógy v českých zemích za období komunismu, tedy hlavně mezi lety 1948 až 1989. V první kapitole jsou uvedeny počátky jógy v Indii, stručně také filosofie jógy a třídění na čtyři hlavní směry, které jsou hathajóga, karmajóga, bhaktijóga a džňánajóga. V druhé kapitole jsou uvedeny počátky a průběh setkávání Západu s indickou kulturou, od starověku až po 20. století. Dále setkávání Indie s českou kulturou ve třetí kapitole. Dále představím české osobnosti, které se jógou zabývaly nebo jí byly ovlivněny. Těmi osobnostmi jsou čeští, popřípadě českoslovenští, mystici, indologové, atd. Během popisu jednotlivých jógových tradic, či společností, které mají u nás největší zastoupení, se také zmíním o perzekuci ze strany komunismu. Čerpat budu hlavně z rozhovorů s pamětníky. Na závěr se pokusím shrnout poznatky, které jsem za dobu své práce načerpala.

Klíčová slova:

Indie, indické tradice, jóga, jógové školy, komunismus, Česká Republika

Abstract:

This work is trying to show the situation of yoga in Czech countries during the era of communism, mainly between years 1948 to 1989. In the first chapter are shown beginnings of yoga in India, strictly philosophy of yoga and sorting of yoga into four main tendencies, which are hathayoga, karmayoga, bhaktiyoga and dznanayoga. In the second chapter are shown beginnings of meeting the West with indian culture, from ancient time to 20. century. Next is meeting of India with czech culture in the third chapter. Next I will introduce czech persons, who were concerned in yoga or who were inspired by yoga. These persons are czech, or czechoslovakian mystics, indologists, etc. Durin describing each yoga traditions, or societies, which are mostly popular in our country, I will talk about persecution from communism. I will use interviews with witness. At the end I will try to resume my findings, which I got from my work.

Main terms:

India, indian traditions, yoga, schools of yoga, communism, Czech republic

Obsah

Poděkování.....	7
Úvod.....	8
1. Jóga.....	10
1.1 Původ jógy.....	10
1.1.1 Hathajóga.....	12
1.1.2 Karmajóga.....	13
1.1.3 Bhaktijóga.....	13
1.1.4 Džňánajóga.....	14
1.2 Jóga jako tělesné cvičení.....	15
2. Pronikání indických tradic na Západ.....	18
2.1 Raný středověk.....	18
2.2 Období 16. století.....	18
2.3 Novověk.....	19
3. Pronikání indických tradic do českých zemí.....	21
3.1 Historie seznamování se s indickou kulturou.....	21
3.1.1 Počátky.....	21
3.1.2 Období národního obrození.....	21
3.1.3 Novověk.....	22
3.1.4 20. století.....	22
3.1.5 Období komunismu.....	23
3.2 Jóga v českých zemích.....	25
3.2.1 Mystikové a jejich školy u nás.....	25
3.2.2 Osobnosti české jógy.....	26
3.3 Nejznámější jógové školy u nás.....	29
3.3.1 Jóga v denním životě.....	29
3.3.2 Hnutí Haré Kršna.....	33
3.3.3 Sdružení učitelů jógy.....	37
3.3.4 Iyengarova jóga.....	39
Závěr.....	41
Bibliografie.....	44
Literatura.....	44
Internetové prameny.....	45
Příloha.....	46
Z rozhovoru s Jiřím Mazánkem.....	46
Rozhovor s Milanem Staňkem.....	47

Poděkování

Ráda bych poděkovala několika lidem, kteří mi pomohli tuto práci napsat. Jednak bych ráda vyjádřila své díky panu Mgr. Martinu Fárkovi, Ph.D. za jeho dobré vedení a také panu Milanu Staňkovi a Jiřímu Mazánkovi za poskytnutí rozhovoru, a manželům Ireně a Vojtěchu Havlovým za rady, které mi byly inspirací.

Úvod

Jak již název této práce napovídá, hlavním tématem je jóga. Pokládám si za cíl nastínit situaci jógy na českém území za komunistického režimu u nás. Avšak tato práce se neomezuje jen na období komunistického režimu.

Aby se mohlo dostat cíle, je nutné si položit několik základních otázek. První otázkou je: „Co je to jóga?“ Na tuto otázku odpovídá první kapitola. Nastiňuje počátky jógy v jejím rodišti Indii, spolu se základní duchovní literaturou a důležitou osobností, Pataňdžalim, jehož dílo Jógasútry jako první shrnuje veškeré jeho získané vědomosti o józe. Součástí této kapitoly je také představení čtyř hlavních směrů jógy, a těmi jsou hathajóga, karmajóga, bhaktijóga a džňánajóga.

Po odpovědi na tuto základní otázku „Co je to jóga?“ však přichází další otázka. Stále jsme se totiž ještě nedostali do českého prostředí. Proto je nutné položit si další otázku. „Co předcházelo příchodu jógy do českých zemí?“ Abychom si zodpověděli i tuto otázku, musíme si zodpovědět ještě jednu. „Jak se Západ setkával s indickou kulturou?“ Odpověď na tuto otázku se snažím podat v druhé kapitole, kde uvádím počátky a průběh setkávání Západu s indickou kulturou, jejíž nedílnou součástí jóga je. Západem je v tomto případě zpočátku myšlena hlavně Evropa. Právě ta byla prvním „svědkem“ Západu, který se setkal s indickými tradicemi, a to již ve starověku. Až v období novověku a následně 20. století se indické tradice dostaly i do povědomí USA.

A konečně se dostáváme do českého prostředí. Je nutno si uvědomit, že se to nevztahuje pouze na Českou republiku, nebo „česko“, protože v době, kdy se české obyvatelstvo setkávalo s tradicemi Indie, dalo se to již ve středověku, kdy ještě žádná Česká republika neexistovala. Stejně tak je důležité si uvědomit, že i přesto, že je v názvu „v českých zemích“, je tím myšlena také Morava a Slezsko. Tomuto tématu se věnuje třetí kapitola, členěná na další tři velké

podkapitoly. Je totiž důležité také zmínit české osobnosti, díky kterým se na našem území jóga dostala do povědomí obyvatel. Těmi osobnostmi jsou čeští, popřípadě českoslovenští, mystici, indologové, atd. V tomto případě jsem čerpala hlavně z díla Zdeňka Vojtíška, Jaroslava Strnada, Jaroslava Sanitráka, Borise Merhauta a Květoslava Minaříka.

Důležitou částí třetí kapitoly je seznámení se čtyřmi hlavními směry, které u nás získaly největší popularitu. Jsou jimi systém Jóga v denním životě, hnutí Haré Kršna, Sdružení učitelů jógy a Iyengarova jóga. Během popisu těchto společností se také zmiňuji o perzekuci ze strany komunismu, z valné části čerpám z rozhovorů s Milanem Staňkem, oddaným Haré Kršna a Jiřím Mazánkem, jedním ze členů Sdružení učitelů jógy. Na závěr shrnuji poznatky, které jsem za dobu své práce načerpala.

1. Jóga

1.1 Původ jógy

Co je to jóga? Slovo jóga se ze sanskrtu překládá jako jho nebo sjednocení. Jóga je jedním z šesti indických daršanů¹.

„Ortodoxních škol je šest a označují se termínem *daršana*, doslova vidění, pohled. Skutečně jsou to vlastně pohledy na skutečnosti světa a jeho vývoj z různých úhlů.“²

První zmínky o józe pocházejí již z 8.-6. století před Kristem a jsou obsaženy v upanišadách, indických filozofických textech, které tvoří závěr véd.³ Upanišady jsou závěrečná část véd, avšak máme i mnohem mladší upanišady, některé byly sepsány i relativně nedávno.⁴ V upanišadách se objevují pojmy jako *brahma* (jakási nejvyšší bytost, prostupující vším, je v každém živém tvorů), *átman* (vnitřní „já“, které nepodléhá zániku, prochází neustálým koloběhem znovuzrozdání), *puruša* (nesmrtelný, podobně jako átman), *prakrti* (veškerá hmota), apod., které jsou stěžejními i pro jógické praktiky. Jóga uznává existenci *puruši* (ducha) a *prakrti* (hmoty). Podle indických náboženství lidský život nekončí smrtí, ale probíhá jakýsi koloběh znovuzrozdání (*sansára*) a jóga, jako jedna z mnoha cest, má sloužit k vymanění se z tohoto koloběhu.

Jako první shrnul učení o józe Pataňdžali (2. stol. př. Kr.) ve sbírce Jógasútry, které se skládají ze čtyř kapitol. Sútra je krátký text, úsporná poučka, která se může chápat různě. Proto aby ji žák správně pochopil, je nezbytný výklad jeho učitele. Sútry pracují s pojmem *čitta*, neboli mysl. Myslí se tím obvyklé fungování mysli, se sny, cítěním, představami, zkrátka veškerá duševní činnost. A právě jóga má vést

¹ Jsou to njája, vaišéšika, sánkhja, jóga, mímámsá a advaita. Podrobněji na stranách xiv-xv in: Patanjali. *The Yoga-sutras*. Přeložil M. N. Dvivedí. Adyar: The Theosophical publishing house, Madras, India, 1947. 182 s.

² Zbavitel, Dušan. *Hinduismus a jeho cesty k dokonalosti*. 1. vyd. Praha: DharmaGaia, 1993. Str. 43.

³ Tamtéž str. 45.

⁴ Zbavitel, Dušan. *Otazníky starověké Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997. 185 s. ISBN 80-7106-241-3. Str. 38.

k uklidnění mysli a k vymanění se z koloběhu znovuzrozování. Tento proces vyžaduje cílevědomý přístup a přípravu, ne pasivitu. Cviky, které jsou charakteristické pro jógu, mají vést ke změně běžného prožívání a k očištění těla i mysli nejen od škodlivých vlivů okolního světa, ale také od následků z minulých životů. Pokud se tak nestane, po smrti přijde další zrození.

Vlivy z minulých životů (*sanskáry*) mohou být kladné, ale také záporné. Mají vliv na příští zrození, délku dalšího života, události, které nás potkají, atd. Proto je nutné v životě konat dobré skutky (*punja*) a vyvarovat se těch špatných (*pápa*). K tomu, abychom mohli konat jen dobré činy, je nutné odstranit příčiny těch špatných (*kléša*). To by mělo probíhat za pomoci askeze. „Jóga [člověka], jenž nepraktikuje askezi, se mívá účinkem.“⁵ Jógasútry uvádějí pět špatných příčin. 1. nevědomost (*avidjá*), 2. sebestřednost, neboli „jáství“ (*asmitá*), 3. lpění na požitcích (*rága*), 4. nenávisť (*dvéša*) a 5. lpění na životě (*abhinivéša*).

Jógasútry příkládají první příčině největší závažnost, jelikož právě nevědomost vede k dalším čtyřem příčinám, a až uvědomění si naší nevědomosti vede k zbavení se zbylých čtyř příčin, které mají podle Pataňdžaliho čtyři podoby – „latentní, oslabenou, přerušovanou nebo plně rozvinutou“⁶. Latentní podoba je prvotní. Oslabená podoba znamená, že je některá příčina vystavena svému opaku. Přerušovaná podoba nastane, převládá-li jiná příčina. A plně rozvinutá podoba nastane, převládá-li nevědění. Pokud se jógin správně držel všech pokynů v sútrách, všech pět příčin zmizí spolu se zatíženími z minulých životů. Avšak nedojde-li k tomu, je nutné zbavit se těchto zatížení a příčin pomocí meditace, která vede k soustředěné mysli.

Pataňdžaliho jóga má osm stupňů, které vedou k vysvobození ze znovuzrozování. Jsou to: 1) *jama* - ovládnutí mysli, těla a řeči, které by mělo vést k odvrácení od pěti špatných skutků (zabíjení, lhaní,

⁵ Pataňdžali. *Jógasútry*. In: Plav – Indie: Nemizící řeka tradice. Přeložil Jaroslav Strnad. 5.II. (2006). Str. 9.

⁶ Tamtéž str. 9.

krádeže, sexuální nezdrženlivost, chamtivost), 2) *nijama* – duševní a tělesná hygiena, 3) *ásana* - setrvávání v určité pozici nebo poloze (takových poloh je velmi mnoho, jógin začíná od těch jednodušších a postupně se propracovává ke složitějším), 4) *pránájáma* - ovládnutí dechu, 5) *pratjáhára* - odvrácení smyslů od okolí, 6) *dháraná* – soustředění na jóginův cíl, 7) *dhjána* - meditace, 8) *samádhi* – naprosté upnutí k cíli jógina.⁷ Když dojde i k tomuto, nastane stav naprostého oproštění se od koloběhu znovuzrovnání, který se nazývá *nirvikalpasamádhi*.

Tato Pataňdzalioho jóga byla později nazvána rádžajógou, nebo-li královskou jógou. Mnoho dalších jóginů hledalo svůj účinný způsob jak se vysvobodit z koloběhu znovuzrovnání, a z tohoto důvodu vzniklo mnoho dalších směrů a škol jógy. Mezi ty nejznámější patří karmajóga, bhaktijóga, rádžajóga, džňánajóga a hathajóga, zaměřená na tělesná cvičení.

1.1.1 Hathajóga

Hathajóga je zaměřena především na tělesná cvičení a zlepšení fyzického stavu těla.

„Název hathajóga lze přeložit různě. Volně ho vystihují výrazy rovnováha, jednota protikladů. Cílem hathajógy je pročištění a ozdravení celého organismu, zvýšení jeho celkové zdatnosti a vnímavosti.“⁸

Cvičení má pak několik kategorií, které slouží ke správnému rozvádění energie. Jsou to *ásany* (různé polohy těla), *bandhy* (uzávěry, které zavřením tělesných otvorů drží energii v těle), *mudry* (polohy rukou), *krija* (různé očištné postupy), *pránájáma* a *mantry*. Někdy může zahrnovat i meditace a různé koncentrační techniky. Avšak hathajóga neslouží jen k zlepšení tělesného stavu, ale také toho duševního. S lepším zdravotním stavem se zlepšuje také psychika člověka.

⁷ Podrobněji na stranách 58-73 in Patanjali. *The Yoga-sutras*. Přeložil M. N. Dvivedí. Adyar: The Theosophical publishing house, Madras, India, 1947. 182 s.

⁸ Polášek, Milan. *Jóga*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1995. 195 stran. ISBN 80-205-0397-8. Str. 9.

1.1.2 Karmajóga

Karmajóga vychází ze spojení sanskrtských slov karman (čin, skutek) a jóga. Podle učení o karmanovém zákonu každý náš skutek má nějaký dopad na náš život. Dobré věci, které se nám v životě přihodí, jsou jen kladným následkem dobrých činů, konaných nejen v našem současném životě, ale i tom minulém. To samé platí i pro špatné události, které jsou následkem zlých skutků v minulém životě. Funguje to podobně jako zákon akce a reakce. Vše má svoji příčinu a následek. Dalo by se říct, že vše, co nás v životě potká, je již dáno tím, jak jsme žili v předešlém životě, sami jsme si tedy ten současný utvořili. Avšak každý špatný skutek se dá napravit, aby příští zrození bylo lepší.

Téměř každý se dnes snaží něčeho dosáhnout, naše společnost už takto vychovává každého jedince, avšak ne vždy toho lidé dosahují ctnostným a mravním chováním. Cílem karma jógy je snaha vymanit se ze znovuzrovnání tím, že budeme konat takové skutky, které nebudou vést k dalšímu zrození. Nesmíme být tedy motivováni touhou po odměně, naše skutky musí být čisté, nezištné a z dobrého přesvědčení. Nutné je zbavit se citových pout a vlastního ega, sobectví.

„Karmajogín se snaží pracovat a žít tak, že úplně zapomíná na sebe, nečeká ani odměnu, ani pochvalu, ani nehodnotí své zásluhy, neporovnává se s jinými.“⁹

1.1.3 Bhaktijóga

Bhaktijóga je láskyplný vztah k uctívané osobě, ať už se jedná o božstvo. Je to cesta oddanosti, soucitu, univerzální lásky a porozumění. Ta láska však musí být nesobecká, bez očekávání darů za svou oddanost. Kdo se vydá touto cestou, začíná si uvědomovat přítomnost božství, prostřednictvím lásky, které je ve všem, co ho obklopuje, v rostlinách, zvířatech, neživé přírodě, apod. Následně si začne

⁹ Polášek, Milan. *Jóga*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1995. 195 stran. ISBN 80-205-0397-8. Str. 10.

uvědomovat božství sám v sobě tím, že si uvědomí, že láska je ve všem co ho obklopuje, a začíná být pohlčován nekonečnou boží přítomností. Dochází i ke ztotožnění s onou přítomností.

U bhakty (ten, kdo následuje cestu bhakti jógy) neprobíhá uctívání například formou askeze, odříkání, apod., nýbrž formou naprosté oddanosti a lásky k uctívanému objektu. Západ je vychováván v křesťanské tradici, proto spatřuje jako to „nejvyšší“ křesťanského Boha. Avšak ona láska, která je stěžejní pro bhakti jógu, nemusí být směřována jen k Bohu, protože mnoho lidí nedokáže uvěřit v Boha. To je způsobeno například tím, že někteří si víru v Boha nutně spojují s povinnostmi vůči církvi.

1.1.4 Džňánajóga

Džňánajóga je cesta dosažení boha skrze poznání sama sebe. Pro toto poznání sama sebe jsou důležité čtyři podmínky. Člověk se musí zbavit veškerých svých žádostí a tužeb, protože jsou pomíjivé. Dále si musí uvědomit, že za všemi jevy ve světě je jedna opravdová skutečnost a to brahma. Také musí jógin chtít dojít osvobození a překonat sama sebe. Důležité je také dosažení šesti vlastností, mezi které patří schopnost ovládat vlastní mysl, své smysly, zvládat plnit zadané povinnosti, trpělivost, soustředění a víra v učení, které mu sděluje jeho guru.¹⁰

Role učitele je v tomto případě důležitá, stejně jako i to, aby jógin přemýšlel (meditoval) nad poznatky, které takto získal. Konečnou pravdou je pak zjištění, že jsme součástí všeho kolem nás, že jsme součástí brahma.

„Džňánajogín je typ myslitele, intelektuála, který proniká k poznání rozumovou činností.“¹¹

¹⁰ Polášek, Milan. *Jóga*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1995. 195 stran. ISBN 80-205-0397-8. Str. 10.

¹¹ Tamtéž str. 10.

1.2 Jóga jako tělesné cvičení

„Jóga se všeobecně chápe buď jako duchovní úsilí, nebo jako jistý druh tělesného cvičení. V obou případech v ní lidé hledají něco, co by jim pomohlo vyřešit základní problémy života, ale nebývají si přitom vědomi, jaké problémy to vlastně jsou.“¹²

Jak již říká Květoslav Minařík v této větě, snad každý člověk, kterého známe má nějaké problémy, ať už duševní či fyzické. Na druhou stranu fyzické problémy jsou vcelku snadno rozpoznatelné. Každý si uvědomí, že když ho bolí břicho či záda, že je nějaký problém s jeho zdravím. Jógové tělocvičné prvky mohou být ve spolupráci s odborníky vhodným léčebným nebo fyzioterapeutickým prostředkem. Jóga takto může pomoci vyřešit zažívací problémy, bolesti hlavy, kloubů, zad, ale také nespavost, neschopnost soustředit se nebo napomoci od stresu. Velikou výhodou jógy je, že se každý cvik musí provádět pomalu s plným soustředěním a pečlivě. To uklidňuje nejen tělo, ale i mysl, která velmi strádá v dnešním uspěchaném světě, který klade na člověka někdy až příliš vysoké nároky.

„Jóga se v podstatě nezaměřuje na léčení chorob, ale na zlepšení souhry systémů a funkcí v organismu s cílem dosáhnout nejvyšší možné tělesné a duševní zdatnosti. Vše, co napomáhá tomuto cíli, se stává součástí jógy.“¹³

Ona souhra systémů v organismu je narušena životním prostředím, ve kterém žijeme. Škodlivé látky přijímáme z ovzduší, z potravy apod. Stejně tak má naše prostředí vliv i na naši duševní harmonii. Je-li člověk ve stresu, přenáší se to také na organismus.

Naším tělem probíhá soustava jakýchsi energetických kanálků, *nádí*, které rozvádějí životní energii po celém těle. Centrální, *sušumná*, vede souběžně s páteří od pohlavních orgánů směrem k temeni hlavy, a je doprovázena dalšími dvěma, *idou* a *pingalou*. Všechny tři hlavní kanálky procházejí šesti čakrami, energetickými body, které jsou rozloženy postupně od pohlavních orgánů směrem nahoru, k temeni

¹² Minařík, Květoslav. *Jóga v životě současného člověka*. Kruh, 1991. 268 stran. ISBN 80-85202-02-6. Str. 11.

¹³ Polášek, Milan. *Jóga*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1995. 195 stran. ISBN 80-205-0397-8. Str. 12.

hlavy.¹⁴ Pokud se některé kanálky „zanesou“ škodlivými látkami, dochází k narušení harmonie v organismu. Proto jsou jógové ásany cvičeny, aby došlo k uvolnění těchto kanálků.

Při cvičení jógy platí několik pravidel. Zprv je důležitá nehybnost těla. Při pozici, která je zrovna cvičena, musí jedinec setrvat v klidu a procítit nehybnost a onu pozici. Stejně tak by měla setrvat i mysl. I když tělo setrvává v nehybnosti, svaly se „pasivně protahují“, buďto určitým držením těla při cviku nebo jeho váhou. Za druhé je *ásana* prováděna správně, dokáže-li ji jogín provádět dostatečně dlouhou dobu, kdy je zkoušena jeho výdrž. A za třetí je důležité, aby jogín ke zvládnutí pozice navyžíval úsilí.

„Po dosažení statické fáze ásany musí cvičenec pečlivě relaxovat všechny svaly, které si uvědomuje a těm, na které ásana je zvlášť zaměřena, dovolit, aby se pasivně protáhly.“¹⁵ Během cvičení je také kladen důraz na správné dýchání, které má být jogínem kontrolováno. Jednodušší metoda spočívá v tom, že se poddáme plynulému dýchání, které je sice vědomé, ale je nenucené a pravidelné. Mnohem propracovanější metoda spočívá v synchronizaci dýchání s různými fázemi *ásan*.

Při cvičení však nedochází jen k protahování svalů, lepšímu dýchání apod., ale také jsou ovlivněny vnitřní orgány. Ty sice neůžeme ovlivňovat vůlí, ale při různých *ásanách* dochází i k procvičování žaludku, střev, jater, aj. Některé *ásany* jsou například určeny jen těmto orgánům.

Důležité je i správné stravování. Doporučuje se jíst potraviny v přirozeném stavu nebo s minimální úpravou, tedy hlavně ovoce, zeleninu, vodu, mléko, med, atd. Další podmínkou je vyloučit vše, co

¹⁴ Podrobněji in Zbavitel, Dušan. *Hinduismus a jeho cesty k dokonalosti*. 1. vyd. Praha: DharmaGaia, 1993. Str. 56.

¹⁵ Lysebeth, André Van. *Cvičíme jógu*. Přeložila Marie Herrmannová a Věra Knížetová. 1. vyd. Praha: Olympia, 1988. 245 stran. Str. 82.

působí rušivě, takže slané, hořké, ostré, kyselé, atd. Důležité je také jíst střídavě a potravu pečlivě rozkousat.¹⁶

¹⁶ Podrobněji v Polášek, Milan. *Jóga*. Str. 22.

2. Pronikání indických tradic na Západ

2.1 Raný středověk

Indické tradice do západního světa pronikaly již ve starověku a to hlavně díky obchodu, jelikož z „daleké“ Indie se dováželo koření, drahé kameny, barviva, apod. Existovaly dokonce i písemné zmínky z per antických autorů. Jaroslav Strnad v knize *Dějiny Indie* uvádí, že ve 14. století byly u nás známy legendy o apoštolích, kteří se dostali do Indie, například o apoštolu Bartolomějovi.¹⁷ Nejznámější legendou je však příběh apoštola Tomáše, který prý vedl křesťany na východ. Ve středověku se věřilo, že právě na místě, kam dovedl apoštol Tomáš své věřící, vznikla bájná zem krále Jana. V období křížáckých válek se vydalo několik cestovatelů tuto zem hledat, aby tak u krále Jana hledali pomoc proti muslimům, ale bájně království nikdy nebylo nalezeno. Avšak představy, které byly o Indii nejvíce rozšířeny, se zcela vymykaly realitě. Byly to představy o prapodivných tvorech bez hlavy, o obrech, o lidech se zvířecími končetinami apod. Tyto představy byly postupně vyvráceny až s příchodem cestopisných děl, jako byl například *Milion Marca Pola*, který se dostal i do českých zemí.

2.2 Období 16. století

Strnad také zmiňuje františkánského mnicha Oldřicha z Pordenone, který byl údajně původem z Čech, jako dalšího zeměpisce, jako autora nejlépe hodnoceného cestopisu *Iter in Indiam*¹⁸. Právě od něj se Evropa dozvídá o dilliském sultanátu, o indických bozích a o fakírech, upalování vdov aj. Mnoho literárních děl o Indii se do českých zemí dostávalo také překladem jejich arabských verzí. S rozvojem knihtisku v 16. století se začalo objevovat mnoho encyklopedických prací, většinou překladů zahraničních autorů, šlo například o jezuitské misionáře, ale i misionáře z jiných křesťanských řádů. Šlo buďto o

¹⁷ Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9. Str. 861.

¹⁸ Tamtéž str. 863.

popisná díla, kde autoři seznamovali čtenáře s jinými kulturami, nebo přírodovědné práce, herbáře apod. Byly přeloženy upanišady, Bhagavadgíta a další základní literatura.

2.3 Novověk

Největší popularity však Indie dosáhla v 19. století. Velkou osobností žijící na přelomu 19. a 20. století byl Móhandás Karamčand Gándhí (1896-1948), původem právník, který proslul hlavně svým bojem proti britské nadvládě v Indii a svým pacifistickým přístupem. Bojoval o zlepšení sociálních podmínek pro nejnižší kastu nedotknutelných, bojoval za práva zemědělců, kteří trpěli kolonizačním vlivem Británie. Jako formu odporu volil bojkot dováženého zboží, demonstrace a odpor, avšak pouze v mírovém smyslu, bez násilí. Svým přístupem přivedl Indii k nezávislosti.

Na Západě se stal také velmi známým indický mystik Rámakrišna (1834-1886). Stejně tak i jeden z jeho pozdějších žáků Vivékánanda (1863-1902), který proslul hlavně svým projevem na Mezinárodním náboženském kongresu, který se konal v Chicagu roku 1893. Jeho největším přínosem bylo založení Rámakrišnovy misie roku 1897, která je dodnes jednou z největších charitativních organizací na světě.

Podobně se proslavili na poli náboženském Rámána Mahárši (1879-1950), který užíval metodu sebedotazování átmavičáru. Stejně tak byly známé i myšlenky Aurobinda Ghóše (1872-1950), jehož metoda integrální jógy se proslavila nejen v Indii. Mnoho různých metod vede k poznání božského. Člověk se snaží dosáhnout setkání či sjednocení s transcendentnem, avšak metoda integrální jógy se snaží vnést božské do lidského života. Inspiroval tím mnoho dalších, kteří chtěli založit nové město Auroville u Puttuččeri v jižní Indii, které by se stalo „městem budoucnosti“.

Mezi první indické duchovní učitele, kteří se trvale usadili na Západě, zmiňuje Vojtíšek Jógánandu Paramhamsu (1893-1952)¹⁹. Jeho metoda krijájogy se rozšířila nejen v Indii, ale doznala vysokého ohlasu i v USA. Lidé, inspirováni jeho dílem zakládali ášramy a misie, nejznámější z nich je Společenství pro seberealizaci, založené roku 1952.

¹⁹ Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 462 str. ISBN 80-7178-798-1. Str. 318.

3. Pronikání indických tradic do českých zemí

3.1 Historie seznamování se s indickou kulturou

3.1.1 Počátky

Indie se do povědomí českých zemí dostala obdobně, jako v okolních státech Evropy. Bylo to též díky obchodu, též se k nám dostávaly překlady známých indických děl a antických autorů, ale také již čeští badatelé se sami zajímali o Indii. Začaly vznikat první cestopisy a pořádaly se misijní cesty do Indie. Jako prvního českého misionáře v Indii uvádí Strnad matematika a astronoma Wenzela Pantaleona Kirwitzera z Kadaně²⁰, který od roku 1616 pobýval v indickém městě Góa.

3.1.2 Období národního obrození

S příchodem národního obrození v 18. století zájem o indické tradice ještě vzrostl. Významným přínosem bylo dílo českého profesora humanitních věd a zároveň jezuitského misionáře Karla Příkryla (1718-1785), který jedenáct let působil v Góe. Zajímal se zejména o místní jazyky, tamilštinu a sanskrt. Svou prací ovlivnil představitele českého obrození, Josefa Dobrovského a Josefa Jungmana, a brzy došlo k založení indologických studií na Karlově univerzitě.

Osvícenství panovalo v duchu rozumu a poznání, a to způsobilo, že začalo být zakládáno mnoho vědeckých společností. Indie a její kultura se staly nejpřednějším cílem zájmů všech, kteří patřili mezi vrstvu inteligence. Na počátku 19. století došlo k mohutnému rozvoji vědeckých prací o Indii, nebyly to jen zeměpisné práce, ale také

²⁰ Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9. Str. 867.

historické a encyklopedické. Strnad uvádí některé autory těchto prací, mezi něž patří například Václav Matěj Kramerius, Jan Palacký, František Palacký, František Ladislav Rieger a mnoho dalších.²¹

3.1.3 Novověk

V období novověku myšlenky Rámmohana Ráje a Dvárkánátha Thákura našly v českém prostředí mnoho příznivců a zájemců. Někteří dokonce usilovali o to, aby jejich revoluční myšlenky našly živnou půdu i u nás. Velké povstání v Indii v 50. letech 19. století se natolik proslavilo, že se o něm zmiňoval i český tisk, což byla odvážná událost, jelikož v té době u nás vládl Bachovský absolutismus, který byl velmi strohý a přísný. Ke konci 19. století už do naší země přijížděly indické delegace a politikové. Indický vliv tak sílil a mnoho našich literárních autorů se nechávalo inspirovat indickou literaturou, to se týkalo také hudby a výtvarného umění.

3.1.4 20. století

Přelom 19. a 20. století znamenal pro Československou republiku hospodářský, technický a kulturní rozmach. To se projevilo také na našich vztazích s Indií. Nešlo jen o ekonomické vztahy, ale také o společenské a kulturní. V roce 1921 v Bombaji československý konzulát, v jehož čele byl známý český indolog Otakar Pertold.

Během první světové války došlo k přerušení veškerých styků s Indií. Až v krátkém období míru po první světové válce došlo k uvolnění. Styky se obnovily a Prahu opět navštěvovaly indické osobnosti, mezi nimiž byl i slavný básník Rabíndranáth Thákur. Stal se u nás známým hlavně díky překladům jeho děl Vincencem Lesným (1882-1953). Thákur ovlivnil naše české spisovatele a malíře, ale také skladatele Leoše Janáčka. Dalším indickým myslitelem, který se u nás proslavil, byl Móhándás Karamčand Gándhí, který sice Československo

²¹ Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9. Str. 870.

nenavštívil, ale velice se proslavil díky svým etickým a morálním zásadám, bojem za osvobození Indie, proslavil ho také jeho životopis z pera Romaina Rollanda a jeho autobiografie.

V období, kdy se schylovalo k vypuknutí druhé světové války, Indie vykonala symbolické gesto pro náš lid. Karel Čapek se v zimě 1937 prostřednictvím rozhlasu obrátil ke vzdálenému „kolegovi“, Rabíndranáthu Thákurovi, a vzdával mu přátelský hold a spravoval ho o situaci, která trápí Evropu. Nemusel dlouho čekat na odpověď, Thákur odpověděl stejným způsobem, skrze překlad Vincence Lesného, který v té době v Indii působil, a vyjádřil podporu českému lidu i celé Evropě. Brzy nato se k němu přidalo mnoho dalších indických osobností a v Bombaji vznikla Indicko-československá společnost, jako akt solidarity.²² I takovýmto způsobem se daly posílit česko-indické vztahy.

Zprávy o průběhu války a vlivu nacismu na Československo se dál dostávaly do Indie, a to velmi zasáhlo mnoho jejích obyvatel. Samotný Thákur dál posílal telegramy, v nichž podporoval československou vládu. Události, které se tehdy udály velmi utvrdily vztah mezi Československem a Indií, až by se zdálo s podivem, že lidé v tak vzdálené zemi mohou s tou naší tolik soucítit. Avšak je pozoruhodné, že se dokázal vyvinout tak přátelský vztah se zemí velice vzdálenou nejen geograficky, ale také kulturně.

3.1.5 Období komunismu

Po druhé světové válce se počaly mezi Indií a Československem rozvíjet nové vztahy, a to na poli mezinárodního práva. První vzájemné diplomatické akty obou zemí byly přerušeny únorovým komunistickým převratem v Československu roku 1948, kdy se u nás dostala k moci komunistická vláda, podporovaná Sovětským svazem. To na dalších téměř 42 let ovlivnilo naše vztahy s Indií.

²² Blíže in Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9. Str. 877.

Indie se Stalinovi pro jeho vládu nezdála důležitá, což dokázal i tím, že ani neudělil audienci indické velvyslance Vidžajalakšmi Panditové. Indie pro něj nebyla nepřátelskou zemí, a proto o ni neprojevoval příliš velký zájem. Co však sledoval byli indiční komunisté. Jeho nástupci však byli jiného názoru a obrátili se také směrem k Indii, se kterou chtěli vybudovat „bratrský“ vztah, jelikož v ní spatřovali výhodný „geopolitický“ bod.²³

V pozdějších letech navštívily Československo některé význačné indické osobnosti, což by se jen těžko odehrálo bez souhlasu Sovětského svazu. Přivezly s sebou také některá novější indická literární díla, která se u nás okamžitě začala překládat. Dostala se k nám tak literatura, nezatížená komunistickou propagandou nebo cenzurou. Mezi těmi osobnosti byli například Džaváharlál Nehrú, jeho dcera Indira Gándhiová, pozdější prezident Indické republiky Sarvapalli Rádhákrišnan, aj.

Co se týče hospodářsko-ekonomických vztahů, komunistické Československo se podílelo na industrializaci Indie. Naši čeští odborníci odjížděli do Indie a pomáhali vybudovat některé továrny a závody, většinou strojírenské či metalurgické, ale také chemické či automobilové.

„Celkem se Československo podílelo na vybudování více než 60 velkých a středních průmyslových závodů, k jejichž provozu byly v našich závodech zacvičeny stovky vedoucích indických inženýrů a techniků.“²⁴

Vztahy české indologie byly závislé na vztazích politických, a také byla ovlivněna několika ztrátami. Zemřel Vincenc Lesný, v roce 1953, kapacita v oblasti indologie, a profesor Oldřich Friš (1903-1955), sanskrtista a překladatel staroindické literatury.

²³ Tamtéž str. 881.

²⁴ Blíže in Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9. Str. 883-884.

3.2 Jóga v českých zemích

3.2.1 Mystikové a jejich školy u nás

„V posledních třech staletích vyrostli z křesťanské tradice mystikové a jejich školy, které ovšem hranice ortodoxního, církevního křesťanství překračují a řadí se spíše do jeho ezoterického proudu. Sami se někdy označují jako teozofové na základě slov apoštola Pavla v novozákonní první epištole do Korintu, která mluví o „moudrosti Boží (teozofii), skryté v tajemství“.²⁵

Nejnámějším představitelem českého mysticismu přelomu 19. a 20. století byl Karel Weinfurter (1876-1942), autor knihy *Ohnivý keř*. Roku 1925 založil v Praze spolek *Psýché*, které sdružoval české mystiky. Weinfurter se však nezabýval jen mystikou, ale také indickými tradicemi. Z angličtiny a němčiny překládal Pataňdzaliho, Rámakrišnu, svámiho Vivékánandu, Ramana Maháršiho, Rabíndranátha Thákura.

Věnoval se také józe. Toto o mysticích píše Josef Sanitrák, autor knihy *Dějiny české mystiky*: „Vedle praktik magických cvičili ale pilně také jógu, a to jak její ásány, tak cvičení tantrická, která teozofie zakazovala.“²⁶ Poté se někteří mystikové, včetně Weinfurtera, začali věnovat hathajóze. „Weinfurter podle svých slov cvičil pozici svastikana – pozice štěstí, která podle literatury osvobozuje od samsáry a lidská duše se s její pomocí vymaňuje ze zákona karmy.“²⁷ Jógu poté opustili, jelikož usilovali o více, než jen psychickou a fyzickou harmonii. Sám Weinfurter se k ní vrátil až o mnoho let později.

S příchodem nacismu a druhé světové války započala perzekuce českých mystiků, zejména Weinfurtera. Jak je známo, nacisté, dokonce

²⁵ Tamtéž str. 218.

²⁶ Sanitrák, Josef. *Dějiny české mystiky I – Legenda Karel Weinfurter*. 1. vyd. Praha: Eminent, 2006. 325 s. ISBN 80-7281-166-5. Str. 84.

²⁷ Tamtéž str. 85.

i sám Hitler, se sami zajímali o mystiku a ezoterismus.²⁸ Z toho důvodu se pro ně čeští mystici stali nepohodlní, včetně Weinfurtera. To samé ho čekalo i po druhé světové válce s příchodem komunismu. Komunisté se snažili potlačit veškerou religiozitu u lidí.

Weinfurter ovlivnil Květoslava Minaříka (1908-1974), zakladatele vlastní mystické školy Přímá stezka, propagátora buddhismu a jógy, také i Weinfurter a mysticismus. Minařík se setkal s knihami Karla Weinfurtera již v raném mládí. Zaujala ho hlavně nauka o józe, které se věnoval většinu dne. Nejdříve právděl během dne dechová cvičení, která mu zabrala dohromady dvě hodiny denně, později to zvýšil na šest hodin denně a nakonec prováděl jógu celý šestnáct hodin denně. Jelikož také pracoval, celkové zaměstnání, včetně jógy a práce, mu vposledku tvořilo stopadesát hodin týdně.²⁹

Minařík se po setkání s Weinfurterem přidal ke spolku Psyché, do jeho pobočky v Pardubicích, kde tehdy žil. Ke spolku se přidávali další, kteří projevíli zájem hlavně o Minaříka, který se tehdy plně zajímal o jógu a buddhismus, „...a vytvářel si tak vlastní platformu příznivců, jež se dostávali do rozporu s křesťansky orientovanými mystiky.“³⁰ Minařík se poté dostal do sporu se spolkem, propagoval různé magické úkony, které spolek netoleroval, a získával si tak velký počet příznivců, že se to nelíbilo ostatním vůdčím osobnostem spolku. A tak sám opustil jak spolek Psyché tak i Weinfurtera.

3.2.2 Osobnosti české jógy

Dalšími významnými představiteli české jógy byli Eduard Tomáš (1908-2002) a jeho manželka Míla Tomášová (1920-2001). Zabývali se hlavně integrální jógou. Nezaložili sice vlastní mystickou školu, avšak i tak měli mnoho žáků, posluchačů a příznivců. Za komunismu v České

²⁸ Boris Merhaut. Hrst vzpomínek na Květoslava Minaříka. In Minařík, Květoslav. *Jóga v životě současného člověka*. Kruh, 1991. 268 stran. ISBN 80-85202-02-6. Str. 248.

²⁹ Minařík, Květoslav. *Jóga v životě současného člověka*. Kruh, 1991. 268 stran. ISBN 80-85202-02-6. Str. 172.

³⁰ Sanitrák, Josef. *Dějiny české mystiky I – Legenda Karel Weinfurter*. 1. vyd. Praha: Eminent, 2006. 325 s. ISBN 80-7281-166-5. Str. 316.

republike byli nuceni odejít do exilu, ale i přesto vydávali samizdatově svá díla, která se k nám dostávala tajně a mezi jejich příznivci se těšila veliké oblibě.

Známými osobnostmi, které se zabývaly indickými tradicemi u nás a jógou, ať už z praktického hlediska, či jen teoretického, byli například Jaroslav Kočí (1908-1989), Jiří Vacek (1931), profesor indologie na Univerzitě Karlově ředitel Orientálního ústavu Československé akademie věd Vincenc Lesný (1882-1953), jenž byl též zakladatelem časopisu *Nový Orient*. Dalším byl Otakar Pertold (1884-1965), který byl nejen indologem, ale i etnografem a religionistou.

Dušan Zbavítel (1925), který vystudoval indologii na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy, v druhé polovině 20. století působil jako vědecký pracovník a vedoucí Oddělení Orientálního ústavu v Praze. Poté, co byl donucen ústav opustit kvůli tehdejšímu komunistickému režimu, věnoval se překladatelské činnosti. Vyučoval bengálštinu a sanskrt. Je autorem jazykových učebnic bengálštiny a sanskrtu, odborných monografií o Indii a její kultuře, a je autorem překladů z angličtiny, bengálštiny, pálí a sanskrtu. Jaroslav Strnad (1954) je vědeckým pracovníkem a vedoucím Oddělení jižní Asie v Orientálním ústavu Akademie věd České Republiky a odborným asistentem na Ústavu jižní a centrální Asie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. Zabývá se překlady z hindštiny a sanskrtu a studiem starověkým dějin Indie. Dalšími byli například Hana Preinhalterová, Boris Merhaut, Vladimír Miltner (1933-1997), aj.

V 60. letech 20. století došlo k mírnému uvolnění a tak docházelo k pořádání kurzů jógy a roku 1964 vznikl na podnět Karla Wernera Jóga klub Sati v Brně.

„Kolem indoložky Milady Bartoňové (1917) se koncem šedesátých let utvořilo centrum jógy v rámci Ústředního ústavu tělesné kultury v Praze. Ve spolupráci s Vlastou Kaplanovou (1917) z československého svazu tělesné výchovy se podařilo vytvořit komisi

jógy, která mohla školit další cvičitele jógy. V době „normalizace“ bylo toto centrum jógy postupně likvidováno.“³¹

Během období politické „normalizace“ bylo porozumění józe oficiálně již zcela redukováno na hathajógová cvičení a některé relaxační a očistné techniky. Jóga se stala součástí systému základní rodinné tělesné výchovy v rámci Československého svazu tělesné výchovy. Rozvíjelo se využívání jógy ve zdravotnictví hlavně díky řediteli Ústavu fyziologických regulací Československé akademie věd Ctibora Dostálka (1928), jehož výzkumy účinků hathajógových cvičení dosáhly světového uznání.“³² U nás byla jóga prezentována hlavně jako tělocvičná metoda, či terapeutická metoda, a díky tomuto přístupu se u nás velmi rychle rozšířila. Tento způsob prezentace jógy byl nutný hlavně proto, že komunismus zakazoval veškeré projevy religiozity či náboženství. Tak byla jóga v českém prostředí zdánlivě zbavena duchovní hodnoty.

Ve většině případů tomu tak doopravdy bylo, ale stále se k nám dostávaly pod „rouškou“ terapeutických účinků jógy i její duchovní myšlenky, to však jen díky několika málo jedincům. Do listopadu 1989 mohla být u nás jóga legálně prezentována pouze v rámci tělovýchovy jako zdravotně prospěšná fyzická cvičení. To se odrazilo i v názoru širší veřejnosti na jógu, která ji chápe pouze jako zdravotně tělovýchovnou a rekondiční disciplínu.

Brzy po pádu komunismu v roce 1990 byla založena organizace Sdružení učitelů jógy, kteří se snažili napravit pojmání jógy jakožto tělesného cvičení a poukazovali na to, že tělesné cviky mají jen druhotný význam a že prvořadý je právě její duchovní aspekt. Sdružení učitelů jógy zastřešuje školy různého zaměření – např. středisko vnitřního uskutečnění Pražská Prajága, český svaz Jóga v denním životě, Sdružení přátel integrální jógy, Středisko jógy svámího

³¹ Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 462 str. ISBN 80-7178-798-1. Str. 350.

³² Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 462 str. ISBN 80-7178-798-1. Str. 350.

Satjánandy, skupinu Iyengarovy jógy, skupinu Jóga v rehabilitaci pro využití jógy ve zdravotnictví pod vedením Jiřího Votavy a další.³³

Začala také vznikat nakladatelství, která se zabývala duchovní literaturou. Například nezávislé a nekomerční nakladatelství DharmaGaia, založené v roce 1992. Jeho předchůdcem bylo samizdatové nakladatelství L-Books.³⁴ Dalšími jsou Santal, Avatar, a další.

3.3 Nejznámější jógové školy u nás

Mezi směry či jógové skupiny působící u nás, či u nás založené, jsou například Pražská Prajága, český svaz Jóga v denním životě, Sdružení přátel integrální jógy, Středisko jógy svámího Satjánandy, s předsedou psychiatrem Karlem Nešporem, který se zabývá jógou hlavně z hlediska duševního zdraví, skupina Iyengarovy jógy, hnutí Haré Kršna³⁵, atd.

3.3.1 Jóga v denním životě

Jednou z nejrozšířenějších jógových skupin u nás je Jóga v denním životě. Nejdůležitější osobností a zakladatelem této jógové školy je svámí Mahéšvaránanda (*1946).³⁶ Pochází z Rúvapasu v indickém Radžastánu a od roku 1972 žije v Rakousku. Již ve 12 letech odešel do ášramu a stal se žákem významného učitele Šrí Díp Nárájany Maháprabhudžího. Další Maháprabhudžího žák Paramhansa svámí Mádhavánanda pověřil Mahéšvaránandu, aby cestoval na Západ a šířil jejich a své myšlenky, a ten roku 1972 odjel do Evropy a ve Vídni založil ášram pojmenovaný po Mádhavanándovi, zde je také hlavní

³³ Sdružení učitelů jógy. *Přehled jógových skupin, hlásících se jako součást SUJ (k datu 17.11.2004)*. [online]. [citováno 2008-1-20]. Dostupné z URL <<http://www.volny.cz/sujcz/zakladna/zakladna.htm>> Aktualizováno 4. 6. 2007.

³⁴ Nakladatelství DharmaGaia. [online]. [citováno 2008-1-15]. Dostupné z URL <<http://www.dharmagaia.cz/index.php?pg=dist>>

³⁵ Toto hnutí by se dalo řadit ke směru, který praktikuje bhaktijógu.

³⁶ Celý titul zní: Jeho Svatost višvaguru mahámandaléšvar paramhans svámí Mahéšvaránanda, svými stoupenci nazýván též „Svámídzí“.

evropské centrum. Tak se na Západě objevila Mahéšvaránandova metoda Jógy v denním životě. Tento systém učí, jak dosáhnout pevného zdraví, vnitřního míru a harmonie prostřednictvím jógy, meditace a duchovního rozvoje. Je tedy nejen tělesným cvičením, ale i návodem k harmonickému rozvíjení osobnosti. Mahéšvaránandovo působení se brzy začalo šířit po Evropě a k nám se dostalo v roce 1973 a stal se tak nejpopulárnějším indickým učitelem u nás. Svámí Mahéšvaránanda je také autorem mnoha knih, například *System jóga v denním životě*, *Pataňdžalího Jógasútry*, *Jóga proti bolestem v zádech*, aj.

„Svámídzí inicioval pořádání mezináboženských mírových modliteb a mezinárodních mírových konferencí, které se konají po celém světě. Již řadu let pořádá každoroční turné za světový mír, jehož cílem je posílit vzájemný respekt a porozumění mezi lidmi z různých zemí a s různým náboženským vyznáním. Jeho významná charitativní, humanitární a náboženská činnost stejně jako neúnavná podpora ochrany životního prostředí, tolerance a míru ve světě získaly uznání významných osobností z oblasti společenské, lékařské, náboženské a politické v nejrůznějších částech světa.“³⁷

System Jóga v denním životě se podílí na mnoha humanitárních projektech, některé jsou iniciované ze strany samotného svámího. Jsou to například vybudování vzdělávacího a výzkumného centra v Džadanu v Indii, který bude též provozovat nemocnici, domov pro přestárlé a handicapované, sirotčinec, apod. Dále to je projekt Shromažďování dešťové vody v poušti, který je zaměřen na snížení nedostatku vody a zajištění její spolehlivé dodávky pro obyvatele nejdlejších venkovských oblastí v indickém Rádžastánu, vybudování Nemocnice šrí svámího Mádhavánandy v Indii, zalesňování pouštní krajiny a mnoho dalších.³⁸

System Jóga v denním životě vychází z Pataňdžalího a Šankary. Obsahuje *hathajógu* (tělesná cvičení), *pránajámu* (dechová cvičení) a řadu dalších duchovních cvičení, jako je například meditace,

³⁷ Čerpáno z <http://www.joga.cz/i-bird/i-website/files/3643/3643.pdf> (oficiální stránky Českého svazu JDŽ)

³⁸ Podrobněji in: Humanitární projekty. [online]. [citováno 2008-4-14]. Dostupné z URL <<http://www.joga.cz/humanitarni/>>

mantrajóga (opakování manter=krátká věta s duchovním významem), atp. V tomto systému jógy se *guru* (učitel) zavazuje, že celé své snažení věnuje tomu, aby jeho žák dosáhl samádhi a zároveň je žák zavázán naprostou oddaností ke svému guruovi. Tento systém integruje prvky i z jiných jógových tradic, jako je například *bhaktijóga* (oddanost a láska k božství i jeho reprezentantovi), *karmajóga* (nesobecká činnost ve prospěch živých), *džňánajóga* (poznávání vlastní mysli) a *rádžajóga*. Do společenství se zájemci nechávají pozvat prostřednictvím místních skupin, která pořádají jógová cvičení. Dalšími důležitými podmínkami pro dovršení cíle, který skýtá Jóga v denním životě jsou láska a pomáháním všem tvorům, úcta k životu, ochrana přírody a životního prostředí, mírumilovné rozpoložením mysli, plnohodnotná vegetariánská strava, čisté myšlenky a pozitivní způsob života, tělesná a duševní cvičení, tolerance vůči všem národům, kulturám a náboženstvím.

K nám přišly myšlenky Jógy v denním životě spolu se svámím Mahéšvaránandou v roce 1973. V tehdy komunistickém Československu neměl snadné podmínky pro své učení. Avšak i přesto u nás našel stovky stoupenců a dovedně přednášel nejen jógu jako tělesné cvičení, ale také do svých přednášek zahrnoval duchovní principy jógy. „Nachádzal spôsob ako dostať jogu do povedomia širokej verejnosti a pritom sa ničím nedotkol vtedajšieho politického režimu.“³⁹

Získal si žáky po celé republice, v Opavě, v Olomouci, Praze, atd. Osobně se s nimi setkával v jejich bytech a na chatách, protože však jeho žáků přibývalo po desítkách, setkání nabyla hromadnějšího rázu, ne však méně osobního.

„Svámídžího programy to nie sú len prednášky, cvičenia ásan, pránajámy, meditácie a relaxácie v priestoroch telocviční. JE to aj spev, prechádzky a posedenia, len tak na lúke.“⁴⁰

Podle Vojtíška získal Mahéšvaránanda nejvíce stoupenců právě na území ČR.

³⁹ Mikloš, Imrich. *Joga v dennom živote: Paramhans svámi Mahéšvaránanda, 20 rokov v Československu (1973-1993)*. Vydala Spoločnosť Joga v dennom živote, pobočka Martin, 1993. Strana 10.

⁴⁰ Mikloš, Imrich. *Joga v dennom živote: Paramhans svámi Mahéšvaránanda, 20 rokov v Československu (1973-1993)*. Vydala Spoločnosť Joga v dennom živote, pobočka Martin, 1993. Strana 27.

„Alespoň částí systému Jóga v denním životě prošlo více než 10 tisíc lidí a již na tisíce stoupl i počet zasvěcených Mahéšvaránandových žáků. Vyškolených cvičitelů v systému Jóga v denním životě je u nás asi 150.“⁴¹

Český svaz Jóga v denním životě je nezisková organizace, která spolupracuje s mezinárodní organizací International Sri Deep Madhavananda Ashram Fellowship, jež sídlí ve Vídni. Obdobná centra Jógy v denním životě jsou po celé Evropě, také v Kanadě, USA a Austrálii, Indii a dalších státech. Český svaz Jóga v denním životě byl založen v roce 1995 a nyní sdružuje, zastřešuje a koordinuje činnost 31 samostatných poboček, menších skupin ve městech a obcích a všech učitelů jógy tohoto systému na území České republiky. Věnuje se zejména vzdělávací, tělovýchovné, metodické a propagační činnosti v rámci systému Jóga v denním životě. Organizuje odborné konference, na kterých veřejnost seznamuje s dlouhodobými výsledky a zkušenostmi využití systému Jóga v denním životě ve zdravotnictví, rehabilitaci a školství. Sídlo Svazu je ve Strílkách na Moravě v Maháprabhudíp ášramu, který je celorepublikovým centrem Jógy v denním životě. Zde probíhá většina aktivit Svazu, jimiž jsou mezinárodní semináře vedené osobně svámím Mahéšvaránandou, vzdělávací semináře pro cvičitele, víkendové a týdenní jógové pobyty pro veřejnost, pro rodiče s dětmi, schůzky organizátorů z celé republiky, valné hromady Svazu a další.

V českém centru ve Strílkách na Kroměřížsku se pořádá mnoho kurzů. Jsou to zdravotnické kurzy, kurzy vaření vegetariánské stravy, tvorba keramiky, a další zájmové kroužky a přednášky. Od roku 1993 zde sídlí nadace Živoucí světlo Maháprabhudípsatsang. Nadaci i ášram vede česká sannjásinka Jindra Dohnalová, která přijala jméno sádhví Párvatí. Je zde ještě jedna sannjásinka sádhví Mantradéví, Barbora Wimětalová, která je spolu se sádhví Párvatí duchovními České hinduistické náboženské společnosti, která je od roku 2003 zaregistrovaná jako náboženská společnost. Tato společnost si klade za

⁴¹ Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. Str. 346.

cíl pořádání bohoslužeb a obřadů, provozování chrámů a středisek, zakládání výukových středisek, podpora indické kultury a umění, překládání a vydávání svatých textů, distribuce a prodej knih duchovní tematikou, studium náboženských textů, spolupráce s různými hinduistickými společnostmi a církvemi, i na mezinárodní úrovni, atd. Společnost je činná prostřednictvím hinduistických obcí, které pořádají náboženské obřady, které vede duchovní obce. Je zde také zaregistrováno občanské sdružení Český svaz Jóga v denním životě, vedené lékařem Martinem Repkem. Další sdružení, které vzniklo při této společnosti, je Višva Guru Díp Hindu Mandir, které se hlásí ke svámímu Mahéšvaránandovi a sídlí v Praze. Dalším ášramem je Šrí Dévpuridží ášram v Žďárci u Skutče pod vedením Jana Hlaváčka. Český svaz Jógy v denním životě zastřešuje kolem 30 občanských sdružení této školy. Vojtíšek se v souvislosti s tímto sdružením zmiňuje o tom, že toto sdružení se krom tělesných cvičení zabývá i duchovním rozměrem jógy. Zmiňuje se také o tom, že někdy si účastníci jejich kurzů připadají, jako by byli manipulováni k přijetí myšlenek Jógy v denním životě, což je většinou odrazuje.⁴²

3.3.2 Hnutí Haré Kršna

Jedna z podob bengálského višnuismu. Zakladatelem této tradice je Šrí Kršna Čaitanja (1486-1533). Byl jedním z představitelů *bhakti*, což se dá vysvětlit jako emocionálně laděný vztah k uctívanému božstvu, plný lásky a oddanosti. V tomto případě byl oním božstvem Kršna, projevení boha Višnu. Tradice uctívání Višnu je velice stará, sahá až před počátek našeho letopočtu.

„Čaitanja sám se věnoval zpívání Kršnových jmen dlouhé hodiny, většinou se skupinou svých společníků.“⁴³ Tento skupinový zpěv se

⁴² Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 462 str. ISBN 80-7178-798-1. Str. 347.

⁴³ Fárek, Martin. *Problémy institucionalizace v hnutí Haré Kršna: Komparativní studie historie náboženského hnutí*. Praha: Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Ústav filosofie a religionistiky, 2005. Str. 5.

postupem času přesunul do ulic města, což je dnes jedním z hlavních poznávacích znaků „oddaných“ z hnutí Haré Kršna.

Ve 20. století se tento směr rozšířil díky Abhajovi Čaranu Dé (1896-1977). V roce se setkal s Bhaktisiddhántou Sarasvatím a stal se jeho žákem. Bhaktisiddhánta si přál, aby Abhaj šířil učení Čaitanji v angličtině. Abhaj začal překládat indickou literaturu do angličtiny, první byla Bhagavadgíta, jejíž překlad pořídil a napsal k ní rozsáhlý komentář. Vydal ji pak pod názvem „Bhagavadgíta taková, jaká je“. Začal také pracovat na překladu Bhágavatapurány.⁴⁴

Když se v roce 1959 stal *sannyásinem*, obdržel jméno Abhaj Čaranáravinda Bhaktivédanta Svámi. Po smrti Bhaktisiddhánty založil spolu s několika přáteli Svaz Oddaných. V 60 letech 20. století odjel do USA, kde už jako Bhaktivédanta svámí (tento titul přijal v roce 1968) postupně získal obdivovatele, ze začátku hlavně v hnutí hippies. To bylo známé svým kladným přístupem k novým náboženským směrům, zejména z Asie. Například šlo o „beatníky“, básníka Allena Ginsberga nebo Beatles. Roku 1966 založil Mezinárodní společnost pro vědomí Kršny (ISKCON)⁴⁵, která po jeho smrti založila mnoho ášramů, škol, farem, vlastní vydavatelství Bhaktivedanta Book Trust, apod. ISKCON se proslavil v Americe, Evropě, Austrálii, ale zejména v Indii.

„Na případu ISKCONu je pozoruhodné, že se tomuto hnutí zřejmě jako prvnímu podařilo přenést do podmínek euroamerického kulturního okruhu nejen učení a meditační praktiky indického náboženství, ale také jeho rituální strukturu a mnohé kulturní prvky (včetně stravy, oblečení či osobních jmen).“⁴⁶

Obyčejní lidé se mohou setkat s příslušníky hnutí Haré Kršna hlavně díky přednáškám, vegetariánským restauracím, ekologickým farmám, nebo je jednoduše mohou potkat na ulici, kde oslavují Kršnu tancem a zpěvem. K němu také směřuje veškeré snažení jeho oddaných. Ti žijí jen proto, aby ho oslavovali a sloužili mu. V jeho

⁴⁴ Podrobenji na stranách 32-33 in Mrázek, Miloš. *Děti modrého boha – tradice a současnost hnutí Haré Kršna*. 1. vydání. Praha: Dingir, 2000. 75 stran. ISBN 80-902528-1-8

⁴⁵ International Society for Krishna Consciousness.

⁴⁶ Fárek, Martin. *Problémy institucionalizace v hnutí Haré Kršna*. Praha: Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Ústav filosofie a religionistiky, 2005. Str. 7.

jméně také probíhá většina činností oddaných, platí to jak pro práci, tak pro osobní život, kdy jsou například domlouvány sňatky prezidentem chrámu. „Hlavní je, aby pár sloužil Kršnovi.“⁴⁷

Některým se však tento druh uctívání zdá přehnaný. Při mém rozhovoru s Ing. Jiřím Mazánkem, který se již několik desítek let zabývá jógou a je členem Sdružení učitelů jógy, padla zmínka také o Haré Kršna. Sám se s nimi nějakou dobu stýkal, spolu pořádali „bytová“ setkání, která byla za socialismu tajná. Jezdil sem guru Višnupád, který se orientoval na východní Evropu a Švédsko, kde měl své sídlo. S ním pak probíhala další setkání v Hlinsku. Po nějaké době jejich spolupráce ustala, protože se Jiří Mazánek názorově neshodl s hnutím Haré Krišna. Na toto rozhodnutí měly také vliv některé události, které Mazánka ve svém rozhodnutí utvrdily.⁴⁸ Jiří Mazánek si uvědomil, že hnutí by se stejně tak dalo brát jako sekta, a že „cesta“ není jen jedna.

U nás vznikla první komunita ještě v Československu v druhé polovině 20. století. Tehdy k nám museli misionáři jezdit v převleku, kvůli negativně zaměřené politice komunismu, a na falešné pasy.⁴⁹ První příznivci se scházeli po bytech a jen ve velmi malém počtu. Později se z těchto malých skupinek staly základní kameny českého ISKCONu. K literatuře se dostávali různě, ale hlavně k nim byla tajně dovážena, zejména ze Švédska. Některé původní skupinky se však rozpadly. Stalo se tak například ve skupině přátel Milana Staňka.

Začali se scházet v 80. letech 20. století v počtu asi 10 lidí. K některým vpadla i policie, zabavila veškerou literaturu a pohrozila, že je zavřou do vězení.⁵⁰ Po revoluci přišla náboženská svoboda, a tak

⁴⁷ Z rozhovoru s Milanem Staňkem, členem hnutí Haré Kršna, dne 18. 3. 2008, Praha.

⁴⁸ Pan Mazánek se v rozhovoru zmínil o jedné události, kterou se dozvěděl zprostředkovaně od svého známého, který se také věnoval józe. Chtěl za komunismu emigrovat do ciziny a švédská pobočka ISKCONu mu nabídla pomoc, ale jen za podmínky, že se přidá k hnutí, avšak jakmile se dostal do Švédska, oddaní mu prý zabavili pas a všechna osobní zavazadla, a dotyčný pak musel požádat zase jiné lidi, aby mohl uprchnout ze švédské pobočky ISKCONu.

⁴⁹ Fárek, Martin. *Problémy institucionalizace v hnutí Haré Kršna*. Praha: Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Ústav filosofie a religionistiky, 2005. Str. 113.

⁵⁰ Z rozhovoru s Milanem Staňkem, dne 18. 3. 2008, Praha.

paradoxně někteří z přátel Milana Staňka „konvertovali“ ke katolicismu, který jim byl kulturně bližší.

V roce 1987 bylo založeno první neoficiální centrum ISKCONu v Čechách. Toto centrum bylo v Lanšperku u Ústí nad Orlicí. Od roku 1989 existují také střediska v Praze Na Hrázi, kde bylo první oficiální středisko organizace u nás. Roku 1990 vznikla ekologická farma Kršnúv dvůr u Chotýšan na Benešovsku. Tato zemědělsky zaměřená komunita vznikla pod vedením Turíji dásy. Toto hospodářství si upravili pro višnuistický způsob života. Tyto ekologické farmy se snaží o maximální soběstačnost, žijí z toho co sami vypěstují, s důrazem na tradiční práce, snaží se neužívat moderní techniky.

Avšak byla zde i skupina s jiným pojetím misijní činnosti, a tak v čele Narakriti dáse vznikla misijní prodejna knih v Praze-Modřanech nazvaná Centrum pro vědecká studia. Tyto dvě skupiny se v pozdějších letech několikrát dostaly do sporu.⁵¹

„Chotýšanská komunita byla v některých ohledech liberálnější. Vedoucí hnutí v Praze naopak více zdůrazňoval řád a disciplínu.“⁵² Tyto spory v pozdějších letech vedly k odchodu některých lidí z komunit, i z Centra pro vědecká studia.

V dalších letech v Praze vznikla vegetariánská restaurace U Góvindy. Vznikala také „laické“ skupiny oddaných, tzv. přátel Kršny, které pořádaly domácí setkání.

V současné době český ISKCON pokračuje v misijní činnosti prodeje knih. Hnutí pořádá každoroční festivaly, s bohatým kulturním programem, stánky s indickým vegetariánským jídlem a zbožím. Prezidentem pražského chrámu je Nenad Nejkov, nebo-li Narakriti dása, a vedoucím Kršnova dvoru je Václav Lichtág (Varnášrama dása).

⁵¹ Blíže na stranách 114-117 in Fárek, Martin. *Problémy institucionalizace v hnutí Haré Kršna*. Praha: Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Ústav filosofie a religionistiky, 2005. Str. 114.

⁵² Mrázek, Miloš. *Děti modrého boha – tradice a současnost hnutí Haré Kršna*. 1. vydání. Praha: Dingir, 2000. 75 stran. ISBN 80-902528-1-8. Str. 50.

3.3.3 Sdružení učitelů jógy

Toto sdružení bylo založeno v roce 1990 jako sdružení učitelů jógy České republiky. Funguje jako zastřešující organizace pro různé jógové školy u nás. „Jeho členy jsou učitelé jógy bez ohledu na to kde působí, ať to jsou organizace tělovýchovy, kultury, zdravotnictví, náboženských společností a církví nebo zda působí soukromě.“⁵³

Sdružení si klade za úkol hájit společné zájmy učitelů jógy, propagovat pravdivé informace o józe, snaží se zprostředkovávat podmínky pro zdokonalení jejich členů, také uděluje licence pro nové učitele, a zastřešuje působení ostatních škol jógy.

Sdružení sice samo vzniklo až v 90. letech, jeho členové však praktikovali již mnohem dřív. Například Ing. Jiří Mazánek se věnuje józe již od roku 1968. Tehdy se doslechl o józe právě z novinových článků a rozhlasu, jelikož po roce 1968 nastalo krátké uvolnění. Mazánek cvičil podle knihy Karla Wenera.⁵⁴

V Pardubicích navštívil kurzy jógy, které vedl pan Otakar Vojkůvka z Brna, který přednášel též o duchovních aspektech jógy. Pan Vojkůvka překládal knihy o józe a pořádal letní soustředění ve Velké Lhotě u Valašského Meziříčí, kde se Mazánek setkal s dalšími lidmi, kteří se stali také českými průkopníky a učiteli jógy. Někteří od toho po čase upustili, začali se věnovat něčemu jinému, a někteří u jógy zůstali dodnes a jsou součástí Sdružení učitelů jógy. Na oněch soustředěních pořádaných panem Vojkůvkou se jedla pšenice upravená na různé způsoby.⁵⁵ Pan Vojkůvka také „zaučoval“ do způsobu vyučování jógy některé své žáky, včetně Mazánka.

Když Mazánek vystudoval chemicko technologickou fakultu v Pardubicích, následoval rok vojenské služby v Českých Budějovicích. Tam chodil na kurzy jógy, které pak sám vedl a učil zde také duchovní

⁵³ Sdružení učitelů jógy. *Kdo jsme?* [online].[citováno 2008-1-20]. Dostupné z URL <<http://www.volny.cz/sujcz/profil/kdojsme.htm>> Aktualizováno 4. 6. 2007.

⁵⁴ Je tím myšleno Werner, Karel. *Hathajóga – Základy tělesných cvičení jógických*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1969. Jana Čížková. 183 stran.

⁵⁵ Z rozhovoru s Ing. Jiřím Mazánkem, dne 6. 4. 2008, Praha.

aspekty, což vyvolalo vlnu zájmu i mezi těmi, kteří na jeho cvičení nedocházeli a znali ho jen zprostředkovaně. Chodil tam například Míra Kašpar, který se dnes věnuje k šamanismu.

U obce Velešín zbudovali na statku ášram. Mazánek tam jezdil i po vojně a tam bylo 1. velké (tajné) setkání se svámím Mahéšvaránandou. Bylo tam přes 100 lidí, kde také Mahéšvaránanda zpíval mantry, což není tak časté. Jediný záznam pořídil právě Jiří Mazánek, který ho po revoluci poskytl českému svazu Jógy v denním životě.

Jiří Mazánek se dodnes věnuje hudbě. Hrál také se skupinou Šafrán, hlavně v divadle v Nerudově ulici, které dnes již neexistuje. Hrál spolu s písničkářem Jaroslavem Hutkou, jedním ze signatářů Charty 77, nebo s Vladimírem Mertou, kteří se politicky angažovali a byli proti komunismu. Mazánka sice politika nezajímala, přesto neušel dozoru policie. Byl vyslýchán pokaždé, když některý jeho známý emigroval. Stejně tak mu byla odepřena možnost odjet studovat hudbu do Indie, kde dostal stipendium. Byl často vyslýchán a obviňován ze spolupráce s emigranty. Z rozhovoru s panem Mazánkem jsem se dozvěděla také, že za komunismu byl udáván nejen lidmi ze svého okolí, ale také ze skupinek, ve kterých učil jógu, či dokonce od „konkurenta“, silně řečeno, který nejspíš chtěl prosadit jógový směr, kterému se sám věnoval.

Za socialismu musel dělat zkoušky pro ČSTV (Československý svaz tělesné výchovy). Musel splnit cvičení na gymnastických náradích, z aerobiku, napsat písemnou práci z anatomie, atd. Nic nebylo společné s jógou, jen krátké cvičení na závěr těch nejjednodušších ásan. Tyto zkoušky byly nezbytné pro každého, který chtěl vyučovat józe.

Po revoluci u nás vznikaly nové jógové školy, což způsobilo velkou rozdrobenost jógínů. Proto vzniklo Sdružení učitelů jógy jako profesní sdružení. Každý měl svůj způsob přístupu, učení, atd. Na počátku bylo 7 skupin, včetně Mazánkovy Pražské prajágy. Ve sdružení jsou jen ti, kteří učí jógu. Ti pak mohou doporučit další zájemce o vstup. Ti, co

neměli žádné záky se většinou přidali k ČSTV, protože dostávali dotace, ale tím změnili jógu jen na tělovýchovný prvek bez duchovní stránky.

Členy Sdružení jsou: Středisko jógy Svámího Satjánandy pod vedením Karla Nešpora, Jóga pro moderního člověka, Integrovaná jóga, Pražská Prajága pod vedením Jiřího Mazánka, Jóga Jiří Čumpelík, Skupina Jóga v denním životě, Středisko Jógy Liberec, Občanské sdružení přátel integrované jógy pod vedením Milady Bartoňové a Jóga v rehabilitaci, kterou vede Doc. MUDr. Jiří Votava.

3.3.4 Iyengarova jóga⁵⁶

Zakladatelem této jógové školy je Bellur Krišnamachar Sundararádža Iyengar (1918). Roku 1975 založil v indickém městě Puna institut Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (RIMYI), který je centrem Iyengar jógy. Studenti z celého světa sem mohou přijít, aby se učili józe. Institut pořádá pravidelná sezení pro všechny, včetně lekcí pro začátečníky i pokročilé. Také má zvláštní lekce pro ženy, děti i zájemce se zdravotními problémy.⁵⁷

BKS Iyengar vychází z Pataňdžalího Jógasúter, avšak upravuje jejich podání tak, aby i obyčejní lidé mohli čerpat z moudrosti Jógasúter. Ve své nauce předkládá praktické využití jógy a pravidelný trénink. Iyengar jóga může být vykonávána kýmkoliv, v jakémkoliv věku. Učitel musí vyvinout maximální úsilí, aby každý mohl být zapojen. Iyengar jóga se také zaměřuje na práci s dětmi, u nichž jóga může zlepšovat koncentraci a sebedůvěru.

Podle Iyengar jógy má jóga léčebné účinky hlavně u chronických onemocnění kloubů, například kolen, ramen, snižuje bolesti zad, apod. Poruchy krevního oběhu, srdeční potíže, oběhové problémy v nohách, zažívací poruchy, zácpa, nadýmání, zmírňuje diabetes, dýchací potíže, astma, bolesti hlavy, atd. Na toto se specializuje výzkumný institut

⁵⁶ U nás je tento název běžně užívaný, avšak toto je počeštěná verze původního jména, které v tamilštině zní Ajjangar.

⁵⁷ B.K.S. Iyengar yoga. *Ramani Iyengar Memorial Yoga Institute*. [online].[citováno 2008-1-24]. Dostupné z URL <<http://www.bksiyengar.com/modules/Institut/RIMYI/rimyi.htm>>

Light on Yoga Research Trust (LOYRT), který byl založen roku 1978 Iyengarovými žáky k příležitosti jeho šedesátých narozenin. Zaštiťuje lékařskou prohlídku, případné fyziologické a psychologické účinky Iyengar jógy, zjišťuje důvody a motivaci pro pokračování v praktikování Iyengar jógy. Zaměřuje se také na zkoumání vnímání všech druhů zátěží a stresu na jedince.⁵⁸

U nás se tímto pojetím jógy zabývá Ing. Milena Raková (*1959). V roce 1978 začala navštěvovat pravidelné kurzy cvičení a v roce 1988 dosáhla cvičitelského oprávnění III. stupně. Vyššího stupně kvalifikačního zařazení docílila o 7 let později. V tu dobu se setkala s Iyengarovou školou jógy a začala se jí věnovat. Dostala se do učitelského studia, vedeném mezinárodně uznávanými učiteli Iyengar jógy v Německu, a rokem 1999 nabyla oprávnění k výuce tohoto typu jógy.⁵⁹

Milena Raková pořádá mimo pravidelných cvičení a lekcí také každoroční setkání a soustředění, prázdninová cvičení a tábory, od roku 1998. Česká pobočka této školy také vyrábí a prodává různé cvičební pomůcky, například pohankové polšátře, deky, široké pásy k závěsným cvikům, apod.

Dalšími certifikovanými učiteli Iyengar jógy jsou například Jan Černý v Brně, Marie Hošková v Plzni, Leonard Jagelka v Praze, aj.⁶⁰

⁵⁸ B.K.S. Iyengar yoga. *Ramani Iyengar Memorial Yoga Institute*. [online].[citováno 2008-1-24]. Dostupné z URL <<http://www.bksiyengar.com/modules/Institut/LOYRT/loyrt.htm>>

⁵⁹ Iyengar jóga. *Co je to vlastně Iyengar jóga*. [online].[citováno 2008-6-24]. Dostupné z URL <http://www.iyengar.cz/>

⁶⁰ Více na Teachers in Czech Republic. [online].[citováno 2008-6-24]. Dostupné z <http://www.bksiyengar.com/modules/Teacher/teacher.asp?Country=Czech%20Republic>

Závěr

Závěrem bych chtěla odpovědět na otázky, které jsem si položila v úvodu této práce. První mou otázkou bylo „Co je to jóga?“ Jóga je jedno z duchovních učeních Indie. Zmínky o ní máme z 8. století před Kristem z upanišad. V těchto náboženských textech se objevují důležité pojmy, jako jsou *brahma*, *átman*, *piriša* a *prakrti*, jejichž existenci jóga uznává. Důležitým mezníkem bylo sepsání *Jógasúter* indickým myslitelem Pataňdzalim z 2. století před Kristem. Tyto sústry shrnují Pataňdzliho poznatky o józe. Jóga kromě tělesných cviků obsahuje také cvičení duchovní, která mají vést k uklidnění těla a mysli.

Další otázkou, kterou jsem si položila, byla „Co předcházelo příchodu jógy do českých zemí?“ Avšak abych se dobrala odpovědi na tuto otázku, musela jsem si položit druhou otázku „Jak se Západ setkával s indickou kulturou?“, a odpovědět si nejprve na ni. Západ se setkával s duchovními směry Indie již v raném starověku, jednak díky obchodu a jednak z písemných děl antických autorů. Ve 14. století se dostala Indie do povědomí obyvatel Evropy zejména díky legendě o apoštolu Tomášovi, který prý vedl křesťany na východ. Avšak představy o Indii byly spíše zkreslené a nereálné. Reálné poznatky přišly až spolu s cestopisem *Iter in Indiam* z pera františkánského mnicha Oldřicha z Pordenone, který podává svědectví o existenci dillíském sultanátu, indických bozích a kultuře. A v 16. století díky knihtisku začalo vznikat mnoho encyklopedických prací. Avšak nejvíce zájmu o Indii bylo v 19. a následně ve 20. století, díky osobnostem jako byli Móhandás Karamčand Gándhí, indický mystik Rámakrišna, Vivékánanda, Rámana Mahárši, Aurobindo Ghóš, aj.

Na základě těchto, a ještě dalších poznatků, jsem si byla schopna odpovědět na otázku, jak k nám pronikaly duchovní myšlenky a kultura Indie. Událo se to obdobně, jako v okolních státech Evropy. Též díky obchodu, stejně tak i díky překladům známých indických děl

a antických autorů. Zájem o Indii vzrostl v období národního obrození v 18. století, které se neslo v duchu osvícenství. Přínosem bylo dílo profesora a jezuity Karla Příkryla, který svou prací ovlivnil i Josefa Dobrovského a Josefa Jungmana. V té době také bylo zakládáno mnoho vědeckých společností. V 19. století u nás již byly známy myšlenky Rámmohana Ráje a Dvárkánátha Thákura. Spolu s hospodářským rozmachem na počátku 20. století, se zlepšily i vztahy Československa s Indií, a roku 1921 byl v Bombaji založen československý konzulát. Po první světové válce Prahu navštívil i slavný básník Rabíndranáth Thákur, který navázal přátelské vztahy s mnoha českými osobnostmi, mezi které patřil například Karel Čapek.

S příchodem komunismu se ale vše změnilo. Návštěvy z Indie se nesměly odehrávat bez souhlasu Sovětského svazu. Stejně tak se začly navazovat také hospodářsko-ekonomické vztahy s Indií. Československo poskytlo Indii mnoho odborníků na stavitelství, kteří tam začali budovat nové továrny a závody.

V závěru práce uvádím čtyři duchovní směry, které s jógou pracují, a které se u nás staly nejpopulárnější. Jednak to je systém Jóga v denním životě, jedna z nejrozšířenějších jógových skupin u nás, jejímž nejvýznamějším představitelem je svámí Mahéšvaránanda. Tento systém je založen na dosáhnutí pevného zdraví, vnitřního míru a harmonie prostřednictvím jógy, meditace a duchovního rozvoje. K nám se Mahéšvaránandovo učení dostalo v roce 1973, kdy přijel do tehdy ještě komunistického Československa na návštěvu. Během několika let u nás našel stovky stoupenců.

Dalším učení, které si u nás našlo mnoho stoupenců, je hnutí Haré Kršna. Zakladatelem duchovních kořenů této tradice je Šrí Kršna Čaitanja ze 16. století, avšak k jejímu plnému rozvinutí došlo díky Abhajovi Čaranu Dé, nebo-li svámí Prabuphádovi, který založil Svaz Oddaných. Tento svaz u nás prošel dlouhým vývojem, ovlivnil některé české osobnosti, které se věnují józe, a také si prošel několika krizemi

a spory, které probíhaly mezi dvěma „větvením“ českého hnutí Haré Kršna.

Nezbytné bylo zmínit také Sdružení učitelů jógy, které vzniklo po revoluci jako zastřešující organizace učitelů jógy, bez ohledu na to kde působí. Sdružení sice vzniklo až v 90. letech, jeho členové však praktikovali již mnohem dřív.

Stejně důležité bylo také zmínit Iyengarovu jógu, jejímž zakladatelem je Bellur Krišnamachar Sundararádža Iyengar. U nás se tímto pojetím jógy zabývá Ing. Milena Raková, která má kvalifikaci na učení Iyengarovy jógy. U nás probíhají i každoroční setkání a soustředění.

Přístup české kultury k duchovním tradicím Indie, které se k nám během několika staletí dostaly, prošel velkým vývojem. Od počátečních nereálných tvrzení a legendám, se přes seriózní přístup a zájem změnil názor české kultury až k toleranci a uznání. Ve 20. století se u nás našlo mnoho zájemců o indické duchovní tradice či kulturu. I přes to, že je tato kultura naprosto odlišná od té evropské. Tento zájem nepotlačilo ani období Bachovského absolutismu, ani obě dvě světové války. Stejně tak komunismus, s jeho odmítavým přístupem a pronásledováním.

Bibliografie

Literatura

- Fárek, Martin. *Problémy institucionalizace v hnutí Haré Kršna: Komparativní studie historie náboženského hnutí*. Praha: Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Ústav filosofie a religionistiky, 2005
- Merhaut, Boris. Hrst vzpomínek na Květoslava Minaříka. In Minařík, Květoslav. *Jóga v životě současného člověka*. Kruh, 1991. 268 stran. ISBN 80-85202-02-6
- Mikloš, Imrich. *Joga v dennom živote: Paramhans svámi Mahéšvaránanda, 20 rokov v Československu (1973-1993)*. Vydala Spoločnosť Joga v dennom živote, pobočka Martin, 1993
- Minařík, Květoslav. *Jóga v životě současného člověka*. Kruh, 1991. 268 stran. ISBN 80-85202-02-6
- Lysebeth, André Van. *Cvičíme jógu*. Přeložila Marie Herrmannová a Věra Knížetová. 1. vyd. Praha: Olympia, 1988. 245 stran
- Patanjali. *The Yoga-sutras*. Přeložil M. N. Dvivedí. Adyar: The Theosophical publishing house, Madras, India, 1947. 182 s.
- Pataňdzali. *Jógasútry*. In: Plav – Indie: Nemizící řeka tradice. Přeložil Jaroslav Strnad. 5.II. (2006)
- Polášek, Milan. *Jóga*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1995. 195 stran. ISBN 80-205-0397-8
- Sanitrák, Josef. *Dějiny české mystiky I – Legenda Karel Weinfurter*. 1. vyd. Praha: Eminent, 2006. 325 s. ISBN 80-7281-166-5
- Strnad, Jaroslav a kol. *Dějiny Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2003. 1185 s. ISBN 80-7106-493-9
- Vojtíšek, Zdeněk. *Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 462 str. ISBN 80-7178-798-1
- Zbavitel, Dušan. *Otazníky starověké Indie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997. 185 s. ISBN 80-7106-241-3

Internetové prameny

- B.K.S. Iyengar yoga.[online].[citováno 2008-1-24]. Dostupné z URL <<http://www.bksiyengar.com>>
- Iyengar jóga. [online].[citováno 2008-6-24]. Dostupné z URL <<http://www.iyengar.cz>>
- Jóga v denním životě. [online].[citováno 2008-4-14]. Dostupné z URL <<http://www.joga.cz/index.php>>
- Nakladatelství DharmaGaia. [online].[citováno 2008-1-15]. Dostupné z URL <<http://www.dharmagaia.cz/intro.php>>
- Sdružení učitelů jógy. [online].[citováno 2008-1-20]. Dostupné z URL <<http://www.volny.cz/sujcz/index.html>> Aktualizováno 4. 6. 2007.

Příloha

Z rozhovoru s Jiřím Mazánkem

Od roku 1968 se věnuje józe. Doslechl se o ní v novinách, protože došlo k uvolnění, již se o ní smělo psát, ale jen jako o cvičení. Objevily se i krátké články a cvičení v rozhlase. Pan Mazánek cvičil podle Wenera; v Pardubicích vedla kurzy jógy jedna paní (nepamatuje si již na jméno), ale ta emigrovala. Pak ho učil pan Otakar Vojkůvka z Brna, měl odlišné pojetí, než jeho předchůdkyně - přednášel i o duchovních aspektech jógy. Také pan Vojkůvka překládal knihy z cizích jazyků a ty si kupovali, dělal letní soustředění ve Velké Lhotě u Valašského Meziříčí. P. Vojkůvka zaučoval některé své žáky, i p. Mazánka. P. Mazánek

Vystudoval chemicko technologickou fakultu v Pardubicích a pak byl rok na vojně v Českých Budějovicích. Tam chodil na jógu a pak tam i učil a vedl tam kroužek; po tom, co je učil i duchovní aspekty, tak se jich tam začalo přidávat víc. Chodili tam například Míra Kašpar (přešel k šamanismu), Lída Chrástanská (dala se na transpersonální psychologii), aj. U Velešína zbudovali na statku ášram. P. Mazánek tam jezdil i po vojně a tam bylo 1. velké (tajné) setkání se svámím Mahéšvaránandou – bylo tam přes 100 lidí. P. Mazánek tam pořídil záznam Mahéšvaránandova zpěvu, je jeden z mála, ten nyní vydala JDŽ. Pak majitel statku konvertoval ke křesťanství a ášram zrušil.

Roku 1976 p. Mazánek odjel do Prahy a přes Lídu Obdržálkovou se dostal k Honzovi Havelkovi. Pořádali malé schůzky, s ním vydali několik duchovních spisů co sami přeložili (hlavně z angličtiny a němčiny), tam pozval i hnutí Haré Krišna z Polska (tehdy ještě tajné). Scházeli se po bytech. Jezdil sem guru Višnupád pro východní Evropu a Švédsko (tam měl sídlo). S ním pak probíhala další setkání v Hlinsku.

Měl problémy s policií, udal ho jeden známý jogín, není známo z jakých důvodů, jestli z osobních či si myslel, že je pro něj pan Mazánek „konkurencí“. Panu Mazánkovi tehdejší režim zamítl odjet na stipendium studovat hudbu do Indie. Hrál se skupinou Šafrán, hlavně

v divadle v Nerudově ulici, které dnes již neexistuje. Hrál spolu s Hutkou, Mertou, ale politika ho nezajímala, přesto neušel dozoru policie. Byl vyslýchán také pokaždé, když některý jeho známý emigroval.

Mazánek se názorově rozloučil s hnutím Haré Krišna, protože si v té době již po svých zkušenostech udělal názor, že to je jakási sekta, a že „cesta“ není jen jedna. V té době ho uchvátil Paramhansa Jógánanda a jeho cesta lásky (oslovila ho jeho fotografie a klidný láskyplný výraz). Mahéšvaránanda přijel do Olomouce a dal panu Mazánkovi mantru. Pro Mazánka byla nejdůležitější láska, a při hudbě kterou hrál měl vize a zpíval mantry (mantraj, nádaj, tantraj).

Spolupracoval s Borisem Merhautem. Jezdili spolu na chatu, věnovali se hudbě a ta hudba v panu Mazánkovi probudila energii kundalíní. Setkal se s učitelem z ánanda márgy, i s učením Satjánandy. Léta překládal jógasútry. Tajně pořádal tábory, kde se meditovalo, zpívaly mantry, někdy i přes den i noc, ale nebyly tam přednášky, jen duchovní cvičení.

Za socialismu musel dělat zkoušky pro ČSTV (Československý svaz tělesné výchovy). Musel splnit cvičení na gymnastických náradích, z aerobiku, napsat písemku z anatomie, atd. Nic nebylo společné s jógou, jen krátké cvičení na závěr těch nejjednodušších ásan. Před revolucí se setkal také s André van Lysebethem.

Sdružení učitelů jógy je profesní sdružení kolem učitelů jógy. Každý měl svůj způsob přístupu, učení, atd. Na počátku bylo 7 skupin, včetně Mazánkovy Pražské prajágy. Ve sdružení jsou jen ti, kteří učí jógu. Ti pak mohou doporučit další zájemce o vstup. Ti, co neměli žádné žáky se většinou přidali k ČSTV, protože dostávali dotace, ale tím změnili jógu jen na tělovýchovný prvek bez duchovní stránky.

Dnes se Mazánek věnuje mantrám a tantře.

Rozhovor s Milanem Staňkem

A. Vyoralová: Já bych se chtěla zeptat, jak jste se dostal k józe?

p. Staněk: Má sestra měla přítele a on byl oddaným Kršny. Já k nim chodil na návštěvu, a jednou večer sestřin přítel zpíval mantru a on mi řekl o tom, co dělá. Já v té době již rok dělal hathajógu a zajímal se o věci z Indie, tak jsem si řekl, že bych to taky zkusil. To bylo v roce 82 v červnu. Tenkrát tady byla skupina několika oddaných Kršny, asi deset jich bylo. Scházeli jsme se v bytech, protože jsme neměli tenkrát „templ“, vše bylo potají, aby o tom nikdo nevěděl.

A. Vyoralová: Za situace, která tady v té době panovala, zažil jste nějakou perzekuci či stíhání za to, co jste praktikovali?

p. Staněk: Já ne, ale k jendomu kamarádovi přišli, jestli to byla tajná policie, to nevím, a řekli, že se to u nás nesmí a phrozili mu, že ho pošlou do vězení. Jinak jsem se nesetkal s žádnou perzekucí.

A. Vyoralová: A jak jste se dostával k literatuře?

p. Staněk: Jeden oddaný sem vozil knihy a jezdil sem, mluvil o tom. Knihy byly v češtině nebo angličtině. Byl to Turiya.

A. Vyoralová: Proběhla nějaká velká změna v chování na venek, tehdy a teď?

p. Staněk: Nyní jsme mnohem otevřenější. Můžeme zpívat na ulici, tentkrát všechno bylo tajně.

A. Vyoralová: Proč jste se vlastně rozhodl přidat k hnutí Haré Kršna, co vás nejvíce oslovilo?

p. Staněk: To je věc, kterou člověk cítí, to se nedá vysvětlit.

A. Vyoralová: Který byl váš první počit po revoluci?

p. Staněk: Koupili jsme v Lanšperku dům. Tam jezdili oddaní z Čech i ze Slovenska. To bylo v roce 1988. Já jsem jednu dobu myslel, že se tam taky odstěhuju, ale pak jsem si to rozmyslel a vrátil se do Prahy.

A. Vyoralová: Pamatujete si, jak se sem dostávaly duchovní myšlenky z Východu nebo z ostatních zemí?

p. Staněk: Bylo to od roku 80 od Turíy ze Švédska. Ještě bych mohl říct, že všichni z té naší skupiny, kromě mě a jednoho člověka, se dali na křesťanství nebo úplně přestali praktikovat vědomí Kršny.

A. Vyoralová: A proč si myslíte, že se tak stalo?

p. Staněk: Já nevím. Asi protože jim to křesťanství bylo bližší. Stali se z nich katolíci. S jedním z nich jsme dobří kamarádi a navštěvujeme se.

A. Vyoralová: Jak jste přišel ke svému duchovnímu jménu Mináavatar dás?

p. Staněk: To mi dal můj duchovní učitel. Mé zasvěcení bylo v roce 1994. Je to obřad, kde je oheň, zpívají se mantry.

A. Vyoralová: To zasvěcení probíhá, až když se ten žák kvalifikuje? Je to hodně náročné se na to připravit?

p. Staněk: Né, i když teď je to mnohem přísnější než když jsem měl zasvěcení já. Myslím že nyní dělají zkoušky a píší nějaký test. Za mne stačilo doporučení „temple“ prezidenta.

A. Vyoralová: A zajímal jste se o sanskrkt? Nebo je to součást požadavků?

p. Staněk: Tak samozřejmě se kdo chce může učit sanskrkt. V Americe byl jeden oddaný z Nepálu a ten měl nějaké své žáky...Ještě k té době, jak jsme začínali, tak jsme se scházeli i u nás, zde v bytě.

A. Vyoralová: Dostala se k vám třeba i tam samizdatová literatura, která zde „vycházela“?

p. Staněk: Vůbec. Ta literatura neměla nic společného s vědomím Kršny. My jsme měli literaturu, kterou sem dovážel Turiya.

A. Vyoralová: A nezajímali jste se i o ostatní praktikující jógu?

p. Staněk: Ne. Jen o védskou filozofii.

A. Vyoralová: Stýkáte se i se skupinami z ciziny?

p. Staněk: Já žil 11,5 roku v USA a tam jsem žil v templu v Bostonu, v Allachui. Tam je největší komunita, asi 500 oddaných Kršny, myslím ve světě mimo Indii.

A. Vyoralová: Máte společné akce s ostatními oddanými nebo středisky?

p. Staněk: Ano, třeba když se slaví narození Kršny.

A. Vyoralová: Co se týče sňatků, jsou pro to nějaká pravidla?

p. Staněk: Ano. Sňatky mohou probíhat jen mezi oddanými. Většinou se to dělá tak, že svobodný muž jde za temple prezidentem a řekne mu, že by se chtěl oženit a ten temple prezident to zaranžuje. Ale v reálném světě se to asi úplně tak nedodržuje.

A. Vyoralová: A myslíte si, že ti dva ve zaranžovaném sňatku, že jsou šťastní?

p. Staněk: No oni hlavně slouží Kršnovi, ten pár, aby mu sloužil. To je nejdůležitější věc, ta služba. A aby byli tolerantní.

A. Vyoralová: A když se těm manželům narodí děti?

p. Staněk: Děti jsou už od narození vychovávány k vědomí Kršny. V Allachui jsou dokonce i školy.

A. Vyoralová: Je přístup v Americe jiný než zde?

p. Staněk: Myslím, že ten přístup je stejný v Americe i zde.

A. Vyoralová: A sektek jste se v Americe s odporem místního obyvatelstva?

p. Staněk: Ne, já přímo ne, ale slyšel jsem o některých případech ve světě.