

# PATAŇŽALIHU ETIKA

*Martin Dojčár*

## Úvod

Prvoradým poslaním univerzity je formácia osobnosti. Nejde pritom však len o formáciu vzdelanostnú, ale aj osobnostnú. Formácia charakteru patrí prednostne do kompetencie etiky. Práve etické hodnoty sa totiž komunikujú v procese kultivácie charakteru. Osobitný význam má potom etika pre študentov etickej výchovy. Tu prichádza ku slovu nielen osobnostná formácia, ale aj odborná špecializácia.

Komunikácii etických hodnôt môže osobitným spôsobom napomôcť komparatívna etika. Táto etická disciplína si kladie za cieľ predstaviť etické hodnoty a systémy v komparatívnej perspektíve. Komparatívny prístup vytvára priestor pre porovnanie etických koncepcií rôznych kultúrnych a náboženských tradícií. Na pozadí takéhoto porovnania potom vystupujú do popredia etické paralelizmy i antagonizmy. Spôsob komunikácie etických hodnôt v kontexte komparatívnej etiky si teraz predstavíme na malej ukážke. Témou nasledujúcej prezentácie je etika *Joga sútier*.

## Záhľadný autor Joga sútier

*Joga sútram* patrí v indickom písomníctve výnimočné postavenie. Tieto klasické texty totiž zakladajú písomnú tradíciu *joga daršany*, jedného zo šiestich „ortodoxných“ systémov indického myslenia. Niet preto divu, že sa tešia tej najvyššej autorite.

Nič na tom nemení ani fakt, že ich autor zostáva neznámy. Aj keď sa autorstvo smerodajného textu jogovej tradície pripisuje istému Pataňžalimu, o osobe tohto legendárneho mudrca nie je známe nič bližšie, ba i samotné datovanie je veľmi neisté (osciluje medzi 2 st. pr. Kr. a 4 st. po Kr.). Nevedno či sa jedná o gramatika toho istého mena z 2. storočia pred Kristom alebo o niekoho iného. Celkom iste však tento muž, známy ako otec jogy, nebol pôvodcom jogy, ale iba jej systematizátorom. Výsledný text je bezpochyby syntézou viacerých názorových prúdov a praktických metodík, pochádzajúcich z obdobia prechodu od brahmanizmu k hinduizmu (3. st. pr. Kr. – 3. st. po Kr.). Je dokonca možné, že vznikol spojením niekoľkých starších textov.

## Osemdielna joga

V štyroch kapitolách (*páda*) svojej *Joga sūtry* Pataňdzali predkladá metodiku duchovnej praxe, usporiadanú podľa vzoru buddhizmu do ôsmych stupňov. Z toho aj názov celého systému: *aštanga joga* – osemdielna joga, doslova „joga ôsmych údov“. Osem inkriminovaných „údov“ (*anga*) tvorí:

1. *Jama* (predpisy sebaovládania)
2. *Nijama* (pravidlá správneho správania)
3. *Ásana* (pozície)
4. *Pránájama* (ovládanie dychu, resp. sústredenie na životnú silu – *pránu* – prostredníctvom dychových cvičení)
5. *Pratjáhára* (ovládanie zmyslov)
6. *Dhárana* (sústredenie)
7. *Dhjána* (hlbšie sústredenie)
8. *Samádhi* (ponorenie, zjednotenie)

Mircea Eliade považuje tieto „údy“ jogy „za skupinu techník a etáp na asketickej a duchovnej ceste vedúcich ku konečnému oslobodeniu“. (Eliade, s. 50) Hoci každý z ôsmych stupňov Pataňdzaliho systému má svoj špecifický obsah, predsa je každý postavený do služieb toho istého cieľa. Všetky totiž majú svojím spôsobom napomôcť sústredeniu (*ékágrata*), lebo je to práve sústredenie, ktoré vedie k spásnemu oslobodeniu (*mókša*).

Podľa predmetu možno jednotlivé stupne jogy rozdeliť do troch skupín. Prvé dva stupne predstavujú etiku, ďalšie tri disciplínu tela a mysle a posledné tri zas koncentráciu a kontempláciu.

Etický kódex je teda integrálnou súčasťou Pataňdzaliho systému. Nie je však súčasťou homogénnou. Nachádzame tu vedľa seba predpisy sebaovládania (*jama*) a predpisy správneho správania (*nijama*). Ale kým prvý stupeň jogy (*jama*) je určený všetkým, druhý (*nijama*) je adresovaný len niektorým. Indická tradícia chápe *nijamy* ako pravidlá, ktoré zaväzujú iba tých, ktorí sa zasvätili duchovnému ideálu (*sannjása*) prostredníctvom náboženského sľubu. (Šivananda, s. 29) Francúzsky komentátor Jean Varenne prirovnáva etické školenie jogy k noviciátu známemu z kresťanskej tradície. (Varenne, s. 224)

Medzi jednotlivými stupňami klasickej jogy neexistuje striktná následnosť, čo platí aj o prvých dvoch „údoch“. Zložky Pataňdzaliho jogy netreba chápať ako geologické vrstvy

umiestnené v radoch nad sebou. Postupnosť tu pochopiteľne existuje, ale nie v tom zmysle, žeby *sádhak* (žiak) mohol postúpiť k nasledujúcemu stupňu až potom, čo plne uskutočnil ten predchádzajúci. Dokonalosť v joge nie je sumou jednotlivých čiastkových dokonalostí, ale celkom novým, transcendentným stavom, prekračujúcim a súčasne zdokonaľujúcim a završujúcim bežný ľudský stav. Analogicky aj mravná dokonalosť je plodom dokonalej jednoty (*samadhi*) a nie naopak. Kto však na druhej strane o mravnosť neusiluje, ten ju zrejme ani nedosiahne. Preto sa na počiatku duchovnej cesty dôrazne vyžaduje úsilie o „umravnenie“. (Květoslav Minařík)

Cena za mravnosť je však vysoká. Uvádzať predpisy jamy do života nie je vôbec jednoduché. Dokonalé uskutočnenie jogovej etiky považujú dokonca niektorí Pataňdžaliho komentátori za celkom nemožné. Preto Pataňdžali prezieravo začína svoj výklad jogy, t.j. prostriedkov slúžiacich na utíšenie mentálnej činnosti, popisom *krijajogy*, teda praxe, ktorá aspoň v počiatkových fázach nevyžaduje takú duchovnú zrelosť ako umravnenie. Niet človeka, túžiaceho po duchovnom poznaní, ktorý by nebol schopný praktizovať *tapas*, *svádhjáju* a *išvaratapanidhánu* v tých najelementárnejších formách. (Tie tvoria náplň Pataňdžaliho *krijajogy*.) Prečo? Jednoducho preto, že spočiatku sa jedná len o čisto fyzické úkony, ktoré zvládne každý, ak chce. Ani mechanické vykonávanie nie je na prekážku. Vyžaduje sa len pravidelnosť a istá miera sústredenia, spojená s primeraným nadšením, aby sa mohli dostaviť kladné výsledky v podobe vnútorného uzobraťnia.

Predpisom jamy sa ale nik nakoniec nevyhne. Neublížovanie, pravdivosť, nekradnutie, sebaovládanie, či nehrabivosť – to sú etické hodnoty, ktoré Pataňdžali výslovne menuje, a ktorých uskutočnenie výslovne vyžaduje. Zdá sa, že Pataňdžali uvádza len krátky výber z omnoho širšieho registra, malú vzorku či ukážku jogovej etiky.

Pataňdžaliho zoznam pozostáva z päťice jám a päťice nijám. Iné katalógy vyzerajú ináč. Niektoré dokonca jamy a nijamy navzájom zamieňajú. Zatiaľ čo jeden text považuje niečo za jamu, iný to isté považuje za nijamu. Ak Pataňdžali menuje určité hodnoty, robí tak zrejme preto, lebo im prikladá najväčší význam, ale bez toho, žeby zaznával či odmietal iné etické hodnoty.

## **Jama**

Základom slova *jama* je slovesný koreň *jam*, ovládať, kontrolovať, držať pod kontrolou. Jednotlivé jamy treba preto chápať ako **predpisy sebaovládania**, tzn. ako príkazy alebo zákazy, ktoré riadia či usmerňujú myslenie, cítenie, chcenie a konanie človeka. Takto

prekladá výraz *jama* svámí Šivananda. (Šivananda, s. 29) Jean Varenne hovorí v tejto súvislosti o „ovládani“. (Varenne, s. 224) Podľa indického džňánina Ramanu Maháršiho „*jama spočíva v pestovaní cností*“. (Maháriši, s. 38)

Pataňdžali vypočítava päť jám (Joga súra 2, 30):

- *Ahimsá* (nenásilie, neublížovanie)
- *Satja* (pravdivosť, pravdovravnosť)
- *Astéja* (neodcudzovanie, čestnosť)
- *Brahmačarja* (zdržanlivosť, celibát)
- *Aparigraha* (neuchopovanie, nehrabivosť, neprijímanie darov)

### ***Ahimsá***

Výraz *ahimsá* interpretátori obvykle prekladajú ako násilie alebo neublížovanie, avšak slovo *himsá*, ktoré stojí v jeho základe, neoznačuje násilie ako skutkový stav, ale **sklon k násiliu**. V ahimse ide preto viac o postoj, ako o skutok. „Ahimsá neznamená len nezabíjať,“ píše Šivananda, „je to univerzálna láska. Je to zdržanlivosť od akéhokoľvek ublížovania.“ (Šivananda, s. 29)

### ***Satja***

*Satja* je pravdivosť. Sanskrtská etymológia slova *satja* poukazuje na spojenie medzi pravdou a bytím. Slovný koreň *sat* totiž označuje bytie. Pravdivé je potom to, čo existuje, osobitne to, čo existuje samo v sebe (bytie, brahma).

Keďže výraz *satja* sa prekladá ako pravdivosť alebo pravdovravnosť, môže vzniknúť dojem, že jeho obsah sa vyčerpáva hovorením pravdy. Tak tomu ale nie je. Každý podvod, ba i ľstivá myšlienka je porušením tohto imperatívu.

### ***Astéja***

*Astéja* znamená nekradnutie, neodcudzovanie. No nejde len o púhe odcudzovanie vecí, ktoré patria iným, ale aj o zámer či túžbu vlastniť cudzí majetok. Táto etická norma chráni každú formu vlastníctva a zakazuje akýkoľvek spôsob jeho zneužívania. Keď *astéja* prikazuje dávať každému, čo mu patrí, vystupuje v roli spravodlivosti.

### ***Brahmačarja***

Bežný význam pojmu *brahmačarja* je pohlavná zdržanlivosť, celibát. Ten však nezodpovedá etymológii slova. *Brahma* (*n*) je sanskrtské označenie pre transcenciu, *čárja* je spôsob správania. V doslovnom preklade potom brahmačarja označuje spôsob správania zameraný na brahma. Tak pojmu rozumie aj Ramana Mahárši: brahmačárjin je ten, kto vo všetkom nazerá brahma.

### ***Aparigraha***

Výraz *aparigraha* vznikol spojením slov *pari* (všetko) a *graha* (branie, uchopovanie), pred ktoré bola pridaná negatívna predpona *a* (nie). Ide teda o zákaz prijímania a hromadenia, ktorý sa vzťahuje na všetko, čo nie je nevyhnutné k zachovaniu života.

*Aparigraha* sa často interpretuje ako nepripútanosť k veciam s tým, že je prípustné veci vlastniť, ale nie je prípustné si ich privlastňovať. Moment nepripútanosti je nepochybne v pojme neuchopovania prítomný, ale rovnako dôležité je tu aj fyzické zrieknutie sa vlastníctva. (Pre samotnú nepripútanosť ako mentálny stav má joga iný výraz – *samnjása*.)

### **Nijama**

Na prvý stupeň jogového rebríčka bezprostredne nadväzuje druhý. Pravidlá sebaovládania striedajú pravidlá správania. V tomto zmysle charakterizuje nijamy aj Mahárši. (Maháriši, s. 38) Varenne prekladá slovo *nijama* výrazom „disciplína“. (Varenne, s. 224)

Pataňdžali uvádza päť nijám (Joga sútra 2, 32):

- *Šauča* (čistota)
- *Santóša* (spokojnosť)
- *Tapas* (odriekanie, askéza, nadšenie, skromnosť, prostota)
- *Svádhyája* (štúdium)
- *Íšvarapranidhána* (zbožnosť, odovzdanosť Bohu)

### ***Šauča***

Slovo *šauča* značí čistotu, a to tak čistotu tela, ako aj čistotu mysle. V tomto obojakom zmysle vykladajú *šauču* mnohí komentátori. No Pataňdžali má na mysli skôr čistotu tela.

Očiste mysle, ktorá je pochopiteľne dôležitejšia ako čistá tela, sa Pataňdzali venuje na inom mieste.

### ***Santóša***

Slovo *santóša* môžeme preložiť ako spokojnosť, alebo inými slovami ako „*neprítomnosť túžby rozmnožovať životné potreby*“. (Eliade, s. 52) Na rozdiel od ostatných nijám, ktoré sa vzťahujú primárne k telu, táto nijama sa vzťahuje prednostne k mysli. Zdá sa, že jej zaradením medzi nijamy chcel Pataňdzali zdôrazniť nutnosť správneho postoja, ktorý by mal byť základom a východiskom správneho jednanja.

### ***Tapas***

Výraz *tapas* pochádza z koreňa *tap*, horieť. *Tapas* potom znamená: byť zapálený, horieť túžbou po duchovnom cieli. V inom zmysle zas *tapas* označuje odriekanie, askézu. Tak píše Eliade: „*Tapas (askéza) spočíva v odolávaní protikladom, ako je napríklad túžba jesť a piť, teplo a zima, pranie stáť a sedieť, mlčanie a mimika odhaľujúce pocity a myšlienky.*“ (Eliade, s. 52)

### ***Svádhjája***

Výraz *svádhjája* vznikol spojením slov *sva* (vlastný) a *adhjája* (kapitola knihy). Ide teda o pravidelné štúdium jogovej metafyziky. „*Štúdium znamená oboznámiť sa s náukami vedúcimi k oslobodeniu od tejto existencie (mókša).*“ (Eliade, s. 52) Štúdium posvätných textov je dôležitou súčasťou prípravnej praxe jogy, pretože pomáha získať správny názor a odstránenie nesprávnych predstáv. Akokoľvek je však dôležité, štúdium stojí len na počiatku procesu poznania.

### ***Íšvarapranidhána***

*Íšvarapranidhánou* treba rozumieť uctievanie Íšvaru, t.j. osobného Boha. Toto uctievanie má formu náboženského kultu, verejného i súkromného. Súčasťou *Íšvarapranidhány* je vnútorný postoj zbožnosti.

### **Viparita paramarša**

S teóriou sa v joge vždy spája prax. Účelom jogy nie je nikdy rozumové uchopenie, ale skúsenostné pochopenie. Preto boli vyvinuté rozličné postupy, ktorých úlohou je napomáhať

zvnútorneniu etických hodnôt a dosiahnutiu duchovných cieľov. Jedným z takýchto cvičení je aj *viparita paramarša*. (Timčák, s. 82 – 83)

*Viparita paramarša* sa používa pri osvojovaní etického kódexu jogy. Základom cvičenia je rekapitulácia udalostí dňa za účelom ich uvedomenia. Cvičenie sa preto prevádza večer (po dobu asi desiatich minút). Krok za krokom si človek uvedomuje jednotlivé udalosti dňa, postupujúc spätne bežným spôsobom k jeho počiatku. Pri významnejších udalostiach sa pozastaví, aby si ich jasnejšie uvedomil z rozličných aspektov. Cvičenie je zamerané na vnímanie a nie na komentovanie. Človek sa takto učí pozorovať svoje konanie, myslenie a cítenie z určitého odstupu či nadhľadu. Cieľom je potom preniesť toto pozorujúce stanovisko do každodenného prežívania, aby sa praktizujúci s jeho pomocou vymanil zo zajatia negatívnych emócií, pocitov, vnemov a myšlienok. Týmto spôsobom sa postupne zbaví nielen nežiadúcich reakcií, ale aj nesprávnych postojov. Úspešná realizácia predpokladá vytrvalé úsilie vôle zamerané na elimináciu nežiadúcich mentálnych hnutí či stavov a ich nahradenie žiadúcimi.

## **Záver**

Význam etiky je pre úspech v joge celkom zásadný. Etické hodnoty nie sú pritom jedinými kritériami, ktoré joga predpisuje. Aj ďalšie podmienky treba splniť, ak má byť cieľ duchovného života dosiahnutý. Disciplína tela, disciplína mysle, sila koncentrácie, alebo aj *mitahar*, regulácia stravy, patria medzi tie najdôležitejšie.

Napriek tomu, prvé dva stupne jogy – *jama* a *nijama* – tvoria základ jogového systému. Navyše, bez etického základu nie je možný ani harmonický rozvoj osobnosti a spoločnosti. Mýlia sa tí, ktorí odsúvajú etiku na perifériu svojho záujmu a učia jogu tak povediac na preskáčku. Iba komplexný prístup prináša komplexné výsledky. Telesné, dychové a mentálne cvičenia nemôžu viesť k pozitívnym výsledkom bez etiky, ba môžu aj škodiť, pretože uvádzajú do chodu procesy, ktoré nemožno bez pomoci etickej disciplíny celkom dobre zvládnuť.

*„Prvé dva údy, jama a nijama, sú (...) predpokladom akejkoľvek askézy. Neponúkajú teda nič čisto jogové. „Ovládanie“ (jama) očisťuje od hriechov, ktoré zavrhuje každá morálka, ale pripúšťa spoločenský život. (...) Toto „ovládanie“ ctí každá etika a môže ho dodržiavať tak adept jogy, ako ktorýkoľvek čestný a poctivý človek. Ich uplatňovaním nevzniká osobitný jogový stav, ale „očistený“ ľudský stav, nadradený bežnému ľudskému stavu. Táto čistota je pre ďalšie etapy nepostrádateľná.“* (Eliade, s. 51 – 52)

## Literatúra

- [1] *Patanjala Yoga Sutras. Sanskrit Sutra with Transliteration, Translation & Commentary.* Lonavla (India) : Kaivalyadhama.
- [2] MAHÁRIŠI, Ramana: *Kdo jsem já a další díla.* Překlad a komentáře Jiří Vacek. Praha, 1994.
- [3] ELIADE, Mircea: *Jóga, nesmrtelnost a svoboda.* Praha : Argo, 1999.
- [4] *První výbor z díla mistra Šivanandy.* Brno : Svatá Mahatma, 1992.
- [5] RÁDHAKRIŠŤAN, Sarvapalli: *Indická filosofie II.* Praha : Nakladatelství Československé akademie věd, 1962.
- [6] TIMČÁK, G. M.: *Joga I.* Košice : TJ Slávia VŠT, 1987.
- [7] VARENNE, Jean: Hinduismus posvátných textů. In: *Encyklopedie mystiky V.* Praha : Argo, 2002.
- [8] WERNER, Karel: *Malá encyklopedie hinduismu.* Brno : Atlantis, 1996.

---

Mgr. Martin Dojčár  
Katedra pedagogiky a psychologie  
Pedagogická fakulta TU  
Priemyselná 4, P.O. Box 9  
918 43 Trnava  
e-mail: dojcar@centrum.sk