

# LOTOS

PADMÁSANA

*Padma: lotos*



## VIŠNUOV PUPOK

Na úsvite Stvorenia ležal boh Višnu na Anante, tisíchlavej kobre. Obaja sa hojdali na vlnách prvotných vôd bezodného a nekonečného oceána. Zvinuté hadie telo poskytlo bohu mäkké lôžko a početné hlavy ho chránili sťa strecha. Ako dlho takto oddychovali, kým vznikol Čas? To nikto presne nevie, ale v jednej chvíli Višnu začal snívať o stvorení vesmíru.

Kým boh myslel na budúci vesmír, z pupku mu pomaly vyrastal lotos. Na konci ohybanej a pevnej stonky sa vynímal nepoškvrnený lotosový puk. Jeden po druhom sa rozvinulo jeho tisíc okvetných lístkov a uprostred kvetu sa objavila postava so štyrmi tvármi. Bol to Brahma, boh Stvoriteľ.

Každá Brahmova tvár sa pozerala do jednej zo štyroch svetových strán a každé ústa vyslovovali jednu časť prvopočiatocnej slabiky: A, U, M a odmlka.

Po prvotnej slabike Stvorenia sa čoskoro začal kozmický oceán meniť na vesmír, ako ho poznáme dnes.

— „Z aum sa zrodili bohovia,  
z aum sa zrodili hviezdy,  
z aum je celý tento vesmír,  
ktorý tvoria tri svety  
a živé aj neživé bytosti.“  
Dhyanabindu Upanišad



# KORYTNAČKA

KURMÁSANA  
*Kurma: korytnačka*



## MÚTENIE OCEÁNA

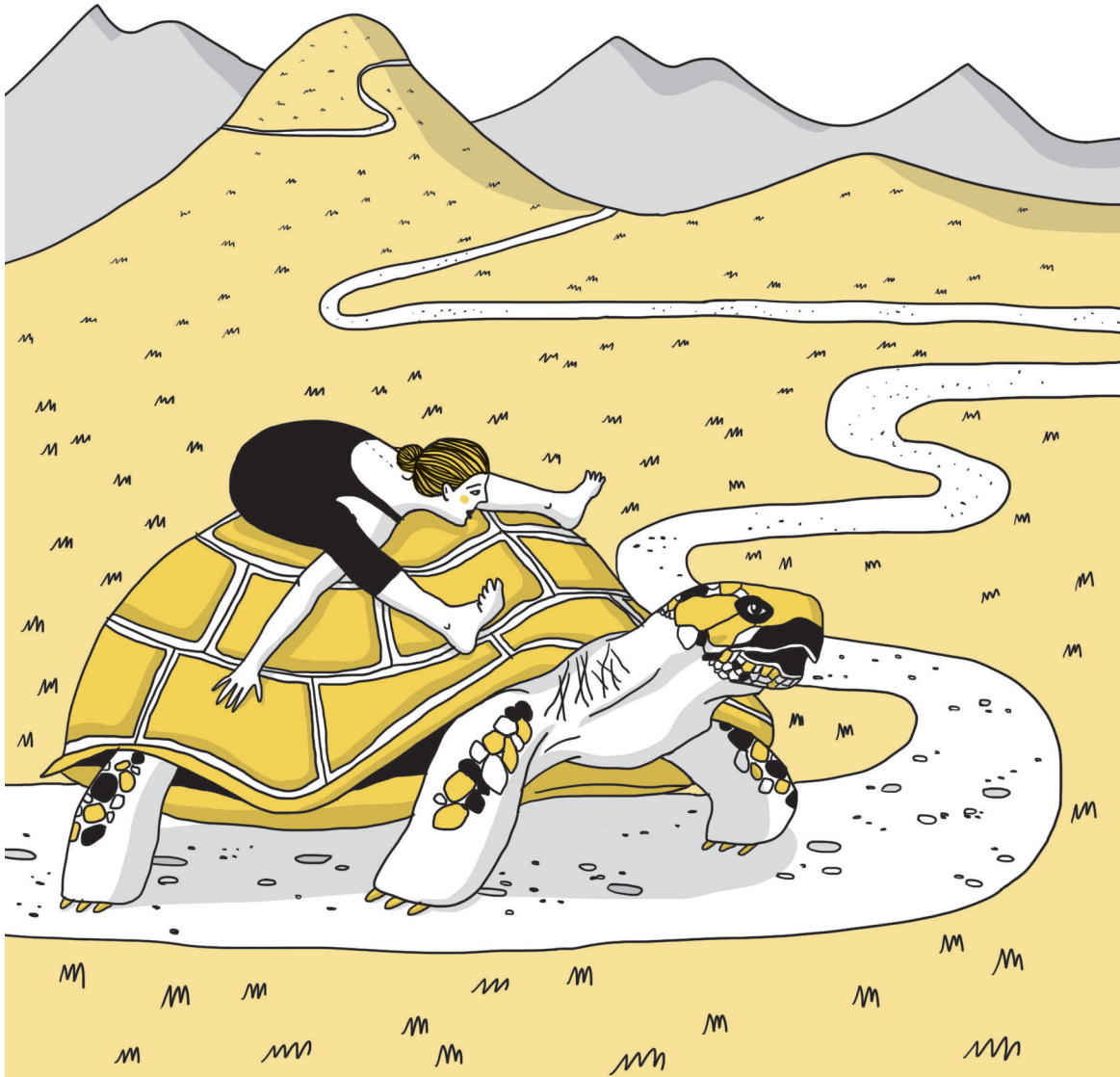
Po Durvásasovej kľiatbe bohovia prišli o nesmrteľnosť. Bolo im súdené zostarnúť a potom zomrieť, no snažili sa nájsť spôsob, ako sa tejto smutnej perspektíve vyhnúť. Višnu, „boh, ktorý dáva pozor na svet“, po zrelej úvahe navrhol zmútiť vody oceána. Ved' keby ho rozvírili, vznikol by nápoj nesmrteľnosti, nazývaný aj *amrita*.

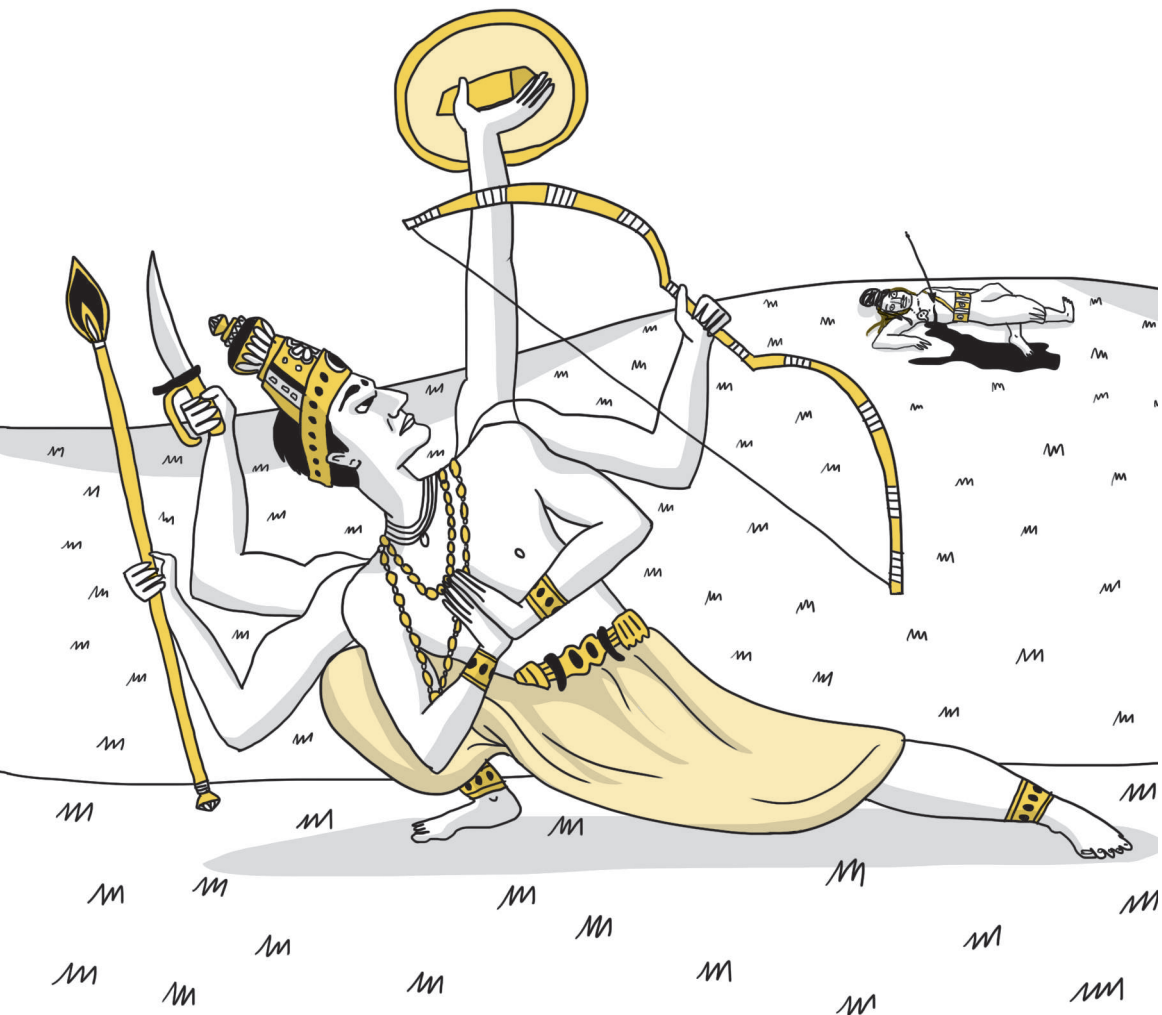
Tento veľkolepý zámer si vyžadoval vhodné náčinie. Bohovia použili horu Mandaru ako palicu a kozmického hada Vásukiho ako lano. Plán vyžadoval aj posilu. Výnimočne a z dobrých dôvodov bohovia spojili svoje sily s démonmi. Bohovia sa postavili hadovi k chvostu a démoni za jeho hlavu – a striedavým poťahovaním lana horu rozkrútili. No čoskoro sa hora v mori poškodila a vychýlila zo svojej osi, čo ohrozilo úspech celej operácie.

Preto sa Višnu premenil na obrovskú korytnačku a ponoril sa na dno oceána. Mohutným pancierom podoprel mútovník, aby sa nevychýľoval. Bohovia a démoni sa dali znova do práce – podarí sa im vyrobiť nápoj nesmrteľnosti, po ktorom tak bažili? Toto nie je koniec príbehu, no korytnačkina úloha sa tu končí.

## SYMBOLICKÝ VÝZNAM

Krátke, stabilné nohy a pevný korytnačí pancier sú znakom sily a tvrdohlavosti. Stavbou tela je korytnačka zárukou stability, a preto sa v dobre známom príbehu z hinduistickej mytológie o mútení mliečneho oceána Višnu, boh ochranca, rozhodol prevteliť do korytnačky.





## SYMBOLICKÝ VÝZNAM

Neobyčajný a láskavý, večne mladý Skanda múdro viedol božskú armádu. Jeho pôvod sa spája so vznikom zlata. Zrodený zo Šivu a Agniho, Gangy a šiestich manželiek veľkých *rišiov* predstavuje spaľujúcu a mnohorakú energiu, božskú moc, ktorá sa niekedy môže prejavíť len cez viacero kanálov.

V joge má cvik skandásana, tak ako boh, ktorý mu dal meno, viacero podôb. V Iyengar joge ide o predklon v sede, pričom jedna noha je natiahnutá a druhá za krkom. V Aštanga joge sa cvičí podobne, ale v rovnovážnom postoji na jednej nohe. V iných školách jogy ide o nízky bočný výpad.

Nech je už však táto pozícia akákoľvek, hovorí sa, že boh vojny sa ju naučil od svojho otca Šivu. Keďže bola obľúbená a šírila sa, dostala meno „pozícia Skandu“.

Jogín môže pri cvičení obľúbeného variantu premýšľať o zrodení Skandu. Má aj cvičenec nejakého Taraku, neodbytné obavy a nočné mory? Aby ich porazil, musí vyhľadať Agniho – vtedy sa strach a zlo vďaka zázračnej schopnosti mysle premenia na zlato a dôstojnosť.

# KRAVA

## GOMUKHÁSANA

Go: krava • Mukha: tvár



### CHAMTIVOSŤ MUDRCOV

Kráľ Višvámitra múdro vládol na zemi. Pravidelne zhromažďoval svoje kmene a križoval svoju veľkú ríšu, pričom sa zaujímal o zdravie a blahobyt svojich poddaných. Takto sa kráľ a jeho vojsko dostali do pustovne mudrca Vasišthu.

Mudrc žil uprostred lesa v čarokrásnom prostredí so skrotenými gazelami, ktoré mali na tele rozličné kvetinové ornamenty. Vasištha návštevníka privítal, ponúkol mu vodu, aby sa osviežil, ovocie a koreničky, aby sa nasýtil. Muži sa dlho rozprávali, vymieňali si novinky. Vasištha hovoril o svojom pustovníckom živote, o svojich žiakoch, o prírode naokolo. Višvámitra zasa o svojich víťazstvách, vojskách a poddaných.

Čas ubiehal a Vasištha, ktorému ležalo na srdci, aby bol, ako povinnosť káže, dobrým hosťiteľom, pozval kráľovské vojsko na veľkú hostinu. Višvámitra zo zdvorilosti návrh odmietol – ako by pustovník, ktorý žije takmer z ničoho, mohol nakrmiť celé vojsko? No Vasištha nástožil a kráľ napokon pozvanie prijal.

Hostina bola veľkolepá, na stole boli pečené výhonky, biela ryža, polievky, vyberané jedlá, sladkosti aj cukrovinky. Vojaci sa do sýtosti najedli! Po hostine chcel Višvámitra poznať Vasišthovo tajomstvo. „V pustovni žije zázračná krava menom Nandiní. Je to dcéra Kámadhény, kravy hojnosti, ktorá vzišla z vôd pri mútení oceána a podedila jej schopnosti. Nandiní, ako aj jej matka, naplní všetky potreby a uskutoční všetky túžby. To je moje tajomstvo.“





# POZÍCIA VIŠVÁMITRU

VIŠVÁMITRÁSANA  
Višvámitra: meno mudrca



## KRÁĽ, KTORÝ SA STAL BRAHMANOM

Po príhode s kravou Nandiní bol kráľ Višvámitra rovnako zdrvený svojou porážkou, ako aj uchvátený Vasišthovou mocou. Uznal askétovu silu a okamžite sa vzdal kráľovského trónu, aby sa stal brahmanom.

Ale bohovia, určite zo strachu, aby neprišli o svoju moc, nie vždy oceňujú asketizmus mudrcov. Vymýšľajú preto rôzne nástrahy, aby ich odradili od meditácie. V tomto prípade sa kráľ všetkých bohov Indra rozhodol poslať za Višvámitrom nymfu Ménaku.

Ménaka sa objavila v chatrči, kde budúci mudrc v tichosti meditoval, a začala pred ním tancovať. Krásou oslepený Višvámitra nevedel jej vlnám odolať. Podľa všetkého sa aj nymfa do mudrca zahľadela... Niekoľko rokov sa od seba nevzdialili a ich láska dala život dievčatku.

Jedného dňa sa však Višvámitra opäť vrátil k prísnemu asketickému životu. Z *radžaršiho*, mudrca kráľovskej krvi, sa stal *riši*, jasnovidca, a z *rišiho* sa potom stal *mahariši*, veľký mudrc. No Višvámitra nebol spokojný, kým mu sám Vasištha neudelil najvyššiu hodnosť *brahma-rišiho*, učeného brahmana.

Dostať uznanie od svojho rivala istotne prináša uspokojenie!

## SYMBOLICKÝ VÝZNAM

Mytologické texty sa nad rivalitou medzi Vasišthom a Višvámitrom pozastavujú. Títo dvaja mudrci nevyšli z rovnakých podmienok. Vasištha sa zrodil z Brahmovho dychu a bol predurčený, aby sa stal

