



ROZHOVOR S PHDR. MILADOU BARTOŇOVOU,

kteřá sice již není mezi námi, ale její odkaz je stále živý. Rozhovor před pár lety připravila Jitka Stehlíková a pro inspiraci jej zveřejňujeme i pro vás.

Cesta, kterou se lidský osud ubírá životem, může být někdy hodně klikatá, zavádějící k bolesti, zklamání, nemoci. Ale jsou lidské osudy jako vytesány z jednoho ušlechtilého kusu vzácného kamene. Zahledíme-li se do očí člověku, který od nejtěplejšího dětství až na sám práh života oddaně naslouchá svému niternému hlasu, jsme zasaženi silou, která nám bere dech.

PhDr. Milada Bartoňová pochází z moravských Hodslavic. Vystudovala Karlovu univerzitu, kde získala doktorát filozofie. Vzdělání si dále prohlubovala studiem hindštiny a sanskrtu. Ve Státním pedagogickém nakladatelství redigovala spisy J. A. Komenského. V letech 1967/69 pobývala jedenáct měsíců v Indii, kde v Mungeru u svámího Satjanandy absolvovala kurz jógy. Po návratu vedla se svým životním druhem Rostislavem Hoškem kurzy integrální jógy – a vede

je dodnes. Spolupracovala mimo jiné s André Van Lysebethem a indickými jogíny MUDr. M. Bholem, Goyalem, sv. Gítanandou a sv. Višnudévanandou. Je spoluautorkou knihy *Od staré Indie k dnešku* (1972), autorkou sbírky básní *Sebekřísení* (1988 a 2001), úvah a básní *Světlo bdících* (1998). Přispívala do časopisu *Nový Orient*, vydávala časopisy *O nás a pro nás* a *Svítání*. Zasloužila se také o vydávání učebnic a příruček orientálních jazyků.

Z takových očí vyzařuje neochvějná jistota, že život má hluboký smysl a naším každodenním úkolem je tento smysl nalézat. Setkáte-li se s Miladou Bartoňovou, nemusíte se jí ani hluboce dívat do očí. Většinou už je má měkce přivřená, neboť se dívá tam, kam my teprve lopotně usilujeme nahlédnout. Celá její bytost vyzařuje klid, jas a harmonii. V letošním roce oslavila legenda československé a české jógy PhDr. Milada Bartoňová 85 let. Na slavnostním odpoledni, v historických prostorách nynějšího sídla Pedagogického muzea J. A. Komenského ve Valdštejnské ulici v Praze, se setkali s oslavenkyní její četní minulí i přítomní cvičenci a žáci, a také někdejší spolupracovníci. S vlastní skromností nechala Miládka, jak ji všichni nazývají již dlouhá desetiletí, mluvit své verše, hluboké meditativní ponory vynesené z krajin lidské duše, kam není dovoleno vstoupit každému. Bráníc se jakékoli popularitě považuje jako jediné oprávnění vystoupit veřejně před lidmi, když může předávat svou zkušenost, poznatky a prožitky s jediným cílem: osvětlit cestu druhým. Neboť tma je veliká.

ZASTAV KOLOTOČ SVÉ MYSLI

Přicházejí k tobě stále lidé nejen na cvičení, ale žádat tě o radu, o pomoc. Za více jak padesát let to muselo být pěkných pár tisíc lidí, kterým jsi vstoupila do života, ať radou, slovem povzbuzení nebo snahou přivést je k tomu, co je jóga.

Přicházeli a odcházeli. Vše se dělo jakoby samo sebou, prostince. Dnes to vidím, že je to jako s krajinou, když vychází slunce, zprvu světlo narůstá postupně, až nakonec zalije celou krajinu. Tak to bylo se mnou i s lidmi. Přicházejí za mnou s tím, co nechápou a nemohou unést. A já se ve vteřině vžiji do každého osudu. Jsou si podobné. Ale každý sám musí nakonec projít tím, co mu bylo určeno, musí se naučit z těch životních zkušeností jen to, pro co sem přišel. Naučit se právě to, co má. Člověk není náhodou oslovován tak nebo tak, osudy jsou šité na míru. Často

říkám těm, kdo naříkají: vše, co nás potká, je přesně to, co nás má dovést k uvědomění si pravdy, oné veliké všezahrnující pravdy.

Nenapadlo tě někdy, že by lidé na tebe chtěli přenášet svá rozhodnutí?

Ani ne. Dávala jsem a dávám jen svůj pohled. A stalo se často, že lidé pochopili a sami získali poznání, vnitřně prozřeli a pochopili, proč se to či ono událo. Je potřeba hledat hlubší příčiny všeho, co člověka oslovuje v osudu, až pochopí.

Někdy se zdá, že přijmout svůj život jako osud je nemožné.

Osud nás vždy vede. Připravuje nám cestu k hlubšímu pochopení sebe, jiných. A nakonec smím a mohu vystoupit nad svůj osud, nad osudovost. Začínám tvořit z toho, co nazýváme vnitřní svobodou, vnitřní radostí. To je odevzdání se té síle, která v nás působí a je nám vlastní. Jen ona nás vede bezpečně.

Můžeme říci, že jakmile se otevřeme, vynoříme-li se ze svého sobeckého úzkého pohledu, setkáváme se s vyšším Já, s úplně jinou bytostí v sobě?

Je to přesně takové, jak se mluví o pozvednutí na nebesa. Jednoho dne to přijde, pozvedne tě to a ty vidíš jinak, cítíš jinak, je ti lépe, jsi svobodnější a plnější vyšší inspirace. A chápeš vznešený a hluboký smysl, proč právě já, proč právě na této matce Zemi jsem se zrodila a co tu mám dělat. Jaký je hlubší smysl mého života. Odkud a kam kráčíme. Jak se otevírá vesmír v nás, tak se otevírá i kolem nás. Můžeme tak uvidět podobnou zákonitost vnějšího i vnitřního bytí.

Co může člověku pomoci na cestě životem?

Nerozptylovat se. Co přichází zvnějšku, to jsou události pro inspiraci. Důležité je otevřít své vlastní nitro. Co projde tebou, to je jedinečné. Tím, co jsme si nasbírali, osvojili, právě tím se v našem nitru, přímo v našem srdci rodí to, co má cenu pro nás i pro ostatní. Pravda je tu, aby se námi zjevovala. A v každém se zjevuje trochu jinak. Nikdo jiný nemůže za tebe tuto pravdu zjevit. Bez osobní zkušenosti jsme jen papoušci. V té rozmanitosti uchopování pravdy je zvláštní krása a milost.

Bud' konkrétnější, prosím. Zkus nám dát radu, kterou lze praktikovat hned dnes.

Základem všeho je zklidnění mysli. V hluku a shonu nemohu nikdy postoupit do vyšší úrovně. Ne nadarmo začíná Patandžalího Jógasútra slovy „Zastav kolotoč své mysli“. Ve vnitřním tichu mohu pak zaslechnout vnitřní hlas, hlas svědomí, hlas JÁ JSEM, je jedno, jak to kdo nazývá, a tento vliv, podnět, neznatelné vedení je tím jediným pravým, které v nás rozněcuje postupně vědomí, že jsme součástí něčeho vyššího. Nechat se vést nitrem. Ono nám přesně určuje naši cestu, ale neříká: udělej to nebo ono. Je vlastně inspirací a my se máme nechat inspirovat, protože jsme svobodné bytosti, nikoli loutky. A jestliže cítíme, že jdeme se souhlasem svého nitra, cítíme, že jsme součástí božské Prapodstaty. Takže, jednoduše řečeno: zastavit kolotoč mysli, odevzdat se a pak získáme vedení vnitřního „bezhlasého hlasu“.

Je to těžké?

Je to velmi, velmi těžké. Myšlenky mají moc nás stále odvádět, procítění je proti nim tak subtilní! Ale spojit se s Prapodstatou znamená nepustit myšlenky TAM, ony jsou překážkou, ony tam nemohou.

Kdy se ti podařilo zachytit své vnitřní vedení?

Asi už v dětství. Život mi pomáhal sám: ve chvílích, kdy se mi obzory začaly zužovat, kdy přicházely těžké a jakoby neřešitelné chvíle, tu se objevil posel, jenž byl vlastně vyslán, aby mi ukázal, kam jít dál, ať to byl člověk, kniha, píseň. Přímo bytostně jsem cítila, že jediné, co nemohu, je zradit sama sebe, zradit v sobě onu Pravou Skutečnost. Ať jsem byla vedena kamkoli, nezradit.

A i když jsem se častokrát ptala, co to má za smysl, že musím prožívat to či ono, nakonec mě mé vnitřní vedení nezklamalo, protože já nezklamala je. Obohacena a s díkuvzdáním jsem se pak ohlížela za prožitky, protože jsem pochopila po určité životní etapě, proč jsem musela procházet takovou zkušeností, kterou mi život přinesl. Nic nebylo zbytečné.

JÓGA JAKO PROSTŘEDEK I CÍL

Jakou roli v tom hraje jóga, které jsi se věnovala od šedesátých let?

K józe jsem byla postupně vedena. Vzpomínám si, jak už v dětství na mě mohutně zapůsobil Thákurúv Zahradník. Když jsme s Rostislavem v padesátých letech začínali sami cvičit a studovat jógu, pochopila jsem, že smysl a cíl jógy je jeden: jóga je spojení s tím nejvyšším principem bytí. Realizace tohoto cíle se děje právě tam, kde jsme postaveni. Cílem je spojení vnitřního vesmíru v nás, atmana, s vesmírným principem, brahma, toho nejpravějšího v člověku s neosobním věčným JÁ JSEM. Jde o napojení se na princip nejvyšší. Jóga je všeobsažná. Začíná tělem a dechem, a je to přirozené. Vždyť my jsme i tělem, musíme o ně pečovat, mít své tělo připraveno na to, aby zůstalo v klidu, když chceme meditovat. Lidské tělo je zázrak, každá buňka je svým vesmírem pro sebe, uvědomíme-li si to, pak i pohled na svůj život dokážeme měnit. Měníme se v podstatě. Jsme blíže pravdě, té pravdě, která nás zakládá, nese, udržuje, a tak i lásce, jež nás propojuje a utváří tak v bytí celek, který zároveň posvěcuje. Jóga je tak všeobsažlá, že to nelze vyjádřit slovy. Myšlenky a slova nás vždy přinutí soustředit se jen na určitý aspekt a ostatní zůstane ve stínu.

Někomu stačí dívat se na jógu jako na prostředek k tomu, aby byl zdravý, aby se vnímal krásný, pružný, cítil se dobře a vyrovnaně.

Záleží na tom, co hledáme. Můžeme s jógou žít a věnovat se tělu, mysli a poznání, ale lze ji

také brát jako prostředek k probuzení božského vědomí v nás. Protože tím jóga je, ale nelze nemít na mysli, že je v ní zároveň i cíl.

Co pokládáš za největší nebezpečí na cestě jógy a vůbec na cestě života?

Naše ego. Naše omezené chápání „já a pro mě“.

A co pomáhá jistě a za všech okolností?

Meditace. Ztišení a procítění vlastní podstaty, onoho božského principu v sobě. Je třeba to každý den žít. Meditace má velikou moc.

Myslíš, že tisíciletá jóga přežije i další tisíciletí?

Podle toho, jak bude chápána a přijímána. Jestliže bude správně osvětlován cíl jógy. Lidé stále více a více touží poznávat, že v nás působí ona všemocná inteligence, ono JÁ JSEM, které se námi vyslovuje. Kdo se to v nás zjevuje? Lidstvo k tomuto hlubokému sebeuvědomění ještě jako by neudělalo ani krůček, natož abychom to uměli žít. Ale jen tady je osvobozující síla. Nic jiného není, ostatní je jenom otroctví.

ŽIVOT S ROSTISLAVEM HOŠKEM

Od šedesátých let jsi vedla cvičení jógy, semináře, víkendové a týdenní kurzy, a to jak u nás, tak u moře v Jugoslávii a v Bulharsku. Vedla jsi je s Rostislavem Hoškem, úžasným člověkem, jogínem tělem i duší. Jak vaše společná cesta s jógou začala?

Poprvé jsem se s Rostislávkem setkala na vysokoškolské přednášce docenta Patočky začátkem 50. let. Když mě pozval do Klánovic, kde bydlel s maminkou, a my se procházeli letním lesem, naslouchala jsem jeho hlasu a byla jsem přímo uchválena bohatstvím jeho duše, vycíťovala jsem jeho hloubku, že je básník a vzácný člověk. On patrně vnímal totéž. Od toho setkání jsme byli spolu. On to byl, kdo objevil v nějakém polském časopise článek o józe, která jej ihned nadchla. Seznámil se s Wernerem a začali jsme s asánami, dechovými cvičeními, s meditacemi.

V šedesátých letech, když došlo k uvolnění politických poměrů, jsi mohla vycestovat do Indie a pobývat tam v ašrámu svámího Satjanandy. Co ti to přineslo?

V Indii jsem strávila jedenáct měsíců, převážně v Mungeru v ašramu. Svámí mě přijal velice neobvyklým způsobem: přivítal mě podáním ruky, což je v Indii ve vztahu k ženě naprosto nebývalé. Zajímavé bylo, že jsem ještě před odletem měla sen – vizi, v níž jsem uviděla ašram, svámího i naše přivítání o půlnoci v zahradě tak přesně, jak se potom odehrálo. Život v ašramu měl přísná pravidla. Bylo nás tam asi třicet z celého světa. Mnoho zájemců nevydrželo a vrátili se po měsíci či dvou domů. Když svámí zpíval verše z Bhagavatgíty a do nejmenších nuancí nám sděloval tajemství sanskrtských výrazů, které dokázaly vyjádřit tak nesmírné pravdy, byla jsem vždy hluboce zasažena. Dodnes slyším jeho hlas a často zpívám ty nejznámější pasáže. Je zajímavé, že účastníci mých kurzů jógy se toho stále dožadují.

Vedl vás svámí individuálně, nebo ponechával každému jeho prostor?

Na začátku pobytu nám svámí řekl: „Všímejte si všeho, co se kolem vás děje, co se děje ve vaší duši, vnímejte symboly.“ Zprvu jsme nevěděli, co tím myslel, ale po několika měsících se naše duševní zření zjemnilo a my sami vnímali spojení všeho se vším a naše schopnost číst za událostmi jejich pravý smysl u mne nakonec vyústila v hluboké vize, které mi přinesly poznání nejen pro moji životní pouť, ale i zření těžkého osudu našich národů. Uviděla jsem například několik měsíců předem srpnovou okupaci naší země ruskými vojsky se všemi následky. Metoda jógy svámího Satjanandy byla naprosto jedinečná.

Proč nebyl Rostislav v Indii také? Tehdy už jste spolu léta vedli cvičení...

Nebylo to možné, Rostislav měl maminku, o níž se musel starat. Ale po návratu jsem poznala, že pracoval velmi pilně. Je to možné vidět ve známé „žluté knize jógy“, kde jsou jeho fotografie asán, do níž jsem napsala část o účincích hathajógy. Byla to nadlouho jediná kniha jógy, která na počátku normalizace ještě směla vyjít.

Rostislav odešel ze světa po Vánocích 1999, a nejenom ty, ale mnoho vašich cvičenců a žáků vnímá stále jeho přítomnost. Napadá mě, zda měl Rostislav vlivem dlouholetého společného cvičení jógy podobné zážitky, jaké jsi ty prožívala v podobě vizí?

Rostislavovi byla pravda dáována zase jinak. Není totiž žádoucí, aby ji lidé prožívali stejným způsobem. Proto bylo naše soužití tak zázračné, že jsme si mohli navzájem sdělovat naše prožitky, naslouchat jeden druhému a byli jsme tak každý obohacen tím druhým. Oba jsme také měli potřebu sdělovat to nesdělitelné ve verších.

MÉ TĚLO

Ty prachu země, světlo dávných hvězd, atome věčna oživený v tmách, spojnice všeho, křižovatko cest, slavím tvůj život ve všech podobách. Jak závan křídel zpod blankytných par, zní chorál, který stále zpíváš jemně. A jedno přání samo roste ve mně: Naslouchat ti. Jsi

nejvzácnější dar. Mé tělo, v tobě vzkvétá lotosový květ. Mé tělo, moje hvězdo odvěká. V tvém vědomí se rodí pro člověka Pravda, v níž trvá svět i antisvět.

Milada Bartoňová

Tajemná cesta, stále jít. Jediné je místo na zemi, kde slyšet všech neslyšitelné souznění.

Rostislav Hošek

OTEVŘI SE PRAVDĚ

Zatímco ty jsi své verše už publikovala, Rostislavova pozůstalost ještě čeká na zpracování. Vzpomínám si, jak na mne zapůsobily tvoje meditativní básně v letech normalizace, kdy se po republice šířila tvoje sbírka Sebekřísení, kterou jsi vydala v TJ Sparta (!). Až teď tato sbírka znovu vyšla, konečně v překrásné úpravě. Ještě píšeš?

Verše přicházejí stále. Když je stihnu zapsat, mohu je předávat dál, když ne, zmizí navždy. Také se někdy snažím zachytit, co jsem vyzdvihla v meditacích. V určitých obdobích se nořím do tajemství, která oslovují lidstvo po věky věků. Například jsem se dlouhé měsíce zabývala „spravedlností“, v tom slovu je obsaženo téměř vše: s-pravda-vést. Chodit s pravdou a nechat se jí vést, být s ní, být jí prostoupen. Nebo milost; co je to milost? Je to největší dar boží, milost je nad karmou, nad osudem, nad zákonitostí celého vesmíru. V posledních měsících přímo bytostně nalézám, co vše je skryto za oním JÁ JSEM. My jako lidé nejsme ještě schopni vůbec

vnímat tento rozměr, kdo to námi mluví, kdo se to námi projevuje, kdo to námi zjevuje pravdu života? Můžeme to pouze procítit, naše mysl na to zatím nestačí.

Jak je možné procítit to, co nemůžeme ještě pochopit?

Do vlastní podstaty, která je prapodstatou všeho, co je, můžeme proniknout zklidněním povrchové žvanivé mysli. Ne se ponořit do svých pocitů. Jít až tam, kde je samotný princip mé duše. Až tam někde je náš pravý společný domov, na který jsme zapomněli. A až potom bychom měli umět uskutečnit to, co získáme odtamtud. Svým životem. Jak? To už musí každý sám, někdo tak a někdo jinak. Je nesporné, že každý jsme veden. Nikdo nebude ponechán napospas, otevře-li se tomu nejvyššímu v sobě, odstředivým silám. Ti, kdo se dotknou jednou Pravdy, už musí sledovat jen nejvyšší cíl. Je to pak niterná potřeba.

Co nalezneme, když se pravdy dotkneme?

Pravda není abstrakce, neexistuje sama o sobě. Je v ní zároveň obsažena láska a v lásce spravedlnost a s ní milost, vše je ve všem, je to to „všejediné“, všezahrnující v jednotě. Těžko pro to nalézt slova. Pravda je síla osvobozující a posvěcující, je to ono věčné JSEM, KTERÝ JSEM.