

ZÁKLADNÍ ONLINE KURZ ÁJURVÉDY

Vytvořila: Veronika Šilarová
© Všechna práva vyhrazena

Web:

<https://akademieklopoty.cz/online-kurzy/zakladni-online-kurz-ajurvedy-vzdelavani/>

ŽIVLY

(Paňčmahbhtmi)

1. lekce

(2. st)

ŽIVLY – elementy, prvky

Základem, dá se říci veškeré, indické filosofie je teorie pěti elementů, prvků, živlů. Z těchto prvků se skládá celý svět, každá „věc“, v různém jejich poměru. Indická filosofie za prvky považuje následující:

éter

vzduch

oheň

voda

země

Živly jsou nejvíce hrubohmotným/posledním stupněm tvoření. Živly se v sanskrtu správně a jednoznačně nazývají mahábhúty, „pañča-mahá-bhútami“ – pět velkých prvků, skutečností. Každý z nich má své jedinečné vlastnosti, kvality.

Zde si připomeňme, že principy ájurvédy jsou natolik jednoduché, že je dokáže pochopit malé dítě, a zároveň je ájurvédá tak složitá a komplexní, že ji lze studovat celý život. V západní tradici bych ájurvédu zařadila k fenomenologii s jejím zaměřením na to, co lze bezprostředně vnímat, zakoušet.

Díky ájurvédě pochopíme svůj organismus, své tělo, které nás nese životem, svou přirozenost. Pokud uplatňujeme principy ájurvédy ve svém životě, přirozeně začnu činit volby a dělat věci, které jsou pro mě, pro mě osobně, vhodné a které odpovídají mé individuální přirozenosti.

ÉTER

Začneme od prvku, kter je nejlehčí, nejterictj, tedy od **teru**. Někdo jej překládá jako prostor.

V sanskrtu je to jednoznan **k** (všezahrnující, všeprostupující, vsemocn, vsevdouc, vsudypitomn).

Každý prvek je charakteristick uritmi vlastnostmi.

ter je:

- ist,
- przran,
- lehk,
- jemn,
- mkk,
- nemřiteln.

Poj se s vibracemi, expanzí, nepitomnost odporu, svobodou, lskou, sestupem inteligence do srdce hmoty.

tr poskytuje prostor všemu ostatnímu. V teru je obsažena ist pitomnost duchovn energie.

VZDUCH

Následujícím prvkem je **vzduch** (vāju).

Vzduch je principem pohybu.

Vlastnostmi vzduchu jsou:

- pohyblivost,
- suchost,
- lehkost,
- chladnost,
- drsnost,
- jemnost.

Jeho účinkem jsou pohyb určitým směrem.

Poznámka stranou, základním principem prvku vzduchu je **prána**. To je zajímavý postřeh zejména pro jogínky a jogíny, kteří se s tímto termínem (prána) jistě již setkali. Prána je vitální životní síla, jež je nezbytná pro všechny jemné i hrubé pohyby (od procesů v buňce po pohyb těla).

OHEŇ

Pohybem vzniká tření, ze tření **ohně** (agni).

Agni řídí všechny procesy proměny, metabolismu, přeměnu jídla na energii, trávení. Ohně je třeba i při zpracování vjemů.

Ovládá chápání, porozumění. Je to plamen pozornosti.

Vlastnosti ohně jsou:

- horký,
- ostrý,
- lehký,
- suchý,
- jemný.

Působením jsou zářivost, světelnost, pronikavost, zářivý plamen inteligence.

VODA

Dalším prvkem je **voda** (áp), která funguje jako univerzální chemické rozpouštědlo a řídí biochemické funkce v těle.

Voda umožňuje všem prvkům, aby si udržely svou funkčnost. Je to voda života.

Voda je vlastnostmi:

- chladná,
- tekutá,
- tupá,
- měkká,
- olejnatá,
- slizovitá.

Způsobuje pohyb dolů, čištění, soudržnost, přilnavost, pronikání.

ZEMĚ

Posledním, a to nejpevnějším, nejhutnějším prvem je **země** (prthv).

Je základem veškerého pozemského života. Dv živm bytostem ochranu, potravu prstřešek. Všechny pevn tělesn struktury tvoří převžn prvek země.

Země je:

- tězk,
- tup,
- statick,
- hutn,
- tvrd,
- hrub.

Způsobuje gravitaci a přitahování dolů.

Již jsme si řekli, že vše ve vesmíru je tvořeno těmito pěti prvky. Jelikož je **člověk součástí vesmíru, mikrokosmem** makrokosmu, i my jsme tvořeni různým poměrem všech pěti prvků.

Éter se v lidském těle vyskytuje jako prostor(y) – dutiny (ústní, nosní, břišní...), trávicí ústrojí, dýchací ústrojí, hrudní dutina. **Vzduch** řídí veškerý pohyb – pulzování srdce, rozpínání a smršťování plic, pohyb nervových impulsů. **Oheň** v lidském těle představuje metabolismus – nalezneme jej v trávicí soustavě, šedé hmotě mozkové (inteligence), zajišťuje tělesnou teplotu, enzymy. **Voda** se projevuje jako vylučování trávicích šťáv, sliznice, plazma, cytoplazma. **Země** představuje v těle všechny pevné struktury.

A jak tedy vznikl svět?

„Ršijové vnímali, že na počátku svět existoval v neprojeveném stavu vědomí, avjakta – což znamená neprojevený. Za tohoto stavu se projevily jemné vibrace kosmického, bezezvučného zvuku Aum (Óm). Z této jemné vibrace vzešel prvek éter neboli prostor. Tento éterický prvek se poté začal pohybovat a svým jemným pohybem vytvořil prvek vzduchu, což je éter v činnosti. Pohyb vzduchu vyvolal tření a třením vzniklo teplo. Sdružováním částic tepla vzniklo intenzivní světlo a z tohoto světla vyvstal prvek ohně. Éter tedy vytvořil vzduch a vzduch se pak projevil jako oheň. Horkost ohně rozpustila a zkapalnila určité éterické prvky, čímž vznikla voda, jež následně ztuhla a vytvořila molekuly země. Éter se takto postupně projevil rozrůzněním do čtyř prvků vzduchu, ohně, vody a země. Ze zemského prvku byla stvořena veškerá fyzická těla organických živých bytostí živočišné i rostlinné říše. Země byla také zdrojem veškerých anorganických látek, které tvoří říši minerálů. Takto se z lůna pěti prvků zrodila veškerá hmota.“ (Vasant Lad, Učebnice ájurvédy I)

Použité zdroje:

Lad, Vasant. 2013. *Učebnice ájurvedy, 1. díl.* Maitrea.
Přednášky Jai Dev Singha (www.jaidevsingh.com)

ZÁKLADNÍ ONLINE KURZ ÁJURVÉDY

Vytvořila: Veronika Šilarová
© Všechna práva vyhrazena

Web:

<https://akademieklopoty.cz/online-kurzy/zakladni-online-kurz-ajurvedy-vzdelavani/>