

Antonín Zadák¹

Vážení a milí...

Poznámka na úvod

Původně byl tento text anonymním a nedatovaným strojopisem o sedmi a půl stranách, který byl zveřejněn v Zariatnatmikově knihovně (www.grimoar.cz). Autora se podařilo zjistit až později. Tento text celkem věrně popisuje první tři stupně Brány k opravdovému zasvěcení (BKOZ), kterou napsal František Bardon. Jenom pořadí cvičení je změněno (Bardon jako první popisuje cvičení mentální pak astrální a nakonec tělesná). Celkově se možná jedná o převyprávění BKOZ pro české čtenáře/posluchače, kteří jí v té době nemohli mít k dispozici (v Čechách vyšla až po revoluci).

Pokud se někde výrazně liší, tak je na to upozorněno v poznámkách pod čarou. Označení stupňů v [...] nebyla součástí původního textu, ale byla přidána pro přehlednost.

Lusor (lusor@tiscali.cz)

¹ A. Zadák byl prý přímým žákem Františka Bardona.

Vážený a milí,

každý z nás, kdo nechce zůstat bláznem z tarotu, musí hledat, najít a jít cestou, vedoucí k jeho zdokonalení. Nesmí se nechat odradit ani námahou, ani délkou cesty, chce-li se nakonec sám touto cestou stát. „Já jsem ta pravda, cesta a život“, říká Kristus proto, že šel svou cestou do všech důsledků, že ji též dokončil a tím i svůj osobní evoluční cyklus uzavřel.

Říká se, že všechny cesty vedou do Říma. To je pravda, ale je nutno zvolit takovou, která odpovídá povaze, možnostem a především předchozímu vývoji každého hledajícího. To je rozhodující. Utrpení je stejné na všech cestách. Buď máte mozoly na kolenou, nebo na ruku. Buď Vás bolí tělo od jha jogy – naše „jho“ a „jog“ má stejný etymologický původ – nebo od tíhy kříže.

Ale „mé jho je sladké a mé břímě lehké“, říká opět Kristus. Jak tomu máme rozumět? Ten, kdo urazil již hodný kus své cesty, ví, že nastane ten zázračný den, kdy kříž, který musel nést, jej začíná nést sám. To je skutečné tajemství symbolu růže a kříže Rozikrucianů, které znal i Komenský – proto zůstal nezlomen přes všechna lidská utrpení a neštěstí, která ho postihla.

Já vám zde dnes chci říkat o jedné z cest, která též vede do Říma a které já říkám hermetická. Nechci zde proto mluvit o hermetické nauce z hlediska teorie, tu znáte jistě z knih, kterých je – zvláště těch méně dobrých a informovaných – dost. Protože budu mluvit o mé vlastní cestě, budu snad trochu osobní a v tom smyslu vás žádám o prominutí, nebude to v žádném případě přesvědčování.

Především co je pro mne hermetika jako taková. Je to jednak nauka, která mně přijatelně vysvětluje univerzální zákony a veškeré dění v makro i mikrokosmu a která mi dovoluje dešifrovat nejrůznější exoterní i esoterní náboženské nauky, mythy, legendy a podobenství, jednak a to hlavně, cesta, která přes poznání sebe sama mne vede ke zvládnutí sil, vyplývajících z výše zmíněných univerzálních zákonů.

Usměrněním těchto sil – samotné jméno Hermes znamená esoterně: „usměrnění účinku působením na známou příčinu“, kdežto exoterní význam je jednodušší: „ten, který rozdává pravdu“, – tedy usměrněním těchto sil pak mohou pokračovat v hermetické cestě až k prvnímu cíli, tj. k dosažení vědomého bytí i v mimo fyzických úrovních. Konečný cíl – tj. rozplynutí tohoto osobního vědomí do vědomí Kosmického – ono trvalé splynutí s Bohem – je ještě daleko, ale po dokončení evolučního cyklu má „malá monády“ – jak říká Pythagoras nesmrtelnému duchu – možnost se rozhodnout i k tomuto závěru, který korunuje dílo.

To, co jsem zde řekl během dvou-tří minut, trvá ovšem tomu, komu je určeno touto jít 7 až 14 let, aby došel k prvnímu cíli, k vědomé nesmrtelnosti jeho mentální části. Doba 7 let je minimem za předpokladu, že se adept může bezvýhradně věnovat jednotlivým cvičením bez ohledu na čas, zaměstnání, rodinu nebo společenský život a že je veden svým učitelem – Mistrem. Doba 14 let předpokládá průměrné cvičení asi dvě hodiny denně a vedení učitele alespoň pro dokončení třetího stupně výcviku. O těchto stupních budu mluvit za chvíli, chci se zde jen krátce zmínit o otázce Mistra. Je dobré a někdy i nutné ho mít, protože v opačném případě se cesta prodlužuje, nastává skepse, pochybnosti o správnosti cesty a jiné obtíže, především na těch úsecích různých cest, kde je třeba pracovat s určitými kvantitami energie. Proto není nutné mít Mistra na cestě mystické, kde pracujeme především s kvalitami, ale naopak naprosto nutné na cestě silové, ke které patří i cesta hermetická.

Obtíž spočívá v mylné domněnce, že lze Mistra najít. Pravý opak je pravdou: jen Mistr může najít žáka, protože ví, protože pozná, kdo by mohl jít právě tou cestou, kterou šel on. Je třeba však zdůraznit, že toho, kdo touží některou cestou jít, případně sám tuto cestu již sleduje, určitě jeho budoucí Mistr si vyhledá.

Vrátíme se ale zpět k jednotlivým stupňům na sledované cestě: Celé období je rozděleno na 10 stupňů, každý stupeň na tři cvičení, vždy jedno pro výcvik mentální, druhé pro tělo astrální a třetí pro tělo fyzické.

Domnívám se, že toto rozdělení na tři základní části je vám běžné: je to corpus, anima a spiritus sv. Pavla, hmotné tělo, éterické tělo a malá monáda Pythagorova, tělo elementární, evestrum a duše nesmrtelná Paracelsova, tělo, oduší a duše nesmrtelná našeho Kafky, Khat, Ka a Bai Egyptanů, Xuong, Khi a Wun Číňanů, nephesch, ruasch a neschamah kabalistů, tělo, perispit a esprit spiritistů a tělo, životní duch a duše nesmrtelná rozikrucianů.

Já se chci zde zmínit jen o prvních třech stupních, tj. o 9ti cvičeních, které vám dovolí již poznat sami sebe v takové míře, aby tím byl ovlivněn podstatně celý váš další život. Tyto tři stupně je možno zvládnout asi během 1 roku.

Náplň těchto cvičení je především ovlivněna samotnou hermetickou naukou, která na první místo klade zvládnutí živlů – především v sobě samém – a v rozvinutí imaginace, kterou považuje hermetika za stěžejní božskou vlastnost, bez které by nebyla možná tvorba a vývoj. Hermetici předpokládají, že tato vlastnost je v člověku omezena na nejmenší míru a proto člověk nemůže svou imaginací tvořit přímo ve hmotě. Tak např. architekt musí imaginovat svou stavbu jen v mysli, ale teprve přes návrhy, nakreslené plány a vlastní provedení celé budovy pomocí dělníků dochází tato jeho imaginace k realizaci ve hmotě.

To snad postačí na vysvětlenou, ale před popisem jednotlivých cvičení chci předeslat ještě toto:

Právě tak, jako kabala stojí na dvou sloupech Jakin a Boaz, stojí i hermetika na 4 sloupech: vědění, vůle, odvahy a mlčení. Nejprve musím vědět, potom musím chtít toto vědění si prakticky ověřit a k tomu se musím odvážit změnit své zvyky, opustit konvenční styky, které mi nemohou nic dát a čelit různým nesouhlasným míněním. To vše by nebylo možno zvládnout bez čtvrtého sloupu: mlčení. Jsi pánem slov, která jsi neprosl, ale otrokem těch, která ti unikla. Slovo oslabuje a rozměňuje čin. Ten skutečně tvůrčí čin, o kterém uvažuje Göthův Faust, když přemítá o významu prvního verše Janova evangelia: „Na počátku bylo slovo“ a který několikrát obměňuje a konečně říká: Am Anfang war der Tat... na počátku byl Čin.

[První stupeň]

Na hermetické cestě je tímto Činem první cvičení prvního stupně – cvičení fyzického těla: Ráno třeme tělo měkkým kartáčem tak, až lehce zčervená. Kartáčování provádíme od konce rukou k ramenům, od chodidel vzhůru k bokům, od temene hlavy přes krk, prsa, břicho opět dolů, rovněž tak záda směrem dolů k bokům. Pak se osprchujeme nebo omyjeme chladnou vodou, vyfrotujeme froté ručníkem až opět pokožka zčervená, několikrát zhluboka nadechneme a vydechneme, případně přidáme několik běžných cviků.

Druhé cvičení prvního stupně – cvičení duše – astrálního těla: Bylo již řečeno, že první předpoklad ke zdárnému počátku cesty je poznání sama sebe a k tomu právě slouží toto duševní cvičení. Provádíme tzv. introspekci, tj. v klidu uvažujeme o svých jak špatných tak dobrých vlastnostech, které již tak jak nás napadají, pečlivě zaznamenáváme. Je to známé zpytování svědomí katolické církve. Až se budete domnívat, že jste objevili všechny své vlastnosti, pokuste se je rozřadit do 4 skupin, ke kterému druhu povahy patří, zda cholericke, sangvinické, melancholické nebo flegmatické. Každou z nich lze přiřadit k některému ze živlů, přičemž živel ohně odpovídá povaze cholericke, živel vzduchu povaze sangvinické, živel vody povaze melancholické a živel země povaze flegmatické. Která vlastnost odpovídá tomu či onomu živlu můžeme sice dojít vlastní úvahou, ale několik příkladů snad věc ozřejmí: mstivost, zlost, žárlivost, výbušnost jsou špatné, kdežto aktivnost, odvaha, nadšení dobré vlastnosti živlu ohně. Chlubivost, lehkomyšlnost, upovídanost jsou špatné, obratnost, radost, optimismus dobré vlastnosti živlu vzduchu. Nesmělost, přecitlivělost, sebelitování špatné, skromnost, odpouštění, soucit dobré vlastnosti živlu vody. Lenost, záдумčivost, těžkopádnost špatné, odpovědnost, přesnost, dochvilnost, vytrvalost dobré vlastnosti živlu země.

Jistě pro počátek si s některými vašimi vlastnostmi nebudete vědět rady – ty si zapíšeme zvlášť a pak podle zkušeností je postupně budeme zařazovat. Samozřejmě si rozdělíme vlastnosti nejen podle živlů, ale též zda jsou dobré, tj. kladné nebo špatné, tj. záporné. A konečně je třeba v každém živlu jednotlivé vlastnosti rozřadit dle intenzity, tj. ohodnotit buď např. bodováním od 1 do 10ti, nebo procentuelně, případně nejjednodušeji zařazením do tří kolonek, kde v první jsou vlastnosti nejčastěji se vyskytující a nejsilnější, v druhé jen průměrně nás ovládající a ve třetí jen zřídka, sporadicky se objevující.

Tím bychom ukončili druhé cvičení prvního stupně.

Třetí cvičení prvního stupně se týká mentálu, ducha a je nejobtížnější z těchto tří cvičení. Provádí se takto:

Usedneme v klidu a necháme volně probíhat naše myšlenky, avšak bedlivě je sledujeme. To znamená, že neztrácíme kontrolu nad tím, na co právě myslíme. Myšlenky nám nesmějí „utíkat“, ani nesmíme usnout. Musíme se stát jaksi pozorovateli vlastních myšlenek. Podaří-li se nám to tak, že během 5ti minut udržíme tuto kontrolu tak bezpečně, že si potom můžeme zopakovat vše, na co jsme v uplynulých 5ti minutách mysleli, je cvičení zdárně splněno. Během několika mála dní poznáme, jak zprvu chaotické, rozřáštěné a rychle se měnící myšlenky se zklidňují vlivem tohoto cvičení a stanou se snáze sledovatelnými.

Pak přistoupíme k dalšímu úkolu, který nazýváme kázeň myšlenek. Cvičení provádíme tak, že nejprve se snažíme udržet po dobu 10 minut jen jednu myšlenku, tj. na jedno dané téma upírat naše myšlenky. Během této doby nesmíme myslet na nic jiného. Když se nám toto daří, přistoupíme k opačnému cvičení: můžeme myslet během 10ti minut na cokoli, jen musíme vyloučit jednu, předem určenou, obyčejně nějakou nepříjemnou, vtíravou myšlenkou.² Obtížnost tohoto cvičení je symbolizována v pověsti o dvorním alchymistovi císaře Rudolfa, který žádal na alchymistovi tajemství výroby zlata. Ten mu je sice prozradil, ale dodal, že při tomto alchymistickém pochodu se nesmí myslet na bílého medvěda. Císař, který by jinak na bílého medvěda vůbec nepomyslel, se této myšlenky však nemohl zbavit a proto se mu nepodařilo zlato vyrobit.

² Toto cvičení není v BKOZ od Farntiška Bardona.

My však musíme toto cvičení bezpečně zvládnout, abychom mohli přistoupit k další části cvičení a to k ovládání myšlenek takovým způsobem, abychom způsobili jejich úplné zastavení, tj. úplné vymazání jakékoliv myšlenky při naprosto bdělém stavu. K tomuto cvičení je zapotřebí velkého soustředění a velké vůle. Vědomí se nesmí zastřít (spánek), ale naopak se vystupňuje na nejvyšší možnou míru. Podaří-li se nám dosáhnout této bdělé bezmyšlenkovitosti a udržet ji po dobu 10ti minut, máte celé třetí cvičení prvního stupně zvládnuto a můžete přikročit k dalším cvičením II. stupně.

[Druhý stupeň]

Prvé cvičení druhého stupně – výcvik fyzického těla.

Cvičení z prvního stupně se nám stalo jistě každodenní zvyklostí, které rozšíříte o vědomé dýchání. Řekl jsem, že se má po skončení frotýrování provést několik cviků a několik hlubokých vdechů a výdechů. Na tyto zprvu nevědomé vdechy začneme nyní myslet a to tak, že si budeme představovat, že s nasávaným vzduchem proudí do našeho těla síla, která např. upevňuje naše zdraví, nebo která nás uklidňuje, případně která nám dává dobrou náladu. To jest my – jak říkají hermetici – „impregnujeme“ vdechovaný vzduch nějakým přáním, vážícím se na naši osobu. Pochopitelně toto přání neměníme tak dlouho, dokud skutečně nezačneme pocívat účinek této impregnace. To jest budeme vdechovat pocit zdraví tak dlouho, až skutečně žádaného zdraví nabudeme. Prvé účinky se objeví asi po třech týdnech cvičení. Začínáme se 7mi vdechy, každý den přidáme o jedem více, nepřekračujeme však počet 20ti vdechů při každém ranním cvičení. Rád bych vám řekl – a zatím mi to musíte jen věřit, že tato impregnace není pouhou sugescí, ale že je to skutečně působení myšlenky přes akashu – tj. přes tzv. základní příčinný živel na živel vzduchu, který vdechujeme.

Ale vy můžete impregnovat svou myšlenkou nejen vzduch, který vdechujete, ale i jídlo, které jíte a tekutinu, kterou pijete. Je pochopitelné, že k zesílení účinku impregnujeme vzduch, jídlo i pití stejnou myšlenkou jak na zdraví, klid apod., protože v opačném případě by se účinek třásl.

K vědomému dýchání nosem připojíte za čas ještě vědomé dýchání póry, tj. celým povrchem těla. Děláte to tím způsobem, že při normálním výdechu si představujete nějakou úplně vyždímanou houbu, kterou při vdechu naplňujete ze všech stran a všemi póry vzduchem. Tato imaginace se zakrátko stane skutečností, vy začnete cvičit proudění vzduchu celým povrchem do těla, až se projeví typickým ochlazením pokožky při vdechu, cítíte jakýsi slabý průvan po celém těle, který při výdechu, při kterém si samozřejmě opět představujete, že vzduch z vás všemi póry vychází, ustane.

Toto cvičení provádějte denně současně s prvním cvičením prvního stupně – dvacet vdechů a výdechů postačí.

Další částí cvičení je nacvičení jediné asány známé v hermetické cestě. Tato asána je typickou pozicí egyptských faraonů, tak jak je znáte z obrázků: sedíte se vzpřímeným trupem, krk i hlava ve stejné přísmce s trupem. Nohy v kolenou do pravého úhlu ohnuté, paty, špičky i kolena u sebe; ruce s nataženými dlaněmi, položené volně na stehna. Tuto pozici – zdánlivě jednoduchou – musíme však zvládnout tak dokonale, abychom v ní mohli bez hnutí setrvat sebedelší čas, nejméně však půl hodiny. Během výcviku druhého stupně budeme si však neustále uvědomovat držení našeho těla jak v chůzi, tak v sedě – ve společnosti nebo doma a budeme se snažit o klidná a vyrovnaná gesta, nenásilné, ale vzpřímené držení těla –

prostě o jeho klidné ovládání do všech maličkostí. Tím by bylo toto prvé cvičení druhého stupně ukončeno, ale rád bych k tomu ještě připojil několik slov o magnetizaci vody.

Voda jde samozřejmě – jak již bylo řečeno – impregnovat právě tak jako vzduch nějakou naší myšlenkou. Ale studená voda má též účinky magnetické, stahovací. Tyto účinky jsou nejvyšší u vody s teplotou +4 °C. Tato stahující síla klesá se zvyšující se teplotou až při +37 °C již nemá žádné účinky stahovací, magnetické a naopak stává se expanzivní. Tuto magnetickou vlastnost můžeme využít tak, že si např. představujeme při ponoření rukou do studené vody, jak ona všechny tyto nežádoucí prvky do sebe nasává. Totéž můžeme provádět při sprchování nebo koupání v řece. Při provádění tohoto cvičení s neodtékající vodou (v umyvadle, vaně apod.) je nutno pečlivě vodu vylít, aby se v ní neumyl nikdo jiný a tím mimoděk nevstřebal nežádoucí pocit do sebe. Jak ještě jinak využít tuto magnetickou schopnost vody vás jistě během cvičení již samotné napadne – pokud je budete provádět.

Druhé cvičení druhého stupně se týká duše – astrálního těla.

Máme před sebou nemalý úkol. Na základě introspekce získaného přehledu musíme se dostat do tzv. živlové rovnováhy, to znamená, že všechny vlastnosti – ať dobré či zlé – v každém živlu sečteme dle předem stanoveného a v minulém stupni doporučeného systému a tím získáme přehled, které vlastnosti si máme odbourat a které naopak získat, aby živlová rovnováha byla dosažena. Je pochopitelné, že se budeme snažit o potlačení vlastností špatných a získání dobrých.

Jak přitom postupujeme? Jsou čtyři možnosti, odpovídající čtyřem druhům povah, které ovšem možno libovolně kombinovat.³

1. Ti, kteří mají nejsilněji zastoupen živel ohně, bojují proti svým špatným vlastnostem aktivně silou vůle.

2. Při převládajícím živlu vzduchu je třeba jít cestou intelektu, především autosugescí.

3. Melancholici mohou volit transmutaci – je to přeměna jedné vlastnosti v opačnou, např. nenávisť v lásku, lajdáctví na svědomitost apod.

4. A konečně flegmatici mohou zkusit cestu izolace – distancovat se od nežádoucí vlastnosti – nic nemít se svými špatnými návyky.

Bez dosažení živlové rovnováhy není myslitelný další adeptův růst a je proto nutno dosáhnout jí všemi prostředky.

A konečně zbývá třetí cvičení druhého stupně – cvičení mentálu, ducha.

A zde již přikročíme k výcviku imaginačních schopností: musíme rozvinout naši představivost ve všech smyslech, začneme vizuelní a počínáme si takto: v klidu usedneme a bedlivě pozorujeme nějaký jednoduchý předmět, ležící před námi na stole (váza, popelník, tužka, cokoliv). Ostře se koncentrujeme na jeho tvar, materiál, barvu a po chvíli zavřeme oči a snažíme se vyvolat obraz pozorovaného předmětu. Cvičit musíme tak dlouho – tj. tolik dnů,

³ Korespondenci s povahami Bardon neuvádí. V BKOZ také není uvedena cesta izolace. Ta je ale Bardonem zmíněna v Otázkách na mistra Ariona (ot. 45).

týdnů nebo i měsíců až vidíme zcela plasticky onen předmět před sebou a tuto představu si podržíme po dobu 5ti minut. Předměty si musíme silou vůle imaginovat později nejen se zavřenýma, ale i s otevřenýma očima. V tom je zásadní rozdíl – na který chci upozornit – mezi imaginací a halucinací. V prvním případě vznikají obrazy silou vůle, tedy vědomě, v druhém případě se jedná o chorobný, nenormální jev, kdy obraz nebo představy vznikají mimoděčně ba naopak proti vůli postiženého.

Pak následují imaginační cvičení akustická, kdy musíme po dobu až 5ti minut udržet ve sluchovém smyslu jakýkoliv zvuk, např. tikot hodin, šumění vodopádu, zvuk bubnu apod.

Po nich přijde cvičení čichové, tj. jasná představa jakékoliv vůně nebo pachu a konečně cvičení chuťové – tj. imaginace kyselosti, hořkosti, slanosti, různých druhů koření i jídel.

Jsme-li schopni imaginovat ve všech smyslech alespoň po dobu 5ti minut jakýkoli vjem výše uvedený, je toto cvičení skončeno. Pochopitelně i při tomto cvičení opakujeme předešlé cvičení z prvního stupně, především zastavení myšlenek.

A tím již přicházíme ke třetímu stupni, k poslednímu, o kterém chci dnes vám ještě říci.

[Třetí stupeň]

Tedy první cvičení třetího stupně – výcvik fyzického těla.

V minulém cvičení jsme se naučili vědomě dýchat a impregnovat vdechovaný vzduch naším přáním. Také toto cvičení je obdobného rázu: jde o strhování životní síly, prány do proudu vzduchu, který vdechujeme. Dle hermetické nauky totiž právě tak, jako fyzické tělo potřebuje ke své existenci vzduch, potřebuje tělo astrální ke své výživě pránu. Tuto pránu nevědomky vdechuje každý současně se vzduchem v nutné míře, sloužící k udržení astrálního těla. Ale silou imaginace je možno současně se vzduchem nasávat mnohem větší kvanta prána, takže naše životní síla tím neobyčejně vzrůstá. Tuto životní energii pak adept může použít nejen ke svému prospěchu při cvičení, ale i ku pomoci ostatním lidem, kteří vlivem nemoci mají tuto životní sílu oslabenu. To je ovšem záležitost dalších cvičení. Jen ještě bych řekl, že hermetici určité kvantum této životní energie označují jako „jednu svíci“ a že normální člověk má mít deset těchto jednotek, tj. deset svíček této energie⁴. Klesne-li zásoba životní energie pod 5 svíček, cítí se dotyčný již velice unavený a těžce nemocný, při poklesu energie na 2 až 1 svíčku je fyzická smrt na dosah. U normálního zdravého člověka naopak tato energie vyzařuje z jeho těla asi do vzdálenosti 1 m a proto vždy v jeho blízkosti cítí se nemocný člověk lépe a mimoděk se snaží jeho přítomnost vyhledávat. Životní energii samozřejmě musíme získat nejen normálním vdechem, ale i vdechováním póry, tj. celým povrchem těla. Toto hromadění životní síly nesmíme však přepínat, tj. musíme si nahromadit jen takové množství, které k potřebě své nebo bližních použijeme. Zbytečně nahromaděná energie může totiž vyvolat nervové přepětí a předrážděnost, která by adepta zbytečně zatěžovala. Někteří adeпти provádějí toto cvičení nejraději při východu slunce, obrácení tváří ke slunci. Pro zajímavost ještě podotýkám, že tuto energii lze stahovat a hromadit přímo v tzv. sluneční pleteni – solar plexus – umístěné ve středu prsou v místech, kde končí hrudník. Protože se jedná v podstatě o elektrickou energii, dávali si zasvěcenci v tato místa zlatý nebo stříbrný kotouč, který stahování energie podporoval. Odtud pramení zvyk insignií a konečně i řádů vůbec a v poslední době i bižuterních ozdob. Ale vraťme se k dalšímu cvičení.

⁴ Toto měření lidské energie na „svíčky“ není obsaženo v BKOZ a ani nikde jinde jsem se s tím nesetkal.

Druhé cvičení třetího stupně – výcvik duše – astrálního těla.

Máme-li ukončeno cvičení živlové rovnováhy, můžeme se dále naučit zacházet se živly tak, že budeme postupně naplňovat své tělo jednotlivými živly a potom je opět rozpouštět zpět do Univerza. Postup je tento:

Usedneme do ásany a představujeme si, že jsme ve středu živlu ohně, ve středu žhavého rudého vesmíru, který vdechujeme. Musíme cítit žhavost vdechovaného vzduchu, musíme cítit rozprostírající se teplo v těle. Začneme 7 vdechy, ale při těchto cvičeních nepřekračujte 40 vdechů. Po určitém počtu vdechů, kdy si imaginálně nasáváme živel ohně, musíme opět provést stejný počet výdechů, kdy si představujeme rozpouštění v nás nahromaděných živlů do Univerza. Cvičení není skončeno dříve, dokud skutečně během cvičení nám nestoupne teplota alespoň o 1 °C⁵. Po skončení cvičení se ovšem opět musí vrátit zpět na normální tělesnou teplotu.

Stejným způsobem provádíme cvičení se živlem vody. Cítíme se uprostřed nesmírného oceánu zelené vody, vdechujeme imaginálně studenou vodní mlhu, cítíme chlad v celém těle, až tento subjektivní pocit se stane objektivním. Opět nám musí teplota během cvičení klesnout alespoň o 1 °C⁶, což lze lékařským teploměrem snadno zjistit.

Při cvičení s živlem vzduchu cítíte se uprostřed modravého vzdušného vesmíru, cítíte vdechovanou lehkost, vaše tělo se stává cvičení od cvičení lehčím, zprvu jen subjektivně, ale konečně i objektivně. Teprve pak je cvičení správně absolvováno.

Nejnepříjemnější je cvičení se živlem země, ale i to musí být nacvičeno, protože všechny živly se musíme naučit ovládat tak, aby ony neovládly nás. Musíte si proto představovat, že jste středem těžkého jílovitého vesmíru, jehož jílovitou hnědou hmotu vdechujete a stáváte se tak těžkými, že nemůžete pohnout ani rukou, ani nohou. I zde nesmíte zapomenout opět živel rozpustit zpět do Univerza, aby ani stopa ve vás nezbyla. A opět toto cvičení je zdárně ukončeno, až během cvičení se zvýší i objektivně vaše váha – byť by to bylo sebenepatrnější.

Dovedete-li takto všechny živly postupně do sebe vstřebávat a opět rozpouštět, je to celé cvičení skončeno.

Někteří jogíni nedělají nic jiného, než že provádí toto cvičení s jedním ze živlů až dosáhnou plného mistrovství, např. si sednou do sněhu, který kolem nich roztaje, nebo se nechají obkládat mokkými šálami, které se ihned usuší na jejich těle. Ti, kteří pracují se živlem vzduchu, mohou překlenouti pěšky nepředstavitelné vzdálenosti, nebo udržet se v chůzi na vodě. Naše cvičení samozřejmě nemá tento účel – jde pouze o zvládnutí živlů do té míry, kterou potřebujeme pro naši cestu. Vždyť se vypráví, že žák přišel ke svému Mistru se chlubit, že se po 12ti letech cvičení naučil chodit po vodě, v domnění, že to Mistr pochválí. Ale Mistr mu s úsměvem řekl: Lituji, že jsi tak promarnil čas, který jsi mohl věnovat svému zdokonalení, vždyť přes řeku Tě převezze za 1 piastr každý převozník. To znamená, že je především nutné mít na mysli účel cesty a tyto fenomény považovat pouze za milníky, které nám ukazují, že jdeme správným směrem.

⁵ Tato podmínka není v BKOZ.

⁶ Tato podmínka taktéž není v BKOZ.

Třetí cvičení třetího stupně – výcvik mentálního ducha.

Opět se zde zabýváme prohloubením imaginační schopnosti a to tak, že provádíme koncentraci se 2 až 3mi smysly současně, např. imaginujeme si úmyslně vodopád, slyšíme jeho šumění a cítíme chlad, vystupující z vody. Daří-li se nám i toto cvičení, přejdeme na složitější předměty, kraje, města, která musíme opět plasticky vidět před sebou po dobu alespoň 10ti minut. Daří-li se nám i toto cvičení, imaginujeme si před sebou plasticky různá zvířata nebo známé tváře a lidi a to nejprve stacionárně, pak i v jejich pohybu.

Zvládnete-li toto cvičení, ukončíte tím prvý, přípravný cyklus tří stupňů. váš život se změní. Stanete se vyrovnaní, ve vaší mysli nebude výkyvů, váš úsudek bude rozvázný, vaše počínání počínaje chůzí a konče gestikulací bude klidné. Vaše zdraví se upevní. Zjistíte, že doba potřebná ke spánku se bude postupně zkracovat. To vám dodá sílu i odvahu k další cestě, po které vás již povede Mistr, který se vám, kteří upřímně hledáte, projeví a nabídne vám svou pomoc. Ale nebude vás ani nutit, ani přemlouvat. Cesta je dobrovolná – není určena karmou. Zisk z této cesty však už nikdy nebude promarněn. Je to správně vydaná hřivna, která přinese užitek svému pánu. Vědomosti získané na této cestě se neztrácí průběhem jednotlivých životů. Adept v novém životě vždy rychle dosahuje stupně, kterého dosáhl v předchozím vtělení. Nemusí se již učit, jen rozpomínat, ať tuto cestu nastoupil před 2000 nebo 200 lety. Proto žádejte na sobě mnoho, aby vám bylo ještě přidáno. Spokojíte-li se s málem, bude vám i toto málo odejmuto.

To je vše, co bylo možno v krátkosti říci o počátku hermetické cesty s vynecháním celé hermetické nauky o živlech a jejich funkci v makro i mikrokosmu a ve třech základních rovinách: fyzické, astrální a mentální a vynecháním hermetického názoru na Boha a jeho tvorbu, na Vesmír i člověka v něm a s vynecháním všech dalších stupňů této cesty.

Přesto se domnívám, že jsem řekl dost těm, kteří mají uši k slyšení. S těmi se rád setkám a popovídám o všem, co je zajímavá. A kdo z vás jde kteroukoli jinou cestou, nebo kdo teprve cestu hledá, těm všem přeji vytrvalost a pokojnou mysl.