

Můj pohled pozorování

Přemysl Vřeský

Veselí nad Moravou

2013

Ájurvédská Instituce Dhanvantri, Praha

ÚVOD

Jmenuji se Přemysl Vřeský a ukončil jsem druhý ročník studia Ajurvédské instituce Dhanvantri – obor Ajurvédský asistent.

Bylo nám dáno téma Můj pohled pozorování. Přemýšlím na ním. A začíná se zjevovat: Ajurvédář je vlastně pozorovatel. Pozorovatel světa kolem sebe. Hlavou znějí slova Govindžiho – NEVĚŘTE tomu, co klient říká, pozorujte, na všechno přijdete sami. Ajurvéda je vlastně pozorování řádu věcí, po staletí a tisíciletí Ajurvédaři pozorují svět okolo sebe, souvislosti, zákonitosti.

A co já? V čem jsou mé „oči“ jiné než před dvěma léty? Pozorují věci kolem sebe očima Ajurvédáře? Snažím se. Milý Góvindží není den, kdybych nemyslel alespoň na chvíli Ajurvédsky. Začíná to každé ráno na WC, pozoruji chování svého těla, jak reaguje, jak pracuje, co jsem jedl, jak se to projevuje na chování, na spánku, náladě, kůži ... na všem.... Pozoruji lidi kolem sebe, jejich chování, projevy nemocí, odhaduji jejich prakti a vikruti. Nic víc zatím neřeším, nenastal čas...

Tolik na úvod.

Pozorování těla a projevů

Když se Ajurvédář podívá, měl by vidět vše.....

Jaké jsou vlasy, jejich vlnitost, bohatost, kvalita, jsou suché nebo mastné? Mají roztřepené konečky?

A co nos, je malý, velký, špičatý, rovný, zakřivený, tlustý, tenký?

Zuby – jsou křivé, tenké, velké, malé, rovnoměrné, nerovnoměrné, ostré, špičaté?

Oči a duhovka – jsou velké, malé, tenké?

Rty- jsou tenké, přísné, rovné, tlusté, odulé, popraskané, mastné?

Co kůže – je mastná, suchá, pihovatá, prokrvená, bledá?

Co uši – špičaté, malé, velké, tlusté, mohutné?

Co lícní kosti – jsou vidět, vystupují, jsou ostré?

Stavba těla? Je mohutné nebo subtilní, je tak akorát? Je objem masa a tuku přiměřený kostře?

Co chůze? Je přirozená, ladná nebo rychlá, trhavá, nebo pomalá, opatrná?

Co posed? Je pevný? Klidný? Rovný? Neklidný?

Co oblečení? Je tmavé, studené nebo ostrých ohnivých barev? Je sladěné? Špinavé, nedbalé?

Co pozdrav? Je pevný nebo překotný? Je jasný? Doprovázený pohledem?

Co stisk ruky? Chladný, teplý, pevný, leklá ryba?

Co úsměv? Křečovitý, přirozený, sebejistý, neupřímný, hraný?

Co projev je arogantní? Křečovitý? Pevný, nejistý? Suverénní?

Co kůže? Hladká, suchá, mastná, pihovatá, flekatá, bledá?

Jak zaklepal na dveře? Rázně, opatrně, hlasitě, neslyšně, jednou, pětkrát?

Přišel si pro pomoc upřímně? Je zvědavý, arogantní, opatrný, bojácný?

Jaké má rád jídlo? Suché, mastné, ostré, slané sladké?

Jazyk – jaký je, drsný, pravidelný, špičatý, masivní, skvrnitý, jaký má tvar okraje?

Nehty – jaké jsou? Malé, velké, popraskané, skvrnité, pravidelné.

Co hlas? Je příjemný nebo ostrý? Pevný? Krásně zbarvený nebo nepříjemný, nebo suchý, štěkavý.

Co projev, je klidný, rozhodný, nebo pomalý, neuspěchaný, nebo je to kulomet?

Co pohled? Je pevný, klidný, nebo trhavý ustrašený, těkavý...

Dalo by se takhle jistě pokračovat mnoho stran, ale na ukázkou pozorování to snad stačí.

Co s tím?

Pozorování je myslím si, ta lehčí část, ale pak přichází to těžší – VYHODNOTIT vše, co jsem vypožoroval, uvést to vše do souladu, mělo by vše ladit, vše hrát. Všechno by mělo zaklapnout do mnou vytvořených předpokladů

A v jaké míře tohle všechno je? Je to špičaté, suché, pevné, teplé, jenom trošku? Nebo středně? Nebo výrazně?

A co je to vlastně trošku? Co je to už moc?

A tady se začíná lišit mistr od žáka. Govindží se podívá a vidí, klient nemusí mluvit a už ví, že je dvakrát rozvedený a má tyto problémy. Jenom si to potvrdí... Kouzla? Čáry? Ne – jenom přesné analytické myšlení, hluboká znalost Ajurvédy a umění POZOROVÁNÍ.

Závěr

Já se podívám a jsem zatím spíše slepý, i když už ne tolik, jak jsem byl, už začínám vidět alespoň na jedno oko. Někdy.... A jestli budu chtít vidět víc, záleží jen na mně, kolik úsilí tomu dám. Přemýšlení totiž bolí... A taky hlavně musím, ač nerad napsat, že nejsem hoden být nazýván žák, jsem zatím jen zájmový student Ajurvédy. Ale i to málo, co jsem tomu dal, mi otevřelo oči a změnilo vnímání věcí tak, že vědomí toho, jaké by to muselo být, pokud bych tomu dal mnohem víc, je příslibem pro budoucnost. Až dozraju a pokud vůbec...