

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE, FILOZOFICKÁ FAKULTA

# KULTURNÍ ASPEKTY BUDDHISMU

( Úryvky z diplomové práce )

Školní rok: 1998/99

Vypracovala: Dagmar Volencová

Vedoucí diplomové práce: doc. PhDr. Vladimír Borecký

## Obsah části C

<b>4. KULTURNÍ A PSYCHOTERAPEUTICKÉ ASPEKTY BUDDHISMU .....</b>	<b>40</b>
4.1. STRUKTURA PROŽÍVÁNÍ KULTURY .....	40
4.2. NELPĚNÍ JAKO PROSTŘEDEK PRO VNÍMÁNÍ KULTURY .....	42
4.3. MEDITACE A PSYCHOHYGIENA .....	49
4.3.a Zpěv .....	52
4.3.b Mandala .....	54
4.3.b.1 Rituál mandaly Čänräzig .....	56
4.3.c Kóan .....	57
4.3.d Čajový obřad .....	58
4.3.e Ikebana .....	59
4.4. HAIKU .....	60
4.4.a Mít nebo být .....	60
<b>4.4.b Japonské haiku</b> .....	<b>63</b>
4.5. DIVADLO NÓ .....	66

## **4. Kulturní a psychoterapeutické aspekty buddhismu**

Matějů a Soukup uvádějí definici kultury v knize Sociální a kulturní antropologie takto: „Kultura se někdy chápe jako jedna z centrálních kategorií společenských věd, ve svém nejširším pojetí vyjadřující specifický způsob organizace, realizace a rozvoje činnosti, objektivovaný ve výsledcích lidské a duševní práce“ [Holý - Soukup, 1993, s. 65].

Tato definice není zdaleka jediná. Zmínění autoři současně poukazují na tuto skutečnost: „Američtí antropologové A. L. Krouber a C. Kluckhorn, kteří se v roce 1952 pokusili o sjednocení všech definic kultury, prostudovali více než 150 různých definic a dospěli k názoru, že kultura je produkt; je historie; zahrnuje ideje, vzory a hodnoty; je selektivní; lze jí učit; je založená na symbolech; je abstrahována z chování a produktů chování“ [ibid., 1993, s. 68].

Matějů a Soukup dále specifikují tři oblasti dnešního výzkumu kultury:

1. Kultura v atributivním smyslu a jako univerzální lidský fenomén, systém extrasomatických prostředků a mechanismů, které motivují, usměrňují, koordinují, realizují a zajišťují lidskou činnost na úrovni druhu *homo sapiens*.
2. Kultura v distributivním smyslu na úrovni kultur a subkultur, tedy konkrétní sociokulturní systémy, které je možné identifikovat v čase a prostoru.
3. Kultura na úrovni jednotlivce - osobnostní kultura, analýza vztahu kultury a osobnosti, jazyka a myšlení v konkrétním sociokulturním kontextu. Jednotlivec je studovaný jako tvůrce a zároveň jako produkt své kultury [ibid., 1993, s. 69-70].

Prioritní otázky současnosti tvoří problémy kulturní změny a možnosti její predikce, ochrany, předávání a podpory. Výzkum osobnosti a kultury patří k méně studovaným problémům a tvoří mezioborovou oblast. Za téma své práce jsem si vybrala právě tuto část, přičemž jsem studované otázky zúžila na problém interního vjemu jednotlivce, tedy na problémy vnímání obecné kultury individualitou, a na otázku možností, jak toto vnímání ovlivnit v pozitivním slova smyslu.

### **4.1. Struktura prožívání kultury**

Úvodní část kapitoly vychází z knihy Mirka Frýby (1943) ‘Abhidhamma, základy meditativní psychoterapie a psychohygieny’. Frýba patří k předním světovým odborníkům v meditativních psychoterapeutických a psychohygienických metodách abhidhammy (vyšší učení). „Ve Švýcarsku pracoval v sedmdesátých letech pod vedením prof. Spoerriho, žáka Johannese H.Schultze a také psychoanalytika prof. Ernsta Bluma, který byl přímým žákem Sigmunda Freuda... V roce 1975 obhájil doktorskou disertaci o využití abhidhammy v oblasti sociální psychologie. V letech 1971-1975 působil jako psychoterapeut na Psychiatrické poliklinice university v Bernu“ [Hoskovec, 1991, s. 8].

Frýbova forma abhidhammy se zabývá především léčením patologickým stavů mysli, nicméně mnoho věcí platí i pro vnímání kultury jednotlivcem, zejména části o vhledu přímo inspirované buddhismem.

Abhidhamma jako psychologický systém vychází jen ze smyslových vjemů (příjemných, neutrálních či nepříjemných) a vztahů mysli k nim. Tato fakta představují empirickou základnu abhidhammy. Není tedy teorií v běžném smyslu slova, ale je spíše fenomenografickým modelem a opírá se o to, že máme tendenci lpět na příjemném, bránit se nepříjemnému a ignorovat neutrální. Celou skutečnost dostupnou našemu prožívání dělí do čtyř následujících fenoménů:

1. Tělo (kája) - tělesné procesy, formy a předměty, dostupné našim smyslům.
2. Cítění (vedaná) - samo o sobě prosté jakékoliv kognitivně rozlišovací činnosti a interně rozlišované jen podle svého pozitivního, neutrálního či negativního aspektu.
3. Stav mysli (čitta) - pozorované jako fenomény v jejich nedělené celistvosti, aniž by byla analyzována jejich vnitřní struktura.
4. Fenomény (dhammá) - momentálně přítomné obsahy či předměty mysli.

[Frýba, 1991, s. 26].

Rozlišuje se zde pouze mezi slovem a skutečností. Hypotetické formulace a čistě pojmové konstrukce se v abhidhammě jako eticko-psychologickém systému nevyskytují, stejně tak jako v buddhismu. Abhidhamma definuje strukturu procesů v naší osobnosti ve formě pěti fenoménů:

1. tělesnost - vjemy těla a jeho interakce s okolím, jako pohyb, tvrdost, teplota;
2. cítění - příjemné, neutrální a nepříjemné prožívání tělesné i mentální;
3. vnímání - od pěti smyslů a naší mysli;
4. množina formace - systém kategorizace prožitků na zákonné, krásné, zhoubné;
5. množina vědomí - vědomé prožívání rozdělené podle funkce, etické kvality.

[Frýba, 1991, s. 59-60]

Příslušných elementů spadajících do jednotlivých fenoménů je velice mnoho; jde o indický sklon k dělení na kategorie a jejich vypočítávání. Ten se projevuje už v nejstarší bráhmanské nauce Sánkhja [Bondy, 1991, 57-59].

Jednotlivé elementy nejsou příliš podstatné. Hlavním prvkem jsou ale **komplexy lpění**, které vnikají jako dodatek k základní struktuře naší osobnosti. Frýba je definuje takto:

„Komplexy lpění jsou spoluvznikající útvary, které sestávají ze zablokovaných citů, vjemů a formací. Jako části osobnosti anebo jako zdánlivě samostatné bytosti doprovázejí, brzdí, ovlivňují, nebo dokonce určují tok prožívání. Kdo se v prožívání identifikuje s nějakým komplexem lpění, který považuje za svou trvalou identitu ‘já’ nebo za jádro své osobnosti, ten se musí ohraničovat vůči ostatním komplexům a popírat všechno prožívání skutečnosti, jež je neslučitelné s jeho identitou. Lpění na jakékoliv identitě podmiňuje tedy prožívání, jež je odcizené od skutečnosti a vede k svízelem a úzkosti anebo k proľhanosti a aroganci. Takto znetvořené prožívání je úrodnou půdou pro růst patologických útvarů působících další starosti a strach, depresivně či agitovaně prožívané svízele, úzkost, pomatenost a zoufalství, které mohou dosáhnout až psychotické intensity“ [Frýba, 1991, s. 59].

Nelpění představuje klíčový prvek, otevírající dveře k vnímání jakékoliv kultury. Ukažme si to na příkladu, který jsem slyšela na přednášce Vlastimila Marka, bývalého člena Jazzové sekce, propagátora hnutí New Age a hudebníka, v pražském planetáriu.

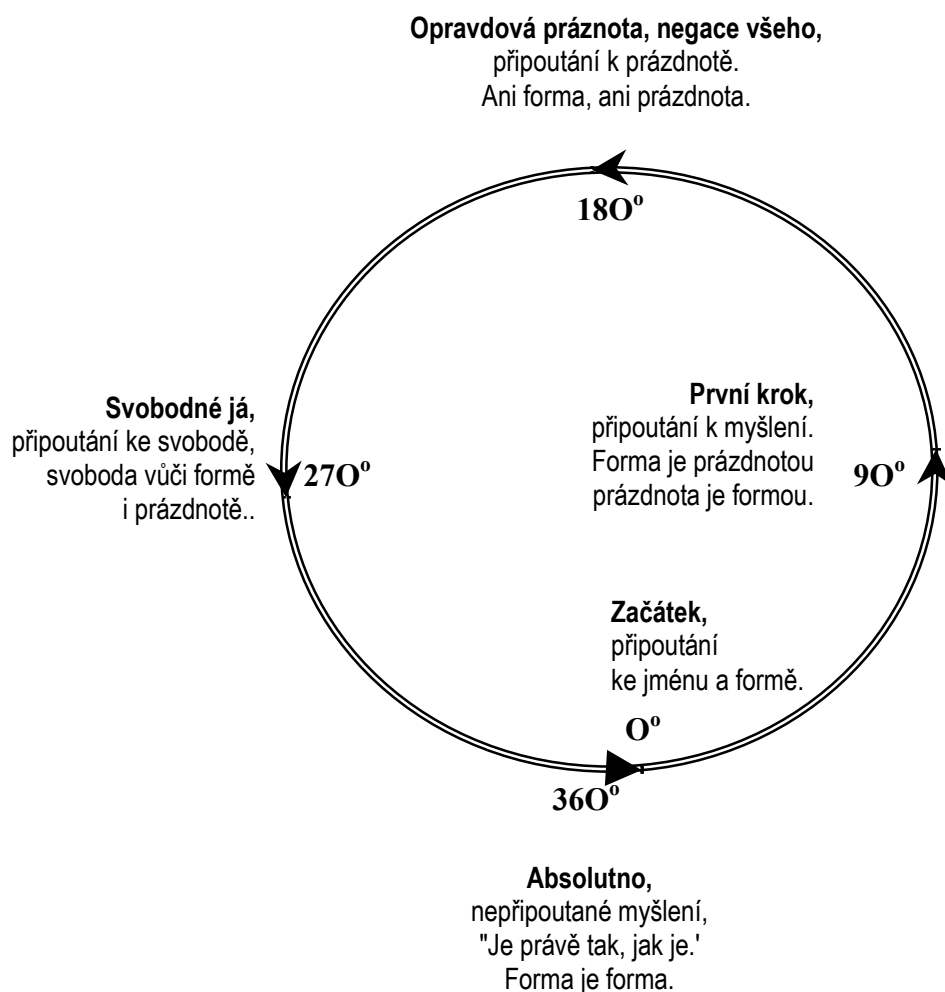
Představme si, že se chystáme na chatu a těšíme se na lenošení na zahradě. V pátek večer nás ale zničehonic zajme *tyran*. Nacpe nás násilím do vlaku a nechá nás stát celou noc na přečpané chodbičce špinavého vagónu. Ráno nás vyžene na pochod do hor. Celou sobotu budeme šlapat ve vedru po strmých stezkách s těžkým batohem na zádech a k pití dostaneme jen vodu, k jídlu chleba a salám. V noci se budeme klepat zimou schoulení v tenkém spacáku na kamenech. V neděli bude zběsilý pochod pokračovat. Navečer budeme natlačeni do vagónu a ve stoje odvezeni do Prahy. Teprve tam nás *tyran* propustí. Je šest hodin ráno, jsme nevyspalí, unavení a špinaví. Stačíme se sotva umýt a převléknout a už musíme utíkat do práce.

Mnohým by se podobný *drastický* zážitek zapsal hluboce do paměti. Budili by se ze spaní a léta by trpěli psychickými poruchami. Nicméně někteří fanatičtí nadšenci pro vysokohorskou turistiku anebo horolezectví prožívají podobným způsobem mnohé víkendy. Radostně odjíždějí do hor, běhají po kopcích s batohy na zádech a v pondělí ráno se vrací spokojení, 'jak si krásně dali do těla'.

Rozdíl mezi oběma skupinami spočívá pouze v mysli jedinců, v uskutečňování představy, kterou si v mysli vytvořili, veškeré prožitky a vjemy byly totiž zcela totožné. První skupina lpěla na klidném víkendu na chatě a trpěla v horách, zatímco druhá se těšila do kopců a plně si je užila. Můžeme samozřejmě změnit prostředí a nechat obě skupiny lenořit na zahradě. Vjem utrpení se tentokrát převrátí, nadšenci pro hory budou sténat nudou. A lze vymyslet i prostředí, v němž budou trpět obě skupiny, třeba při čekání v mnohahodinové zácpě na dálnici.

## **4.2. Nelpění jako prostředek pro vnímání kultury**

Úvahy na konci předchozí části se dají rozšířit na vnímání kultury. Není těžké přiřadit ke každému druhu kultury tři skupiny lidí - její milovníky, lhostejné a nesnášenlivce. Při poslechu Janáčkovy houslového koncertu jsem jednou zahlédla všechny tři případy najednou. Vedle hudbou posedlé paní seděl její apatický manžel a z druhé strany holčička, která si při zvlášť silných disonancích tiskla ruce na uši. Všichni tři dostávali přitom totožné vjemy na fyzické úrovni. Jediný rozdíl spočíval v jejich mysli, v hodnocení pocitů a z toho vyplývajícího lpění.



**Obr. 1. Vyučovací kruh zenového mistra Seung Sahn,**  
převzato z *Seung Sahn, Pouze nevím, 1991, s. 111*

Je však nelpění vůbec možné a nepovede to k pasivitě nebo ztrátě pocitů? Odpověď je lehká i těžká zároveň; závisí na osobní zkušenosti. Podobně se velmi lehko i obtížně popíše jakýkoliv pocit, třeba zamilování. Kdo zná, tomu stačí naznačit. Kdo nikdy nemiloval, ten nepochopí ani po týdenním výkladu.

Stav bez lpění se jmenuje 'tak jak je', jenže pochopení významu pojmu trvá značně dlouho. Studium, nebo přesněji řečeno psychický trénink, vyžaduje mnoho měsíců, i celá léta, stejně jako třeba studium vysoké školy. V této práci mohu problém přiblížit, ale nikoliv úplně vysvětlit.

Zenový mistr Seung Sahn sestavil na základě svých mnohaletých zkušeností s výukou Evropanů kruh, na němž znázornil vývoj chápání při postupu k významu 'tak jak je' (viz obr. 7, str. 50).

Cesta po kruhu začíná v bodě 0°, kdy každý pojem má svůj přesný význam. Platí  $1+2=3$  bez jakýkoliv debat. Vnímání světa je spoutané formami, které jsou zanesené do naší mysli výchovou, vzděláním, zkušeností.

Pokud se od forem osvobodíme, pak si lze pod slovy představit mnoho věcí, takže  $1+2$  může být klidně 0 (jedna ztracená koruna a dvě ztracené koruny bude nula v mé pe-

něžence) a podobně.

Ocitli jsme se na bodě 90°, na němž lze diskutovat o všech možných významech součtu 1+2, vytvářet libovolné představy, podobně jako to činí dadaismus v poezii. Všechny ale patří do oblasti myšlenkových spekulací, hry se slovy. Mají praktický význam jedině pro uvědomění si abstraktnosti pojmů, o které v literatuře psal i Umberto Eco (1932) v slavné knize *Jméno růže*.

Dalším bodem kruhu je 180°, prázdnota, o níž se zmiňuje *Sútra srdce*. Ta ji definuje jako totální absenci všeho, tedy i jakékoliv definice. Seung Sahn v knize *‘Pouze nevím’* uvádí překlad této sútry. Ta definuje prázdnotu pomocí její negace, tzn. popíše čím vším prázdnota není:

„...Co je formou, to je prázdnotou, a prázdnota je vždy formou.

Pocity, vjemy, pudy a vědomí jsou právě tak prázdné.

Vše je v podstatě prázdné. Nic se nerodí ani neumírá,  
nic se neobjevuje ani nemění, nic není čisté ani nečisté,  
nic neroste ani neubývá.

A tak v prázdnotě není podob, pocitů, vjemů, pudů ani vědomí,  
nejsou tu oči, uši, nos, jazyk, tělo ani mysl, není tu barva, zvuk, vůně,  
chuť, dotek ani myšlenka, není tu oblast vidění ani žádná jiná,  
není tu nic k pochopení, není tu nevědomost ani její opak,  
ani žádné jiné stavy.

V Prázdnotě není stárnutí a smrt ani jejich překonání,  
není tu utrpení, jeho příčina a zánik, není tu cesty,  
není tu poznání, není tu dosažení ani nic k dosahování...“

[Seung Sahn, 1991, s. 109-110].

Text sútry útočí na dualistické pojetí světa. Klade vzájemně nesmyslné protiklady. Pokud není něco čisté, je to podle dualistického chápání špinavé. Pokud to však není ani čisté a ani nečisté, jaké to vlastně je? Prázdné, a to dokonale. V prázdnotě není ani ‘nic’, protože pojem ‘nic’ je pořád formou.

Adepti, kteří se pokusí dospět k nelpění, často ustrnou v prázdnotě. Vše je prázdnotou; nemusím dodržovat zákony; 1+2 se rovná milion, či tisíc, závisí na okolnostech, vždy se jedná jenom o prázdná slova. Milovníci pobytu v tomto bodě, velmi blízkému pocitu odcizení v postmodernismu, by si měli uvědomit, že se pouze dostali z jednoho lpění do jiného - ulpívají na prázdnotě. Prohlašují, že nic neexistuje, že svět je pouhé mámení smyslů. Upadají do nihilismu, pocitů marnosti všeho. Žijí v hluboké iluzi neexistence. Pokud se opaří horkou vodou, zjistí svůj omyl velmi rychle. Iluze se změní v bolestnou realitu.

Z prázdnoty je potřeba vrátit se zpět. Vždyť 1+2=3, ve většině případů, jen někdy to může být i jinak. Svoboda značí akceptování obou variant, bez jakéhokoliv ulpívání na kterékoliv z nich. Na 270° leží svoboda volby, přijetí všeho.

Někde mezi 180° a 270° se pohybují beatnici a také beatnický zen, o němž bude také zmínka v kapitole o buddhismu v Evropě. Jde tu pocit osamělosti a boj proti konfor-

mismu, protesty dráždícími veřejnost. „Beatniky kromě toho charakterizuje odmítavý vztah k minulosti (tj. k prokazatelné neschopnosti předchozí generace) i nedůvěra v budoucnost. Zbývá se než se oddat přítomnému okamžiku, prožít tento den s veškerou intenzitou“ [Hora, 1995, s. 26].

Svoboda je pro takové lidi životním postojem. Jenže takové připoutání ke svobodě je lpění jako kterékoliv jiné. Matematika žádá  $1+2=3$ , protože takové pravidlo je nezbytné pro každodenní život. Prodavačka nemůže spekulovat o výsledcích součtu, funkce společnosti vyžaduje jasná pravidla a jejich dodržování. Je nutno vzdát se i lpění na svobodě.

Teprve teď se proces završil;  $1+2=3$ , věci jsou opět takové, jaké jsou. Došlo k návratu do výchozího bodu. Je tady ale výrazný rozdíl v našem chápání. Známe už všechny možnosti chápání reality, ale nelpíme na některé z nich. Volíme bez ulpívání na čemkoliv.

Projít celý kruh, to není úplně jednoduché, ale poté umíme vidět svět probuzenýma očima, bez zkrácení předpoklady anebo koncepcemi. O tom, že to žákům trvá léta, vypoví i následující zkrácená ukázka, převzatá ze souboru vyučujících dopisů zenového mistra Seung Sahn, Pouze nevím.

Studentka Merrie píše mistrovi zenu po dosažení stavu prázdnoty v mysli při meditacích. (Soen Sa Nim je v korejštině běžné oslovení pro mistry zenu = Vznešený učitel zenu):

*Drahý Soen Sa Nime,*

*4. února 1977*

*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*



*Rozumíš tomu? Co to je? Tvůj v Dharmě S.S.*

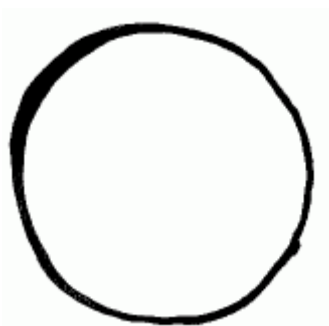
*Drahý Soen Sa Nime,*

*12. března 1977*



*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*



*Tvoje odpověď je nádherná. Ale opičíš se. Znovu se Tě ptám. Co je to?  
Tvůj v Dharmě S.S.*

Komentář: Merrie sice vyjádřila věci takové, jaké jsou, ale nenapsala nic nového. Její odpověď připomíná rozpravu s ozvěnou: „Dnes je hezky.“ „Je hezky.“ „Ale na zahrádce bude horko.“ „Bude horko.“

*Drahý Soen Sa Nime,*

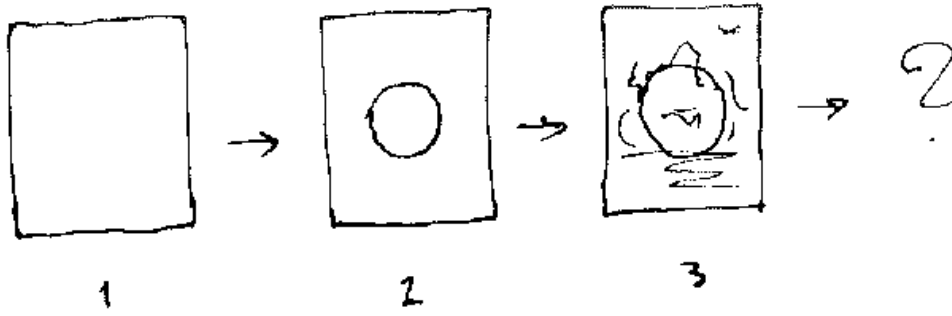
*3. dubna 1977*



*S úctou Merrie*



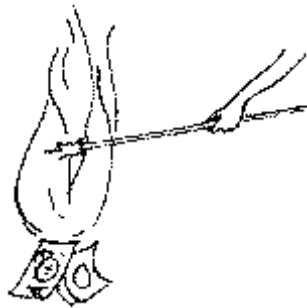
*Drahá Merrie,*



*Tvůj v Dharmě S.S.*

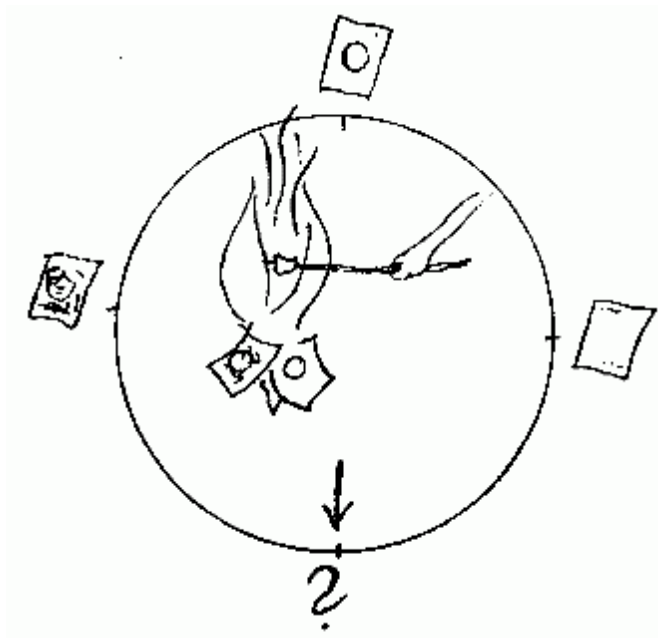
*Drahý Soen Sa Nime,*

*22.dubna 1977*



*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*



*Tvá hlava je drakem - ocas hadí! Ještě jeden krok je třeba!*

*Tvůj v Dharmě S.S.*

*Drahý Soen Sa Nime,*

*10. května 1977*

*jsem v Arizoně se svými rodiči, ale po 17. květnu budu zase ve Washingtonu.*

*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*

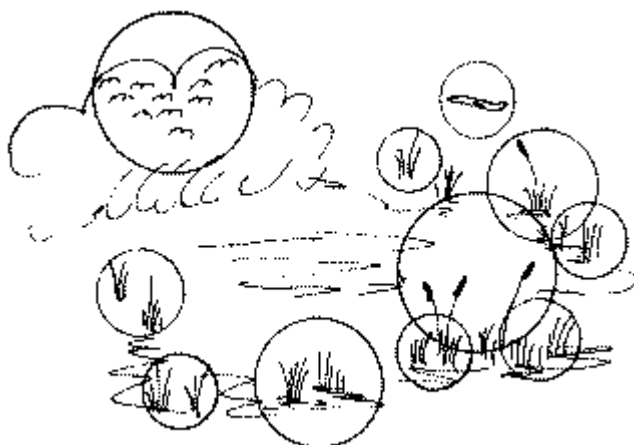
*děkuji Ti za dopis. Jak se máš? Chci kreslenou odpověď.*

*Tvůj v Dharmě S.S.*

Poznámka: Odpověď Merrie byla v pořádku; vyjádřila věci takové, jaké právě jsou, ale neaplikovala to na původní téma. Nevěděla si s ním rady.

*Drahý Soen Sa Nime,*

*25. srpna 1977*



*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*

*Tvá odpověď není špatná, docela ujde. Ale leží na bodě 350, ne na 360. Co to znamená 'forma je formou, prázdnota je prázdnotou'. Napovím Ti. Říká se: „Velké kulaté zrcadlo nemá žádná pro ani proti.*

*Tvůj v Dharmě S.S.*

*Drahý Soen Sa Nime,*

*6. listopadu 1977*



*S úctou Merrie*

*Drahá Merrie,*

*jak nádherná je Tvoje odpověď! Skvělá, skvělá - opravdu skvělá! Teď už chápeš 'právě tak to je'. Pochopit je snadné, ale uchovat si to velice obtížné...*

*Tvůj v Dharmě S.S.*

[Seung Sahn, 1991, s. 100-105.]

Pod chválou mistra zenu se ukrývá závažný fakt - nelpění není trvalý stav. Nicméně předpokládejme, že jeho dosažení a udržení si tohoto stavu stojí za námahu. Uvažme, že se tím zlepší kulturní vnímání. To ale nemůžeme prokázat, jak vyplývá z této části, pomocí slov. Vliv nelpění na individuálním vnímání kultury by se dal ověřit jedině pomocí statistického průzkumu, který by zjistil čistě subjektivní stanovisko dotázané skupiny osob.

Další otázkou je trénink kulturního vědomí jednotlivce. Myslím si, že taková věc ale není nikterak neobvyklá a patří do běžné výchovy. Děti se učí zpívat anebo na něco hrát, aby se jim zalíbila hudba; kreslí, aby získaly vztah k obrazům; taneční kurzy zvyšují pohybovou kulturu.

Nelpění je proto trénink jako každý jiný, pouze mírně exotický, avšak ne úplně. Dítě se učí nelpět na předmětech kolem sebe, dělit se o ně s kamarády, snášet prohry a podobně. Nelpění, jak bylo zde popsáno, znamená proto pouhou propracovanou metodu, která dovádí používané praktiky k dokonalosti.

Za velmi významný považuji zejména onen návrat z bodu 180° ke věcem takovým, jaké jsou. Jsem přesvědčena, že tvoří klíčový bod. K totální negaci všeho se dospěje poměrně snadno, jak ostatně vyplývá z chronologické posloupnosti uvedených dopisů Merrie. Její úplně první dopis, v ukázce neuvedený, nesl datum 1.12.1976. K prázdnotě dospěla začátkem února, tedy za dva měsíce. Na zbytek cesty potřebovala devět měsíců.

### **4.3. Meditace a psychohygienu**

Meditace znamená velmi hluboké soustředění. Jestliže upřeme svoji pozornost na jeden subjekt, provádíme koncentraci vědomí. Tento stav vyžaduje neustálé úsilí, protože naše vědomí má tendenci stále utíkat. Pokud se nám podaří prohloubit koncentraci natolik, že naše pozornost setrvává u zvoleného subjektu bez našeho úsilí, vstoupili jsme do meditace. Ta může být stále hlubší, až nakonec dojde k nedualistickému stavu vědomí, v němž mizí rozdíly mezi subjektem a objektem [Liščák, 1996b, s. 284-285].

„Naučit se meditoval může být srovnáno s postupem nutným k naučení se plavat. Obojí je záležitostí opakovaných pokusů v situaci, která neohrožuje ani přílišnou hloubkou ani rozbouřeností vody, do které si troufáme. Teoretické vědění o různých stylech plavání, znalost zákonů hydrauliky, fyziologických procesů a anatomických struktur může být pro někoho pomocí, pro někoho brzdou“ [Frýba, 1991, s. 88].

Hodně technik meditace se zcela běžně používá pro osobní psychohygienu, protože moderního člověka zatěžuje život ve zcela jiných směrech než v předcházejících stoletích.

Klesá fyzická náročnost života a problémy kolem něj jsou méně konkrétní. Středověký člověk byl ohrožován plenícím vojskem, lupiči, vrchností, nebezpečnou prací nebo jinými hmatatelnějšími problémy. Dnes jsou společenské vztahy méně průhledné a pro řadu problémů neexistuje zcela konkrétní viník.

Fyzické ohrožení středověku vystřídal dlouhodobý stres. Zatímco na fyzická ohrožení dokáže člověk poměrně dobře reagovat, jeho organismus se za ta tisíciletí jeho existence k tomu uzpůsobil, před stresem je téměř bezbranný. Meditativní techniky v tomto směru představují velmi účinnou relaxaci organismu a pomáhají v osobní psychohygieně. Praktikují se metody známé už 2500 let v buddhismu, ale i jinde a nyní jsou znovu objevovány současnou medicínou. A stejnou dobu bylo buddhismu známo i podvědomí, protože meditativní techniky jsou metody pracující právě s obsahy podvědomí.

Meditace není cizí ani běžnému člověku. Většina lidí ji provádí zcela podvědomě, aniž by o meditaci kdykoliv slyšela. Pletení svetry nebo lepení modelů představuje ve své podstatě meditaci, protože pozornost je upřena na jeden subjekt a při velkém zaujetí prací se nevnímá okolí. Snadno najdeme desítky prací, činností, zábav, které mají meditativní charakter. I ono nechvalně známé sezení u televize má charakter meditace, stejně tak jako kouření cigaret, pokud se provádí dostatečně zaujatě. Rozdíl mezi meditacemi vytváří subjekt, který se stává středem pozornosti, dále prostředí, v němž se proces koná, a míra soustředění. Některé meditace mají pozitivní charakter, jiné destruktivní.

Co se ale při meditaci děje? Odpověď na otázku neznám. V buddhismu jsou popisovány techniky, výsledky meditace, ale chybí zde rozbor procesu. Stejně tak postupují seriózní práce a pojednání o meditaci. Zájemcům o odpověď na tuto otázku mohu jen zprostředkovat dvě hypotézy, které jsem zaslechla na různých přednáškách, bez doložení odkazů na literaturu. Všechny lze pokládat za laické názory.

Slyšela jsem například domněnku od příznivce hnutí New Age, údajně podepřenou encefalografy meditujících, že během meditace se synchronizuje levá a pravá hemisféra mozku, čímž se zvětší rozumové schopnosti člověka. V jiném názoru se zase mozek pokládal za jakousi budovu plnou kanceláří a naše vědomí za ředitele, sledujícího činnost. Upřením pozornosti na jeden subjekt si naše vědomí, pomyslný ředitel, přestane všimnout jiných činností, čímž jim přestane dodávat hypotetickou psychickou energii a jejich aktivita pomalu klesá na minimální úroveň, což znamená zmizení nadbytečných komplexů, o nichž se psalo v kapitole 4.1.

Možná, že některá z uvedených domněnek je pravdivá, možná ani jedna, pro samotnou praxi to nemá význam. Z vlastní zkušenosti vím, že psychické zážitky při meditaci jsou velmi silné, prakticky na úrovni příhod v běžném životě, a proto působí na naši psychiku stejně jako ony. Výběr objektu je proto velmi důležitý. Budeme-li při meditaci upírat pozornost na cigaretu, bude proces působit úplně stejně, jenomže současně vznikne lpění na cigaretě - ' vyhnání čerta ďáblem '.

Objekt meditace musí být zvolený tak, aby nevystřídal jedno lpění druhým. Při správné meditaci se proto vybere takový objekt, který žádné nové připoutání nevytváří. Pro

začátečníky se doporučuje pozorovat svůj dech. Ze stejného důvodu se radí nevytvářet jakékoliv koncepce toho, co se při meditaci děje, anebo teorie, jak meditace funguje, jinak se připoutáme k teorii a staneme se jejími zajatci.

Imaginace mozku je obrovská, pokud například zatoužíme vidět minulé životy, po nějaké době se jich dočkáme, ovšem pravděpodobně nebudou skutečné. Zajímavé je, že skoro všichni, kteří mně vyprávěli o minulých životech, žili v Egyptě (jako kněží, kněžky či faraóni) a ve středověku nejméně na pozici šlechticů, což samo o sobě vyvrací věrohodnost jejich zážitků. Tuto skutečnost využívají některé sekty, zejména dianetika (scientologie).

Jak nás upozorňoval učitel zenu - jakmile si vytvoříme jakoukoliv koncepci probuzení nebo jevů při meditaci, mozek nám po čase vše ochotně vytvoří, včetně námi očekávaných zážitků.

**Je proto nezbytné při meditaci odhodit jakékoliv koncepce, domněnky a očekávané cíle** (viz uvedená Súra srdce, s. 50 - 51), neboť ty znamenají formu, která by spoutala naši mysl.

Vlastní poznání je mnohem důležitější než všechny teorie, koncepce a hypotézy. O tom například hovoří i Hermann Hesse v románu Siddhártha, když jeho hrdina mluví s Buddhou: „...učení o překonání světa, o vykoupení, je malou trhlinou, která celé učení vyvrací... Nikdo nebude vykoupen skrze nauku. Nikomu, ó ctihodný, nedokážeš říci a sdělit slovy a naukou, co se stalo s tebou ve chvíli tvého osvětlení!“ [Hesse, 1997, s. 33]

S tím nutno souhlasit. Nauka je náznakem, poznání musí najít žák zcela sám. Z toho současně vyplývá i přední obtíž aplikace metod buddhismu, které leží za slovy a zakládají si na osobní zkušenosti. Bez vlastní praxe se ztrácí plné porozumění, což platí i pro kulturu, která jím byla ovlivněna.

Provádět něco bez znalosti přesného výsledku a funkce je pro evropské exaktní myšlení obtížně přijatelné. Objeví se otázky - co leží na konci praxe? Staneme se v nirváně bohy či nadpřirozenými monstry nebo jen snílky? Pokud bych měla odpovědět na tuto otázku, přiklonila bych se k učení buddhismu, které tvrdí, že se probudíme, čili vrátíme se ke své přirozenosti.

Erich Fromm v knize 'Anatomie lidské destruktivity' píše : „Existují určité přímé údaje o životě prehistorického lovce, zachované ve zvířecích kultech, které ukazují, že mu chyběla údajná vrozená destruktivita“ [Fromm, 1997, s. 143].]Dále vznáší hypotézu, že agresivita není vrozená, ale objevuje se až s příchodem městských kultur. Znamená to, že sice postupujeme po technické stránce, ale po psychické upadáme. K tomuto problému se ještě vrátím později, při analýze citů.

Není záměrem mé práce rozebírat jednotlivé techniky meditace, myslím si, že vyšlo už mnoho odborných knih i příruček pro laickou veřejnost. Navíc není důležitá technika, ale soustředění. Watts cituje výrok mistra Chuej-neunga, 6. patriarchy čínské zenu: „*Živý člověk, jenž sedí a neulehne; mrtvola, která leží a neusedne; konec konců jsou to jenom sprostí kostlivci*“ [Watts, 1995, s. 121].

Samotné sezení a vybrání vhodného objektu nestačí. Bez hluboké koncentrace nemá celý proces smysl. Zmíním se proto pouze o několika objektech meditace, o nichž si myslím, že mají kulturní aspekty. Není mezi nimi vážnější rozdíl, výběr závisí na tom, co nás bude více přitahovat.

#### 4.3.a Zpěv

Zvuk je vhodný objekt meditace jako cokoliv jiného. Zazpívat si, třeba u táborového ohně, to představuje příjemný romantický zážitek. Ve své podstatě jde o meditaci. Soustředíme se na zvuky, slova známe dopředu, melodie u amatérského zpěvu představuje víc pomocný faktor než muzikální zážitek. Nejde o něj, ale o vytvoření meditativní atmosféry. Tu občas někdo zkazí, když začne přemýšlet nad další slokou či přesnou formulací, což se většinou řeší tak, že se začne zpívat něco jiného, obecně známého.

Zpěv sůter či recitace manter jsou stejnými technikami. Většinou se zpívají texty, které nedávají smysl, třeba v sanskrtu či neznámé řeči. Japonci si vybírají korejské texty, Korejci japonské. Několikerým přepisováním jsou slova zkomolená tak, že už nemají smysl. Slouží pouze jako objekt k soustředění.



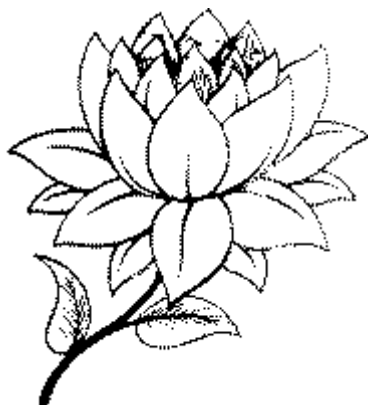
**Obr. 2. Žertovné pojetí meditace formou zpěvu,**

*převzato z knihy Zen pro kočky od Birnbauma a Kanmeje, 1995, s. 24*

Přímým dopadem tohoto zpěvu je odpoutání od významu slov. Mně osobně zpěv nesrozumitelných sůter přiblížil opery v originále. Když jsem se odklonila od významu textu, hlouběji jsem se ponořila do díla. Neznalost konkrétních vět nevádí, děj opery je stejně většinou znám předem a mnohé lze vytušit z projevů herců. Představení zaujme i bez znalosti řeči, stejně tak jako pantomima.

Z téhle myšlenky vyšli autoři Vích a Dušek, kteří vytvořili představení *Opera La Sera*, která měla premiéru v Divadle Archa 23. září 1994. Byla zpívána, jak sami autoři říkali, v *operštině*, zcela nesmyslných větách, vytvořených seskupením hlásek. Výsledek se melodicky nejvíce blížil sanskrtu a italštině. Vznikla velmi úspěšná hra, měřeno diváckým ohlasem, a nikomu, po překonání prvního šoku, nevadilo, že nerozumí tomu, co se zpívá na jevišti.

Na závěr zmínky o meditaci zpěvem si dovoluji uvést ještě jednu zajímavost. Lysebeth v knize *Tantra* rozebírá význam známé mantry, velmi oblíbené v Tibetu i po světě: 'Óm mani padmé húm', obvykle překládané jako 'Óm klenot v lotosu.' (mani=klenot, padme=lotos, húm má význam citoslovce, možná s původním významem jsem = ham - pozn. autorka). V tantrické symbolice ale zastupuje lotos pohlaví ženy a klenot muže; v případě muže jde o obdobu dorže, ukázaného na **Chyba! Nenalezen zdroj odkazů..** na str. **Chyba! Záložka není definována..** Správný překlad mantry, která nepochybně odkazuje do matri-lineárních protoindických dob a oslavuje plodivou sílu, nechávám na čtenáři [Lysebeth, 1995, s. 267-268].



**Obr. 3. Lotos - oblíbený východní symbol,**  
*převzato z Sangharakshita, 1990, s. 52*

Samotné ztvárnění slabiky Óm má graficky blízko k srpku měsíce, ženskému principu, a k spermii, mužskému principu (obr. 10.). V knize 'Tantra' se dokazuje, že v něm lze vidět i zjednodušený obraz pohlaví muže. Ostatně podle tradice mantra Óm manifestuje spojení mužského a ženského principu a pokládá se za nejsilnější mantru tantry [ibid.].



**Obr. 4. Jedna z podob symbolu Óm**

Při větší fantazii lze v Óm vidět i srdce probodnuté šípem, známý symbol milenců, a můžeme se pokusit hádat, jak asi vznikl i ten amorek se šípem založeným v napjatém luku, což tvarem společně připomíná Óm.

Původní význam Óm samozřejmě nelze dnes přesně určit pro absenci serióznějších podkladů z protoindických dob. Mohl se pochopitelně několikrát proměnit během tisíciletí své

existence.

Není divu, že uvedená mantra je tak oblíbená u tantricky založených Tibeťanů. Dalajlama se pobaveně usmíval při návštěvě v Praze v roce 1990, když byl během debaty s hosty požádán o ukázkou recitace *posvátné tibetské* mantry: ‘Óm mani padme húm’.

#### 4.3.b Mandala

Kresby představují vhodný objekt, zejména mají-li harmonizující účinek. Za tím účelem vznikly mandaly. *Mandala* znamená kruh, oblouk, úseč (sánskrť), tibetsky *kjilkhor* („střed a okraje“). „V oblasti náboženských rituálů a v psychologii označuje kruhové obrazy, jejich kreslené, malované, plastické nebo taneční ztvárnění. Plastické obrazce tohoto typu existují zejména v tibetském buddhismu a jako taneční figury se kruhové obrazy nacházejí v kláštorech dervišů. Jako psychologické fenomény se spontánně vyskytují ve snech, v jistých konfliktních stavech a u schizofrenie“ [Jung, 1998, s. 107].

„Obecně vyjadřuje mandala to, co extrahuje podstatu. Pojmu mandala se používá mnoha různými způsoby podle kontextu. Jedním typem mandaly je obětování celého světového systému s hlavními i menšími světadily mentálně přetvořenými ve vyšší bytosti“ [Tändzin Gjamccho, 1992, s. 169]. Mandaly se zobrazují různými způsoby, např. jako malovaný závěsný obraz - thangka, kterých se užívá jako meditačních pomůcek, neboť tvoří předlohy pro meditační vizualizaci. V tibetské tradici bývá mandala často vytvořena z barevného písku či syntetického mramoru, případně hromádky rýže, nebo jsou trojrozměrné modely odlité z kovu. Mandala je chápána jako uspořádání bezpočetných prvků do jednotného celku uskutečněné pomocí meditace.

„Všechny se nazývají mandaly, protože z každé z nich může člověk vyextrahovat její smysl tím, že je realizuje. Ačkoliv tyto obrazce a vytvořená zobrazení můžeme nazývat mandalami, hlavní význam má pro každého z nás vstoupit do mandaly a vyextrahovat z ní podstatu ve smyslu přijetí požehnání. Je to místo získávání skvělosti. Protože tu člověk získává požehnání a realizaci, která na něm závisí, nazývá se to extrakcí či osvojením si něčeho podstatného“ [Tändzin Gjamccho, 1992, s. 169].





**Obr. 5. Mandala Vajrasattva,**

*zdroj <http://inet.uni-c.dk/~jyhdbc/indengl.htm>*

Mandaly v sobě ukrývají symbolické obsahy. Ta na Obr. 5 představuje Buddhovu nauku. Má v centru lotos s osmi lístky - symbol osmidílné cesty, na němž spočívá dorže - v buddhismu symbol trvalosti, viz obr. 5.. Kolem jsou zdi chránící dorže ze čtyř světových stran. Brány ve zdech brání strážci průchodů, k nimž se meditující dostane po překonání čtyř vnějších kruhů, symbolizujících překážky na duchovní cestě. V pořadí od vnějšku - čistý život - síla a nebojácnost - lpění - probuzení. Tradicí přesně stanovená podoba mandaly připomíná svou základní konstrukcí palác, který má střed a čtyři brány na čtyřech světových stranách. „Zatímco kultovní mandaly vykazují pokaždé zvláštní styl a jako obsah omezený počet typických motivů, individuální mandaly používají takřka neomezené množství motivů a symbolických narážek...“

[Jung, 1998, s. 109].

Mandaly nalezneme i v naší západní kultuře. Stačí se podívat na působivé a barvami hýřící růžicová okna (rosety) v průčelí gotických katedrál, které jsou zhotoveny z barevných skel vsazovaných do cínových pásků (jedná se o tzv. vitráže). Ve středověkých kostelech (např. v katedrále v Chartres) nalezneme kruhové labyrinty složené z dlaždic na podlaze blízko vchodu, podobné mandalám. Znázorňují pouť do svatého Jeruzaléma.

Inspiraci v tibetské mandale našel i významný švýcarský psychiatr Carl Gustav Jung (1875-1961), který sanskrtským pojmem mandala popisuje kruhové kresby, jež prováděl on a jeho pacienti. Jung spojil mandalu s Já, se středem celkové osobnosti. Přišel

s myšlenkou, že mandala ukazuje přirozenou potřebu prožít všechny nám dané možnosti, naplnit ideál celé naší osobnosti. Ve svém vnitřním růstu míří každý jedinec k celistvosti, což je přirozený proces označovaný Jungem jako proces individualizace. Výsledným procesem individualizace se stává harmonická jednota osobnosti s Já, sloužící jako ústřední sjednocující princip. Jung obhajoval uznávání symbolů nevědomí jako způsob prohloubení osobního růstu. Stejně tak považoval spontánní vidění mandal ve spánku, představivost a umělecká díla za důkaz, že nastává proces individualizace [Fincher, 1997, s.15-16]. Prostřednictvím mandaly se jedinec může přiblížit k sobě samému, neboť každá individuálně vytvořená mandala zobrazuje momentální psychický stav svého tvůrce, odkrývá jeho Já a nahlíží do jeho podvědomí. Předmětem individuálních mandal je podle Junga „... *bytočné Já (Selbst)* v protikladu k *já*, které je pouze vztažným bodem vědomí, zatímco bytočné Já v sobě zahrnuje celost psýché vůbec, vědomí i nevědomí“ [Jung, 1998, s. 109]. Mandalu si jedinec vytváří obvykle sám. Samotný proces její tvorby, soustředění se na malování, představuje hlubokou meditaci, která vychází z jedince. Individuální mandaly „...mají podle okolností značný terapeutický účinek na své zhotovitele“..., „...již pouhý pokus v tomto směru mívá léčivé účinky, ovšem jen tehdy, když se děje spontánně“ [ibid., s.109-110].

#### **4.3.b.1 Rituál mandaly Čänräzig**

Mandala představuje i vhodný objekt, který nás nespoutává, lze ji zničit, je pomíjivá. To se provádí i v rituálu mandaly Čänräzig, který již dvakrát proběhl v Praze za přítomnosti veřejnosti. Poprvé se rituál konal ve dnech 25.-30. června 1996 v Míčovně Pražského hradu. Organizačně se na celé akci podílela Správa Pražského hradu, Společnost Diamantové cesty a S.O.S. Tibet. Podruhé proběhl 2.- 6. března 1999 v Komunikačním centru Linhartovy nadace v Praze ve Školské ulici.

Vytváření mandaly je obřad trvající několik dní, v případě rituálu mandaly Čänräzig se jedná o pět dnů, kdy se pomocí vizuálního symbolického jazyka skládá do jednoho celku komplexní obraz vesmíru. Symbolická struktura vesmíru je během rituálu propojena se svou předlohou - světem - v podstatě stejně pomíjivou a neskutečnou hrou, objevující se a mizející v nekonečném prostoru myslí.

Časovost mandaly nejlépe vyjadřuje na jedné straně materiál použitý na její ztvárnění, v tomto případě písek, na druhé straně její obětování na závěr rituálu. V Tibetu patří mezi často vytvářené buddhovské aspekty právě Čänräzig, ztělesňující absolutní soucit a účast se všemi cítícími bytostmi.

#### 4.3.c Kóan

Koany představují snad nejtajuplnější objekt meditace. Současně mají velký význam pro poezii.

Koan byl zřejmě *vynalezen* čínskými zenovými buddhisty přibližně v 11. století. Jeho forma se vyvinula ze starší techniky učení známé jako *mondo*, což znamená rychlé série *otázek a odpovědí*. Mondo bylo postupně doplněno výroky z vybraných sůter a příběhy ze života některých dávných mistrů. Výslednou kombinací vznikl koan, který má formu hádanky nebo mondo. Koany se používají do dnešních dnů. Tvoří např. hlavní techniku výuky v japonské sektě Rinzai. Druhá větev japonského zenu - sekta Sótó používá kóan také, ale klade větší důraz na praxi zazenu (meditace v sedě).

Steak a hamburger jsou jedno a to samé  
– pouze jména jsou jiná



**Obr. 6. Žertovné znázornění řešení koanu,**

*převzato z knihy Zen pro kočky autorů Birnbauma a Kanmeje, 1995, s. 44*

**Na každý koan existuje naprosto logická odpověď**, ale ta je logická pouze pro toho žáka, který již dostatečně pochopil vztahy ve světě kolem něj. I když mu někdo řešení prozradí, ocitne se v pozici učence, který zná odpověď na otázku bez znalosti problému a bez nejmenších argumentů na jeho obhajobu. Není nic platné pouhé papouškování odpovědi na koan, kterou žák mohl někde zaslechnout. Nezbývá mu nic jiného než usilovně praktikovat a řešit koan. **Koan zastupuje tedy test znalostí žáka a současně meditační objekt.**

Snad nejnámější koan a současně nejhůře překládaný je ten, který sestavil zenový mistr Hakuin Zendži (1686-1769), patřící k nejvýznamnějším japonským zenovým mistrům školy Rinzai. Byl rovněž skvělým malířem, kaligrafem a sochařem. [Heroldová - Liščák, 1996, s. 154-156].

*Hakuin tleskl a řekl: „Toto je zvuk dvou rukou. Jak zní zvuk jedné ruky?“*

Mnoho autorů, např. Watts, uvádí tento koan chybně jako otázku: „Jak tlesknout jednou rukou?“ [Watts, 1995, str. 173]. Tento překlad je typickým připoutáním k formě. Ruka vydává zvuk, když tleskne, proto dojde k mylnému překladu, čímž vzniká zavádějící

formulace. Odpověď na koan je velmi jednoduchá a současně obtížná. Stačí zaslechnout zvuk jedné ruky a předvést ho. Může mít ruka svůj zvuk? Proč ne. Pozor, plácnutí rukou o cokoliv, třeba o nohu, není zvuk jedné ruky, ale nohy a ruky.

K Hakuinově koanu se ještě vrátím při zmínce o haiku. Právě kvůli jejich souvislosti s poezií jsem je sem zařadila.

Koanů je zhruba 1700 [Watts, 1995, 162-180], ale lze mezi nimi najít podobnosti. Zeno-vý mistr Seung Sahn, ale i jiní vybrali deset typických koanů, testujících pochopení hlavních bodů nauky, ostatní jsou odvozené. Zájemce o koany lze odkázat na jeho knihu Pouze nevím.

#### 4.3.d Čajový obřad

Čajový obřad, typický ritualizovaný obřad, je jakousi hlubokou meditací umocněnou chutí čaje, a proto byl spjat s filosofií zenu.

O obecné rozšíření čaje, jeho přípravu a požívání zvláštním, obřadním způsobem se zasloužilo až mnišstvo sekty Zen [Boháčková, 1987, s. 323]. Semena čajovníku tehdy přinesl z Číny do Japonska Mjóan Eisai, zakladatel zenové školy Rinzai [ibid.].

Čaj se nám může zdát běžným nápojem, neshledáváme na něm nic výjimečného až do chvíle, když se napijeme lahodného sypaného čaje dovezeného např. z Číny, Japonska nebo Indie. Historie čaje není právě mladá, neboť již v roce 2780 př.n.l. [Sen XV., 1991, s. 90] objevují Číňané při svých pokusech o zmapování účinku jednotlivých rostlin, že lístky čajovníku uvolňují povzbuzující látku zahánějící únavu (alkaloid tein a kofein) [Chow - Kramerová, 1997, s. 12].

„Čaj byl poprvé dovezen do Japonska pravděpodobně za vlády knížete Šotoka (572 - 622). V té době procházelo Japonsko jedním ze tří významných období kulturního importu z Číny“ [Sen XV., 1991, s. 91]. Ve stejné době přijímají Japonci buddhismus. Mnoho mužů odchází do Číny studovat nový nábožensko-filozofický systém a zároveň jsou také prvními „posly čaje“. Pěstování čaje se však v Japonsku hned neuchytilo. Stalo se tak až v roce 806, kdy kněz Kukai (774-835) zavedl v Japonsku způsob přípravy čaje z lístků [ibid.].

Japonská aristokracie používala čaje jako léčebného prostředku, ale po 10. století mizí pití čaje z japonské kultury. Opět se vrací až na konci 12. století, kdy kněz Ensai (1141-1215) odchází studovat zen-buddhismus (čínsky čchan). Během svého pobytu zjišťuje, že nedílnou součástí klášterního života je čaj, vyhledávaný pro své povzbuzující účinky.

Již indický patriarcha Bódhidharma, zakladatel sekty zen, doporučoval mnichům pít čaj, aby jejich mysl byla během meditace stále svěží. Z pití čaje se v čínských zenových (čchanových) kláštřích postupem doby vyvinul obřad, spojující v sobě hodnoty estetické i náboženské.

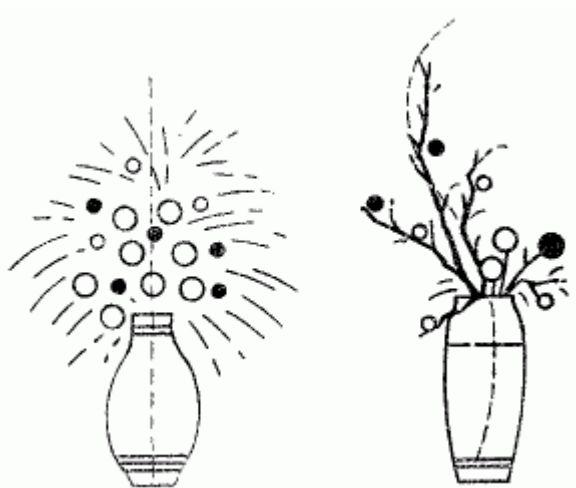
„Koncem 16. století přivezli Holanďané zprávu, že na Východě se vyrábí z lístků jakéhosi křoví příjemný nápoj. V roce 1610 přivezli loď holandské Východoindické společnosti poprvé čaj do Evropy. Ve Francii jej poznali roku 1636, v roce 1638 dorazil do Ruska, Anglie jej přivítala roku 1650“ [Okakura, 1999, s. 14-15].

Čajový obřad několikrát proběhl i v Praze, pod záštitou Česko-japonské společnosti. Obřad řídil mistr školy Urasenke. Česko-japonská společnost pořádá pravidelné akce určené zájemcům o japonskou čajovou kulturu a studium Cesty čaje. (Kontaktní adresa: Na Můstku 8/380, 110 00 Praha 1). Z hlediska umění má čajový obřad blízko k ikebaně.

#### 4.3.e Ikebana

„Slovo *ikebana* je japonského původu a znamená ve volném překladu živé květy. Slovo *hana*, ve znělém tvaru *bana*, znamená květy, květinu a *ike* - kmen slovesa *ikeru* - má význam oživovat, uchovávat při životě“ [Jakerle, 1966, s.14]. Umění aranžování květin vyšlo z buddhistické tradice. „V Japonsku se květiny začaly obřadně obětovat na oltářích buddhistických božstev od 6. století n. l.“ [Boháčková, 1987, s.317].

Květinová oběť v sobě obsahovala nejenom prvek kultovní, ale i estetický. Začínají se postupně vytvářet normy pro tento nový druh umění, který se původně nazýval *kado* [Kožušníková, 1995, s.11]. Objevují se linie, které dovoluují vyniknout kráse květiny lépe než při symetrickém nakupení.



**Obr. 7. Srovnání tradiční kytice a ikebany,**  
*převzato z Jakerle, 1996, s. 12*



**Obr. 8. Ukázky využití linií v ikebaně,**  
*převzato z Japanese Flower Arranging, 1973, s. 6*

Největší rozvoj zaznamenala ikebana v 17. století, kdy vznikla řada nových stylů. Její znalost se šíří do Evropy a Ameriky v období mezi dvěma světovými válkami. U nás můžeme zaznamenat neobyčejně silný zájem o ikebanu v 60. letech 20. století.

#### **4.4. Haiku**

Tuto kapitolu začneme částí zpracovanou podle knihy Ericha Fromma 'Mít nebo být' [Fromm, 1992, s. 20-23].

##### **4.4.a Mít nebo být**

Erich Fromm cituje báseň z 19. století od anglického básníka Alfreda lorda Tennysona (1809 - 1892), který spatřil na vycházce květinu a setkání vystihl verši:

Květinko v popraskané zdi  
 z pukliny tě vyjmu a celou tě podržím v dlani i s kořínky,  
 maličká - kdybych tak mohl pochopit, co jsi,  
 s kořínky i se vším a vše ve všem,  
 mohl bych poznat, co je Bůh a co je člověk.

[Fromm, 1992, s. 21]

Tuto báseň srovnává Fromm s haiku japonského básníka Bašóa (1644-1694), který jednou popsal podobný zážitek:

Když se pozorně zadívám  
 Co vidím?  
 U plotu kvete nazuna!

[ibid.]

Rozdíl je nápadný. Tennyson reaguje na květinu s přáním květinu mít. *Vytrhne ji s kořeny a se vším* a ponoří se do intelektuální spekulace o možné funkci květiny. Zatímco přemýšlí, květina hyne jako důsledek jeho zájmu o ni. Tennyson symbolizuje přístup, který

hledá pravdu prostředky trhajícími svět na kusy. Bašó se na květinu pouze pozorně dívá a vidí ji.

Fromm ve zmíněné knize dále uvádí citaci ze Suzukiho, která se dotýká Bašóova zážitku.

„Bašó šel pravděpodobně po nějaké cestě, když tu náhle zpozoroval něco zcela nepatrného u plotu. Šel blíže, a když se pozorně zadíval, nebylo to nic víc než nějaká divoce rostoucí, úplně bezvýznamná rostlinka, většinou kolemjdoucích nepovšimnutá. Tento jednoduchý fakt popsal ve své básni, aniž vyjádřil nějak zvlášť poetický pocit, leda snad oběma posledními slabikami, které znějí japonsky kana. Tato částice, která se často připojuje k substantivu, adjektivu nebo adverbium, vyjadřuje obdiv, chválu, žal nebo radost a překládá se do angličtiny nejvýstižněji vykřičníkem. Uvedená báseň haiku také tímto znakem končí“ [ibid., s. 21].

Tennyson potřeboval mít květinu, aby pochopil člověka a přírodu, nestará se o to, že objekt své náklonnosti zničí. Bašó si přeje dívat se na květinu, být s ní zajedno, žít. Rozdíl mezi Tennysonem a Bašóem ukazuje Fromm na Goethově básni.:

#### Nález

Šel jsem lesem jen tak nazdařbůh  
a vůbec nepomýšlel něco hledat.  
Tu ve stínu jsem uzřel květinku růst,  
jak hvězdu jasnou, jako oko krásnou.  
Chtěl jsem ji utrhout, tu oslovila mě jemně:  
Pro zvadnutí mám být utržena?  
Vybral jsem ji i s kořínky  
a přenesl do zahrady k pěknému domu.  
Tam ji opět zasadil na tichém místě  
a ona dále roste a kvete stále.

[ibid., s. 22]

Goethe (1749-1832) našel na procházce drobnou zářivou květinku, která ho zaujala, ale současně ji chápe jako živou bytost. Přivlastní si ji, ale způsobem, který nezničí její existenci. Fromm dále uvádí:

„Tennysonův vztah ke květině je určován touhou vlastnit, přičemž nejde o materiální vlastnictví, ale o přisvojení vědění. Vztah Bašóa a Goetha se vyznačuje převahou bytí. Bytím rozumíme takový způsob existence, když nic nemáme, po ničem nebažíme, ale jsme naplněni radostí, užíváme svých schopností tvořivě a jsme zajedno se světem“ [ibid., s. 23].

Popsaná úvaha není ničím jiným než vyjádřením onoho ‘tak jak je’, které jsme rozebírali v kapitole 4.2.

Ukázky předložené Frommem bych chtěla doplnit jinou haiku, od japonské básnířky Kaga no Chiyo (1703-1775), která proslula empatií ke květům. Jednoho rána našla svlačec,

který vyrostl přes noc a omotal se kolem vědra, jímž vytahovala vodu se studně. Kaga no Chiyo tento okamžik zachytila takto:

„Svlačče,  
vědro se stalo tvým zajatcem  
a já prosím o vodu.“

Zde je již posun zcela zřejmý. Básniřka chápala svlačec jako živou, sobě rovnoprávnou bytost. Neničila ho, přenechala svoje vědro v zajetí svlačce a zašla pro vodu k sousedům.

Poznámka: Uvedla jsem upravený překlad haiku, jak si ho pamatuji z výkladů nauky během mé praxe zenu. V literatuře jsem totiž objevila jen nevhodné překlady. Jeden byl nemelodický přepis haiku, který zněl takto: ‘Svlačec uvěznil vědro u mé studny, vodu si vypůjčím.’ [Kožušníková, 1995, s. 26]. Další překlad byl sice lepší, ale příliš volný v začátku verše: ‘Zářivá nádhera strhla vědro do studny - půjčuji si vodu’ [Donagan, 1994, s.152].

Fromm uvádí ve zmíněném díle ‘Mít nebo být’, že Goethův Faust představuje dramatické líčení konfliktu mezi bytím a vlastněním. Vlastnickou orientaci považuje za charakteristickou pro západní průmyslovou společnost, zatímco méně odcizené společnosti (citovány středověká, Indiánů Zuni, africké kmenové společnosti) nepostižené ideou pokroku mají své básníky, jako byl Bašó. Fromm píše:

„Ne že by západní člověk nemohl pochopit (jak soudil Jung) východní systémy, např. zen-buddhismus, ale moderní člověk prostě nedovede chápat ducha společnosti, která není založena na majetku a chtivosti. Mistr Eckhart a buddhismus jsou ve skutečnosti dva dialekty téhož jazyka“  
[Fromm, 1992, s. 23].

Uvedenému lze vytknout přílišnou generalizaci. I Japonsko, Čína, Indie měly své muže chtivé moci, kteří páchali bezohledné krutosti. Osobně si myslím, že rozdíl mezi oběma kulturami leží jedině v kulturním povědomí, které se vytváří nejen prostředím, ale i výchovou. Zatímco na Východě se žáci dozví o meditaci, nelpění, na Západě se podobné odkazy považují, v nejlepším případě, za neseriózní.

Myslím si, že pastí Evropy není proto majetek ani pokrok, jak soudí Fromm, ale lpění na dialektickém chápání světa.

Dalším nedostatkem západní společnosti je pak i lpění na své výjimečnosti, které páchá nedozírné kulturní škody. Jak píše Toynbee: „Myšlenka, že současné sjednocení světa na západní bázi je dovršením jediného souvislého procesu, který se týká celých lidských dějin, je násilným překroucením historických faktů zaviněným drastickým omezením historikova rozhledu. V první řadě je jeho vidění současného světa omezeno jen na ekonomickou a politickou rovinu společenského života, přičemž mu zůstává utajena rovina kulturní, která je nejen hlubší, ale přímo základní. Zatímco ekonomická a politická mapa světa má nyní silné západní prvky a změnila se k nepoznání, zůstává dnešní kulturní mapa v podstatě tím,



čím byla předtím, než naše Západní společnost začala svoji kariéru ekonomického a politického podmaňování si zbytku světa“ [Toynbee, 1995, s. 147-148].

Poslední tvrzení není tak docela pravda. Východ bohužel stále více podléhá ekonomickému tlaku, mění se a kopíruje Západ. Už jsem se setkala s japonskými turisty, kteří vůbec netušili, že existuje nějaký zen, o haiku a divadle nó ani nemluvě. Stejně tak jedna korejská turistka jen matně věděla, že u nich doma mají *jakýsi* buddhismus. Paradoxně se v současnosti buddhismus nejvíce rozvíjí v Evropě a Americe.

#### 4.4.b Japonské haiku

Haiku uvedené v předchozí kapitole patří neodmyslitelně k zenu jako nejryzejší projev jeho kultury. Je lyrickou formou pracující s párovým rýmem. Skládá se ze sedmnácti slabik rozdělených většinou do tří řádků a bravurně využívá slovních hříček.

Nejslavnějším básníkem haiku byl Macuo Bašó (1644-1694), jehož jméno znamená 'Banánová zahrada'. Dostal ho podle banánovníků rostoucích u jeho domku v Edu. Svůj život však prožil především na cestách. Na nich i onemocněl, když byl hostem u svých přátel v Osace, a zemřel [Miklós, 1986, s. 88].

Bašó říkal: „Psát haiku, znamená pochopit malé dítě, stát se jím“ [Watts, 1995, s. 191-192]. Psal jednoduchou japonštinou s osobitým stylem, který umožnil obyčejným lidem stát se básníky.

Překlady haiku jsou velice obtížné. Pro ilustraci uvedu jeden z mistrovských kusů Bašóa. Původní zvuková podoba textu:

Kimi hi take  
Yoki mono miseru  
Yukimaroge!

Bašó [Watts, 1995, s. 191]

Doslovný překlad:

Ty oheň bambus  
dobrá věc ukázat  
koule sněhu!

Bašó [Miklós, 1986, s. 88]

Improvizovaný překlad:

Zapálíš-li oheň;  
ukážu ti něco pěkného -  
velkou sněhovou kouli!

Bašó [Watts, 1995, s. 191]

Velmi volný překlad, naznačující pointu [Miklós, 1986]:

Zapal oheň!  
div ti tu ukážu:  
vodu jako kámen!

Bašó [Miklós, 1986, s. 88]

Tento překlad bychom mohli ještě více upravit pro přiblížení originálu:

Vykřesej z bambusu oheň,  
div ti tu ukážu:  
vodu jako kámen!

Překlady haiku nejsou jednoduché. Doslovný přepis většinou zakryje pointu, protože v jiné jazykové kultuře se mění vedlejší významy slov.

Snad nejhůře ze všech haiku je převáděna nejslavnější *žabí* haiku, kterou Bašó složil po desetileté zenové meditaci, hned po svém probuzení. Obvyklý překlad bývá:

Do staré tůně  
skočila žába  
žbluňk!

Bašó [Líman, 1996, str. 17]

Do tůně skáče žába a voda udělá žbluňk, dle logického očekávání. To je výsledek desetileté meditace? Límanův překlad připomíná více dětskou žertovnou báseň:

Včela  
bzzz  
uletěla!

Podobně dětinsky vyzněl i pokus o haiku Bohumila Housera, jenž se inspiroval *žabí* haiku bez proniknutí do jejího smyslu:

Šlápl jsem do louže - žbluňk -  
vyskočila žába  
žbluňk...

[Houser, 1992, nestr.]

Překlad, který o něco lépe vystihuje myšlenku tvůrce, ale chybí mu vhodný básnický výraz a je spíš otrockým přepisem, provedl Cílek:

Starý rybník  
žabí skok  
zvuk vody.

Bašó [Cílek, 1992, s. 70]

Nejlépe si se *žabí* haiku poradila Patricie Doneganová:

U starého rybníka  
žába skočí  
do zvuku vody.

Bašó [Donegan, 1994, s.148]

Posun významu je zde obrovský, srovnajte s Hakuinovým kóanem 'Jak zní zvuk jedné ruky' uvedeným v závěru kapitoly 4.3.4.3.c. Odkaz na zvuk vody referuje úplně k jiné zkušenosti, mnohem hlubší, a přitom zachovává smysl i pro laiky. I ti se potěší obrazem skákající žaby, zachycením okamžiku, i bez znalosti kóan.u. Haiku představuje vlastně myšlenky buddhismu vyjádřené prostými událostmi, aby zůstaly přístupné všem. Zen si na pro-

stotě zakládá a nesnaží se tvářit nepochopitelně.

Některá Bašóova haiku svědčí nejen o jeho vhledu, ale i o jeho žertovné povaze:

Ve stejné hospodě  
spaly prostitutky -  
divoký jetel a měsíc.

Bašó [Donegan, 1990, s. 151]

„Haiku své téma opouští téměř v tom okamžiku, kdy se ho dotkne. Ostatním lidem, ne-Japoncům, se haiku zdá být jen začátkem, nebo dokonce titulem básně, v překladu je nemožné zprostředkovat a převést zvuk a rytmus. Překlad však obvykle může sdělit obraz - a to je důležité“ [Watts, 1995, s. 190-191].

Podzimní večer  
na uschlou větev  
usedla vrána.

Bašó [Donegan, 1990, s. 148]

„Dobrá haiku nepředvádí obdiv k nadání básníka, ale vyzývá posluchače ke spolupráci, nabízí mu inspiraci... je oblázkem hozeným do tůně posluchačovy mysli, který evokuje asociace z pokladnice jeho vlastní paměti“ [Watts, 1995, s. 190].

Hory  
přemítají  
v oku vážky.

Issa [Donegan, 1990, s. 152]

Srovnejme tento obraz se zrcadlem, o němž se mluvilo při ukázce dopisů Merrie v kapitole 4.2 o nelpění.

Základní vlastností haiku je to, že nekomentuje ani nepopisuje, ale pouze vidí věci takové, jaké jsou. Japonská poetika označuje tento básnický přístup nebo postup slovem *sono - mama* (Právě tak = Tak jak to je).

Poustevník Rjókan (1758-1831), básník, mnich zenové školy Sótó, bývá přirovnáván k *japonskému* sv. Františkovi. Byl bláznivým poutníkem, hrajícím si s dětmi a neuvědomujícím si při tom sám sebe... a vyjadřuje ty nejpřirozenější lidské pocity - smutek, osamělost, zmatek a soucit - beze stopy studu nebo pýchy. Dokonce, když je oloupen, je stále bohatý:

Zloděj ho tady  
zapomněl -  
měsíc v okně.

[Watts, 1995, s. 198]

„Všichni velcí básníci haiku byli takovými mnichy-poutníky, ať už formální konverzí či vnitřním ustrojením“ [Líman, 1996, s. 6]. Nevydávali se na své cesty proto, aby se vymanili ze světských vazeb, ať rodinných či lenních, které byly ve středověkém Japonsku značně složité. Jejich cesty byly vlastně návraty k sobě samým a k přírodě.

## 4.5. Divadlo nó

Po sametové revoluci měla Praha možnost zhlédnout ve Stavovském divadle hru zahranou třemi různými formami japonského divadla - kabuki, bunraku a nó. To je současně důvod pro zařazení zmínky o tomto divadle. Podle reakcí diváků jsou hry nó příliš poplatné japonské mentalitě, lze přebrat pouze některé výrazové prvky.

Studium divadla nó je studiem japonské kultury vůbec. Skrývá mravní ideály, zenový vhled do skutečnosti a umělecké snahy národa. Jelikož v uplynulých dobách byly tyto hry pěstovány hlavně třídou samurajů, jsou zahaleny více nebo méně do ovzduší slavnostní přísnosti. Tajuplně znějící název nó souvisí se stejnojmenným japonským slovem, které lze vyložit jako schopnost, dovednost, talent, um, a je vlastně zkratkou původního delšího názvu 'sarugaku nó', což v překladu značí přibližně 'opičí hry dovedené do nejvyšší dokonalosti' [Janoš, 1989, s. 159-172].

„Lyricko-epická dramata nó jsou syntézou a vyvrcholením do té doby existujících tanečně-dramatických útvarů a spolu s fraškami kjógen jsou nejstarší původní divadelní formou Japonska. Vznikla tak, že ke dvěma základním elementům sarugaku, k dialogu a mimice, byla připojena hudba a tanec... Fabule dramát čerpají z oblíbených příběhů a motivů známých ze starší klasické literatury, z legend a buddhistických příběhů“ [Winkelhoferová, 1987, s. 202-203].

Divadlo nó se hraje na speciálních dřevěných jevištích, která se v průběhu doby ustálila do neměnné podoby. Dříve se jeviště stavěla v plenéru, nejdříve na nádvořích šintoistických svatyní, později ve vyschlých řečištích a následně v palácích šógunů (šógun je označení pro vysokého vojenského hodnostáře, od 12. stol. dědičný vojenský diktátor vládnoucí místo císaře). Dnes je celé, včetně typické střechy, zakomponováno do moderních divadelních budov, kde diváci sedí v hledišti v řadách [Janoš, 1989, s. 159-172].

Typickým znakem divadla nó je používání masek znázorňujících mužské i ženské tváře, neboť herci jsou pouze muži. Masky jsou zhotoveny ze dřeva a vyznačují se vysokou řemeslnou úrovní. „Charakteristickou zvláštností masek nó je to, že podle úhlu dopadajícího světla dokáží měnit výraz, čímž nemálo přispívají k magickému kouzlu obestírajícímu divadlo nó. Masky jsou malé, jejich průměrná výška činí pouze 21 cm a šířka 13 cm, avšak jejich důstojné, tragické, zasněné, melancholické, usměvavé i hrozivé výrazy mají zvláštní emotivní intenzitu“ [Winkelhoferová, 1987, s. 208]

Vzhledem k tomu, že se tradice divadla nó udržuje v hereckých rodech, jsou masky stejně jako kostýmy pečlivě opatrovány a předávány z generace na generaci. Důležitým prvkem je také pohyb, jenž je stanoven choreografií. Tanečními pasážemi většina her také vrcholí.

Hry nó pocházejí ze 14. a 15. století a jsou nejstarším japonským divadlem. Jejich forma (jeviště, masky, kostýmy) se dochovala beze změn do dnešní doby. „Jsou to nejkratší a nejsyntetičtější dramata světa, neboť jsou v nich zastoupeny všechny složky dramatického umění: hudba, zpěv, tanec, sborová recitace. Jejich texty mají jen 15 až 20 stránek“ [Hil-

ská, 1989, s. 151].

V textech her *no* se odráží buddhistická filozofie, zejména učení japonské meditativní školy *zenu*, doporučující soustředění na přítomnost a osvobození se od času. Hry se vyznačují vysokou mírou stylizace a jednoduchosti děje, což opět úzce souvisí se zenovým přístupem, že pravdu nelze pojmenovat ani sdělit slovy, ale vlastní rozvíjenou intuicí lze dosáhnout poznání podstaty bytí.