

Třicet let českého zenu

Metody a vývoj praktické duchovnosti po česku

Objev, ilegální a poté legální praxe české verze zenového buddhismu jakoby kopírovala a naznačovala základní pasti a omyly, týkající se „západní“ praktické duchovnosti jako takové. Naivní a zavádějící překlady, praxe založená na mýtech a nadšenectví spíše než na skutečných informacích, a dokonce zkušenostech, a typicky pomýlené racionální snahy pochopit iracionálnost víry byly a stále jsou pasti a slepé uličky skutečně duchovního života. Protože jsme tu žili za železnou oponou, naše tehdejší prvotní inspirace byly výhradně literární, a vši silou jsme spěchali „kupředu, levá“, ve smyslu mého oblíbeného výroku „Nevadí, že je zkratka delší, zato je méně pohodlná“.

Článek o zenu v časopise Světová literatura byl počátkem 70. let minulého století pro řadu českých intelektuálů zjevením právě tak jako první (většinou samizdatové) zmínky o Suzukim, Wattsovi, ale i Kerouacovi (a tedy i Gary Snyderovi). Po prvním setkání s duchovností (v rámci jógy) jsem proto začal systematicky překládat základní díla zenového buddhismu a šířit je ve dvaceti kopiích opsaných na psacím stroji. Tehdy jsem narazil jak na zásadní překladatelské (a zájemce o praxi tak zavádějící) omyly, tak na tři zásadní aspekty problému přístupu Evropanů k duchovnosti: připoutanost ke slovům, absolutní nedostatek jak víry v metody starých mistrů, tak pokory, a chyby ve formě meditace, vyplývající z totální neinformovanosti. Zjednodušeně řečeno, čeští adepti zenové (ale i jógické a buddhistické) duchovnosti seděli nakřivo a řídili se špatně přeloženými instrukcemi: snažili se zduchovnět rozumem (dnes bychom řekli: „levou mozkovou hemisférou“).

I špatně přeložené základní termíny jsou spolehlivou brzdou správného vývoje duchovnosti. Například: zatímco celý západní svět překládá čínský znak, který má mnoho významů (srdce, mysl, duch, duše, mentalita, idea, myšlení, vůle, smysl), jako **mysl**, věhlasný český sinolog, oficiální překladatel duchovní literatury i ze zenového buddhismu, se kdysi rozhodl pro termín **srdce**. A tak se v jeho překladech setkáváme se spojeními jako „opravdové, obmyslné, křivé, uskutečňované, umrtvené, rovné“ srdce, abychom se dostali ke větě: „Srdce svým objemem dosahuje nezměrné prázdnoty šúnjatá.“ (Dosad'te si slovo mysl a věta bude hned srozumitelnější). Také termín „smyslové tělo“, jak ho preferuje překladatel, a jeho tvrdošíjné používání, pak vede k evidentním nesmyslům, jako např. „Naše kůže a maso tvoří naše smyslové tělo.“ Jak byste chápali smysl věty „Proto ať nikdo s obmyslným a křivým srdcem nemluví o rovnosti?“ Mám dojem, že tahle věta by měla znít spíše takto: „Nenechejte se zmást procesem myšlení (v originále „aktivitou myslí“), mysl nezharmonizujete tím, že budete o harmonii jen hovořit.“

Psychologové, ale hlavně fyzioterapeuti dnes velmi dobře vědí, že rovná vzpřímená pozice těla determinuje i odpovídající morální a emoční postoj člověka. Pokorně ohnutá záda (např. u meditací á la Česko, ale i u běžného modlení) a nestabilní posez (s koleny nad podložkou) totiž nejenže nedovede mysl meditujícího ke kýženému zklidnění a případně následnému mystickému zážitku, ale naopak, přímo jim zabraňuje. Měl jsem na toto téma řadu vášnivých diskusí i s Eduardem Tomášem, a tutěž „chybu“ naznačuje i známá fotografie Františka Drtíkova.

Podobně kardinální omyl vznikl kdysi v rámci prvních evropských překladů z indické duchovní literatury: zatímco půl světa (nejen Indie, ale díky bojovým obranným cvičením i Čína, a dnes i velká část cvičenců v USA a v západní Evropě) soustřeďuje myšlenky (posouvá vědomí) do oblasti pod pupek (japonsky hara, čínsky tan-tien, Indové ji znají pod pojmem 3. čakra), celý západní svět medituje na solar plexus. Omyl vznikl nedorozuměním a otrockým překladem (a prepisem) původních indických ilustrací čakerního systému (čakry se symbolicky znázorňovaly jako květiny s rozdílným počtem okvětních lístků: zatímco v Indii všichni od dětství vědí, že 3. čakra je pod pupkem, a tak nikomu nevadilo, že na symbolických nákresech lidského těla jsou příslušné „květiny“ kresleny nad sebe, jak se vešly (a třetí je tak posunuta nahoru), Evropané systém převzali otrocky, aniž je napadlo si praktické umístění čakry energie ověřit. Od 30. let minulého století tak ne a ne dosáhnout osvícení.

Další tragikomický omyl: jak a na čem sedět. V rámci snahy praktikovat zazen (zenovou meditaci vsedě na zkřížených nohách) jsme kdysi napodobovali pozice japonských mnichů odpozorovaných z nekvalitních, novinových černobílých fotografií, na kterých samozřejmě nebylo vidět, že mniši sedí (a to je to řešení, které rovná páteře a umožňuje stabilní pozici) na polštáři! Teprve cesta do japonského zenového kláštera v roce 1979 a následné návštěvy zenových center v Polsku mi umožnily začít sedět správně, rovně, a v duchu staletými ověřených instrukcí.

S tím souvisí i přístup západní vědy k duchovnosti, respektive buddhismu a zenu. Po prvních pokusech zjistit, co se děje v mysli meditujícího (Japonsko, 60. léta), pak teprve v 90. letech rozvoj zobrazovacích technologií (zvláště počítačové tomografie a nakonec funkční magnetické rezonance) umožnil jaksi v přímém přenosu, on-line, pozorovat, co se děje v mozku meditujícího, nebo ženy poslouchající uklidňující hudbu. Ukázalo se, že značná část našich znalostí o mozku, respektive o duchovnosti, byly a stále jsou mýty a iluze.

Shrnuji: i ten nejracionálnější mozek je spíše obětí emocí než svobodným tvůrcem svého života, pokud si to neuvědomí a emoce nezvládne tak, jako např. tibetští lamové. Stačí domyslet objev, že náš mozek dokáže vnímat 109 stimulů, ale vědomě zpracujeme jen 102 stimulů. Nevidíme svět, ale o 2/10 vteřiny zpomalený obrázek světa, promítaný na monitor mysli. Mája, pojem z indické duchovní tradice, tedy zjištění, že svět a vše, co zažíváme, je iluze, vyráběná naší myslí a zpožděně promítaná na monitor našeho mozku, byla prokázána.

Právě tak byla prokázána i reálná existence spirituality, duchovnosti: „*Soubor vlastností, prožitků, druhů chování, kterému se společně říká přesah, neboli spiritualita, je soubor vlastností, se kterými zřejmě část lidí přichází na svět. Zdravá spiritualita je něco naprosto normálního a možná optimálního... Tento soubor vlastností se dá zřejmě cvičit jako jakékoli jiné vlastnosti. Lidé s vysokým stupněm rozvinutého přesahu, nebo spirituality, jsou si něčím podobní. Jsou nesmírně a hluboce lidští. Ať jsou věřící nebo nevěřící, bývají skromní, nikdy neztrácejí smysl pro humor. Mají odstup. Mají na to, co dělají, náhled. Cesta za spiritualitou pro ně není nějakou zvláštní cestou do výšin, je to pro ně cestou za nějakým druhem zkušenosti. Není to útěk ze světa. Je to přiblížení se ke světu*“ (František Koukolík, Hádala se duše s tělem, 11. část, 1997).

Přes výše naznačené pasti a omyly i u nás existovaly sice izolované, ale o to víc determinovanější skupinky nadšenců, kteří postupně zaváděli správné a tedy fungující metody a postupy duchovní praxe. Nadšení cvičenci obranných bojových umění, jógíni ale i šamani, kteří západním (či indickým) učitelům zorganizovali semináře a workshopy. V budově bývalého hostince ve Žďárce u Skutče se již v druhé polovině 80. let cvičila a vyučovala autentická jóga (vliv svámího Mahéšvaránandy), proběhly první semináře reiki, šamanismu. Hned jak to bylo možné, jsem organizoval cyklus přednášek v Městské knihovně, přednášející byli pozvaní hosté z ciziny, dlouhodobě se zabývající různými metodami a formami duchovnosti. S přáteli jsme chodili při východu slunce po Karlově mostě a „čistili“ tak prostor duchovně projektovaného Karlova mostu.

Inspirován důrazem na hlasové meditace (zpěvy súter, kidó v korejském buddhismu), a po zjištění, že se k duchovnosti směřující Češi ne a ne uvolnit (brali duchovnost příliš vážně) jsem organizoval a zprostředkoval povědomí i praktické zvládnutí zpěvu manter (ale i alikvotního zpěvu), pokusil jsem se dovézt mantry (v podání Henry Marshalla, Devy Premal a Mitena), alikvotní zpěv (Jörn Raeck v roce 1992, David Hykes v roce 2000), zorganizoval první seminář výuky hry na didžeridu a každé léto vyučuji Cestu zvukem (v duchu motta Nada Brahma) na letních pobytech jako neoddelitelnou součást výuky praktické duchovnosti. Pomáhal jsem několika učitelům meditace etablovat se v Česku, a s radostí (zpozvzdálí) zaznamenával vznik nových meditujících skupin.

Po knize *Český zen* (Radost 1994) jsem na toto téma publikoval časopis Baraka č. 1 (1997) a v roce 2004 i knihu *Meditace: cesta ke štěstí a zdraví* (aneb návod na použití člověka), a na svých internetových stránkách publikoval stovky fejetonů a esejů na duchovní a zenová témata. Vydal jsem i několik knih a řadu článků týkajících se přirozených porodů, protože dnes víme, že právě těhotenství a přirozený porod jsou zárukou a počátkem přirozené duchovnosti (vše viz www.baraka.cz).

Svoboda ideologická umožnila vznik a provoz desítek center (a meditovat tisícům zájemců), nebezpečí institucionalizace a komercializace ale stále hrozí: tam, kde nastupuje dav a zisk (včetně stovek knižních titulů ze všech druhů náboženství a duchovních kultur a od tisíců autorů, ze kterých si neinformovaný začátečník nemá šanci vybrat ty pro něho relevantní informace), ustupuje možnost skutečného individuálního duchovního růstu. I u nás si lze sednout do zazenu, ale to je tak všechno. Osvícení se nekoná.

I dnes, v roce 2010 se neustále setkávám se základní neinformovaností a stále se opakujícími zásadními chybami českých adeptů duchovnosti: se slepou důvěrou ve špatné překlady a povrchní hypermarketovou duchovnost, s křivou meditační pozicí a s racionálním přístupem ke spíše barvotiskové ezoterice, než se skutečnou transformující duchovností.

S rozšiřujícími se možnostmi vyzkoušet autentické a poučenými a zkušenými učiteli zprostředkované metody cest ke skutečné duchovnosti snad konečně nadchází věk, který je zatím reflektován jen ve sci-fi románech: velká institucionalizovaná náboženství přežijí, ale skutečný posun zajistí v praxi, i díky technologické revoluci,

individuální „transformace“ v hlavě každého jedince. Končí doba rozumové, tedy levohemisférové (jakkoliv pro mnohé uspokojivé) duchovnosti, začíná éra přirozeným porodem nepoškozených a tolerantní výchovou plnou pochval povzbuzených bytostí, které dostaly od evoluce možnost dosáhnout osvětlení.

Vlastimil Marek