

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ

Fakulta humanitních studií

Institut mezioborových studií Brno

Východní nauky a jejich přínos pro západní společnost

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:
PaedDr. Lenka Rogožanová

Vypracovala:
Belinda Sobková

Brno 2007

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Východní nauky a jejich přínos pro západní společnost“ zpracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu literatury.

Brno 26. 4. 2007

.....

Belinda Sobková

Ráda bych poděkovala vedoucí bakalářské práce PaedDr. Lence Rogožanové za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytla při zpracování mé bakalářské práce.

Obsah

ÚVOD.....	5
1. SETKÁNÍ VÝCHODU A ZÁPADU.....	7
1.1 POČÁTKY VZÁJEMNÝCH KONTAKTŮ.....	7
1.2 PRONIKÁNÍ VÝCHODNÍCH VlivŮ DO ZÁPADNÍHO SVĚTA	9
2. JEDNOTLIVÉ NÁBOŽENSKÉ SMĚRY VE STRUČNÉM PŘEHLEDU	11
2.1 HINDUISMUS.....	11
2.2 BUDDHISMUS	13
2.3 TAOISMUS.....	16
2.4 KONFUCIANISMUS.....	17
3. VLIV VÝCHODNÍCH NAUK NA ZÁPADNÍ SVĚT	20
3.1 KRIZE SOUČASNÉHO SVĚTA - HLEDÁNÍ VÝCHODISEK	20
3.2 VYBRANÉ PŘÍNOSY VÝCHODNÍCH NAUK PRO ZÁPADNÍ SVĚT	22
4. VYUŽITÍ PRVKŮ VÝCHODNÍCH NAUK V PRAXI VYCHOVATELE.....	31
4.1 MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA.....	31
4.2 VYBRANÉ AKTIVITY.....	33
ZÁVĚR	39
RESUME	41
ANOTACE.....	42
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	43
ODKAZOVÝ APARÁT.....	45
SEZNAM PŘÍLOH.....	47

ÚVOD

Pro svou závěrečnou práci jsem zvolila téma *Východní nauky a jejich přínos pro západní společnost*. Jak již název napovídá, jedná se o poměrně široké téma vztahující se k mnohým oborům lidské činnosti - filozofii, náboženství, historii, psychologii, lékařství, ale i mnoha jiným oblastem. Toto téma jsem si vybrala nejen pro svůj dlouhodobější zájem o východní způsob pojmání světa, ale také z důvodu studia oboru sociální pedagogiky, jehož důležitým předmětem je i sociologie. A právě zkoumání náboženství je jednou z nejstarších oblastí, jimiž se sociologie zabývá.

Navíc se domnívám, že se jedná o problematiku vysoce aktuální, neboť jsme v posledních letech svědky pronikání celé řady východních duchovních tradic a způsobů života do západního světa, což vyvolává řadu otázek, na něž je třeba hledat odpovědi: Mohou východní nauky ovlivnit západní chápání světa? V čem mu mohou být inspirací? Nakolik východní nazírání na svět ovlivňuje západní způsoby myšlení, chování či prožívání? Nalézt odpovědi na výše uvedené otázky si klade za cíl předkládaná bakalářská práce.

Každý pokus o představení náboženských zdrojů různých civilizací se setkává s problémem východiska - formálního srovnávacího kritéria. Mnozí autoři vymezují problém z hlediska pojetí etiky, vztahu k politice a moci, pojetí duchovního principu. Jiní využívají dělení teritoriálního. Ve své práci jsem použila jako srovnávací kritérium hledisko přínosu východních nauk i praktik pro západní společnost.

Další důležitou otázkou, kterou je nutné si položit, je jaká učení vlastně zahrnout do východních nauk. Podle teritoriálního dělení sem lze začlenit i judaismus či islám. Především z důvodu značného množství informací dostupných na toto široké téma a také pro předepsaný rozsah práce jsem nakonec zaměřila své úsilí pouze na dílčí nauky - cyklické systémy Dálného východu a náboženství vzniklá na indickém území.

V první kapitole se ve stručném přehledu věnuji počátečním kontaktům a prolínání východní a západní civilizace od počátku dějin přes antiku až do současnosti. Zmiňuji se například o *hedvábné cestě* jako o jedné z nejdůležitějších spojnic starověkých civilizací, o objevných výpravách, rozšiřování evropských kolonií i o krizi Západu v počátcích 20. století a následném hledání duchovní pomoci a šíření novonáboženských hnutí v Evropě a Americe.

Druhá kapitola se zaměřuje na jednotlivé východní systémy - jmenovitě na hinduismus, buddhismus, taoismus a konfucianismus, u nichž jsou přínosy pro západní civilizaci nejpatrnější. Zabývám se zde jejich charakteristikou,

představiteli, filozofickými školami, nejdůležitějšími texty i jejich rozšířením v západním světě.

Třetí část práce se snaží odpovědět na otázku, nakolik východní nauky ovlivňují západní způsob myšlení, v čem mu mohou být inspirací a přínosem. Předchází ji krátké pojednání o problémech současného světa a možnostech jejich řešení vzájemnou spoluprací Západu a Východu a jejich kulturních odkazů.

Závěrečná kapitola je zamyšlením nad využitím některých původně východních technik ve výchově a vzdělávání. V souvislosti s globalizací vystupuje do popředí myšlenka multikulturního vzdělávání a spolu s tím i idea pluralismu, která spočívá mj. v seznamování s tradicemi a rozmanitostí ostatních světových kultur, východní směry nevyjímaje. Náměty pro tuto část jsem čerpala z vlastní dlouholeté praxe vychovatele na ZŠ a ze zkušeností získaných na praxi v Centru volného času Tydlidům v Nebovidech u Brna.

Při tvorbě bakalářské práce bylo užito zejména analýzy, metody srovnávací, metody empirické-nepřímé a dále pak metody induktivní a deduktivní.

1. SETKÁNÍ VÝCHODU SE ZÁPADEM

1.1 POČÁTKY VZÁJEMNÝCH KONTAKTŮ

Od počátku lidských dějin až do konce antické civilizace byla jednotlivá civilizační centra značně izolovaná jedno od druhého. Snad jen v oblasti Asie a Evropy přicházela tato centra do častějšího styku, a to zejména na konci starověku. Naproti tomu civilizace v Africe s výjimkou severních oblastí sdílející osud středomořské civilizace, v Americe a Oceánii se vyvíjely zcela samostatně a izolovaně od Evropy a Asie prakticky až do začátku moderní industriální společnosti. Přesto všechny vykazovaly řadu shodných rysů. Ve všech se objevovaly velmi silné sjednocující faktory - náboženství, společenské struktury, technický pokrok, demografický růst, rozvoj obchodu. Ve většině civilizačních center vedl tento vývoj ke vzniku *kolektivního vědomí*, které se stalo základem „národních kultur“ zdůrazňujících svou originalitu. Současně však tento vývoj tlačil jednotlivá centra k překračování svých hranic. Cesty mezi Čínou, Indií, Středomořím a Evropou, i když stále ještě řídké a nebezpečné, postupně byly častější a početnější. Na nich ležela nejen tíha rostoucí výměny zboží, ale zajišťovaly i pohyb idejí.

Už v nejstarších kulturách lze proto nalézat spojitosti s východní civilizací v umění a filozofii a můžeme tak bez nadsázky říci, že to, co dnes označujeme jako západní svět, bylo již od nejstarších dob nasyceno proudy východního typu. Řekové udržovali čilou kulturní výměnu se staršími kulturami Východu, ba vypůjčili si odtud mnohé pilíře své civilizace.

Důležitou spojnicí mezi Východem a Západem byla již od starověku a později i ve středověku *hedvábná cesta*¹. Ta umožňovala výměnu zboží, ale i kulturních statků mezi čínskou a řecko-římskou civilizací. Vedle těchto vyspělých kultur žily ovšem také společnosti méně pokročilé, barbarské kmeny Hunů, Turků či Mongolů, které svými vpády silně ohrožovaly obchodní styky mezi Asií a Evropou. Již od 2. st. n. l. staly se karavanní cesty nejistými, v důsledku čehož byl obchod mezi Východem a Západem uskutečňován převážně po moři. Čínské džunky se dostaly až do Perského zálivu a indiští námořníci pokořili Rudé moře. Zde vyvstali jako soupeři Arabové, kteří zprostředkovávali obchod mezi Evropou a Asií až do tureckého ovládnutí Blízkého východu, kdy byla suchozemská cesta prakticky uzavřena a bylo tedy třeba hledat cesty nové.

¹ Výraz *hedvábná cesta*, který vymyslel jeden geograf v 19. století, zahrnuje zároveň materiál i rozsáhlou síť komunikací. Cesta začínala v Si-anu, vedla přes Pamír středoasijskými státy k Středozemnímu moři a dále až do římské říše.

Poté, kdy Arabové v sedmém a osmém století obsadili a islamizovali rozsáhlé křesťanské oblasti Blízkého východu a severní Afriky, učinili ze Středomoří "muslimské jezero" a zbavili tak křesťanstvo jeho orientální základny. Křesťanská civilizace, která tímto ztratila svoji nejrozvinutější a nejlidnatější část, byla nucena se nadále vyvíjet ve specifických a značně primitivnějších podmínkách severozápadní Evropy.

Teprve cesty kolem Afriky do Přední Indie vedly Portugalce k navázání prvních přímých styků s domorodci, čímž se Evropané konečně vymanili z dosavadního arabského prostřednictví. Měli tak konečně možnost poznat na vlastní oči daleký Orient, který znala Evropa zatím spíše jen z křesťanských misí či ze spisů benátského kupce *Marco Polo*, který již v polovině 13. století učinil velkou cestu napříč asijským kontinentem.

Zatímco dosud se Evropa spíše bránila nájezdům kočovných kmenů, v posledních desetiletích patnáctého století a v počátcích století šestnáctého se situace obrátila. Evropané odvážnými objevnými plavbami a výpravami pronikali do mimoevropských území a postupně se usazovali zejména v Asii, Americe a zčásti i v Africe. Evropa k tak mimořádným podnikům již vyspěla a otevřela si okna z relativní evropské uzavřenosti do světa, aby se ho pokusila ovládnout a proměnit některá jeho území ve své kolonie. Vlastní kulturní vývoj v obsazených územích, zejména v Americe, tím byl však mnohdy zcela přetrhán.

Jiná situace panovala ovšem tam, kde první kolonizační vlna narazila na pevnější státní útvary - v Číně, Japonsku či Koreji. Počinání Evropanů zde vyvolalo nedůvěru, obavy a strach z evropské civilizace stejně jako snaha uchovat si vlastní nezávislost vedly k izolaci a omezily dynamický rozvoj vlastní země, který v Evropě naopak objevné plavby a výpravy vyvolaly. Teprve po hospodářském převratu v Evropě v polovině 18. století se evropskému kolonialismu podařilo rozšířit svá panství i v těchto oblastech. Pronikání evropských mocností do Asie bylo usnadněno též pomalým vnitřním vývojem kdysi mocných orientálních říší.

Jak se rozšiřovaly obzory evropského poznání i hranice jednotlivých kolonií, rozšiřovala se i křesťanská misionářská činnost¹, jejímž prostřednictvím získala Evropa první ucelené poznatky o náboženství Dálného východu, buddhismu, hinduismu, konfucianismu, taoismu a dalších. Objevování nových světadílů výrazně inspirovalo západní imaginaci. Zatímco humanisté šestnáctého století

¹ Již ve třináctém století došlo v souvislosti s mongolským pokusem o vybudování světového kontinentálního impéria k velké expanzi evropských misionářů a obchodníků do nitra Asie. V prvních desetiletích čtrnáctého století se síť čínských církevních diecézí rozprostírala od grónské osady Gardar po čínský Peking

spojovali své utopické vize o všeobecné regeneraci světa s Amerikou, v sedmnáctém století vzhlíželi jezuité a karteziáni s respektem k Číně, v níž viděli vzor civilizačního racionalismu, administrativní výkonnosti a filosofické moudrosti.

1.2 PRONIKÁNÍ VÝCHODNÍCH Vlivů DO ZÁPADNÍHO SVĚTA

„Starý kolonialismus“ využívající své kolonie především jako odbytiště pro své výrobky, jako zdroj surovin a peněz z daní, jimiž zatěžoval místní vládcy, byl koncem 19. století překonán „novým imperialismem“. Ten již byl dílem vyspělých průmyslových ekonomik, nikoli ekonomik obchodních. Proto velmocí prováděly významné finanční investice přímo do kolonií, hlavně do dopravy, důlního podnikání apod., ale také do menších průmyslových podniků. To vedlo k přímé ekonomické a politické kontrole kolonií, vykonávané již profesionální byrokracií.

S novým podnikáním se postupně měnila i společnost v koloniích, zejména tam, kde podniky už vlastnili i místní podnikatelé - v Číně a Indii. Vznikala zde nová místní buržoazie, která usilovala o stále větší míru samostatnosti. Ve spojitosti s tím se objevoval i růst národního sebevědomí, prosazovaly se liberální a demokratické myšlenky, namířené proti závislosti na cizích mocnostech. Dobře patrný je tento vývoj např. v Indii počátku 20. století, kde se stále více projevovaly pochybnosti ze strany městské inteligence, zda je opravdu vhodné jen slepě následovat západní vzor. S tím souvisí také obrát misionářské dynamiky, která vycházela ze sebeuvědomění probuzeného v 19. století, víry asijských náboženství ve svůj účinek na vzrůstající krizi Západu.

S vědomím, že Indie disponuje daleko silnější spirituální tradicí než materialisticky orientovaný Západ, nabídl už v roce 1893 *Svámí Vivékánada* na tzv. *Parlamentu náboženství* v Chicagu Západu duchovní pomoc. Zde se na pozvání liberálních křesťanských kruhů USA konal kongres, kde různé tradice a obnovná hnutí světových náboženství našly možnost představit se a pokusit se získat na Západě přívržence, založit organizace a zapustit kořeny. Tím byl započat proces šíření novonáboženských hnutí v Americe a odtud dále v Evropě, který vedl k zesílení vzájemného ovlivňování a konvergence mezi náboženstvím Východu a Západu.

V osmdesátých letech tato vlna překročila svůj vrchol a nový rozmach zažila náboženská a esoterická hnutí silněji zakořeněná v západním světě. K nim patří především *moderní spiritismus*, jehož počátek můžeme položit do roku 1848, *Teosofická společnost* založená v roce 1875 v New Yorku Ruskou *Helenou Blavatskou* za spolupůsobení Američana *Henri Steel Olcota* a z ní roku 1913

vyrostlá *antroposofie*.¹ Rozhodující roli zde hrály představy o karmě a reinkarnaci spojené se západním evolučním myšlením, nikoli naposledy díky asijským vlivům, činným prostřednictvím překladů svatých písem Východu do západních řečí v minulém století. Teosofický světový názor dosáhl velké duchovní vyzařující síly, která vykazuje vzrůstající tendenci a spojením s novými náboženskými, myšlenkovými a životními formami se vykristalizovalo v hnutí *New Age* poprvé manifestovaném ve smyslu zlomení tradice západní kultury kolem roku 1968. Vlna nové religiozity, která se zvedla počátkem sedmdesátých let, byla podporována rozpadem tradic uvolněným nepokojí konce let šedesátých. Indičtí guruové, japonsští zenoví mistři a tibetští lamové získávali nové přívržence, formy východní meditace nabývaly na popularitě. Tento trend přetrvává dodnes. S pádem železné opony navíc východní náboženská hnutí získala nové „pole působnosti“, nové možnosti svého rozšíření, přičemž zájem Západu o duchovní tradici Východu nikterak nepoklesl. Spíše naopak. Globalizace dostává náboženské skupiny těchto dvou odlišných světů do stále těsnějšího kontaktu.

¹ Začátky *teosofické společnosti* byly poznamenány *buddhismem*, později za vedení *Annie Besantové* následovalo silné obrácení k hinduismu. Koncem 19. století se toto hnutí rozšířilo v Americe a v Evropě, v mnoha zemích vnikly jednotlivé sekce. V roce 1913 se z teosofické společnosti vyčlenila německá sekce a pod vedením *Rudolfa Steinera* došlo ke vzniku *Antroposofické společnosti*.

2. JEDNOTLIVÉ NÁBOŽENSKÉ SMĚRY VE STRUČNÉM PŘEHLEDU

2.1. HINDUISMUS

Termín *hinduismus* se používá pro souborné označení obsáhlého komplexu náboženských a filozofických tradic, praktik a zvyklostí, jež vyznává asi 800 milionů lidí žijících převážně v Indii a Nepálu, menšiny též v Bangladéši, Pákistánu a na Srí Lance. Kromě náboženských a kultovních představ a filozofických učeních zahrnuje i etické a právní normy, které jsou od vlastní věrouky neoddělitelné. (1) Chceme-li hinduismus nazvat pouze náboženstvím, pak je to cyklický náboženský systém, souhlasné pokračování védského náboženského systému, které průběžně vsřebává i odlišné kultury. Definovat hinduismus není snadné, protože nemá žádné určité krédo, kněžskou hierarchii, zakladatele ani řídicí orgán. (2) Nelze ani přesně stanovit dobu jeho vzniku, neboť to nebyl náhlý zlom, ale pozvolný přechod od védského náboženství kolem poloviny 1. tis. př. n. l. Díky původu z příbuzných tradic, neustálému vzájemnému ovlivňování a dlouhému vývoji ve společném životním prostoru za podobných politických i sociálně ekonomických podmínek, však vykazují různé hinduistické směry mnoho společných znaků a podobností. Mezi ně patří například víra v cyklický zánik a znovustvoření světa, s čímž souvisí také víra ve znovuzrození (*reinkarnaci*) a v účinnost zákonů *karmy*. Hinduismus je jiné chápání života, jemuž jsou západní hodnoty zcela cizí. Lidé na Západě mají sklon pohlížet na život jako chronologickou řadu událostí v historii. Hindové vidí život jako stále se opakující koloběh, v němž má lidská historie malou důležitost.

Všechna hinduistická náboženství žijí s *kastovním systémem*¹ i když většina z nich po delší čas tento systém potírala. Proti *kastám* se čas od času zvedl prudký odpor, avšak trvalý odboj proti cizovládě muslimů a křesťanů po několik staletí zužoval prostor pro reformu tradičních společenských struktur. Tento prostor se otevřel teprve v novověku, zejména po získání nezávislosti; kastovní pořádek je podle ústavy zrušen, ve skutečnosti však dochází k jeho odbourávání pozvolna.

Nejrozšířenější sekty hinduismu se začaly vytvářet zhruba v době vzniku posvátného textu *Bhagavadgíty*² (*Píseň Vznešeného*, ukončená snad ve 2. stol. př. n. l.). Jedná se o *šivaismus* a *višnuismus*, z jehož nauky vychází i na Západě

¹ Slovo *kasta* je odvozeno od portugalského *casta*, neměnitelné, rasa, kmen, rodina, a bylo přeneseno na indický sociální systém. Ten rozlišuje čtyři základní vrstvy obyvatel: 1. *bráhmáni* - kněží, znalci a učitelé svatých písem; 2. *kšátriové* - válečníci, šlechta; 3. *vaišjové* - rolníci, řemeslníci; 4. *šúdrové* - sloužící, dělníci, považováni za rituálně nečisté. Později vznikly ještě nižší kasty, *vyorženci* a *nedotknutelní*. Indické slovo pro kasty je *játi* a znamená *narození* a jím předurčenou formu bytí, hodnost a příslušnost k určité kaste.

² Epos *Mahábhárata* obsahuje kromě *Bhagavadgíty* ještě další posvátný text *Rámájana*. Jazykem posvátných textů byl *sanskrt*.

značně rozšířené hnutí *Hare Kršna*, které předkládá učení véd¹, nejstarší literární památky indických Árijů, v jeho původní, čisté podobě, jež se zachovala díky posloupnosti učitelů a žáků (*parampara*). Toto hnutí se stalo již v šedesátých letech minulého století učebnicovým příkladem netradičního náboženského směru na Západě, často odmítaného většinou společností jako sekta. Ačkoli se hnutí ve svém vývoji nevyhnulo mnoha skandálům, je stále více považováno za autentického reprezentanta indického náboženství, a to dokonce již i samotnými Indý.

Třetí nejvýznamnější sektou je *šaktismus*, ze kterého čerpá především esoterický směr *tantrismus*. Tantrismus zpochybňuje všechno, co bylo řečeno v náboženských spisech jiných směrů. K jeho obřadu patří patero *heterodoxních M*, tj. *pět substancí*, které všechny začínají v sanskrtu hláskou „m“ a jsou jiným směrům hinduismu nepřijatelné: maso (*mánsa*), alkohol (*madja*), ryba (*matsja*), soulož (*maithuna*) a tanec s rituálními prvky (*mudrá*).

Co se týče hinduistické věrouky, patří k ní nedílně také filozofické školy. Všechny rozpracovávají učení *upanišad* o reinkarnaci, uznávají možnost vysvobození duše z koloběhu životů, věří v nesmrtelnou duši nezávislou na těle a za podmínku jejího vysvobození považují dodržování jistých etických zásad. Existuje šest filozofických škol, *sankhja*, *njája*, *vaišéšika*, světově nejrozšířenější *jóga*, o které bude dále pojednáno podrobněji, a *védánta*, což je nejmladší hinduistická filozofická škola. Zejména na ni navázaly moderní směry hinduistického myšlení. Vycházel z ní např. také bengálský filozof *Svámí Vivékánanda*, který proslul i na Západě svým ekumenickým pojetím náboženství jako univerzálního duchovního hledání, důrazem na mezilidskou i mezikulturní toleranci, vstřícnost a vzájemnou pomoc. Podobné myšlenky charakterizují i tvorbu *Rabíndranátha Thákura*, taktéž bengálce, kterého za hranicemi Indie proslavila sbírka duchovní lyriky *Gítáňdžali*, za niž mu byla v r. 1913 udělena Nobelova cena za literaturu. K náboženské toleranci se hlásil i *Mahátma Gándí*. Ze tří cest, jimiž lze podle hinduismu dosáhnout vysvobození, zvolil volnou interpretaci cesty činů ve smyslu nenásilí *ahinsá*² a soustředění všech sil fyzických i morálních k veřejně prospěšné činnosti, zejména pak v boji proti koloniální nadvládě. Ve dvacátých letech minulého století usiloval touto formou o nezávislost Indie na Británii, bojoval také za odstranění *nedotknutelnosti*³ a kastovních přehrad.

¹ *Védy* jsou nejstarší literární památkou Indie. Jsou sepsané v archaické formě sanskrtu; vznikaly postupně v období asi 1500 až 400 př. n. l.

² Na základě této filozofie nemají hinduisté zabíjet jiné tvory ani jim činit násilí, což je jeden z důvodů, proč ctí některá zvířata. Světově proslulý je pojem *posvátná kráva*. Zabití krávy považuje pravověrný hinduista za smrtelný hřích, hovězí maso nemůže požit.

³ *Nedotknutelnost, nedotýkatelní* - v minulosti příslušníci nejnižší společenské vrstvy stojící mimo hinduistický systém kast. Jakýkoli styk s nimi rituálně poskvřoval. Až indická ústava z r. 1950 zrovnoprávnila příslušníky všech kast a zakázala kastovní diskriminaci a zejména nedotýkatelnost.

Na Západě došlo k největšímu rozkvětu zájmu o indické učení po roce 1955, a sice mezi mladými Američany a Evropany, kteří nenalezali v křesťanství tak hlubokou spiritualitu jako v hinduistických náboženstvích: četní guru nabízejí v Evropě a v Americe kurzy pro nalezení sebe sama, nabízejí východiska ze zoufalství, pocitů méněcennosti a izolace.¹ Tyto mise využívají především individuálních forem *neohinduistického synkretismu*², ve kterých mají své místo *jóga, védánta*, náboženství *bhakti* a i *tantrismus* stejně, jako prvky křesťanství, islámu a jiných dálnévýchodních náboženství. Jsou často velmi úspěšné, ale v samotné Indii jsou tyto úspěchy sledovány s podezřením, zejména tehdy, propadají-li guru touze po nabývání světských statků.

2.2 BUDDHISMUS

Jedná se o nábožensko filozofický systém založený v 5. st. př. n. l. *Buddhou* v severní Indii. Klade důraz na osobní meditační praxi jako prostředek k dosažení vnitřní svobody a k odstranění prožívání skutečnosti skresleného subjektivním viděním. (3) *Buddhismus* je dnes označován jako panasijské náboženství, které od první poloviny prvního tisíciletí n. l. hrálo a dosud hraje ústřední roli především ve východní a částečně v jihovýchodní Asii.

O životních osudech zakladatele buddhismu nemáme žádné zprávy, které by pocházely přímo od současníků a očitých svědků. Písemné informace o jeho životě pocházejí až z doby po jeho smrti; částečně jej poskytuje už *Pálijský kánon*³. Buddha se narodil kolem roku 564 př. n. l. jako syn panovníka *Šákjů* poblíž města Kipilavastu, ležícího na úpatí Himaláje. Byl pojmenován *Siddhártha Gautama* (tj. *Ten, který dosáhl cíle*). Do 29 let žil obklopen přepychem a radovánkami, zásadní přelom v jeho dosavadním chápání života pro něj znamenalo podle tradice až *čtvero setkání* (setkání s bolestí, stářím, nemocí a smrtí). *Buddhův* život od probuzení až po fyzický skon - *velké vyvanutí* (*parinirvána*) byl naplněn pokojným působením, putováním po severní Indii a šířením nového učení. První kázání proslovil v Sárnáthu a vyložil zde *učení střední cesty* a tzv. *Čtyři ušlechtilé pravdy*: Všechno žití je strast; všechna strast má příčinu v žádosti, „žízni“; odstranění této žádosti vede k odstranění utrpení, k přerušení řetězu nových zrodů; cestou k tomuto osvobození je ušlechtilá

¹ Příklady mohou být *transcendentální meditace Maherši Jógiho*, *Hnutí Kršna Consciousness*, *Hnutí Hare Kršna*, které své centrum vybudovalo ve Spojených státech pod vedením *Bhaktivédánty Svámího Prabhupády*, *hnutí Divine Light Mission* či *hnutí Bhagvana Rajneše* aj.

² *Neohinduismus* dal v 19. a 20. století nové impulsy národně osvobozenkému boji. Dnes se s ním setkáváme především ve vyšších společenských vrstvách měst. Neohinduismus přitom začal jako reformní hnutí. Vyvíjel ovšem značné synkretické tendence usilující o sjednocení různých náboženských tradic Indie, rovněž se pokoušel o propojení náboženských představ a ideálů s křesťanstvím a islámem. Hnutí se profilovala v různých regionálních a nadregionálních uskupeních (*Brahma Samádž*, *Mise Rámakrišna* aj.). K neohinduismu lze počítat rovněž hnutí vedená guru, působící ve formě misí na Západě. V Indii samotné je neohinduismus poměrně náchylnější k materializaci a agnosticismu než tradiční indická náboženství, která jsou i co do počtu stoupců daleko větší a vlivnější.

³ Jedná se o systematickou a neúplnější sbírku ranné buddhistické posvátné literatury.

osmidílná stezka, stezka pravé víry, pravého myšlení, pravého mluvení, pravého jednání, pravého života, pravého snažení, pravé bdělosti a pravého soustředění. Ve čtyřech pravdách Buddha formuloval východisko ze strastiplné pomíjivosti jevového světa.

Buddhismus později obsáhl celý kontinent od Indie po Sibiř, od středoasijských pouští po indonéské ostrovy a tím, jak absorboval místní náboženství a víry, vznikly v průběhu historického vývoje velké religiózní rozdíly v panteonu, rituálu i výkladu Buddhova slova. Vůbec nejrozšířenějším směrem buddhismu je *mahájána*, v jejímž rámci lze hovořit o čínském, korejském, japonském, tibetském a mongolském buddhismu. Mahájána znamená doslova *velký vůz*. Smysl pojmenování této školy jako zosobnění mahájánového ideálu je postava *bódhisattvy*. Její hlavní charakteristikou je soucítění a milosrdenství.

Dalšími buddhistickými směry jsou *hínajána*, kterou je rovněž možno diferencovat podle regionálních škol (ty však mají v současnosti už jen historický význam), dále *sarvástiváda* a *vadžrajána*, která vyšla z *mahájány* a vstřebala do sebe podněty *tantrismu* (viz. hinduismus). Tato forma buddhismu je značně rozšířená v Tibetu a Mongolsku. *Vadžrajána* (též *tantrický buddhismus*) je zde známá spíše pod nesprávným termínem *lamaismus* s institutem tzv. *dalajlámů*. Jde o velmi komplexní náboženství se subtilním filozofickým systémem, detailními psychologickými náhledy a symboly, vizualizačními technikami, jež mohou v člověku vzbudit transformační síly a tím přivodit komplexní vědomí existence, umožňující člověku dosáhnout stavu Buddha nejkratší možnou cestou už na tomto světě. Prostřednictvím transformativních systémů a logických argumentů se snaží o výklad toho, co bylo poznáno holisticky a v meditativním pohroužení. Důležitým dílem tibetského buddhismu je *Tibetská kniha mrtvých (Bardo Thödol)*. Je úvodem pro živé, jak přemoci smrt a jak se může proces umírání změnit v osvobození. C. Jung o této knize řekl: „Po dlouhá léta, hned od té doby, kdy byla poprvé publikována, se stala kniha *Bardo Thödol* mým stálým společníkem a vděčím jí nejen za mnohé podnětné myšlenky a objevy, ale také za to, že jsem dosáhl podstatného poznání v mnoha věcech“ (4, str. 134)

V současnosti je nejvyšším představitelem tibetského buddhismu, duchovním a světským vůdcem Tibetu XIV *dalajláma Tändzin Gjamccho*. Morální, politická a intelektuální váha buddhismu vzrostla po odchodu dalajlámy do exilu společně s 100 000 krajany během čínské vojenské okupace v letech 1951-1959. Nyní stojí v čele exilové vlády v Indii a aktivně usiluje o mezinárodní podporu tibetské opozice. Z těchto důvodů podniká cesty po zemích Asie, Evropy a Ameriky. V roce 1989 získal Nobelovu cenu míru.

Specifickou „odnoží“ buddhismu je *čchanový* buddhismus, známější pod japonským jménem *zen* či *zen-zen*, představující jeden z nejrozšířenějších a nejdůležitějších směrů a také zvláštní formu ducha buddhismu, která se svým sklonem jednak k meditaci, jednak k praxi naprosto odlišuje od výše probíraných čtyř pravd. Zen-buddhismus je způsob života a životní názor, který nelze zařadit do žádné z formálních kategorií západního myšlení. Není to náboženství ani filozofie, není to psychologie ani typ vědy. (5) Krásně jej charakterizují slova básně ze sbírky Zenrin: „*Sedět klidně a nedělat nic; jaro přichází a tráva roste sama od sebe.*“ (5, str. 142) Tím „samo od sebe“ se rozumí přirozený způsob fungování mysli. Nic není pro zen cennější než spontánnost. Zenový život začíná deziluzí z honby za cíli, které ve skutečnosti neexistují. Člověk musí začít tím, že „získá pocit“ relativity, a poznáním, že život není situace, v níž by bylo možno cokoli uchopit nebo získat. Zen je osvobození od dualistického způsobu myšlení, je poznáním absurdity výběru, celého toho pocitu, že život může být signifikantně zlepšen neustálým „vybíráním“ dobrého.

Kořeny zen-buddhismu jsou ve stejné míře taoistické jako buddhistické. Duchovní základ tvoří indické *Mahájánasútry*, které byly přeloženy do čínštiny během prvních století našeho letopočtu, stejně jako staročínské osvícenské učení taoismu. Z historického hlediska můžeme *zen* považovat za naplnění (dovršení) dlouhých tradic indické a čínské kultury. Ve skutečnosti je však mnohem více čínský než indický - má sice své kořeny na indické půdě, ale zformoval se až na území Číny, kde jej můžeme sledovat od 7. století (působení 6. patriarchy *Huineng*). Mezi nejvýznamnější školy tohoto období patří *dům Ts'ao-tung* (japonsky *Sóto*) a *dům* čínského mistra *Lin-či* (japonsky *Rinzai*), které ve 13. století zapustily své kořeny také v Japonsku (mistr *Dógen*), kde se dodnes těší velké oblibě.

Pro zenový buddhismus jsou typické dvě hlavní metody *zen-zen cesty*, které mají meditujícího přivést k osvícení: *zazen* - mlčenlivá meditace v dřepu a cvičení *koan*. *Zazen*, kterému je denně věnováno mnoho hodin, příkládá podobně jako jóga velkou důležitost správnému držení těla při *lotosovém sedu* a regulaci dýchání. Vyvolává stav vnitřního vyrovnání. *Koan*, čínský vynález, je racionálně neřešitelný, paradoxně protismyslný úkol, který má cvičícímu pomáhat vypnout rozumové myšlení a ponořit se do hlubších psychických vrstev, spojit rozštěpenou mysl. Pro většinu škol zenového buddhismu jsou dále typické metody zaměřené na rozvíjení estetického citění, např. kaligrafie, malba, aranžování květin, vytváření meditačních zahrad, čajový obřad apod. Náplň života zenového mnicha je tedy charakterizována jak výkony tělesnými (meditace, bojová umění), tak estetickými.

Západní zenoví buddhisté se v praxi *zazenu* věnují zpravidla vedle svého zaměstnání a vyhledávají možnosti prohloubení svého vnitřního života na *seššinech*, soustředěných pobytech v některém zenovém klášteře, nyní často vybudovaném i v západních zemích, kde se zen začal uplatňovat po 2. světové válce.

Jeho propagace na Západě bývá často spojována s japonským buddhistickým učencem *D. T. Suzukim*. Zen-buddhismus zde brzy vzrostl v silné hnutí, které s sebou přinášelo i další výhonky (např. v Americe *beat zen-buddhismus*). U nás stejně jako jinde v Evropě se dnes v oblasti zenového buddhismu nejsilněji projevuje vliv mnicha *Taisena Deshimarua*, zakladatele *Mezinárodní společnosti zenu (AZI)*, jejíž pobočky je možno nalézt téměř po celém světě.

Buddhismus se šíří od konce 19. století také v evropských intelektuálních kruzích například prostřednictvím *Teosofické společnosti*. Během 20. století začal buddhismus v mnoha formách pronikat na Západ, zejména do USA. Mnohé také vyplynulo z mezinárodního uprchlického hnutí. V západní Evropě, Severní Americe, Austrálii a jinde se utvořila poměrně velká asijská společenství. Západ je fascinován zejména komplexním světovým názorem buddhismu, subtilní psychologíí a meditačními cvičeními.

2.3 TAOISMUS

Taoismus představuje čínské filozofické i náboženské učení. Spolu s konfucianismem a buddhismem je třetím nejvýznamnějším duchovním proudem v Číně. Ústřední myšlenkou taoismu je, že celý svět je bez ustání v pohybu a vše je relativní a pomíjivé, neboť každá věc v sobě obsahuje svůj protiklad, v nějž se v průběhu vývoje proměňuje. (6)

Filozofický taoismus je nositelem a pokračovatelem tradic, které existovaly mnohem dříve, než se tato škola začala někdy mezi 5.- 3. stol. př. n. l. vydělovat mezi ostatními jako taoistická. Ústředním motivem taoistického učení jsou rozvahy o *tao*, věčném, neproniknutelně tajemném a bezhraničném prazdroji veškerenství, a o relativní povaze bytí, která z *tao* vzniká. *Tao* je nazýváno *velkou prázdnotou (tchaj-sü)* a *nebytím (wu)*, o samo znamená *cesta, silnice* nebo *stezka*. V přeneseném smyslu může znamenat i *metoda, princip* nebo *učení*. Tento pojem vznikl během druhé poloviny vlády dynastie Čou (1112?-256 před n. l.) jako odpověď na morální a politický chaos, s nímž byla Čína v té době konfrontována. Mnozí myslitelé přinášeli ve svých vlastních vizích jak Čínu „zachránit“ a jaká je nejlepší „cesta“, jak dát čínskému světu zpět pořádek. Přitom nabývalo slovo *tao* hluboký filozofický význam. Problémy, kterým Čína čelila, byly nahlíženy jako výsledek lidské agrese. Kdyby se cesta nevzdala, potom by *tao* ve světě manifestovalo sílu a dobrotu „samo od sebe“.

Zhruba od 6. století př. n. l. se začíná vynořovat *taoismus* jako jedna z filozofických škol. Právě v tomto století žil *Lao'c*, ústřední postava, jak filozofické, tak i náboženské podoby taoismu. Taoistická filozofie se nalézala především ve dvou textech. První *Tao-te-ťing*, jehož autorem je *Lao'c*, podává formou stručných a obsahově velmi hutných básní základní ideje učení čerpajícího z dávné tradice. Taoistické pozorování světa vedlo u *Lao'c* k odhalení bezejmenného prvního principu *wu-wei*. Jeho podstatou je spontaneita, odpoutanost, přijímání všeho bez jakékoli snahy zasahovat do chodu věcí či je měnit. Nemíní se však chybějící jednání, ale spíše jednání bez pokrytectví, bez odevzdání jednání samotnému. Kromě filozofických koncepcí jsou v ní i rady vládcům, jak spravovat zemi, a odsouzení vykořisťování či vedení válek ze zjištěných důvodů.

Druhým klasikem filozofického taoismu je *Čuang-c*. Byl ostrým kritikem konfucianismu a jeho úporné snahy detailně řídit společnost a v jejím rámci i chování jedince. Celým svým životem vyznával a uskutečňoval taoistickou ideu ne-konání (*wu-wei*) jako základního životního postoje. *Čuang-c*ovou ústřední myšlenku lze popsat jako touhu po absolutním štěstí, které se podle jeho názoru uskutečňuje transcencí rozdílu mezi vlastním já a světem prostřednictvím naprosté jednoty s tao. Na rozdíl od myšlenkově hlubokého, ale abstraktního a nesnadno srozumitelného jazyka *Tao-te-ťingu*, podává *Čuang-c* taoistické myšlenky barvitým způsobem a s humorem až ironií, čímž je učinil pochopitelnějšími a přitažlivějšími.

Taoistické učení se vyznačuje také hledáním fyzické nesmrtelnosti pomocí kouzelných nápojů a jógy a různých taoistických technik. Tyto techniky pronikly do každodenního života Číňanů v podobě nejrůznějších praktik tzv. *pěstování života*. Není náhodou, že právě taoisté se nejvíce věnovaly lékařským naukám a nezištně léčili všechny, kdo jejich pomoc potřebovali. Altruismus a laskavý vztah k jiným je přímo součástí taoistické cesty k osvícení, protože je zároveň jedním z praktických způsobů, jak se osvobodit od vlastního ega.

Od konce sedmdesátých let se postupným uvolňováním situace v Číně a tzv. *politikou otevírání* se zahraničí navrací do relativně normálních kolejí i život taoistické komunity. Poté, co bylo náboženství opět povoleno, začaly se rekonstruovat kláštery, znovu ožil klášterní život, jsou přijímáni novici, vydává se literatura atd. Především se však těší taoismus stále rostoucímu zájmu po celém světě. Všechny jeho aspekty, filozofické, náboženské či zdravotní se stávají předmětem studia nejenom mezi věřícími a příznivci, nýbrž i na akademické úrovni.

2.4 KONFUCIANISMUS

Konfucianismus lze patrně nejlépe charakterizovat jako soubor myšlenek a názorů, etický a filozofický kodex, návod na správný život pozemský a jeden z pilířů čínské civilizace a nepochybně i čínské politické kultury. (7) Vychází z učení mistra *Kchunga* (latinizovaná podoba jména starověkého mudrce zní *Konfucius*, odtud *konfucianismus*¹) žijícího na přelomu 6. a 5. století př. n. l., jehož přáním bylo budovat stát jako společnost založenou na pořádku a blahobytu.

Historikové a někteří sinologové vážají označit konfucianismus za náboženství. „*Konfucianismus je jedinečný. Je i není náboženstvím v západním smyslu slova. Na jedné straně vždy hluboce prostupoval životem Číňanů a stal se jeho neodmyslitelnou součástí, na straně druhé postrádá jakékoli církevní struktury a osobní, emocionální a duchovní intenzitu ostatních náboženských systémů.*“² (8, str. 18)

Za základní text konfucianismu je považováno pět *klasických knih (Wu-ťing)*³, které patří k nejstarším literárním památkám Číny vůbec. Jde o knihy různého žánru, které generace čínských učenců a vzdělanců studovaly a považovaly je za nosný pilíř vzdělanosti. Patrně je studoval i sám Konfucius. Je velmi pravděpodobné, že to byl právě on, kdo knihy shromáždil, opatřil řadou komentářů a částečně také editoval. Mezi nejdůležitější texty konfucianismu patří neodmyslitelně také *Hovory (Lun-ťü)*, sepsané Konfuciovými žáky až po smrti Mistra, které poskytují cenné informace o Konfuciově životě i jeho učení. Za dob *dynastie Chan* ve 2. st. př. n. l., kdy se konfucianismus stal oficiálním státním náboženstvím, se tyto knihy staly základem pro zkoušky uchazečů pro přijetí do státních služeb. Tím byla dána nadvláda konfucianství nad ostatními filozofickými systémy, která trvala v podstatě až do pádu císařství v roce 1911.

Základem konfucianismu byla vždy idea, že lidé mají žít v harmonii jeden s druhým a s přírodou. K dosažení těchto cílů doporučoval mudrc systém mezilidských vztahů a dobré vlády. Podle jeho filozofie byl urozený muž takový, který ovládal pět dovedností: vybrané chování, ušlechtilost, dobrou vůli, píli a laskavost. Muž měl tyto dovednosti využít pro řízení státu.

Konfucius se rovněž zabýval otázkami rodiny, která byla v Číně považována za primární společenskou jednotku. Rodina byla přirozeným prostředím pro morální výchovu a mostem mezi jednotlivcem a společností. Podle Konfucia se tři z pěti základních mezilidských vztahů, které sám definoval, odehrávají právě uvnitř rodiny. Jsou to vztahy mezi otcem a synem, manželem a

¹ Pojem konfucianismus byl poprvé použit jezuitskými misionáři ke konci 16. století jako označení pro učence Konfucia a jeho školu. Číňané dávají obvykle přednost termínu *ju-chia*, tedy *škola mudrcova*, což v praxi pojímá nejen moudrosti zprostředkované samotným Konfuciem, ale zahrnuje také veškerý vývoj tradice po něm.

² V konfucianismu nenalezneme slovo odpovídající *bohu* ani svatá písma, nevznikla zde žádná církev ani sekta, nemá žádné kněze, nekonají se žádné pravidelné veřejné obřady a neexistuje ani osobní vztah k bohu.

³ Mezi pět *klasických knih* bývá řazena *Knih proměn, Knih písní, Knih dokumentů, Knih obřadů a Letopisy jara a podzimu.*

manželkou a starším a mladším bratrem. Zbylé dva vztahy jsou mezi přáteli, jediný rovnocenný vztah, a vztah mezi panovníkem a poddanými.

Stát a národ Konfucius považoval za rozšířenou rodinou. Císař byl *otcem* a *matkou* prostých lidí, byl chápán jako služebník lidu. Z předsokratovské tradice konfucianismus přejal nejvyšší duchovní princip, *Nebesa (Tchien)*, jejichž nejvýraznějším projevem byl tzv. *Mandát Nebes*, pověření určitého panovnického rodu vládnout, vymezený morálně. Nejdůležitějším morálním imperativem pro čínského panovníka bylo hájit zájmy lidu a zajistit jim blahobyť.

Ačkoliv se v průběhu historie konfucianismus vyvíjel a měnil (zejména vlivem pronikání prvků buddhismu a taoismu na čínské území mezi 3. a 8. st.), určité stěžejní myšlenky přetrvávaly a staly se stabilizujícím prvkem čínské civilizace. Za více než dva tisíce let své existence se rozšířil i za hranice Číny. Hodnoty a imperativy tohoto učení zůstávají hluboce zakořeněny prakticky ve všech zemích Dálného východu a těch státech jihovýchodní Asie, které mají výraznou čínskou menšinu. Konfucianismus tak i dnes promlouvá svou moudrostí a autoritou k modernímu světu a to i v Číně, kde v důsledku komunistické nadvlády došlo k jeho velkému útlumu. I současní lidé hledají stabilitu a způsob, jak žít v harmonii a důvěře.

3. VLIV VÝCHODNÍCH NAUK NA ZÁPADNÍ SVĚT

Jak již bylo předesláno v předchozích kapitolách, vlivem celoplanetárního jevu označovaného jako globalizace se jednotlivé náboženské systémy dostávají do stále těsnějšího kontaktu. Náboženství jsou nucena se navzájem konfrontovat, čímž se otevírá pestrá škála možností vzájemných vztahů od dramatických konfliktů přes dialog po splývání. Příslušníci různých náboženství, žijící v nábožensky pluralitní společnosti, jsou nuceni sami před sebou i před druhými hlouběji reflektovat a obhajovat svou víru - anebo se uzavírat před svým okolím, odmítat ho a démonizovat.

Proměňuje se též sociální role náboženství: náboženství se stávají významným nositelem a obhájcem identity jednotlivých sociálních a kulturních skupin, mohou nabývat vrchu militantních fundamentalistických směrů, náboženství se mohou stát nástroji politických, nacionalistických a sociálních zájmů - anebo mohou budovat mosty smíření a porozumění přes hranice národů, států a kulturních okruhů.

Kontakt náboženství může vést k oslabení tradičních náboženských institucí a vzniku nových náboženských hnutí, někdy inspirovaných dosud vzdálenou náboženskou kulturou. Myslitelé, čerpající z jednotlivých náboženských tradic, mohou přispět k debatě o společných hodnotách, na nichž lze budovat pravidla vzájemných vztahů uvnitř "globální vesnice", např. mezinárodní právo či úmluvy, týkající se např. etiky vědeckého výzkumu, ekologických opatření či kontroly zbrojení. V tomto smyslu by měl být spatřován zásadní přínos východních nauk na západní svět, a naopak. Někdy se hovoří o nutnosti vzniku *nového spiritualismu*. Stoupencem této myšlenky je i Jeho Svatost Dalajláma: „*Jsem hluboce přesvědčený, že musíme všichni společně nalézt novou spiritualitu. (...) Nová koncepce by měla vzniknout stranou veškerých náboženství, aby ji mohli přijmout všichni lidé dobré vůle.*“ (9, str. 99)

Ve spojitosti s těmito snahami se často objevuje otázka po smyslu hledání inspirace u východních kultur. Má nám vůbec Východ co nabídnout? Abychom byli schopni odpovědět na tuto otázku, podívejme se nejdříve, v jaké situaci se současný svět nachází.

3.1 KRIZE SOUČASNÉHO SVĚTA - HLEDÁNÍ VÝCHODISEK

Důraz na racionalitu a objektivistický postoj ke světu (tolik typický pro euroamerickou civilizaci), který převládl v 18. století a položil základy vědeckého a technologického rozvoje, zdánlivě otevřel cestu k blahobytu, rozvoji a toleranci. Avšak právě tento přístup, který se opíral o Descartovu filozofii a Newtonovu vědu, nevedl ruku v ruce s průmyslovou revolucí jenom k nové a prosperující společnosti. Jeho odvrácenou stranou se stala hluboká environmentální, spirituální a morální krize západního světa.

Jak přesvědčivě dokládá americký fyzik Fritjof Capra, došlo k tomu v důsledku nekritického uplatňování karteziánsko-descartovské vize světa, podle které je svět velký mechanismus složený z jednotlivých a nahraditelných součástí. Tento postoj má podle Capry nedozírné důsledky, jejichž negativní dopady pocítuje celá moderní společnost. Fatální chybou v tomto paradigmatu bylo totiž právě nepochopení a opomenutí vzájemných vztahů a rolí, do kterých jednotlivé části světa vstupují. Jedním z praktických důsledků nerespektování vazeb v životním prostředí je např. také proces klimatických změn, které mají stále vážnější dopady na celý svět.

Podobně složitá situace dnes panuje i na Východě. Částečně souvisí s mnohdy nekritickým napodobováním Západu, částečně s problémy vyvěrajícími z vlastní kultury. Vezměme si kupříkladu země silně ovlivněné konfucianismem. Konfucius byl velkou pedagogickou osobností, kladl sám důraz na jednotu svých slov a činů. Celý život věnoval studiu a výchově mladé generace. Možná i proto jeho velký vliv z minulosti přetrval až do současnosti. Ve světové historii a hlavně v pracích západních autorů jsou dodnes Konfuciovy myšlenky často zmiňovány. Mnoho východních i západních autorů se hluboce zabývá kulturními odkazy východních kultur. Jednostranné pojetí a aplikace konfucianismu však mají i svou stinnou stránku. Vedly rovněž k negativním důsledkům pro modernizaci vzdělávacího procesu a tím i k zastavení rozvoje vědy a techniky. Celých devět století byly vyučovány jen některé společenské předměty, jako literatura, hudba, morální chování. Nevyučovala se matematika, fyzika, ekonomie či vojenství. Empirické metody či metody diskusní neexistovaly vůbec, dodnes se teprve rozvíjejí a začínají aplikovat. S tím samozřejmě souvisí řada problémů, kterým musí Východ dnes a denně čelit.

Proto hledáme-li odpověď na otázku, jakým způsobem může východní svět obohatit svět západní, nelze tak činit bez nastolení analogické otázky tedy, jak může Západ pozitivně ovlivnit Východ. Vzhledem k tomu, že obě civilizace vyrůstají na dosti odlišném kulturním základě, lze hlavní přínos jedné kultury na druhou spatřovat především v jejich vzájemném obohacování. Pro lepší

názornost můžeme použít příměru o dvou koncích hole. Za jednu stranu hole považujeme např. analytickou logickou vědu naší moderní civilizace. Náš sluch a zrak jsou prodlouženy celým arzenálem „vymožeností“ od lékařského fonendoskopu až po jadernou elektrárnu. Vidíme stále dále a hlouběji. Jednotlivá vědecká odvětví jsou tak specializována, že ani nejgeniálnější mozek není schopen obsáhnout všechny vědomosti tohoto světa. Naše věda je racionální, ale má svá úskalí. „Něco“ jakoby ji „chybělo“. Snad je to druhý konec hole, intuitivní subtilní nazírání filozofie Východu, která vidí svět v širších souvislostech a usiluje o rovnováhu všech jeho částí.

Pokusme se převzít z této kultury to dobré stejně jako jsme kdysi převzali papír, hedvábí či kompas. A nemusí jít jen o to „užité“. Východní kultury vychází z odlišné filozofické tradice i hodnot. Na rozdíl od západního světa např. velmi akcentují vztahy a společenství a také úctu k rodině a předkům, tedy hodnoty, které se ze západního světa pozvolna vytrácejí. Tato skutečnost by mohla být podnětná i sociální pedagogice, která tyto oblasti úžeji zkoumá.

Jak řekl na Fóru 2000 Dalajláma: *„Pro šťastnější budoucnost potřebujeme více harmonie, vzájemné spolupráce a udržování lidských hodnot. Přitom mohou hrát důležitou roli různé tradice. I přes různé filozofie všechny směřují k soucitu, lásce, odpuštění, spokojenosti a sebe-disciplíně. Když se budeme nezaujatě učit o tradicích druhých, pak uvidíme, že každá tradice má ten samý potenciál. Různorodost filozofií je pro lidstvo nezbytná. Rozmanitost filozofií představuje krásu lidské inteligence. Stejně jako různobarevná zahrada je přitažlivější než jen jednobarevná. Podobně je i světová zahrada takto mnohem krásnější.“* (10, z přepisu přednášky Jeho Svatosti Dalajlámy, říjen 2000)

3.2 VYBRANÉ PŘÍNOSY VÝCHODNÍCH NAUK PRO ZÁPADNÍ SVĚT

Jak se zdá, vzájemná inspirace Východu a Západu může být pro nás v současné době velkou výzvou a snad i cestou z krize, ve které se dnešní svět nalézá. Číňané, jimž bylo vždy vlastní veskrze dynamické vidění světa a bystrý smysl pro historii, si zřejmě tuto hlubokou souvislost mezi krizí a změnou dobře uvědomovali. Termín, který používají pro slovo *krize* (*wei-ti*), se skládá ze znaků pro *nebezpečí* a *příležitost*. Ano, ohrožení, ve kterém se nacházíme, budiž pro nás příležitostí k novému, kvalitnějšímu životu. A nemusí jít nutně hned o změnu celého našeho dosavadního života. Začátkem pro nás může být třeba jen prosté pochopení faktu, že jsou oblasti, ve kterých se naše poznání dostalo do „slepé uličky“, a zdá se, že využití několik staletí ověřovaných poznatků východních nauk nám může ukázat nový směr, kterým se ubírat.

Oblast moderní vědy

Jednou z oblastí moderní vědy, která se v důsledku svého překotného vývoje potýká s mnohými problémy¹, je i oblast *moderní fyziky*. Filosofickými důsledky dramatických změn pojmů a představ, jež se ve fyzice objevily během prvních tří desetiletí 20. století a které si vynutily zcela odlišné vidění světa (nové paradigma), se ve své knize *Tao fyziky* zabývá již zmiňovaný *Fritiof Capra*. Ten je přesvědčen, že nás současná fyzika přivádí k světovému názoru, který je ve své podstatě mystický a vrací se tak v jistém smyslu ke svému počátku před 2500 lety. „Je zajímavé sledovat vývoj západní vědy po její spirálové cestě, která začíná mystickými filozofiemi starého Řecka a potom stoupá a rozvíjí se v úchvatném vývoji intelektuálního myšlení, které se stále více odvrací od svého mystického původu, až se nakonec vyvine ve světový názor, ostře protikladný názoru Dálného východu. Navzdory tomu západní věda v následujícím období tyto názory překonává a vrací se k myšlenkám starého Řecka a východním filozofiím. Ale tentokrát už nejsou založené jen na intuici, ale i na velmi přesných výsledcích pokusů, znalostí světa a na přesné a důsledné matematické formulaci.“ (11, str. 14)

Autor v knize popisuje úzké vztahy mezi teoriemi moderní kvantové fyziky a koncepcemi orientálních duchovních nauk, zvláště taoismu, buddhismu a hinduismu, a dokládá, že holistický pohled na svět, který se začíná vynořovat ze základů moderní fyziky, je slučitelný se starodávnou moudrostí Východu. Hinduistický tanečník *Šiva* je pro Capru obdivuhodnou personifikací dynamické jednoty vesmíru a pomíjivost jako východisko buddhismu koresponduje s výsledky poznávání světa založeného na *teorii relativity* a *kvantové mechaniky*.

Caprovy argumenty podporuje i řada předních světových vědců, např. *Niels Bohr*, který prohlásil: „Při svém bádání po složení hmoty jsem se často obracel k těm epistemologickým problémům, se kterými byly i v dávné minulosti konfrontováni myslitelé jako *Lao'c*, když se snažili harmonizovat naši lidskou pozici současně jako diváků i herců při úžasném dramatu naší existence.“ (11, str. 4) *Werner Heisenberg*, vlivný fyzik německého původu a držitel Nobelovy ceny za fyziku, zase řekl: *Obrovský přínos teoretické fyzice, který přichází po druhé světové válce z Japonska, ukazuje na existenci vztahu mezi tradiční filozofií Dálného východu a filozofickou podstatou kvantové teorie. (...) V dějinách lidského myšlení asi obecně platí, že nejplodnější vývoj se odehrává tam, kde se střetávají dva různé myšlenkové proudy. Tyto proudy mohou vycházet ze zcela odlišných kulturních oblastí, z různých dob, z prostředí odlišných kultur a náboženských tradic. Když se tyto proudy opravdu setkávají, když mohou skutečně interagovat, můžeme doufat, že povedou k novému, zajímavému vývoji.*“ (11, str. 4)

¹ Od určité doby se stala moderní fyzika spíše teoretickou vědou, zvláště v oblasti výzkumu hmoty a vesmíru jako celku (oblast „velmi velkého“ a „velmi malého“). Současně matematika potřebná k modelování je natolik složitá, že je za dosahem schopností současné vědy (*teorie strun*).

V českém prostředí v oblasti biologie usiluje o navázání na Caprovy myšlenky *Zdeněk Neubauer*. Zaměřuje se přitom výhradně na taoistický způsob myšlení a ponechává stranou ostatní východní mýtické představy a náboženské postoje.

Oblast lékařství a zdravotní vědy

Další oblastí, ve které západní svět začíná „tápat“, je oblast lékařství a zdravotní vědy. Jsme sice schopni provádět složité sofistikované operace nebo prodloužit život jedince o několik dlouhých let, na druhé straně však marně bojujeme s civilizačními chorobami, které se stávají skutečnou hrozbou. Každý den jsme informováni o tom, jak překvapujícím tempem narůstají problémy z oblasti kloubů, páteře, alergií, cévních a srdečních chorob, zhoubných nádorů či obávaného AIDS neboli získaného defektu imunity. Tato nemoc jakoby dokumentovala klesající odolnost člověka na všech frontách. Pod dojmem velkolepých operací, transplantací, ve vidině změn genetického kódu, biotechnologií a dalších úspěchů moderní medicíny se poněkud ztrácí tolik důležitá prevence¹, která je tak typická pro zdravotní vědu východních kultur. *„Prevence je vždy pracnější pro pacienta a méně pracná pro lékaře. Lidé však touží, aby tomu bylo naopak. Potřeba prevence bude narůstat. Lidstvo se brzy dostane do situace, se kterou se dosud ve své historii nesetkalo. Počet starých lidí převyší počet lidí v aktivním věku. Žádný stát na tomto světě není s to zajistit takovému množství starých lidí ideální zdravotní a sociální péči.“* (12, str. 18)

Operujeme pojmy „bylo vědecky dokázáno...“, aniž bychom nějak hlouběji přemýšleli o tom, kolik z těchto vědeckých důkazů platí déle než jen několik desetiletí. Před lety se např. na základě vědeckých výzkumů nesměl člověk po infarktu ani pohnout, zatímco dnes je na to názor zcela jiný. Zákony života v přírodě, vlastně naše názory na tyto zákony se pronikavě mění. Proto se zdá rozumné vycházet nejen ze současných lékařských trendů, ale také z historií prověřených medicínských technik. I génius lékařské vědy Hippokrates napsal, že lékař musí znát nauky svých předchůdců, pokud nechce klamat sebe i jiné.

Když naši předkové přikládali baňky a pouštěli žilou, čínští lékaři zabodávali do těla velmi jemné jehličky a hlídali vánek energie, který rozežene stav nerovnováhy. Je podivuhodné, jak své hluboké znalosti dokázali rozvinout bez přístrojů a měřidel a vůbec všeho, co poskytuje technika. Jen svým bystrým pozorováním, intuicí, jen svým mozkiem. Východní léčitelé znali tisíce znaků, podle kterých bylo možné určit, jaké je člověk konstituce a v jaké je kondici. Svou diagnózu stanovili z nepřehledného množství informací, od vrásek až po

¹ Určitou snahou o podporu zdraví a prevenci nemocí je ve školském prostředí projekt *Škola podporující zdraví* (též *Zdravá škola*). Stěžejním cílem programu a jeho kurikula je, aby se děti již od mateřské školy naučily postojům, které spočívají v úctě ke zdraví, a praktickým dovednostem chránícím zdraví.

způsob chůze či jednání s druhým člověkem. My jsme zákonitě zapomněli, že tyto věci je možné vidět a umět hodnotit bez pomoci komplikovaných přístrojů.

Dalším rozdílem a patrně i předností mezi našim přístupem a přístupem Východu byla ta okolnost, že funkce lidského organismu byly posuzovány jako část celovesmírné filozofie. Stejně zákony byly stanoveny pro pohyb vesmírných těles i pro pohyb energie v organismu. Člověk je chápán jako jedinečný komplex. V tomto smyslu neexistuje onemocnění jen jednoho orgánu, nebo dokonce jeho části, ale jde vždy o onemocnění celého jedince. Léčbou jednoho orgánu můžeme ovlivnit jiný orgán. Dochází k vzájemné podpoře, nebo naopak vzájemnému tlumení jejich funkcí. Podle tradiční čínské medicíny vibrují vesmír, a s ním i člověk, neustále mezi dvěma póly - *jangem* a *jinem*, které jsou sice protikladné, ale vzájemně spjaté v rovnovážném stavu. Člověk je zde chápán jako "útvár" *čchi* v moři kosmické *čchi*, podléhající těm samým univerzálním zákonitostem působení jin-jagového principu jako vše ostatní. A stejně tak, jako všechny disharmonie ve světě vznikají narušením souladu mezi jinovou a jangovou složkou *čchi*, je i nemoc lidského těla způsobena narušením jeho vnitřní jin-jangové rovnováhy.

Tradiční čínská medicína používá mnoha různých způsobů, jak v těle docílit rovnováhy a harmonie. Mezi dvě hlavní harmonizační metody patří *akupunktura* a *fytotherapie*, v samotné Číně je za vrchol léčebných praktik považována *meditace*. V rámci *akupunktury* se využívá působení na speciální systém přenosu informací v těle, kterým jsou tzv. *akupunkturní dráhy* a *body*. Nedocenitelným přínosem k léčbě je i dodržování dietetických zásad, *makrobiotika*, a provádění speciálních čínských cvičení nazývaných *čchi-kung* (cvičení na rozvoj vnitřní energie) a *tchaj-ti-čchüan*. Všechny tyto metody si dnes získávají stále větší oblibu i na Západě.

Důvod, proč je tradiční čínská medicína již po staletí využívána a proč se stále více rozšiřuje také v západním světě, objasňuje v úvodu své knihy přední český odborník na tuto problematiku *MUDr. Radomír Růžička* následovně: „Léčení pomocí tradiční čínské medicíny je velmi účinné, neboť odstraňuje samotnou příčinu nemoci. Dokonce se dá tvrdit, že tradiční medicína je k pacientovi mnohdy šetrnější s menšími postranními účinky než současná západní medicína.“ (13, str. 12)

V rámci *akupunktury* se využívá působení na speciální systém přenosu informací v těle, kterým jsou tzv. *akupunkturní dráhy* a *body*. V akupunkturních drahách¹ cirkuluje životní energie *čchi* a udržuje tak jednotlivé orgány

¹ Tradiční akupunktura má systém dvanácti orgánů, a tedy i dvanácti párových akupunkturních drah (dráha plic, dráha tlustého střeva, dráha žaludku, dráha sleziny, dráha srdce, dráha tenkého střeva, dráha močového měchýře, dráha ledvin, dráha obalu srdce, dráha tří ohříváčů, dráha žlučníku, dráha jater). K nim lze ještě přidat takzvané spojky, dvě mimořádné dráhy (nepárové dráhy přední a zadní střední), svalové dráhy a podobně.

v rovnováze s celkem. Pokud je jakýmkoli způsobem narušena funkce správného toku energie a tím způsobena porucha funkce orgánů, lze ji upravit vhodným podrážděním odpovídajících akupunkturních bodů¹ a tím navodit znovu stav zdraví. Na tyto struktury lze působit světlem, magnety, pomocí akupunkturních jehel, masáží, přikládáním baněk či zahříváním pelyňkovými doutníky, tzv. *moxou*, neboli požehováním.²

Fytoterapie využívá rozsáhlých znalostí čínské medicíny v oblasti rostlinné říše³ a jejich účinků na člověka. Rostlinné léčivé drogy se v Číně nazývají *jao* a jsou podávány podle energetického hlediska - podle čchi a krve. Jejich užití je tedy založeno na zcela odlišných principech než u fytoterapie západní. Každá bylina má svoji vlastní energii, jež vede k uzdravení a musí být v souladu s energií nemocného. Bylinnou léčbu lze též provádět ve smyslu takzvané *aromaterapie*, kde vdechovaná vůně bylin přináší úlevu od některých potíží. V čínské medicíně ovšem byliny neslouží výhradně k léčbě, ale též k prevenci. Dodávají organismu potřebné chybějící látky, čímž pomáhají předcházet vzniku nemocí. Řada prostředků fytoterapie je proto využívána v běžném jídelníčku, což úzce souvisí s dnes velmi známým systémem léčebné výživy, označovaným jako *makrobiotika*. Tento systém převzatý z tradiční čínské medicíny byl upraven na poměry západních zemí především osobou *Georgie Ohsawa* a *Michno Kushi*. Hlavním cílem této léčebné stravovací metody je dosažení rovnováhy principů *jin* a *jang*. Systém stravování je založen na kombinaci celých obilných zrn, luštěnin, zeleniny společně s trochou divoce rostoucího nešlechtěného ovoce, malým množstvím ryb nebo drobných živočichů a divoce rostoucích olejnatých semen. Předpokládá konzumaci takových potravin, které se nalézají v nejbližším okolí nebo ve stejném klimatickém pásmu, neboť přepravou se jejich hodnoty ničí.

Relaxační cvičení, jóga

Během mnoha tisícileté historie vzniklo na rozsáhlém území Číny velké množství různých tělesných i duševních cvičení, která se postupně rozšířila do celého území jihovýchodní Asie a odtud pak dále do celého světa. Liší se od sebe účelem, způsobem provedení, fyzickou a duševní náročností i efekty. Nezanedbatelné jsou však i různé rituální, náboženské, meditační, dechové techniky pro dosažení dlouhého věku a k získání mimořádných schopností a sebeobranná a další rozmanitá cvičení. V období civilizačních chorob se ukazují

¹ Akupunkturní body se odlišují od okolní kůže jak po stránce struktury, tak především fyziologicky nižší *impedancí*, tj. elektrickým odporem pokožky, i řadou dalších kvalit.

² Zatímco akupunktura vznikla na jihu Číny, kde je teplé podnebí, na severu, v chladném klimatu vznikla a byla prováděna *moxa* čili požehování.

³ Tradiční medicína nepoužívá jen byliny, ale i minerály, skořápky zvířat a hmyz. Ze zvířecí složky to může být například shozená kůže hada, cikád, kosti sibiřského tygra, žlučník medvěda, roh nosorožce a podobně.

tato techniky jako velmi účinné. Jednotlivé cviky regulují dýchání, masírují vnitřní orgány, povzbuzují žlázy s vnitřním vylučováním.

Za vrchol čínských léčebných praktik je považována *meditace* probíhající v duchovní rovině. V Číně je pokládána za vůbec nejdůležitější, neboť předpokladem dlouhého života je klidný a stabilní duch. Meditace je takový duševní stav, v němž se nepokoušíme manipulovat svými myšlenkami a city, ale necháme je, aby samy dosáhly klidu. Tím se projeví přirozený jas ducha. Dosáhnutí duchovního blaha napomáhá pozitivní přeměně negativních stavů mysli a vede k nastolení stavu rovnováhy mezi tělem, rozumem a duší. Tato jednota se nazývá *splynutí v tao*. Meditace v taoistickém pojetí se liší od meditačních technik praktikovaných například v józe, o nichž bude pojednáno níže. Hlavním rozdílem je provádění meditace za plného vědomí bez ovlivňování podvědomí.

Podobné léčebné účinky se objevují také u techniky *reiki-do*¹, kterou objevil koncem minulého století japonský teolog a doktor *Mikao Usui* ve spisech jednoho z Buddhových žáků. Po následném jednadvacetidenním půstu a meditaci mu bylo Bohem uděleno zasvěcení do tohoto umění. Od této chvíle měl doktor *Usui* schopnost přenášet vesmírnou životní energii - *reiki* a vzbudit tuto schopnost u jiných. Přes jeho přímé duchovní následníky se *reiki* dostalo i na Západ. *Reiki* se v zásadě projevuje paterým účinkem. Především vede k hluboké relaxaci, současně uvolní zablokovanou energii, zvýší vibrace a tím tělu přidává životní energii, odstraní jedy z těla a přivádí do těla životní sílu. *Walter Lübeck*, dlouholetý a zkušený praktik této techniky, charakterizuje její účinky takto: „*Reiky, pokud se pravidelně aplikuje, snižuje životní výkyvy. Krok za krokem se život stává jak vnitřně, tak navenek vyváženějším. (...) Integrací prožitého se život stále více z kvalitňuje. Z vědomí, že se učíme něco, co přispívá k obohacení naší osobnosti, se rodí spokojenost.*“ (14, str. 29)

Jednou z nejvíce užívaných technik Dálného východu je dnes v západním světě bezesporu *jóga*. Od poloviny dvacátého století se jógová cvičení, zejména díky svému blahodárnému působení na organismus (prevence a léčba zdravotních poruch), začala šířit mimo Indii i svůj nábožensko-filozofický komplex do celého světa.

V systému jógy označuje slovo psychickou a duchovní disciplínu, která kontroluje a harmonizuje psychickou a duševní energii a aktivitu v člověku takovým způsobem, že je schopen usilovat o svou duševní dokonalost. (15) Základním textem jógy je *Jógasútra* z 2. století př. n. l., jejímž autorem je *Patañdžali*. Hinduistická víra, ze které jóga vychází, nabízí několik cest

¹ *Reiky* je japonské slovo pro univerzální životní energii, božskou sílu, která nás oživuje. Do je rovněž japonsky a znamená totéž co čínsky *tao*, česky cesta.

k dosažení *móksi* neboli osvobození duše od věčného koloběhu žití. Podle jógy, která je jednou z těchto cest, lze cílevědomě odstraňovat vtisky *sanskára* zkušeností a sklonů z minulých životů, takže mysl dosáhne absolutní čistoty a je vysvobozena z dalších reinkarnací.

Vzhledem k tomu, že naše bytost je komplexem složky duševní a tělesné, prolínají se v józe cvičení fyzická a mentální. Mentálnímu cvičení (*rádža jóga*) předchází ukázněvání a kontrola dechu (*pránájáma*) a navození vhodného fyzického stavu zaujímáním specifických tělesných poloh (*usána*). Tělesná cvičení byla koncem 1. tis. n. l. rozvinuta *tantrickými směry* do systémů známého jako *hathajóga*.

Co se týče samostatných jógových cvičení ty jsou tzv. *parasympatikotonní*, (tj. zesilující vliv parasympatiku).¹ Jsou tedy svou podstatou protistresová. Není žádným tajemstvím, že většina lidí dnes žije v trvalém stresu, tedy trvale *sympatikotonii*, což je pro organismus velmi negativní. Jsme stále připraveni na boj, ale boj nepřichází. Při aerobním cvičení, které je v našich podmínkách velmi oblíbené, plavání, běhu, cyklistice dochází k uvolňování napětí (díky vylučování endorfinů), ale charakter samotného pohybu je vždy sympatikotonní. Tedy stresový. Při jejich jednostranném provádění můžeme ztrácet schopnost přizpůsobovat se současné době. Proto ideálem zůstává chvíle aerobního cvičení a chvíle klidu v jógových pozicích.

Jógová psychoterapie

S jógou úzce souvisí *jógová psychoterapie*, která je nejstarší formou psychoterapie vůbec. Jejím cílem je pomoci člověku, aby porozuměl sám sobě na všech úrovních a aby pochopil vnitřní zdroje vědomí. Psychologie jogínských mistrů je založena na hluboké filozofii popsané v *upanišadách*, v *Bhagavadgítě*, ve *védech* a v *jógasútrách*. Jogínští mistři po staletí studovali lidskou psychiku a vyvinuli sofistikované vědecké metody, s jejichž pomocí bezpečně provádějí své žáky přes bariéry mysli k realitě, která je za hranicemi mysli.

Cílem moderní psychoterapie je rovněž pomáhat jednotlivci, aby poznal sám sebe. Ačkoli i ona přináší mnoho užitečných technik a ověřuje řadu zajímavých teorií, nedosahuje hlubin, které jsou za hranicemi psychiky – nedostává se k *duši*. V moderním světě je duše všeobecně považovaná za záležitost filozofie, zatímco jogínští mistři filozofii a psychologii tímto způsobem neoddělují; jejich psychologie je spíše vyjádřením jasně promyšlené a formulované filozofie.

¹ Autonomní vegetativní nervstvo má dvě funkční složky s opačným účinkem. Nazývají se sympatikus a parasympatikus. Sympatikus je systém, který připravuje organismus na boj v případě nebezpečí. Je to systém zapínaný ve stresu. Nositelem účinku je hormon nadledvin - adrenalin.

Klinický psycholog a vynikající znalec jógové psychologie Svámí Adžaja k tomu říká: „Moderní psychologie není založena na pevném základě filozofie odvozené z přímé zkušenosti. Je s to se zabývat povrchovými jevy, které činí lidi nešťastnými, ale není schopna se zabývat příčinami, které leží v základě těchto jevů. (...) Tím, že jogínští mistři uvádějí svou psychiku do kontextu filozofie, mohou tak postihnout zdroj lidského utrpení, které vzniká z toho, že neznáme konečnou realitu.“ (4, str. 10)

Nejen v jógové psychologii, ale i v mnoha psychoterapeutických školách je chápán růst osobnosti jako opouštění vlastní omezené perspektivy. Terapeuti poznávají, že jejich klienti trpí proto, že jsou polapeni do identifikací s pouhou částí, s rolí, s omezeným sebepojetím, nebo s očekáváním. V historii západní civilizace existuje silná a přetrvávající tendence pohlížet na dvě strany polarit jako na vzájemně protikladné krajnosti. Pojem kontrastu je v západní mysli zakořeněn a projevuje se ve všech aspektech života. Je typické, že se člověk snaží spojit se s jednou stránkou protikladu a tu druhou odmítnout. Většinou usiluje o to být šťastný spíše než nešťastný, úspěšný než neúspěšný, chytrý než hloupý a tak dále až k nekončícímu seznamu protikladných kvalit. „Chápání dvou konců polarit jako antitetických je vlastní redukcionistickému způsobu myšlení, které je zvláště patrné v západním náboženství, kde dobro a zlo jsou postaveny proti sobě a jsou považovány za konfliktní a neslučitelné síly.“ (4, str. 47)

Východní psychologické směry, ve srovnání se směry moderními, vycházejí z odlišných základních předpokladů. *Dualistické pojetí* chápe dvě stránky polarit spíše za komplementární než za antitetické a protikladné páry považuje za vzájemně se podporující. Tohoto pojetí se co nejdůsledněji přidržovala nejen jóga, ale také starobylá čínská filozofie, zejména taoismus.

Z tohoto hlediska se přístup moderní psychologie výrazně liší od jógové psychologie, která hledá způsob, jak eliminovat veškeré lidské utrpení tím, že pěstuje úplnou nepřipoutanost, a tím, že transcenduje všechny návykové vazby a závislosti. Tento pojem neulpívání nelze chápat jako vyvlékání ze vztahů. Ve skutečnosti může nepřipoutanost vést k plnějším vztahům, spíše než by se vztahům vzdalovala. Svámí Adžaja píše: „Když je člověk k něčemu připoutaný nebo když si na něco vytvořil návyk, může si v duchu představit, jaké by to bylo, kdyby se toho dokonce vzdal. Do jaké míry pak prožívá abstinenční příznaky (fyzické nebo psychické utrpení), do té míry má vytvořenou sílu návyku a závislosti nebo připoutanost k iluzorním formám; a má současně zaostřenou i svou vlastní podstatu - tedy čiré vědomí, z něhož všechny formy vyvstávají.“ (4, str. 169) Cílem jógy je stát se nezávislým na světě iluzorních forem, ale to neznamená nemít vztahy; návyková závislost však vztahy omezuje.

Také v čínském myšlení se člověk učí žít v harmonii a souhře dvou sil polarit. „Mudrc už nadále neusiluje o vyhlazení negationí stránky - temnoty, smrti

atd., odstranil by tak podzim a zimu z cyklu ročních období. Pak se vynoří takový náhled na život, který nespatřuje cenu života v boji za stálý vzestup, ale představuje život jako tanec.“ (4, str. 51) Síla a harmonie nespočívá pouze ve zdůraznění pozitivního aspektu, ale v uchování dynamické rovnováhy. Většina lidí západního myšlení v ostrém kontrastu k tomuto hledisku hledá způsob, jak se identifikovat s tou stránkou polarit, kterou považuje za pozitivní, a jak odstranit stránku negativní. V západní kultuře je velmi ceněna iluze o možnosti existence dobra bez přítomnosti zla, světla bez tmy a blaha bez strasti. Spirituální tradice Východu poukazují na to, že protikladné dvojice jsou výtvořem mysli.

Feng-Shui

*Feng Shui*¹ (doslova *vítr a voda*) je tradičním čínským uměním a vědou o životě v harmonii s okolním prostředím. Díky sblížení západní a východní kultury a díky snaze lidí ze Západu více pochopit východní spiritualitu a kulturnost máme dnes více než kdy jindy možnost seznamovat se s touto intuitivní východní technikou, pochopit její podstatu, která je vlastní všem bez rozdílu kultur, a využít jí při utváření krajiny, našich domovů a vůbec v celém našem životě.

Přes počáteční neznalost a odpor se i západní civilizace pomalu seznámila s tímto uměním a v mnohém si jej přivlastnila a přetvořila. Správné praktikování umění větru a vody by v sobě mělo skloubit tisíciletou znalost o fungování vztahů mezi nebem, zemí a člověkem, a pochopení našich kulturních tradic, které jsou rozdílné od tradic Východu. Při správném pochopení a užití tohoto umění nám budou nebeské síly nakloněny, což je pro nás výhodou, protože díky správné práci s energií dovedeme uspořádat náš domov tak, aby v něm životadárná energie pozvolna proudila. Pro jednotlivé místnosti platí různá pravidla, která nejdou zobecnit do té míry, aby nám jednoduchým způsobem dala návod na šťastný domov, protože vše je ovlivněno hlavně osobou, která je ústředním tématem celé úpravy. Z jejího horoskopu určujeme například, v jakém směru by při spánku měla být postel nebo jaké barvy použít pro posílení, popřípadě oslabení jednotlivých sektorů domova, správnou volbu doplňků a jednotlivé uspořádání prostoru. V současnosti tohoto umění začaly využívat i renomovaní architekti a to nejen při projektování rodinných domů, ale i staveb mostů a dálnic.

¹ Staročínská obdoba *geomantie*. Nauka o tom, jak správně umístit a orientovat budovy, okna a dveře či nábytek v místnosti, hroby atd., aby byly v souladu s prouděním *chi*.

Je jasné, že vybrané přínosy východních nauk na západní společnost mají vzhledem k rozsahu práce především ilustrativní charakter. Spíše než podrobný rozbor pozitivních vlivů Východu na západní svět bylo cílem kapitoly poukázat na možnosti, které tu jsou a které lze využít. To vše při uvědomění skutečnosti, kterou na jedné z přednášek *Fóra 2000* vyjádřil Peter Gabriel následovně: „Malíř, který nepoužívá jen jednu barvu, má bohatší výrazové prostředky. Když ale barvy míchá moc, vznikne jakési bahno, šedivý kal. Z toho důvodu si myslím, že potřebujeme nalézt rovnováhu mezi tím, nakolik věci mísit a nakolik je nechat oddělené.“ (10, z přepisu příspěvku Petera Gabriela, říjen 2000)

4. VYUŽITÍ PRVKŮ VÝCHODNÍCH NAUK V PRAXI VYCHOVATELE

Závěrečná kapitola si klade za cíl poukázat na možné využití některých prvků východních nauk ve výchově a vzdělávání. V jistém smyslu je tato část snahou o naplňování idejí *Rámcově vzdělávacího programu (RVP)*, který je osou reformy školství v České republice. Součástí RVP jsou i *průřezová témata*, která mají prostupovat celým vzdělávacím systémem a jedním z nich je také *multikulturní výchova*, o níž bude krátce pojednáno v úvodní části.

Součástí kapitoly je také *metodika*, která může být využita v praxi učitelů či vychovatelů. Cílem aktivit je nejen poskytnout žákům a učitelům informace, ale na základě prožitku je vést k porozumění odlišné kultury. Cenné poznatky k tomuto tématu jsem mj. získala na praxi v centru volného času *Tydlidům* v Nebovidech u Brna.

4.1 MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA

Multikulturalismus je pojmově stěží definovatelný. Obsahuje v sobě víru, že lidé s různými kořeny mohou žít pospolu a učit se porozumět obraznosti druhých. Usiluje o vzájemnou komunikaci a soužití přes hranice rasy, jazyka, rodu a věku bez předsudků či iluzí.¹ (16) Multikulturní problematika v sobě dnes neodmyslitelně zahrnuje i téma *multikulturní výchovy*. Prakticky vzato jde o přípravu na setkání s odlišnou sociální, politickou a ekonomickou realitou. Z pedagogického hlediska tento termín vyjadřuje snahy vytvářet

¹ *Multikulturalismu* se dostávalo největší publicity a pozornosti od konce 60. let dvacátého století především díky sebeuvědomovacímu či emancipačnímu procesu rasových, etnických a sexuálních menšin a dále i v kontextu feministického hnutí. Na americkém kontinentu šlo především o zdůrazňování skupinových charakteristik ve veřejných institucích, zatímco v Evropě bylo toto téma aktualizováno v souvislosti s problémy kulturní integrace neevropských přistěhovalců. (16)

prostřednictvím vzdělávacích programů způsobilost lidí chápat a respektovat i jiné kultury než svou vlastní. (17).

Není třeba zvlášť připomínat, že se jedná o tematiku vysoce aktuální zejména vzhledem k procesu vytváření postojů vůči rasově a etnicky rozrůzněným imigrantům, příslušníkům jiných národů či zahraničním studentům. V českém prostředí je dnes už téměř běžným jevem, že vedle sebe v jedné třídě sedí nejen děti české, ale i romské či vietnamské. Seznámit se s jejich kulturním prostředím se zdá být nevyhnutelné, neboť je to jediná cesta, jak překonat bariéry vyplývající z různorodosti, jak se vzájemně lépe poznat a porozumět si.

Vietnamci jsou podle oficiálních zdrojů třetí nejpočetnější skupinou cizinců v ČR.¹ Ve srovnání s občany jiných států Dálného východu jich u nás žije jednoznačně nejvíce. Do Čech přicházejí již od 50. let 20. st. Počet vietnamských dětí na českých školách reálně stoupá a vliv vietnamské kultury na české školství tak začíná být zjevný. Podobně vlivný je také romský prvek působící v českém školském prostředí. Je proto nezbytné si uvědomit, že každý žák si sebou potenciálně přináší do hodiny i problematiku vlastní kultury. Tyto interkulturní rozdíly však nemusejí nutně znamenat jen problémy. Naopak. Učitelé různých předmětů je mohou využít ve svůj prospěch, matematikou počínaje, filozofií a tělocvikem konče. Různé kultury skýtají i různý pohled na věc, každá kultura světa přispívá k utváření světového kulturního dědictví, mnohé informace tak pro nás mohou být nejen zajímavé, ale i využitelné, abychom je nemuseli objevovat vždy znovu. (Vzhledem k orientaci této práce je dobré chápat vietnamskou kulturu jako silně ovlivněnou konfucianismem, vliv východních nauk na české prostředí je tedy zcela reálný. S prvky Dálného východu se však můžeme setkat i při kontaktu s romskou komunitou. Vždyť „pravlastí“ Romů byla Indie, což je dodnes patrné např. v romském jazyce.)

Multikulturní výchova je svoji povahou dvourozměrný proces. Jednak směřuje k utváření pozitivního vnímání a hodnocení odlišných kulturních systémů a k přiměřenému chování ve vztahu k příslušníkům jiných kultur a dále jde o konkrétní vzdělávací programy přizpůsobené jazykovým, psychickým a kulturním potřebám etnických, rasových a náboženských minorit. Kromě toho však můžeme vyzdvihnout ještě jinou rovinu tohoto procesu. V úvodu ke knize *S vietnamskými dětmi na českých školách* na ni

¹ Vietnamci tvoří v ČR třetí nejpočetnější skupinu cizinců s trvalým a dlouhodobým pobytem, a to po Ukrajincích a Slovácích. V současné době žije v ČR podle posledního *Sčítání lidu, domů a bytů 2001 Českého statistického úřadu* cca 18 tisíc vietnamských občanů, odhady se pohybují kolem 35-40tisíc. Někteří vietnamští občané však odhadují zastoupení Vietnamců v ČR až na počet 60-70 tisíc. (18, str. 103)

upozorňuje PhDr. Jana Skácelová: „Současná doba, ve které dochází k setkávání lidí různých národů a kultur, může být pochopena i jako šance a prostor pro rozvíjení vzájemnosti a tím i lidskosti. Právě přes poznání druhých můžeme kultivovat sami sebe.“ (18, str. 8) Ano, znalost odlišných kultur učí žáky nejen toleranci a vzájemné spolupráci, ale může je samotné i značně obohatit. Východní kultury vychází z odlišné filozofické tradice i hodnot. Na rozdíl od západního světa velmi akcentují vztahy a společenství a také úctu k rodině a předkům. Tedy nejen pochopení a přijetí jinakosti, ale i vzájemná inspirace východu a západu může být velkou výzvou pro dnešní dobu.

Na závěr snad ještě připomeňme, že poznávání jiných kultur nemusí nutně znamenat *souhlas* s těmito kulturami, či přijetí nových hodnot. Při multikulturní výchově nikdy nejde o vytrhávání jedince z jeho lokální kultury, o pouhé přestování „světobčana“. Jak upozorňuje Stanislav Střelec, „jde spíše o rozvíjení vztahu k místní kultuře, spojeného s laskavým respektováním a tolerancí ke kulturám jiným, s hledáním společného. ... V žádném případě se nejedná o „obětování národního“, o smazání rozdílů mezi národními a etnickými kulturami, neboť to by znamenalo ve svých důsledcích zánik kultury vůbec.“ (19, str. 25)

3.2 VYBRANÉ AKTIVITY

Využití informací o jakékoli kultuře při vyučování může být velmi různorodé, a to od čtení cestopisů či zeměpisných atlasů přes aktivní práci s dětmi, které z dané kultury přímo pocházejí, až po vzájemnou spolupráci či diskuzi všech dětí ve třídě. Může sloužit spíše k výchovným či ke vzdělávacím účelům, k získání znalostí, prožitků i praktických zkušeností.

Práce s mandalou

Tematika: symbolika a uklidňující působení mandal, zamyšlení nad jedinečností každého člověka

Charakter: tvůrčí činnost, prezentace, diskuse

Trvání: 30 minut

Pomůcky: pastelky, předtištěné mandaly, ukázky mandalových obrazců (viz. Příloha č. 1)

Cíle: Uspořádání vnitřku mandaly souvisí s myšlenkami a úvahami na téma pořádek, chaos, spolupráce. Navozuje zklidnění, fyzické i psychické uvolnění a koncentraci. Z těchto důvodů je možné mandalu velmi dobře užít k sebepoznávání, které je základem cílené pracovní činnosti. Cílem aktivity je také poukázat na podobnost kulturních dědictví; děti si uvědomují, že v různých kulturách mohou existovat podobné symboly některých obrazců.

Popis: Učitel žákům ukáže kruhové obrazce několika mandal. Zdůrazní, že kruhový tvar mandaly provází člověka od nejranějších dob a že se objevuje v mnoha kulturách. Pedagog poukáže na skutečnost, že mandaly se vyskytují i v západní kultuře, například jako okenní růžice v gotických kostelech (ukázka viz. Příloha č. 2). Zdůrazní, že jde o jednu z nejrozvinutějších forem vyjádření mandaly pro své ojedinelé spojení světla, barvy a tvaru do jednoty.

Nyní učitel rozdá natisknuté tvary mandal a nechá žáky mandaly vybarvovat dle vlastní fantazie a vnímání barev. Vybarvování mandal má dvě jednoduchá pravidla:

1. Pro začátečníka je důležité, aby se držel ve vymezených hranicích a v tomto prostoru také dal volný průběh své fantazii.
2. Vybarvuje se vždy od vnějšího okraje směrem ke středu. Tato symbolika má ukázat cestu k vlastnímu nitru. (Někdy je v popisu mandaly doporučen jiný postup, ale to jsou výjimky.)

Pokud si žáci nevšimnou sami, upozorní učitel na ojedinelost každé z mandal a tím je nepřímo přivede k úvaze o jedinečnosti každého z nás.

Obměna: Mandaly lze vytvářet také pohybem. Tyto mandaly učí děti vnímat a objevovat tvorbu kruhu vlastním tělem, což podporuje a stimuluje hrubou motoriku, nebo jednotlivými částmi těla, tedy končetinami, trupem, hlavou. Při pohybových hrách situovaných do kruhu je vhodné pro lepší a rychlejší orientaci vymezit ohraničení kruhu konkrétními předměty (lanem, šátkem, polštářem). Později se děti při pohybových hrách postupně naučí vytvořit kruh - postojem, chytáním se za ruce, lehem, kleknutím, točením se po imaginárním obvodu kruhu. Tento typ her stimuluje orientaci v kruhu, zároveň učí vizuálně a motoricky vnímat kruhový prostor, jeho obvod, jádro a střed.

Poznámka: Mandala je symetrický diagram, soustředěný kolem svého středu a většinou rozdělený do čtyř stejných kvadrantů. V oblasti náboženských rituálů a v psychologii se za mandalu označují kruhové obrazy ztvárněné nejen kresbou, malbou, plastikou, ale i tancem. Nejstarší nám známé mandaly pocházejí ze severozápadní Číny a jsou datovány do devátého až desátého století našeho letopočtu. V Tibetu a Nepálu se objevují mandaly jako malby na hedvábné látce, které slouží jako pomůcka k meditaci. Buddhismus přikládá mandalám v rámci svých kultovních rituálů zcela centrální postavení a považuje je za důležitý prostředek ke sjednocení chaotických a rozptýlených sil člověka do jednoho středu po celé dějiny.

Závěr: Učitel shrne význam mandaly, zdůrazní, že se objevuje v mnoha kulturách. Pomocí mandal může člověk opět najít ztracenou cestu ke svému středu, k vnitřnímu zdroji síly, která opět sjednotí rozptýlenou duševní energii, a tím dá jeho bytosti celistvost. Kdybychom si mohli označit své místo

uprostřed světa, zvolili bychom vždy kruh s jasným středem. Proto nás pozorování nebo vytváření mandal může vést zpět k sobě samému.

Práce s mandalou přináší nečekané účinky i ve výchovné práci s dětmi. Každé dítě se setkává s mandalou už v začátcích svého kresebného snažení. Podvědomě koncentruje kresbu do kruhových tvarů, z nichž se později vytvářejí jednoduché obrazce např. dům, strom nebo slunce. Mandalový proces je charakteristický dvěma liniemi. V první jde o psychické prožívání, ve druhé o postupné poznávání hry v kruhu např. pohybové hry, smyslové cvičení, samotné vybarvování kruhové předlohy aj.

(zdroj: vlastní praxe v centru volného času Tydlidům)

Interkulturní diskuze

Tematika: různá témata, vedení interkulturní diskuse

Charakter: diskuse

Trvání: podle potřeby

Pomůcky: -

Cíle: Žáci se učí diskutovat o tématech, která mohou být různými kulturami, resp. jejich příslušníky vnímány jinak. Žáci si uvědomí, že zvyky, které na nás působí na první pohled exoticky, mohou být v prostředí jiných kultur velmi efektivní reakcí na životní podmínky. Žáci budou moci zvážit, co má česká kultura společného s kulturami jinými, čím jsou si podobní oni a cizinci, čím se lišíme.

Popis: Při této aktivitě je velmi vhodná přítomnost žáka jiné národnosti či jiné kultury než české. Učitel zvolí libovolné téma, které může být v různých (ve třídě zastoupených) kulturách vnímáno odlišně. Učitel po celou dobu diskuze dává pozor na to, aby byl prostor „mluvčích“ z obou kultur vyvážený. Nejprve se vysloví příslušníci zastoupených kultur a svůj názor důkladně zdůvodní. Tam, kde je to vhodné, učitel pobízí odůvodnění otázkami: Proč, z jakého důvodu se na to vaše kultura takto dívá, z čeho to plyne? Učitel se snaží dovést žáky nejen ke konkrétnímu poznání názorů a jejich odůvodnění, ale také k tomu, aby našli některé společné rysy obou kultur. Aby si uvědomili, že názory, hodnoty, zvyky, rituály, náboženství, ačkoli jsou odlišné, jsou vždy vytvářeny člověkem jako specifická reakce na své životní prostředí, která je ve svých podmínkách velmi účinná.

Poznámka: Pokud je ve třídě žák odlišné kultury (než majoritní), je velice důležité, aby nebyl automaticky považován za mluvčího dané kultury, protože

ji nemusí dobře znát, i když je jejím příslušníkem stejně, jako české děti nemusejí znát kulturu svou. Učitel by měl vymezit vzájemné role žáků ve třídě.

Závěr: Žáci mohou zažít zcela kulturně odlišnou argumentaci u témat a otázek, na které byla dosud podle nich odpověď jednoznačná. Učí se diskutovat na dané téma, naslouchat druhým, hájit své vlastní stanovisko.

(zdroj: Černík, J. a kol. *S vietnamskými dětmi na českých školách*, str. 207-208.)

Dětská jóga

Tematika: seznámení s novou pohybovou činností - jógou

Charakter: pohybová aktivita, hra, vyprávění

Trvání: dle potřeby

Pomůcky: podložka, tvarovatelné hračky, relaxační hudba

Cíle: Děti se při cvičení uvolní, nacvičují správné dýchání během pohybu, koordinaci, uvědomění si vlastního těla. Všestranně rozvíjí duchovní, citovou, rozumovou i tělesnou stránku osobnosti. U dětí se syndromem ADHD je jóga dobrým prostředkem k odstranění drobné nevyváženosti tělesné i psychické, zejména neklidu a nesoustředěnosti.

Popis: Základním aspektem této činnosti je motivace žáků. Nejznámějším druhem motivace při jakémkoliv cvičení je hlas učitele, dávajícího instrukce zároveň s příkladem fyzického pohybu, který děti napodobují. Proto je velmi vhodné, aby pedagog všechny cviky vykonával zároveň s dětmi. V první části cvičení se učitel zaměřuje na pohyby v rytmu dýchání a vysvětlí žákům důležitost správného dýchání, jako základního předpokladu dobrého zdraví. Pro lepší pochopení techniky může uvést přirovnání: Představte si uprostřed hrudníku bod, během výdechu se plíce smršťují ze všech směrů k tomuto bodu (zpředu, zezadu, shora i zdola) a při nádechu se od tohoto bodu rozpínají do všech směrů a toto vše se patřičně projevuje na povrchu trupu, což lze sledovat pohledem nebo hmatem. Žáci si mohou tuto skutečnost plně uvědomit při lehu na zádech. V této poloze si položí na hrudník papírovou lodičku a sledují její pohyb.

Ke konci činnosti učitel zařadí relaxační cvičení. Upozorní žáky na skutečnost, že v dnešní době je věnováno stále méně pozornosti kvalitnímu odpočinku. Za relaxaci se považuje sledování televize, poslech hudby, hraní počítačových her.

Ale to má se skutečnou relaxací společného jen málo. Při relaxaci je důležitá mysl, která by měla být zaměřena na vnímání pocitů, aniž by se zabývala čímkoliv jiným. Znamky dobrého uvolnění jsou podobné jako při spánku - pravidelné klidné dýchání, pohodlná poloha bez pohybu, bezvládné končetiny. Nyní pedagog názorně předvede relaxační polohy a cviky.

Závěr: Jógová cvičení jsou zaměřena na správné držení těla, dýchání a relaxaci a jsou založena na uvědoměném pohybu. Pedagog žáky upozorní, že působí také na proces učení. Zlepšují pozornost a paměť.

(zdroj: vlastní praxe v centru volného času Tydlidům)

Jin a jang - učení rovnováže

Tématika: filozofie Dálného východu, polarita vnímání světa, vietnamská tradiční kultura

Charakteristika: diskuze

Trvání: 20 minut

Pomůcky: obrázek Am Duong (viz. Příloha č. 3)

Cíle: Žáci poznají původ a význam známého a v současné době často používaného symbolu jin a jang. Uvědomí si, že každá věc či situace může mít pro jednoho člověka výhody, že každý z lidí může na věc nahlížet z jiného (opačného) úhlu pohledu. Jsou upozorněni na to, že opačné aspekty spolu velmi úzce souvisí, a tak lépe pochopí, jak důležitá je rovnováha.

Popis: V úvodu si děti prohlédnou obrázek Am Duong - symbol vepře. Učitel se zeptá žáků, co na obrázku vidí, co to podle nich znamená. Probere s žáky co znamená symbol vepře (prasete) v tradiční české kultuře, v současnosti, co asi znamená ve Vietnamu (viz. poznámka) Pokud si žáci nevšimnou sami, upozorní učitel na symboly jin a jang (vietnamsky Am Duong). Zeptá se žáků, zda symbol už někde viděli a kde, jaký má podle nich význam. Upozorní žáky na to, že se tento symbol používal tradičně i ve Vietnamu. Vysvětlí žákům jeho význam. Pro názornost se může učitel např. zeptat: Kdo rád a kdo naopak nerad chodí do školy? A proč? Komu může přinést užitek stavba supermarketu v krásném parku? Žáci si tak lépe uvědomí, že jedna věc může být jedním hodnocena kladně, zatímco druhý ji vnímá záporně, že pozitivní si nemůžeme uvědomit bez negativního zároveň.

Pedagogický pracovník může dále rozvinout diskuzi a hledat s žáky cesty, jakými se vzájemné kultury ovlivňují, co si navzájem přinášejí. V případě

kultury vietnamské a kultury Dálného východu můžeme hovořit o vzniku kompasu, o dávném vzájemném obchodu s Římany a obyvatel jihovýchodní Asie, o vzniku střelného prachu a ohňostroje, o vnímání protikladů jako nedílné součásti jedné skutečnosti, o využití rýže, koření, ovoce. Není totiž samozřejmostí, že si děti uvědomují, co všechno ze současné kultury pochází z prostředí, odkud vietnamské děti pocházejí.

Poznámka: Starověcí Číňané si představovali, že celý vesmír a v souvislosti s ním i každý člověk a jeho životní pochody mají v sobě dva zápasící, ale současně spolupůsobící a neodlučitelné prvky, lépe řečeno dvě formy existence: jin a jang. Jin a jang tvoří komplex, který má dynamickou povahu, je v neustálém pohybu, ve stálé dynamické proměně, ale vždy tak, aby splňovaly podmínky rovnováhy.

Prase je tradičně ve Vietnamu symbolem blahobytu, bohatého rodinného zázemí, hojnosti a klidného rodinného života.

Závěr: Vychovatel shrne význam symbolu Am Dugong. Ten v zásadě vyjadřuje následující skutečnosti: Na všem existuje něco pozitivního i negativního. Protiklady (dobro-zlo, den-noc, žena-muž, černá-bílá) se vylučují jen v myšlení lidí, ale ve skutečnosti nikoliv. Nemohou existovat jeden bez druhého. Každou věc či jev lze posuzovat z hlediska existence dvou vnitřních protikladů. Je-li příliš pozitivního, je to negativní. Je-li příliš negativního, je to pozitivní. Pozůstatkem tradičního vnímání dichotomie světa je ve slovanské, potažmo české kultuře otázka dobra a zla.

(zdroj: Černík, J. a kol. *S vietnamskými dětmi na českých školách*, str. 198-199)

Na co se v praxi vyplácí zaměřit především výchovu k toleranci? Na to, aby si žáci uvědomili, že na základě své osobní zkušenosti s několika jedinci odlišné skupiny nemohou soudit skupinu celou. Pedagog by měl pracovat se skutečností, že na každou situaci může existovat celé spektrum názorů z pohledu nejen individuálních postojů, ale také z pohledu různých kultur, resp. skupin. Xenofobie a rasismus často vycházejí z obav žáků, ze slabé motivace a nevědomosti. Pokud se pedagogovi podaří předat žákům fakta o odlišné kultuře dané skupiny, nové informace, širší souvislosti, podaří se mu vzbudit u žáků zájem o odlišnou skupinu, může velice přispět ke zlepšení atmosféry ve své třídě, je-li třeba, ale také v celé společnosti. Je velmi důležité zvažovat, zda předsudky, stereotypy či jiné skupinové charakteristiky (například potvrzené vědeckým či statistickým výzkumem) vypovídají skutečně o celé skupině, nebo jen o subjektivním názoru toho, kdo předsudky či skupinové pojmy používá.

ZÁVĚR

S prvky Východu se v poslední době můžeme setkat téměř "na každém kroku", takže se na první pohled může zdát, že východní kultura je naší západní civilizaci blíže než kdykoli před tím. Cvičíme jógu pro lepší kondici, využíváme akupunkturu, stravujeme se v asijských bystrech a restauracích, zakládáme čajovny, navštěvujeme kurzy tchaj-ti, cestujeme na Dálný východ načerpat atmosféru Orientu. Jsou však tohle skutečné přínosy východního světa našemu světu západnímu? Nebo se setkáváme spíše s takovými aspekty východních kultur, které jsou dobře využitelné ke komerčním účelům a jsou tak jen jinou formou zábavy a rozptýlení? Nejen na tuto otázku, ale i na mnohé jiné, jsem snažila odpovědět ve své bakalářské práci.

První část práce se zabývá stručnou historií vzájemných kontaktů a pronikání východních vlivů do západního světa. Nerozšířenějším naukám, jmenovitě hinduismu, buddhismu, taoismu a konfucianismu, jejich charakteristice, seznámení s představiteli a učením se věnuje druhá kapitola. Třetí část práce se zamýšlí nad krizí současného světa. Ukazuje, že východní holistická perspektiva nám může pomoci při odstraňování chyb, kterých jsme se dopustili ve snaze pojmát svět přísně rozděleně, nikoli jako celek, ve kterém každá složka interaguje se zbylými. Tento „omyl Západu“ se dnes nejvíce zrcadlí v hluboké ekologické i morální krizi.

Ústředním tématem třetí kapitoly a vlastně i celé bakalářské práce je zvážení přínosů východních nauk pro západní svět. Vzhledem k tomu, že východní a západní civilizace vyrůstají na odlišném kulturním základě, jsem přesvědčena, že lze hlavní přínos spatřovat především v jejich vzájemném obohacování. Jsme svědky toho, jak se v mnohých oblastech dostává naše západní poznání do

„slepé uličky“, a zdá se, že využití několik staletí ověřovaných poznatků východních nauk nám může v mnohém ukázat nový směr, kterým se ubírat. V současném globálním světě se jednotlivé civilizace nevyvíjejí odděleně, ale navzájem se ovlivňují a ve své podstatě je jedna na druhé závislá. Východ stále potřebuje techniku a sílu Západu a Západ potřebuje mysticko-náboženskou složku Východu.

Závěrečná část práce poukazuje na možné využití některých prvků východních nauk ve výchově a vzdělávání. Součástí kapitoly je také metodika, kterou je možné použít v praxi vychovatelů či učitelů. Domnívám se, že může být velmi přínosné seznámit žáky s východním způsobem myšlení i jeho přínosy a naučit je tak vnímat svět holisticky, totiž že vše souvisí se vším - duševní s tělesným, živé s neživým, dobré se zlým. Nicméně je třeba zdůraznit, že ačkoliv je působení Východu na Západ silné (a to obzvláště u mladých lidí), je důležité zachovat si dostatek rozvahy. Nemůžeme si jednoduše dovolit luxus posadit se do meditační polohy a zůstat tak věčně. Přestože ve všech orientálních filozofických a náboženských proudech existují užitečné prvky, musíme se naučit je přirozeným způsobem rozlišovat, což nám umožní zachovat si pozitivní stránky uspořádání našeho západního světa.

RESUMÉ

Bakalářská práce nese název *Přínos východních nauk pro západní společnost*. První kapitola se zabývá vývojem vzájemných kontaktů východní a západní civilizace od starověku po současnost. Druhá kapitola seznamuje s vybranými systémy Dálného východu, jmenovitě s buddhismem, hinduismem, taoismem a konfucianismem s jejich nejrozšířenějšími naukami, hlavními myšlenkami, základními texty a nejvýznamnějšími představiteli. Třetí část se snaží odpovědět na otázky, zda mohou východní nauky ovlivnit západní chápání světa. V čem mu mohou být inspirací a přínosem a nakolik východní nazírání na svět ovlivňuje západní způsoby myšlení, chování či prožívání. Závěrečná kapitola se mimo jiné věnuje tématu multikulturní výchovy a poukazuje na možné využití některých prvků východních nauk ve výchově. Z těchto důvodů je součástí bakalářské práce metodika, která může být využita v praxi učitelů či vychovatelů.

ANOTACE

Bakalářská práce nese název *Přínos východních nauk pro západní společnost*. Věnuje se historii vzájemného vztahu východní a západní kultury, stručně seznamuje s nejrozšířenějšími naukami Východu, jejich základními tezemi a představiteli. Mimo jiné se snaží odpovědět na otázky, v čem mohou být východní nauky inspirací a přínosem Západu. Závěrečná kapitola pak poukazuje na možnosti využití vybraných aspektů východních nauk v praxi vychovatele. Proto je součástí práce i stručná metodika s několika aktivitami zaměřenými na multikulturní výchovu.

Klíčová slova

Východní nauky, buddhismus, hinduismus, taoismus, konfucianismus, náboženství, západní společnost, kultura, multikulturní výchova, krize Západu, hledání východisek, paradigma

Annotation

This Bachelor's Work is called "The Contribution of the Eastern Teachings on the Western Societies". This Work is concentrated on the mutual relationship between the East and the West cultures. Further it makes the brief introduction

of the most spread Eastern teachings, their basic doctrines and their main teachers and representatives. The closing chapter points out the possible use of the selected aspects of the Eastern teachings for the educationalists common work. Consequently the Work includes the brief methodology comprising a few selected activities oriented on the multicultural education.

Keywords

Eastern teachings, Buddhism, Hinduism, Taoism, Confucianism, religion, Western society, culture, multicultural education, Western society crises, search for solutions, paradigm.

SEZNAM LITERATURY :

1. CAPRA, F. *Bod obratu*. 1. vyd. Praha: DharmaGaia a Maťa, 2002, 515 s. ISBN 80-85905-42-6
2. CAPRA, F. *Tao fyziky: paralely mezi moderní fyzikou a východní mystikou* Praha: DharmaGaia a Maťa, 2003, 364 s. ISBN 80-86-685-10-1
3. ČAPEK, V., PÁTEK, J. *Světové dějiny I*. 1. vyd. Praha: Fortuna, 1993, 173 s. ISBN 80-85298-83-4
4. ČERNÍK, J. a kol. *S vietnamskými dětmi na českých školách: multikulturní inspirace*. Jinočany: H & H, 2006, 221 s. ISBN 80-7319-055-9
5. GJAMCCHO, T., CARRIÈRE, J., C. *Síla buddhismu: nenásilí a soucítění*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 1996, 200 s. ISBN 80-204-0562-3
6. HOUBLER, T., HOUBLEROVÁ, D. *Konfucianismus*. Praha: NLN, 1997, 129 s. ISBN 80-7106-190-5
7. JONÁŠ, J. *Křížovka života*. 3. vyd. Most: Dialog, 1990, 268 s. ISBN 80-85194-03-1
8. KONEČNÝ, J., KONEČNÁ, A. *Taiči tradiční čínská cvičení*. Olomouc: Votobia, 2000, 179 s. ISBN 80-7198-422-1

9. KÖNIG, F., WALDENFELS, H. *Lexikon náboženství*. Praha: Victoria publishing, a. s., 1994, 640 s. ISBN 80-85605-51-1
10. KNOTKOVÁ-ČAPKOVÁ, B. a kol. *Základy asijských náboženství I. Díl*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005, 269 s. ISBN 80-246-0832-4
11. KNOTKOVÁ-ČAPKOVÁ, B. a kol. *Základy asijských náboženství II. Díl*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2002, 156 s. ISBN 80-246-0994-0
12. LÜBECK, W. *Základní kniha o reiky*. Praha: Pragma, 1990, 121 s. ISBN 80-852113-47-8
13. PRŮCHA, J. *Multikulturní výchova. teorie, praxe, výzkum*. Praha: IVS nakladatelství, 2001, 211 s. ISBN 80-85866-72-2
14. RŮŽIČKA, R., SOSÍK, R., WANG, Y. *Tradiční čínská medicína v denním životě*. 1. vyd. Olomouc: Poznání, 2002, 397s. ISBN 80-86606-06-6
15. SEKOT, A. *Sociologie v kostce*. 2 vyd. Brno: Paido, 2004, 206 s. ISBN 80-7315-077-8
16. SVÁMÍ, A. *Psychoterapie východu a západu: sjednocující paradigma*. 1. vyd. Praha: Chvojko nakladatelství, 2000, 194 s. ISBN 80-86183-18-1
17. STRIG, H., J. *Malé dějiny filozofie*. Praha: Zvon, 1991, 510 s. ISBN 80-7113-041-9
18. STŘELEČEK, S. *Studie z teorie a metodiky výchovy*. Brno: Masarykova univerzita, 2002, 155 s. ISBN 80-86633-00-4
19. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 1. a/f*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1996, 787 s. ISBN 80-85841-312
20. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 2. g/l*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1997, 700 s. ISBN 80-85841-3319
21. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 3. m/r*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1996, 740 s. ISBN 80-85841-35-5
22. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 4. ř/ž*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1996, 717 s. ISBN 80-85841-37-1

23. WATTS, A., W. *Cesta zenu*. 1. vyd. Olomouc: Votobia, 1995, 220 s. ISBN 80-900614-8-6

ČASOPISY A JINÉ ZDROJE :

24. HÁJEK, P. *Cvičíme jógu s dětmi*. Informatorium, 2006, 5, s. 14-15.

INTERNETOVÉ ZDROJE :

25. <http://www.fengsuej.com/>

26. <http://www.forum2000.cz/>

27. <http://www.help24.cz/>

28. <http://wikipedia.infostar.cz/>

ODKAZOVÝ APARÁT:

1. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 2. g/l*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1997.
2. KNOTKOVÁ-ČAPKOVÁ, B. a kol. *Základy asijských náboženství I. Díl*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005.
3. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 1. a/f*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1996.
4. SVÁMÍ, A. *Psychoterapie východu a západu: sjednocující paradigma*. 1. vyd. Praha: Chvojkovo nakladatelství, 2000.
5. WATTS, A., W. *Cesta zenu*. 1. vyd. Olomouc: Votobia, 1995.
6. *Všeobecná encyklopedie Diderot Díl 4. ř/ž*. 1. vyd. Praha: Nakladatelský dům OP, 1996.
7. KNOTKOVÁ-ČAPKOVÁ, B. a kol. *Základy asijských náboženství II. Díl*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2002.
8. HOOBLER, T., HOOBLEROVÁ, D. *Konfucianismus*. Praha: NLN, 1997.
9. GJAMCCHO, T., CARRIÈRE, J., C. *Síla buddhismu: nenásilí a soucítění*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 1996.

10. [http://www. forum 2000.cz/](http://www.forum2000.cz/)
11. CAPRA, F. *Tao fyziky: paralely mezi moderní fyzikou a východní mystikou* Praha: DharmaGaia a Maťa, 2003.
12. JONÁŠ, J. *Křížovka života*. 3. vyd. Most: Dialog, 1990
13. RŮŽIČKA, R., SOSÍK, R., WANG, Y. *Tradiční čínská medicína v denním životě*. 1. vyd. Olomouc: Poznání, 2002.
14. LÜBECK, W. *Základní kniha o reiky*. Praha: Pragma, 1990.
15. KÖNIG, F., WALDENFELS, H. *Lexikon náboženství*. Praha: Victoria publishing, a. s., 1994.
16. SEKOT, A. *Sociologie v kostce*. 2 vyd. Brno: Paido, 2004.
17. PRŮCHA, J. *Multikulturní výchova. teorie, praxe, výzkum*. Praha: IVS nakladatelství, 2001.
18. ČERNÍK, J. a kol. *S vietnamskými dětmi na českých školách: multikulturní inspirace*. Jinočany: H & H, 2006.
19. STŘELEČEK, S. *Studie z teorie a metodiky výchovy*. Brno: Masarykova univerzita, 2002.

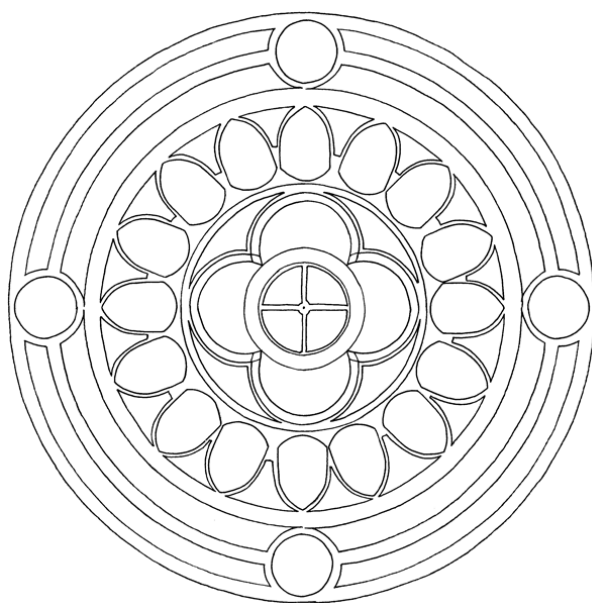
SEZNAM PŘÍLOH:

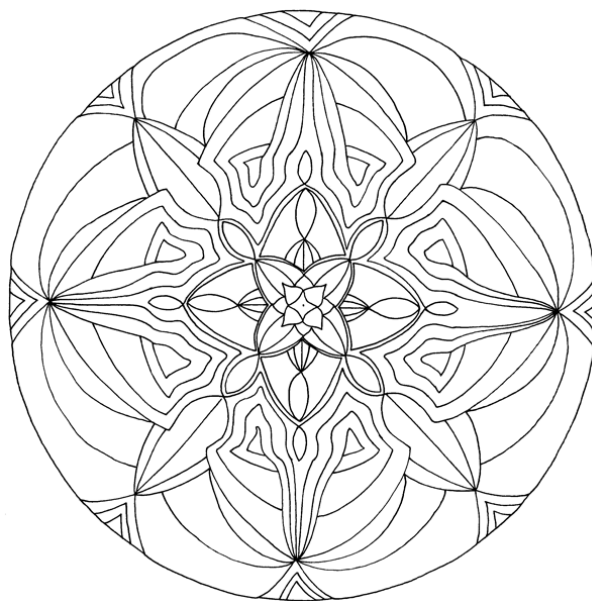
Příloha č. 1: Ukázky madalových obrazců

Příloha č. 2: Ukázka gotické rosety

Příloha č. 3: Am Duong

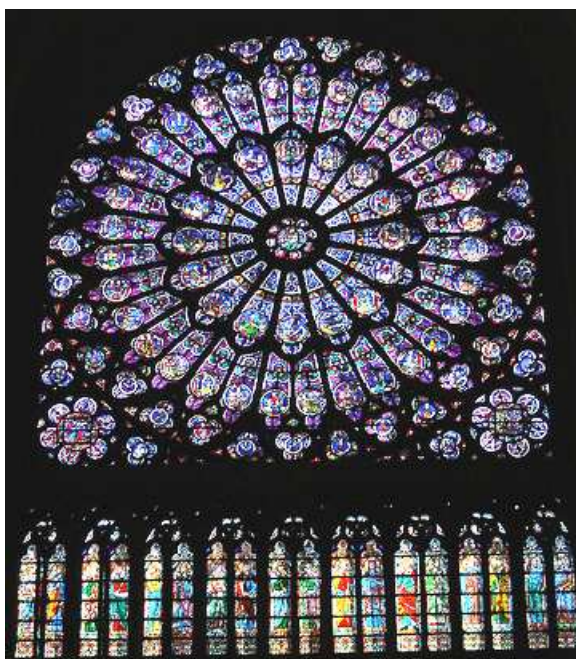
PŘÍLOHA č. 1: Ukázky mandalových obrazců





(zdroj: <http://www.help24.cz/>)

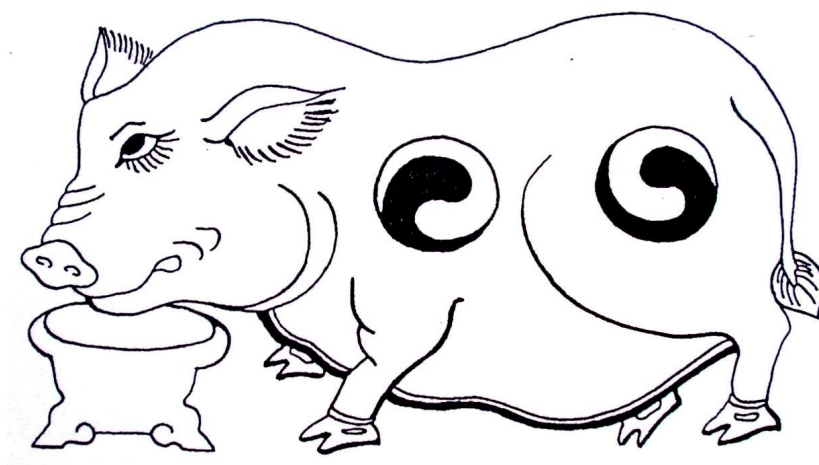
PŘÍLOHA č. 2: Ukázka gotické rosety



Okenní růžice v katedrále Notre Dame, spojení barvy, světla a tvaru do jednoty.

(zdroj: <http://wikipedia.infostar.cz/>)

PŘÍLOHA č. 3: Am Duong



Am Duong: Vietnamský tradiční dřevorez

(zdroj: Černík, J. a kol. *S vietnamskými dětmi na českých školách*, str. 199.)