

Erich Fromm:

Z E N - B U D D H I S M U S A P S Y C H O A N A L Y Z A
=====

(Výtah z knih Ericha Fromma, Psychoanalysis and Religion, New York 1950
a Erich Fromm - D.T.Suzuki, Zen Buddhism and Psychoanalysis, London 1960.)

Psychoanalyza a náboženství
Suzuki, Přednáška o zenbuddhismu
Psychoanalyza a zenbuddhismus
Povaha vědomí
Dereprese a osvětlení

"What I object to is regarding the intellect
as the ultimate reality itself. The intellect
is needed to determine, however vaguely, where
the reality is. And the reality is grasped on-
ly when the intellect quits its claim on it".

D.T. Suzuki

"Slova, která jsou pravdivá, se zdají být pa-
radoxní".

Lao Tse

Hebrejský text (Ex 3-13-14) odpovídá boha Mojžíšovi na otázku, kdo je bůh? "Ehje asher ehje" nemusí být přeložen "Jsem který jsem", ale podle smyslu je to spíše: "Mé jméno je bezejmenný". Mojžíš chce vědět jméno boha a dovídá se je tedy s jakousi ironií boha vůči člověku. Tento text má zvláštní význam ve Frommově interpretaci, protože náboženství se zde objevuje jako zapomenutá řeč o životním smyslu. Fromm vidí základní problém náboženství a jeho stavu v současných podmínkách v tom, že zbožní člověk naší doby, tržně orientovaný spotřebitel (commodity man) se zapomněl ptát na svůj smysl a klást tuto velkou otázku. Fromm nevidí možnost návratu k náboženství a správně zdůrazňuje význam oné otázky životního smyslu jako otázky moderní psychologie, vědy o zdokonalení člověka, vědy kultivující jeho specificky lidské rysy lásky, rozumu, vědění, hodnot. Jméno zvyklí identifikovat náboženství s monoteismem. Buddhismus, konfucianismus a totalismus jsou však náboženství bez boha, proti nimž selhává ateistická argumentace. Náboženství je "jakýkoli systém myšlení a jednání, sdílený nějakou skupinou, systémem, který dává jednotlivci orientační rámec a objekt uctívání". (Erich Fromm, Psychoanalysis and Religion, New York 1950, str.21.) V tomto všeobecném smyslu má každá kultura své náboženství.

Fromm liší mezi autoritativními náboženstvími (v nichž jde o moc a poslušnost) a humanitními (kde jde o člověka a rozvoj lidskosti) jako v buddhismu, taoismu, v Sokratovi, Izaiáši, Ježíši, Spinozovi, Hegelovi). Jestliže náboženská učení přispívají růstu, síle, svobodě a štěstí svých vyznavačů, pak jsou plody lásky. Jestliže přispívají k utlumení lidských možností, k neštěstí a nedostatku tvořivosti, nevznikla z lásky, bez ohledu na záměr dogmat. Základní spojující myšlenka psychoanalýzy a náboženství tkví v tom, že nejen náboženství, ale i psychoanalýza chce pochopit lidskou realitu za myšlenkovým systémem, onu realitu, která je ve všech velkých náboženských systémech. Analytická terapie je v podstatě pokusem pomoci pacientu získat nebo znovu získat schopnost milovat. Sleduje tedy obdobný cíl jako náboženství. Na rozdíl od Freuda, pro něhož bylo náboženství kolektivní neurosou dětství lidstva, Frommovi je "neurosa soukromou formou náboženství". Oproti tvrzení, že věda i psychoanalýza ohrožují náboženství zdůrazňuje Fromm, že hrozbou není věda, ale praxe každodenního života moderních lidí. Ohrožení náboženského postoje netkví ve vědě, ale v převládajících praktikách denního života. Člověk přestal hledat sám v sobě nejvyšší účel života a stal se nástrojem, sloužícím ekonomické mašinerii, kterou vytvořily jeho vlastní ruce. Zajímá se spíše o výkonnost a úspěch než o štěstí a růst své duše.

Specifičtěji řečeno, orientace, která nejvíce ohrožuje náboženský postoj je to, co jsem nazval "tržní orientací" (marketing orientation) moderního člověka. Tržní orientace převládá jako charakteristický model člověka jen v moderní éře. Na trhu osobností se objevují všechna zaměstnání, povolání a stavy. Zaměstnanec, zaměstnavatel a svobodné povolání - každý co do materiálního úspěchu závisí na osobním přijetí u těch, kteří použijí jeho služeb. Zde, právě tak jako na trhu zboží, užitná hodnota neurčuje hodnotu směnnou. "Osobnostní faktor" má převahu nad dovedností při určení tržní ceny a nejčastěji hraje určující roli. Postoj člověka k sobě samému je nevyhnutelně určován těmito měřítky úspěchu. Jeho pocit sebeoceny není založen především na hodnotě jeho sil a na způsobu jakým jich používá dané společnosti. Závisí na prodejnosti na trhu nebo na názorech, které druzí mají o jeho "přitažlivosti". Má sám se sebou zkušenost jako se zbožím, určeným k tomu, aby přitahovalo za nejvýhodnějších, nejnákladnějších podmínek. Čím je nabízená

cena vyšší, tím je vyšší utvrzení jeho hodnoty. Výchova a vliv masových prostředků v něm upevňuje tuto představu úspěchu. Nepřekvapí, že za těchto podmínek musí těžce trpět smysl člověka pro vlastní hodnotu. Podmínky pro jeho sebe-ocenění jsou mimo jeho kontrolu. Člověk závisí na souhlasu druhých a neustále jej potřebuje; bezmocnost a nejistota jsou nevyhnutelnými důsledky. V tržní orientaci ztrácí člověk svou vlastní identitu, stává se odcizeným sám sobě. Je-li nejvyšší hodnotou člověka úspěch, jestliže láska, pravda, spravedlnost, něha, slitování nemají pro něj význam, pak může vyznávat tyto ideály, ale neusiluje o ně.

Problém náboženství není problémem boha, ale problémem člověka. Náboženské formulace a náboženské symboly jsou pokusy dát výraz určitým druhům lidské zkušenosti. Na čem záleží je povaha těchto zkušeností. Zatím co člověk nemůže dělat platná zjištění o pozitivním, o bohu, je možné dělat taková určení o negativním, o idolech. Není čas přestat argumentovat o bohu a spojit se k demaskování současných forem idolatrie? Dnes to není Baal a Astarta, ale deifikace státu a moci v autoritativních zemích a deifikace stroje a úspěchu v západní kultuře, které ohrožují nejcennější duchovní statky člověka.

Frommův zájem o otázky náboženství se projevuje zejména v knize Psychoanalysis and Religion (1950). Rozvinutá a obohacená koncepce této knihy se pak objevuje

konfrontací s přednáškami vedoucího představitele amerického zenového buddhismu, D.T. Suzukiho, jehož názory dále stručně reprodukuje. Třeba poznamenat, že buddhistická sekta Zen je původně čínská, pak japonská varianta filosoficko-poeticky chápáního Buddhova učení, jež v poslední době budí pozornost mnoha amerických intelektuálů.^{x)}

Základní rysy Buddhova učení (nar.mezi 556-544 p.n.l.) lze stručně vyjádřit poznáním (jehož se Buddhovi dostalo jako náhlého zjevení pod fíkovníkem), že hlavní břemeno lidské existence, strach, má tři konkrétní příčiny:

1. přání žít, vlastnit, dosáhnout něčeho, sobecké přání, které člověka zatvrzuje a učí pohrdat druhými (symbol: zelený had žádosti),
2. neovládání, nedostatek sebevýchovy, selhání vůle a ušlechtilých citů před vášněmi a touhou po pomstě (symbol: červený kohout hněvu),
3. nevědomost o přírodě, o své povaze, o kosmických zákonech světa, záměna iluze za skutečnost, domněnka o trvalosti Já (symbol: bílý vepř nevědomosti).

D.T. SUZUKI, Lectures on Zen-Buddhism

Východní básník Basho (1644-1694) napsal kdysi tuto sedmnáctislabičnou báseň:	
When I look carefully,	A když se dobře podívám
I see the nazuna blooming	vidím v křoví
By the hedge!	květ nazuny!

Západní básník Tennyson vyjadřuje podobný motiv takto:	
Flower in the crannied wall	Květe v rozpukané stěně
I pluck you out of the crannies	vytrhnu Tě z štěrbin
Hold you here, root and all, in my hand	a podržím tě v ruce i s ko- řeny
little flower - but if I could understand	květinko - avšak kdybych rozuměl

x) Maurice Percheron, La Vie Merveilleuse du Bouddha, Paris 1956.

What you are, root and all, and all
in all,
I should know what God and Man is.

co jsi, i s kořeny, se vším,
a jako celek v celku
pak bych věděl co je Bůh a
co je člověk.

Všimněme si rozdílného postoje obou básníků ke květině. Východní básník, Basho, je naplněn citem pro přírodu, s poeticky mystickou otevřeností vidí v každém květu kosmos, přesahující člověka. Západ by tento postoj nazval křesťanskou láskou. Basho se jen dívá na květinu, ani se jí nedotkne a netrhá ji. Basho nedává svému citu pojmový výraz, kromě vykřičníku na konci, a jeho cit je plný a hluboký. Západní básník Tennyson je aktivní a analytický. Nestará se o osud květiny, ukojí svou zvědavost, utrhne ji a zkoumá ji za živa. Je to jakási vivisekce, Východ mlčí, ale jeho mlčení není němé, je výmluvné. Západ miluje verbalismus, je výmluvný slovy. Basho cítí tajemství, které jde ke zdrojům existence a neptá se. Tennyson se ptá nad vadnoucí květinou, zda jí rozumí. Basho přijímá, Tennyson oslovuje. Tennyson je mimo boha a člověka, neidentifikuje se s nimi, je "vědecky objektivní". Basho je subjektivní v požívání přírody. Tennyson musí intelektualizovat svůj cit, musí abstrahovat od konkrétní zkušenosti. Tito dva básníci charakterizují dva základné různé přístupy k realitě - západní a východní.

V přístupu básníků ke květině se zračí dva přístupy k realitě, přístup vědců a přívrženců Zen. Pro lidi Západu je květina objektem vědeckého poznávání, je podrobena různým druhům rozboru, botanického, chemického, fyzikálního. Z různých aspektů ji lze analyzovat - vyčerpát předmět s hlediska vědy. Základní přístup vědy je přístup k popisu objektu. Ale byl tím objekt vysvětlen? Ne. Zenový přístup je jiný: ustoupit od objektu a vidět jej zevnitř. Poznat květinu znamená stát se květinou. Pak ji poznávám a pak ke mně mluví. A zároveň s tím, jak poznávám květinu, poznávám tajemství vesmíru, včetně tajemství sebe. Poznáváje květinu, poznávám sebe. Zenovým přístupem k realitě je tvořivé poznání. Vědecký přístup zabíjí, vraždí objekt a pítvá mrtvolu. Skládá části, aby reprodukoval původní živé tělo, což je nemožné. Cesta Zen zachovává život jako život, noří se do nitra reality a ke zdrojům tvořivosti. Zde je zenové nevědomí. Basho je má, když oživuje květinu. Přivádí ji k vědomí, kdežto Tennysonovi uniká. Vědec zabíjí, umělec oživuje.

Věda se snaží převést vše na kvantitativní měření, na funkce určitých pravidel, ale nemůže postihnout nevědomí, které musíme cítit. Tento pocit existence je pocitem zahrnujícím vše, co můžeme chápat naší fragmentární existencí, která teprve tím nabývá na plném významu. Chápeme, že nežijeme zbytečně. Věda nám tento pocit bezpečí nemůže dát. Nejme všichni vědci, ale jsme všichni rození umělci života. Nejme-li jimi, ptáme se na smysl života. Umělec života má vše co potřebuje, má to od narození, má své tělo jako nástroj, jímž tvoří, podobně jako malíř plátno. Umělec života si vládne. Jeho já není zaujato omezeními egocentrické existence:

While alive
Be a dead man
Thoroughly dead
And act as you will
And all will be good

Jsi-li na živu
Buď mrtev
Důkladně mrtev
Pak dělej co chceš
A vše bude dobré

Bunan XVII. stol.

Milovat (boha) znamená nemít já, být mrtev, být osvobozen od motivací vědomí, bez komplikované ideologie civilizovaného člověka, být identický s kosmickým nevědomím, bohatě cítit a svým vědomím bezprostředně splývat s přírodou. Jaká je povaha tohoto kosmického nevědomí? Je to "rozum nebe a země", smysl všech věcí. Zenový postoj

je tedy subjektivní, mimo-vědecký, liší se od vědy, která se bojí být subjektivní, a která se nesmí identifikovat s objektem bádání.

Právě proto, že se věda neidentifikuje s objektem bádání, vytýká Suzuki, že "vědecké poznání Já není skutečným poznáním, pokud objektifikuje Já" ("Scientific knowledge of the Self is not real knowledge as long as it objectifies the Self"). Já musí být postiženo zevnitř, ne z vnějšku. Já je v oblasti absolutní subjektivity, já je centrum kruhu, který nemá obvod, je to prázdnota, je to nula i nekonečno, bod i kruh, je vědecky nepostižitelné. Osobnost v pojetí západu je výzva a odpověď, akce, je vždy v jednání, mimo rovnováhu, v dialektickém napětí, ve stálé kontradikci. Ale existence (já) podle zen-buddhismu je trvalé nalézání relativních řešení a kompromisů, není to jen akce, je to intelektualizované já, ne vlastní Já. Co se vypovídá o já, není Já, ale jen zájmeno. Když se jeden mnich ptal mistra "Co je mé já?", mistr řekl: "Vidíš cypřiš v zahradě?" Čili: nejde o slova, jde o to, co jsme, co vnímáme. Odpověď je v cypřiši, který vidíš, ne ve slovech. Tak zachycuje Zen Já jako osu bytí, která je vždy zde, i když není objektivována. Zen ji učí postihnout. To je rozdíl mezi vědou a Zen. Zen nemá nic proti vědeckému přístupu k realitě, upozorňuje jen, že je to jeden z možných přístupů. Theologové a psychologové, kteří hovoří o Já jako o svazku následujících dojmů, nebo jako o souboru idejí, nebo o dynamické totalitě subjektivní zkušenosti, se vzdalují od Zen, jenž je centripetální a subjektivní, zatím co věda je centrifugální a objektivní. Člověk není sám a má smysl, není oddělen od ostatní existence - to je hledisko Zen. Kde se zdůrazňuje individualismus, tam převládá nálada napětí, není svobodné spontaneity, ale těžká nálada zábran. Já je ruinováno. Toto hledisko není v Zen vyjadřováno soustavným způsobem, ale v jakýchsi hádankách, podobenstvích, v tak zvaných koan.

Koan je problém, hádanka k řešení, cesta k přiblížení se ke kosmickému nevědomí, je to metoda Zen. Absurdní hádanky mají za cíl ukázat nedostatečnost rozumu, jsou to paradoxy, které uvádějí intelekt do stavu napětí. Cílem příběhu, otázky, paradoxní situace je upozornit, že problémy se neřeší intelektem, že je třeba je řešit celým tělem. Příklad koan: "Přátelé Chaosu vděčili za mnohé ze svých úspěchů Chaosu a chtěli se mu odvděčit. Poradili se a došli k závěru. Zjistili, že Chaos nemá žádné smyslové orgány, jimiž by mohl určovat vnější svět. Jednoho dne mu tedy dali oči, druhého dne nos a za týden skončili dílo přetvoření Chaosu v cítící osobnost, jakou byli oni sami. Zatím co si navzájem blahopřáli k úspěchu, Chaos zemřel".

Chuang-tse, III. stol. p.n.l.

Příběh o konton (hun-tun).

Jiný druh koan - výroky slavných mistrů: "Mluv, aniž bys používal jazyka!" "Zastav ližák!" Před portrétem: "Zde je portrét, ale kde je člověk?" Smyslem otázek je vyvarovat se zbytečných otázek: "Co je Buddha?", "Jaký je smysl života?" Odpovědí na tyto otázky je nesmyslná hláška "mu", jejímž opakováním se žák sám stává "mu", totiž pochopí nesmyslnost otázky. Zen tím nevyvrací vědu, ale poukazuje na její omezenost. Co proti vědě namítám, je považovat intelekt za poslední realitu. Intelekt je nutný k tomu, aby určil - ať jakkoli neurčitě, kde je realita. Avšak realita je chápána jen když se intelekt vzdá svých nároků na ni. Cestou k pochopení reality je cesta pěti stupňů, tak zvaná Go-I.

První tři stupně jsou noetické, druhé dva efektiční, žité. V posledním stupni dosahuje Zen svého cíle, jímž je neexistence cíle. V japonštině zní pět stupňů takto:

1. Sho chu hen - hen v sho
2. Hen chu sho - sho v hen
3. Sho chu rai - přícházení od sho

4. Ken chu shí - dospívání v ken

5. Ken chu to - setrvávání v ken.

Sho a hen odpovídá čínskému Yin a Yang a ekvivalenty významů jsou asi tyto:

<u>Sho:</u> <	<u>Hen</u>
Absolutní	Relativní
Nekonečné	Konečné
Jediné	Mnohost
Bůh	Svět
Temno (nediferencovanost)	Světlo (diferencovanost)
Totožnost	Různost
Prázdnost, oprostěnost	Forma a látka
Moudrost	Láska
Všeobecné	Zvláštní

Ve čtvrtém stupni se člověk vzdal sho i hen a je sám bouří. Ken znamená obojí, dualitu, člověka ve středu duality. Pátý stupeň je dokončení, proměna subjektu, při němž vnější podoba zenového mudrce může být podoba otrhaného člověka, dělníka na poli, žebráka. Zen se může zdát hádankovitým, ale je to konec konců jednoduché učení:

Čin' dobro,

Vyvaruj se zla,

Očisti své srdce.

To je cesta Buddhova.

Základní rozdíly v západním a východním pojetí reality se dají vystihnout takto: Západní myšlení je analytické, rozlišující, induktivní, individualistické, intelektuální, objektivní, vědecké, zevšeobecňující, pojmové, schematické, neosobní, zákonité, organizující, mocenské, sebe-utvrzující, zaměřené k ovládnutí druhých atd. Proti těmto západním rysům mohou být rysy Východu charakterisovány takto: syntetické, celistvé, integrující, nerozlišující deduktivní, nesystematické, dogmatické, intuitivní (či spíše afektivní), nediskursivní, subjektivní, duchovně individualistické, sociálně zaměřené na skupiny atd. Západ je dnes charakterizován hlavně stroji a osobnostmi, dvěma protikladnými principy, které se nedají smířit. Vztah strojů k lidské osobnosti - to je zdroj psychologického napětí současného Západu, jež lze charakterisovat těmito 13 základními idejemi Západu:

1. Osobnost a stroj mají za následek rozpor, a pro tento rozpor prochází Západ velkým psychologickým napětím, které se projevuje v různých směrech v jeho moderním životě. 2. Osobnost zahrnuje individualitu, osobní zodpovědnost, zatím co stroj je produktem intelektu, abstrakce, generalizace, totalizace, skupinového života. 3. Objektivně vzato, rozumově nebo s hlediska stroje, osobní zodpovědnost nemá smyslu. Zodpovědnost je logicky spjata se svobodou a v logice není svoboda, protože vše je kontrolováno strohými zákony syllogismu. 4. Dále je člověk jako biologický produkt ovládán biologickými zákony. Ledičnost je faktem a žádná osobnost ji nemůže změnit. Nerodíme se ze své vlastní svobodné vůle. Rodiče mne nezplodí ze své vlastní svobodné vůle. Plánované narození nemá ve skutečnosti smysl. 5. Svoboda je nesmyslná myšlenka. Žiji společensky, ve skupině, která mne omezuje ve všech mých pohybech, duchovních i fyzických. Ani když jsem sám, nejsem svoboděn. Mám různé druhy podnětů, které nejsou vždy pod mou kontrolou. Některé podněty mne unášejí navzdor mně samému. Pokud žijeme v tomto omezeném světě, nemůžeme mluvit o tom, že jsme svobodní, nebo že děláme to co si přejeme. I přání je něčím, co nepatří nám. 6. Osobnost může hovořit o svobodě, avšak stroj ji všestranně omezuje, a proto hovor o svobodě zůstává jen hovorem. Západní člověk je od počátku znásilněný, omezený,

se zábranami. Jeho spontaneita není vůbec jeho, je to spontaneita stroje. Stroj nemá tvořivost, pracuje jen potud a do té míry, pokud mu to umožňuje to, co je doň vloženo. Nikdy nejedná jako "osobnost". 7. Osobnost je svobodná jen když není osobností. Je osobností, když popírá sebe a je absorbována v celku. Přesněji, je svobodná, když je sebou a přece ne sebou. Dokud nepochopíme důkladně tento zjevný rozpor, nejsme oprávněni hovořit o svobodě nebo zodpovědnosti nebo spontaneitě. Na příklad spontaneita, o níž hovoří zvláště někteří psychoanalytici, není ani víc ani méně než dětinská nebo zvířecí spontaneita, není spontaneitou plně zralé osobnosti. 8. Stroj, behaviourismus, podmíněný reflex, komunismus, umělá inseminace, automatizace, vivisekce, vodíková bomba - to vše je spolu nejvnitřnější spjato a vytváří do sebe zapadající, pevné články logického řetězu. 9. Západ usiluje o kvadraturu kruhu. Východ se snaží ztotožnit kruh a čtverec. Pro Zen je kruh kruhem a čtverec čtvercem a zároveň je čtverec kruhem a kruh je čtvercem. 10. Svoboda je subjektivní termín a nemůže být interpretován objektivně. Když se o to snažíme, zcela jistě zapadáme do neřešitelných rozporů. Proto hovořit o svobodě v tomto objektivním světě všeobecných omezení je nesmysl. 11. Na Západě "ano" je "ano" a "ne" je "ne". "Ano" nemůže být "ne" a naopak. Východ dává "ano" přecházet v "ne" a "ne" v "ano". Není pevného a určitého rozdělení mezi "ano" a "ne". Je už v povaze života, že tomu tak je. Pouze v logice je toto rozdělení nevyhnutelné. Logika je vytvořena člověkem, aby mu pomohla v účelovém jednání. 12. Západ si uvědomuje tento fakt, vynalézá pojmy, jako ve fyzice komplementaritu nebo princip neurčitosti, když nemůže vyložit určité fyzikální jevy. Ať je jakkoli úspěšný ve vytváření jednoho pojmu za druhým, nemůže obejít fakta existence. 13. Náboženství nás zde nezajímá, ale nemusí být nezajímavé zjistit toto: křesťanství, které je náboženstvím Západu, hovoří o Logu, Slovu, tělu a vtělení a o bouřlivé temporalitě. Náboženství Východu usilují o oddělení, mlčení, absorpci, o věčný mír. Zenová inkarnace je exkarnace: Ticho hřmí jako bouře: Slovo je Ne-Slovo, Tělo je Ne-tělo: Zde-nyní se rovná prázdnotě a nekonečnu.

Erich Fromm: Psychoanalýza a Zen-buddhismus

Obě tato učení se zabývají povahou člověka a cestou k jeho blahu. Zen-buddhismus je spojení indické abstrakce s čínskou konkrétností a realismem - je charakteristickým učením Východu. Psychoanalýza je vědecko-terapeutický přístup k člověku, dítě Západu, humanismu, racionalismu a romantismu, pocházející z řeckého vědění a hebrejské etiky. Ačkoli v obojím učení jde o transformaci člověka, jsou zde značné rozdíly. Psychoanalýza je vědecká metoda, ne náboženství, je to terapie duševních chorob, kdežto Zen je technikou dosažení osvícení, mystickou zkušeností, cestou k duchovní spáse.

Většina západních lidí si neuvědomuje, že žije v krizi západní kultury, a ani dříve si neuvědomovala "malaise, ennui, mal du siècle" - totiž umrtvení života, automatizaci člověka a jeho odcizení od sebe sama, lidí i přírody. Člověk hledal racionalismus až k bodu, kde se stal iracionálním. Počínaje Descartese oddělil cit od myšlení. Afekt je považován za iracionální, myšlenka za racionální. Osobnost (Já) je rozdělena na intelekt, který kontroluje Mne. Cílem se stalo kupení věcí. V tomto procesu se člověk transformuje ve věc, život se podřizuje vlastnictví, "bytí" je podřizováno "vlastnictví". Zatím co opory západní kultury, Řekové a Hebreové, považovali za smysl života zdokonalení člověka, moderní člověk se zabývá zdokonalením věcí a poznáním jak je vyrobit. Západní člověk je ve stavu schizoidní neschopnosti mít zkušenost s afektem, proto je bázlivý, deprimovaný a zoufalý. Vyzná-

vá cíle štěstí, individualismu a iniciativy, ale ve skutečnosti nemá cíle. Otázka po životním smyslu ho uvádí do rozpaků.

Opuštění theistických idejí 19.století bylo velkým výkonem. Člověk ztratil místo v centru vesmíru, stal se objektivnějším, vzdal se víry v Boha-Otce, ale tak se vzdal i cílů všech velkých humanitních náboženství: překonání egoistického já, dosažení lásky, pokory a respektu k životu, jenž je cílem sám o sobě. V tom se východní i západní náboženství shodovala. (Východ však neměl pojetí Boha-Otce monotheistického náboženství.) Spásou je sám sobě člověk, osvícený, Buddha, jako je tomu v Zen-buddhismu. Proto je o tento směr zájem na Západě, kde člověku pomáhá odpovědět na otázky jeho existence. Dává odpovědi podobné jako filosofie židovsko-křesťanské tradice, ale zároveň odpovědi, které neodporují racionalitě a realismu moderního člověka.

Freudovi šlo spíše o spásu lidí než o terapii duševně nemocných. Jeho cílem bylo vládnutí nevědomých a iracionálních vášní rozumem - osvobození člověka od síly nevědomí, a poznání pravdy, skutečnosti. Freud se domníval, že tyto cíle staví na vědeckou, mimo-utopickou základnu. Psychoanalýza byla pro něj osvobozením lidí od neurotických symptomů. Některé postupy Freuda nejsou bez vztahu k Zen-buddhismu: 1. zásada, že poznání vede k transformaci, že sám akt poznání mění člověka, že má funkci podněcovatele změny. 2. Freud nesdílel vysoké ocenění vědomého myšlení, díval se na ně jako na část celostního psychického procesu a jako na relativně bezvýznamné vůči iracionálním a nevědomým zdrojům v člověku. Metodou volní asociace, jež by pacientu znemožnila podvod a stud, chtěl vniknout do osobností. Asociace měla překonat konvenční myšlení. 3. Freud chtěl analyzovat osobnost až několik let, což má s hlediska užitečnosti a sociálního výsledku malou cenu a chtěl tím pomoci chápat lidem sebe. To neznamena, že Freud byl Zen-buddhista. Freud byl příliš synem západní civilizace, zvláště myšlení 18. a 19.století, než aby byl blízko východnímu myšlení, vyjádřenému v zenovém buddhismu, i kdyby jej byl býval znal. Freudův obraz člověka byl v podstatných rysech obrazem, jaký vytvořili ekonomové a filosofové 18.století. Viděli člověka jako v podstatě soutěživého, izolovaného a spjatého s druhými jenom nutností směřovat navzájem uspokojování ekonomických a pudových potřeb. Pro Freuda je člověk strojem, hnaným libidem a udržovaným zásadou udržování libidinosního vzrušení na minimu. Viděl člověka v podstatě jako egoistu, spjatého s druhými jenom vzájemnou nutností uspokojovat pudová přání. Požitek byl pro Freuda jen odbavení napětí, nikoliv radostná zkušenost. Člověk byl viděn jako bytost rozdělená mezi svůj intelekt a své afekty; člověk nebyl celým člověkem, ale intelektuálním Já osvícenských filosofů. Bratrská láska byla nerozumným požadavkem, odporujícím realitě; mystická zkušenost byla regresí k infantilnímu narcisismu.

Povaha blahobytu a psychický vývoj člověka

Dosud chodili k psychoanalytikovi nemocní, dnes lidé "zdraví", s depresí, nemohou spát, jsou nešťastní. Jejich utrpením je odčizení od sebe samých, od druhých, od přírody, vědomí, že život utíká a sype se jim mezi prsty jako písek, a že zemřou, aniž žili. Žijí v dostatku, ale bez radosti. Pro ty, kteří trpí alienací, léčba netkví v absenci nemoci, ale v přítomnosti blahobytu. Co je však pravý blahobyť? "Well-being is being in accord with the nature of Man". Blahobyť je bytí odpovídající povaze člověka. Ale co je bytí? Člověk je vržen do života a odchází z něj bez své vůle. Na rozdíl od zvířete mu chybí dokonalý mechanismus instinktů, přizpůsobení okolí. Musí žít svůj život, není jím žit. Je v přírodě, ale přesahuje ji. Život mu klade problém jež musí řešit on, celý člověk, nejen jeho myšlení ne-

bo tělo. Jakou otázku mu kladé život? Jak máme přemoci utrpení, jak nalézt jednotu se sebou, s druhými, s přírodou. Tato otázka je vždy stejná a člověk ji musí řešit. Je však více odpovědí, nebo alespoň dvě: 1. překonat oddělení a nalézt jednotu regresem k původní jednotě před vznikem vědomí, před zrozením člověka, 2. narodit se plně, rozvinout své vědomí, rozum, schopnost milovat, překonat egocentrismus a tak se sjednotit se světem. Zrození není akt, ale proces. Cílem života je plně se narodit. Je tragédií, že většina z nás umírá před tím, nežli se takto narodila. Žít znamená родit se každou minutou. Smrt nastává, když končí rození. Fysiologicky je náš buněčný systém ve stavu neustálého rození, avšak psychologicky se většina z nás přestává родit na určitém stupni. Někteří si přejí návrat do klína země, jiní pokračují, jiní zůstávají spoutáni s matkou, někteří s rodinou, rasou, státem, postavením, penězi. Nikdy se nezrodí plně. Opakující se pokusy o zodpovězení problému existence nabývají různé podoby, obvykle však zklamávají a vedou k utrpení. Jakmile se člověk odpoutal od rajske přírody, nemůže se vrátit. Dva andělé s plamennými meči střeží vchod do ráje. Může se vrátit jen ve smrti nebo v šílenství.

Člověk může usilovat o nalezení regresivní jednoty na různých úrovních, které jsou zároveň různými úrovněmi patologie a irracionality. Může být zaujat vášní návratu do lůna matky země, k smrti. Jestliže je tento cíl všezahrnující a jestliže mu není bráněno, je výsledkem sebevraždy nebo šílenství. Méně nebezpečná a patologická forma regresivního hledání jednoty je cíl zůstat spjat s matčinou hrudí, s matčinou rukou, nebo s otcovými příkazy. Rozdíly mezi těmito různými cíli vyznačují rozdíly mezi různými druhy osobností. Ten, kdo zůstává na matčině hrudi, je věčně závislý kojenec, který má pocit euforie, když je milován, když se o něj někdo stará, brání ho a obdivuje a je naplněn nesnesitelnou úzkostí, když je ohrožen oddělením od milující matky. Ten, kdo zůstává spjat s otcovými příkazy, může rozvinout velkou iniciativu a aktivitu, avšak vždy za podmínky, že existuje autorita, která dává příkazy, která chválí a trestá. Jiná forma regresivní orientace tkví v destruktivnosti, ve snaze překonat separovanost vášní k ničení všeho a všech. Člověk ji může sledovat přáním, aby strávil a vtělil do sebe všechno a všechny, totiž aby měl zkušenost o světě a všech věcech v něm jako o své potravě, nebo aby přímo zničil všechno s výjimkou jediné věci - sebe sama. Ještě jiná forma pokusu o léčení utrpení separovanosti tkví v budování vlastního Ego jako oddělené, opevněné, nerozrušitelné "věci". Člověk má pak zkušenost o sobě jako o svém vlastním majetku, vlastní síle, vlastní prestiži, vlastním intelektu.

Vynořuje-li se člověk z této regresivní jednoty, je tento proces provázen postupným překonáváním narcismu. Dítě po porodu si není vědomo reality, zůstává spjat s matkou. Teprve později se vyvine schopnost rozlišovat mezi subjektem a objektem, ale v efektivním smyslu trvá vývoj až do plné dospělosti, kdy je překonán narcisistní postoj vševědoucnosti a všemohoucnosti, za předpokladu, že tohoto stadia je někdy dosaženo. Narcisistní orientaci můžeme pozorovat u dětí, které si toho jsou vědomy a u neurotiků, kteří o ní nevědí. Dítě nepřijímá realitu takovou, jaká je, ale takovou, jaká chce aby byla. Žije ve svých přáních a názor na realitu je takový, jakou si ji přeje mít. Jestliže jeho přání není uspokojeno, rozzlobí se. V normálním vývoji dítěte se toto stanovisko zvolna mění, uvědomuje si realitu, akceptuje ji, podrobuje se nutnosti. Neurotik se k tomu nedostane, nevzdává se narcisistní interpretace reality. Naléhá na to, aby realita se konformovala jeho ideám, jeho pocit svobody je pocit narcisistní všemohoucnosti, zatím co svoboda je pro plně rozvinutou osobnost uznáním reality, jejích zákonů a nutnosti. Tyto různé cíle a cesty k jejich dosažení nejsou různými systémy myšlení, ale různými způsoby

bytí, různými odpověďmi totálního člověka na otázky, které mu klade život, jsou to odpovědi na otázku existence.

Několik základních odpovědí na otázku existence se ve vývoji lidstva opakuje. Lidé si pouze myslí, že dávají odpověď křesťanskou, židovskou nebo ateistickou, ve skutečnosti zbožňují idoly různého druhu. Náboženství je formalizovanou a vypracovanou odpovědí na otázky lidské existence a pokud může být sdíleno ve vědomí a rituálem s druhými, i nejnižší náboženství vytváří pocit rozumnosti a bezpečí, je pravým společenstvím s druhými. Když není sdíleno, když regresivní přání jsou v kontrastu k vědomí a k požadavkům existující kultury, pak je tajným, individuálním "náboženstvím" neurosa. Abychom pochopili individuálního pacienta - nebo kteroukoli lidskou bytost - musíme vědět jaká je jeho odpověď na otázku existence, nebo abychom to řekli jinak, jaké je jeho tajemství, jeho individuální náboženství, jemuž je věnováno veškeré jeho úsilí a vášně. Většinou to, co považujeme za "psychologické problémy", jsou jen druhotné následky jeho základní "odpovědi" a proto je téměř bezúčelné pokusit se je "léčit" před tím, než jeho základní odpověď - to jest jeho tajemství - bylo pochopeno.

Co je tedy well-being, blahobyt? Stav plného rozvoje rozumu. Tento stav předpokládá překonání narcisismu, otevřenost, vnímavost, bdělost, předpokládá citový vztah člověka k druhému člověku a k přírodě, překonání separovanosti a alienace, zakoušení jednoty se vším a zároveň vědomí sebe: cele se narodit, procitnout z polospánku průměrného člověka. Reagovat jako totální člověk znamená vidět svět jaký je a zároveň jej vidět jako můj svět, zakoušet vlastní já v aktu bytí a nikoli ve vlastnění, udržování, používání. To je též smysl buddhistického "učinit se prázdným", tj. otevřeným, zbaveným tužeb pomoci, sledovat "vůli boží", jak by řekl křesťan. Člověku je tedy kladena otázka samým faktem jeho existence, a je to otázka, postavená kontradikcí uvnitř něho samého - totiž že je v přírodě a současně transcenduje přírodu skutečností. Že je životem vědomým sebe. Kdokoli naslouchá této otázce, jež je mu položena, kdo v zodpovězení této otázky vidí záležitost "poslední věci člověka" a chce ji zodpovědět jako celý člověk a nejen myšlenkami, je "náboženský" člověk. Všechny systémy, které se snaží dát, učit, zprostředkovat takové odpovědi, jsou "náboženstvími". Na druhé straně, kdokoli a jakákoli kultura, která se snaží být hluchá k otázkám existence, je nenáboženská. Náboženství jsou velmi různá, ale dávají pouze dvě hlavní typické odpovědi, od základu protikladné. Buď chtějí znovu proměnit člověka v předlidskou a předvědomou část přírody, anebo naopak usilují o to, aby se plně vymanil z předlidské existence tím, že vyvine specificky lidské možnosti rozumu a lásky.

Povaha vědomí, represe a de-represe

Cílem zenbuddhismu je idea lidské existence, společná však i jiným humanistickým směrům. Specifickým rysem psychoanalýzy je učinit nevědomé vědomým, transformovat Id v Ego. Podle Freuda je nevědomí zdrojem irracionality (neřestí), podle Junga naopak zdrojem nejhlubší moudrosti. Je to hlavně společnost, která naplňuje naše vědomí fiktivními a nereálnými pojmy a brání nám chápat realitu. Zvíře má jednoduché vědomí. Člověk transcenduje toto jednoduché vědomí tím, že je si vědom sebe jako subjektu zkušenosti, že má vědomí sebe. V lidském vědomí jsou některé kategorie (čas a prostor) universální, jiné (na příklad kausalita) může být platnou kategorií pro mnohé, ale ne pro všechny formy lidského vědomého vnímání. Jiné kategorie se liší a mění podle kultur. Zkušenost proniká do vědomí jen je-li vnímána a pořádána v pojmovém systému kategorií. Tento systém je však sám výsledkem

společenského vývoje. Každá společnost vytváří systém kategorií, které vytvářejí formy vědomí. Tento systém pracuje jako společensky podmíněný filtr. Zkušenost působí jen tehdy, proniká-li tímto filtrem. Filtrem je především řeč. To co nemůžeme myslit, nevstupuje do našeho vědomí. Aspektem filtru je dále logika, kterou se lidé spravují v určité kultuře. Různé kultury mají různé logiky. Je na příklad rozdíl mezi logikou aristotelskou a paradoxní. Filtr logického myšlení aristotelského je založen na zásadách že A je A, že A není non A, že A nemůže být A i non A. Oproti tomu v paradoxní logice, kterou nacházíme v moudrosti starého Východu, v Číně, Indii, ale i v myšlení Herekleta, Hegela a Marxe, A a non A se nevyklučují. Člověk žijící v aristotelské logice nemůže chápat zkušenosti logiky, jež protirečí aristotelské logice, protože jsou v hledisku jeho logiky nesmyslné. Třetím a nejdůležitějším aspektem filtru je obsah zkušenosti.

Každá společnost znemožňuje, aby určité myšlenky a city byly myšleny a cítěny. Věci se nejen nedělají, ale ani se o nich nemyslí. V kmeni válečníků se nemyslí o tom, jak nezabíjet, v kmeni zemědělců se nemyslí na zabíjení. Impulzy zabíjet či nezabíjet, jež může sdílet člen společnosti v protikladu k hodnotám své společnosti, se vyvinou v symptomy, na příklad strachu. Obsahy, které jsou neslučitelné s tím, co je dovoleno v dané společnosti, nevstupují do sféry vědomí. Každá společnost musí zajistit, aby lidé dělali to, co mají dělat, aby zajistili svou společnost, protože jinak by se rozložila. Člověk přijímá tuto společnost, protože být bez vztahu k společnosti znamená přiblížit se hranicím šílenství. Člověk se bojí samoty a smrti stejně jako zvíře. Strach z osamění nedovolí, aby tabuisované pocity a myšlenky pronikaly do vědomí. Tak přicházíme k závěru, že vědomí a nevědomí jsou společensky podmíněny. Jsem si vědom všech svých citů a myšlenek, které mohou proniknout trojnásobným filtrem sociálně podmíněné řeči, logiky a společenských tabu. Zkušenosti, které nemohou být profiltrovány, zůstávají mimo vědomí, to jest, zůstávají nevědomé. To je závěr podobný Marxově zjištění, že vědomí je určováno bytím a ne naopak.

Potlačujeme nejen uvědomění těch snah, které jsou neslučitelné se společenským vzorem myšlení, směřujeme také k tomu, abychom potlačili ony snahy, které jsou neslučitelné s principem struktury a růstu celé lidské bytosti, neslučitelné s "humanistickým vědomím", s oním hlasem, který mluví ve jménu plného rozvoje naší osobnosti. Destruktivní impulzy mohou nebo nemusí být slučitelné se společenskostí, ale nejsou nikdy slučitelné s vlastním cílem vývoje lidské přirozenosti. Člověk se bojí být zcela izolován od lidskosti, být vyřazen ze společnosti - a to tím víc, čím je společenější. Být nelidským je nesetelné jen za předpokladu, že celá společnost přijala nelidské normy. Jednotlivec si nemůže uvědomovat myšlenky a city neslučitelné s danou kulturou a proto je musí potlačovat. Nevědomé závisí tedy na struktuře společnosti. Obsahem nevědomí je vždy celý člověk. V málo rozvinutých kulturách je potlačeno směřování k lidským hodnotám, zatím co v progresivních kulturách je potlačována temná stránka lidské osobnosti. Ale člověk má v každé kultuře všechny možnosti, může být archaickým člověkem, dravcem, kanibalem, zbožňovatelem idolů, modlářem a zároveň může být bytostí se schopností rozumu, lásky a spravedlnosti. Obsahem svého vědomí není člověk ani dobrý ani zlý, ale obojí, racionální i neracionální. Nevědomí je celý člověk - minus ona část člověka, která odpovídá jeho společenskosti. Vědomí představuje společenskost člověka, nevědomí zastupuje universální bytost, zakotvenou v kosmu.

Co nyní znamená učinit nevědomé vědomým, co znamená de-represe? U Freuda plní nevědomí funkci pudových přání, neslučitelných s civilizovaným životem (incestní přání, strach z kastrace, závidění penisu). Ego ovládá Id. Freud objevil na zkuše-

nosti vztahu pacienta a analyzátoru, že nevidíme osobnost jaká je, ale vidíme naši vlastní projekci obrazu té osobnosti, projekci našich přání a obav. Ferud nazval tuto skutečnost transferencí nebo přenosem, Sullivan parataktickou distorsí. Viděl zkrášlující účinek přenosu a zkreslující vlivy represe. Pokud člověk nezná své impulsy a svou motivaci v protikladu k vědomému smýšlení, jež reprezentuje požadavky sociální reality, může projektovat vlastní nevědomé snažení na jinou osobu a uvědomovat si je s rozhořčením na jiných jako projekci. Nebo vymyslí racionální důvody pro impulsy, jež měly zcela jiné zdroje. Toto pseudovysvětlení cílů, jejichž pravé motivy jsou neznámé, nazval Freud racionalizacemi. Ať máme co dělat s transferencí, projekcí nebo s racionalizacemi, většina toho, co si člověk uvědomuje, je fikce, zatímco to, co potlačuje, (tj. nevědomé) je reálné.

S ohledem na tuto situaci přicházíme k novému pojmu - vědomé nevědomí. Můžeme začít tím, že řekneme, že průměrný člověk, zatímco myslí, že bdí, je ve skutečnosti v polospánku. "Polospánkem" rozumím to, že jeho kontakt s realitou je velmi dílčí; většina toho, co věří, že je realita (mimo něj i v něm) je soustava fikcí, kterou konstruuje jeho mysl. Uvědomuje si realitu jen do té míry, pokud to činí nutným jeho společenská činnost. Je si vědom svých druhů, pokud s nimi musí spolupracovat; je si vědom materiální a společenské reality do té míry, pokud si ji musí uvědomovat, aby s ní mohl zacházet. Uvědomuje si realitu v takové míře, pokud cíl přežití činí toto vědomí nutným. Vědomí průměrného člověka je především "falešným vědomím", spočívajícím na fikcích a ilusích, zatímco právě to, co si neuvědomuje, je realita. Můžeme tedy rozlišovat mezi tím, co si osobnost uvědomuje, a co si začíná uvědomovat. Většinou si uvědomuje fikce a začíná si uvědomovat realitu, která leží pod těmito fikcemi. Pokud vědomí představuje jen úzký sektor společensky modelované zkušenosti a nevědomí představuje bohatství a hloubku universálního člověka, stav potlačování má ve skutečnosti za následek, že Já, náhodná, společenská osobnost, jsem oddělen od sebe jako celku lidské osobnosti. Jsem cizincem sám sobě a v tomtéž stupni je každý druhý cizincem pro mne. Jsem odloučen od širokého pole zkušenosti, která je lidská, a zůstávám fragmentem člověka, mrzákem, který zakouší jen malou část toho, co je skutečné v něm a co je skutečné v druhých.

Nejen potlačení, ale také cerebrace činí zkušenost nereálnou. Cerebrace je faktem, že se domnívám, že vidím, ale vidím jen slova, že cítím, ale myslím, že cítím. Cerebrující osobnost je odcizená osobnost, osobnost Platonovy jeskyně, která vidí jen stíny a považuje je za reálné. Tento proces cerebrace se vztahuje k řeči. Jakmile něco vyslovím, vzniká odcizení a plná zkušenost je substituována slovem. Plná zkušenost jako by existovala jen do té míry, když je vyjádřena řečí. Tento proces je velmi rozšířen v moderní kultuře. Slova čím dál tím více nahrazují zkušenost, aniž si to osobnost uvědomuje. Myslím, že něco vidí, myslí, že něco cítí, avšak nemá žádnou zkušenost mimo paměti a myšlení. Když myslí, že chápe realitu, je to jen jeho mozkové já, které ji chápe, zatímco on, celý člověk, jeho oči, jeho ruce, jeho srdce, jeho žaludek, nechápe nic, ve skutečnosti neparticipuje na zkušenosti, o níž věří, že je jeho zkušenost. Není tedy vlastně vědomí a nevědomí, ale jen stupně vědomého. Co se stane, když si uvědomím to, co jsem si neuvědomoval? Chápu fiktivní, nereálný charakter "normálního" vědomí, procítám, nabývám kontaktu s realitou. To je de-represe, příbuzné osvícení v zenbuddhismu. Tento akt je totální zkušeností, spontánní a náhlou. Svět se jeví v jiném světle, předchází mu strach, následuje pocit síly. Je to zároveň intelektuální i afektivní poznání, je to zkušenostní poznání.

Freud původně sdílel názor, že stačí interpretovat případ, vysvětlit proč se některé věci dějí. Ale brzy objevil, že teoretické poznání nestačí, že postoj vě-

deckého pozorovatele nepomáhá. Analytik musí být sám analyzován, aby chápal pacientův proces, aby se osvobodil od neurotických tendencí. Freud však nezměnil své stanovisko, že pacient je objektem pozorování. Teprve Ferenczi a Sullivan prosazují hledisko "participant observer", zúčastněného pozorovatele, jenž se s pacientem ztotožní. Dereprese je příbuzné zenové představě o osvětlení.

Dereprese a osvětlení

Satori - osvětlení, znamená změnu životní nálady, nikoli trans nebo abnormální stav duše. Je to stav, v němž celý člověk vnímá přírodu, je to "probuzení totální osobnosti k realitě", je to produktivní orientace, aktivní a tvořivý postoj k světu. Zen jako cesta k satori je nazírání bytí vlastní přírody, cesta k svobodě, štěstí, lásky. Objekt nestojí proti mně, ale se mnou, je to zároveň stav vrcholné objektivity, je to ničím nebrzděné vnímání reality, je to nový přístup k realitě. Zen je založen na premise, že konečná odpověď na otázku života nemůže být dána v myšlení. Západ se dva tisíce let domnívá, že je možné odpovědět myšlením. Tento rozdíl mezi intelektuálním (západním) a experimentálním (východním) poznáním je překážkou k pochopení satori, které není převoditelné na pojmovou zkušenost. Přece jsou zde však určité společné rysy.

Příbuznost psychoanalýzy a zenbuddhismu tkví v tom, že cíle zenbuddhismu a psychoanalýzy jsou obdobné: vniknutí do psychiky člověka, cesta od vázanosti k svobodě, štěstí a lásky, osvobození energie, ochrana před šílenstvím. Zatímco psychiatrie se zabývá otázkou, proč někteří lidé se stanou šílení, správná otázka je, proč se většina lidí nestane šílená. Bereme-li v úvahu postavení člověka ve světě, jeho separovanost, samotu, bezmocnost, a jeho vědomí o tom, očekávali bychom, že toto břemeno je víc, než může snést, takže by se opravdu "rozpadl na kusy" pod touto námahou. Většina lidí se vyhne tomuto výsledku kompensujícími mechanismy, jako rutinou života, konformitou se stádem, hledáním moci, prestiže a peněz, závislostí na idolech - sdílených s druhými v náboženských kultech - sebeobětavým, masochistickým životem, narcistní inflací, krátce tím, že se mrzačí. Všechny tyto kompensční mechanismy mohou ubránit zdraví až do určitého stupně, za předpokladu, že fungují. Jediné základní řešení, které opravdu překonává možné šílenství, je plná, produktivní odpověď světu, která ve své nejvyšší podobě je osvětlením.

Příbuzností jsou i v etické orientaci zenbuddhismu a psychoanalýzy: překonání žádosti po moci, slávě nebo žádosti vůbec. Žádost je patologický zjev a existuje jen tam, kde osobnost nerozvinula své aktivní, produktivní vlastnosti. Žádný z obou směrů není primárně etický systém, protože oba směry překonávají cíle etického chování. Jejich cílem je překonání žádosti a schopnost lásky a soucitu, aktivizace člověka. Další společný rys je důrazná nezávislost na autoritě. To byl důvod, proč Freud kritizoval náboženskou víru v boha jako dětskou závislost na otci. Proti-autoritářské stanovisko odporuje funkci zenového mistra i psychoanalytika, protože obě učení jsou založena na vědomí, že nelze spasit druhého člověka, nespasí-li se sám. Další podstatnou příbuzností je transformace nevědomého ve vědomé, překonání represe. Pokud existuje represe a pokud jsem si odcizen, nemám bezprostřední zkušenost, mé vidění světa je zkresleno. Takový člověk vidí realitu jinou, než jaká je, má styk jen se slovy, ne se světem, má chybné vědomí - je odcizen. Projektuje své city a objekt, není subjektem svých citů, je ovládán objekty, jež jsou nadány jeho citem. Dítě vidí, jak se míč kutálí, dospělý nevidí, jak se míč opravdu kutálí, myslí o kutálejícím se míči. Toto bezprostřední uchopení reality získáváme ve stavu de-represe, ve spontaneitě dítěte. Je to návrat k nevinnosti na vyšším stup-

ni - po odcizení. Je to rajský stav člověka v ráji, kde nebylo volby, svobody a vědomí hříchu, stav bez vědomí rozdílu mezi přírodou a člověkem. První akt svobody je zároveň aktem volby a neposlušnosti - znamená vznik vědomí. Člověk se cítí jiný než příroda, cítí stud a opouští Eden. Je to začátek lidských dějin.

Uvědomit si nevědomé znamená zbavit se odcizení a ilusí, procitnout, vidět realitu jaká je, osvobodit se - to je vnitřní revoluce v člověku. Toto probuzení je v základě tvořivého intelektuálního myšlení i intuitivního pochopení. Lež je možná jen ve stavu odcizení. Jsme-li otevření realitě, lež mizí. Cílem Zen je osvědčení, bezprostřední, nereflektované, dětské chápání reality, uvědomování si vztahu sebe k vesmíru (dětská zkušenost předchází zkušenosti odcizení a roztržce na Subjekt a Objekt). Podobně Freudův cíl nebyl jen učinit nevědomé vědomým a podřídit si instinkty, ale překonat odcizení, překonat roztržku v člověku, zajistit de-represi, totální zkušenost, totálního člověka.

V analytickém procesu si člověk uvědomuje sebe. Toto poznání ho zraňuje, ale otvírá mu dveře, omezuje projekci toho, co potlačuje v sobě, má hlubší styk s lidstvem, protože je nucen prožívat zkušenost dítěte, chlapce, dospělého, zločince i světce, jenž vždy cítí svou jedinečnost i spojení s druhými. V analytickém procesu stejně jako v hledání satori se člověk přibližuje svému sebe-pochopení, osvobozuje se, má náhlou zkušenost, že se stává sebou a to ho posiluje. Metoda sezení, hůdanek a autority mistra je odlišná od metody analytické, která je empirická a snaží se proniknout nevědomí tím, že uznává ilusi člověka a snaží se, aby ji člověk pochopil jako ilusi, aby překonal své odcizení, aby přestal být cizincem sobě, aby získal vztahy k vesmíru v sobě, aby falešné vědomí zmizelo, aby dospěl k pochopení reality.