

Spiritualita ako racionálna voľba?

Juraj Dragašek

Juraj Dragašek: Spiritualita ako racionálna voľba? [Spirituality as a rational choice?]. In: *Ostium*, vol. 19, 2023, no. 3. (review)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).



Sam Harris: *Spiritualita bez náboženství aneb Probuzení*. Praha: dybbuk 2017.

Sam Harris napísal zaujímavú knihu, ktorá môže nám, obyvateľom západného sveta, pomôcť nahliadnuť diskurzívnym spôsobom na fenomén spirituality. Predbežne možno spiritualitu definovať ako snahu vedomia odpútať sa od pohltienia jeho aktuálnymi obsahmi. Analytické poznanie tohto javu k nemu prirodzene nezabezpečí priamy prístup, avšak umožní aspoň uznať možnosť jeho existencie. Prístup k spiritualite ponúka nepochybne i západná, pre nás konvenčná kultúra, no Harris čerpá najmä z tradícií východu.

Nespokojnosť so svojím životom a vnútorný nepokoj sú prameňmi túžby po spiritualite u mnohých ľudí. Náboženstvá sú jednou z možností, akými sú tieto túžby napĺňané. No Harris tvrdí, že spiritualita je nezávislý psychologický jav a je možné ho empiricky skúmať a odôvodniť: „Náš svet je nebezpečne rozdelen náboženskými doktrínami, jež by měl každý vzdělaný člověk odmítnout, ale stavy, v nichž se člověk může ocitnou, volají po lepším pochopení, než jaké obvykle připouští věda a sekulární kultura.“ (p. 13)

Vyhnuť sa pseudovede pomôže podľa Harrisa uvedomenie, že javy spojené so spiritualitou nevysvetľujú nič okrem povahy našej mysle, a teda neprinášajú metafyzické poznanie. Spiritualita

v podobe meditácie prináša okrem pozitívneho psychologického efektu aj korelujúce štrukturálne a funkčné zmeny v mozgu,^[1] takže nejde o absolútne neverifikovateľné javy.

Harris sa v texte zameriava hlavne na jednu formu spirituality, ktorou je meditácia. Jej cieľom je dosiahnutie stavu pohody, ktorý je sprevádzaný rozpustením pocitu *ja*. U skeptikov budia zážitky a pocity, ktoré vyplývajú z takejto psychickej činnosti, nedôveru napriek tomu, že môže ísť o eticky prijateľné a pozitívne pocity. Spiritualita tak môže pre takýchto ľudí predstavovať slepú škrvnu, ktorá im neumožňuje vnímať niektoré aspekty prežívania a ochudobňuje ich interpretáciu sveta: „Pro hnutí rozumu a sekularizmu není vůbec příznivé, že probudí-li se zítra někdo s pocity bezmezní lásky ke všem cítícím bytostem, budou pravděpodobně těmi jedinými, kdo jeho prožitku přiznají legitimitu, představitelé toho či onoho náboženství doby železné či kultu new age.“ (p. 20)

Harris zdôvodňuje inšpiratívnosť meditačných praktík východných náboženstiev na rozdiel medzi nimi a abrahámovskými náboženstvami. Veľké monoteistické náboženstvá sú dualistické, založené na viere a autorite. Vo východných tradíciách hrá dôležitú úlohu identita vedomia a transcendentnej reality, ale i ony samozrejme obsahujú náboženské predpoklady, ktoré však podľa Harrisa nie sú nevyhnutne spojené s meditačnými praktikami. „O buddhismu oprošteném od zázraků a iracionálních předpokladů se lze bavit, ale o takto oprošteném křesťanství a islámu nikoli.“ (p. 27) V judaizme, kresťanstve a islame samozrejme existovali a existujú silné mystické a kontemplatívne tradície. Napríklad v kresťanskej tradícii existujú mystické učenia, ktoré v sebe zahŕňajú umŕtvovanie *ja* či spojenie s Bohom. Tie sú však napojené na teologické obsahy kresťanstva a neumožňujú univerzálny prístup k meditačným technikám prinášajúcim pozitívny psychologický efekt. Harris je presvedčený, že meditačné techniky východných náboženstiev sú naučiteľné, čiže intersubjektívne, a ich výsledky sú nahliadnuteľné. Myslí hlavne na meditačné techniky budhizmu, ktoré sú spoločné rôznym školám a tradíciám tohto náboženstva, a navyše sú postavené na skúsenosti a metóde skúšania: „Jsou to spíše empirické pokyny: uděláte-li X, zakusíte Y.“ (p. 32) Z budhizmu si nie je potrebné brať nič metafyzické ani filozofické, netreba podľahnúť kvietizmu či konformite. Ide primárne o psychologický prospech.

Americký filozof však uplatňuje na východné myslenie rovnaké kritéria ako na západné. To znamená, že je kritikom dogmatizmu, antiintelektualizmu, tribalizmu či lahostajnosti voči svetu. Umožňuje mu to zachovať si racionálny náhľad a odstup od iných prvkov východného myslenia: „K většině objevů o lidském těle - a o fyzickém vesmíru obecně - došlo na Západe. Zbytek je instinkt, folklor, zmatek a předčasná smrt.“ (p. 34) Spiritualita dosahovaná pomocou meditácie neprináša človeku poznanie, ktoré by sa vyrovnalo či prekračovalo poznanie nazhromaždené ľudstvom za stáročia. Takáto spiritualita „vypovídá o možnostech lidského vědomí, ale o vesmíru jako celku to neříká nic. A nijak to nevrhá světlo na vztah mezi myslí a hmotou. (...) Ani z toho neplyne, že by vesmír nějakým způsobem prostupovala ‚energie lásky‘.“ (p. 43)

V tomto zmysle sa musí spiritualita opraviť od náboženských a dogmatických nánosov a naopak, pravá spiritualita by nielenže nemala protirečiť, ale mala by konvergovať s rozširujúcim sa vedeckým poznaním. Meditačné praktiky východných náboženstiev napríklad pracujú s identitou subjektu a objektu meditácie, pri ktorej dochádza k popretiu existencie samostatného *ja*. Tento náhľad predpokladá odmietnutie existencie stálych a nemenných fenoménov. Diskurzívnym spôsobom na tieto momenty upozornil už David Hume. Funkčná špecializácia a nezávislosť mozgových hemisfér predstavuje podľa Harrisa výzvu pre hypotézu existencie jednotnej, nesmrteľnej duše, ktorá je napríklad zodpovedná za svoj konzistentný vzťah k otázkam vlastnej spásy. Dualita vedomia, koncept popisujúci stav mysle človeka po prerušení spojení v kalóznom telese medzi hemisférami mozgu, otvára problematiku osobnej totožnosti či založenia subjektivity. Harris všetky tieto motívy či príslušné neurovedecké poznatky smeruje k tomu, čo nazýva *inherentná neosobnosť vedomia*. Niektoré nedualistické školy hinduizmu vychádzajú z „faktu“ uvedomenia si iluzórnosti „ja“ a toto považujú za východiskový bod meditácie. „Nemusel jsem uvěřit ničemu iracionálnímu o vesmíru

nebo o svém místě v něm. Nemusel jsem přijmout víru tibetského buddhismu v karmu a znovuzrození nebo si představovat, že Tulku Urgyen či jiní mistři meditace, s nimiž jsem se setkal, mají magické schopnosti.“ (p. 118) Práve vzťah žiaka a majstra/gurua je pri meditáciách a osvieteniach problematický, pretože v ňom často absentuje akákoľvek kritika či odstup.

Identifikáciu s vlastnými myšlienkami, ktorá predstavuje jednu z hlavných črt nášho vedomého prežívania, sa meditácia snaží neutralizovať poukázaním na premenlivosť našich myšlienok, a tým aj stavov, ktoré spôsobujú. Harris upriamuje našu pozornosť na vďačnosť, ktorá vzniká meditáciou pri uvedomení si premenlivosti a nestálosti nielen myšlienok, ale i sveta okolo nás.[2] Zároveň zvedavosť, ktorá sprevádza skúmanie mysle pomocou meditácie, rozptyľuje pocit *ja*. [3] Toto zabúdanie na *ja* však nie je iba vlastníctvom tradícií východného myslenia. Západné myslenie, ktoré reprezentuje aktívnejší spôsob života, ponúka príklady, kedy tvorivá či vedecká činnosť popri svojom vlastnom účele plní zároveň účel terapeutický. Viktor Frankl hovoril o takzvanej *akademizácii problematiky*. [4] V dejinách filozofie sa objavujú tradície, ktoré okrajovo pracujú s efemérnosťou mysliačeho subjektu, či už ide o formy panteizmu, panenteizmu alebo panpsychizmu. Spinozizmus či absolútna filozofia Hegela predstavujú otvorenú negáciu subjektivity. Fenomenológia či existencializmus taktiež presunuli dôraz z esencialistických pozícií na existencialistické. Zabúdanie na *ja* je koniec-koncov i princípom mravného konania.

Nepochybným cieľom Harrisa je, aby sa diskusia o spiritualite stala racionálnou a sekulárnou, pretože iba vtedy je možné, aby sa tento jav stal univerzálne nahliadnuteľným a prijateľným. Sam Harris je determinista a fyzikalista. Vo svojom predošlom diele *Slobodná vôľa* tvrdil, že sloboda našej vôle je ilúziou. Tentokrát tvrdí, že ilúziou je i pocit *ja*, ktorý sprevádza naše vedomé prežívanie. Zdá sa, že tieto dve ilúzie majú svoje riešenie v koncepte inherentnej neosobnosti vedomia, ktorý zjednocuje tvrdenia o závislosti mysle od mozgu a zároveň nezávislosti vedomia od jeho jednotlivých obsahov.

P o z n á m k y

[1] Pozri napr.: FOX, K. C. R., NIJEBOER, S., DIXON, M. L., FLOMAN, J. L., ELLAMIL, M., RUMAK, S. P., SEDLMEIER, P., CHRISTOFF, K.: Is meditation associated with altered brain structure? A systematic review and meta-analysis of morphometric neuroimaging in meditation practitioners, In: *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, vol. 43, 2014, p. 48–73. Dostupné na internete: <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2014.03.016>.

(<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763414000724>) [15.08.2023]

WINTER, U., LeVAN, P., BORGHARDT, T. L., AKIN, B., WITTMANN, M., LEVENS, Y., SCHMIDT, S.: Content-Free Awareness: EEG-fcMRI Correlates of Consciousness as Such in an Expert Meditator. In: *Frontiers in Psychology*, vol. 10, 2020. Dostupné na internete:

URL=<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.03064>

DOI=10.3389/fpsyg.2019.03064 [15.08.2023]

[2] Harris s pocitom vďačnosti pracoval už vo svojom predošlom diele *Slobodná vôľa* pri skutočnosti, že okolnosti nášho života nemáme v rukách, ale náhodne sa ocitáme buď v prospešných alebo v neprospešných podmienkach.

[3] „Obecně vzato platí, že zaměřujeme-li pozornost navenek, aktivita kolem středové mozkové čáry se snižuje, a když přemýšlíme o sobě, zvyšuje se. Vypadá to, že tyto výsledky se navzájem posilují a mohly by vysvětlit naši běžnou zkušenost, kdy ‚se sami sobě ztrácíme v práci‘. (...) Činit z těchto objevů vážné závěry, na to je sice ještě příliš brzy, ale naznačují fyzickou spojitost mezi prožitkem ztracenosti v myšlenkách a pocitem ‚já‘.“ (s. 104)

[4] „Ano, existují pacienti, kteří konečně s ulehčením zjistí, že o problematice, která je tíží, jedná se na té a té straně toho nebo onoho existenciálně filozofického díla - a tímto zjištěním se právě od dané problematiky emocionálně distancují tak, že ji racionálně objektivizují.“ (FRANKL, V. E.: *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta 2015, s. 28)

Mgr. Juraj Dragašek, PhD.
Vrbovská 572/44
059 71 Ľubica
e-mail: juraj.dragasek@gmail.com