

2. ÚVOD DO HLUBINNÉ EKOLOGIE

Cíle:

- Představení hlubinné ekologie jako reakce (1) na modernistické a koloniální nastavení našeho bytí a myšlení a (2) na odcizení člověka přírodě
- Seznámit studenty s konceptem:
 1. povrchního vs. hlubokého ekologického tázání
 2. technik seberealizace a ztotožnění (identifikací) s přírodou.

Čas: 2 – 3h

Reflexe domácího zadání: HLEDÁNÍ SIT-SPOTU (VLASTNÍHO MÍSTA)

Probíhá formou sdílení v menších skupinkách, pedagog může využít následující body a otázky:

- Představte své místo ostatním
- Čím vás místo zaujalo a přitáhlo?
- Jak jste hledání / cestu k místu prožívali a prociťovali? Na co jste narazili? (příjemné i nepříjemné prožitky, problémy, nejistoty)
- Zajímavé zkušenosti

Zážitková část/cvičení:

Cvičení Kdo jsi?

Čas: cca. 30 min

Popis cvičení: Studenti se rozdělí do dvojic. Jeden student/ka se jen ptá a pozorně s plnou přítomností naslouchá, bez jakékoliv reakce nebo ovlivňování. Otázka zní: „Řekni mi, kdo jsi?“ příp. „Co jsi?“ Jakmile odpovídající student v prvním kole odpoví a odmlčí se, tázající student se ptá znovu na stejnou otázku. Proces se opakuje. Je třeba nechat vyplynout různé druhy odpovědí, umožnit projev různým stránkám života a osobnosti. Je důležité, aby byly odpovědi v každém kole jiné. Pedagog měří čas (cca. 5. min.) pak se studenti vymění. Před výměnou si studenti poděkují, dají si chvilku na regeneraci. Následuje čas na sdílení s partnerem/kou a zapsání osobních poznámek/zajímavých postřehů. (5 min.) Pak následuje společné sdílení.

Zdroj: MACY, BROWN: *Návrat do života*.

Cvičení Kde je příroda?

Čas: cca. 35 min

Popis cvičení:

Studenti se uspořádají do kruhu. Pedagog vyhlásí diskusní otázku: „Kde je příroda?“ Na rozprávkování diskuse může použít tyto návodné otázky:

- Co vlastně JE příroda?
- Co všechno může být příroda?
- Co se ti vybaví, když se řekne: ty a příroda?
- Kde ještě jinde může být příroda?
- Čím v nás se spojujeme s přírodou?

Závěr: stručné společné sdílení, studenti sdílejí nejdůležitější informace/osobní postřehy a AHA efekty. V ideálním případě studenti dojdou k závěru, že oni jsou taky příroda, stejná jak ta (venku), kterou hledali popisovali.

Zdroj: inspirováno cvičením Peera Ingwara Haukelanda v rámci jednoho z projektových [workshopů DeepEn](#)

Teoretická část:

Klíčové pojmy hlubinné ekologie k sestavení krátkého teoretického vstupu/ prezentace:

Arne Naess, Ekosofie, Gestalt, Identifikace, Seberalizace.

Východiska hluboké/hlubinné ekologie (HE)

- **Hlubinná ekologie** patří do proudu myšlení (je i ekologickým hnutím), který se snaží obnovit vztah k celku přírody a jejímu celistvému vnímání. Dle Rothenberga (viz studijní zdroje) pokládá základy „nové“ ontologie, která lidstvo považuje za neoddělitelnou součást všeho živého (což nové není) v ekologické perspektivě (což dobová novinka je). Právě v tomto smyslu je holistická. Naessova HE přitom není výsledkem abstraktní filozofické úvahy, ale verbalizací letité intuice z pobývání v přírodě (sensu D. Rothenberg). Tato zkušenost ho vedla k jinému přístupu k filosofickému tázání. Když někdo prohlásil něco, co znělo důležitě, doporučoval výrok nikoli přijmout nebo s ním rovnou polemizovat, ale nejdříve ho "ochutnat" a pak se teprve ptát, co znamená. Uvědomoval si totiž, že říct něco přesně ještě neznamená vystihnout pravdivě předmět výroku v síti jeho souvislostí. Důležité je, co výrok vyvolá v člověku (jakou „chut“). Analýza by měla přijít až potom. Arneho Naesse ovlivnili hlavně osobnosti jako Benedikt Spinóza a Mahátma Gandhi. Jeho myšlenky výrazně formoval i každodenní život v malé chatě v horách.
- **Pojem ekosofie**
Arne Naess vytvořil a zavedl pojem **ekosofie**. **V jeho porozumění** je to osobní filozofický a hodnotový systém týkající se způsobu prožívání světa (především přírody). *Ekosofii* podle něj můžeme definovat spíše jako snahu o moudrost (druh moudrosti), než novou vědu. Moudrost („sofie“) je chápána jako návod k jednání, nikoliv jen jako teoretický popis. Důležitý je osobní přístup a vyjádření. Ekosofie představuje takové *společně* sdílené vidění přírody a kultury, které ovšem vyvstalo z obdobných *individuálních* zkušeností podobně založených lidí. Naess doporučuje (čistě pro orientaci) osobitou ekosofii každého jednoho člověka nějak označit. On sám svoji vlastní ekosofii nazýval **Ekosofie T** podle srubu, zvaného Tvergastein, ve kterém bydlel a jehož název doslova znamená „přes kameny“. Každý člověk tedy může vytvořit vlastní koncept ekosofie (nazvanou A, B, C či jakkoli jinak), která vyjadřuje jeho individuální způsob, jakým dospěl k podobnému vidění světa.
- **Pojem Gestalt**
Naess pracuje s osobitě pojatým pojmem *gestalt*, který je svým obsahem značně odlišný od jeho obvyklého použití (např. v gestalt-psychologii). V Naessově pojetí souvisí se způsobem, jakým vznikají termíny, definice a potažmo teorie, jimiž se snažíme vyjádřit své myšlenky či popisovat okolní svět. Tradičně jsme zvyklí chápat pojmy či teorie jako něco ostře vymezeného, definovaného a samostojného. Naess ale tvrdí, že pokud se snažíme něco vyjádřit/vysvětlit, je to z počátku vždy dosti nejasné. Když se ostatní pokouší nový pojem pochopit, nutně to dělají tak, že s ním začnou pracovat svými slovy, které už nějaké ustálené významy mají. Tím se ale tento nový pojem už v průběhu svého zrodu stává společnou (tzv. relační, vztahovou) entitou tím, jak se při svém povstávání zaplétá do sítě významů už ustálených slov. Když se nakonec „narodí“, je už mnohočetně provázán s ostatními pojmy a teoriemi. Během tohoto procesu tak pozorujeme vznik slov v podobě celků, které jsou identifikovatelné jako síť vztahů, pohybující se coby jednotka (pojem). **Identita (definice) slov či teorií tedy není cosi izolovaného, ale „existuje pouze prostřednictvím vztahů, které ji vytvářejí“**. Naess tím poukazuje mimo jiné na skutečnost, že nejen přírodní entity představují jakási hmotná ohniska ve spleti vzájemných vztahů, ale stejně se chovají i pojmy, vysvětlení a teorie, kterými tyto entity popisujeme.
- **Pojmy Seberalizace a Ztotožnění** (psány s velkými počátečními písmeny)

Naess věřil, že s ekologickým vzděláním je třeba začít u jedince. Čím širěji bude každý z nás považovat okolní prostředí za část sebe sama, tím šetrněji s ním bude zacházet, K dosažení tohoto cíle nabídl dva

pojmy, resp. duševní procesy: seberealizaci a ztotožnění. Ztotožnění je chápáno jako přijímání čím dál širšího okolí za součást svého já. Seberealizace pak, řečeno jazykem Arneho Naesse, jako realizace úplného/širšího Já, nikoli kultivace ega (tedy subjektivních vlastností jednotlivce).

Problém nastává hned na začátku s tím, jak ego zachytit a definovat, tedy co vlastně do procesů Seberealizace a Ztotožnění vstupuje. William James, jeden z nejvýznamnějších myslitelů ranných dob americké psychologie a pragmatismu, význam slova „ego“ formuluje následovně: „Empirické já každého z nás je vše, co jsme ochotni zahrnovat pod pojem já.“ Arne Naess při vyhmátávání hranic ega na jeho východisku staví a ptá se: Co je ego? Kam až sahá (m) já? Jaké já/Já se seberalizuje?

- o Je ego něčím v okolí hrtanu, co se projevuje mluvou?
- o Prostorově viděno: je egem tělo jako nejnějnější část mého materiálního já?
- o nebo do něj zahrnu i mé oblečení? → rodinu? → domov → krajinu?
- o pocitově vnímáno s věcmi často zacházíme, jako se sebou samými (pověst, výrobky, děti...) → když o ně přijdeme, reagujeme stejně. Jsou i ony součástí mého ega?
- o závěr: ego je tedy velmi neostrá, obtížně zachytitelná věc (podobně neexistuje shoda na definici „osobnosti“ psychologii)

Jde tedy o změnu sebepojetí v tom smyslu, že co nazýváme ego/já/osobnost prostě nelze nijak určit nebo spolehlivě definovat. Tedy ani ne (jen) setem vlastností, které mi pomáhají uspět.

Ztotožnění je podle Naesse procesem stále se rozšiřující sebeidentifikace se svým okolím a zužujícího se odcizování. Prostřednictvím ztotožnění zakoušíme stále vyšší a vyšší stupeň jednoty, od přátel přes společnost a rasu až po svět jako celek. Jako živé a soupodstatné s „já“ je pak možno v posledku spatřovat vše. Tato představa je zásadně inspirována indickou jógovou praxí, která se odbývá mj. v dialogu mezi „já“, které je integrální součástí celku bytí, a já, které tímto bytím samo je. Naše *já* je v tomto procesu tak obsáhlé, jako souhrn všech našich ztotožnění, přičemž naše úplné *Já* je to, s čím se identifikujeme. Ztotožnění zároveň nevylučuje konflikty zájmů, jak známe např. z loveckých kultur, u nichž rituály vyjadřují závažnost odcizující události (např. ulovení zvířete) a pomáhají obnovit ztotožnění. To ovšem občas vede k obtížné otázce, co upřednostnit, již musí vyřešit každé individuum samo za sebe. Naess jen jako vodítko dodává, že skutečnost sestává spíše z celků, které rozdělujeme ve svých představách než z izolovaných jednotlivostí, které spojujeme. Ztotožnění je tedy dle Naesse spontánní, mimoracionální, nikoliv však iracionální proces, v němž na zájem nebo zájmy jiné bytosti reagujeme jako na náš zájem nebo naše zájmy.

Seberealizace je pak proces i cíl ztotožnění, který probíhá zároveň, v souznění se ztotožněním. Jejím ideálním vrcholem by měla být vyzrálá zkušenost jednoty v rozmanitosti. „Já“ se seberealizuje nesobeckou činností, která přispívá k jednotě a propojenosti celku. Vrcholnou seberealizaci si přitom netřeba nutně představovat jen jako mystický či meditační stav. Vedle něj lze seberealizaci uskutečňovat např. poznáváním vnějšího světa či dokonce skrze politiku, jak to dělal Naessův oblíbenec Ghándí. Bohužel, v západním kulturním okruhu je dle Naesse seberealizace chápána jako soutěživý rozvoj osobního talentu za účelem dosažení individuálních zájmů, což přesně odpovídá Naessově definici odcizení (tedy *alience*), které je podmíněno úzkým pojmáním obsahu já. Vzdělání by podle něj mělo k tomuto procesu přispívat, ale podmínky soutěže v industriálních společnostech, jednostranně orientovaných na ekonomickou kvalifikaci, mu brání

Pozn. pro pedagoga: po teoretickém vstupu dát studentům vždy prostor pro otázky a diskusi.

Zadání na doma: HMYZÍ KRAJINOU

K vytisknutí v malém formátu pro každého studenta/tku.

Hmyzí krajinou

*Mezi strukturami krajiny a detaily drobných povrchů je spousta podobností. Možná jste někdy viděli*y fotografii, z níž nebylo jasné, jestli se jedná o letecký snímek pohoří, lokálního sesuvu půdy nebo třeba okraje koryta potoka. Stejně, jak ve snímku krajiny z velké výšky tušíte spousta jemných, na první pohled neviditelných struktur (protože ji obýváte), je možné pozorovat totéž na kousku země. To si teď vyzkoušíme.*

Najděte si na svém místě čtverec povrchu o straně zhruba půl metru, ohraničte si jej třeba větvemi nebo vyryjte hranici do půdy, pohodlně se k němu usadte a uklidněte mysl. Pomůže zklidňující dýchání (výdech o něco delší než nádech), bloumání zrakem po křivce horizontu nebo třeba civění do proudu vody.

Až budete cítit, že je vaše mysl dostatečně zpomalená, nastavte si na hodinkách či mobilu alespoň deseti- až patnáctiminutový limit, vypněte všechny ostatní funkce (tentokrát se bez této technologie asi neobejdeme, ale jindy nic takového na své místo raději nenoste; pokud ale máte třeba vhodné přesýpací hodiny, nebo si odměříte přibližný čas nějak jinak, bude to jistě lepší) a zaměřte svoji plnou pozornost na ohraničené místo.

Velmi pomalu, velmi pozorně a velmi podrobně pozorujte povrch. Nemiňte ani nejnepatrnější stéblo trávy či kousek suchého organického materiálu. Prozkoumávejte plochu milimetr po milimetru. Představte si, že jste drobný hmyz, který putuje tím kouskem země stejně jako my krajinou. Trávy jsou stromy, mechy jsou keře, zrnka půdy kamení. Ponořte se do tohoto mikrosvěta tak intenzivně, jak vám to jenom pozornost dovolí. Můžete se vyklonit a dívat se z různých stran. Můžete se z povrchu jakoby vznést a pozorovat jej taky z perspektivy hmyzu letícího. Udržujte se v módu maximálního soustředění a zkoumejte povrch z pohledu onoho hmyzu. Pokud se podaří, začne vám pomalu vyvstávat před očima další vrstva krajiny, kterou jste dost možná až doposud nezaregistrovali. A také se se svým místem blíže seznámíte.

Jakmile čas vyprší (nebo vás vytrhne zvukový signál), zvedněte zrak a nechejte zkoumající mysl doznít při pozorování svého okolí, dokud nebudete cítit, že jste zrakem vše ohledaly*, či se nebudete cítit unaveni*. Po skončení si co nejdéle podržte pocit, který jste prožívaly*.

To však není celé, cvičení má ještě jeden cíl – totiž dokázat uvést svoji mysl do režimu klidného, soustředěného zkoumání v mnohem pomalejším režimu času, který je přírodě vlastní. Není to snadné a jistě se to nemusí podařit napoprvé, ale při příští návštěvě svého místa můžeme cvičení opakovat. Postupně se tak budeme dostávat od výkonového, na dosažení cíle zaměřeného nastavení myslí, do pozorovacího, na percepci nastaveného rozpoložení, které se nám v průběhu kurzu bude hodně hodit. Hodně štěstí!

Inspirováno vycházkou s Václavem Cílkem v rámci Výjezdního interdisciplinárního semináře Nečtiny (2001)

Doplnění zadání: na hodině jsme se domluvili, že tentokrát zkusíme zkušenost z cvičení na svém místě nejdřív zpracovat tvůrčí formou. Každá*ý, kdo přijde na hodinu, donese a bude v menší skupince sdílet nějaký netextový výstup, který bude nějak odrážet zkušenost z cvičení. Pokud to bude možné, zapracujte jej do svého deníku. Jestli to možné není, přineste jej samostatně. (Jediný "textový" výstup, který je přípustný, je báseň, pakliže ji na hodině přednesete). Až po tomto tvůrčím zpracování zkušenosti přistupte k reflexi, kterou si zapišete do deníku. Cílem tohoto pokusu je vést nás ke kultivaci schopnosti rozlišovat mezi 1) zkušeností samou, 2) tím, co v nás vyvolává, a 3) racionální reflexí. Díky!

A pro inspiraci ještě poetický text od – nepřekvapivě opět – Mary Oliver:

Foolishness? No, it's not

Sometimes I spend all day trying to count the leaves on a single tree. To do this I have to climb branch by branch and write down the numbers in a little book. So I suppose, from their point of view, it's reasonable that my friends say: what foolishness! She's got her head in the clouds again.

But it's not. Of course I have to give up, but by then I'm half crazy with the wonder of it—the abundance of the leaves, the quietness of the branches, the hopelessness of my effort. And I am in that delicious and important place, roaring with laughter, full of earth-praise.

Závěrečná báseň:

Žiju svůj život v šířících se kruzích
které se rozpínají do celého světa.
Možná svůj poslední kruh nedokončím
ale dám se mu celý.

Kroužím kolem Boha, okolo prapůvodního majáku.
Kroužím už tisíce let

a dosud nevím: jsem sokol,
bouře či nádherná píseň?

– Rainer Maria Rilke

Studijní zdroje k tématu:

NAESS, Arne. *Ekologie, pospolitost a životní styl: náčrt ekosofie*. Edited by David Rothenberg, Translated by Jiří Hrubý. Vyd. 1. Tulčík: Abies, 1993. 310 s. ISBN 80-88699-09-6.

KIMMERER, Robin Wall. *Naslouchání mechu : přírodní a kulturní historie mechorostů*. Translated by Vojtěch Ettler. 1. vydání. Brno: Kazda, 2021. 200 stran. ISBN 9788076700406.

SEED, John, Joanna MACY, Pat FLEMING a Arne NÆSS. *Myslet jako hora : shromáždění všech bytostí*. Translated by Jiří Holuša, Illustrated by Dailan Pugh. Vydanie prvé. Prešov: Nadácia Zelená nádej, 1993. 144 stran. ISBN 8088699010.

MACY J., BROWN M., *Návrat do života*. Praha: Maitrea, 2020.