

## KI KOT TEMELJ MEDTELESNOSTI

V tem poglavju se bomo ukvarjali z osrednjim pojmom za obravnavanje telesnosti v vzhodnoazijski kulturi, namreč s pojmom »Ki« (kit. Ch'i). Ki je na delu v treh zgoraj označenih področjih, namreč »pred razcepom na subjekt in objekt«, »v razcepu« in »v telesno-duhovni enotnosti po razcepu«. Ki obravnavamo najprej na prvem področju, namreč v živi, fungirajoči telesnosti glede na njegovo vlogo pri osnovnem oblikovanju komunikacije, se pravi glede na vprašanje, na kakšen način je Ki odločilen za temelj komunikacije – v husserlovskem pomenu za konstitucijo intersubjektivitete.

**123**

Pojem Ki je zahodnemu bralcu skoraj neznan; izjeme so tisti redki Evropejci, ki se ukvarjajo z azijskimi borilnimi športi in so izjemno pomembni za pristno kulturno izmenjavo med vzhodom in zahodom na celostni, praktični ravni. V današnji Japonski je Ki eden najpomembnejših pojmov – ne le na področju vzhodne medicine – za tradicionalno razumevanje telesnosti. Na Japonskem ni nobene tradicionalne kulturne oblike, ki ne bi uporabljala tega pojma pri razlagi svojih praks.

---

## 1. Ki v kitajski naravni filozofiji

### a. Temeljni pojem Ki

Preden se lotim razmerja med Ki-jem in telesnostjo, je koristno, če podam na kratko zgodovinski pregled celotne problematike, kolikor je njegovo splošno poznavanje nujno za tukaj obravnavano posebno tematiko. Pojem »Ki« je nastopal prvotno kot temeljni pojem naravne filozofije v stari Kitajski. Osnovna zamisel Ki-ja (kit. Ch'i) izhaja iz izkušnje neposrednega sožitja z naravo, predvsem iz za preživetje nujne rasti žita, ki je povezana z zanimanjem za spremenljive pojave, kot so to sonce, dež, veter, oblaki, tla itd. Predpostavlja se, da je v dinamičnem spreminjanju narave v njenih različnih fenomenih na delu univerzalni praelement »Ch'i«. Beseda je težko prevedljiva; približno ustreza grškemu pojmu »pneuma« in indijskemu »prajña« in pomeni »sopara, duh, najfinejši vpliv«,<sup>1</sup> »življenjski dih, plinasto širjenje«,<sup>2</sup> »eter«, »sprva še brez-oblična, a vendar oblikovna temeljna substanca«.<sup>3</sup>

124

Ch'i obravnavamo fenomenalno v dveh nasprotujočih si oblikah: Yin in Yang (dobesedno: senčna in sončna stran gore), kar pomeni mračni, vlažni, težki, ženski vidiki in svetli, suhi, lahki, moški vidiki v dinamični interakciji. Osnovna ideja Yin in Yang nauka Ch'i-ja, ki se je razširil že v četrtem stoletju pr. Kr.,<sup>4</sup> pomeni dinamično dvojnost, v kateri poteka stalno prehajanje, npr. osvetlitev senčnega mesta. V tem smislu ne gre tukaj za nikakršen togi dualizem, ki eno substanco principelno ločuje od druge in privede s tem do dihotomije. Te razlike moramo obravnavati ločeno in odvisno od posameznega področja. Tsou Yen (3. st. pr. Kr.) je nauk o Yinu in Yangu postavil v sistematično povezavo z naukom o petih elementih (zemlja, les, kovina, ogenj, voda),<sup>5</sup> ki so se razvili prav tako iz vsakdanjega življenja v stari Kitajski in so po svojem bistvu dojeti

<sup>1</sup> J. Needham: *Wissenschaftlicher Universalismus*, str. 113.

<sup>2</sup> Prav tam, str. 299.

<sup>3</sup> W. Bauer: *China und die Hoffnung auf Glück*, str. 331 isl. Sicer pa prevajajo Ki različni avtorji takole: O. Franke kot »učinkujoča sila«, H. Wilhelm »življenjska sila«, A. Forke »fluid«, W. Grube in W. Eichhorn »dih« v zvezi s »stvariteljskim navdihom«, M. Granet »le souffle«, A. G. Graham »eter«. Prim. F. Fukui: *Seiyô bunken ni koeru Ki no yakugo* (Prevajanje Ki-ja v evropski literaturi), v: *Ki no shisô* (Misli o Ki-ju), izd. S. Onozawa idr., Tokyo 1978, str. 557–567.

<sup>4</sup> J. Needham, prav tam, str. 96 isl.

<sup>5</sup> Needham opaža le to, da nastopa v grškem nauku o elementih namesto lesa in kovine zrak; prav tam, str. 299. Po mojem mnenju je treba privzeti skupno podlago nauka o elementih v antiki; na tem področju bi se morali lotiti nadaljnjih raziskav.

tudi kot Ki, s čimer je utemeljil kozmološki sistem, ki je pozneje močno vplival na politiko in znanosti na Kitajskem. V tem sistematiziranju ima po drugi strani kot ozadje pomembno vlogo tudi temeljna zamisel o skladnosti med nebom (narava) in človekom (politika). Nazoren primer tovrstnega načina obravnavanja so naslednje misli: »Sreča in nesreča sta odvisni od cikličnih premen sonca, lune, zvezd in planetov ter periodičnega spreminjanja med uničevanjem in spočenjanjem (v letnih časih). Kajti kovina, les, voda, ogenj in zemlja (Ch'i teh elementov) vladajo izmenično (v svojih dolgoročnih krogotokih), in (po točno ponavljajočih se obdobjih) je luna (njen vpliv) posebno močna v svoji rasti in upadanju. Vendar so vse te spremembe zgolj (odstopanja) v temeljni ciklični pravilnosti (Yina in Yanga v velikem Tau), ki je ne pozna noben mojster (ali vladar, na katerega bi lahko ljudje naslovili svoje priprošnje). Če slediš Tau, si pridobiš bogastvo, če se mu zoperstaviš, te čaka nesreča. Zato zna modri (vladar) natančno napovedati nesreče (njihov prihod), se pripraviti nanje, kajti če izkoristi čas obilne rasti, lahko uide nadlogam nesreče.«<sup>6</sup> Tsou Yen pojasnjuje v tem okviru pravila premikov Ki-ja v njegovem sistemu in spreminjanje zgodovinskih vladarjev po teh pravilih ter predpostavlja, da naj bi politika ustrezala tem pravilom.<sup>7</sup>

#### b. Ki v razvoju naravne filozofije

V razvoju genetičnih zamisli Ki-ja, ki je imel močan vpliv na razvoj naravne filozofije, lahko naredimo zanimivo primerjavo z drugimi pomembnimi miselnimi tradicijami na Kitajskem, namreč s taoizmom in naukom o premeni v znani knjigi »I Ching«. V njej je geneza sveta prikazana takole: »Premene (i) slonijo na obstoju vsemogočnega, vseobsegajočega (t'ai chi). Iz njega nastaneta dve temeljni obliki (ling i), ki proizvedeta štiri slikovne simbole (su hsiang), iz katerih nastane osem diagramov (pa kua).«<sup>8</sup> »Dve temeljni obliki« pomenita tukaj Yin in Yang, »štirje slikovni simboli« ponazarjajo štiri letne čase, »osem diagramov« pomeni osem znakov, iz katerih izpeljujemo 64 heksagramov.

V nasprotju s tem je v taoizmu na prvem mestu Tao kot »nič«: »Tao poraja enotnost (eno), enotnost dvojnost (dva) in dvojnost trojnost (tri). Trojnost poraja vsa bitja. Vsa bitja nosijo Yin in oklepajo Yang. Fluid (Ki, I. Y.) praznine

<sup>6</sup> Fan Li, v: Chi Ni Tzu, po E. Chavannes: Les mémoires historiques de Se-Ma Ts'ien, Paris 1895–1905, str. 4, cit po Needham, prav tam, str. 279.

<sup>7</sup> Prim. Needham, prav tam, str. 187 isl.

<sup>8</sup> I Ching, 389, po prev. H. Wilhelma: I Ging, Düsseldorf/Köln 1972, str. 295.

vzpostavlja harmonijo.«<sup>9</sup> Za razvoj naravne filozofije je bila seveda osrednjega pomena povezava obeh misli. Z Ohitsu-jem (kit. Wang Chi) je prišlo do sistematične povezave nauka o premeni (i) s taoističnim mišljenjem, pri čemer je bil t'ai chi razumljen kot nič v taoističnem smislu.<sup>10</sup> Toda pozneje so se interpretacije t'ai chi-ja, ničā, izvornega Ki-ja v neokonfucianizmu, različno razvijale naprej; tega vidika tukaj ne bomo obravnavali.<sup>11</sup>

Tukaj je zanimiva interpretacija zgoraj omenjene trojnosti v taoizmu, ker se na tej točki jasno pokaže pojmovanje Yina in Yanga kot dinamične dualnosti, ki je ne moremo interpretirati kot substancialno dualnost. Trojnost se interpretira kot povezava med Yinom, Yangom in med njima posredujočim Taom. V tem posredovanju pa se Tao sam ne prikaže v kakem pojavu. To posredovanje se izraža bolj v gibanju Yina in Yanga. V to gibanje sta vključena dva vidika, namreč »bipolarnost«<sup>12</sup> oz. nasprotnost in neko ciklično, dinamično gibanje. V tem gibanju je bipolarnost izražena s kvantitativnim razmerjem med Yinom in Yangom. Ta praznina in izpolnitev z Yinom in Yangom ter ritmično, ciklično krožno gibanje predstavljajo pomembne vidike, ki se uporabljajo v kitajski medicini v nauku o petih elementih. Ta bipolarnost lahko sicer v primerjavi z monokavzalnim razmerjem vzrok-učinek »konvencionalne metafizične substance« vključuje nasproten pol, vendar pa je le-ta v kontekstu taoizma bolj interpretativno dodan, da bi to razmerje dojeli kot »povratno relacijo« med vzrokom in učinkom nekega fenomena.<sup>13</sup> A z vidika sinergije moramo pogledati več sil v neki celoti: »In v nasprotju s kavzalnim mišljenjem Zahoda, ki privzema, da je vsak učinek rezultat nekega časovno predhodnega vzroka, vidijo Kitajci v učinku dinamični potek ob istočasnem sodelovanju aktivnih in struktivnih sil.«<sup>14</sup>

126

<sup>9</sup> Tao-te-ching, 42. poglavje. (»Dao je rodil Eno./ Eno je rodilo dvoje./ dvoje je rodilo troje./ in troje je rodilo desetisoč bitij./ Desetisoč bitij nosi yin, objame yang/ in združi vseobsežne sile dah.« V: Klasiki daoizma, Ljubljana 1992, prev. M. Milčinski, str. 115.)

<sup>10</sup> Prim. M. Fukunaga: Ju Dô Butsu Sankyô kôshô ni okeru Ki no Gainen (Pojem Ki v razmerju med konfucianizmom, taoizmom in budizmom) v: Ki no shisô (Misli o Ki-ju), Tokio 1978, str. 238 isl.

<sup>11</sup> Prim. Ki no shisô (Misli o Ki-ju), 3. del, 2. in 3. poglavje, str. 438–472.

<sup>12</sup> K. K. Cho: Das Absolute in der taoistischen Philosophie, v: Transcendenz und Immanenz, str. 248.

<sup>13</sup> Prim. K. K. Cho, prav tam, str. 251; paradokсна korelacija med vzrokom in učinkom je jasno vidna šele v filozofiji Mahâyānabudizma Nāgārjune, prim. spodaj poglavje V.

<sup>14</sup> M. Porkert: Die chinesische Medizin, Düsseldorf 1982, str. 72.

## c. Filozofija Ri-ja in Ki-ja v neokonfucianizmu

Filozofija Ki-ja kaže od časov dinastije Sung (960–1278) nek nov razvoj s pojmom Ri (kit. li: »vzorec, princip«<sup>15</sup>), in se na novo razmahne v razcvetu neokonfucianske Ri-Ki filozofije, ki na novo integrira taoistične in budistične elemente ter nauk I-Ching. Kot smo videli, je bil element »principa« ali »strukture« prisoten že v zgoraj omenjenem naravno-filozofskem pojmu Ki-ja. Kaj torej natančno pomeni pojem »Ri«?

Prvotno izhaja misel Ri-ja iz interpretacije nauka I-Ching.<sup>16</sup> Osnovno načelo v nauku I-Ching se glasi: »Neprestana menjava med Yinom in Yangom se imenuje tao.«<sup>17</sup> Neokonfucianec Ch'eng I (1033–1107) interpretira ta stavek takole: »Ločeno od Yina in Yanga ni nobenega taa. To, da Yin in Yang delujeta, je tao. Yin in Yang sta ch'i. Ch'i je tisto konkretno (hsing erh hsia), tao metafizično (hsing erh shang).«<sup>18</sup> Tukaj omenjeno »metafizično« (hsing erh shang) pomeni to, kar ni vidno v določeni obliki; konkretno pa je ravno upodobljivo, vidno.<sup>19</sup> To razliko utemeljuje Ch'eng I na samem tekstu I-Ching: »Kar je metafizično (hsing erh shang), imenujemo tao, kar je privzelo obliko (hsing erh hsia), imenujemo priprava.«<sup>20</sup> Po drugi strani pa je istočasno razlika vidnega, zaznavnega in nevidnega, nezaznavnega jasno vidna že v času dinastije T'ang (okoli 9. stol.), v katerem je dosegla svoj vrh šola Hua-yen budizma, ko je budistična stran kritizirala pojem Ki-ja oz. Taa taoizma. Budist ima pojem izvirnega Ki-ja in Taa za nekaj oblikovnega in konkretnega in postavlja nad te pojme pojem Dharma in Ri-ja, ki naj bi bil večno nespremenljiv in principialen (pogosto preveden z noumenon, resnica). Ta koncepcija Ri-hô-kai-ja (noumenon-dharma-svet)<sup>21</sup> naj bi imela z neokonfucianci velik vpliv na zgornjo interpretacijo I-ching-a.<sup>22</sup>

127

<sup>15</sup> Glede vprašanja ustreznega prevoda prim. Needham, prav tam, str. 282 isl.

<sup>16</sup> Tukaj sledim Shimadovi interpretaciji; prim. K. Shimada: *Die Neokonfuzianische Philosophie*, Berlin 1987, posebej str. 59–100.

<sup>17</sup> *I Ching*, str. 369, prev. H. Wilhelm, str. 275, prim. K. Shimada, prav tam, str. 64.

<sup>18</sup> Ch'eng I: *I shû*, enthalten in *Erh Ch'eng ch'üan shu*, 15: 14b, prim. K. Shimada, prav tam.

<sup>19</sup> Prim. K. Shimada, prav tam.

<sup>20</sup> *I Ching*, str. 392, prev. H. Wilhelm, str. 299; prim. K. Shimada, str. 64.

<sup>21</sup> Druga stopnja štirih dharna-svetov v na Kitajskem visoko razvite šole Hua-yen; prim. *Japanese-English Buddhist Dictionary*, »Kegon-«, Tokio 1965.

<sup>22</sup> Prim. M. Fukunaga: *Ji Dô Butsu Sankyô Kôshô ni okeru Ki no Gainen* (Pojem Ki v razmerju med konfucianizmom, taoizmom in budizmom) v: *Ki no shisô* (Misli o Ki-ju), Tokio 1978, str. 237 isl.

Ch'eng I je prestavil premeno Yina in Yanga v Tao v dveh različnih dimenzijah: Yin-Yang kot Ki, oblikovno, in Tao kot Ri, metafizično-brezoblično; to zgoščeno ločevanje je sprejel in nadaljeval dovršitelj neokonfucianizma, Chu Hsi (1130–1200). Torej tvori polje napetosti kitajske filozofije, v kateri so se ob neokonfucianski Ri-Ki filozofiji razvijale različne šole, kot npr. Lu-Hsiang-Shan-ova (1139–1193) in Wang Yang-mings-ova (1472–1529), ki so obravnavale Chi kot poslednji temelj stvari.<sup>23</sup>

V povzetku bomo rekli o Ki-ju v kitajski naravni filozofiji tole:

1) Ki je duhovno-materialni praelement, ki so ga v kitajski antiki ljudje živeli in razumeli kot tisto, kar uravnava celotno življenje in kozmično naravo. Zajema formalno-strukturni in materialno-snovni moment.

2) Ki se pojavlja v bipolarno-dinamičnem in ritmičnem gibanju. Ta bipolarnost je vedno v ritmičnem gibanju; zato je ne moremo razumeti v smislu togega substancialnega dualizma.

**128** 3) Strukturnalni moment v Ki-ju so z interpretacijo Taa in kritiko budizma v neokonfucianizmu razlagali kot metafizični princip Ri, tako da sta Ki in Ri določala nadaljnji razvoj kitajske filozofije.

## 2. Ki v kitajski medicini

### a. Temeljne poteze kitajske medicine

Kitajska medicina temelji na zgoraj omenjenem sožitju človeka z naravo. V tem kontekstu je skupaj z naukom o Yinu in Yangu pomemben zelo tradicionalni kitajski način življenja in opazovanja, tako imenovana »enotnost človeka in neba«. Opazovanja sožitja z naravo, ki se ne omejujejo le na naravne fenomene vremena in tal, temveč upoštevajo tudi kultiviranje narave, npr. vodno kanalizacijo za namakanje njiv, so bila bistvena tako za uspevanje žita kot tudi za ohranjanje in skrb za zdravje ljudi. Metaforično lahko rečemo, da se med dvanajstimi organi (= njive) v telesu skozi različne kanale pretakata Ki in kri, s čimer se organi prehranjujejo in na ta način skrbijo za zdravje telesa.<sup>24</sup>

<sup>23</sup> Prim. K. Shimada, prav tam, poglavje II-2 in III.

<sup>24</sup> O »analogiji« med fiziološkim obravnavanjem telesa in vodno kanalizacijo prim. Y. Kanô: Isho

V kitajski medicini razlagajo telo poleg vseh siceršnjih reči preko nastanka iz Ki-ja, predvsem pa gledajo nanj kot na skupek številnih kanalov pretakajočega se Ki-ja in krvi, čeprav se je v istem času razvilo anatomsko raziskovanje.<sup>25</sup> Anatomsko določljivi organi so seveda pomembni, vendar le toliko, kolikor speljujejo svoj nastanek na Ki, ki ostaja v njih in jih prežema. Torej obravnavajo organ iz pretakajočega se Ki-ja in v skladu z empirično preverljivostjo. V tem smislu postane razumljiva izjava, da izpeljuje kitajska medicina svoja temeljna spoznanja iz obeh temeljev, iz Ki-ja in krvi.<sup>26</sup> V danes prakticirani kitajski medicini, zlasti akupunkturi in akupresuri, privzemajo tirnico\* (jap. Kei-raku) v telesu, ki ne sovпада z ožiljnim sistemom. Preko te tirnice se petdesetkrat dnevno pretaka Ki.<sup>27</sup> Pomembno pa je, da ta tok ni vključen v telo, temveč da skozi določena križišča preko številnih kanalov iz kože v tokove Ki-ja tečejo v naravo, in tako nastaja interakcija, vtekanje in iztekanje med Ki-jem v telesu in Ki-jem v kozmosu, seveda tudi interakcija s pretakajočim se Ki-jem sočloveka.\*\* Ta zamisel je osrednjega pomena za medtelesnost, kakor bomo pokazali spodaj. Nastanek bolezni razlagajo v kitajski medicini s tem, da disharmonija Ki-ja in zastajanje pretoka Ki-ja v telesu, katerega glavni razlog je premočna emocija,<sup>28</sup> potegneta za sabo negativne učinke zunanjega Ki-ja iz narave. Ozdra-

ni miero kiron (Nauk Ki-ja v literaturi [kit.] medicine), v: Ki no shisō (Misli o Ki-ju), ur. S. Onozawa/K. Fukunaga/Y. Yamai, Tokio 1978, str. 289 isl.; prim. tudi Needham, prav tam, str. 326.

<sup>25</sup> Ishida vidi razlog za to, da se v kitajski medicini anatomsko raziskovanje ni razvijalo naprej, v tem, da je dominiralo raziskovanje telesa, ki je bilo vezano na njegov nastanek iz Ki-ja in njegov tok. Prim. H. Ishida: Ki nagarerushintai (Iz Ki-ja pretakajoče se telo), Tokio 1987, str. 2–20.

<sup>26</sup> S to splošno karakterizacijo kitajske medicine prim. Y. Nagahama: Tōyō igaku gairon (Očrt vzhodnoazijske medicine), str. 18–24. Glede »pnevmatične medicine«, ki naj bi bila v starem veku razširjena od Grčije preko Indije do Kitajske, prim. Needham, prav tam, str. 299.

\* Laufbahn

<sup>27</sup> Prim. H. Ishida, prav tam, str. 29; poleg tega: »K aktivnim (yang) pojavom v času od polnoči do poldneva se prištevajo tisti, ki ležijo in potekajo na površju, hrbet, trup nad predpono, zunanji in prehodni predeli, faze preobrazb lesa in ognja, konstelirajoča sila *shen*, aktivna individualno-specifična energija *qi*, obrambna energija *wei*, aktivni tokovi *jin*, polnost energije *shi* (lat.: repletio), jasnost, trdota, ne-okusnost in lihost. [...] Nasprotno pa označujejo Kitajci kot struktivni (*yin*) fenomen čas od poldneva do polnoči, v globini delujoče, potapljaljoče se, trebuh, trup pod predpono, notranji ali akumulativni predeli, [...] motnost, mehkost, slanost in sodost.« M. Porkert, prav tam, str. 77 isl.

\*\* Precej nejasen stavek: »Wichtig ist aber, daß dieser Strom nicht im Körper eingeschlossen ist, sondern daß durch bestimmte Kreuzungspunkte hindurch mehrere Kanäle aus der Haut hinaus in Ströme des Ki in die Natur fließen, und auf diese Weise entsteht die Wechselwirkung, das Ein- und Ausfließen zwischen dem Ki im Leib und dem Ki im Kosmos, natürlich auch die Wechselwirkung mit dem fließendem Ki des Mitmenschen.«

<sup>28</sup> Skupina sedmih emocij: veselje, jeza, skrb, zamišljenost, žalost, strah in groza, prim. M. Porkert, str. 197.

vitev bolezni ne pomeni pri tem nič drugega kot ponovno vzpostavitev harmonije Ki-ja v telesu s pomočjo različnih metod vplivanja na Ki-tokove (npr. akupunktura, akupresura, zdravilo)<sup>29</sup> in delovanje Ki-ja v kozmosu.

Iz zgornjega opisa temeljnih potez kitajske medicine lahko izpostavimo naslednje značilnosti:

1) Celostno sodelovanje namesto razdeljenih funkcij posameznih organov: disfunkcije enega organa ni mogoče obravnavati ločeno kot posamezno mehansko enoto. Za kitajsko medicino je amputacija zadnja metoda, kajti s to možnostjo je povezana nevarnost precejšnje fizično ireverzibilne motnje pravilnega krogotoka.

2) Pri tem je zanimivo, da poteka tega krogotoka anatomsko ni mogoče določiti. Ne ustreza niti živčevju niti kakemu drugemu sistemu. Toda povezanost nevidnih kanalov lahko s pomočjo EEG in drugih eksperimentalnih metod fiziološko izmerimo in potrdimo. Takšne raziskave so opravili že pred leti na Kitajskem in Japonskem. In te povezave se vse bolj empirično potrjujejo.

**130**

3) Odnos med telesom in dušo je obravnavan tukaj skozi posredujočo in utemeljujočo vlogo Ki-ja v enotni povezavi vzajemnega delovanja. Tukajšnji kratki medicinski prikaz Ki-ja ni razširjen le v zdajšnji kitajski medicini, pač pa tudi v zdravstvenem varstvu ali gimnastiki na Kitajskem in Japonskem.

#### b) Kitajska medicina in psihofizično raziskovanje

Tukaj gre za principiелno vprašanje o bistvu in metodi vzhodnoazijske medicine. Na Kitajskem in Japonskem izvajajo danes psiho-fiziološke raziskave akupunkturnega sistema in izžarevanja Ki-ja navzven. Problem predstavlja pri tem teoretski okvir, znotraj katerega se lahko praksa vzhodne medicine po svojem bistvu prosto razvija in reflektira. Kakšen pomen ima matematizirajoča kavzalna razlaga za dojetanje celostnega telesa iz dinamičnega gibanja Ki-ja? Če razumemo to vprašanje v razponu polarnosti med kavzalnostjo in intencionalnostjo v smislu Husserla, lahko na hitro izpostavimo naslednje štiri točke:

1) Husserlova intencionalnost je razumljena kot zavestna »usmerjenost na nekaj«, v katere noetični-noematični korelaciji je konstituiran smisel. Na temeljni

<sup>29</sup> Glede splošnih terapevtskih oblik kitajske medicine prim. M. Porkert, VI. poglavje.



ravni zaznavanja ima lahko Ki naslednje lastnosti: za naše običajno zaznavanje je neviden, neslišen, vendar »otipljiv«. Otipljiv je lahko kot kinestetično občutenje gibajočega se Ki-ja v telesu ali kot celostno občutenje polnosti in praznosti Ki-ja v lastnem telesu oz. med telesi. To čutenje nima nobene jasne konture ali oblike, prej ga lahko okarakteriziramo kot nedoločno občutenje znotraj telesa potekajočega gibanja ali kot celostno občutenje atmosferičnosti. Husserl je pripisal občutenju poseben status intencionalnosti; občutenje spada k »nememu izkustvu, ki ga je treba šele pripeljati do čistega izraza njegovega lastnega smisla«,<sup>30</sup> ki ni konstituiran v običajno kot »jazno-aktivno« dojeti intencionalnosti, temveč v »pasivni« intencionalnosti.<sup>31</sup> Husserl je že v ‚5. Logični raziskavi‘ razumel občutenje po eni strani kot »prikazujoče vsebine zaznavnih aktov«, po drugi pa kot »ne-intencionalno doživetje«, ker mora »pekoča, zbadajoča, vrtajoča bolečina [...] sama veljati kot občutek«. <sup>32</sup> Tudi Scheler podarja posebno intencionalnost čutenja, ki se kaže tam, »kjer so občutki in čutenje istočasni, je pač občutek to, na kar se čutenje usmerja«, <sup>33</sup> in kritizira kantovsko pojmovanje »reduktibilnosti čutenja na ‚razum‘«. <sup>34</sup> Ta kritika je pri E. Strausu formulirana takole: »Občutenje se ne nahaja pod ‚mislim‘, ki mora spremljati vse predstave. V občutenju se nič ne apercipira. [...] Obstajajo pač primerjalne sodbe o dveh občutkih, toda nobena o dveh fazah občutenja.« Občutenje je naravnano na to, kar se naznanja že samo kot bližnje. [...] Razmislek onemi pred neposredno močjo grozljivega, strašnega, vabljivega«. <sup>35</sup> Ta posebni način »povezanosti« <sup>36</sup> ne pripada »predmetu kot objektu, in tudi ne samemu subjektu«, temveč »perspektivnemu doživljanju v občutenju«, ki ga označujemo kot »komunikacijo med jazom in svetom, ki jo doživljamo v občutenju«. <sup>37</sup>

<sup>30</sup> E. Husserl: *Cartesianische Meditationen*, Hamburg 1977, str. 40.

<sup>31</sup> Občutenje kot pasivna sinteza, prim. I. Yamaguchi: *Passive Synthesis und Intersubjektivität bei Edmund Husserl*, str. 26–30. Skrčena interpretacija Husserlovega občutenja, ki jo je uvedel Asemisen z izključitvijo »razširjanja« faz občutenja in je osvetljena šele v analizi pasivne sinteze, vodi k »noematični fenomenologiji« – ki naglaša »predmetno konstitucijo« – v kateri je malo prostora za fungiranje pasivne sinteze. Prim. H.-U. Hoche: *Handlung, Bewußtsein und Leib*, str. 22–27, 245 isl.

<sup>32</sup> E. Husserl: *Logische Untersuchungen*, Bd. V, str. 392 isl.

<sup>33</sup> M. Scheler: *Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik*, Ges. Werke, Bd. 2, 1966, str. 262.

<sup>34</sup> Prav tam, str. 271.

<sup>35</sup> E. Straus: *Vom Sinn der Sinne*, 1956, str. 123 isl.

<sup>36</sup> Prav tam, str. 128.

<sup>37</sup> Prav tam, str. 133.

V tej zvezi je sicer zanimiva Yuasaova zasnova interpretacije tega fenomena tekočega Ki-ja z Merleau-Pontyjevim pojmovanjem »telesne sheme« in »intencionalnega loka«. Na tem mestu se na kratko spomnimo, da »intencionalni lok« nosi<sup>38</sup> življenje zavesti na še globlji podlagi poenotenja, inteligence, čutnosti in motorike, in v tem smislu avtor napotuje na problematiko Husserlove pasivne sinteze. Vendar obravnava intencionalnost kot »fiziološki fenomen« oz. kot »fiziološko energijo«<sup>39</sup> in eksperimentira z meritvami, kot da bi bil »intencionalni lok« nek »realen« žarek. S tem ko diskreditira<sup>40</sup> Merleau-Pontyjevo pojmovanje kot golo filozofsko »hipotezo«, spregleda relevantnost fenomenološkega opazovanja psiho-fiziološkega sklopa. Fiziološko raziskovanje tekočega Ki-ja je seveda možno, ker je Ki neposredno povezan z našo konkretno biološko telesnostjo. Če pa ne upoštevamo razmerja med celostnim fenomenom in abstrahirano realno-zunanjo kavzalnostjo, zapademo v metodično, bistvu fenomena neustrezno prisilo.

1) Psiho-fizični ali psiho-nevrofiziološki sklop je pri Husserlu dojet kot »psihofizična kondicionalnost«, ker velja pojem kavzalnosti za »realni vzrok«<sup>41</sup> v objektivni prostorsko-časovnosti\* in ga ne smemo preprosto zamešati s pojmom »motivacija« subjekta. Po eni strani – to je odločilno – ta kondicionalnost sama predpostavlja konstitucijo objektivne telesnosti in intersubjektivitete, po drugi pa naj bi bilo sporazumevanje o tej zvezi sploh nemogoče.<sup>42</sup> Objektivirano, fizikalno naravno telo je potemtakem naravoslovna konstrukcija, katera vzrok je naturalistična naravnost, v kateri se abstrahirata izvorno živa intersubjektivna telesnost in personalni jaz. S tem zapade naravno telo v neke vrste »samopozabo«.

Po drugi strani lahko fenomen psiho-fizične kondicionalnosti različno izkusimo na – v smislu moderne zahodne znanosti – »predznanstveni ravni«. V kitajski medicini je s pojmom Ki že od samega začetka karakteristično zaznamovan

<sup>38</sup> M. Merleau-Ponty: *Phénoménologie de la perception*, str. 158.

<sup>39</sup> Prim. Y. Yuasa: *Ki Shugyō Shintai* (Ki, urjenje in telo), str. 190, 198.

<sup>40</sup> Prim. Y. Yuasa: *Shintai* (Telo), str. 231 isl.

<sup>41</sup> E. Husserl, *Ideen II*, *Hua IV*, str. 64.

\* *Raum-Zeitlichkeit*

<sup>42</sup> Prim. E. Husserl, prav tam, str. 86 isl; poleg tega: »Teza, da je intersubjektiviteta nujni pogoj za izkustvo psiho-fizične kondicionalnosti, je neodvisna od vprašanja, ali ima solipsistični subjekt svoje objektivno telo ali ne. Za njeno utemeljitev zadošča ugotovitev, da solipsistični subjekt nima možnosti sporazumevanja z drugimi subjekti.« B. Rang: *Husserls Phänomenologie der materiellen Natur*, Frankfurt a. M. 1990, str. 367 isl.

»psihofizični sklop« kot celostno obravnavanje človeške eksistence. Toda ta sklop je razumljen drugače kot »psihofizikalna kavzalnost« v smislu modernega naravoslovja, ki predpostavlja matematizacijo narave, strogo induktivno metodo in kartezijanski dualizem.<sup>43</sup> Kitajska farmakologija se je na primer v svoji dolgi tradiciji opirala na psihosomatski uvid, ki ga je pridobila s telesnim izkustvom. Pri tem igra odločilno vlogo zgoraj omenjeno razumevanje telesnosti, nevidnega součinkovanja akupunkturnega sistema in petih elementov ter etiologije Ki-ja, npr. korelacije med petimi organi, petimi elementi in petimi stanji občutka.<sup>44</sup> Učinkovanje zdravila lahko tukaj analiziramo le v tem kompleksnem delovnem sklopu organsko obravnavanega telesa; kemična analiza zdravila in namensko ekperimentiranje na anatomsko določenem živčnem sistemu pomenita dejansko konstruiran in omejen delni aspekt.<sup>45</sup>

1) Intersubjektivna telesnost v svetu življenja ima svoj temeljni sloj v predreflexni znanosti pomeni abstrakten, konstruiran razvoj na teh tleh. Waldenfels napotuje na mesto v ‚Idejah II‘, kjer je prikazano, kako »anonimno« izkustvo narave ustreza »tako dani kot delujoči podlagi doživetja«:<sup>46</sup> kot »faktično stanje, ki je v sebi nerazumljivo«.<sup>47</sup> Ta »nerazumljivost« ima »predznanstveni« značaj, in tukaj je »stičišče« duhoslovne in naravoslovne znanosti, ker že »prehod od personalistične k naturalistični naravnosti [...] ne pomeni kratko malo poti od znotraj navzven«, »kajti v svojem doživljanju smo na določen način tudi že zunaj, ne pa vključeni v samozadostno sfero čistega občutenja«.<sup>48</sup> Pomeni tudi neizčrpna tla, iz katerih se lahko dejansko razvije druga vrsta znanosti, kot npr. kitajska medicina. Kitajska medicina je že od začetka »psihosomatska« in ostaja to tudi, kolikor bazira na temeljnem dožemanju telesnosti s pomočjo pojma »Ki«. Toda ta psihosomatski uvid sloni, v nasprotju s psihofizikalnim načinom raziskovanja moderne zahodne znanosti, na svojem lastnem predznanstvenem izkustvu<sup>49</sup> in lastni znanstveni praksi, kolikor predznanstveno

<sup>43</sup> Glede okarakteriziranja kitajske medicine kot »pred-renaissance« in njenega naslavljanja z »nikakršna moderna znanost«, ki je na žalost obremenjeno z vprašljivim predpostavljanim univerzalne zgodovine zahodne znanosti, prim. J. Needham, *Medizin und chinesische Kultur*, v: *Wissenschaftlicher Universalismus*, str. 301 isl., 329.

<sup>44</sup> Prim. S. Aimi, *Kanpô no shinshin igaku* (Psihosomatika v kitajski medicini), Tokio 1976, str. 35 isl.

<sup>45</sup> Prim. S. Aimi, prav tam, str. 34.

<sup>46</sup> B. Waldenfels: *Der Spielraum des Verhaltens*, str. 118.

<sup>47</sup> E. Husserl: *Ideen II*, str. 275 isl.

<sup>48</sup> B. Waldenfels, prav tam.

<sup>49</sup> Za celostno karakterizacijo kitajskega mišljenja kot »organskega« mišljenja, ki skuša »univer

izkustvo z vajo in urjenjem pogloblja spremembo naravnosti duševne in telesne strani Ki-ja in ga ravno ne abstrahira in premešča na matematično raven.

1) Ki je mogoče kultivirati, v njem se lahko izurimo in se ga priučimo. Vsekakor pa ga ne moremo nadzorovati v tehnično-instrumentalnem smislu. Zavestna vadba spada na področje aktivne intencionalnosti, vendar mora ta zavest o »nečem« na zaželeni ravni vadbe Ki-ja svojo noemo kot nekaj predmetnega (naj gre za realno ali idealno predmetnost) izgubiti ali odpraviti. To, kar skozi »rokovanje« s konkretnimi stvarmi v telesnosti urimo, je pozornost, koncentracija, intenzivnost same zavesti, ki se kaže v kreativnem, visoko aktivnem celostnem stanju v različnih konkretnih dejanjih. Tukaj razpade tudi polarizacija intencionalnosti in kavzalnosti, toda ne na ravni predpredikativne, psihosomatske podlage doživljaja, pasivne sinteze, temveč na ravni višje »enotnosti telesa in duha«, ki jo gojijo v azijski tradiciji in na kar je usmerjeno urjenje. To bi bilo potrebno izpeljati detajlneje.

### 3. Raba besede Ki v japonskem vsakdanjiku

134

Pojem Ki je imel na Japonskem zelo zanimiv razvoj. Beseda Ki izvira, kot je bilo rečeno zgoraj, pravzaprav iz Kitajske. Toda obstaja poseben razlog, zakaj je bil ta pojem na Japonskem pozitivno sprejet in je dobil prav svojski izraz. Pred uvedbo pojma »Ki« iz Kitajske je obstajala beseda »Ke«, ki se je uporabljala kot izraz za duhovno delovanje vseh bitij »Mono no Ke« (duhovna moč stvari) v smislu animizma. Na tej podlagi so Japonci sprejeli Ki v smislu kitajske filozofije. Raba te besede se je na Japonskem kmalu zelo razširila. V zgodovinskem delu »Taiheiki« (sredina 14. stol.) je mogoče jasno pokazati več načinov uporabe te besede. Pojem se je v osemnajstem stoletju uporabljal zelo vsestransko kot izraz za psihična stanja. Iz tega časa najdemo več kot petdeset izraznih načinov prikazovanja duhovnih stanj z besedo Ki. Ti načini so ostali v uporabi do danes.<sup>50</sup> Danes razumejo Ki običajno glede na kontekst kot »zračnost, duh, duša, čud ali občutek«. Ta večpomenskost ponazarja, da Japonci brez te besede ne zna izraziti niti svojega psihičnega niti klimatskega stanja.

zum stvari in dogodkov sistematizirati s pomočjo modelne strukture, ki pogojuje vse medsebojne vplive svojih različnih delov«, prim. J. Needham: Die grundlegenden Ideen der chinesischen Wissenschaft, v: Wissenschaft und Zivilisation in China, Bd. 1, str. 216.

<sup>50</sup> Za razvoj besede Ki v literarni zgodovini Japonske prim. Y. Akatsuka: Ki no kôzô (Struktura Ki-ja), Tokio 1974, str. 47–146.

Če analiziramo rabo te besede, lahko najdemo zelo pomembno značilnost. Najprej je to ne-individualistični, medčloveški značaj. Se pravi, raba besede Ki kaže, da Ki svojega mesta nima v individu, določenem subjektu, temveč nastaja med ljudmi.

a. Kozmični značaj Ki-ja v jezikovni rabi

Tukaj bomo na kratko razjasnili rabo besede Ki. Pri tem bo obravnava, ki se usmerja na gramatične strukture, razkrila zanimive vidike. Pomožni členek »ga« kaže, da je členu »ga« predhodna beseda subjekt stavka. V naslednjih primerih se uporablja beseda Ki vedno kot subjekt stavka z neprehodnim glagolom.

1) Kot trenutno dogajanje, ki se izraža z neprehodnim glagolom.

*Ki ga hareru* – Ki se jasni: nekdo je veder.<sup>51</sup>

*Ki ga shizumu* – Ki se spušča: nekdo je otožen.

*Ki ga muku* – Ki se obrača: nekoga mika, da bi nekaj napravil.

*Ki ga tsuku* – Ki se drži: 1) (nekomu) se posveti; 2) nekdo prihaja spet k sebi.

*Ki ga suru* – Ki stori: nekdo ima občutek, da ...

*Ki ga au* – Ki se ujema: nekdo deli z nekom enako prepričanje.

2) Z uporabo členska »ni«, ki ima pomen »k«, »v« ali »po« in torej nakazuje določeno usmeritev ter funkcijo dativa:

*Ki ni iru* – vstopiti v Ki: nekaj je nekomu všeč.

*Ki ni kakaru* – biti odvisen od Ki-ja: nekaj ne moči pozabiti.

*Ki ni sawaru* – vezan na Ki: nekaj nekoga prizadene.

*Ki ni naru* – spremeniti se v Ki: \* povzročiti nekomu skrb.

*Ki ni suru* – narediti za Ki: nekoga za nekaj skrbi.

3) Za opis neke lastnosti, ki je zaradi rednega ponavljanja prešla v navado in se izraža z določenim pridevnikom.<sup>52</sup>

<sup>51</sup> S konkretnim stanjem prizadeti, namreč čuteči subjekt, tukaj ni izražen dobesedno; vendar pa je dotični v konkretni govorni situaciji pravilno razumljen. Če hočemo dotično osebo povsem jasno poudariti, postavimo na začetek stavka osebni zaimsek s pomožnim členkom »wa«, ki označuje topiko, temo stavka. Primer: »Watashi wa ki ga tsuita.« – kar zadeva mene, Ki drži; domislil sem se.  
\* zum Ki werden

<sup>52</sup> Kimurasov predlog, da bi Ki prevedli s pojmom »pogum« [Mut], je upravičen le v 3. primeru. V 1. in 2. primeru, kjer gre za opis dogajanja, je ta prevod neprimeren. Po drugi strani je za našo obravnavo dinamični značaj 1. in 2. primera pomembnejši od 3.

*Ki ga ôkii* – Ki je velik: nekdo je velikodušen.  
*Ki ga chiisai* – Ki je majhen: nekdo je malodušen.  
*Ki ga ôi* – Ki je veliko: nekdo je podjeten.  
*Ki ga nagai* – Ki je dolg: nekdo je potrpežljiv.  
*Ki ga mijikai* – Ki je kratek: nekdo je nepotrpežljiv.  
*Ki ga tsuyoi* – Ki je močan: nekdo je odločen.  
*Ki ga yowai* – Ki je šibek: nekdo je neodločen.

1) Pomožni členek »o« kaže, da je beseda pred »o« objekt stavka. Primer za to je tranzitiven glagol.

*Ki o tsukau* – uporabiti Ki: nekdo je pozoren.  
*Ki o mawasu* – Ki vrteti: nekdo je preveč pozoren do bližnjega.  
*Ki o tsukeru* – Ki prilepiti na nekaj: nekdo se nečesa pazi.  
*Ki o ushinau* – Ki izgubiti: nekdo postaja nemočen.  
*Ki o hiku* – Ki potegniti: pritegniti pozornost nase.

Pri zgornjih primerih je posebej zanimiv 1. Tukaj igra glavno vlogo Ki sam. Ki se drži nas, se obrača na nas, opravlja nekaj na nas; v tem smislu učinkuje Ki na nas in nas na različne načine nagovarja. Pomemben je dogodek sam, da nas namreč določen Ki doleti in nagovori, in spreminjajoča se pripadnost dogajanja individuu dobi pomen le pred glavnim aspektom. »Priti spet k sebi« v japonsčini prvotno ne pomeni, da *sam* spet prihajam k sebi, temveč nasprotno, da Ki spet (na meni) prihaja k sebi. Kozmični, individuuum zajemajoč značaj Ki-ja, gledan ločeno od ozadja psihično-fizične diferenciacije in prej razumljen v pojmu »učinek«, »dotik« oz. »pritegnitev«, se jasno kaže v različnih primerih uporabe.

Po drugi strani ni mogoče trditi, da lahko opišemo občutke le z besedo Ki. Japonski besednjak za izraze občutkov je zelo bogat in raznolik. Beseda Ki sama je nomen, samostalnik. Opis duševnega stanja poteka prvotno s pridevniki.

#### b. Ki in Kokoro

Nadalje ponazarja pomen Ki-ja razmejitev njegove rabe od rabe Kokoro, ki se prevaja kot »duša« ali »srce«. Namesto Ki-ja je pri nekaterih priložnostih mogoče uporabiti besedo Kokoro, toda v večini primerov besede Kokoro namesto Ki-ja ne moremo uporabiti, npr. pod rubriko 1): »Ki ga tsuku« (nekdo se je domislil priti k samemu sebi). Tukaj ne moremo reči »Kokoro ga tsuku«, ker

izraz Kokoro ni tako gibljiv in okreten kot Ki in potemtakem ne sodi k izrazu »držati se«. Poleg tega se Kokoro pojmuje bolj individualno in ne kozmično kot Ki. »Ki ga suru« (nekdo ima občutek, da ...) lahko rečemo, vendar »Kokoro ga suru« ne. S »Ki ga suru« razumemo natančno: »Ne vem zakaj in od kod, toda nekako imam nejasen občutek, da ...« Ta fleksibilna, fina, nedoločna, včasih nejasna lastnost Ki-ja se razlikuje od lastnosti Kokora, ki jo moramo označiti bolj poduhovljeno, trdno in substancialno; pri tem lahko rečemo »Kokoro o kimeru – določiti dušo: odločiti se«, ne pa »Ki o kimeru«. V istem smislu lahko rečemo »Kokoro o uchiakeru – odpreti srce: povedati nekemu nekaj zaupnega«, ne pa »Ki o uchiakeru, kajti običajno Ki-ja ne uporabljamo namerno za odpiranje, ker je Ki že zunaj v gibanju, še preden ga tako ali drugače določimo. Pri 3) je zanimivo, da »Kokoro ga nagai« (dolgo) in »Kokoro ga mijikai« (kratko) ne smemo reči, čeprav »Kokoro ga ôkii« (nekdo ima veliko srce) in »Kokoro ga chiisai« (nekdo je ozkosrčen) pa lahko. »Ki ga nagai« (nekdo je potrpežljiv) ali »Ki ga mijikai« (nekdo je nepotrpežljiv) implicira, da je nekdo lahko trajno pozoren ali da, obratno, posveča le kratko pozornost. Torej opisujemo, da je nekdo vzdržljivejši in intenzivnejši ali zmožen le manjše pozornosti. Pri Ki-ju je največkrat tematična trenutna, sedaj fungirajoča funkcija, medtem ko vsebuje Kokoro utrjeno, substancialno lastnost. S to primerjavo postane jasno, da je Ki gibljiv, lahek, fin in nedoločen, okreten navzven, funkcionalen in kozmičen, Kokoro pa trden, težak, razmeroma jasen, ponotranjen, substancialen in individualen.<sup>53</sup> Nadalje kaže Ki bolj pomen »zavesti«, medtem ko Kokoro »duše«. Kako različno se uporabljata v procesu urjenja in vadbe tradicionalnih borilnih športov, bomo prikazali v naslednjem poglavju.

#### 4. Ki in psihiatrija

Japonski psihiater Kimura poudarja bolj med človekom in naravo ali sočlovekom nastajajoči, gibljivi kozmični značaj »Ki-ja«, ne pa na individuum oz. določen posamezen subjekt omejen, ter ga naredi produktivnega za razumevanje japonske psihe ter analizo psihopatoloških fenomenov, npr. shizofrenijo. Ozadje njegovega dela tvori razvoj psihiatrije na Zahodu, od raziskovalcev, kot so Bauer, Tellenbach in Binswanger, pa do Blankenburga, v kateri gre za na-

<sup>53</sup> Prevod psihologije v japonščino pomeni »shin (enak znak kot ‚Kokoro‘ pri drugačni verziji) ri (urejanje) gaku (znanost)«; individualistični način obravnave je bil prevzet že pri sprejemu zahodne psihologije.

vezovanje na predvsem dialoško-filozofska, eksistencialistična in fenomenološka opazovanja. Psihiatrični fenomen tukaj ni mogoče obravnavati omejeno na posamezen individuum, naj je organsko ali mentalno pogojen, temveč skozi močno poudarjeno intersubjektivno medčloveškost.

Kimura opozarja na etimološki pomen besede Ki, namreč zrak ali nekaj zračnega, v kitajski naravni filozofiji. Ta nadindividualni-kozmični značaj pojma ostaja po njegovem mnenju v vsakdanji rabi tudi v današnji Japonski. Kot primer kozmološko-klimatološke rabe navaja zgoraj omenjeni »Ki ga hareru«. Dobesedno: Ki se jasni; jasni se. To pomeni, da postaja nekdo veder. Kimura interpretira besedo »Kibun«, dobesedno »Ki-del«, ki se običajno prevaja kot razpoloženje ali občutek, izvorno kot del atmosferskega Ki-ja, in skuša intersubjektivni značaj občutka pojasniti s pojmom »sodelovati pri Ki-ju«. <sup>54</sup>

#### a. Individualnost Ki-ja in njegov značaj vmesnosti

Po Kimurovem pojmovanju pomeni nekaj razpoloženskega, čustvenega pomensko polje, ki se razprostira daleč preko razpoloženskega občutja posameznika v skupno medčloveško atmosfero. Ta atmosferskost pa ne nastane šele tedaj, ko se dva človeka srečata in skušata z določenimi nameni ustvariti določeno atmosfero. Te atmosferskosti med posameznikom in njegovim okoljem ne smemo dojemati individualistično, ker izhaja poreklo razpoloženskega občutja in čutenja posameznika po Kimuri genetično iz medčloveškega odnosa. <sup>55</sup>

Srečanje med dvema človekoma pomeni torej nastajanje neke nove atmosfere, ki se med njima in njunim okoljem občasno od časa do časa dinamično dvigne. To zvezo opiše Kimura takole: »Če hočem o Ki-ju nekoga drugega reči, da je z mojim identičen ali različen, moram *neposredno* občutiti ne le svojega lastnega, temveč tudi Ki drugega. Vendar pa ni tako, da o stanju tujega Ki-ja domnevam ali ugibam, da je podoben ali celo enak mojemu lastnemu, temveč »tujj« Ki občutim v istem aktu sočutenja skupaj s svojo lastno *istočasnostjo*. V trenutku tega občutenja ni strogo vzeto še *nobene ločitve med jazom in drugim*. Do te ločitve pride šele tedaj, ko pridem od te enosti »k sebi«, k sebi, ki je že tako in

<sup>54</sup> Prim. B. Kimura: Zur wesensfrage der Schizophrenie im Lichte der japanischen Sprache, V: Jahrbuch für Psychologie, Psychotherapie und medizinische Anthropologie 17, 28, 1969, str. 29.

<sup>55</sup> Prim. B. Kimura: Mitmenschlichkeit in der Psychiatrie, Ein transkultureller Beitrag aus asiatischer Sicht, v: Z. f. Psych. u. Psychother. 19, 1971, str. 8 isl.



tako občutil Ki, ki je torej že tako in tako razpoložen. In povsem istočasno s tem ‚prihajanjem-k-sebi‘ prihaja tudi drugi, ki se je pred tem zлил z mano v istem aktu občutenja, k sebi, tokrat kot nekdo, ki je že tako in tako občutil Ki in je tako in tako razpoložen.«<sup>56</sup>

Tukaj bomo opozorili na to, da s pojmovanjem aktivnega, zavestnega vživetja, v katerem »domnevamo« ali »ugibamo« kaj posameznega, ne moremo razložiti fenomena atmosfere. Takšno vživljanje je zmeraj prepozno in je kvečjemu sekundarna interpretacija tistega, kar je nastalo že na elementarni ravni.<sup>57</sup>

#### b) Atmosfersko pred in v razmerju jaz in ti

Toda po drugi strani zgolj privzem istočasnosti soudeleženosti jaza in drugega pri atmosferem Ki-ju kot dimenzija medčloveškosti po mojem mnenju fenomena ne more temeljito pojasniti. Kimurov dialoško-filozofski nastavek predpostavlja za razlago medčloveškosti že eksistenco jaza in ti-ja in razmerje jaz-ti kot aktivno soudeležbo pri med ljudmi vedno že nastalem Ki-ju. Pri Kimurovi obravnavi manjka strogo spoznavno-teoretska ali transcendentalna zastavitev vprašanja. Seveda psihiatrična obravnava ne more vedno bazirati na določenem filozofskem stališču; vendar pa gre tukaj za to, da temeljito osvetlimo medčloveški značaj fenomena »Ki«. Dialoško-filozofski nastavek ne sprašuje v zadostni meri po pogoju, kako zaznavamo človeka kot človeka, temveč raziskuje, kako se dogaja srečanje vsakič dejansko kot »razmerje jaz-ti«. Vprašanje o transcendentalnem pogoju zaznavanja človeka ima neko filozofsko motivacijo, namreč speljati izkustvo človeka na njegov evidenten izvor in s tem pojasniti »kako« človeškega odnosa.

Kimura poudari, da nastaja atmosferskost v odnosu jaz-ti vedno znova nanovo tam, kjer ni še nobene ločitve med jazem in ti-jem. Torej je atmosferskost to, kar nastaja v odnosu jaz-ti kot skupni eksistencialni »akt sodelovanja pri Ki-ju«. <sup>58</sup> Ker ni odnos jaz-ti nič individualnega, ni atmosferskost prav tako nič individualnega. Nasproti temu pogledu in poudarku odnosa jaz-ti pa je treba

---

<sup>56</sup> B. Kimura: Zur Wesensfrage der Schizophrenie im Lichte der japanischen Sprache, v: Jahrbuch für Psychologie, Psychotherapie, medizinische Anthropologie 17, 28, 1969, str. 31.

<sup>57</sup> Nezmožnost, da bi z aktivnim, zavestnim vživetjem lastnega jaza razložili enakoizvornost drugega in njegovo tujost, je bila prepričljivo pojasnjena s temeljitimi razlagami v fenomenoloških raziskavah. Prim. B. Waldenfels: Das Zwischenreich des Dialogs, str. 39 isl.

<sup>58</sup> B. Kimura, prav tam, str. 32.

izpostaviti naslednje: v srečanju ali zaznavanju drugega človeka »dojemam« le-tega kot človeka že pred ravniyo sodbe. To je možno na osnovi pasivne sinteze, v kateri poteka celotno zaznavanje med drugim z različnimi, vizualnimi, akustičnimi čuti. V tem okviru je atmosferičnost med mano in drugim že na delu v tem zaznavanju. Vsako zaznavanje ima kot fundament nekaj atmosferskega. Tega se zavedamo pri različnih zaznavah, npr. ko zaznavamo nekaj kot robota ali človeka. Pri zaznavanju nekega objekta kot robota opazim med mano in robotom nekaj atmosferskega, česar se nisem ovedel in kar je povsem drugačno kot atmosferskost pri zaznavanju človeka, kar pa prav tako sam nisem izžval. Pri vsakem zaznavanju je na delu že nekaj atmosferskega, afektivnega. Ko Husserl zagotavlja, da naj bi bilo zaznavanje samo radikalno intersubjektivno, misli s tem tudi implicitne, genetično gledane, intersubjektivne smiselne povezave.<sup>59</sup>

140

Pri zaznavanju lahko razlikujemo dva različna primera: ali enostransko nekoga opazim ali čutim, da me tudi on zaznava. Ko sam nekoga opazim, obstajajo spet različne možnosti, npr. da ga zaznavam kot »nekoga« v predmetnem smislu, npr. kot »šoferja«, »brata«, »podobo«, z različnimi smiselnimi kompleksi in emocionalnimi barvami, ki so zmeraj zraven. V tem je atmosferičnost na ravni zaznavanja. Ker je zaznavanje samo popolnoma intersubjektivno, ker je naša prostorska in časovna zavest intersubjektivno oblikovana, ker imata naš občutek in čustvo intersubjektivne implikacije, ni presenetljivo, da ima atmosferskost kot fundament zaznavanja intersubjektivni značaj. Ni nobenega zaznavanja, ki ne bi imelo intersubjektivnega porekla.

Tukaj je glede zaznavanja telesnosti med ljudmi potrebna dopolnjujoča korektura. Čeprav Kimura glede tega ni jasen, je razvidno: preden se dva človeka srečata, je eden že v atmosferičnosti, ki nastaja med njim in njegovim okoljem v dinamični, stalni – če naj tukaj uporabimo kitajski pojem – izmenjavi kozmičnih energij Yina in Yanga. Človek je na sebi že atmosferičen. To pomeni, da živi v kozmično-klimatskem Ki-ju. Na tem mestu je potrebno navesti bioenergetično pojmovanje Ki-ja.

<sup>59</sup> Prim. E. Husserl: *Erfahrung und Urteil*, str. 442. Prim. tudi zgoraj omenjeno (glej str. 55 isl.) intersubjektivnost kot predpostavko za psiho-fiziološko kondicionalnost v *Idejah II*, § 18. Merleau-Ponty opozarja na »človeško atmosfero«: »Vsakdo se obdaja z neko človeško atmosfero, z včasih precej slabo določeno, kot denimo pri sledih v pesku, ali z zelo izrazito, kot denimo pri natančnem ogledu hiše, ki so jo šele pred kratkim zapustili njeni prebivalci.« *Phänomenologie der Wahrnehmung*, str. 399.

Ki kot atmosferičnost pozitivno sprejema in interpretira tudi Tellenbach v svoji knjigi: »Okus in atmosfera« [Geschmack und Atmosphäre]. Zanj je atmosferičnost to, kar presega realno faktičnost in to, »kar odločilno določa sočloveško druženje, kot denimo odklonitev in naklonjenost, in v občutku za atmosferičnost imamo organ za dojetanje tistega, kar povsem neposredno in enotno opredeljuje sodobnike in okolje. V stalni atmosferski izmenjavi z drugim smo dobili svoje sebe nazaj zmeraj od drugega, se pravi, iz skupne atmosferskosti. To je namreč izvorna sfera unikuma, kjer ni prišlo še do nobene ločitve med jazom in ti-jem, nobene artikulirane medčloveškosti.«<sup>60</sup> Tellenbach prikazuje atmosferičnost mnogostransko, predvsem v povezavi z oralnim smislom s pomočjo analize psihopatoloških primerov. Zgornja opredelitev atmosferskosti pa napravi očitno, v kolikšni meri njegovi prikazi »preverbalnega in prerefektivnega sveta atmosferskosti«<sup>61</sup> spoznavnoteoretsko neučinkovito presegajo Kimurove opise.<sup>62</sup> Razliko med atmosferskim Ki-jem in Ki-jem kot pozornostjo je potrebno zdaj opisati še podrobneje.

### c. Fenomen pozornosti

Tukaj lahko pritegnemo v našo debato sam fenomen pozornosti. Pri Husserlu je le-ta po eni strani prikazan z jaznim-aktom intencionalnosti in po drugi s horizontnostjo pozornosti: »Na splošno je pozornost bistveni strukturi specifičnega akta jaza (jaznega akta v pregnantnem smislu besede) pripadajoče tendiranje jaza k intencionalnemu predmetu, [...] in sicer kot izvršujoče-tendiranje. [...] Začetek ima torej intencionalni horizont, kaže preko sebe v prazen, šele v prihajajočih izpolnitvah nazoren način; napotuje implicitno na kontinuiran sintetični proces [...], skozi katerega se razteza *kontinuirana enovita tendenca*.«<sup>63</sup>

Merleau-Ponty pogloblja in konkretizira to horizontnost pozornosti v svojem razmišljanju o oblikovnem horizontu afekcije. To spoznanje je ponazorjeno najprej v zastavitvi vprašanja: »zakaj zbuja pozornost ravno ta ali oni aktualni

<sup>60</sup> H. Tellenbach: *Geschmack und Atmosphäre*, Salzburg 1968, str. 56.

<sup>61</sup> Prav tam, str. 116.

<sup>62</sup> Tellenbach govori v svoji razpravi: *Die Begründung psychiatrischer Erfahrung und psychiatrischer Methoden in philosophischen Konzeptionen vom Wesen des Menschen* (V: *Neue Anthropologie* Bd. 6, izd. H.-G. Gadamer, P.Vogler, Stuttgart 1975, str. 138–181) o določitvi »človeka v načinu biti atmosferskosti (sferična antropologija)« in se jasno navezuje na pojmovanje Ki-ja pri Kimuri. Prim. prav tam, str. 175 isl.

<sup>63</sup> E. Husserl: *Erfahrung und Urteil*, str. 85.

predmet, če so vsi njegovi deli zavesti vnaprej lastni?« Tukaj gre za »zavest«, »vedoče ne-vedenje za še ‚prazno‘ in kljub temu že določeno intenco, ki je bistvo pozornosti.«<sup>64</sup> A po drugi strani vključuje to praznino in izpolnitev sam pojem intencionalnosti. Njegov odgovor se glasi: »Biti pozoren ne pomeni samo jasneje poudariti že prej dano; nasprotno, pomeni učinek pozornosti, tako dano izvorno oblikovno artikulirati. Predhodno oblikovane so oblike same kot horizonti, v celoti sveta konstituira povsem novo regijo.«<sup>65</sup> Poleg oblikovne artikulacije pozornosti je pomemben način izvrševanja pozornosti: »Tako se akt pozornosti povezuje s svojimi predhodnimi akti skozi prevrat danosti, in enotnost zavesti se sestavlja korak za korakom v »prehodnih sintezah«. To je čudež zavesti: skozi pozornost prikazati fenomene, ki enotnost predmeta v istem trenutku, v katerem jih razkrojijo, ponovno vzpostavijo v novi dimenziji.« Potemtakem je vse bolj jasno, da se problemsko področje pozornosti jasno prekriva s področjem pasivne sinteze v Husserlovem smislu. To se kaže tudi v naslednjem stavku: »Tako pozornost ni asociacija podob [...], temveč aktivna konstitucija nekega novega predmeta s *tematizacijo in ekplikacijo* tega, kar je bilo prej le navzoče kot *nedoločen horizont*.«<sup>66</sup>

**142** Zanimivo je tudi, da vidi Merleau-Ponty nalogo genetične fenomenologije v raziskovanju tega področja: »Zavest kaže soočiti z njeno lastno predrefleksivno živo prisotnostjo pri stvareh, prebuditi jo v njeni lastni pozabljeni zgodovini: to je prava naloga filozofske refleksije in edina pot k ustrezni teoriji pozornosti.«<sup>67</sup>

Tukaj se lahko z vidika pasivne in aktivne diference fenomena Ki ozremo na govorno rabo Ki-ja, kakor je bila obravnavana zgoraj. Tam je bilo opozorjeno na to, da lahko rabo Ki-ja različno obravnavamo s členom »ga« (označitev subjekta) in »o« (označitev objekta). Pri prvem ima glavno vlogo Ki sam: Ki ga muku (Ki se obrača = nekoga mika, da bi nekaj napravil), Ki ga tsuku (Ki drži = nekomu je prišlo na misel). S tem je izraženo, da nas Ki obdaja kot atmosferičnost in klimatološkost, da smo vedno že v atmosferičnem, še preden to reflektiramo. Po drugi strani lahko Ki »uporabimo« (Ki o tsukau = nekdo je pozoren), »držati se česa« (Ki o tsukeru = nekdo pazi), »vrteti« (Ki o mawasu = nekdo je preveč pozoren), tako da ga preobjektiviramo, čeprav ne more biti nikoli pod popolnim nadzorom. Končno ne moremo obravnavati ti dve strani

<sup>64</sup> M. Merleau-Ponty: *Phänomenologie der Wahrnehmung*, str. 49.

<sup>65</sup> M. Merleau-Ponty, prav tam, str. 51.

<sup>66</sup> Prav tam, str. 52.

<sup>67</sup> Prav tam, str. 53.

Ki-ja seveda nikoli ločeno, temveč le v medsebojnem vplivu, kakor je to pri součinkovanju med pasivno in aktivno sintezo pri Husserlu.<sup>68</sup>

d. Terapevtska metoda: molk v atmosferskem, tekočem Ki-ju

Da bi konkretno prikazal vlogo atmosferskega Ki-ja v sočloveškosti, še preden je na delu aktivno udeležen, pozoren Ki, bi želel tukaj navesti zanimiv primer iz psihiatrične prakse. Japonski psihiater Tadashi Matsuo je skozi recepcijo fenomenološkega obravnavanja Blankenburgove psihiatrije in njegove obdelave intersubjektivitete pri Huserlu prispel do tega, da je shizofrene paciente tretiral metodično z medčloveškim molkom.<sup>69</sup>

Kot primer posrečenega zdravljenja navaja naslednji primer:<sup>70</sup>

Pacient T. je bil pred stacionarnim sprejemom obravnavan dvakrat v različnih bolnišnicah, ko pa je prišel k Matsuu, je bil telesno in mimično močno napet, v avtističnem stanju sploh ni govoril, ležal je v togo na postelji in gledal v strop. Matsuo (spodaj M.) ga je ogovoril, vendar ni dobil nobenega odgovora. M. ni mogel storiti nič drugega, kot da se je usedel poleg njega in skušal podaljšati svojo prisotnost, toda razpoloženje je bilo tako napeto, da je jasno občutil zavračanje svoje navzočnosti. Molk je postal skoraj neznošen – kasneje označen kot molk (I). Postopoma je jasno začutil, da, ko ni imel nobenega namena, da bi opazoval T.-jevo stanje ali ga pripravil do govorjenja, ga tudi ni gledal ali mislil nanj in se je ukvarjal le s svojimi lastnimi mislimi, tedaj ga je T. poleg sebe prenašal. Se pravi, ko se ni jasno zavedal T.-ja in je brez zanimanja mislil le na druge stvari ter bil brez misli sproščeno tam, je začutil, da se je napetost v molku sprostila. Potem si je prizadeval, da bi preživel več časa pri T.-ju, pri čemer je mislil le sam nase in svojo intenco ni naravnal na T.-ja.

Potem je prišlo med njima sčasoma do majhne spremembe:

T. je pokazal med M.-jevo prisotnostjo manj togo mimiko, in M. je lahko tako ostal pri njem več kot eno uro. Ta čas se je vse bolj podaljševal, in M. je mislil vse manj nanj, včasih pa tudi nase ne; zgolj sedel je poleg T.-ja in od časa do

---

<sup>68</sup> Prim. moje delo, 1982, str. 109 isl., 121.

<sup>69</sup> Pim. T. Matsuo: Chinmoku to jihei, bunretsubyôsha no genshôgakuteki chiryôron (Molk in avtizem, fenomenološka terapija shizofrenih), Tokio 1987.

<sup>70</sup> Naslednji opis parafrazira prosti prevod str. 5–25, pri T. Matsuu, prav tam.

časa celo zadremal, se zbudil in opazil, da je tudi T. spal ali gledal v strop. Molk, ki je prevladoval v tem času, je kasneje označil kot molk (II). Po prvem mesecu je ta čas narasel na skupno več kot tri do štiri ure dnevno. Po petdesetih dneh se je T. prvič usedel na posteljo, pogledal M.-ja z rahlim nasmeškom in mu z gestami nakazal, da bi rad z njim jedel mandarino. Po dveh mesecih je M. T.-ju predlagal, da se skupaj sprehodita po notranjem dvorišču bolnišnice; T. mu je sledil z velikim naporom, in po sprehodu se je popolnoma sproščen usedel na svojo posteljo in se M.-ju nasmehnil; dnevi, ko sta se lahko skupaj sprehajala po dvorišču, sedela na klopi in molče jedla, so postajali vse pogostejši. Ta molk pa se je v primerjavi s prejšnjim, napetim, spremenil. M. ni občutil T.-jevo molčanje nič več kot zavračanje, temveč kot njun medij, ki ga je podpirala tudi skupna hrana. V tistih urah, ko je M. začutil atmosfero, ki je dopuščala, da T.-ja ogovori, ga je ogovoril. T. je pri tem pokazal največkrat napetost in ni odgovoril, toda včasih se je začel s takšnim molkom sam na kratko izražati o svojem stanju.

144

Po petih mesecih je skušal T. prenočiti doma; to se ni posrečilo. Potem je začel M. zaradi svojega dvoma do T.-ja zavzemati določeno distanco in skrajševati čas molka; to ga je pripeljalo do prejšnjega stanja, toda v sedmem mesecu se je med njima polagoma spet vzpostavil sproščen molk. Sčasoma je postalo to sobivanje v molku tako samoumevno in naravno, da je bil lahko M. do T.-ja pri skupnem obedovanju in sprehajanju zaupen in sproščen in ga je prenehal nagovarjati kot zdravnik pacienta. Po dveh mesecih sproščenega druženja je hotel T. spet domov in želel to namero tudi uresničiti. Takoj nato je lahko stanoval z drugimi pacienti v skupni sobi in poldrugo leto po svojem sprejemu zapustil bolnišnico. T. živi sedaj kot ribič.

Matsuo poudarja poseben pomen molka (II) v tem procesu, v katerem lahko človeka brez medsebojnih intenc, se pravi brez predmetne noeme, pustita drug drugega kot individua v ne-zainteresiranosti.\* To označuje kot »nepredmeten, nezainteresiran molk«. <sup>71</sup> V nasprotju s tem vlada v molku (I) aktivna, na partnerja kot individua naravnana, upredmetujoča intencionalnost. Matsuo se navezuje na terapijo z molkom, ki so jo predlagali že Schwing, Benedetti in Sechehaye,<sup>72</sup> in jo skuša razložiti s fenomenološko analizo intersubjektivite,

\* Un-interesiert-Sein

<sup>71</sup> T. Matsuo, prav tam, str. 30.

<sup>72</sup> Prim. T. Matsuo, prav tam, str. 34–39; tukaj omenjena literatura: G. Schwing: Ein Weg zur Seele

predvsem s pasivno sintezo, v kateri so predrefleksivno konstituirane intersubjektivne povezave smisla.

V molku (II) je upredmetujoča intencionalnost postavljena izven funkcije; to vsebuje po Matsuu Blankenburgovo epoché II, ki je na osnovi Schützovega poudarka naravne naravnosti vzvraten odnos do naravne naravnosti označil kot epoché II.<sup>73</sup> S to epoché se skuša upredmetujoča in reflektirajoča intencionalnost v svetu življenja, v katerem se čuti bolnik ogrožen in iz katerega skuša ubežati v zaščitno cono avtizma, dejansko odpraviti in s tem odpreti prostor za molk (II), v katerem se bolnik v tekoči izmenjavi Ki-ja atmosferskosti kot predrefleksivne, nepredmetne intencionalnosti sčasoma počuti samozavestneje in lahko spet vzpostavi odnos do drugega.

Zato opisuje Matsuo cilj terapije z molkom takole: »da terapevt (sprva) kolikor je mogoče oslabi odnos, ki intendirá ti [...], s čimer se ponovno vzpostavi prava pasivna intersubjektiviteta med pacientom in zdravnikom, in sčasoma omogočimo nastanek na svetu življenja bazirajočem razmerju jaz-ti.«<sup>74</sup> To pomeni, da ne smemo takoj na ti naravnano pozornost do pacienta uporabiti kot terapijo in potemtakem pacientu ne bi smeli nasilno odtegniti odpor in zaščito v obliki avtizma, temveč nasprotno, pacient in zdravnik naj v molku II tekočo pasivno intersubjektiviteto postavita kot skupno osnovo za odnos jaz-ti v svetu življenja.<sup>75</sup>

Iz povzetka zgornjih premislekov o Ki-ju glede pridobitev v psihiatriji, dobimo naslednje točke:

1) Ki je obravnavan z dvojnega vidika; po eni strani kot Ki, ki zmeraj že obstaja kot atmosferičnost med ljudmi in med človekom v svetu ter je poleg tega povezan s Ki-jem v kitajski medicini, ki nevede ritmično kroži v našem telesu in se izmenjuje s Ki-jem v kozmosu; po drugi strani kot Ki, ki je na delu kot pozornost, npr. v razmerju jaz-ti med zdravnikom in pacientom.

des Geisteskranken, Zürich 1940; G. Benedetti: Klinische Psychotherapie, Bern 1964; M. A. Sechehayé: Introduction à une psychothérapie des schizophrènes, Pariz 1954.

<sup>73</sup> Pim. T. Matsuo, prav tam, str. 46 isl. – nanašajoč se na W. Blankenburg: Phänomenologische Epoché und Psychopathologie, v »Alfred Schütz und die Idee des Alltags in den Sozialwissenschaften«, 1975; in »Phänomenologie der Lebenswelt-Bezogenheit des Menschen und Psychopathologie«, v: Sozialität und Intersubjektivität, ur. E. Grathoff/B. Waldenfels, München 1983.

<sup>74</sup> T. Matsuo, prav tam, str. 217.

<sup>75</sup> Prim. prav tam, str. 229 isl.

2) S tem razlikovanjem je tematizirano atmosfersko razmerje med ljudmi, ki je predhodno razmerju jaz-ti; to ima odločilen pomen ne le za vprašanje konstitucije intersubjektivitete, temveč tudi za terapijo z molkom.

Nadalje:

3) Dvojni vidik Ki-ja nam bo pri obravnavi procesa urjenja borilnih športov, ki diferencira vajo poglobljanja ali analizo zavesti šole Yogâcâra, omogočil konstruktivne nastavke.

## TELESNOST V URJENJU JAPONSKIH BORILNIH ŠPORTOV

### 1. Vaja v dihanju in vaja v »katak« (osnovna oblika)

#### a. Pojem urjenja: duhovno-telesna vaja

Urjenje borilnih športov se navezuje na razvoj celotne osebe. Najprej je potrebno pojasniti pojem »urjenje«, ker se zdi vaja športnih zvrsti le ena vrsta učinkovitega treniranja telesa in doseganja določenega učinka. Zdi se, da gre tukaj za obvladovanje lastnega telesa, za metodo obvladovanja in nadzorovanja telesa kot objekta. V vsakdanjiku izvajamo hojo, tek, skakanje, metanje, dviganje itd. večinoma glede na cilj, da bi nekaj opravili; pri tem običajno nismo pozorni na lastno telo in njegovo gibanje, razen pri motnjah takšnega gibanja. V športu pa postane hitra hoja, skakanje v višino, metanje v daljavo, dviganje uteži sam cilj; da bi dosegli rezultat, kolikor je le mogoče natančno nadzorujemo in treniramo telo. Ali nastopa tukaj prefinjena, povečana, najvišja oblika razcepa subjekt-objekt, v katerem gre za to, da telo objektiviramo in obvladamo do najvišje možne stopnje? Enako vprašanje si lahko zastavimo pri vseh umetnostih, ki zahtevajo dobro telesno obvladovanje, kot npr. ples.

Zanimivo je, da je tistemu, ki se uri v konkretni telesni umetnosti, včasih naklonjena srečna ura, v kateri izgine razcep na subjekt in objekt in obenem doseže najvišjo mero »uspeha«, ki pa je zanj v tem trenutku, paradokсно, nepomemben. To pa ni danes več nikakršen eksotični »izjemni« fenomen. Sčasoma so socialni psihologi ta fenomen sprejeli.<sup>76</sup>

<sup>76</sup> Prim. npr. B. M. Csikszentmihalyi: *Beyond Boredom and Anxiety – The Experience of Play in work and Games*, San Francisco/Washington/London 1975, nem. Prev.: *Das Flow-Erlebnis*, Stuttgart 1985.



Japonska tradicija se tega fenomena zaveda in ga razume s pojmom »urjenje« kot cilj izobraževalne poti. Tukaj ne najdemo v doseženem stanju nikakršnega nasprotja med jazom in svetom več; tako imenovana »enotnost telesa in duha« je udejanjena. Toda kaj pomeni takšna tematizacija, kot je to tako imenovana enotnost telesa in duha? To ni nikakršno mistificiranje načinov mišljenja ali eksotično, skrivnostno prikrivanje, temveč konkretno doživetje, ki ga v vseh tradicionalnih japonskih borilnih športih vadijo dan na dan in v vsakem posameznem boju bolj ali manj intenzivno tudi udejanjajo. Tudi ni zgolj opis tega, kar razumemo s fungirajočo telesnostjo. Nezaostrost dualističnega pojmovanja telesnosti na ravni zaznavanja je bila že precej dobro razložena v pomembnih fenomenoloških analizah Husserla in Merleau-Pontyja. Toda nam gre za fenomenološki opis in pojmovanje bistvenega neke posebne dimenije, ki jo lahko dosežemo le z dolgimi in intenzivnimi vajami. Zato moramo proces vaje ustrezno opazovati, tako da bomo lahko pojasnili zelo diferencirano povezavo telesnosti, razmerje med duhovnimi in telesnimi elementi.

#### b) Vaja v dihanju kot izvor duhovne intenzitete

Poseben pomen vaje v dihanju je razmeroma znan na področju yoge, avto-genega treninga ter zen-meditacije. Na japonskem pomeni beseda Kokyū (dihanje) poleg »dihanja« tudi »trik«, \* in to ne velja le za vajo v borilnih športih in zen-meditaciji, temveč za vse umetnosti: ples, gledališče, glasbo, slikarstvo in vse vrste ročnih del. Toda kako ozka je povezava med vajo v dihanju in tako imenovano duhovno vajo, izraža najjasneje beseda mojstra v lokostrelstvu, pri katerem je E. Herrigel vadal lokostrelstvo.<sup>77</sup> Takole pravi: »Kajti s tem dihanjem ne odkrivате le izvora vseh duhovnih moči, temveč dosežete tudi to, da se ta vrelec čedalje obilneje pretaka in toliko lažje preliva skozi vaše ude, toliko sproščenejši ste ...«<sup>78</sup> Tukaj najdemo opozorilo, da je pravilno dihanje celo na svoji izvorni ravni tesno povezano z duhovno močjo in da predstavlja nalogo, ki jo je mogoče vedno izboljšati. Najprej bi radi videli, iz česa je sestavljeno pravilno dihanje. Nato bomo поблиže pogledali povezavo z notranjo naravnostjo.

\* Kunstgriff

<sup>77</sup> Prim. E. Herrigel: Zen in der Kunst des Bogenschießens, München 1955. E. Herrigel je po svojem poučevanju, kot docent filozofije je predaval na Univerzi Tôhoku od leta 1924 do 1929, vadal lokostrelstvo pri mojstru Abe-ju in dosegel v tej umetnosti zelo visok nivo.

<sup>78</sup> E. Herrigel, prav tam, str. 30.

Fiziološko gledano ne pomeni dihanje nič drugega kot izmenjavo plinov živega bitja, izmenjavo med kisikom (O<sub>2</sub>) in ogljikovim dioksidom (CO<sub>2</sub>). Po eni strani lahko dihanje v določeni meri nadzorujemo; za določen čas lahko dihanje zadržujemo ali zelo počasi ali hitro vdihujemo in izdihujemo. Na teh možnostih temelji dosti prakticiranih tehnik ali vaj dihanja. Toda takšno zavestno dihanje je dejansko redko, kajti običajno ljudje ne izvajamo dihanja zavestno. Poleg zavestno nadzorovanega dihanja funkcionira avtomatično preko malih možganov vodeno dihanje. Le-to prevladuje npr. v spanju.<sup>79</sup>

Številni opisi pravilnega dihanja v vzhodnoazijskih vajah za dihanje imajo skupno precej točk. Dve pomembni značilnosti sta trebušno dihanje in dolgo, lahno izdihanje. Mojster Abe opisuje takole: »Potisnite po vdihu sapo počasi navzdol, tako da se *trebušna stena* nekoliko napne, ter jo tu zadržite nekoliko časa. Potem izdihnite kolikor je mogoče *počasi in enakomerno* ter po kratki pavzi hitro spet zajemite zrak. – Po nadaljnjem izdihavanju in vdihavanju se bo ta ritem sčasoma določil sam.«<sup>80</sup>

c. Koncentracija na dihanje in ožja psihosomatska povezava med dihanjem in spretnostjo

148

Ta sprva zavestna vaja v dihanju se dejansko izvaja tako intenzivno, da pravo delovanje, v obravnavanem napenjanju loka, stopi v ozadje, ker se celotna koncentracija usmeri na dihanje: »Skoncentrirajte se izključno na dihanje, kot da ne bi hoteli početi nič drugega.«<sup>81</sup> Popolna koncentracija na dihanje pa za začetnika sploh ni tako preprosta naloga. Enaka vaja, koncentracija na dihanje, se pri zen-meditaciji v določenih šolah prakticira kot pomembna vaja. Ta vaja zahteva, da razen dihanja ne mislimo na druge stvari, naj je to dolgo le sekundo.

Po dolgi vadbi dihanja dosežemo določeno stanje zavesti, v katerem izgine običajna zavest aktivnega delovanja. Herrigel opisuje to takole: »Naučil sem se tako brezskrbno izgubiti v dihanju, da sem imel občasno občutek, da ne diham sam, temveč, kakor se že čudno sliši, *sem dihan*. In če sem se v urah zamišljenega ovedenja *upiral* tej nenavadni predstavi, pa nisem mogel več dvomiti, da je v dihanju to, kar je bil mojster obljudil.«<sup>82</sup>

<sup>79</sup> Prim. J. Piiper/M. P. Koepchen: *Atmung. Physiologie des Menschen*, Bd. 6, München/Berlin 1975.

<sup>80</sup> E. Herrigel, prav tam.

<sup>81</sup> E. Herrigel, prav tam, str. 32; podčrtal I. Y.

<sup>82</sup> Prav tam.

To je v številnih pogledih zelo zanimiv opis. Najprej nas zanima, zakaj se je moral Herrigel »*upirati* tej nenavadni predstavi«. Za to lahko navedemo dva razloga. Najprej dopuščajo pomen in upoštevanje samozavesti v evropskem novem veku malo prostora za področje, v katerem se sploh lahko in smemo izgubiti.<sup>83</sup> Večinoma je to zelo negativno okarakterizirano, kot npr. opoj z glasbo ali čutno ugodje, kjer je »samo-izgubljenost« negativno ovrednotena. Človek se mora paziti takšnega močnega občutka. Po drugi strani je takšno doživetje označeno kot »občutek«. Apostrofiranje kot »občutek« ali »intuicija« je pač tudi edino, kar lahko skoraj adekvatno poda stanje zavesti. Vendar je ovrednotenje pojma »občutek« problematično. Občutek velja po novoveškem, zahodnem pojmovanju zunaj religijsko-filozofskih opazovanj, kot pri Schleiermacherju ali R. Ottu, za zgolj »subjektivnega in individualnega«, kot nekaj stvarno in znanstveno sekundarnega.<sup>84</sup>

Toda ta notranji in subjektivni občutek »biti dihan« je v jasni povezavi z »zunanjo, telesno« realnostjo, ki se neposredno izraža v praksi urjenja lokostrelstva. O tem zopet Herrigel: »*Kvalitativna razlika* med temi manj posrečenimi in še zmeraj številnimi spodletelimi poskusi je bila pri tem tako prepričljiva, da sem bil pripravljen priznati, da zdaj končno razumem, kaj bi moralo pomeniti ‚duhovno‘ napanjanje loka. To je bilo torej bistvo stvari: *nikakršen tehnični trik*, za katerega sem zaman poskušal priti, temveč *osvobajajoče in novo možnost odpirajoče dihanje*.«<sup>85</sup> Še jasneje lahko vidimo povezavo s pomočjo primerov, pri katerih je bilo idealno dihanje moteno. »Ko sem napel lok, je prišel trenutek, v katerem sem začutil: če ne bo prišlo takoj do strela, ne bom mogel več zdržati napetosti. In kaj se je zdaj nenadoma zgodilo? Edinole to, da me je obšlo *težko dihanje*.«<sup>86</sup> Ali: »Zagrizen odpor do izčrpavajočega *težkega dihanja*, tako da ni šlo drugače, kot da sem si pomagal z ročnimi in ramenskimi mišicami. Obstal sem ... vendar v krču, in sproščenost je izginila.«<sup>87</sup>

<sup>83</sup> R. Schinzinger dobro opaža pri odporu do takšne razsubjektivizacije oz. »razosebljenja« na zahodu naslednje: »Kljub Goethejevi zreli modrosti o »odpovedovanju« nam je budistično merilo razosebljenja tuje. Spoštovanje individualne duše, originalne osebnosti, nas ločuje od Vzhoda.« R. Schinzinger: Einleitung zu »Nishida Kitarō: Die intelligible Welt«, Berlin 1943, str. 19.

<sup>84</sup> Glede interpretacije »občutka odvisnosti« v Schleiermacherjevi filozofiji religije prim. G. Scholz: Die Philosophie Schleiermachers, 1984, str. 130–140. Glede »religije kot numinozne vznesenosti« pri R. Ottu prim. R. Otto: Das Gefühl des Überweltlichen, 1941.

<sup>85</sup> E. Herrigel, prav tam, str. 33, podčrtal I. Y.

<sup>86</sup> Prav tam, str. 40.

<sup>87</sup> Prav tam, str. 39.

Tukaj naletimo na trditev, da je »duhovna« napetost loka – kaj to sploh pomeni, bomo podrobneje obravnavali kasneje – tesno povezana s pravilnim dihanjem in da ob napačnem dihanju, negativno gledano, pride do težkega dihanja, ki se neposredno izraža v spodletelosti pravilnega napenjanja in v izginotju sproščenosti. Vendar lahko sedaj ravno odvrnemo, da naj bi bila povezava med težkim dihanjem in spodletelostjo napenjanja zgolj fiziološka, tukaj omenjena »duhovna« napetost, ki se zdi utemeljena le na občutku »biti dihan«, pa še vedno subjektivna. S tem ugovorom lahko celotno problematiko še zaostriamo in razjasnimo naslednje vprašanje: Ali je vaja v dihanju konec koncev zgolj tehnika, sredstvo smotra, ki je v odličnem zadetju cilja? Potem bi šlo zgolj za tehnicizacijo in avtomatizacijo določene vaje, ki jo je mogoče dovršiti do te mere, da se pojavi končno občutek izvzetosti vsake zavesti, da tehniko izvajamo sami, da se torej vaja kvazi »neosebno« izvaja sama od sebe. Ta avtomatizacija in občutek »kvazi neosebnosti« je že izkušnja, ki jo imamo iz kolesarjenja.<sup>88</sup>

Ali torej »duhovna napetost« ne pomeni nič drugega kot golo avtomatizacijo vaje? Preden načnem to osrednje vprašanje, bi rad obravnaval japonski pojem »Waza« (prevedeno s pojmom tehnika) in »Kata« (oblike, praoblike), s čimer si bomo lahko konkretnije predstavljali vadbeni proces v japonskih borilnih športih.

150

c. Waza (tehnika) in posnemanje kat (praoblik)

Waza pomeni na določen smoter vezano tehniko, da bi se lahko ta smoter učinkovito in pravilno izpolnil. V različnih borilnih veščinah obstajajo različne posamezne tehnike izvajanja določenega gibanja na določen način. Po drugi strani pa se pri obvladovanju takšnih tehnik v japonski tradicionalni borilni veščini vedno zelo upošteva, *kako* se izvaja. Posamezne tehnike se lahko izvajajo z višjo intenzivnostjo, tako da postanejo lastni cilj, in utegne se zdeti, kot da razen izvajanja tega gibanja ne bi bilo na svetu nič drugega.

Pri tem je za pomen intenzivne vaje zelo pomembna razlika med psihološkimi in fiziološkimi mejami. Kdor vadi določeno tehniko, doseže po določeni, trdi vaji svojo psihološko mejo; misli ali čuti, da »*sam* ne morem nič več vaditi«; ta mejni občutek je tesno povezan z določenim strahom ali samopresojo. Vendar dober trener ali učitelj ne ostane na tej meji samopresoje in občutka treni-

<sup>88</sup> Glede tehnike in avtomatizma prim. A. Gehlen: *Anthropologische Forschung*, Hamburg 1961, str. 96 isl.

rajočega, marveč učenca spodbuja k nadaljevanju, do fiziološke meje, ki jo lahko označimo kot mejo telesnosti. Na tej točki posreduje učitelj. Dober učitelj natanko pozna obe meji svojega učenca in ve, da lahko pride do pravega utelešenja ali obvladovanja tehnike med tema mejama, prestopanjem psihološke meje in upoštevanjem fiziološke. Na tem mejnem področju oslabi sklicevanje na zavestni »jaz«, vse bolj živo in močnejše postaja delovanje iz »nezavednega«. Zato učitelj svojega učenca spodbuja, da se sam hitro odpravi k temu področju.<sup>89</sup>

Na tem področju se izoblikuje celovitost in enovitost učenca. Pri npr. kendôju je to opisano z besedami »Ki Ken Tai Ittchi«<sup>90</sup>: Enotnost Ki-ja, meča in telesa. Meč pomeni tukaj gibanje meča, posamezne tehnike večšine. Ki je v tem primeru po eni strani pozornost in volja, po drugi pa dinamično čutenje celotnega gibanja samega sebe in drugega. Obvladovanje meča naj bo torej v skladu s pravilno telesno držo in pozornostjo. V procesu, katerega cilj je doseganje enotnosti, učenec sam spozna, kako ozko in subtilno sta povezana pozornost in telesno gibanje.

#### d. Vaja kat (osnovne oblike) v tekočem Ki-ju

V kendôju obstaja npr. deset osnovnih oblik, ki jih mora trenirajoči mojstriti. Le-te vsebujejo različne vrste udarcev (oblike) v različnih fiktivnih borbenih situacijah.<sup>91</sup>

Vaja oblike\* pomeni, da različne borbene situacije zreduciramo na njihovo osnovno situacijo in vadimo njeno vsakič ustrezno osnovno obliko, povezavo med akcijo in reakcijo z vsakič pravilno obliko udarca. Ponavljanje vaje je nujno za doseganje utelešenja teh oblik, ne da bi morali različnosti vsakokratnih konkretnih situacij intelektualno presojsati ali si jih predstavljati. V tej vaji oblike se je mogoče priučiti osnovna pravila gibanja z mečem. Toda kaj pomeni

---

<sup>89</sup> Za to spoznanje se moram zahvaliti osebnemu pogovoru z mojstrom kendoja K. Andôju, Univerza Waseda, Tokio.

<sup>90</sup> S. Ômori: *Ken to Zen (Meč in zen)*, Tokio 1973, str. 245 isl. Glede pojma »Shin Ki Ryoku Ittchi« (Enotnost srca, Ki-ja in moči), ki pomeni vsebinsko isto, prim. Shi. Nakabayashi: *Nihon kobudô ni okerushintairon (Nauk življenja v japonskih tradicionalnih borilnih športih)*, v: *Shisô* Nr. 604, 1983, str. 111.

<sup>91</sup> Glede kat v kendôju prim. N. Shigeoka, *Zenkai Nihon kendô gata (Pojasnitev osnovnih oblik kendôja)*, Tokio 1982, str. 12–14.

\* Form-Übung

utelešenje osnovnega pravila? Merleau-Ponty je pravilno pokazal slabost tradicionalnega filozofskega pojmovanja, ki takšno temeljno človeško prakso, denimo učenje maternega jezika, plazenje, vstajanje, hojo, tekanje, branje, tja do tipkanja in šofiranja ali mečevanja, razlaga bodisi mehanistično bodisi idealistično. Ustrezno razumevanje učnega procesa obstaja po njem v uvidu v telesno shemo in njeno fungirajočo »prehodno sintezo«. <sup>92</sup>

Pri vaji Kendôja delata dva v paru: učitelj in učenec. Najprej se pokaže, kako oz. v kakšnem zaporedju naj protiudarec učenca sledi udarcu učitelja. To spominja na pričakovan odgovor na določeno vprašanje. Po uvežbanosti postane obema očitno, kateri udarci si sledijo. Končno se navodila učitelja koncentrirajo vse bolj na to, da se izvaja vaja v intenzivnem, polnem Ki-ju, tako da se v vsakem primeru, se pravi pri udarjanju in po udarjanju, udejanja enotnost Ki-ja, meča in telesa. Predvsem je treba poudariti, da se celotna vaja izvaja v paru, tako da je podan nastavek učitelja (učitelj vodi posamezne vaje) in je vse naprej okarakterizirano v dinamičnem teku ter iztekanju in vtekanju Ki-ja med učiteljem in učencem. Če učitelj pri tem spreminja tempo, zamah in situacijo, mora učenec ustrezno odgovoriti, ne da bi izgubil enotnost Ki-ja, meča in telesa.

**152**

Najpomembnejše točke glede vaj oblike je mogoče povzeti takole:

1) Dogovorjena oblika je izraz za vse možne udare. Ta izraz je kristalizacija popolnoma napetega Ki-ja; to je primerljivo z udarcem strele, ki se zabliška skozi oblake in osvetli celotno nebo. Polnost Ki-ja, ki se lahko izraža v vseh možnih oblikah, v vseh priložnostih, je predpostavka in cilj te vaje.

2) Učitelj vodi vajo. Pazi na ujemanje dihanja in eksistence intenzivnega Ki-ja na obeh straneh; šele kot je to uresničeno, vstopi sam.

3) Učenec odgovori na udarec učitelja. Toda v najboljšem primeru uspeha vaje ga ne pričakuje. Določeno pričakovanje ponazarja že »predstavo«, ki, kot je Husserl izčrpno analiziral, <sup>93</sup> je na delu že v zaznavanju pri pasivni ali aktivni

<sup>92</sup> Prim. Merleau-Ponty: *Phénoménologie de la perception*, str. 166–172, str. 177–179; »Prostor, v katerem poteka posnemanje, ni objektivni ali ‚predstavni prostor‘, utemeljen na miselnem aktu, zoperstavljen konkretnemu prostoru s svojimi absolutnimi mesti« (str. 166). Glede možnosti integriranja »predrefleksivnih strukturirajočih učinkov socialne geneze« v pedagoško teorijo socialnega učenja prim. K. Meyer-Drawe: *Leiblichkeit und Sozialität*, 1984, str. 255–269.

<sup>93</sup> E. Husserl: *Analysen zur passiven Synthesis*, Hua. XI, Den Haag 1966, str. 72 isl.

sintezi. Takšna predstava ne more koeksistirati s pravilno izpolnjenim Ki-jem »brez predstave«. Ki učenca naj bo tako kot učiteljev še naprej pozitivno izpolnjen, tako da bo njegov odgovor kot istočasna osvetlitev neba s streljo, strela brez namena, osvetlitev brez namena.<sup>94</sup>

4) Ma (med-[prostor]) med partnerjema je pomembna naloga vaje. Ta med je prostor razmaka, kjer lahko pride vsak trenutek do udarjanja z obeh strani. »Vstopiti v med«, »razmak je preozek ali prevelik«, to sta izraza različnih modalitet tega med. Med je pač po partnerjih vedno različen in nastaja vedno nanovo.

5) Posnemanje se začne že pri pravilnem opazovanju mojstrove predstavitve kat. Za to obstaja posebna beseda: »Mitorigeiko«. –»Mitorigeiko« pomeni dobesedno »gledati-in-sprejeti-vajo«, kar pomeni, da gledamo izvajanje večščin skozi mojstra in si prisvajamo kvintesenca večščin, kar je že pomemben del vaje. Pravimo celo, da učenec krade večščin mojstru, ker mojster natančno ve, kdaj naj določeno večščin pokaže določenemu učencu na določenem nivoju, in je kljub učenčevi vnemi ne pokaže do primerne časa. Izurjen učenec lahko pri pogledu na predstavitev mojstra dojame kvintesenca večščin. Pri tem ni pomembna le sinestezija zaznavanja učenca, temveč se njegova celotna telesnost nadaljuje skozi Ki v telesu mojstra, in tam doživi in vadi gibanje mojstra. Kakor pokaže Merleau-Ponty, se organist vživi (vadi) v kratkem času v zanj nove orgle.<sup>95</sup> Prav tako se tudi telesnost učenca vadi v večščin mojstra z vso svojo pretanjeno spretnostjo.

153

## 2. Vaja Ki-ja v urjenju borilnih športov

a. Povezava med dihanjem, Ki-jem in Kokorom v urjenju

S. Ōmori ima za najpomembnejši razlog, zakaj se je praksa urjenja mečevanja razvila iz takratnega odkritega bojevanja na prostem, v tem, da so imeli ogromen pomen za bojevanje navodila in vaje dihanja ter s tem dosežena vzdržljivost in notranji mir.<sup>96</sup> Vaja dihanja in Ki-ja sta zelo tesno povezani med sabo.

<sup>94</sup> Za to delovanje brez predstave navaja D. T. Suzuki dober primer živali, ki je takoj razumela dušo in namen drvarja, ki jo je hotel ujeti, in se ga je izogibala. Ko pa bi drvar »brez pričakovanja in predstave« vneto delal, bi ga padajoča sekira ubila. – Prim. D. T. Suzuki: Zen und die Kultur Japans, Hamburg 1985, str. 55 isl.

<sup>95</sup> Prim. M. Merleau-Ponty: Phénoménologie de la perception, str. 175.

<sup>96</sup> Prim. S. Ōmori: Ken to Zen (Meč in Zen), str. 235 isl.

---

Vendar pa dihanje in Ki seveda nista identična. Ki pomeni filozofsko gledano materialno-duhovno, kozmično energijo, ki tvori prasnov in praoblisko sveta. V kitajski medicini ga dojemajo tako, da se pretaka skozi telo v določenem, nezavednem ritmu. Vendar lahko označimo dihalno vajo vedno kot glavni dostop do vaje Ki-ja, ker zavestna vaja dihanja lahko pomeni neposredni nastavek za vajo nezavednega področja.

V zgodovini Kendôja obstaja perioda, v kateri so posebej obravnavali vajo Ki-ja kot svoj najpomembnejši del. Nek tekst iz tega časa, z začetka osemnajstega stoletja, opisuje pomen in prakso vaje Ki-ja.<sup>97</sup> Iz opisa lahko razberemo, da so takrat dojemali Ki v različnih izročilih, npr. v taoizmu, konfucianizmu in v kitajski medicini, raznotero kot tisto, kar neposredno zadeva človeški vsakdanjik. Z medicinskega vidika je bil takrat dobro znan naslednji nazor: »Vse funkcije človeškega telesa so nastale skozi fluid (mišljen je Ki). Zato človek z močnim fluidom ne zbolí. [...] V nekem medicinskem delu to pomeni: ‚Od stotine bolezni izvirajo vse iz fluida.‘<sup>98</sup> Ki (tukaj v tekstu preveden vedno z besedo ‚fluid‘) je nadalje obravnavan v povezavi z etičnim življenjem z besedo ‚srce‘, zgoraj je bil izražen kot duša (»kokoro«), takole: »Gre za to, da je fluid močan in neprikrit. Srce in fluid sta v temelju enotna.«<sup>99</sup> Tukaj opazimo zlasti to, da je izobraževanje močnega, zdravega Ki-ja obravnavano v vsakdanjiku v tesni povezavi z etičnim življenjem, »srcem«: »Če srce ni jasno, se fluid oddalji od poti in zaide v samovoljno gibanje. Če je fluid v neurejenem gibanju, izgubi svojo oblast nad močjo in odločnostjo in ovira s površinskim vedenjem jasnost srca. [...] Vse te stvari lahko preverimo in spoznamo pri umetnosti mečevanja. Zato mora začetnik najprej izpolniti svoje človeške dolžnosti kot otroško pieteto in bratovsko ljubezen in se odtrgati od človeškega poželenja. Ko človeška poželenja niso več samovoljno v gibanju, potem je fluid zbran in neoviran. [...] Prav tako je pri mečevanju. Da je duh miren in fluid v harmoniji, da so reakcije spontane in se tehnika izvaja naravno, to določa njegovo bistvo.«<sup>100</sup>

To trditev zlahka razumemo v povezavi s celotnim kontekstom Ki-ja. Zgoraj pri medicinskem obravnavanju Ki-ja smo ugotovili, da bolezen nastane v glavnem zaradi močnih emocij, ki motijo harmonično-ritmično pretakanje Ki-ja v telesu. Etična naloga človeka, ki je tesno povezana tudi z obvladovanjem moč-

<sup>97</sup> Prim. Shozan Shissai: Tendu geijutsu ron (Veščina hribovskih demonov), Weilheim/Obb. 1969. Glede tega razvoja prim. R. Minamoto: Kata (Osnovna oblika), Tokio 1989, str. 219–237.

<sup>98</sup> Prav tam, str. 123.

<sup>99</sup> Chozan Shissai, prav tam, str. 122.

<sup>100</sup> Prav tam, str 123 isl.



nih emocij v idealni obliki vrline, je pri tem istočasno naloga ustvarjanja in ohranjanja močnega in zdravega, harmoničnega Ki-ja.

Ta poudarek sodelovanja med Ki-jem in Kokorom etičnega življenja je tradicionalni konfucianski aspekt, ki je bil posebej znan v času Meng-tsu-ja (okoli 372 do 289 pr. n. š.). Ômori interpretira Meng-tsujevo izjavo »volja je gospodar Ki-ja, in Ki je polnost iz (v) telesa« tako, da naj bi bil Ki energija, skozi katero se izvršuje volja, in da Ki posreduje nevidno srce (dušo) in vidno telo.<sup>101</sup> Vendar Meng-tsu obravnava učinek med voljo in Ki-jem kot součinkovanje: »Če je volja enotna, lahko premika Ki, in če je Ki enoten, lahko premika voljo.« V tem kontekstu je obravnavano urjenje Ki-ja kot naloga, ki je tesno povezana z etičnim osmišljanjem »človeških dolžnosti«.<sup>102</sup>

Povezavo med dihanjem, Ki-jem in Kokorom (srce, duh) bomo obravnavali sedaj z vidika stopenjskosti zavesti. Kokoro, ki je nosilec etičnega osmišljanja, je bolj ali manj zavesten. Ki, ki je s Kokorom v razmerju součinkovanja, je kot atmosferičnost in pozornost bolj ali manj zavesten, kot medicinski fenomen pa, ki se ritmično pretaka po telesu, običajno nezaveden. Vaja dihanja poteka na začetku zavestno, vendar pa pride na koncu do pravilnega dihanja nezavedno. Ta vaja se izvaja s Ki-jem kot pozornostjo, ki jo lahko okarakteriziramo kot gibljivo, navzven obrnjeno, funkcionalno in kot zavest, ne pa s Kokorom (duša, srce), ki ga je potrebno obravnavati bolj kot ponotrano, substancialno in kot trdno voljo.<sup>103</sup> Ômori opozarja na to, da Ki dihanje vodi, ne pa mu sledi. S tem ni z njim eno, temveč je pred njim; tako postane dihanje sčasoma daljše in pravilno.<sup>104</sup>

b. Sta vaja v dihanju in vaja v Ki-ju tehniki?

Tukaj se lahko vrnemo k sredi poglavja zastavljenemu vprašanju, ali je z dihalno vajo tesno povezana vaja Ki-ja tehnika, obvladovanje sredstva za nek končni cilj, in se v tem smislu prišteva k avtomatizmu, pri katerih se lahko dejavnost brez razcepljene zavesti z določenimi deli izvajajo celostno, kvazi »nezavedno.

<sup>101</sup> Prim. S. Ômori: *Ken to Zen (Meč in Zen)*, str. 151 isl.

<sup>102</sup> Prim. S. Ômori: *Zen no hassô (Uvid Zena)*, str. 127.

<sup>103</sup> Prim. zgoraj op. 22.

<sup>104</sup> Prim. S. Ômori: *Sanzen nyûmon (Uvod v Zen)*, str. 71 isl.

Stanje zavesti popolne koncentracije na poenotenje z dihanjem ne smemo zamenjevati z avtomatizmom, kot npr. sposobnost, da lahko dobro kolesarimo brez zavesti o podrobnostih. To je mogoče dobro razumeti iz zgornjega opisa povezave med etičnim življenjem, ki ga nosi Kokoro, in vajo Ki-ja. S Kokorom povezana vaja Ki-ja zahteva urjenje, ki zadeva celotno življenje in terja vseživljenjsko vajo. Da bi še jasneje pokazal razliko med tehničnim mišljenjem in urjenjem, bi rad navedel izjavo zenovskega meniha Takuana, ki je mojstru mečevanja svetoval o pravilni notranji držī.<sup>105</sup>

V tem primeru uporablja Takuan besedo »Kokoro« (srce), ki implicira tukaj tudi funkcijo Ki-ja. Zastavi si vprašanje nekega učenca mečevanja: kam naj se obrne srce v boju? Njegov odgovor se glasi: »Če se obrne k gibom nasprotnika, potem se zadrži pri tem. Če se obrne k mislim, kako ga bo podrl na tla, potem se zadrži pri teh mislih. Če se obrne k mislim, da ga nasprotnik ne bo podrl, potem se zadrži pri teh mislih. [...] Sploh ne misli na to, kam naj se srce obrne, kajti potem bo srce napolnilo celotno telo do konca prstov na nogi in roki. [...] Če srce enkrat vztraja v enem delu telesa, potem ga je treba s tega mesta premestiti in spraviti v delovanje tja, kjer je potrebno. Ta prenos pa dejansko ni lahek. Kajti srce se prime natanko tam, kjer se je enkrat že zadržalo. [...] Če ne vztraja nikjer, potem pusti nazadnje drugo [...] na cedilu. Za to (ne zadržati se na nobenem določenem delu, I. Y.) pa je potrebna velika in dolga vaja.«<sup>106</sup>

**156**

Morali bi se spomniti, da je šlo prej pri mečevanju za življenje in smrt; misel, da je potrebno nasprotnika pobiti in ne biti pobit, je globoko zakoreninjena v celotni eksistenci, zavesti in nezavednem bojujočega. Kako se lahko tega dejansko osvobodimo? Stalna omamljenost s kakim sredstvom ne pomaga, temveč vodi v lastno uničenje. Celo misel, da bi bili brez misli, je misel. Pri zen-meditaciji, ki jo bomo pozneje izčrpnjeje obravnavali, začnemo večinoma z nujnim vprašanjem o smislu življenja in vneto iščemo rešitev, ki jo imenujemo »preboj« ali »razsvetljenje«. Toda zenovski učitelj pravi učencu: »Če imaš le še najmanj jasno predstavo o ‚preboju‘ ali o začetnih črkah ‚pre-‘, je to le znamenje, da moraš še naprej vaditi in vaditi.«

<sup>105</sup> Citirano po D. T. Suzuki: Zen und die Kultur Japans, str. 52.

<sup>106</sup> D. T. Suzuki, prav tam, str. 53. Prim. tudi opis E. Herrigela: »Duh je navzoč povsod, ker se ne zadržuje nikjer, na nobenem posebnem mestu. In lahko ostane navzoč, ker, tudi če se nanaša na to ali ono, od tega ni premissljuje odvisen in zato ne izgubi svojo izvorno gibljivost.« E. Herrigel: Zen und die Kunst des Bogenschießens, str. 48.

Pri vaji japonskih športov dobimo zmeraj namig, da se vaja ne izvaja le v telovadnici, temveč se mora nadaljevati zunaj nje v celotnem vsakdanjiku. To zadeva ravno dejanskost počasne preobrazbe v pravo »nesebičnost«, »Mushin« (ne-srčnost\*), ki velja kot oznaka zgoraj omenjenega stanja zavesti »popolne enotnosti z dihanjem«.

Zgoraj povedano kaže, da ni takšna vaja na koncu nikakršno golo urjenje tehnike. K tradicionalni zamisli tehnike spada bistveno pojem »zavestnega in tudi nezavednega smotra« in »sredstva«. Pri tem gre za to, da določen smoter tehnično učinkovito mojstrimo z določenim sredstvom preko aktivnega samozavedanja.<sup>107</sup> En primer: lokostrelski mojster Abe je rekel Herrigelu, ki je po dokončanju vaje v napenjanju lahko prešel na vajo streljanja: »Pravi strel v pravem trenutku izostaja, ker se ne otrešete samega sebe. Ne napenjate se zaradi izpolnitve, temveč čakate na svoj neuspeh. Dokler bo tako, nimate nobene druge izbire, kot da sami izzovete od vas neodvisno dogajanje, in dokler ga izzivate, se vaša roka ne razpre na pravilni način – kakor roka otroka; ne počí kot lupina zrelega sadeža.« Herrigel je na to odvrnil: »[...] končno napnem lok in ustrelim, da bi zadel cilj. Napenjanje je torej sredstvo za smoter. In ta odnos ne morem izgubiti izpred oči. Otrok ga še ne poza, jaz pa ga ne morem več izključiti.«<sup>108</sup>

157

Nasprotje med izpolnitvijo, počenjem lupine zrelega sadeža, in tehničnim mišljenjem, ki je tesno povezano z aktivnim samozavedanjem in zavestjo predmetnih smotrov, prihaja tukaj jasno na dan. Urjenje tradicionalnih japonskih športov meri na stanje zavesti, v katerem se samo-naravnost, ki korenini v telesni osrediščenosti,<sup>109</sup> in predmetna zavest udejanjenja večšine razpustita sami.<sup>110</sup>

\* Nicht-Herzgeist

<sup>107</sup> Čeprav pozna moderna tehnika fenomen, da postane sredstvo nenadzorovljiva potencia in je mišljeno s stališča razpoložljivih potenc kot možni smoter, se mi zdi, da se relacija smoter-sredstvo ali sredstvo smoter tehnike ni toliko spremenila, ker delujemo pod zavestnim ali nezavednim »dabi-razmerjem« [Um-zu-Verhältnis]. Prim. diferenciran razmislek o tehniki pri B. Waldenfelsu: Die Reichweite der Technik, v: Der Stachel des Fremden, str. 140–150.

<sup>108</sup> E. Herrigel: Zen und die Kunst des Bogenschießens, str. 41.

<sup>109</sup> Prim.: »Telo ima sedaj za svoj jaz edinstveno oznako, da nosi v sebi nično točko vseh teh orientacij.« E. Husserl, Ideen II, str. 158; prim. tudi Int. III, str. 642 isl.

<sup>110</sup> S tem ko se iztrgate samemu sebi, se tako odločite, da boste pustili za sabo samega sebe in vse svoje, da ne bo od vas preostalo nič več kot nenamerna napetost.« (E. Herrigel, prav tam, str. 42).

Madžarsko-ameriški sociolog Csikszentmihalyi je raziskoval strukturo veselja in intrinzično motivacijo pri takšnih dejavnostih, kot so šah, plezanje po skalah, rock-ples in kirurgija ter s pojmom »flow-doživetja«, ki se nanaša na njegovo oznako iz pretočne kvalitete »polzenja«, okarakteriziral kot prikladno razmerje med potrebami po delovanju in zmožnostmi delovanja.<sup>111</sup> Pri globokem »flow« se na zanimiv način kot strukturni momenti pokažejo zgoraj omenjene značilnosti intenzivnega urjenja japonskih klasičnih športov, npr. »zaostritev pozornosti«, »raztapljanje delovanja in zavesti«, »integracija duha in telesa«,<sup>112</sup> »transcendenca mej ega«<sup>113</sup>. Toda sklicevanje na flow-doživetje dobi pomen šele tedaj, ko ni obravnavano zgolj kot nekaj »nenavadnega«, temveč je mišljeno v povezavi s socialnim vsakdanjikom. Zato ni samo »zgrešeno«, temveč nujno »obravnavati v njem najdeno okrepljeno stanje duha kot pogoj za razvoj novih kulturnih oblik.«<sup>114</sup>

### c. Dogajanje in postajanje onstran aktivnosti in pasivnosti

158

V urjenju japonskih tradicionalnih borilnih športov se zmeraj upošteva moment, v katerem zavestna dejavnost trči ob svojo mejo in se začne prebujati nezavedna telesnost. To se jasno izraža tudi v jezikovnem izrazu s pomočjo glagola »naru« (postati, dogajati se). Ko rečemo »ta oblika (vam) je dozorela«, to pomeni, da se »nekaj dogodi«, tako kot »sneži«. Dejstvo, da je nekdo določeno obliko zelo dolgo vadil in jo sedaj obvladuje, tukaj ni najpomembnejše. To je mogoče spet razbrati iz tistih besed mojstra Abeja, ki jih je izrazil neposredno po dolgem urjenju posrečenega mojstrskega strela Herrigela: »Pravkar je izstrelilo,‘ je vzkliknil, ko sem ga ves iz sebe pogledal [...] ,Kar sem rekel,‘ se je hudoval mojster, ,ni bila nikakršna pohvala, le ugotovitev, ki vas ne sme zadevati. Prav tako se vam nisem priklonil, kajti pri tem strelu ste povsem nedolžni. [...] zdaj vadite naprej, kot da se ni zgodilo nič.«<sup>115</sup>

Ta pozornost na od določenega subjekta neodvisno, za Japonca pa »naravno« dogajanje se kaže v posebni slovnični obliki, »jihatsu kei«, ki ne označuje niti aktivnosti niti pasivnosti, temveč ustreza bolj grški medialni obliki.<sup>116</sup> Na pri-

<sup>111</sup> Prim. M. Csikszentmihalyi: *Das Flow-Erlebnis: Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen*, Stuttgart 1985.

<sup>112</sup> M. Csikszentmihalyi, prav tam, str. 130.

<sup>113</sup> Prav tam, str. 116.

<sup>114</sup> Prav tam, str. 134. Tukaj omenjeno »stanje duha« je seveda stanje integracije duha in telesa.

<sup>115</sup> E. Herrigel, prav tam, str. 66.

<sup>116</sup> Obstaja »verbalno označeno dogajanje ali stanje«, »od katerega je subjekt prizadet, vendar brez

mer »Yama ga *mieru*« – »mieru« je medialna oblika, in »ga« označuje, da je prva beseda (v tem primeru »Yama« [gora]) subjekt stavka – pomeni pri tem dobesedno »Goro (mi) je videti«; nasprotno pa pomeni »Yama o miru« – »miru« eksoaktivni glagol in »o« označuje objekt stavka – dobesedno: »(jaz) vidim goro«. Drug primer: »Jûyô da to *omoeru*« (zdi se mi, da je to pomembno); pri tem se medialna oblika »omoeru« (zdi se mi) razlikuje od eksoaktivnega glagola »omou« (misliti), npr. »jûyô da to omou« (mislim, da je to pomembno). Ko uporabljamo te izraze, »nekaj videti« ali »zdi se mi«, s tem mislimo: ni pomembno, da strogo omejeni končni jaz nekaj vidi ali misli; najbrž gora ni vidna samo »meni«, temveč tudi drugemu, ali takšne misli nas sedaj doletijo iz vseh mogočih, tudi neizrečenih razlogov.

V skladu s karakterizacijo japonskega medija, ki ni niti aktiven niti pasiven, trdi P. Hartmann nekaj pretiravajočega: »Človek se tako v za svoje življenje odločilnem stiku z okolico ne vidi kot samostojno bitje, ki se iz sebe polašča svet, temveč kot od dogajanj ,aficirani objekt‘. Svetovna dogajanja nastopajo v japonskem pogledu na svet kot nosilni elementi vsega dogajanja [...]: indogermanskemu, aktivnemu dejavnemu subjektu ustreza v japonščini področje, kateremu pripada nek proces; niti ni označeno, ali ima v tem subjektnem področju svoj izvor, kaj šele, da ga je ta ,subjekt‘ proizvedel.«<sup>117</sup>

Pomembno je tudi to, da je ta oblika medija, ki ni niti aktivna niti pasivna, razvojno-zgodovinsko gledano izvorna oblika, iz katere so se razvili pasiv, pogojnik in za japonsko societeto izjemno pomemben honorativ.<sup>118</sup> Nadalje je bil medij izvorno izraz za numinozno, sveto, od katerega se je čutil človek neposredno prizadet in ga je gledal s spoštovanjem;<sup>119</sup> in ta element tvori jedro pomena honorativa. Dejansko je potrebno omeniti, da »svet medija« v japonskem živem svetu ni le živ, temveč je njegova posebna vrednost prepoznana v obliki honorativnih izrazov, ki ustrezajo na Japonskem posebej pomembnim socialnim odnosom.

*Prevedel Jože Hrovat*

agensa in ne glede na to, ali z lastno namero ali ne.« B. Lewin: *Abriß der japanischen Grammatik*, Wiesbaden <sup>2</sup>1975, str. 152.

<sup>117</sup> P. Hartmann: *Einige Grundzüge des japanischen Sprachbaues*, Heidelberg 1952, str. 115. – Pri tem je treba upoštevati, da avtor redko poudari zgoraj omenjeni grški medij.

<sup>118</sup> Prim. K. Sono: *Die Höflichkeitsformen des Japanischen*, v: *Monumenta Nipponica* IV, 1941, str. 335, tudi H. Araki: *Keigo no Japanologie*, (Japanologija v ljudnostnih oblik), Tokio 1990, str. 140.

<sup>119</sup> Prim. H. Araki, prav tam, str. 162 isl.