

Jan Bílý



33 příběhů na cestu k celistvosti


MAITREA



Jan Bílý



**v umění
konstelací**

33 příběhů na cestu k celistvosti



MAITREA

2020

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Bílý, Jan, 1954-

Zen v umění konstelací : 33 příběhů na cestu k celistvosti / Jan Bílý. -- První vydání. --
Praha : Maitrea, 2020. -- xvii, 98 stran

ISBN 978-80-7500-533-5 (brožováno)

* 615.851-025.21 * 316.614.5-025.12 * 244.82 * 171 * 316.472.4 * 244.82-582/-587 *
165.322 * (035)

- systemická terapie
- rodinné konstelace
- zen-buddhismus
- životní problémy
- interpersonální vztahy
- sebepoznání
- duchovní poznání
- příručky

615.8 - Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

Jan Bílý

Zen v umění konstelací

Copyright © Jan Bílý, 2020

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2020

ISBN 978-80-7500-533-5

MOTTO

*Na počátku bylo slovo
a to slovo bylo boží
a to slovo bylo: „Teď!“*

*Tuto knihu věnuji všem, kteří věří v Teď,
aniž by se utápěli v Kdyysi nebo toužili po Příště.*

Milí čtenáři,
snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v textu nějakou chybu, napište nám na nakladatelstvi@maitrea.cz a my ji rádi opravíme.
Díky, Vaše nakladatelství

OBSAH

Předmluva.....	ix
Poděkování.....	xvii
1. Boty	1
2. Lýtka	3
3. Šamanka.....	5
4. Strop	7
5. Nerozum	10
6. Máš to za pár.....	12
7. Koutkem oka.....	14
8. Vyber si	17
9. Žít peklo	20
10. Dálka	22
11. Mrtvý táta	25
12. Arytmie.....	27
13. Pieta	30
14. Dveře	32
15. Nezávislost	35
16. První máj	38
17. Otcovská láska.....	40
18. O věčném dávání.....	42
19. Mlčeti zlato	45
20. O člověku, jenž vyskočil z lodi.....	48
21. Jonáš a velryba.....	50
22. Hledám muže.....	52
23. Couvání, které léčí.....	55
24. Já chci	58
25. Výstup na osmitisícovku.....	61
26. Diabetes u syna	64
27. Rýma.....	66

28. Oko, které příliš rychle vyrostlo.....	68
29. Po čem toužíme.....	71
30. Matka (Minimální ristretto)	74
31. Samota (Cappuccino).....	76
32. Útěk, touha a jednota (Rituální caffè latte)	79
33. Jak se dostat na druhou stranu (Silné české kafe s lógreem)	83
Závěrem.....	91
Poznámka k uvedeným kóanům	97

PŘEDMLUVA

V květnu 1999 jsem se poprvé zúčastnil konstelačního semináře. Bylo to v německém meditačním centru „Parimal“ a konstelace vedl můj pozdější učitel Robert „Ramateertha“ Doetsch. Tou dobou jsem měl za sebou téměř dvacet let účasti ve všech možných ezoterních i méně ezoterních kurzech, seminářích a výcvicích, prakticoval jsem zen pod vedením katolického kněze na ostrově Reichenau, kreslil horoskopy pro přátele a později i několik let pro platící klienty, stal jsem se sannya-sinem (žákem) indického mystika Osha a pobýval jsem u rakouského druida Antona Raborneho. Ale vždy, když jsem se setkal s rodinnými konstelacemi, jsem byl přesvědčen, že je to něco, co jde úplně mimo mne, neboť – já přece žádnou rodinu nemám a mít nechci. Od svých rodičů jsem už dávno utekl do Německa a tam, do toho podivného Česka, se už nikdy nevrátím. Basta.

Jenže jak víme, od svých kořenů člověk neuteče. Hned během prvních několika konstelací, na které mě tenkrát „vylákala“ moje tehdejší partnerka a velká láska Astrid, jsem pochopil, že to, co se před mýma očima odehrává, je přesně to, co mozaice mého života doposud chybělo. A tak to byly právě konstelace, které mi znovu otevřely přístup k mé rádoby zapomenuté rodině, především k tátovi (který tou dobou byl již rok po smrti) a dále i k té, do té doby naprosto neviděné, síle mých českých předků. Setkal jsem se opět s linií mé milované babičky z máminy strany, jež pocházela z vyšší pražské buržoazie, ale i s opravdu pravými proletáři ze strany mého táty, kde prastrýc byl členem tajné Masarykovy Maffie. Pochopil jsem, že právě tyto dvě linie ovlivňují moji neustálou oscilaci mezi nedostatkem a přebytkem, nejen na materiální úrovni.

A také jsem do svého srdce přijal, být in memoriam, mého tátu, a to včetně jeho horlení pro Stranu, ze které ho nakonec roku 1969 pro jeho engagement během Pražského jara vyhodili. Ale především jsem rychle pochopil, že tuto metodu můžu, pokud bych se v ní vyučil, používat nejen pro rodinné problémy, ale i jako poradenskou metodu pro firmy, kluby, svazy, strany, etnické skupiny, státy – prostě všude tam, kde jde o ohraničenou skupinu, která se vyznačuje příslušností, soudržností a vzájemnou výměnou, tedy dáváním a přijímáním. A tak jsem se po hlavě vrhl do studia.

Na jaře roku 2002, coby novopečený „konstelář“, jsem zavítal do Prahy, která pro mne byla ještě docela cizí – na Hradě zářilo havlovské srdíčko, téměř všichni horečně podnikali a já občas míchal do své mateřštiny německá slova, na jejichž český překlad jsem si zrovna nemohl vzpomenout. A protože věci se opravdu nedějí náhodou, tak jsem, bloumajíc ulicemi Vinohrad, zabloudil do ezoterického obchůdku paní Tuškové, která mi nabídla, že zorganizuje můj první seminář v mém rodném městě. Přišlo čtyřicet pět účastníků. A od té doby jsem s konstelacemi nepřestal.

Za ty roky seminářů jsem se v mé konstelační práci hodně vzdálil něčemu, co nazývám „terapeutickým přístupem“. Co to znamená? V mých výcvicích učím své studenty, že mohou pracovat na trojaký způsob: jako terapeuti, koučové a průvodci. K tomu používám následující, hodně zjednodušený, nicméně ledasco objasňující obraz: Terapeut pluje lodičkou po řece, a pokud se někdo topí, tak ho, tak trochu jako plavčík na plovárně, zachraňuje. Vytáhne ho do lodičky, přičemž se může stát, že se jeho loďka sama rozkymácí, nebo nedej bože převrhne. To tehdy, když terapeut nedbá na svoje vlastní bezpečí, na odstup od klienta a zanedbává supervize. Problém tohoto přístupu je ten, že terapeuta

svádí k tomu myslet si, že ví. Že rozpozná správné od špatného, patologické od zdravého a že je schopen klienta dostat opět do bezpečné, funkční a obecně uznávané rovnováhy. Past, která číhá na každého terapeuta, je přesvědčení: „Já a můj svět jsme v pořádku,“ nebo „Je to klient, který potřebuje pomoci.“

Druhý přístup je přístup kouče. Kouč nepluje po vodě, ale pracuje se svým klientem na břehu. Učí ho dovednostem (plavání), které mu pomohou dostat se na druhou stranu řeky. To má několik důležitých předpokladů. Zaprvé klient musí chtít. Zadruhé musí být jasný jeho cíl (druhý břeh). A zatřetí klient a kouč by měli uzavřít smlouvu – například, co se stane, když se klient na druhý břeh nedostane nebo když se přestane chtít učit plavat. A také – co ho ta výuka bude stát. Velký problém tohoto přístupu leží v tom, že tam, kam se klient chce dostat, kouč většinou nikdy nevkročil. Ten, který vás koučuje na vítěze, sám nemusí nutně umět vyhrávat.

Třetí přístup není nepodobný archetypálnímu obrazu řeckého Charóna. To byl převozník, jenž vozil duše zemřelých přes řeku Styx do podsvětní říše zapomenutí. Konstelář v podobě novodobého Charóna samozřejmě neví, zdali se převoz podaří. Řeka je zrádná, počasí vrtkavé a kdo ví, zdali klienta uprostřed řeky nepřepadne panika (psychospirituální krize) a z lodičky nevyskočí. Také musí ten, kdo se chce dostat někam, kde to vlastně vůbec nezná, být na „přechod“ náležitě připraven. Měl by projít rituální očišťovnou, na zaplacení Charóna by měl mít dvě zlaté mince (které starověcí Řekové kladli svým mrtvým na oči) a v neposlední řadě musí mít odvalu tuto velkou transformaci podstoupit. Nebezpečí tohoto druhu práce vězí v tom, že převozník nikdy nemůže za klienta převzít zodpovědnost. To jediné, co může a měl by garantovat, je, že dělá svou práci nejlépe, jak umí. Jak to řekl

jeden z mých šamanských učitelů, Holandan Daan van Kampenhout: „Pokud pracuješ s duší, tak to jediné, co tě certifikuje, je tvoje vlastní duše.“ Nebo jinak řečeno: „Držme si klobouky, bude to (pro oba) fičák.“ Je zřejmé, že já sám mám největší příbuznost se třetím druhem konstelářů.

Poslední dobou se v mé práci objevuje ještě čtvrtý přístup. Nazval bych ho „zenovým přístupem“. A právě o tomto způsobu práce je tato knížka. Již delší dobu, často na závěr výcvikového bloku nebo na konci semináře, stavím takzvané „ristretto-konstelace“. Toto označení velice krátkých, nicméně do velké hloubky mířících konstelací, jsem převzal od mé učitelky Sneh Schnabelové, která milovala Itálii a s ní i tento druh kávy. Ne náhodou byla nedaleko prostoru, kde v jihoněmeckém Freiburgu své semináře pořádala, výborná pražírna kávy a malá, vyhlášená kavárnička, kam jsme, v přestávkách mezi „hustými“ konstelacemi, chodili mlsat.

Z mého pohledu jsou ristretta (nejen ta konstelační ☺) nejvíce „tady a teď“. Pokud mají konstelace tu vlastnost, že během semináře „rozumíme“ všem konstelacím kromě té, kterou jsme si nechali postavit sami, tak se tato konstelační ristretta vymykají normálnímu, logickému pochopení ještě víc. Nutí klienta alespoň na chvíli radikálně přestat přemýšlet, přestat se zabývat těmi nám všem známými konstrukty typu: „Co by bylo, kdyby to, co je, bylo jiné?“, „Kde jsem udělal chybu a proč?“ nebo „Jak se konečně dostanu k tomu nebýt pořád v hlavě?“ Konstelacím ovšem nemusíme „rozumět“, především ne ihned poté, co jsme tu vlastní zažili. Ve velké většině případů nám totiž konstelace neukazují nějakou „správnější“ nebo „lepší“ realitu, kterou bychom měli pochopit. Konstelace také neposkytují nějaký jasný návod na to, jak máme jednat. Kouzlo konstelační práce vězí v tom, že nám často