

# *Tradiční a novodobé přístupy k ošetření fyzických, emočních a energetických náleží v pánevní oblasti v kontextu Metody 3\*3 Školy pánevního dna Renaty Sahani*

---

*Závěrečná práce absolventa akreditovaného kurzu Školy pánevního dna*

Milan Hojdar (květen 2018)



**(prázdná strana)**

## ÚVOD

Tento dokument je součástí závěrečných prací a zkoušek předepsaných k absolvování akreditovaného lektorského kurzu Školy pánevního dna (ŠPD) ve školním roce 2017/18.

Text se zabývá srovnáním ošetření Jóni v tradičním tantrickém kontextu a v kontextu novodobých metod inspirovaných tradičním přístupem.

Účelem tohoto textu není ani popsat podrobně kteroukoli z praxí, ani být návodem pro jejich provádění.

## POJMY

Poněkud krkolomný název – *Ošetření fyzických, emočních a energetických nálezů v pánevní oblasti v kontextu metody 3\*3* – je důsledkem jazykové bitvy. Slova jako *léčení* nebo *terapie* jsou vyhrazena pouze vyjmenovaným profesím a oborům. Výraz (*vaginální*) *mapování*, který je v této souvislosti užíván další skupinou, je příliš úzce vymezen. Proto pro tento text záměrně volím neutrální slovo *ošetření*.

Z osobních důvodů dávám také přednost označení ženských pohlavních orgánů v tomto kontextu slovem *Jóni* namísto *vagina* či *pochva*. Pro mužské pohlaví se používá výraz *Vadžra*.

V tradičním kontextu používám pro muže v jeho mužské kvalitě slovo *Šiva*, pro ženu v její ženské kvalitě slovo *Šakti*. Muž a žena jsou v tomto označení (Šiva, Šakti) chápáni jako jedinečná inkarnace mužského, respektive ženského principu.

## PŮVOD A ÚČEL TRADIČNÍHO OŠETŘENÍ

Tato kapitola popisuje původ a účel starobylého rituálu ošetření Jóni. Tento tantrický rituál inspiroval současné následovníky tantrické tradice k mnoha formám jeho přizpůsobení a praktikování v současné euro-americké kultuře a společnosti.

Jaký však byl původní význam a jak je dnes naplňován?

### Tělo jako chrám

Jedním ze základních pilířů tantrické tradice je vnímání těla jako dokonalého prostředku k úplné realizaci (probuzení, osvícení) Tělo muže i ženy je v tradiční tantře vnímáno jako chrám. Chrám těla je vhodné pravidelně „uklízet“, iniciovat a rozvíjet jeho potenciál. Tak, aby praktikující (muž i žena) mohli využít potenciálu lidské tělesnosti pro vlastní spirituální praxi, učení a konečné osvobození.

Původní ošetření Jóni je tantrický rituál posvěcující napřed celé tělo ženy jako chrám a následně i její pohlaví – Jóni. Záměrně volím slovo posvěcující, neboť Jóni je ze své podstaty čistá a není potřeba jí očišťovat. Nejedná se o očistu, jak bychom to mohli chápat pod vlivem křesťanské tradice, ale o posvěcení, naplnění posvátnou energií Bohyně, Šakti. V současné terminologii bychom mohli použít rovněž význam léčení, a to ve smyslu nalezení, obnovení úplnosti a bytí v ní.

Rituál je prováděn typicky ve dvou různých kontextech, vždy však s jediným účelem:

**Primárním účelem** této praxe je příprava na posvátné rituální meditativní sexuální spojení muže a ženy – Šivy a Šakti. Skrze takto vedené sexuální spojení mohou oba společně dosáhnout Samádhi. (Samádhi je nejvyšší stav vědomí, jaký člověk může v životě dosáhnout, je to cíl duchovní cesty člověka na této zemi.)

**Prvním kontextem** je provádění rituálu posvěcení Jóni tantrickou kněžkou. Kněžka provádí rituál samostatně nad tělem adeptky. Obřad se skládá pouze z uctění Jóni. Součástí tohoto obřadu není sexuální spojení. Předpokládá se však, že žena toto spojení ať už fyzicky nebo skrze vizualizaci jako praktikující tantry provádí.

**Druhým kontextem** provádění rituálu je vzájemná praxe mezi tantrickým párem. Muž – Šiva provádí uctění ženy – Šakti a ta následně provádí obdobnou praxi s jeho tělem a Vadžrou. Tato vzájemná praxe je přímým přípravou pro rituální sexuální spojení a meditační praxi.

### Tradiční tantrické uctění Jóni

Rituální tantrické uctění Jóni nepoužívá výslovně slovo léčení, ošetření či obdobný koncept. Nicméně účelem je navodit celistvost, vědomé propojení se se všemi částmi těla včetně sexuálních orgánů a naplnění těla i pohlaví živostí, citlivostí a přijetím. Účelem je připravit tělo i ducha člověka na extatický prožitek bez zábran a na plné sebe přijetí sebe a partnera v tomto prožitku.

V tradičním rituálu hrají zásadní roli mantry – vibrace, které zosobňují principy a kvality, se kterými se při obřadu pracuje. Vibrace (mantra) je přímým vyjádřením a projevem dané kvality.

Tradiční praxe začíná vytvořením, očištěním místa pro rituál a následně pokračuje uctěním a posvěcením praktikujících – fyzické tělo a skrze něj vše další v člověku je ošetřeno na předepsaných bodech patřičnou mantrou – vibrací přinášející požadovanou kvalitu. Následuje identifikace a zvnitřnění – spojení, ztotožnění se s objektem uctívání. Vytvoření harmonie, rovnováhy mezi mnoha póly v člověku. Čím dokonalejší vnitřní harmonie se podaří při přípravě dosáhnout, tím dokonalejší je prožitek jednoty. Posledním krokem je sjednocení energií a vědomí Šivy a Šakti – jednotlivé prvky a účastníci obřadu se stávají jedním, sloučením energií a vědomí.

Nebudeme popisovat provádění jednotlivých složek rituálu. Za samostatnou zmínku však stojí zejména vlastní praxe posvěcení Jóni, která se ze všeho nejvíce podobá (vnějškově!) tomu, co je dnes praktikováno jako novodobé ošetření – vaginální mapování. Tradiční praxe, které předcházejí kroky obřadního posvěcení a vstoupení do nad-osobního stavu, využívá prst Šivy jako paprsek vědomí. Šiva (respektive

kněžka) se dotýká svým prstem Jóni uvnitř po celém vnitřním obvodu. Na každém místě spočine svým dotekem-vědomím a přednese příslušnou část mantry. Mantra pro tento účel je složena ze „všech“ jmen bohyně, ze všech jejich kvalit. Kvality jsou nesené vibrační mantry, vibrační jména bohyně. V kvalitách nejsou činěny rozdíly, všechny jsou přítomny a reflektovány: divokost i jemnost, dávání i brání, začátek i konec, uspořádání i chaos, světlo i stín. Přijímající Šakti je během této části obřadu pozvána k prožití a integraci všech kvalit v sobě, ve své Jóni.

### Výsledek tradičního obřadu

Zamýšleným výsledkem tradičního obřadu, respektive té jeho části, která se zabývá ošetřením Jóni, je

- Přijetí, zcitlivění a zvědomení svého těla a jeho extatického potenciálu.
- Plné ztotožnění se se všemi (ženskými) silami, principy a archetypy zde ukrytými.
- Nejen uvolnění „od zlého“, ale i naplnění pozitivními vibracemi.
- Prožitek transpersonální zkušenosti – „přesahuji své já“, „jsem jedinečnou inkarnací ženské kvality, Šakti“.

Takto připravená Jóni, respektive Šakti, je tantrickým chrámem připraveným na vlastní obřad vědomého sexuálního spojení.

## NOVODOBÉ PRAXE OŠETŘENÍ PÁNEVNÍ OBLASTI A JÓNÍ

Novodobé praxe ošetření pánevní oblasti a Jóni, reprezentované například metodou nazývanou se vaginální mapování, ač inspirovány tantrickými rituály, přistupují – dle mého pozorování – k ošetření Jóni s výrazně zúženým paradigmatem než tradiční tantrické praxe.

Novodobé ošetření definuje samo sebe již snahou o „civilní“ pojmenování metody a obecně snahou o odstranění transpersonálního a „podezřele“ spirituálního rozměru. Jedná se o

jakýsi bio-energetický úklid, uvolnění energetických cyst.

Energetickou cystou nazýváme paměť tkání nesoucí si v sobě nezpracovaný zážitek minulosti. Tento zážitek, otisk minulosti, zůstává uložen v tkáních. Osoba, nositel otisku, je stále znovu a znovu konfrontován s tímto nezpracovaným zážitkem, pamětí, různými formami. Například formou bolesti, přecitlivělosti nebo naopak necitlivosti, neadekvátními reakcemi na přítomnost, do které se stále a neodbytně vtírá zážitek z minulosti. Vše je komplikováno tím, že tyto vzpomínky jsou zhusta nevědomé povahy a jejich nositel si není vědom zdroje či příčiny jeho diskomfortu.

Poznámka: Vše výše uvedené o energetických cystách platí i pro kontext tradiční tantry.

Energetická cysta může být uvolněna vědomým dotekem terapeuta. V tomto smyslu není žádný rozdíl mezi jakoukoli částí lidského těla, vagína se neodlišuje svou schopností nést energetické stopy minulosti od jiných částí těla. Všechny mohou být a jsou nositelem paměti, otisků minulosti. Co vagínu odlišuje je obvykle nižší míra vědomí a vědomého kontaktu, který je jí věnován, zejména uvnitř.

V kontextu novodobé praxe probíhá po nezbytné přípravě a uvolnění tzv. mapování – cirkulární pohyb prstu ošetřujícího uvnitř po obvodu Jóni. Klientka je přitom vyzývána k reflexi svých pocitů a k uvolňování případných uložených otisků v intencích bio-energetické práce s tělem, jak ji zavedl Wilhelm Reich.

### Výsledek novodobé praxe

Klientka může po absolvování tohoto ošetření (obvykle se jedná o sérii ošetření) vnímat řadu pozitivních reakcí. Například uvolnění dříve stažených tkání, zbavení necitlivosti či přecitlivělosti, lepší prožívání sexuality, přijetí své tělesnosti a radosti z ní.

Metoda je praktikována v zásadě v izolovaném individuálním kontextu ženy. Nikoli jako

přípravná praxe pro transpersonální práci či rituální praxi ve spojení s mužem.

## POROVNÁNÍ OBOU PŘÍSTUPŮ S VYUŽITÍM METODY 3\*3

Oba přístupy porovnávám na půdorysu Metody 3\*3 Školy pánevního dna. Tato metoda je vhodná pro uvědomění si dílčích aspektů komplexní práce (terapie) s tělem. Metoda 3\*3 definuje tři roviny – tělesnou, emoční, energetickou – a tři patra – chodidla, pánev, krk – ve kterých práce probíhá. Z důvodů stručnosti se v tomto textu budeme zabývat pouze rovinami a nikoli patry Metody 3\*3.

### Tři roviny Metody 3\*3

Rovina práce Metody 3\*3 udává, na jaký aspekt fungování je zejména(!) dílčí praxe či cvičení zaměřena. Rozdělení do rovin je účinná metodická pomůcka. O žádném prvku či cvičení však nelze jednoznačně prohlásit, že má účinek pouze v jedné rovině. Například nastavení správného vzorce dýchání (rovina tělesná) má samozřejmě bezprostřední dopad na prožívání emocí i na úroveň osobní energie.

Roviny a jejich význam v Metodě 3\*3 jsou následující:

#### *Tělesná rovina*

Záměr prvku či cvičení je zaměřen na fyzickou rovinu, na správné fyziologické fungování, na zdravé tělo a jeho fungování.

#### *Emoční rovina*

Záměr je na zpracování emočních otisků uložených v těle, na paměť těla a na její zvědomení a vyčištění. Tato rovina je klíčová pro zásadní přesun z řešení minulosti do bytí v přítomnosti. Bytí v přítomnosti je předpokladem pro efektivní práci v rovině energetické.

### Energetická rovina

Záměr této roviny, která by se pro přesnost mohla nazývat rovinou energie a vědomí, je oživení a rozproudění živosti, tělesné energie (prány, čchi atp.). V této rovině nejde o energii samotnou, ale o vědomou práci s ní.

Metodické oddělení rovin od sebe je navýsost užitečná metodická pomůcka, která:

- Umožňuje **pochopit** nač je dané cvičení zacílené a tím ho správně provést. Například bioenergetická cvičení s dechem jsou prováděna ve zcela jiném kontextu než cvičení na obnovu správných fyziologických vzorců dýchání.
- Dává podklad pro zjištění a **porovnání úplnosti**, komplexnosti přístupu. Obsahuje přístup (metoda, škola) provázané prvky ze všech tří rovin?
- Podporuje přirozený **způsob aplikace cvičení** nebo ošetření. Obvykle je vhodné postupovat od roviny tělesné a oživení správných fyziologických vzorců, přes emoční uvolnění, a nakonec s fungujícím tělem zbaveným nezpracovaných emocí můžeme začít objevovat rovinu energetickou.
- Pomáhá jak klientovi, tak pomáhající profesi, shodnout se na tom, **kde jsme, co a proč děláme** a co můžeme očekávat.
- Přesahuje Školu pánevního dna a je obecně vhodná pro **vyhodnocení úplnosti přístupu terapie** či ošetření, které vychází z práce s tělem.

Roviny Metody 3\*3 jsou velmi podobné členění prvků v tradičních rituálních praxích. Rituální praxe mají typicky tři prvky: vnější, vnitřní a tajný. Jejich stručný popis následuje níže:

### Vnější prvek praxe

Vnější praxe je viditelná okem – praktikující něco dělá, sám nebo s pomocí dalších předmětů a osob. Bez

porozumění vnitřnímu a tajnému prvku této praxe nedává vnější praxe sama o sobě smysl, případně je její smysl zkreslen.

Poznámka: Řada pověr o tantře vznikla právě z pozorování vnějších prvků nezasvěcenými osobami a následnou neúplnou interpretací viděného.

### Vnitřní prvek praxe

Vnitřní praxe je oku pozorovatel skrytá. Obvykle je zaměřená na práci s emocemi a vnitřní energií, která je s nimi spojená.

### Tajný prvek praxe

Tajná praxe obvykle obsahuje práci spojenou s invokací určitého archetypu či kvality skrze mantry (vibrace) a vizualizace.

## Analogie přístupu Metody 3\*3 a tradičních rituálních praxí

Tři roviny Metody 3\*3 lze vnímat jako analogii tří prvků rituálních praxí. Rovinu těla lze vnímat jako vnější prvek, rovinu emocí jako vnitřní prvek a rovinu energetickou jako tajný prvek rituálních praxí.

Tabulka 1 Analogie rovin Metody 3\*3 a prvků rituálních praxí

	ANALOGIE ROVINY S PRVKEM RITUÁLNÍ PRAXE		
METODA 3*3:	Tělo	Emoce	Energie (a vědomí)
SLOŽKA PRAXE:	Vnější	Vnitřní	Tajná

Tato podobnost Metody 3\*3 s tradičními tisíce let starými a vyzkoušenými postupy svědčí o dobrém základu Metody 3\*3 a jejím hlubokém usazení.

Výše uvedená analogie je dále využita pro náhled na oba zde zmiňované přístupy a pro jejich porovnání.

Níže uvedená tabulka stručně shrnuje, v čem se novodobé ošetření a tradiční rituální praxe podobají a v čem se odlišují.

Tabulka 2 Srovnání přístupů tradičního a novodobého ošetření

POHLED	METODA 3*3:	Tělo	Emoce	Energie (a vědomí)
	SLOŽKA PRAXE:	Vnější	Vnitřní	Tajná
PŘÍSTUP	Novodobé praxe (vaginální mapování)	Ano. Fyzický dotek v Jóni zaměřený na uvolnění	Ano, částečně. Metoda hledá, kde se projeví uložené emoce (energetické cysty) s projevenými pracuje.	Ne
	Tradiční praxe, tantrický rituál	Ano. Fyzický dotek v Jóni zaměřený na uvolnění plus naplnění	Ano, úplně. Metoda nabízí plné spektrum kvalit, které invokes a nabízí jejich integraci, skrze prožitek.	Ano. Metoda nabízí potenciál pro prožití a integraci energie a transpers onálního aspektu.

### V čem se liší a v čem se podobají oba přístupy

Tato kapitola upozorňuje na některé vybrané rozdíly mezi oběma přístupy.

Rizikem následujícího porovnání je jeho odtržení od konkrétního provedení. I v rámci novodobých postupů lze nalézt praktikující s integrovanou a zralou spirituální (transpersonální) praxí, kteří pod jménem „civilní“ metody dávají více, než ona sama obsahuje či předepisuje.

### Vyčištění starého versus vyčištění plus nabití novým

**Novodobý** přístup se zaměřuje na identifikaci a uvolnění energetických cyst. Chybí vtisk pozitivních kvalit.

**Tradiční** přístup k tomu navíc nabízí prožití a integraci dalších kvalit nesených vibrací manter. Tradiční přístup pracuje nejen v emoční, ale i v tajné či energetické rovině.

### Připravenost na probuzení Kundalini

**Novodobý** přístup se zaměřuje na identifikaci a uvolnění energetických cyst. Novodobý přístup o tomto principu neúplně informuje a pokud nastane – a stává se to – spontánní probuzení síly Kundalini, může být nepřipravený klient traumatizován.

**Tradiční** přístup je prováděn v kontextu a s konečným cílem probuzení Kundalini, která je vnímána jako zásadní prvek pro spirituální praxi. Provádějící i přijímající jsou si tohoto faktu vědomi.

### Vědomí polarity a propojení

**Novodobý** přístup se zaměřuje na identifikaci a uvolnění energetických cyst u žen.

**Tradiční** přístup je prováděn v kontextu mužsko ženské polarity. Je přípravou na překonání této duality v párové praxi. Ošetření Vadžry je stejně důležité, jako ošetření Jóni.

### Spirituální versus „civilní“ přístup

**Novodobý** přístup se zaměřuje na identifikaci a uvolnění energetických cyst u žen.

Metoda svým zjednodušením pokračuje zcela v duchu marxistického vnímání světa v prioritizaci materiální základny. Tento přístup v se v praxi projevuje tím, že co pro nás není okamžitě viditelné ve hmotě, o to se nebudeme starat. Ošetření je vnímáno jako svého druhu hygiena.

**Tradiční** přístup je prováděn v transpersonálním kontextu a slouží k pochopení a prožití plného potenciálu člověka. Ošetření je vnímáno širěji včetně duchovního rozměru.

## Civilní versus duchovní kontext

**Novodobý** přístup se snaží začlenit se do současného systému zdravotní a psychologické péče. Přitom současný systém zdravotní a psychologické péče dožívá a stojí před zásadní reformou svého paradigmatu. Novodobý přístup se pro tržní úspěch odřízl od svých zdrojů.

Viz například [04.] GROF, Stanislav. *Psyche a Eros: Od psychoanalýzy k transcendentálnímu sexu*. Materiály k přednášce. Praha, 2017.

Může se stát – a stává se – že v klientce novodobého přístupu je touto prací zažehnut proces psychospirituálního probuzení. V tomto okamžiku již není „civilní“ přístup dostatečný a realitu procesu klienta přesahuje rámec metody a často i jejího praktikujícího.

**Tradiční** přístup je prováděn v kontextu duchovní praxe a transpersonální roviny. Praktikující i klient pracují v kontextu, který pokrývá probuzení a integraci nadosobních sil (Kundalini).

## ZÁVĚR

Oba zmíněné přístupy – tradiční a novodobý – mají v naší době své místo a každý má své klienty.

Jedním z důvodů vzniku tohoto textu je však sebe prezentace některých praktikujících novodobého přístupu, která mnohdy nereflektuje omezení metody a neodkazuje se na své kořeny. Ať už se jedná o tradiční spirituální praxe či bioenergetickou (reichiánskou) školu. Jako kdyby byla metoda vynalezen uprostřed ničeho a nic před ní neexistovalo.

Opak je pravdou. Novodobý přístup je účinnou, avšak ze své podstaty zjednodušenou a omezenou metodou, vytrženou z kontextu celostního pojetí člověka, který vnímá zdraví a spokojenost i v lidské nad-osobní duchovní rovině existence. Bohužel tato skutečnost je pouhým odrazem dnešní poptávky po naplnění duchovní roviny existence.

Přáním autora tohoto textu je, aby úspěšně a pro dobro všech vzkvétala novodobá praxe, která zprostředkovává civilním způsobem péči, která byla ještě nedávno zcela nemyslitelná. Zároveň si autor přeje, aby byla projevována úcta a respekt k tradiční praxi s její tisíciletou historií a moudrostí a integrovanou transpersonální dimenzí.

JAI MAA!

---

*Poznámka: V textu záměrně nevolím pro označení novodobého přístupu slovo „moderní“, neboť toto slovo je vnímáno ve smyslu lepší, dokonalejší, lépe propracovaný nebo pokrokový. Z důvodu silného hodnotícího náboje proto slovo moderní záměrně nepoužívám.*



## PŘÍLOHA – POUŽITÉ A SOUVISEJÍCÍ

### ZDROJE

- [01.] ANAND, Margot. *Umění sexuální extáze: cesta k plnému rozvinutí milostného života a prohloubení intimity*. Praha: Pragma, 1997. ISBN 80-7205-434-1.
- [02.] ANAND, Margot. *Umění sexuální magie*. Praha: Pragma, 1998. ISBN 80-7205-585-2.
- [03.] BLACKLEDGE, Catherine. *Vagina: [otvírání Pandořiny skříňky]*. V Praze: Triton, 2005. ISBN 80-7254-714-3.
- [04.] GROF, Stanislav. *Psyche a Eros: Od psychoanalýzy k transcendentálnímu sexu*. Materiály k přednášce. Praha, 2017.
- [05.] HAWKEN, John. *Realizations: On The Paths Of Transformation*. John Hawken, 2018. ISBN 978-1-9996512-0-6.
- [06.] HENDERSON, Julie. *The lover within: opening to energy in sexual practice*. Expanded ed. Barrytown, NY: Station Hill Barr[y]town, 1999. ISBN 1-58177-017-0.
- [07.] JOHARI, Harish. *Tools for tantra*. Rochester, Vt.: Destiny Books, c1986. ISBN 978-0-89281-055-0.
- [08.] LYSEBETH, André van. *Tantra: kult ženského principu aneb jiný pohled na život a sex*. Praha: Argo, 1995. ISBN 80-85794-40-3.
- [09.] MOOKERJEE, Ajit & KHANNA, Madhu. *The tantric way: art, science, ritual*. [Reprinted]. London: Thames & Hudson, 2003. ISBN 0500270880.
- [10.] MOOKERJEE, Ajit. *Kundalini: the arousal of the inner energy*. New York: Destiny Books, c1982. ISBN 978-089281020-8.
- [11.] MOOKERJEE, Ajit. *Kali: the feminine force*. New York: Destiny Books, c1988. ISBN 978-0-89281-212-7.
- [12.] ODIER, Daniel. *Touhy, vášně a spiritualita: jednota bytí*. Přeložil Lenka ADAMCOVÁ. Praha: Maitrea, 2015. ISBN 978-80-7500-162-7.
- [13.] ROTHSCCHILD, Babette. *Tělo nezapomíná: psychofyziologie a léčba traumatu*. Přeložil Lenka ADAMCOVÁ. Praha: Maitrea, 2015. ISBN 978-80-7500-122-1.
- [14.] RUSSELL, Stephen a Jürgen KOLB. *Tao sexuální masáže*. Praha: Knižní klub, 1998. ISBN 80-7176-707-7.
- [15.] SAHANI, Renata. *Skriptá a učební materiály lektorského kurzu Školy pánevního dna*.
- [16.] STAUNTON, Tree. *Body-psychoterapie*. Praha: Maitrea, 2014. ISBN 978-80-87249-66-6.
- [17.] SRI AMRITANANDA NATHA SARASWATI of Devipuram. *Neveřejné materiály k tantrické rituální praxi v tradici Sri Vidya*.