

Fenomenologická redukce a meditace satipatthána-vipassaná

Písemná práce k atestu z filosofie pro neoborové studenty doktorského studia

PhDr. Jan Benda

(tel.: +420 777 268 729, e-mail: jan.benda@centrum.cz)

Prolog

Když jsem v září roku 1997 šlapal spolu s několika dalšími kolegy a kolegyňemi lesní silnicí z moravského Městečka Trnávka do obce Ludvíkov na týdenní kurz „Úvod do satiterapie¹“, neměl jsem tehdy nejmenší tušení, jak zásadním způsobem mne ovlivní setkání s mužem, který uvedený kurz vedl. Tím mužem byl Doc. PhDr. Mirko Frýba, který v té době působil na katedře psychologie Masarykovy univerzity v Brně a tím, co mne tak oslovilo, byla etická psychologie abhidhammy.

Abhidhamma (tzn. „vyšší učení“ v jazyce páli) je považována za prototyp východní psychologie². Není náboženstvím (není založená na víře nebo zjevení, neoperuje s pojmem duše, nevzývá žádného Boha) ani filozofií (budovaná na úrovni myšlenkových kategorií, pojmů a jejich logických vztahu). Je to systém zkoumající konkrétní fenomény přístupné prožívání a poznávání (Siricar, 1999; Frýba, 2008). Abhidhamma nabízí praktické nástroje vedoucí k osvobození mysli od motivačních kořenů zapříčiňujících podle Buddhova učení veškeré lidské utrpení. Jako taková je neoddelitelně spojená s meditační praxí. Inspirován setkáním s Mirko Frýbou věnuji se dodnes teoretickému studiu, ale i praktické verifikaci tohoto systému. Principy Abhidhammy využívám při zvládání životních situací, v psychoterapii, v koučování i při trénincích tzv. soft-skills. Využití všímavosti (klíčový prvek abhidhammy, viz dále) a abhidhammických principů v psychoterapii je rovněž tématem mé dizertační práce.

¹ Satiterapie je psychotherapeutický směr integrující postupy západní psychoterapie a postupy tradičních buddhistických metod psychohygieny, léčby a tréninku mysli (viz Benda, Horák, 2008; Frýba, 2008).

² Základní text abhidhammické literatury „Abhidhamma-pitaka“ je částí pálijského kánonu Tipitaka. Později vznikla řada komentářů a podkomentářů. Současné komentáře viz Nyanaponika, 1998; Bodhi, 1999.

Úvod

Využívání všímavosti (*sati* v jazyce páli, do češtiny překládáno také jako "bdělost", "bdělá pozornost", "plné uvědomování", definice viz dále) se v západní psychoterapii stalo v posledních letech doslova hitem (Benda 2007; Brown, Ryan, Creswell, 2007, Didonna, 2008). V souvislosti s obnovením zájmu o introspekci a výzkum vědomí jsou všímavost a meditace všímavosti a vzhledu (v páli *satipatthána-vipassaná*)³ diskutovány také v rámci kognitivní vědy a neurovědy (viz Varela, Shear, 1999; Barinaga, 2003; Depraz, Varela, Vermersch, 2003; Wallace, 2006;).⁴ U příslušníka západní kultury je nejspíš trochu paradoxní (pokud ne zahanbující), že to byly teprve tyto současné práce věnované výzkumu vědomí, které mne upozornily na vztah abhidhammy a neurofenomenologie a tím potažmo na dílo českého rodáka Edmunda Husserla (viz Lutz, Thompson, 2006; Zelazo, Moscovitch, Thompson, 2007). Přiznávám zde však otevřeně, že podobnost mezi učením théravády⁵, které se opírá o meditační praxi umožňující „vidět věci takové, jaké ve skutečnosti jsou“, a fenomenologickou tradicí charakterizovanou Husserlovým návratem „k věcem samým“, byla pro mne více než překvapující.

Jak jsem zjistil, fenomenologie se podobně jako abhidhamma pokouší bez jakýchkoli předpokladů reflektovat skutečnost, která je „před pojmy“ a je tedy prelogická – existuje nezávisle na logice pojmů a jejich vztahů. Takový přístup je mi jako psychoterapeutovi každodenně konfrontovanému s lidskou zkušeností blízký. Proto jsem se rozhodl napravit svou neznalost Husserlova díla a v této práci obě tradice krátce

³ U důležitých pojmů uvádím v závorce ekvivalent v jazyce páli, neboť tyto pojmy lze dohledat v abhidhammických pramenech i literatuře, kde jsou precizně definovány (např. Nyanatiloka, v tisku).

⁴ Přestože kognitivismus, který představuje hlavní paradigma současné psychologie, a buddhismus využívají velmi odlišné metody poznávání, ukazuje se, že buddhistická fenomenologická perspektiva může být pro kognitivní vědu přínosem při vytváření nových hypotéz, směřování výzkumu i formování pluralističtější metodologie (např. Decharms, 1997).

⁵ Théraváda (tzn. „učení starších“) představuje nejpůvodnější dodnes živou formu buddhismu, která je praktikována v Thajsku, Laosu, Kambodži, Barmě a na Srí Lance. Srovnání fenomenologie s dalšími buddhistickými školami viz např. Laycock, 1994; Lusthaus, 2002.

porovnat. Vzhledem k rozsahu této práce se však omezím víceméně pouze na srovnání postupů Husserlovy fenomenologické redukce a meditace všímavosti a vhledu (*satipatthána-vipassaná*).

Husserlova fenomenologická redukce

Velmi zjednodušeně řečeno definoval Husserl ve své fenomenologické metodě způsob, jak pozorovat strukturu našeho prožívání a uvědomování světa. Všiml si totiž, že náš zájem či pozornost se obvykle jaksi zcela samozřejmě soustředí na obsah zkušenosti, systematictěji však nezkoumáme zkušenost jako takovou. Přitom všechno, co poznáváme a víme, získáváme právě prostřednictvím této zkušenosti. Cílem fenomenologické redukce je zaujmout radikálně empirické stanovisko, ve kterém získáme možnost identifikovat a následně od „věcí samých“ odlišit všechny „předsudky“ či apriorní předpoklady, jež jinak do naší zkušenosti vstupují. Jasně definovaný metodický postup, který umožní studium „čistých fenoménů“, se pak podle Husserla teprve může stát základem filozofie i věd obecně (Husserl, 2004, 2006).

Husserlova fenomenologicko-psychologická redukce spočívá v zaměření pozornosti na zkoumání způsobů, jakými jsou objekty (věci) prožívány a poznávány a způsobů, jakými je pak v našem vědomí „imanentně konstituován“ význam (smysl), který pro nás tyto objekty mají. Odhlížíme tedy od objektu, abychom mohli zaznamenat akt vědomí zaměřený na tento objekt. Musíme přitom „rozlišovat přímo provedené uchopující vnímání, vzpomínání, predikování, hodnocení, kladení cíle, atd. od reflexí, jejichž prostřednictvím jako uchopujících aktů nového stupně se nám právě akty, provedené přímo, teprve otvírají“, upozorňuje Husserl (1993, §15, str. 36). „Přímým vnímáním uchopujeme přece dům, nikoliv snad vnímání. Teprve v reflexi se zaměřujeme na toto vnímání samotné...“ (tamtéž).

Zájem o subjektivní část poznávání a zároveň snaha zbavit se veškerých předsudků a nezdůvodněných východisek vědy vedli Husserla dále k redukci transcendentální, jež nechává úplně stranou otázku, zda svět skutečně existuje (tzv. „uzávorkování“ neboli „epoché“)⁶ a vše, co vnímáme, chápe nikoliv jako něco, co existuje, ale jako něco, co se nám

⁶ srov. *sallakkhaná*

v naší zkušenosti jako existující jeví – čili jako fenomén našeho vědomí. Eidetická redukce se pak snaží sledováním variací jednotlivých fenoménů odhalit to, co u daného fenoménu vždy zůstává, čili identifikovat univerzální a neměnné struktury, které jsou apriorní a obecně platnou podstatou (eidos) jednotlivých fenoménů.⁷

Postupy fenomenologické redukce naznačené výše vyžadují podle Husserla „rozštěpení já, v němž se nad naivně zainteresované já staví já fenomenologické jako nezainteresovaný divák... s jediným zbývajícím zájmem, vidět a adekvátně popisovat“ (Husserl, 1993, § 15, str. 39). Toto „transcendentální já“ umožňuje odhlížet od „přirozeného já“ a uchopovat tak jednotlivé fenomény vědomí jako takové. Husserl přitom píše: „Pro mne, meditující já, stojící a trvající v epoché a přitom se kladoucí výlučně jako půda platnosti všech objektivních platností a základů, neexistuje tedy žádné psychologické já, žádné psychické fenomény ve smyslu psychologie, to znamená jako součást psychofyzických lidí“ (Husserl, 1993, § 11, str. 28-29). Čiré vědomí zpřístupňované redukcí chápal Husserl jako nezvládnutelný proud prožitků, resp. tzv. „hyletických dat“, jež sama o sobě nemají žádný význam, jež jsou však operativními a nutnými podmínkami konstituujícími fenomén objektu, který pak vstupuje do vědomí. Vědomí je podle něj intencionální v tom smyslu, že je vždy zaměřené na něco, vždy je to vědomí něčeho nebo o něčem, nese tedy jako cogito (noesis) své cogitatum (noema).

Pro naši stručnou komparaci Husserlovy fenomenologické redukce s metodou *satipatthána-vipassaná* je významné uvést, že fenomenologickou redukcí jakožto uvědomování si aktů vnímání, vzpomínání, představování, atd., může provádět pouze každý sám. Epoché totiž v praxi představuje zcela konkrétní a radikální přenesení pozornosti od toho, co člověk právě prožívá, k samotnému aktu prožívání jako fenoménu (srov. Depraz, 1999; Varela, Shear, 1999). Epoché jako systematická aktivní praxe zkoumání vědomí byla však Husserlem i jeho pokračovateli prakticky zcela opomíjena (Thompson, Zahavi, 2007). Husserl předjímal možnost, že aktivní praxe epoché by mohla způsobit osobní proměnu. Konstatoval: „Snad se dokonce ukáže, že totální fenomenologický postoj a jeho přiměřené epoché jsou povolány podnítit dokonalou osobní proměnu, jež by se zprvu dala přirovnat k obrácení

⁷ Funkcí eidetické redukce je v podstatě umožňovat třídění do kategorií (Depraz, 1999).

na víru, ale v té proměně je navíc utajen význam největší existenciální proměny, jaká byla uložena lidstvu jako lidstvu“ (Husserl, 1996, § 35, str. 160). Intenzivní praxi epoché, která by byla srovnatelná s praxí meditace *satipatthána-vipassaná* však nikdy nerozvinul.

Meditace satipatthána-vipassaná

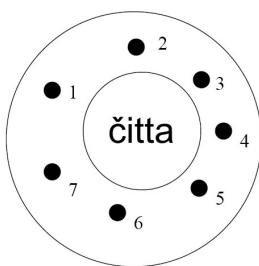
Všímavost (*sati*) je v théravádové buddhistické tradici charakterizována jako schopnost nezaujatě pozorovat, zaznamenávat, znovupoznávat a pamatovat si prožívané psychické a tělesné fenomény. Těmito fenomény přitom rozumíme tělesné procesy dostupné smyslům, city, stavy mysli a obsahy mysli (srov. Benda, 2007). Být všímavý znamená být duchem přítomný tady a teď. Když myslíme nebo si něco představujeme, vzdalujeme se od právě prožívané skutečnosti – jsme nevšímaví. Pro správnou všímavost (*sammá-sati*) je podle abhidhammy charakteristické, že je spojena pouze s tzv. prospěšnými stavy vědomí a není nikdy deformována chtivostí, nenávisťí či zaslepeností (Young, 2005). Mysl, v níž je všímavost přítomna, tak zůstává otevřená nezkeslenému vnímání fenoménů, jejich vlastností a souvislostí.

Metodické rozvíjení schopnosti si všímat je v théravádě tradičně spojeno s praxí meditace všímavosti a vzhledu (*satipatthána-vipassaná*). Tato praxe (získaná zkušenost je slovy nesdělitelná) přitom obvykle vyžaduje rozvíjet všímavost velmi intenzivně, prakticky nepřetržitě po dobu řádově týdnů až měsíců. Meditující po tuto dobu nemluví (kromě krátkých konzultací s učitelem), většinu času tráví formální meditací střídavě v sedě a v chůzi (*čankamana*), ostatní aktivity omezuje na nezbytné minimum (přijímání potravy, vylučování, spánek). Zdržuje se také neetického chování, které by bylo spojené s chtivostí, nenávisťí či zaslepeností.⁸

Celý proces rozvíjení všímavosti a dosahování vzhledu lze velmi zjednodušeně popsat jako postupně stále radikálnější dezidentifikování se od psychických a tělesných fenoménů přítomných v mysli. Meditující se nejprve učí rozlišovat mezi fenomény, jejichž zdrojem jsou jednotlivé smysly (*rúpa*), a fenomény mentálních procesů (*náma*). V dalších krocích

⁸ To vše je pochopitelně možné uskutečnit zpravidla pouze v „laboratorních podmínkách“ buddhistického kláštera či meditačního centra (srov. Goldstein, 1987; Barendregt, 1988).

pak dále rozlišuje mentální procesy (*náma*) na podkategorie cítění (*védaná*), vnímání (*saññá*), formací (*sankhára*) a vědomí (*viññána*).⁹ Učí se odpoutávat se od tělesné bolesti, od únavy, která jej přemáhá, od pochybností, které má ve vztahu k metodě či vlastním schopnostem, od neklidu a výčitek, které jej sužují, od stavů smyslové žádosti nebo zlovůle. Všechny tyto fenomény „pouze“ rozpoznává a sleduje jak vznikají, trvají, zanikají.¹⁰ Díky takto rozvinuté všímavosti je pak konfrontován s (údajně) univerzálními charakteristikami všech sledovaných fenoménů, totiž s jejich chaotickou nestálostí (*anicča*), zoufalou neuspokojivostí (*dukkha*) a absolutní nekontrolovatelností (nepřítomností já, *anattá*),¹¹ Nakonec nalézá úlevu v úplném odvrácení se od všech fenoménů a dosahuje nibbány (srov. Barendregt, 1996; Mahási, 1997).



1. smyslový nebo mentální kontakt (*phassa*)
2. cítění (*védaná*)
3. vnímání (*saññá*)
4. záměr (*čétaná*)
5. životní energie (*džívita*)
6. jednovrcholovost (*ekaggatá*)
7. pozornost (*manasikára*)

Obr. 1.: Stav mysli (*čitta*) se sedmi univerzálními neutrálními složkami (*čétasika*), které jsou přítomné v každé mysli (upraveno podle Barendregt, 2006, str. 6)

Proud vědomí (*čitta-víthi*) sestává podle abhidhammy ze sekvencí nespojitých, od sebe navzájem oddělených stavů mysli (*čitta*), přičemž každý takový stav mysli (*čitta*) má svůj obsah, resp. je na něco zaměřen (srov. Husserl). Jednotlivý stav mysli (*čitta*) je spoludeterminován fenomény označovanými jako "faktory mysli" (*čétasika*, srov. obr. 1.). Abhidhamma přitom rozlišuje celkem 89 typů stavů mysli (*čitta*) a 52 typů

⁹ Matic, které meditující používá k třídění fenoménů do kategorií (srov. eidetická redukce) existuje více. Druh matice je volen podle okolností.

¹⁰ Abhidhamma popisuje procesy, jimiž je tvořena naše každodenní zkušenost světa i sebe sama na mikroanalytické úrovni, jako neustálé vznikání a zanikání jednotlivých navzájem disparátních fenoménů (srov. Lancaster, 1997; Kurak, 2003; Barendregt, 2006).

¹¹ Laycock (1994) a Barendregt (1996) upozorňují na podobnost s postřehy Sartrovými (srov. Sartre, 2003, 2006).

mentálních faktorů (*čétasika*, viz Barua, 1995; Van Gorkhom, 1999). Dynamika proudu vědomí (*víthi*) je podle abhidhammy dvojího typu, podle toho zda jde o sensorický kognitivní proces (*pañča-dvára-víthi*) nebo mentální kognitivní proces (*manodvára-víthi*). V prvním případě tvoří proud vědomí sekvence tvořené sedmnácti stavy mysli (*čitta*), ve druhém pouze dvanácti (srov. Varma, 1993).

Analýza abhidhammických paradigmat uchopujících strukturální a procedurální souvislosti výše naznačených procesů by dalece přesahovala rámec této práce. Zdůrazněme zde tedy pouze, že abhidhammické poznání fenomenologie vědomí vychází ze zkušeností získaných velmi precizní introspektivní analýzou uskutečňovanou prostřednictvím systematického rozvíjení všímavosti metodou *satipatthána-vipassaná*. Podobně jako Husserlova fenomenologická redukce je i tato metoda každému stejně přístupná a v tomto smyslu objektivní. Verifikace fenomenologických a tedy prelogických paradigmat abhidhammy je však možná jen skrze vlastní zkušenost, vlastní praxi.

Fenomenologická redukce a satipatthána-vipassaná: Srovnání

Jak jsme výše měli možnost sledovat, mezi více než pětadvacet století starými postupy meditace *satipatthána-vipassaná* a Husserlovou metodou fenomenologické redukce existuje řada pozoruhodných podobností. Obě metody rozlišují poznávání (jako proces) a poznávané (obsah). Odhlízejí přitom od obsahu a sledují struktury procesu. Závěry, které činí, neopírají o pojmy a jejich logické vazby, ale o fenomenologické skutečnosti. Rozlišení slovo-skutečnost (*náma-rúpa*) je tedy pro obě metody charakteristické.¹² Mezi fenomenologickou redukcí a meditací *satipatthána-vipassaná* ovšem existují i významné rozdíly. Chceme zde uvést tři:

1) Úkolem obou metod je pozorovat a zkoumat fungování lidské mysli, jakož i jednotlivé fenomény. Fenomenologie si vytýčila tento úkol proto, aby mohla položit poctivé základy nové filozofii a potažmo novým vědám. Abhidhamma však sleduje jiný cíl. Cílem abhidhammy je vědomí

¹² Husserl k tomu realisticky poznamenává: „Míněné, resp. evidentně zirané dostává výraz a věda chce vůbec soudit výslovně a soud, pravdu podržet fixováním ve výrazech. Avšak výraz jako takový má svůj vlastní, lepší nebo horší způsob, jak se přimyká k tomu, co je míněno a samo dáno...“ (Husserl, 1993, str. 15-16).

nejen poznat, ale také transformovat. Chce totiž umožnit meditujícímu osvobodit se ode všech forem utrpení a dosáhnout svobody a štěstí nibbány. Přestože prostředky obou metod jsou tedy podobné, cíl je rozdílný.

2) Na rozdíl od Husserlovy fenomenologie představuje abhidhamma – vystiženo slovníkem Varely – nejen „know-how“, ale také „know-what“ (srov. Varela, 1999). Zahrnuje totiž neopomíjitelnou etickou dimenzi. Abhidhamma velmi pečlivě analyzuje souvislosti mezi motivy našeho jednání a výsledným příjemným, nepříjemným nebo neutrálním prožíváním a ukazuje fatální provázanost mezi etickým jednáním a prožíváním štěstí. Nejmenší společné jmenovatele veškeré motivace identifikuje abhidhamma jako tzv. tři blahodárné, tři zhoubné a tři neutrální motivační kořeny (*hétu*). Těmi zhoubnými jsou chtivost (*lóbha*), nenávisť (*dósa*) a zaslepenost (*móha*). V nich pramení námi prožívané utrpení. Těmi blahodárnými jsou štedrost (*čága*), láska (*mettá*) a moudrost (*pañña*). Z nich podle abhidhammy vyrůstá v našem životě prožívání štěstí a radosti (viz Shear, 1999; Nyanaponika, 2000). Takovéto poznatky tisíce let ověřované meditujícími v Husserlem navržené metodě chybí.

3) Možnost odhlížet od obsahů mysli a reflektovat jednotlivé fenomény z pozice nezaujatého diváka, vedla Husserla k vytvoření představy „transcendentálního já“. Abhidhamma existenci jakéhokoli trvalého já naopak zcela popírá a tvrdí, že ani uvnitř tělesných a mentálních jevů existence ani mimo ně nemůže být nalezeno nic, co by mohlo být považováno v konečném smyslu za o sobě existující skutečnou věc, ego nebo jakoukoli stálou podstatu. Tato buddhistická koncepce ne-já (*anattá*) je zcela ojedinělá a nemá obdoby v žádném jiném západním, ale ani východním filozofickém systému či náboženství.

Husserlova fenomenologie je v našich končinách podstatně známější než etická psychologie abhidhammy. Jak jsme naznačili v této práci, abhidhamma však není ani o trochu méně sofistikovaná, ba naopak, popisuje strukturu a procesy lidské mysli daleko podrobněji než to učinil Husserl. Bez důkladného praktického prověření pochopitelně nemůžeme abhidhammická paradigma nijak hodnotit. Je však zřejmé, že fenomenologie abhidhammy si zaslouží naši pozornost.

Dopsáno 1. září 2008

Literatura

1. BARENDREGT, H.P. (1988): *Buddhist Phenomenology (Part I)*. In: M. dalla Chiara (ed.): *Proceedings of the Conference on Topics and Perspectives of Contemporary Logic and Philosophy of Science*. Bologna, Clueb.
2. BARENDREGT, H. P. (1996): *Mysticism and Beyond: Buddhist Phenomenology Part II*. The Eastern Buddhist, New Series. XXIX, 262-287.
3. BARENDREGT, H. P. (2006): *The Abhidhamma Model of Consciousness AM_0 and some of its Consequences*. In: KWEE, M. G. T.; GERGEN, K. J.; KOSHIKAWA, F., eds.: *Horizons in Buddhist Psychology*. Taos, Taos Institute Publications.
4. BARINAGA, M. (2003): *Buddhism and Neuroscience: Studying the Well-Trained Mind*. Science, 302 (5642), 44 – 46.
5. BARUA, D. (1995): *Ruparupavibhaga of Acariya Buddhadatta Thera: Pali text with English translation and notes*. Calcutta, World Press.
6. BENDA, J. (2007): *Všímavost v psychologickém výzkumu a v klinické praxi*. Československá psychologie, 51 (2), 129-140.
7. BENDA, J.; HORÁK, M. (2008): *Moudrost abhidhammy v psychoterapii: Hojivé balzámy pro duši*. Psychoterapie, 2 (2), 85-93.
8. BODHI, B. (1999): *A comprehensive manual of Abhidhamma*. Kandy, Buddhist Publication Society.
9. BROWN, K. W.; RYAN, R. A.; CRESWELL, J. D. (2007): *Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects*. Psychological Inquiry, 18 (4), 211-237.
10. DECHARMS, Ch. (1997): *Two Views of Mind: Abhidharma & Brain Science*. Ithaca, Snow Lion Publications.
11. DEPRAZ, N. (1999): *The Phenomenological Reduction As Praxis*. In: VARELA, F. J.; SHEAR, J., eds.: *The view from within: First-person approaches to the study of consciousness*. Exeter, Imprint Academic.
12. DEPRAZ, N.; VARELA, F. J.; VERMERSCH, P., eds. (2003): *On Becoming Aware: A Pragmatics of Experiencing*. Amsterdam, John Benjamins Publishing.
13. DIDONNA, F. (Ed.) (2008): *Clinical Handbook of Mindfulness*. New York, Springer.
14. FRÝBA, M. (2008): *Psychologie zvládání života: Aplikace metody abhidhamma*. Boskovice, Albert.
15. GOLDSTEIN, J. (1987): *Experience of insight*. Shambala, Boston.
16. HUSSERL, E. (1993): *Karteziánské meditace*. Praha, Svoboda-Libertas.
17. HUSSERL, E. (1996): *Krize evropských věd a transcendentální fenomenologie*. Praha, Academia.
18. HUSSERL, E. (2004): *Ideje k čisté fenomenologii a fenomenologické filosofii I*. Praha, Oikoymenh.
19. HUSSERL, E. (2006): *Ideje k čisté fenomenologii a fenomenologické filosofii II*. Praha, Oikoymenh.
20. KURAK, M. (2003): *The relevance of the Buddhist theory of dependent co-origination to cognitive science*. Brain and Mind, 4, 341–351.
21. LANCASTER, B. L. (1997): *On the stages of perception: Towards a*

- synthesis of cognitive neuroscience and the Buddhist Abhidhamma tradition.* Journal of Consciousness Studies. 4 (2), 122-142.
22. LAYCOCK, S. W. (1994): *Mind as Mirror and the Mirroring of Mind: Buddhist Reflections on Western Phenomenology.* New York, State University of New York Press.
 23. LAYCOCK, S. W. (2001): *Nothingness and Emptiness: A Buddhist Engagement with the Ontology of Jean-Paul Sartre.* New York, State University of New York Press.
 24. LUSTHAUS, D. (2002): *Buddhist Phenomenology: A Philosophical Investigation of Yogacara Buddhism and the Ch'eng Wei-shih Lun.* Curzon Critical Studies in Buddhism Series. London, Routledge.
 25. LUTZ, A.; THOMPSON, E. (2003): *Neurophenomenology: Integrating Subjective Experience and Brain Dynamics in the Neuroscience of Consciousness.* Journal of Consciousness Studies. 10 (9–10), 31–52.
 26. MAHÁSI, S. (1997): *Pokrok v pěstování vhledu: Pojednání o buddhistické meditaci.* Praha, Alternativa.
 27. NYANAPONIKA (1998): *Abhidhamma Studies.* Kandy, Buddhist Publication Society.
 28. NYANAPONIKA (2000): *Kořeny dobrého a zlého: Základy buddhistické etiky.* Praha, DharmaGaia.
 29. NYANATILOKA (v tisku): *Buddhistický slovník.* Praha, DharmaGaia.
 30. SARTRE, J. P. (2003): *Zeď, Nevinnost.* Praha, KMa.
 31. SARTRE, J. P. (2006): *Bytí a nicota.* Praha, Oikoymenh.
 32. SHEAR, J. (1999): *Ethics and the experience of happiness.* In: BARNARD, G. W.; KIRPAL, J. J., eds.: *Crossing boundaries: Ethics, antinomianism and the history of mysticism.* New York, Suny Press.
 33. SIRCAR, R. (1999): *The Psycho-Ethical Aspects of Abhidhamma.* Lanham, University Press of America.
 34. THOMPSON, E.; ZAHAVI, D. (2007): *Philosophical Issues: Phenomenology.* In: ZELAZO, P. D.; MOSCOVITCH, M.; THOMPSON, E., eds.: *Cambridge Handbook of Consciousness.* New York: Cambridge University Press.
 35. VAN GORKHOM, N. (1999): *Cetasikas.* London, Zolag.
 36. VARELA, F. J. (1999): *Ethical know-how: action, wisdom, and cognition.* Stanford, Stanford University Press.
 37. VARELA, F. J.; SHEAR, J., eds. (1999): *The view from within: First-person approaches to the study of consciousness.* Exeter, Imprint Academic.
 38. VARMA, Ch. B. (1993): *Buddhist Phenomenology: A Theravada Perspective.* Delhi, Eastern Book Linkers.
 39. WALLACE, B. A. (2006): *Contemplative Science: Where Buddhism and Neuroscience Converge.* New York, Columbia University Press.
 40. YOUNG, D. (2005): *Walking the Tightrope: Talks on Meditative Development with Pemasiri Thera.* Kandy, Buddhist Publication Society.
 41. ZELAZO, P. D.; MOSCOVITCH, M.; THOMPSON, E., eds. (2007): *Cambridge Handbook of Consciousness.* New York: Cambridge University Press.