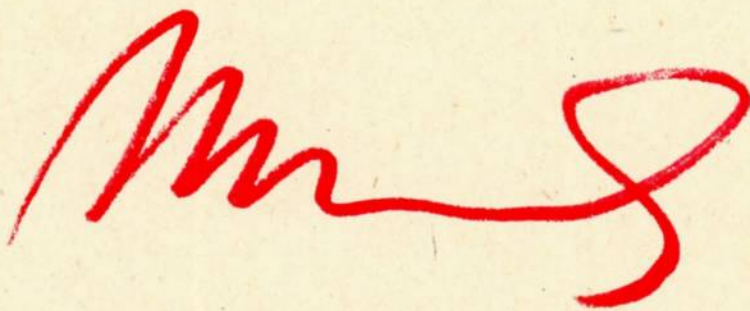


052
02
V. RAJNOŠIKOVI -

jreju LANU!

ALMANACH PŘEKLADŮ

A large, stylized red handwritten signature, possibly reading 'M. J.', is written across the middle of the page.

Cokoliv opisovat, šířit a propagovat
bez vědomí a souhlasu překladatele a
editora je dovoleno.
Přeloženo a vydáno pro přátele,
jako obvykle bez honoráře a copyrightu,
na konci roku 1984.

O B S A H

NA KŘÍŽOVATCE	4
L.MACHADO: PRÁVO NA INTELIGENCI	7
+ rozhovor s L.Machado /Tarrytown Letters/	
E. KÜBLER-ROSSOVÁ /New Age Journal/	11
VESMÍR PODLE DR. SHELDRAKEA /East West Journal/	14
TEORIE ROZPTÝLENÝCH STRUKTUR /Z knihy Aquarian Conspiracy od M. Fergusonové/	18
ROZHOVOR s Marilyn FERGUSONOVOU	21
PRŮZKUM VNITŘNÍHO MOŘE	
/Některé teorie floatace - New Age Journal/	23
ČTYŘI MOUDROSTI BUDDHISMU	28
HUDBOU K JINÉMU VĚDOMÍ /rozhovor se Steve Halpernem z The Movement Newspaper/	30
J. KRISHNAMURTI: P ů v o d n í m y s l	32
Víte, že ... /rubrika pikantních zajímavostí/	33
MOZEK V ZÁSUVCE /New Age Journal/	35
Indra DEVI /jóga/	40
STÁ OPICE /z knihy HUNDRETH MONKEY od K.Keyese/	44

NA KŘÍŽOVATCE

Jde o nás. Naši planetu, naši budoucnost. Jde o cestu z industriální éry do éry komunikační.

Každá krize, které musíme čelit, je jakousi křižovatkou, na které nás čeká vyjímečná příležitost zrovna jako velké nebezpečí. Naše kultura se v současné době soustřeďuje jen na ono nebezpečí. Potřebujeme silné, tvůrčí vůdce a vedení na všech úrovních společnosti, abychom svou pozornost přesunuli od negativního přístupu k více pozitivnímu náhledu na budoucnost. Naše znalost reality a vize o budoucnosti určují co je důležitější. Jakou budoucnost si budeme představovat, tak budeme jednat. Jak budeme jednat, takovými se staneme. Je v našich silách a schopnostech se změnit, odhalit nové směry a dosáhnout jich.

Stále rozšířenější nezaměstnanost např. naznačuje také, že lidstvo se může zbavit opakující se fyzické a mentální dřiny. Můžeme rozvinout sociální systémy, které poskytnou dostatek příležitostí pro smysluplnou a tvůrčí práci a přiměřenou ekonomickou podporu pro každého.

Rapidně rostoucí ceny zdravotnických služeb a naproti tomu rozšiřující se povědomí o tom, jak zůstat zdravý poskytují příležitost dosáhnout správného a zdravého života změnou životního stylu.

Zásoba nukleárních zbraní a rostoucí odpor proti totální destrukci s sebou přináší příležitost soustředit se na přesun naší aktivity k mezinárodním diskusím při úplném vyloučení možnosti války.

Každá krize, které musíme čelit, v sobě nese problém ale i naději, výzvu a příležitost. Je na nás, jestli dokážeme realizovat rostoucí touhu lidstva po tvořivé a "lidštější" existenci.

Existuje stále více důkazů o tom, že lidé na celém světě registrovali touhu po základních změnách. Je čas přejít od debat a diskusí na vnitřní úrovni k diskusím politickým, akademickým, ve sdělovacích prostředcích. Každý začátek takového dialogu už v sobě obsahuje onu příležitost k vytvoření opravdu pozitivní budoucnosti.

Vydáme se na cestu. Je to cesta k vzájemným spojením a kooperaci, k lidské rovnováze a osobnímu uspokojení. Je to cesta od "učení" k naučení se učit, od zaměstnání k tvůrčímu životu. Je to cesta k novým řešením sporů a krizí, k novým strukturám.

Doba změny, ve které nyní žijeme, je unikátní ze dvou hledisek. Za prvé, rychlost změny /probíhající prakticky v délce lidského života/: naše dosavadní vzory jednání a reakcí už neplatí. Po prvé v průběhu existence lidí na této planetě musíme hledat a nalézt nové cesty jak porozumět světu a sami sobě, abychom přežili. Za druhé, ničivé síly jsou tak účinné, že hrozí totální destrukce. Musíme tedy eliminovat dosavadní způsoby "Buď my nebo oni" vzorů, které doposud ovládají naše myšlení a nahradit je takovými řešeními, při kterých budeme mít na paměti, že jsme všichni obyvateli jedné malé planety a jde o všechno.

Rychlost změn, které nás očekávají, je podivuhodná. To, jak žijeme, pracujeme a trávíme volný čas bude v krátké době dramaticky přeměněno. Musíme pochopit příčiny těchto změn, musíme toho všeho tvořivě využít, abychom si uspořádali svět podle všech našich tužeb a přání.

Naši zkušenost světa drasticky ovlivní elektronická komunikace a rychlé cestování. /Vždyť už během několika roků bude na trhu telefon velikosti náramkových hodinek, který vám umožní okamžité spojení s kýmkoli kdekoli na světě, a po připojení na monitor se s ním i vidět!/ Biotehnologická revoluce - vytvářením nových forem života, se z lidí, vědců, stávají skuteční stvořitelé. Mikroelektronika otevírá tolik nových možností, počítače jsou stále menší a levnější, roboty nás zbaví driny.

Kapitalismus, socialismus a komunismus, společenské řády založené na zastaralých předpokladech industriální éry, již nejsou schopny adekvátně využít produktivní kapacitu světa. Dosáhli jsme fyzikálních i ekologických limitů naší planety.

Existence těchto a dalších kriticky důležitých sil, které vyžadují radikální změnu již nemůže být nikým popřena. Biologické a mikroelektronické technologie radikálně změnily naši definici "práce". Výzvou pro nás všechny, obyvatele této planety, je využít těchto přeměn k tvorbě a přestavbě světa.

Přesun z industriální ke komunikační éře vyzdvihuje do popředí také řadu hodnot minulých i nových. Musíme se znovu naučit, že cena cti, odpovědnosti, tolerance a lásky je neohraničená a pro přežití současného světa produkce a politiky násilí nezbytná. Musíme si znovu uvědomit, že jsme vzájemně propojeni a na sobě závislí. Víme už, že každá akce ovlivní naše okolí, naše postoje ke světu komplexně a nepředpověditelně. Všechny akce mají své následky. Potřebujeme se naučit žít v osobním i společenském životě rovnováhy, při respektování krátkodobých i dlouhodobých efektů naší činnosti zapříčiněných. Potřebujeme kooperaci a bez ní to nepůjde. Půjde také o různorodost. Úzká specializace a metafora "tavicí pánve" už neplatí. V budoucnu půjde o přepestrý koberec nejrozličnějších činností, síly a moudrosti mužů i žen, různých národů a ras, všech společenských tříd. Autorita bude založena na vědomostech a moudrosti, ne na síle. Hlavní lidskou aktivitou bude celoživotní učení a duševní růst.

Už jsme zjistili, že náš způsob "dobyty a ovládnutí" přírody z nás udělal spíše oběti než vítěze. Přírodní systémy jsou komplexnější a nádhernější, nádherněji produktivní. Musíme se toho hodně naučit. Struktury, založené na kooperaci s přírodními systémy se ukazují jako jediné možné budoucí řešení. Už teď je jasné, že můžeme /a musíme/ vyvinout reprodukcující se zdroje energie, obnovující se cykly průmyslové výroby, soběstačnou ekonomiku.

Musíme přejít od medicínské péče /od nemoci/ ke zdraví. Musíme přejít od právnických a ekonomických sporů ke zprostředkování, k dohodám, spolupráci. Od policejního pohledu k občanské a blokové pořádkové službě. /Mnohé státy v USA tak drasticky snížily výdaje na policii a kriminalitu/. Musíme přejít od hierarchického stylu řízení k aktivnímu manažeringu, od obchodního bankovníctví k bankám, které by pomáhaly novým tendencím a směrům. Musíme přejít od školení k umění učit se a to vyžaduje naprosto odlišný přístup k problému vzdělání vůbec. Tvůrčí myšlení a umění bude hrát stále významnější roli. V tomto směru vzroste význam rodičovské formy vzdělávání nové generace.

Události posledních čtyřiceti let nás přesvědčily o tom, jak rychle a neočekávaným směrem se naše názory mění. Naše postoje k problémům války, ozbrojení, životního prostředí, ekonomické produktivity, energie a zdrojů energie se drasticky změnily zvláště v posledních letech. Doposud si vládu představujeme jen jako superstát byrokracie, ale jak budeme postupně více a více žít v éře komunikací, vlády budou založeny na systému vzájemného propojení. Globální kooperace a nadnárodní spolupráce jsou naprosto nezbytné.

Základní změna ale začíná u každého z nás. Na osobní úrovni. Musíme čelit problémům. nalézt řešení a jednat - ale hlavně musíme uvěřit, že změna je možná.

Je.

My jsme jejím nástrojem.

První věcí, kterou si vy, my, já musím uvědomit, je to, že m ů ž e m e jednat. Je třeba přejít od pasivní rezistence, od negativního nazírání na současné problémy k aktivnímu přístupu a jednání. Začneme dialogem s přáteli, příbuznými, kamarády, kolegy. O světě a o tom, co se děje. Podívejme se na naše problémy jinak, obchvatem, chytřeji. Každý z nás hraje v životě mnoho rolí: jsme žáky a učiteli, rodiči i dětmi, spotřebiteli i výrobci, pragmatiči i snílci. Každý můžeme dosáhnout významné osobní změny na každém z těchto polí. Existují stovky možností, jak pomalu, ale od základů, zdola, změnit společnost. A při takovémto jednání si začneme uvědomovat, že nejsme sami. Že posun myšlení a chápání světa a jeho problémů je všeobecný, viditelný. Že život nabízí tolik vzrušujících alternativ a výzev, který všechny můžeme využít, budeme-li chtít.

Jsme na cestě do budoucnosti, jejíž útržky už někteří z nás vidí. Musíme naslouchat jeden druhému, s humorem a tolerancí pracovat sami na sobě, a využít tak potenciálních možností, které nám poskytuje příroda, planeta, a náš mozek.

Literatura:

Thinking in the Future Tense /E.Lindaman/, Broadman Press
The Aquarian Conspiracy /M.Ferguson/, Tarcher /Martin Press
Megatrends /J.Naisbitt/, Warner Books
Earth to Omega /D.Keyes/, Branden
The Global Brain /Peter Russell/, Tarcher Press
The Next Economy /Paul Hawken/, Holt, Rinehart, Winston Press
Servant Leadership /R.G. Greenleaf/, Paulist Press
The Turning Point /Fritjof Capra/, Bantam
Creating Your Future /Action Linkage/ pro děti/

Časopisy: New Age Journal, East-West Journal, Science News, What's Next,
Leading Edge Bulletin, Brain Mind Bulletin, Future Survey,
The Mother News Letter, The Tarrytown Letter, Rain, Tomorrow's
Teacher ...

Luis MACHADO, venezuelský básník a právník, byl v roce 1978 prezidentem H.Campinsem pověřen vedením Ministerstva Inteligence. Ve stejném roce napsal "Právo na Inteligenci". První anglický překlad se objevil o dva roky později.

PRÁVO NA INTELIGENCI

Každý, už jen tím, že existuje, má právo na inteligenci. Každý má právo na cestu a způsob, jak být neustále inteligentnější.

Toto právo musí být všeobecně uznáváno a podporováno.

Navíc, všude a vždy musí být zachovávány podmínky, nezbytné k vykonávání tohoto práva.

Je to poslání každé společnosti a prvořadý úkol jejích vůdců. Všechny bez výjimky.

Úkol vybudování nové společnosti nelze redukovat na pouhou ideologii.

Je to úkol příliš transcendentální, než aby se dal rozdělovat. Politici vůdci jsou tedy první, kteří musí strážet nevšimavostí k právu na inteligenci. Historie nikomu ztracený čas neodpustí.

Inteligence byla dosud privilegiem všech privilegií.

Nejšpatnější distribuované bohatství na Zemi.

Příčinou a základem zbývajících privilegií.

Inteligence je synonymem moci.

Uvažování o inteligenci je dosud uvažováním o moci.

Výchova, tak jak ji dosud známe, je mechanická.

Ničí originalitu. Stárna.

"Každé dítě je génius" je pravdivé přísloví. Kolik je ale géniů ve starším věku? Musíme zkoumat příčiny tohoto jevu a bojovat proti systému, který přirozenou inteligenci ničí.

To je podmínka, které v boji za právo na inteligenci nelze uniknout.

"Hloupost" je za těchto podmínek jen vyléčitelná "nemoc".

Není to něco nad čím by bylo možno resignovaně mávnout rukou: je to sociální problém, nad kterým lze zvítězit.

Nikdo se nemůže stát Einsteinem a bylo by absurdní pokoušet se o to. Každý se ale může stát sám sebou.

Není důvod, proč by každý člověk měl být něčím "menším" než Einstein.

Génius je řídký zjev, protože prostředky k jeho výchově se ještě nestaly běžnými a samozřejmými. Génius není někdo, kdo je obdařen nadpřirozenými schopnostmi. Génius je obyčejný člověk, ne superman.

Zbytek nás všech je složen z podlidi. Ale i my zítra můžeme dosáhnout úrovně géniů. Dnešní výjimka bude zítřejším pravidlem. Inteligence je přirozená. Hloupost žádá vysvětlení.

Revoluce inteligence se odehraje ve všech zemích světa. Začne na rukou matek. Den, kdy si matky uvědomí, že jsou zdrojem inteligence svých dětí, v ten den bude svět změněn.

Myšlenky změní lidské podmínky.

Za každou událostí leží myšlenka.

Pravda zasetá do lidských myslí dříve či později přinese ovoce.

Jen revoluce myšlení jsou opravdové revoluce.

Každá historická konfrontace měla ideologickou podstatu.

Ideologie se mění vždy první. Potom realita.

Dnes lze společnost pro i proti inteligenci plánovat.

Není to teorie, ale realita, která přeměňuje.

Je to jakoby se půda pod našima nohama propadala a formovala jednu z nejdůležitějších Cest lidské historie, cestu, která vede k všestrannému rozvoji lidstva.

S rozvinutější myslí bude lidstvo schopno nalézt základ řešení všech problémů a prvků nutných k vybudování nové společnosti.

To, co zkonstruuje, bude jen jeho práce.

Změna nebude založena na předem vytčených cílech: bude to přirozené a nezbytné ovoce radikální změny nervového centra společnosti - lidské inteligence.

Každý má právo na svobodu.

Každý má právo na to, být ještě svobodnější.

Dodržování práva na svobodu znamená, že lidé mohou svobodu, kterou mají, zdokonalovat.

Ale ani to ještě nestačí.

Svoboda musí být rozšiřována.

Lidská bytost se může osvobozovat zdokonalováním sebe sama, progresivní aktualizací všech potenciálních znalostí a talentů.

Svoboda je naprosto nezbytná.

Máme-li svobodu, máme všechno ostatní.

Luis Alberto Machado

Rozhovor Roberta L. Schwartse (předsedy Tarrytown Group, organizace v městě Tarrytown, jejímž cílem je "rozšiřování idejí") s Luisem MACHADOU, venezuelským Ministrem Intelligence.
(Přeloženo z Tarrytown Letter, October '84)

CELOSVĚTOVÁ REVOLUCE **INTELLIGENCE**

- Mohl byste na začátek vysvětlit, jak vzniklo Ministerstvo Intelligence?

- Jsem politik a spisovatel a dlouhou dobu jsem přemýšlel o povaze myšlení a intelligence vzhledem k rozvinutí osobností a metod, které by mi umožnily myslet lépe. Uvažoval jsem asi takto: když mohu já myslet lépe, pak to může dokázat každý. A dále - kdyby si nějaká vláda dala za program zvýšení intelligence celého národa, začala by největší revoluce v historii lidstva. Ta myšlenka se zdála příliš vzdálená, ale přetrvávala a já začal uvažovat v termínech politického rozhodnutí. President Venezuely byl můj přítel a nadchl se mými ideami. Byl jsem pak nominován a zvolen do funkce Ministra Intelligence, s posláním zvýšit úroveň intelligence celého národa. Lidé se mi nejprve smáli, skoro půl roku se objevovaly články o tom "bláznovi" a že to je "směšné".

V základě mají lidé už 50 000 let stejný genetický kód, a jedinou odlišností je suma znalostí dnešního člověka. Všichni víme, že využíváme mozek z 10%, ale už nyní jsou metody, jak to zvýšit na 15%. Jen se znalostmi, které už jsou běžné.

Já nejsem vědec, ale politik. Prostě využívám poznatků tisíců vědců a pomáhám je rozšířit mezi lidi. Např. inteligenci dítěte je možno zvyšovat už od doby před narozením. Ale kolik rodičů o tom ví? A tak jsme začali projekt "Rodina". Dítě se rodí s takovým množstvím neuronů, se kterým pak musí vystačit celý život. Neurony jsou ale nevyvinuté a musíte je stimulovat. Když smysly bombardujete, např. láskou, dítě získá lepší mozek na celý další život. Učíme v televizi rodiče, aby zůstávali s dětmi co nejvíce času, aby si s nimi povídali, dotýkali se jich, ukazovali jim barvy a předměty. V každé porodnici, v každém pokoji jsme instalovali televizor a matky vidí tyhle programy tři hodiny denně.

- Kde jste získali materiály a poznatky pro programy?

- V základě byly inspirovány pracemi dr. T. Berryho Braziltona z Harvardu. Např. ukážeme jednodenní dítě matce a tvrdíme, že vidí. "Nemožné", říká. Tak dítě přiblížíme na 25 cm od jejího obličeje a jak se hýbe, dítě reaguje. Matka je překvapena. Pak řekneme, že dítě ji slyší a preferuje její hlas. Ošetřovatelka šeptá dítěti něco do jednoho a matka do druhého ucha a dítě se vždycky otočí k matce. To pomáhá navodit silný vztah a láskyplnou stimulaci dětské intelligence.

Dr. Brazilton např. strávil 5 minut instruováním 20 matek v černošském ghettu v Bostonu. O rok později dosahovaly tyhle děti o 15% vyšších výsledků při testech IQ. A to bylo jen 5 minut - dovedete si představit kdyby matky dostávaly třeba hodinové instrukce? Tohle nyní ve Venezuele podporujeme. Čtyři dny v týdnu a čtyřikrát za den máme v televizi dvě minuty na tyhle věci. Platíme jen výrobu, vysílací čas platí vláda.

- Vy vlastně navrhuje, abychom nepodceňovali roli politiků ...
- Víte, ono je to vlastně docela snadné. Stačí se jen politicky rozhodnout. Máme 150 rozhlasových stanic a na nich vysíláme 20krát denně po 30ti sekundách. Po celé zemi. Bombardujeme mysl rodičů a ti si uvědomují, že není nic důležitějšího, než rozvoj inteligence jejich dítěte.
- Co se děje s dětmi školního věku?
- Projekt "Rodina" pracuje s dětmi do 6 let. Pak následuje něco docela nového. Tradiční systém školství pracoval se znalostmi, ale děti se neučily učit se a myslet. Vytvořili jsme prakticky nový předmět - učení se učení. Jak myslet, řešit problémy, zkoumat vztahy mezi idejemi, dělat rozhodnutí, být tvůrčí, používat jak racionální, tak "uměleckou" mysl. Těhle by se mělo učit na celém světě aspoň hodinu denně. Používáme metod R. Feuersteina, Yaccova Agama a dalších. Okolo 42000 učitelů a víc jak milion studentů už prošlo naším tréninkovým programem a jejich schopnosti tvořivosti a myšlení se dramaticky zvětšily. Za čtyři roky programu dosahují studenti o 20, 50, 68 a 120% lepších výsledků.
- Jaký užitek z toho má celá země?
- Velké korporace představují dnes nejen kumulaci moci či peněz, ale i myšlení. Někteří instruktoři lepšího myšlení pobírají jako poradci až 2000 dolarů denně, když pomáhají vedoucím pracovníkům i např. projektantům atd. lépe myslet. Uvažujeme i o podobných programech pro dělníky. Hodláme na tomto poli také využít televize co nejvíce.
- Inspirovala vaše snaha také některou jinou zemi?
- Ano. Byl jsem již dvakrát v Číně. Tam probíhá již léta kampaň, aby rodiny měly jen jedno dítě, a samozřejmě, chtějí pro něho jen to nejlepší. Projekt "Rodina" se rozbíhá i tam. Dovedete si představit, co bude za 30 let, až bilión Číňanů se stane superinteligentními? Věda se musí využít pro přeměnu společnosti. Einstein napsal v roce 1938 Rooseveltovi o nebezpečí atomové pumy v rukou Hitlera a to bylo za války. Co kdyby vědci různých zemí psali svým vládám petice a zasadili se o programy zvyšování inteligence celých národů? Když dokázali např. Američané brát projekt dosažení Měsíce na konci 60. let za národní, proč to nezkusit s inteligencí?
- Politik není ten kdo zahajuje akce, které jsou možné - politik je člověk, který sní o tom, co je nemožné a pokusí se toho dosáhnout. "Demokracie" je vláda lidu pro lid. Dnešní vlády ale vládnou lidu, nemají kapacity pro správné rozhodování, jak pro lid tak pro sebe. Pravá demokracie bude možná až se zvýší inteligence celých národů. Dnes je vědecké poznání v rukou hrstky lidí. Na tomto poli můžeme dosáhnout enormních změn, aniž bychom chtěli cokoliv komukoliv brát - jen rozvinutím myšlenkové kapacity každého z nás.

E.Kübler-Rossová /nar.1926 v Zurichu/ odešla v osmnácti do světa. Potloukala se s cikánskou tlupou, dělala uklízečku, ošetřovala raněné, a když těsně po válce navštívila koncentrační tábor v Majdanku, rozhodla se být lékařkou. Po absolutoriu medicíny v Zurichu se vdala a přestěhovala do USA. V roce 1965 začala "studovat" smrt a umírání. Založila Shanti Nilaya centrum, kde vede pětidenní kursy "Život, smrt a změna".

E. KÜBLER-ROSSOVÁ

/Rozhovor z New Age Journal, November 1984, Philip Zaleski/

Jste známa svými výzkumy umírání. Je pravda, že v poslední době se soustřeďujete víc na "život" a "žití"?

Mně to připadá jedno a totéž. Původně jsem chtěla pomáhat umírajícím pacientům, ale když tak posloucháte co vám ti lidé vypráví, s úžasem zjišťujete, že vlastně začali žít až v okamžiku, kdy jejich život byl ohrožen. Náhle se důležitost věcí obrátila o 180°. Všechno to co bylo kdysi tak hrozně důležité je najednou nicotné. Ti lidé se ohlíželi na své životy s lítostí. Až v okamžiku smrtelného nebezpečí či nevyléčitelné nemoci zjistili, že musí styl života změnit.

Co můžeme udělat, abychom změnili styl našich životů?

Měli bychom se naučit oceňovat a milovat to, čemu říkám "momenty", čas, kdy prožíváte nezištnou lásku. Na kolik takových momentů si dokážete ze svého života vzpomenout? Možná si vzpomenete, jak jste šel se synem jednou na ryby - věnoval jste se jen synovi, a neprobíral včerejší schůzi či problém jak zaplatíte daně. Někdy je třeba diagnózy zhoubného nádoru, aby si člověk uvědomil..."mám děti, ale neměl jsem čas je poznat".

Ale jak můžete naučit lidi uvědomovat si takové momenty, zvláště lidi smrtelně nemocné?

Každý máme tu schopnost v sobě. Jsme daleko lidštější, máme v sobě víc schopností a moudrosti než si uvědomujeme, ale v naší společnosti oduňujeme daleko víc peníze, vzdělání - intelektuálně jsme hypertrofovali. Něco tedy musíme "zaplatit" - nejsme v kontaktu se svými přirozenými pocity radosti, smutku, lítosti. Na veřejnosti se prostě nesmí plakat. Potlačujeme své přirozené emoce a ztrácíme tak pocit harmonie mezi emoční, fyzickou, intelektuální a duševní složkou našich životů. Jestliže je jedno potlačeno, něco jiného to musí kompenzovat. Když hovoříte s dítětem, smrtelně nemocným, kompenzací je předčasná moudrost a duševnost.

Jestliže moudrost je výsledkem otevření kvadrantu našeho duševního života v pubertě, proč je tolik zmatených a nešťastných dospělých?

Protože náš vývoj nebyl přirozený! Všechny naše přirozené emoce byly znehodnoceny a obráceny, když jsme dospívali. Myslím, že ani jedno dítě není v téhle společnosti vychováváno přirozeně. Chlapci například nesmějí plakat, a tak potlačují jeden z největších darů lidskosti při vyrovnávání se se ztrátami. A život je plný ztrát. Jestliže nebrečíte, když vám matka vyhodí starou opelichanou panenku a koupí v obchodě novou, váš přirozený vývoj už je potlačen. Později se ztráty prohloubí a nastanou problémy, jak akam s "žalem". A než vám bude dvacet, bude z vás klubko sebelítosti. Běžte se podívat na E.T. Pozorujte lidi, když se rozsvítí. Každý bude předstírat, že

nebrečel. To je taky důsledek dětství. Hněv, to je totéž. Pokud dítěti povolíme říci "ne" a nebudeme ho za každé odmítnutí pohlavkovat, nestane se z něho násilník. Když ho ale budeme učit potlačovat přirozenou emoci, stane se z něho malá sopka: pak postačí křivý pohled či náhodná poznámka a dojde k erupci. Hněv je přirozená emoce - trvá tak 15 sekund, ne víc. Ale když ho budete potlačovat, začne zabíjet.

Lidé, kteří celý život potlačovali hněv a teď se mají učit "jak se hněvat" jsou zmateni ...

Potřebujete k tomu jen klidné prostředí a někoho kdo vám pomůže. V mých skupinách jsou nejružnější lidé, včetně lékařů a ministrů, ale správně "nažhavení" se dokáží chovat jako zvířata. Stačí 5 či 10 minut a jsou z toho venku, ale během té doby jsou schopni vraždit. Bez ohledů. To jsou zkušenosti masových vražd. V každé mé skupině jsou jeden dva takoví masoví vrazi. Jsou to obvykle velice příjemní lidé. Nepřeháním. Na jedné straně jsou milí a všímaví, tím ale jen maskují své přirozené nepřátelství uvnitř. Pak ale dosáhnou bodu, když už kompenzace nefunguje - a to je ta minuta, ve které jim lze pomoci. Musíte je dostat do prostředí, kde budou moci vyjádřit bezpečně své pocity, např. směrem na neživý objekt. Pak to ze sebe dostanou třeba zařváním. Pro mne to zní jako Mozart. Slyšela jsem ten "řev" od Indiánů, od bělochů, po celém světě je to stejný zvuk. Ale málo lidí ho slyšelo. Podobá se to řevu divokého zvířete. Vždy, když ten zvuk slyším a vím, že se mi jej podařilo vyvolat, vzdávám díky celému světu. Tento člověk už neublíží ani mouše. Tahle zkušenost je totiž totálně léčivá a uzdravující.

Zvuk to musí být strašný. Ale jak ten jejich hněv ovládáte?

Když dostanete strach, obvykle toho druhého "zabrzdíte", ale to je daleko škodlivější, než by to pomohlo. Rozumíte? Je k tomu potřeba lidí, kteří nemají ani záblesk strachu. Cvičíme lidi celé roky. Pustíme je tunelem, stiskneme jejich knoflíky, pustíme proti zdi. Když nereagují, znovu je spustíme tunelem. Je samozřejmě nutné vědět, kam až se dá jít. Když se rozplácete nad smutnou historkou svého souseda, je to obvykle pláč, který je ve vás zadržován od doby dětství. A když se s tímhle počátkem žalu či strachu ztotožníte, je to počátek změny, vyrovnání se s tím, a vyléčení. 20% žen v našich kurzech jsou oběti incestu. Nedokáží žít v harmonii ani se sebou ani s druhými lidmi. Když jsou ale ve skupině, ve které nejsou ani hodnoceny ani kritizovány, začíná proces léčby. Lidé si začínají uvědomovat, že i Hitler byl malé dítě a Hitlerem se teprve stal. Podobné je to i s nezištnou láskou. Když někdo podlehne tlaku rodičů a stane se lékařem, i když by byl rád truhlářem, může celý život léčit lidi, ale sám si pak na konci života řekne "žil jsem si dobře, ale vlastně jsem vůbec nežil". Tohle přece není nezištná láska. Když mám někoho ráda, nemám na něho požadavky. Neznamená to, že mám ráda tvé chování, ale mám tě ráda.

Pozitivní je vždy silnější než negativní. Jestliže to budeme dostatečně dlouho a důsledně zdůrazňovat, jednoho dne se tohle poznání uchytí, a další generace už vychová děti daleko přirozeněji a citlivěji. Pak budu já už bez práce.

Navíc je nutné si uvědomit, že negativita se rychle šíří. Když se špatně vyspíte a budete křičet na svého muže, ten seřve sekretářku, ta svou kolegyni a večer na sebe bude rvát padesát lidí. Přitom stačí trochu se ovládnout, dát muži pusu a když odejde, rozmlátit talíř nebo třísknout dveřma. Vymlatte ze sebe hněv a frustraci tímhle bezpečným způsobem. Nebo vyklepejte koberec.

Ale když bych musel klepat koberce vždycky když mám tohhu se vzteknout

To ne. Klepejte koberce jen tehdy, kdy už se na tu druhou osobu, která vás dohání ke vzteku, nebudete ani moci podívat, aniž by se vám neudělalo zle od žaludku. Možná samotnému jednotlivci to nepůjde tak snadno, proto se cvičíme ve skupinách. Kdysi lidi tyhle kurzy nepotřebovali. Když si vzpomenu na své dětství, uvědomuji si, že nejlepší dny byly v sobotu. Vždy v pátek už byla má matka uzlíčkem nervů, ale pátek byl zároveň dnem velkého úklidu. Matka řádila jak tajfun a v sobotu byla jak panenka. Muži přece pravidelně štípali dříví a takhle to ze sebe dostávali. Dneska máme vysavače. Ale vysavačem se hněvu nezbavíte. A tak musíte platit za kurzy nebo chodit na lekce karate.

Ale někteří duchovní učitelé, například v buddhismu, trvají na tom, že hněv nemá v lidském společenství co dělat.

Ach, takhle meditatoři. Meditace je neuvěřitelně užitečná věc, když se dělá na správném místě a ve správnou dobu. Nemluvím o lidech, kteří si zvolili život meditace, ale o obyčejných lidech. Vždycky jich máme na svých kurzech několik. Když někdo vedle nich začne rvát, upadnou do transu. A tak vezmu jehlu a hezky je píchnu nebo je praštím. Jak z toho svého transu vyletí! Jestliže zvolíte útěk do meditace v situaci, kdy je potřeba lidem pomoci, nemáte na to, abyste žili mezi nimi. Snažím se takové meditátory donutit otevřít oči a uši a hlavně srdce. Rozumíte? Je rozdíl, jestliže meditujete dvakrát denně půlhoďinku, anebo jestli prostě utíkáte z reality. Meditace pomáhá prohlubovat vnitřní vyrovnanost a vyladovat se tak na vyšší reality, ale jakmile u někoho zjistím, že medituje více než je zdravé, začnu pátrat.

Při mnoha příležitostech jste se zmínila o "mystických" zkušenostech. Odkud se vzala ta vaše?

Bývala jsem přímočará protestantka. Nikdy jsem nebrala drogy. Přece však jsem takové zkušenosti zažila a musím potvrdit, že jsou neuvěřitelně nádherné. O tom ale nechci hovořit. Jednou jsem na konferenci v Berkeley potkala buddhistického mnicha a mezi řečí jsem řekla, že nikdy nemedituji. On řekl: "Při vší úctě k vám musím oponovat - vy meditujete, a hodně." "Ale ne", odporovala jsem já, "vždyť ani neumím sedět rovně". A on mi vysvětlil: "Vždycky když sedíte u nemocného či umírajícího pacienta, když jste na něho cele soustředěna a naladěna, meditujete. I to je totiž forma meditace."

Zacházíte denně přímo s "dynamitem" emocí. Jak to snášíte?

Mám jedno oblíbené přísloví: "Když kaňon zastřešíte, neuvidíte, jak je krásně rozeklaný." Víte, jak tak život jde, poznáváte na 100% kdo je a kdo není vaším přítelem. Moc se toho učíte, jak stárnete. A navíc, čím větší pilník, tím vybroušenější pak jste.

Vystudoval biochemii v Cambridge, filosofii a historii věd na Harvardu, získal doktorát z biochemie, v roce 1974 odejel do Indie a tam v ašramu napsal svou knihu, která rozvířila vědecký svět.

V E S M Í R P O D L E D O K T O R A S H E L D R A K E A

/Překlad článku Jima Sealea z časopisu Ease West Journal 6/84 /

Sheldrakeova teorie předpokládá, že hmota je do své formy uváděna transcendentálními principy, které zatím neznáme, a ze kterých také vyplývá, že i živé bytosti jsou jaksi "naladěny" na zážitky a zkušenosti svých předchůdců a předků.

P r o b l é m f o r m y

Základem teorie dr. Sheldrakea byly i úvahy jiných filosofů, od Platona až k Henri Bergsonovi, který tvrdil, že paměť je skladována jinde než v mozku. Základem této teorie příčiny forem je tvrzení, že všechny formy života získávají svou strukturu nejen známými fyzickými příčinami a zákony a pokyny kyseliny DNA, ale také díky vlivu minulých forem. Sheldrake to nazývá morfogenetickými poli /z řeckého morpho, forma, a genesis, začátek/. Jestliže taková pole existují, změní naše názory na přírodu, funkci mozku, genetiku, evoluci, chování a různé jiné aspekty života velmi radikálně.

Podle Sheldrakea forma a vývoj nejen živých organismů, ale i hmoty jako takové /např. krystalů/ je vytvářena a ovlivňována morfogenetickými poli. Tato pole jsou všudepřítomná, ale ovlivňují jen určitý okruh, např. pole lidská nemají vliv na krysy. Život živých organismů je ovlivňován pomocí tzv. morfixických rezonancí, jakéhosi vyladění organismu na formy minulých životních forem. Morfixické rezonance fungují mimo čas a prostor.

Stvol kukuřice tedy získává svůj tvar nejen díky příkazům DNA, ale protože všechny stvolky kukuřice předtím vytvořily morfogenetické pole a to nyní rostlinu řídí. Sheldrake to popisuje jako jakési "kolektivní spojení paměti mezi příslušníky určitého kmene". Tvrdí, že morfogenetická pole jsou uspořádána v jakési hierarchii, takže pole lidské obsahuje pole, které řídí vývoje molekul, které formuje játra, srdce, jiné, které řídí celé tělo atd. Když tuto myšlenku rozvedeme dále, teoretizuje dr. Sheldrake, existence morfogenetických polí ovlivňuje /i když nekontroluje/ chování a myšlení. Jakmile jednou nějaký druh získá určitý návyk nebo ideu, tato se stane součástí morfogenetického pole stejného druhu. Čili, pro následující generace bude učení se nějakému návyku snazší, zvláště, umožní-li jim okolnosti nebo prostředí naladit se na tuto část pole.

Morfogenetické pole není otisk v kameni, ale neustále se vyvíjí. Čím víc příslušníků rodu a čím častěji návyk opakuje, tím silnější je pole. Jestliže je vliv pole neustálý a dlouhotrvající, bude tak silný jako instinkt, kterému se nějaký tvor už učit nemusí. Sheldrake věří, že i tak historicky nedávné zkušenosti lidí např. z jízdy na kole nebo řízení počítače budou v budoucnosti základem znalostí téměř instinktivní, kterým se naši potomci budou učit daleko snázeji než my.

Když hledal dr. Sheldrake důkaz pro své tvrzení, začal pátrat v literatuře po zmínkách o chování laboratorních zvířat v mnoha generacích. Dlouho trvalo pátrání, ale pak našel záznamy pokusů z roku 1920. Profesor W. McDougall

tehdy zkoušel v laboratořích v Harvardu dokázat genetické změny přecházející z rodičů na potomky, a zkonstruoval labyrint s jedním volným a druhým elektricky nabitým východem. První generace laboratorních krys se učila pomalu, dosahovala v průměru 56 chybných pokusů, ale další a další generace byly již lepší a lepší; poslední zkoumaná generace dělala jen 20 chyb. Přívka učení byla prakticky stejná u "chytrých" i "hloupých" krys. Bylo jasné, že je tu ve hře nějaký druh "vědomosti". Kritici se pokoušeli závěry McDougalla napadnout, ale pokus byl jasný a přehledný. Jistý F.Crew testoval 18 generací stejného druhu krys o mnoho let později a došel ke stejným závěrům. Podezřelé ovšem bylo, že jeho první generace krys dělala v průměru pouze 25 chyb, tedy přibližně tolik jako poslední generace McDougallova. Mnoho krys ovšem dosáhlo bezpečného východu z vodního bludiště hned na poprvé. Nikoho tenkrát ale nenapadlo, že krysy pozdější by se mohly nějak "naučit" řešení od svých předků. Efekt tedy nebyl vyvolán geneticky, protože zasáhl celou rasu, všechny krysy. Podobné výsledky se ukázaly i při výzkumech holubů B.F.Skinnera.

H o d i n á ř s k á b i o l o g i e

Protože jeho teorie příčiny forem říká, že živé organismy jsou formovány morfogenetickými poli, dr.Sheldrake se na DNA a geny dívá jako na nástroje podléhající vlivu morf. polí. Používá analogie televizního přijímače. "Televizor musí mít zdroj energie, a musí být zapnut. Musí obsahovat správné součástky, jako obrazovku, tranzistory, dráty atd. To vše musí být správně zapojeno a spojeno. Musí být naladěný na vlny, které přicházejí vzduchem, neviditelnými elektromagnetickými signály z vysílače. Představme si, že někdo inteligentní, ale z jiné planety, vidí pohybující se lidi na obrazovce, a může dojít k závěrům, k jakým docházejí často i ději: že totiž uvnitř televizoru žijí malé bytůstky. Koukne se tedy dovnitř, ale nikoho tam nenajde. Nutně musí dojít k teorii, že lidičky jsou buď příliš malé, aby je viděl, nebo vznikají nějakým neznámým procesem přímo na obrazovce. Když se ale pokusí náhodně přestříhnout několik drátků, na obrazovce vidí docela jiné věci. Nebo, když knoflíky vyladí jiné frekvence, přeladí na jiný kanál, uvidí znovu něco jiného. Dojde tedy k závěru, že obrázky jsou nějak zakódovány v kondenzátorech, které jinak přepojil. Pak ale přijde někdo jiný a bude našemu badateli tvrdit, že ty obrázky vysílají lidé vzdálení stovky kilometrů neviditelnými vlnami. Jenže badatel se nevzdá, zvaží televizor zapnutý a vypnutý, a dokáže kritikovi, že váha je stále stejná, že tedy nic do přístroje nepřichází.

Přesně taková je dnes pozice mechanistické biologie. Chápe velkou část funkcí živých organismů, chemii jejich komponentů, dokáže popsat jak jsou spojeny a jak pracují chemicky i elektricky. Jenže, samozřejmě, ignoruje "neviditelné" vlivy, tedy např. morfogenetická pole. Mechanistická biologie zkonstruovala přesně ohraničené vědomosti, a na vše, co nevysvětluje, tvrdí - tomu ještě nerozumíme.

V y v í j e j í c í s e p o l e ž i v o t a

Jak do tezí dr. Sheldrakea pasuje Darwinova teorie evoluce? Představme si životní cestu nějakého živočicha. Většinou je to stezka velmi úzká. Např. pták ji má předurčenou docela jednoduše - vylíhne se z vejce, naučí se létat, sbírá potravu, snese vejce, zahyne, vše přísně vymezeně. "Má teorie", říká dr.Sheldrake, "předpokládá, že zvyk, návyk, se postupně stává ve vývoji tvora "dominantní", a že zvyk bude vymezenou stezku prohlubovat. Všechny druhy se tedy vyvinuly z původně jednoduchých, omezených forem.

Představme si, že nějaký hypotetický pták je na své pouti nějak zbrzděn. Dostane se např. do temné jeskyně, odkud už nedokáže vylétnout. Zahyne, ale

je tu možnost, že přežije a bude v dalších generacích vyvíjet echolokační systém podobný netopýřímu. Takoví ptáci opravdu existují. Darwinisté by takové ptáky označili za druh, jehož fyzické kapacity lokalizovat zvukové odrazy se geneticky zvyšují v dalších generacích. Dr.Sheldrake tvrdí, že evoluce postupuje v závislosti na tom, až se echo-lokace stane součástí morfogenetického pole užitého druhu.

Sheldrake přiznává, že jím vyslovené teorie jsou konzervativní, že život označuje za jakýsi "zvyk", ale zároveň poskytuje naději pro budoucnost. Jestliže má pravdu, znovu se vynoří idea možností ovlivňování vývoje lidstva vlastními činy. Podle teorie dr.Sheldrake má lidská rasa nejširší "stezku" života, a mezi zrozením a smrtí se každý člověk potká s nespočíslnými možnostmi a způsoby života, chování, jednání. Stezka je tak široká proto, že člověk si, vědomě či více vědomě, vybral možnost nebýt závislý na úzké předem určené cestě. Sheldrake dokonce poznamenává, že některé lidské konání může vědomě tuto stezku měnit - to je chování světců a proroků.

Jestli je tohle rozšiřování stezky života požehnáním pro rod lidí nebo ne, to je otázka. S tolika možnostmi obměny lidského morfogenetického pole chování a jednání, žádná variace není automaticky silnější než jiná. Osvěny instinktů slábnou, a člověk se stále víc musí spolehnout na své vědomí. Možná všechna ta slova, která jsme si museli bymyslet, jako zášť, stres, odcizení, popisují vnitřní stav organismu, který přijímá již jen malou část vysílání svého morfogenetického pole. To pole je ale stále zde a obsahuje, podle dr.Sheldrakea, každou ideu a každý pocit, který kdy lidstvo zažilo. Většina "lidského" času je ovšem na své stezce poznamenána i např. válkami a tedy celkem snadno lze člověka právě na tuto zkušenost "naladit". /Jednou z nejprovokativnějších myšlenek dr. Sheldrakea je to, že organismus může vyhnout, ale morfogenetické pole zůstává. Sheldrake věří, že např. stále existuje pole vyhynulých brontosaurů, jenže už není ten kdo by se na něj dokázal naladit. Jako když rozbijete všechny televizory, ale vysílač stále vysílá/.

Posměšky jizlivých kritiků odráží dr. Sheldrake s úsměvem a anglickým smyslem pro humor. Kolegové si prý myslí, že se zhláznul, a když si jde zatelefonovat, ptají se, proč vůbec používá telefon, proč nepoužije morfickou rezonanci. Většina poznámek je určena faktu, že dr. Sheldrake nedokáže určit, KDE morfogenetická pole vůbec jsou. A jestli jsou, že musí existovat v jiné časovo-prostorové dimenzi, o které zatím nic nevíme. "Nemyslím, že by bylo nutné vynalézt novou dimenzi", říká dr. Sheldrake. "Vím, že to není zrovna jednoduché, přijmout tento předpoklad, ale častokrát i docela běžné teorie je velmi obtížné pochopit. Je-li to tedy pravda, musíme prostě začít o čase a prostoru uvažovat docela jinak."

T r h l i n a m e z i d v ě m a s v ě t y

Sheldrakeova teorie do jisté míry připomíná "kolektivní nevědomí" a "archetypy" Junga, nebo "kosmickou evoluci" paleontologisty a filosofa Thielharda de Chardina, nebo mnohá parapsychologická zkoumání. Ovšem plus další poznatky, jako astrální projekce, léčbu krystaly, vhledy do "minulých" životů a další podobné bizarní "vědy". Sheldrakovy teorie jsou magnetem pro každého, kdo hledá prominentního vědce, jehož hypotézy se dotýkají i nefyzické reality. On sám ale nehodlá stát se guruem či učitelem každému, kdo je ochoten potvrdit a souhlasit s jeho názory. Sheldrakeovi je 40let a může být jeden z těch vědců, jejichž hypotézy jsou široce diskutovány i za jeho života. Polovinu roku tráví v Newarku, druhou v Indii, a pokračuje ve svých biochemických výzkumech. "Teorie je jedna věc, ale i Sheldrake musí být z něčeho živ", podotýká dr. Sheldrake.

"Nevěřím, že by moje teorie mohla být prokázána několika experimenty. Jestliže se ale prokáže, že je chybná, já budu první, kdo se jí vzdá."

Nyní je dr. Sheldrake plně zaměstnán vytvářením morfogenetického pole pro svá morfogenetická pole.

Z knihy Marilyn FERGUSONové "The AQUARIAN CONSPIRACY", Personal and Social Transformation in the 1980s /Konspirace Vočnárů, osobní a sociální změny v 80. letech/:

"Krise naší doby jsou nezbytným hnacím momentem dalších revolucí. Jakmile jednou pochopíme transformativní síly přírody, zjistíme, že příroda je ne to, čeho bychom se museli obávat a s čím musíme bojovat, ale náš spojenec. Naše patologie ne naše příležitost..."

TEORIE ROZPTÝLENÝCH STRUKTUR

Vždy, když se nevyřešené hádanky a paradoxy nahromadí, přicházejí nové "vzory" a systémy. Naštěstí i dnes se zjevují hluboké a mocně nové teorie "rychlé" revoluce kulturní, biologické i osobní.

Teorie rozptýlených struktur přinesla belgickému fyzikálnímu chemikovi Iljovi Prigoginovi v roce 1977 Nobelovu cenu. Jeho teorie se může stát takovým průlomem do našeho stávajícího vědeckého poznání, jako kdysi Einsteinovy práce ve fyzice. Přemostuje kritické mezery mezi biologií a fyzikou, chybějící články ve spojení zemských životních systémů a zdánlivě neživého vesmíru.

Vysvětluje přírodní, nezměnitelné procesy - vznik vyšších a vyšších struktur. Prigogin, jehož prvotní zájmy byly historie a humanitní vědy, cítil, že věda ignoruje "čas". V Newtonově modelu vesmíru byl čas uvažován jen v souvislosti s pohybem těles. Jenže, tvrdil Prigogin, existuje tolik aspektů času: zánik, historie, evoluce, tvoření nových forem života, nové ideje. Kde v tom starém modelu vesmíru bylo místo pro "vznikání"?

Prigoginovy teorie objasňují záhadu vzniku a rozvoje života na naší planetě, a věnují si i současného života LIDÍ. Nabízejí vědecký model přeměny z mnoha rovin. Vysvětlují roli stressu, hybné síly transformace. Principy, které jeho teorie vysvětluje, nám pomohou lépe chápat změny v psychologii, učení, zdraví, sociologii, dokonce i ekonomice a politice. Použití je velmi variabilní, např. Prigoginovy teorie použilo Ministerstvo dopravy USA při předvídání dopravních špiček v dopravním systému velkých měst.

Základ jeho teorie není nesnadné pochopit, jakmile překonáme určité sémantické potíže. Při popisu přírody fyzikové často používají běžných slov v jejich původním smyslu. Abychom pochopili Prigoginovu teorii, je nutné zbavit se tradičně chápaných předsudků a sémantických nánosů slov jako jsou "komplex", "rozptýlený", "souvislost", "nestabilita" a "rovnováha".

V přírodě nic není fixní. Dokonce i kámen není než tanec elektronů. Některé formy jsou "otevřené" systémy", vyžadují neustálou výměnu energie s okolím. Semeno, vajíčko, žijící bytost, to všechno jsou otevřené systémy. Prigogin uvádí také lidmi vytvořené otevřené systémy - města /berou si energii z okolí, transformují ji, vrací do okolí/. Naproti tomu "uzavřené systémy" /Například kámen, šálek kávy, sloup/ energií nepřeměňují.

Prigogin nazývá otevřené systémy "rozptýlenými strukturami". Jejich forma, či struktura, je získávána různorodým rozptylováním /konzumací/ energie. Všechny živé bytosti a některé neživé systémy /např. jisté chemické reakce/ jsou rozptýlenými strukturami. Jsou vysoce organizované a vždy se vyvíjející, měnící.

Komplexní je něco "spletené dohromady". Komplexní struktura je v mnoha bodech a mnoha způsoby spojena. Čím komplexnější je roztýlená struktura, tím více energie potřebuje k získání a udržení všech spojení. Je tedy zranitelnější, náchylnější na vnitřní poruchy. Protože spojení lze udržovat jen za cenu nepřetržitého dodávání energie, systém je vždy nějak ohrožen. Povšimněme si paradoxu - čím souvislejší systém, čím víc spojení, tím je nestálejší. A právě tato nestabilita je klíčem k transformaci. Rozptýlenost energie, jak Prigogin demonstroval svou elegantní matematikou, vytváří potenciální možnost přeorganizování, přeměny.

Nepřetržitý proud a pohyb energie systém pomalu rozleptává chybami a nedokonalostmi. Jestliže jsou menšího rázu, systém je vyřeší, jestliže jsou velké a dosáhnou kritických rozměrů, naruší celý systém. Zvětší se počet kontaktů s novými podněty. Systém se otrásá. Prvky starých vzorů se zkontaktují s novými novým způsobem a vytvoří nová spojení. Části se reorganizují do nového celku. Systém přejde do vyššího řádu.

Čím souvislejší a komplexnější struktura, tím vyšší bude úroveň dosažená po přeměně. Každá transformace pak bude "hezčí", integrovanější a víc spojená, vyžadující tedy větší přiděl energie - čili, nestabilnější. Jak Prigogin tvrdí, ve vyšších sférách komplexnosti "jsou zákony přírody jiné". Život "pojídá" entropii. Má potenciální schopnost vytvářet nové formy tím, že dovolí rozpad těch starých.

Prvky rozptýlených struktur na této transformaci spolupracují. Dokonce i molekuly nereagují na nejbližší na nejbližší sousedy. Ve vyšších úrovních pak např. hmyz utváří superskupenství kolonií, lidé sociální formy atd. Nedávno byl popsán pokus, při kterém byly experimentálně umístěny do vody /pro ně nepříznivého prostředí/ jisté bakterie. Po jistém čase vytvořily organizovanou strukturu, která mnohým umožnila přežít. V roce 1960 vzbudila senzací mezi chemiky tzv. Žabotinského reakce: v laboratorních podmínkách se za určitých podmínek jistá kapalina chovala velmi podivně. Měnila pravidelně barvu, z červené do zelené a naopak. A podobně, když je zahříván určitý druh oleje, na jeho povrchu se vytvářejí složité pravidelné obrazce. Čím je teplota vyšší, tím složitější jsou i vzory.

Idea zrození nového rozbitím starého zní sice neobvykle, zrovna jako kdybychom chtěli vytvořit básně tím, že zatřepeme krabicí s papírký popsanými slovy, ale i naše tradiční uvažování obsahuje mnohé podobné prvky. Víme, že stress často produkuje náhlá řešení. Krize nabízejí možné cesty. Tvořivé procesy mnohdy vyžadují chaos, ze kterého se vynořují variace. Jednotlivci jsou konflikty a problémy někdy zocelení.

Lidská společnost poskytuje nejlepší příklad spontánní sebeorganizace. Individua se seznamují, přátelí, pomocí přátel poznávají další lidi, navazují další kontakty a spojení. Čím větší nestabilita a mobilita společnosti, tím víc spojení nabízí. Což dále nabízí víc příležitostí ke vzniku nových organizací a spojení. Stejně jako se buňky v průběhu evoluce specializují, lidé se společnými zájmy nacházejí jeden druhého a vzájemně se ovlivňují.

Teorie rozptýlených struktur nabízí vědecký model přeměny společnosti menší skupinou jedinců. Jak říká Prigogin, "znásilňuje zákon většiny". Historická analogie je ale jasná: chování a jednání malé skupiny lidí může kompletně změnit chování skupiny jako celku.

Kritické zmatky - rozpor mezi masou a menšinou - mohou společnost dovést k "novému průměru". Společnost má jen malou schopnost integrace. Pokaždé, když jsou krize silnější než schopnost společnosti je řešit, je sociální organizace a) zničena nebo b) postavena na nových základech.

Kultury jsou nejsouvislejší a nejpodivnější rozptýlené struktury. Kritický počet "advokátů" změny může vyznačit "potenciální směr", jako vnitřní uspořádání magnetu nebo krystalu ovlivní celek. Pro svou velikost a intenzitu jsou moderní společnosti předmětem přesunů k vyšším, bohatším pořádkům.

Prigogin upozorňuje na podobnost mezi vědou budoucnosti a vizemi východních filosofů, básníků a mystiků, a nazývá ji "hlubokou kolektivní vizí". "Jeden z nejdůležitějších aspektů humanismu je čas. Změna. Zákon změny. Dokud jsme měli o čase jen ty naivní představy převzaté ze staré fyziky, věda neměla umění co říci. Teď přecházíme od světa kvantity ke kvalitě, k lidské fyzice. Přibližujeme se k nové jednotě, netotalitární vědě, ve které se už nebudeme snažit redukovat jednu úroveň na jinou."

Představme si teorii rozptýlených struktur aplikovanou na lidský mozek. Pomůže nám objasnit transformativní moc psychotechnologií.

Mozkové vlny odrážejí přesuny energií. Skupiny neuronů jsou aktivovány elektrickými podněty natolik silnými, že je můžeme dokumentovat na grafech EEG. Při obvyklém vědomí dominují na grafu malé a velké vlny beta. U většiny lidí to znamená, že jsme více zaměřeni na vnější svět než na vnitřní zkušenost. Meditace, relaxační techniky a jiné psychotechnologie zvyšují produkci pomalejších a větších mozkových vln známých jako alfa a theta. Vnitřní pozornost, jinými slovy, produkuje intenzivnější činnost v mozku. BĚHEM URČITÝCH STAVŮ VĚDOMÍ MŮŽE ČINNOST MOZKU DOSÁHNOUT KRITICKÉ ÚROVNĚ A VYPROVOKOVAT PŘESUN K VYŠŠÍ ÚROVNI ORGANIZACE.

Prigoginovy teorie pomáhají osvětlit dramatické momenty a efekty, ke kterým dochází při meditacích, gypnozách atd. Individuum zažívající traumatický incident ve stavu vysoce koncentrované, dovnitř obrácené pozornosti, dokáže zlomit vzor staré paměti, a spustí stavidla přeorganizování celé struktury. Starý vzor je odhozen.

Znovu a znovu se příroda opakuje na všech úrovních: molekuly a hvězdy, mozkové vlny a koncepce, individuum a společnost – to vše má v sobě schopnost přeměny. Čím vyšší evoluční škála, tím svobodnější reorganizace. Mravenec žije mimo osud – člověk ho pomáhá tvořit.

V roce 1984 navrhl fyzik J.S.Bell /Švýcarsko/ teorém, který byl v roce 1972 experimentálně potvrzen. Jestliže teorie kvantové mechaniky je správná /už Einstein navrhoval tytéž úvahy/, pak změna spinu /momentu otáčivosti/ jedné částice v dvoučásticovém systému ovlivní zároveň druhou částici, ať by byla jakkoli vzdálena. Experimenty to dokázaly: jestliže se změnila polarita jedné částice, pak druhá se okamžitě také změnila, částice zůstaly, bez ohledu na vzdálenost, záhadně spojeny.

A jsme u věty všech mystiků a filosofů Východu: Jsme všichni Jedno. /A názvy prací známých fyziků začínají být plné poetiky: "The Tao of Physics" od Fritjofa Capry, "The Dancing Wu Li Masters" od Gary Zukava/.

Bellův teorém nejen naznačuje, že svět je zcela jiný, než jak ho vidíme, on to přímo vyžaduje. Děje se něco převratného. Fyzika racionálně prokazuje, že naše racionální představy o světě nefungují. Jen přímá zkušenost nám může poskytnout vizi tohoto nelokálního vesmíru. Zvýšená bdělost /např. při meditaci/ nás může přenést za hranice naší logiky ke komplexnějším znalostem.

autorkou knihy AQUARIAN CONSPIRACY

Očekávala jste takový úspěch své knihy?

To vůbec ne. Ale zdá se, že pro mnohé lidi má kniha byla jakýmsi zrcadlem. Zrcadlily se v ní jejich zkušenosti. V naší společnosti dnes žije mnoho lidí, kteří jsou jaksi na okraji evoluční změny, kteří jdou někam "za" to, co se dnes považuje za "normální", kteří tuto oblast zkoumají a kteří začínají plněji využívat svých člověčích kapacit.

Jste už mnoho let jednou z vůdčích osobností při výzkumu lidských možností - co vás na tomto poli zaujalo, když jste začínala?

Zabývala jsem se kdysi biofeedbackem, ale pak mne mladší bratr přivedl k transcendentální meditaci. Zkušenostmi, kterých se mi při TM dostalo, jsem byla fascinována. Začala jsem se zajímat, co se děje v mozku a v nervovém systému, že to vytváří takové věci, a tento zájem mne přivedl k výzkumům a poté k napsání knihy "Mozková revoluce" v roce 1973. Průběžně jsem pak začala vydávat Brain-Mind Bulletin, a věděla jsem, že má další kniha bude o těchto věcech. Jenže pak začalo být stále zřejmější, že to, čeho jsme svědky, není jen změna v několika oborech, ale hluboký posun celé společnosti, změna reality.

Kde si myslíte, že dochází k nejhlubším změnám?

K největší změně dochází právě teď na poli zdravotnictví. V docela nedávné době se všechno točilo okolo patologických změn a problémů nemocné, dnes ale lidé začínají klást jiné otázky a přicházejí s jinými odpověďmi. Přestali jsme se soustřeďovat na nemoc a ptáme se - co to je zdraví? Nikdo vlastně přesně neví, jaký souhrn stavů a podmínek je nutný pro dokonalé "zdraví" - vždyť to vlastně ani není ve slovníku /někdo by to měl zavolat Webstrům!/. Začínáme pozorovat spojení mezi myslí a tělem. Výzkumy na tomto poli jsou fascinující. Začínáme rozeznávat spojení mezi typem člověka a určitými druhy nemocí. Pomalu každý už ví, jakou roli hraje při průběhu onemocnění či jeho vzniku stress. Pomalu každý začíná cítit, že za své zdraví musí zodpovídat především on sám. Podošná změna, i když ne tak rychlá, se odehrává ve školství a vzdělání. Pomalu opouštíme staré modely učení a učíme děti učit se. Ale také vzdělávání dospělých zaznamenalo překvapivý vzrůst. Lidé objevují, že nikdy nebudou "hotoví". Do povědomí široké veřejnosti se dostává problém levé a pravé mozkové hemisféry. Dosavadní systém školství nerespektoval rozdílné neurologické typy, takže někteří nejtalentovanější lidé naší společnosti, lidé, kteří věci nazírají všeobecněji, "pravoemisférově", byli označováni jako "nevychovatelní", protože prostě nedokázali učit se jak jsme jim předepisovali. Objev, že mozek "ví" něco i více způsoby, než jak jsme si dosud představovali, dává zelenou rozšíření spektra vyučování - přístupu a zapojení celého mozku. Škola nás nenaučila, jak myslíte, jak být tvořiví, jak se vyvíjet. A navíc, i obchodníci se začínají učit "lépe" myslet, tvořit atd. Znam dokonce i některé vysoké důstojníky armády, kteří se učí být "tvořivější". Když o tom s lidmi hovo-

řím, jsou překvapení - cože? vojáci? Vždyť ti přece chtějí válku!? Samozřejmě, celé to "hnutí nového věku", jak tomu novináři říkají, nemůžeme zevšeobecňovat. Většinou jsme začínali se starými vzory jednání a s očekáváním, jak by to asi mělo v budoucnu vypadat. Problém je v tom, že změnu prostě neregistrujeme, když se nepodobá našim minulým představám. Očekávat, že jednoho dne se probudíme a kolem už nebudou zbraně a všichni budou meditovat je samozřejmě velmi naivní. Ale ti, kteří to pochopili, a dokázali rozeznat, kde dochází k opravdové změně, už dnes také dokáží své vize lidem přeložit do termínů, kterým porozumí každý.

Existuje výchovný program společnosti Peeney v New Yorku, podle mne nejdokonalější výchovný systém; v Los Angeles 17 společností kolem kosmického průmyslu zahájilo program s názvem "Vytvořit to jinak"; dřevorubecké odborářské svazy financují v Orange County v Kalifornii kliniky "zdraví"; dvacet funkcionářů jednoho velkého odborového svazu se zúčastnilo intenzivních kurzů zdraví a vzdělání atd. Lidé kolem vůdčích časopisů hnutí "new Age" si donedávna mysleli, že "obchodníci" a "dělníci" jsou jaksi mimo, ale opravdová změna společnosti je bez těchto vrstev nemyslitelná. Přeměna, opravdová změna se tomu bude moci říci až se to bude týkat spousty lidí. Osobní proces změny v každém z nás stimuluje a spouští změny kolektivní. Začínáme rozeznávat falešnost a nesprávnost našich předpokladů, odhazujeme staré modely lidského chování a jednání. Díky odkazu minulosti-spousta mystiků i vědců už tak dlouho hovoří o daleko jiném člověku a jeho potenciálech - začíná tyto vize sdílet i spousta dalších lidí všech vrstev. T.de Charadin měl možná pravdu - možná se blížíme k bodu Omega, ke kritické masě lidského vědomí. Možná už brzy budeme mít pohromadě dostatek vědomostí i idejí a energie, abychom konečně rozřešili záhady a problémy naší malé planety a našeho sváru mezi vnějším a vnitřním.

Co to ultimativní ohrožení jadernou katastrofou?

Stvořili jsme Bombu, můžeme ji také přetvořit. Jenomže pouhým zničením zůstane ještě nic nevyřešeno. Pandořinu skříňku už jsme otevřeli: dokážeme zničit sebe sama. Musíme mít celoplanetární politiku, a pracovat na bázi celoplanetárního vědomí. A já myslím, že záblesky toho se už začínají objevovat. Vize jedné jediné planety se začíná stále častěji objevovat na plakátech, v brožurách, v symbolech. Už se na svět nemůžeme dívat jako do atlasu, kde Brátanie je zelená a SSSR červené.

Filosofické práce např. Thomase Kuhna /z 60.let/ o paradigmech, modely neuroz Karen Horneyové /z 50.let/, výzkumy mozku aj. ukazují nade vše jasně, že začátek toho, o čem jsem psala v knize Aquarian Conspiracy, se šíří celou naší společností. Ať už se jedná o nové modely zdravotnické prevence a péče, nové způsoby manageringu, nové vztahy mezi lidmi ve skupinách, nová politika - to vše pomáhá spoluvytvářet onen přesun, přesun směrem k novým hodnotám a realitám.

Od dob domácího vyrobeného vodního tanku Johna Lillyho uplynulo hodně času, a vznášení se v uzavřeném tanku se stalo běžné pro atlety, studenty, umělce, léčitele a adepty duševních disciplín.

VANA

"Je snadnější plout tisíce mil
v bouřích a nesnázích, než zkoumat
moře privátní, Atlantic a Pacifik
sebe sama."

H.D.Thoreau

Poprvé jsem uslyšel o vodních nádržích v době, kdy z důvodů mně tehdy neznámých jsem žil delší dobu sám v horách. Celé týdny jsem s nikým nemluvil. Uprostřed zimy se přihodily divné věci. Byl jsem obklopen bílými horami, všude kolem sníh, a já trávil dny buď koukáním do běloby sněhových plání, nebo do plamenů ohně. Potom jsem začal vidět věci - exotické ptáky nejrůznějších barev, řady pochoduujících jeptišek. Slyšel jsem hlasy z vody poto-
ka, celé hodiny jsem hovořil s dalším hlasem uvnitř hlavy.

Dostal jsem výtisk knížky dr.Johna Lillyho /Center of Cyclone/, slavného neurovědce, známého především výzkumy delfínů a posléze zkoumáním sebe sama omezením senzorických stimulací. V Nérodním institutu pro mentální zdraví si postavil nádrž, kde v dokonalé temnotě trávil hodiny nadnášen slaným roztokem o teplotě těla. Zažil mnoho nejrůznějších stavů vědomí. Když jsem četl jeho knihu, náhle jsem věděl, co jsem dělal tam v horách. I já jsem dokonale omezil stimulaci svých smyslů. Vnitřní hlas v mé hlavě tedy zaznamenal: tenhleten vodní tank může být zajímavý ...

Jak šly roky, stále jsem zaznamenával další Lillyho pokusy. V mysli jsem si pěstoval sou představu vodní nádrže, velké jako velryba, v temnu a teple, kolem spousta přístrojů a pobíhajících asistentů, a někde uvnitř, s desítkami drátů kolem hlavy a těla, výzkumník. Bylo ~~xx~~ to zajímavé, exotické, drahé a příliš vzdálené všedním starostem obyvatele města.

Pak jsem viděl film o Lillyho zkušenostech /Altered States/ ve kterém mladý hezký vědec zaleze do tanku a vyleze pln energie a s pusou od ucha k uchu. Sranda. Celé týmy profesionálních fotbalistů "plavou" v tanku a jeden z nich suverénně vyhrál ligu. Profesionální atleti plavou, i hvězdy pop music /Kris Kristofferson, Susan Sarandon, Lennon a Yoko Ono/. V průběhu ani ne několika měsíců se po městě otevřela střediska, kam může kdokoliv z ulice přijít a na hodinku se naložit do solného roztoku - jako když jde do sauny nebo na masáž. Časopis plný interview s vědci a výzkumníky ~~to~~ vany na vznášení se na vodě nazval "jedním ze sta největších vynálezů v historii lidstva."

Něco mi na tom nesesedělo. Miliony lidí platí 20 dolarů za to, aby byli hodinku absolutně sami, v době, kdy jindy platí 20 dolarů, aby se mačkali u barů? Tenhle problém mne fascinoval. V čem to vězí? Slýchal jsem poznámky majitelů vanových center o "explozích myšlení", ale byl jsem blíže k ideji dalšího příkladu schopnosti Američanů nafouknout každou pitomost. Pak jsem zjistil, že jedno takové centrum se otevřelo ani ne pár bloků od mého domu a napadlo mne, že to je pokyn, abych to také zkusil.

A tak jsem najednou stál nahý a mokrý, jednoho odpoledne před něčím, co vypadalo jako obrovská rakev, pět pater nad 5. avenuem na Manhattanu, v příjemném, jasně osvětleném pokoji. Vše kolem vypadalo jako někde na masáži, ale jedna věc dominovala - ta veliká rakev přede mnou, s naprostou tmou uvnitř.

Rozhodl jsem se, že to nejprve zkusím a až potom si o tom budu povídat s druhými. Samozřejmě, ujistili mne, že "vana" je absolutně bezpečná pro všechny, snad kromě některých vyjímek "na okraji duševních potíží". Jenže pocit, že hodinka v týhle černotě mne klidně může odeslat mezi ty blekotající šílence někde do ústavu, mne mrazil v zádech. Později, když jsem o tom diskutoval s dalšími "vzáášeujícími se", jsem zjistil, že tyhle pocity má každý začátečník před svým prvním ponořením se do vany. Neutopím se, neudusím se? Nebudu mít klaustrofobické problémy? Možná je to část našeho genetického dědictví, že se necítíme příliš jisti v temné díře naplněné vodou. Jenže jakmile jste jednou v nádrži, nejistota se promění v nadšení. Lehl jsem si na záda. Vody bylo jen třicet centimetrů, ale nasycena desítkami kilogramů soli mne nadnášela jako bublku. Natáhl jsem ruku, uzavřel víko a ocítl se v totálně jiném prostředí: dokonalá tma. Voda, stále o 36° C, nebyla ani teplá ani studená a velmi rychle "zmizela". Ztratil jsem pocit kontaktu mezi kůží a vodou a ponořil jsem se do tmy nekonečného prostoru. Absence vnějších stimulů obrátila mou pozornost dovnitř, a já si uvědomil, že taková věc jako senzorická deprivace neexistuje: vytvářel jsem si vlastní pocitové stimuly. Žaludek mi burácel jako míchačka na beton, sráče řvalo, plíce funěly jako dva balóny, po víčky tančila barevná světelná kola. Tělo měnilo horizont za vertikálu a rotovalo v beztlákovém ~~xxx~~ vesmíru: no, tak tohle je tedy výlet těla ...

Ale kdepak. Jakmile se každá část těla uklidnila, postupně zmizela z oblasti vědomí. Zvuky srdce a plic zmizely, tělo se vypařilo a nezbylo vůbec nic. V tu chvíli přišla série "událostí", nekonečný proud idejí, pocitů, emocí. Viděl jsem detailně scény z dalekého dětství, fantazie se mixovala s realitou minulosti, bylo to hezké a příjemné. Jakmile jsem se to pokoušel kontrolovat, pocit příjemna zmizel, a tak jsem se rozhodl nechat všemu volný průběh ...

Provaloval jsem se rozkošně v té slané vodě a hlas znovu promluvil: přistě zůstanu déle. Musel jsem se zasmát. Cítil jsem se fajn, hodinka uplynula v pohodě, ale přesto jsem byl trochu zklamán: tak tohle je ta sláva? Bylo to všechno? Předpokládal jsem, že "výlet" je u konce. Ale přepočítal jsem se. Jakmile jsem otevřel víko a vykročil, zjistil jsem, že výlet teprve začal. to, co se dělo pak, bylo nejpřekvapivější částí procesu.

Jakmile jsem se postavil zpřímá, cítil jsem všechny svaly, ale nebylo to nepříjemné: jako když se kosmonaut vrátí na zem. Podíval jsem se na sebe do zrcadla - o 10 let méně a o 10 kilo šťastnější - a vybuchl jsem v smích. Pod sprchou byla má kůže hladká a s pocity úžasné příjemnosti jsem se jí dotýkal. Přistihl jsem se, jak si hlasitě zpívám a kymácím hlavou sem a tam.

Na 5. avenue, ve světle pozdního odpoledne, jsem si uvědomil, jak čilé jsou moje smysly. Všechno jsem cítil. Kolem prošlo několik žen a zanechaly za sebou ve vzduchu příjemné vůně na dlouhou dobu poté co zmizely za rohem. Uši byly tak citlivé, že jsem dokázal sledovat osmi nebo desetistopou konverzaci kolemjdoucích. Lidé hovořili vtípně a chytře, pořád jsem se musel smát. Potkal jsem kamarádku, objali jsme se a já z ní ucítil nikotin. Ještě dlouho poté, co jsem se s ní rozešel jsem cítil závan tabákové vůně, horkých párků ze stánků, pozdně-jarního vzduchu, lidí, a připomněl jsem si podobný zážitek z dob svého dětství. Byl jsem nabit energií. Takže, řekl hlas, teď teprve vím, proč lidi do té zvláštní vany lezou.

Pocit dokonalé relaxace a ultracitlivosti zmizel za dva dny. Při rozhovorech s jinými vyznavači vanové relaxace jsem zjistil, že zažívali podobné situace a pocity. Mnozí uváděli i sexuální zážitky. Říkali, že vypadali, mysleli a pracovali jako mnohem mladší lidé. Jsou tyhle pocity reálné nebo jen "pocity"? Potřeboval jsem "vědecké" ověření. Hovořil jsem na

toto téma s vědci, kteří po léta zkoumají účinky "průzkumných" plaveb ve vaně, a zjistil jsem, že poskytuje celé spektrum osvěžujících kvalit, včetně zvýšení schopnosti se učit, pamatovat si, lepší výsledky IQ testů, lepší vizuální koncentraci, celkové schopnosti vnímání, chutí a různých pohybových aktivit. Podle psychologa dr. Suedfelda z university v Britské Kolumbii, jednoho z vůdčích autorit v tomto oboru, takové vylepšení pocitových schopností trvá i dva týdny. Thomas Fine z Medical College v Ohiu nedávno dokončil ~~xxx~~ studii, která dokazuje, že tělo zvýšeně produkuje endorfiny, přirozené tělesné "opiáty", což může vysvětlit zmizení bolestí a pocity příjemné euforie u některých vyznavačů vznášení se ve vaně.

Jak jsem tak diskutoval s vědci, profesory medicíny i řádovými "plavci" a dovídal se další a další důvody, proč ten který vanu používá, zjistil jsem, že to není jen "zkušenost", ale i nástroj: ať už terapeutický, rekreační, vzdělávací atd. Hovořil jsem s atlety, kteří tvrdili, že vana jim vylepšila střelbu penalt nebo výkon v disciplíně, (lépe zaběhnou maraton či skočí do výšky), kulturisté se účinněji zrekreovali a svaly jim rostly rychleji. Studenti dosáhli lepších výsledků ve španělštině, chemii a jiných předmětech, psychiatrům vany pomohly odstranit mnohé deprese a fobie, pacientovy zlomeniny nebo chronické bolesti byly rychleji vyléčeny. Operní pěvkyně si léčí a zdokonaluje hlas, spisovatelé a umělci hledají ve vaně hlubší imaginaci a tvořivost. Pro mnohé je ale nejdůležitější "změna" životní koncepce, dosažení "vyšší duchovnosti", objevení netušených schopností v každém jedinci. Experimenty s telepatii a jinými zatím "nevědeckými" disciplínami jsou mezi milovníky slané vody stále častější. Jeden takový mi řekl: "To, o čem tu mluvíme, může v blízké budoucnosti změnit celý svět."

Změnit svět! To jsou silná slova. Ale kdo si třeba před pěti roky pomyslel, že 5 milionů domácností bude dnes vybaveno osobními počítači s vyšší inteligencí než monstra 60. let? Není tak složité si představit miliony domácností vybavených vanami se slanou vodou, které, jako počítače, připravené pro všelijaké nesčíslné softwary nabídnou lidem nejen útěk ze stresu, ale i, jak mnozí tvrdí, prohloubení moudrosti; spirituální evoluci stejně jako znovuoživení vlastního těla.

Použil jsem slova "moudrost" a "duševní evoluce", přestože jsou dnes tak zhusta používána. Teď už vím, proč jsem před lety utekl do hor. Jsem z města a stále mám v paměti divokost a harmonii, která mne daleko od civilizace přivedla k sebezkoumání. Vana se slanou vodou nabízí totéž v daleko hlubší míře. Nabízí samotu, individualitu, čistotu zkušenosti přímo uprostřed městského života. Místo týdnů na sněhu, hodina ve vaně a návrat, nikoli útěk, do každodenního života. "Odpočinek, klid, nehybnost", napsal taoistický mistr Čuang-C' před 3200 lety, "to jsou úrovně vesmíru, konečná dokonalost Tao."

Michael Hutchinson

New Age Journal, May 1984

Není pochyb, že "vznášení se" na slané vodě "funguje": ať už jako prostředek terapeutický, výchovně-vzdělávací či "zábavný", poskytuje celou řadu velmi silných zážitků na několika úrovních, včetně té fyzické, emoční, intelektuální a duševní. Proč to funguje? Jak to, že to je tak aktivně člověku prospěšné při tak pasivním způsobu? Tenhle problém vzrušuje vědce dneška a výzkumy kolem "vany" jsou stále častější. Zatím se nabízí několik variant vysvětlení.

Mezi těmi nejdůležitějšími je například

1. ANTIGRAVITAČNÍ TEORIE

Solí přesycená tekutina, na které se tělo vznáší, eliminuje specifickou tělesnou gravitaci a člověk je blízko zážitku beztlíže. Gravitace, která zaměstnává, jak bylo zjištěno, téměř 90% aktivity celé nervové soustavy, je ptavděpodobně nejrozsáhlejší příčinou zdravotních problémů člověka - od bolesti páteře, žaludku, končetin, kloubů, až po svalové tense, které jsou zapříčiněny nesprávným postojem atd. Antigravitační teorie floatace /od angl. floating, vznášení se, plavání/ tvrdí, že tím, že jsme mozek osvobodili od zemské tíže /stejně tak i kostru a svaly/, dopřáli jsme mu přísun energie do daleko širších a hlubších cerebrálních oblastí, do těch, které mají co činit s myslí, duší a vědomím.

2. MOZKOVÉ VLNY

Daleko zajímavější než známé mozkové vlny alfa, které mozek "produkuje" ve stavu relaxace, jsou ještě pomalejší vlny théta, které jsou zpravidla doprovázeny velmi živými vzpomínkami, asociacemi, náhlými "vhledy", tvůrčí potencí, pocitem jednoty s vesmírem atd. Je to mystický, vyjimečný stav, potenciálně blízký osvícení. Ale experimentátoři mají s jeho průzkumem potíže a je velmi obtížné se k němu dopracovat, protože jakmile mozek dosáhne vln théta, člověk usíná.

Jedním ze způsobů, jak tohoto théta stavu dosáhnout, je zdokonalovat umění meditace. Studie zenových mnichů /Akira Kasamacu a Tomio Hirai/, při které byly mnichům při sezení /meditaci/ zaznamenávány mozkové vlny ukázala, že čtyři typy mozkových vln /oř beta, alfa až po théta/"paralelně odpovídaly čtyřem stupňům mentálních úrovní mnichů a délce jejich praxe." Mniši, kteří cvičili zazen více jak 20 let, vykazovali podíl vln théta, aniž usnuli.

Protože však málokdo z nás je ochoten strávit 20 let v klášteře, aby se naučil produkovat vlny théta, je užitečné vědět, že nedávné studie /na universitě A&M Texas a v Coloradu/ dokázaly, že vznášení se na slané vodě zvyšuje produkci vln théta. Testované osoby brzy po vstupu do vodního tanku začaly produkovat vlny théta, ale zůstaly čilé a při plném vědomí, takže byly schopny registrovat a pamatovat si všechny sny, vize a asociace, které jim v té chvíli běžely mozkiem. Po opuštění vany pak "tvořivost" produkující vlny théta vznikaly v mozcích pokusných osob ještě po celé tři týdny.

3. LEVÁ A PRAVÁ HEMISFÉRA

Dvě hemisféry neocortexu pracují na rozdílných "frekvencích". Levá hemisféra /u praváků/ vyniká v zaznamenávání detailů, a při stavech vyžadujících analytické řešení a rozhodnutí.

Pravá hemisféra dává věci dohromady, vnímá věci intuitivně a globálně. Stejně jako je za slunečního dne nemožné vidět hvězdy na obloze, jemný "obsah" pravé hemisféry je ukryt za hlukem dominující, neustále vzruchy pro-

dukující levé hemisféry analytického myšlení. Ale nedávné studie ukázaly, že vznášení se na vodě podporuje činnost pravé hemisféry. Eliminací vnějších podnětů, pobytem ve tmě, nám náhle před očima vyvstanou souhvězdí a galaxie. Nebo, jak poznamenal dr. Thomas Budzynski z university Colorado, pravá hemisféra při pobytu v tanku vyskočí a křičí "Jupí!".

4. NEUROCHEMICKÁ TEORIE

Neurochirurgové a vědci zkoumající mozek nedávno objevili, že lidský mozek je vlastně obrovská žláza s vnitřní sekrecí, produkující velký počet neurochemikálií, které ovlivňují chování člověka. Náš mozek vylučuje hormony, které nás uspávají, dělají šťastnými nebo smutnými, které navozují stavy úzkosti, sex atd. Každý z nás produkuje jiné množství těchto neurochemikálií, takže např. vyšší produkce *endorfinů*, přirozených opiátů, v nás vzbuzuje pocit příjemna a pohody ve vyšších dávkách než u toho, jehož produkce endorfinů je menší. Testy ukázaly, že vznášení se ve slané vodě zvyšuje produkci endorfinů a snižuje produkci takových látek, který zvyšují stress, např. adrenalinu, norepinephrinu, ACHT a cortisolu, a které lze vždy nalézt v organismu produkujícím napětí, úzkost, podráždění a nemoci srdeční, hypertenzi a vysoké hladiny cholesterolu.

5. TEORIE BIOFEEDBACKU

Z výzkumů okolo biofeedbacku, biologické zpětné vazby, víme, že člověk se může snadno naučit ovládat a kontrolovat prakticky každou buňku ve svém těle /např. výzkum Johnse Hopkinse a Johna Basmajlana/. Procesy, které se donedávna zdály neovladatelné vůlí, jako rytmus mozkových vln, léčení, zvyšování a snižování tlaku krve, síla a rychlost stahů srdečního svalu, dýchání, svalová napětí, produkce hormonů a neurotransmitorů, jsou ovladatelné. Biofeedback pracuje na základě koncentrace: soustředěním se na změnu v těle /pomocí malého přístroje/ jsme schopni odetnout vědomí zabývající se vnějšími stimuly - a to je totéž co se děje při pobytu ve vaně se slanou vodou, tedy v jakémisi "organickém" biofeedbacku; a protože "nás" nic neruší, jsme schopni hlouběji relaxovat a soustředit se na jakoukoli část těla.

6. HOMEOSTATICKÁ TEORIE

Lidské tělo má k dispozici vysoce citlivý seberegulující systém, který nás neustále udržuje v jakési homeostázi, optimální rovnováze a stabilitě. Z tohoto hlediska je např. stress porušení této rovnováhy, naší přirozené a vrozené homeostáze. Výzkumy ukazují, že většina nejsilnějších zážitků a zkušeností při pobytu ve vodním tanku pochází právě z tendence navrátit tělo do stavu homeostáze. Nazíráme-li tělo a mysl jako zjednodušený systém, je jasné, že každý hluk, každý stupeň teploty navíc nebo méně, neustále narušuje tělesnou rovnováhu. Jakmile se ponoříme do vody a zavřeme příklop, vnější stimulace ustanou a systém může veškerou energii nasměrovat k nastolení opětovné homeostáze.

Překlad kapitoly z knihy "Secrets of the Lotus", and introduction to Buddhist meditation - contemporary and classical interpretations of the Zen and Théraváda traditions od Donald K. Swearer /NY 73/.

ČTYŘI MOUDROSTI

V buddhismu je ono "absolutní já", které hledá, krásně symbolizováno ve čtyřech moudrostech Buddhovství. Když byl Buddha po dlouhém zenovém sezení osvícen, prohlásil: "Jak nádherné! Všechny bytosti, bez rozdílu, jsou vrozeně dokonalé! A jen díky nevědomosti není člověk schopen si to uvědomit!"

Aby člověk realizoval svou vrozenou buddhovskou podstatu, musí nalézt své pravé já, které umožňuje žít v jednotě se světem okolo něho. Zazenová meditace je tou nejlepší cestou.

1. moudrost Buddhovství se nazývá

MOUDROST VELKÉHO KULATÉHO ZRCADLA

Jak víme, zrcadlo zjevuje svou podstatu čistou prázdnotou. Kdyby cokoliv obsahovalo, nebylo by to zrcadlo. Pravá existence zrcadla tkví v neexistenci. Kromě paradoxu tohoto tvrzení je v něm i ujištění, že člověk existuje, když odráží pravou podstatu všeho co vidí. Krásné japonské verše říkají: "Když podzimní měsíc se zrcadlí na hladině rybníčku, neexistuje ani vědomí, které se zrcadlí, ani vědomí, které by mělo být zrcadlem; je jen jediný fykt - zrcadlení existuje samo o sobě." Funkce zrcadla je totáž jako jeho podstata. Stejně tak Běžné já, obsahující vědomí ega, které je v protikladu k vnějším objektům, není to pravé já, ale pouhý fenomén tohoto konečného světa. Pravé já je "vaše původní, originální tvář, která existovala ještě než se narodili vaši rodiče". Proto, že je zrcadlo prázdné, dokáže zrcadlit, odrážet jakýkoli předmět. Zrcadlo neodmítá zrcadlit. Neexistuje selekce, vše je přijímáno jednotě. A to je

2. moudrost Buddhovství -

MOUDROST ROVNOSTI

Neexistuje rozdíl mezi dobrem a zlem, velkým a malým, krásou a ošklivostí, posvátným a světským. Zrcadlo odráží tak velké věci jako hory a oceány, ale stejně tak odráží malý hmyz. Vrozená moudrost Buddhovství přesně stejným způsobem odráží všechny objekty. Tuto rovnost v akceptování věcí nalezneme u malých dětí, které ještě neznají hodnoty objektů, jejich cenu, názor na ně a všechnu tu intelektuální lidskou interpretaci věcí. V myslí dítěte není vzdálenost a rozdíl mezi jím a tím druhým. Člověk a svět jsou jedno. Ale v okamžiku, kdy dítě začíná počítat "dvě", jak tvrdí slavný japonský matematik Kijoši Oka, v dětském vědomí vzniká dualismus. Jak roste, dítě si buduje sebe-vědomí, které ho stále víc separuje od ostatních bytostí, věcí, a postupně si rozděluje svět na dobro a zlo, krásu a ošklivost. Tyto dualistické soudy jsou ale nikoli univerzálními pohledy, nýbrž pouhými egoistickými frázemi. Dualismus je věcí konceptualizace nejen ve věcech objektů, ale i v otázce života a smrti. Jestliže člověk opravdu zná tvář za konceptem, absolutní život existuje i uprostřed smrti. Jestliže člověk žije dualistický život koncepty, jeho život se od smrti neliší.

Jako na povrchu zrcadla, odrážen je předmět sám a ne jeho koncepce nebo definice. Stejně tak v buddhismu, jen věc sama o sobě může být uchopena.

3. moudrost Buddhovství -

MOUDROST PRAVÉHO ZJIŠTĚNÍ

V druhé moudrosti jsme hovořili o zrcadlu jako o něčem nerozlišujícím. Tato moudrost byla, jinak řečeno, stavem absolutní jednoty, kdy hora je oceán a oceán je horou. Teď ale zjišťujeme docela rozdílnou funkci zrcadla, ve které "hora je pouze horou a oceán je oceánem". Žádné zrcadlo na svět nezrcadlí horu jako oceán. V zrcadle je dobro dobrem, zlo zlem, krása krásou a ošklivost ošklivostí. Tato zjištění jsou umožněna dokonalou čistotou zrcadla. Jinak řečeno, absolutní zjištění, potvrzení objektu je možné jen při absolutní negaci subjektu. Buddhovství, Buddha-nature, je také čisté. Vidí každý objekt jasný, takový jaký je, bez změny či zkreslení. Ale běžné já je já formované sebe-vědomím, potvrzením sebe sama, a pro své egoistické tvrzení nedokáže objekt akceptovat takový, jaký opravdu je. Jinak řečeno, objekty nemohou být dokonale akceptovány a zjištěny. Zenový mistr Dógem řekl: "Studovat buddhismus znamená studovat sebe. Studovat sebe znamená zapomenout na sebe. Zapomenout na sebe znamená vidět pravou podstatu ve všech věcech na světě ..."

4. moudrost Buddhovství -

MOUDROST NEZANECHÁVÁNÍ STOP

Tato moudrost naznačuje živoucí funkci zrcadla, které náhle změnilo odraz, který zrcadlí. Moudrost zrcadla, které vše zobrazuje takové jaké to opravdu je, existuje zároveň s moudrostí návratu k prázdnotě přesně v tom momentu, kdy zobrazovaný objekt zmizí. Pokud by na zrcadle zůstala stopa, paměť předešlého objektu, následující předmět už by nemohl být zobrazen "takový jaký je". Běžné já člověka má tendenci zapamatovat si objekt jednou otištěný do paměti, či vědomí, a podle něj posuzovat následující objekt. Srovnávat je. Zvykat si na ně. Právě já ale je vždy prázdné jako zrcadlo. Žije každý okamžik života právě v tom okamžiku, bez minulosti a budoucnosti. Na druhé straně žít bez dokonalého vědomí přítomného okamžiku je životem pouhé paměti a očekávání, a to není život, ale smrt.

Lidé se dnes honí za novými zážitky a zkušenostmi, dělají různé věci nebo se vyhýbají děláním různým věcem a říkají tomu rozvíjení lidského vědomí. Učení Orientu ale navrhuje soustředit se ve vědomí na jednu věc, která je neměnná, tak, aby mohl její posloupnost prohlubovat, dokud nedosáhne tzv. satori /kenšo/, cele odlišné úrovně vědomí člověka. Zazen, jedna z nejpřísnějších disciplín duchovní nauky, nám pomáhá soustředit naši moderní mysl na jednotu a prázdnotu, a je v tomto ohledu nejpřímější stezkou k dosažení absolutního vědomí reality.

Toto jsou čtyři moudrosti Buddhovství, které nám všem bylo dáno a které existuje ve všech živých bytostech. Právě tato vrozená moudrost byla tou vlastností člověka, kterou Buddha objevil a kterou je jeho pokračovatelé a následovníci pokoušejí objevit používáním stejných metod jako Buddha. Meditací zazen.

Rozhovor Annie Leighové se Steve HALPERNEM, filosofem a hudebníkem, který již dlouhá léta produkuje hudbu jinak a jinou, než je zatím běžné.

HUDBOU JINAM

Steve, byla jsem tvou hudbou velice zaujata. Moc mne inspirovala – když jsem ji slyšela poprvé, během poslechu kazety jsem po mnoha letech znovu začala psát básně – a zároveň zrelaxovala. Je takhle zkušenost podobná těm, o kterých hovoří tví posluchači?

To, co jsem zjistil, že se děje v muzice, nebo lépe řečeno, to, co si mne našlo, bylo zjištění, že hudba sama sebe jaksi adresuje do různých úrovní lidského vědomí. Nejde tedy jen o posluchačskou zkušenost virtuozity nebo hezké hudby v pozadí, ale spíše o otukávání samotného hudebníka ve smyslu "kdo jsem". Rytmická struktura takové hudby je odlišná od té, na kterou jsme zvyklí. Nejsou to organizované struktury, není v ní pravidelný rytmus, a na rozdíl od běžné muziky, při jejímž poslechu očekává posluchač další notu, je zde spíše uklidňována ve smyslu přítomného okamžiku.

Jakým způsobem tvá hudba přivádí posluchače k přítomnosti?

Eliminoval jsem všechna očekávání a předsudky, napětí, které je ve většině hudby obsaženo – a které je preferováno, a svou hudbu jsem založil na jiných principech, např. na "lidské harmonii". Tedy spíše rytmus dechu než obvyklý beat; celé je to založeno na biologii, na předpokladu, že lidské tělo je vlastně dokonalý hudební nástroj se sedmi čakramy, centry, které rezonují určitými tony a jsou na vibrace velmi citlivé. Víme z prací dr. Williama Tillera /Stanfordova universita/, že každý atom, každá molekula, buňka a žláza v těle se chová jako přijímač a vysílač. Jenže většina hudby obsahuje tolik rozdílných částí, že to ty naše "přijímače" rozladí a my nemůžeme "přijmout" signál čistý a opravdový. Zjistil jsem před lety, že tělo není nakloněno komplexnosti. Na jisté úrovni je hudba klasická, jazzová či rocková výborná, ale na jiné úrovni nevyhovuje. Přestal jsem pracovat na poli emocí či psychologie – o co jde v běžné ostatní muzice – a zkouším dostat posluchače na více biologickou úroveň, tam, kde hudba pracuje nejefektivněji, tam, kde "ladí" tělo ozvěnami reflexů. Kdy jindy má vaše tělo šanci vyladit se a být schopno rezonovat zároveň se vším tím vibrujícím světem okolo vás?

Vím, že jste tyhle věci dlouho studoval. Jak jste začínal?

Hrával jsem na kytaru a trubku, ale po jedné zkušenosti při meditaci v roce 1969 jsem hledal jiný nástroj, kterým bych mohl jinak hrát a učit se od muziky. Věděl jsem, že muzika, kterou jsem chtěl dělat funguje, ale nevěděl jsem jak a proč. Jako s elektrínou nebo aspirinem. Tím, jak jsem začal být na zvuky stále citlivější, objevil jsem, že okolo nás je "hluboké zamoření" o značné intenzitě. Zjistili to i jiní, ale jaksi se neodvážili stěžovat si na to. Jenže zvuky ledniček, vysavačů, robotů, mixérů, televizorů i aut opravdu indukují značnou část stressů a ty pak negativně ovlivňují náš energetický potenciál atd.

Dá se nějak vědecky dokázat tento negativní vliv zvuku na lidské tělo?

Testovali jsme stovky ~~mladých~~ dobrovolníků tak, že jsme měřili jejich energo-elektromagnetické pole a elektrické povrchové napětí v kůži.

Používali jsme také Kirlianovu fotografii. Zjistili jsme, že valná část hudby, o které lidé tvrdili, že je uklidňuje, tělo naopak rozrušovala. Lidé tedy poslouchali spíše intelektem. Zkoušeli jsme zjistit, jaký druh hudby relaxuje tělo, které má svůj vlastní rytmus. Má hudba se snaží tento rytmus zachytit a podporovat.

Existují nějaké speciální hudební nástroje k těmto účelům?

Každý nástroj vyvolává jiné účinky. Ty, které měly ~~jm~~ nejvíce uklidňující účinek, jako elektrické piano, harfa, flétna, jsem si posléze vybral, ale každý nástroj má nějaký vliv a reakce lidí jsou také velice různorodé. Např. elektrická basa ovlivňuje dolní část kostry daleko víc než kytara či flétna, které zasahují více horní část trupu. Nízké zvuky rezonují dole, střední uprostřed, a ty nejvyšší v hlavě. Tělo je opravdu jako nástroj, třeba piano, a dá se na něj hrát, jakmile pochopíme, jak je stavěno a jak funguje. Většina lidí to ještě nepochopila.

Všichni víme, že lidské tělo se dá při rytmu diska nebo rocku snadno zrytmizovat, ale tyhle rytmy odpovídají spíše rytmům srdce a pulzaci krve v arteriích, a tak po nějakém čase zmatené tělo začne uplatňovat svůj vnitřní rytmus. Lidé mají obvykle při prvním poslechu mé hudby potíže s koncentrací: nemohou nalézt rytmus. Disko hudba a přílišné decibely ale mohou citlivé "přijímače" našeho těla poškodit a částečně otupit. Disco je vynález naší doby, ale zvukem se zabývali všechny velké starověké kultury. Vzpomente na biblického Davida nebo Pythagora, který vypočítal poměry v akordech a předpis léčby psychických nemocí zvukem. Vzpomente na Čínany - tyhle věci teď jaksi znovuobjevujeme. Měl jsem např. možnost zkoumat malé keramické foukačky z vykopávek v Peru, o kterých archeologové nevěděli, k čemu by mohly být. Když do nich foukáte, proud vzduchu vychází z dírký přímo do oblasti tzv. "třetího oka" a když se hraje na dvě a více foukaček, člověk velmi rychle přejde působením zvláštních subharmonií do stavu velmi podobnému meditaci. Např. některé pokoje v pyramidách jsou "naladěny" na určité frekvence a celá pyramida je tak vlastně gigantická anténa, která pomáhá aktivovat a zesilovat vibrace individua. Natáčel jsem tam některé věci a nejsilněji na mne působilo jen ono ticho.

Já sám se při hře snažím být také pouhým nástrojem, a někdy si ani neuvědomuji a pak nepamatuji, co jsem hrál. Někdy se musím "naladit" na théta stav, a zjistil jsem, že současné nahrávací přístroje jsou schopny nahrát i "vědomí", ve kterém to natáčím. Nebo zkuste např. poslouchat muziku s nohama natočenýma k reproduktorům /vleže nebo vsedě/, nebo poslouchajte dlaněmi rukou. Způsobů, jak pracovat s hudbou nebo jak ji poslouchat, je mnoho. Tahle hudba není tedy nic nového, jen se snaží dovolit tělu sledovat vlastní rytmus a manifestovat tak např. léčebné a "vyladovací" mechanismy. S hudbou se dá pracovat nejrozličnějšími způsoby, já jsem zjistil, že ta, kterou se snažím dělat, ovlivňuje každého člověka.

PŮVODNÍ MYSL

Už jste si někdy sedli, zavřeli oči a pozorovali pohyb svého myšlení? Už jste někdy viděli pracovat svou mysl, nebo, přesněji, pozorovala vaše mysl sebe sama, aby viděla, jaké jsou vaše pocity, jak se díváte na ptáky, stromy a lidi, jak reagujete na nové myšlenky? Už jste to někdy dělali?

Pokud ne, přicházíte o mnoho. Vědět, jak mysl pracuje, by mělo být základem vzdělání vůbec. Když nevíte, jak vaše mysl reaguje, když si vaše mysl není vědoma svých vlastních aktivit, asi nikdy nepochopíte společnost, ve které žijete, ať přečtete bezpočet knih o sociologii, protože vaše mysl je součástí společnosti, je to společnost. Vaše reakce, víra, oblečení, to co děláte, jak myslíte – to vše spoluvytváří společnost a odraz téhož se pak zrcadlí zpět ve vaší mysli. Vaše mysl tedy není něco mimo kulturu, víru, společnost. Neexistuje "já" oddělené od společnosti.

Společnost ale stále zkouší svou mládež kontrolovat, formovat. Od dob dětství vám rodiče neustále říkají co dělat a co nedělat, v co věřit a v co ne. Řekli vám, že je Bůh nebo není. Od dětství je do vás vtlučována spousta věcí, které formují vaši mysl, přetvářejí ji podle panujícího vzoru myšlení v té které společnosti. A tak, i když v dospělosti "revoltujete", je to jen v rámci daného vzoru, jako když vězen protestuje za lepší jídlo. Když hledáte Boha nebo spravedlivější vládu, je to vždy jen v rámci daného systému, který říká "to je pravda a to je lež, to je správný vůdce a to je zrádce". Vaše revolty jsou vždy omezeny minulostí. Není to revoluce, je to jen zvýšená aktivita, boj proti systému – ale jen v rámci struktury. Pravá revoluce znamená osvobození se ode všech struktur, vzorů a systémů.

Všichni reformátoři vlastně jen vylepšují podmínky panující ve vězení, nikdy neradí "zlámej pouta starých tradic, zbourej zdi autority, zatřes základy, které drží mysl". Společnost nás všechny ovlivňuje, neustále formuje naše myšlení a tvary, a tento tlak zevnějška je vždy překládán jako vnitřní; avšak, nehledě na to jak hluboko se dostane, je to vždy něco zevnějšku. Musíte vědět, co si opravdu myslíte, ať už jste hinduista, křesťan, muslim, musíte si být vědomi toho, v co věříte nebo nevěříte. To vše jsou struktury a vzory společnosti a dokud si je neuvědomíte a nezboříte, budete stále jen vězni.

Většina z nás bojuje uvnitř vězení: za lepší jídlo a šaty, širší okna, abychom viděli víc nebe...zůstáváme ale vězni a ve vězení není svobody, ta leží mimo zdi vězení – ale abyste si to uvědomili, musíte porozumět celému systému, tedy pochopit svou mysl. To mysl stvořila společnost, civilizaci. Bez pochopení mysli má jen malý význam revoltovat tak či onak. Sebepoznání je proto tak důležité. Když si budete vědomi sebe sama, vaše mysl pak bude senzitivnější, pohotovější.

Zkuste to – ne někdy v budoucnu, ale zítra odpoledne nebo dnes večer. Je-li u vás doma hodně lidí, vyjděte si ven, někam k řece. Sedněte si, zavřete oči a pozorujte, jak vaše mysl myslí. Neopravujte ji, neusuzujte "to je dobré, tohle ne". Jako v kině; nejste součástí filmu, jen pozorujete. Pozorovat mysl jak pracuje je velmi zajímavé, daleko zajímavější než filmy, protože vaše mysl obsahuje zkušenosti celého lidstva. Vše mysl je humanita. Z pochopení tohoto poznání pak vychází láska, a poznání krásy.

VÍTE, ŽE...

/ rubrika pikantních zajímavých informací z nejrůznějších, převážně zahraničních zdrojů/

- každá hmota je obklopena elektromagnetickým zářením, kterému se říká **a u r a** ? Okolo živých organismů je aura dynamičtější než okolo neživých předmětů. Člověk ji má nejvíce vyvinutou. Tvrdí se, že její původ lze přičítat /Indy tvrzené/ teorii 7 čakramů, nervových center podél páteře. Přestože "vize" a studium aury se zatím nepovažuje za "vědu", jsou lidé, kteří auru jiných lidí vnímají, a prý se tomuto "umění" lze naučit. Podle svědectví těch, kteří auru druhých "čtou", je to především festival barev manifestujících zdraví nejen fyzické, ale i emocionální a intelektuální. Je to zrcadlo toho, kde člověk je a kam jde. Donedávna bylo čtení aury omezeno jen na některé "psychotiky" a "sehsitivity". Michael H. Bradford, ředitel Institute of Ultra Science, dokázal vidět auru od úbočí svého dětství. Prý neviděl těla, ale pulzující barevná energetická pole. Tehdy si myslel, že takhle vidí i všichni ostatní. V průběhu posledních deseti let dr. Bradford vyvíjí přístroje na zkoumání a měření aury. Dotazy na adresu B.I.U.S., PO Box 1766, Cape Coral, Florida 33910, USA.
- biorytmy nejsou jen ty tři, které již známe /23 denní cyklus fyzický, 28mi denní cyklus emoční, 33 denní cyklus intelektuální/? Další zajímavé cykly, ve kterých se odvíjejí naše každodenní životy jsou: 38mi denní cyklus soucitu /apatie, antipatie, mentální pozornost/, 43 denní cyklus estetický /smyslové vědomí/, 48mi denní cyklus sebevědomí /víra v sebe sama, jistota/, 53 denní cyklus duchovní, a dalších 5 cyklů?
- barevná terapie má budoucnost? Barvy, stejně jako hudba či biorytmy mají jedno společné: jsou součástí systému vibrací. Hudební stupnice jak ji známe má 12 tónů od c do h, barevné spektrum jde od červené k fialové, mozkové vlny jdou od beta k delta vlnám. Protože se jedná o tatáž spektra, jen na jiných oktávách, ovlivňují se navzájem, když na vás bude svítit červené světlo, zvýší se vám tep srdce, tlak krve, mozkové vlny. Při modrém světle tomu bude naopak.
- hudba je opravdu léčivá? Hudba je zvuk vibrací, které registrujeme, ale které také produkujeme. Každý z nás má jedinečný neopakovatelný zvuk, který je souhrnem vibrací každého našeho orgánu, žlázy, emoce a myšlenky. Když se dokážeme "naladit" na jednu frekvenci, nebo když se necháme naladit /dobrou hudbou třeba/, zníme lépe. Vzpomente na ukolébavky a třeba i zprávy okurkové sezóny o tom, že krávy při Beethovenovi lépe dojí. Každý z nás ví, že to funguje. Každý z nás zažil dobrý koncert nebo měl při poslechu dobré desky podobný zážitek. Proč toho nevyužít a nejit dál?
- Avi Yellin, šestačtyřicetiletý psycholog z Minnesoty, umí synchronizovat svůj srdeční tep s hudebními rytmy. Dokáže prý až dva tepy na jednu dobu v hudební skladbě a nebo něco jako doprovod na percussion. V laboratorii dokázal po čtyřicet minut držet krok s metronomem v rozmezí 60 až 140 úderů za minutu. Doma s magnetofonem si prý může hrát donekonečna.

Kardiolog J.Cohn prohlásil, že Yellin ovládá srdce na požádání. Yellin spolupracuje s Národním zdravotním institutem na podrobné rekonstrukci toho, jak se naučit používat určitých oblastí mozkové kůry k nepřímému ovládnutí hlubších sfér, které kontrolují vnitřní orgány. "Možná přijdeme na to, jak spojit mozkovou kůru s nepřístupnými částmi mozku. Můj objev není nic zvláštního, může se to naučit každý", říká Avi Yellin.

/Yellin: Psychiatry Dept., U-Minnesota, Minneapolis/

- jestliže má Timothy Leary pravdu, elektronické knížky brzy /v USA/ nahradí tradiční. Leary adaptoval již několik populárních titulů /např. Huckleberryho Finna/ pro počítač, který umožní "čtenáři" aktivně se zapojovat do děje coby "dotazující se psycholog, důvěrný přítel nebo rádce hlavních hrdinů". Počítačový program se jmenuje SKIPI, a Leary bydlí: 8390 Wonderland Park, Los Angeles, California 90046.
- šestadvacetiletý, v Londýně žijící italský vědec - Hugo Zuccarelli, vytvořil novou zvukovou techniku, která přenáší informace do mozku daleko bezprostředněji, než pomocí normálních akustických kanálů. "Zvukoví inženýři vytvářejí zvuk prostřednictvím vibrací v místnosti", říká vynálezce. "Zajímalo mě, proč používat uši? Proč nevstoupit rovnou do mozku?" Na základě vnějšího zvukového podnětu prý ucho vytváří vlastní odpovídající zvukový paprsek. A právě vzájemné působení vnějšího a vnitřního zvuku dodává mozku prostorovou informaci. Když natočíme vnější zvuky na magnetofon se syntetickými odpovídajícími "vnitřními", mozek si při vnímání vytváří vlastní další vnitřní zvuky. A ty působí jako laserový paprsek, vytvářející trojrozměrný hologramový obraz - anulují proces zprostředkování, reprodukuje původní okolní podmínky. Objev láká i množství rockových hudebníků, zájem projevil Paul McCartney, Peter Gabriel, Vangelis, Roger Waters. Kromě zdrcující reálnosti nahraných zvuků poskytuje holofonie, jak je nový vynález pojmenován, i překvapivě zážitky prostřednictvím jiných smyslů - při zvuku škrtnutí zápalky máte intenzivní pocit sírového zápachu, ženský hlas je provázen vnímáním teplého dechu.
/Zuccarelli: 78 Priory Road, London N8/
- jednoduchým experimentem vyzkoumali v Iowě sílu vůle. Tři muži stáli na stejných vahách, vážili 161, 179 a 155 liber. /Dohromady 495/. Dva muži vzali třetího do náručí, celková váha zůstala 495. Jeden z nich, cvičitel aikida, pak zkoncentroval svou mysl dolů do nohou /tzv. zakořenění/; jeho váha /179/ se nezměnila. Druzí dva mužové se pak pokusili ho zvednout, ale nepodařilo se jim to, a jeho 179 liber se rozložilo na jejich váhy. Jenže - na váze soustředěného muže stále zůstalo 12 liber - dohromady tři mužové vážili 507 liber. Výzkumníci z Iowy zavedli termín "intra-akce" a pokračují ve výzkumech. Adresa ústavu v redakci.
- společnost Metro-Goldwyn-Myere natočila film "brainstorm", mozková bouře, o využití a zneužití sil mozků některých lidí. Hlavními poradci byli manželé Grofovi /Stanislav Grof je původem Čech, psychiatr a terapeut z Prahy/. Ve filmu se jedná m.j. o totální poslech přímo z mozku do mozku namísto sterea /a dnes již existuje systém Huga Zuccarelliho, tzv. holofoní zvuk/, objev superchipu pracujícího jen za pokojové teploty /je již objeven hormon neuromelanin, který také "pracuje" jen za pokojové teploty/atd. Fakta jsou zkrátka ještě divnější než fikce autorů filmu.
- alkoholici to nemají lehké, vědci objevili v jejich mozcích jeden endorfin, který je opravdu nutí pít stále víc. Je to jakýsi přírodní opiát, nazývá se TIQ. Více v knize Kennetha Bluma Abusable Drugs.

/Americký reportér Michael Hutchinson, který se zabývá výzkumy mozku a přístroji na podporu jeho činnosti, napsal pro srpnové číslo magazínu New Age rozsáhlý článek o "strojích na myšlení".

Zjistil, že co před lety znělo jako výmysly autorů science fiction, začíná být holou prací vědců mnoha oblastí od psychologie po neurologii - transfúze paměti, transplantace mozku, dialog mezi počítačem a mozkiem, elektrická stimulace mozkových center spokojenosti, přístroje pro elektromagnetický spánek, obrovský rozvoj schopnosti učit se.

A tak přesto, že seriózní věda se od těchto přístrojů poněkud distancuje, rozhodl se M.Hutchinson sestavit malého průvodce trhem se "stroji na myšlení", které jejich vynálezci prodávají v cenách od 60 do 10 500 dolarů/.

MOZEK V ZÁSUVCE

T E N S

S panem Lightem jsem se sešel v restauraci. Jeho kožní elektronervový stimulátor TENS ležel na stole. Je to černá krabička, velká asi jako balíček cigaret, s měřicí stupnicí a dvěma dráty, zakončenými kovovými destičkami, pokrytými vlhkou látkou. Ty jsem si instaloval do ponožek ke kotníkům a začali jsme si povídat. O mozku, jeho funkcích. Je prý složen z neuronů, které přenášejí informace elektricky složitými cestami, takže třeba pouštění elektriny do mozku může radikálně změnit duševní stav člověka...

Zatímco Light mluvil, cítil jsem najednou neodolatelnou chuť se šíleně smát. Měl jsem pocit obrovsky zbystřené mysli a napadala mě jedna otázka za druhou. Materiový TENS na stole produkoval jemný pulsující proud /5 miliampér na 7. 83 Herze - podle Lighta stejnou frekvencí rezonuje elektrické pole mezi zemí a ionosférou/.

Bylo mi dobře až k prasknutí, byl jsem plný vzrušení a otázek. Začal jsem Lightovi vyprávět o knize o mozku, kterou právě píšu. Jak jsem se o to vlastně začal zajímat, a o životě, o dětství ... Najednou mě zarazila divoká předtucha.

"Poslouchejte, co říkám. Blábolím jako opice. To dělá určitě ta krabička", řval jsem smíchy, naplněný nezměrným potěšením.

Light se usmál a vysvětloval, že přístroj donutil můj mozek vyprodukovat značné množství endorphinu /přírodního opiátu/ a dalších neurochemických látek. Vědci prý teď už věří, že existují nervová vlákna, přenášející emoce jako láska, nenávisť, odvaha, klid, podezření a že až bude objevena správná vlnová délka a frekvence, bude možné stimulovat každou z nich. Výzkum už prostě jede. A tak se dál vzrušeně a vážně hovořilo o puškách na lásku, rozum v krabičce na baterky, strachových pistolích...

H E M I - S Y N C

Sedím v křesle v obýváku a ze stereosluchátek poslouchám věrné šplouchání mořských vln. Ale mezi vlnami je ještě něco - hluboký tep pulsující celým mým tělem. Cítím jak všechno ve mně zpomaluje. Zvuky oceánu mizí a slyším hlas oznamující, že vstupuji do stavu "celomozkové synchronizace". Jak se nořím hlouběji a hlouběji, pocit rezonance zesiluje a má hluboká relaxace je kombinována s pocitem vnitřní duševní průzračnosti, takže nechám tělo za sebou a jsem čistá mysl, energická, bdělá, jasná...

S objevem nezávislé činnosti mozkových hemisfér v 60. letech vědci přišli na to, že lidé používají vždy jen jednu polovinu mozku, aktivně přelutují z jedné na druhou. Co by se stalo, říkali si, kdybychom uměli využívat schopnosti našeho mozku najeďnou? Odpověď se naskytla počátkem let 70., kdy neurologové napojili pokusné meditátory na přístroje EEG, a zjistili, že při vstupu do stavu hluboké meditace elektrické vlny obou hemisfér, obvykle náhodné a nezávislé, splynuly v jednotném rytmu. Tento stav byl nazván hypersynchronizace.

Vědci se dohadovali, že tento stav sebou nese množství příznivých průvodních jevů, o nichž se vědělo u meditace – vzrůst paměti, inteligence, tvořivosti, smyslového vnímání a omezení stressů a starostí. Hypersynchronizace by mohla být klíčem k mentálním silám budoucnosti. Bohužel, zatím pouze lidé zběhlí v meditaci se umí dostat do takového stavu na přání.

Poté se zjistilo, že určité elektronické zvuky a vizuální podněty vyvolávají reakci o stejné frekvenci v mozku, jako třeba když křišťálový pohár rezonuje čistý ton. Celý mozek reaguje na audiosignál, obě hemisféry vibrují v rezonanci – hypersynchronizaci. Tohle už bylo opravdu revoluční. Vědci dlouho věděli, že mozková aktivita na určitých frekvencích /jako třeba vlnění alfa/ způsobuje zvláštní duševní i tělesné stavy. A teď bylo možné na přání vyvolat jednotné vlnění obou mozkových hemisfér, což nabízí všechny druhy fyziologických a duševních stavů jednoduchým otočením vypínače – laděním mozku.

Badatel Robert Monroe při svých rozsáhlých pokusech se zvukem zjistil, že uměle dosažená synchronizace hemisfér způsobuje naprosto stejné mentální schopnosti, jaké nabízí dlouholetá meditace – uklidnění, euforii, zintenzivnění pozornosti, zlepšení paměti, sugestibility, tvořivosti, větší úspěchy u I.Q. testů a daleko větší rychlost učení. Monroe tuto metodu na audiosynchronizaci mozku patentoval pod názvem Hemi-Sync a teď pracuje na distribuci sérií magnetofonových pásek pro domácí použití. To, co jsem poslouchal já, byla série o šesti nahrávkách nazvaná Objev.

Když jsem se tím propozlouchával, zjistil jsem, že ve srovnání s mnoha pásky obsahujícími "hypnotická" a "přeměnná" poselství, tady nešlo o pouhý hlas recitující fráze v kombinaci s relaxujícími zvuky. Tohle opravdu něco vytvářelo. Moje frekvenční odezva byla znatelná a silná. Vedlo mne to k relaxaci. Výjimečný byl také způsob kombinace stavu připomínajícího trans s výjimečně bdělým a aktivním stavem duševním. Monroe to vysvětluje tak, že použitím frekvenční odezvy se v mozku napřed synchronizuje rytmus činnosti na velmi nízké frekvenci – hlubokém théta. Potom, když je mozek i tělo dokonale relaxováno na této úrovni, překryje se to působením o mnoho rychlejších vln beta, čímž se mozek uvede do velmi bdělého stavu. Výsledkem je, podle Monroea, výjimečná kombinace aktivní, tvořivé mysli a naprosto relaxovaného těla.

SYNCHROENERGIZÁTOR

Tuhle krabičku jsem vzal k příteli do úřadu, kde bylo plno lidí. Skepticky si nasadil sluchátka a speciální brýle. Malé žárovíčky obtáčející obě oči začaly blikat. Ze sluchátek vycházelo elektronické vrnění. "Dělají se mi před očima obrázky", řekl přítel a zaujal v křesle polohu dokonale relaxovaného těla. Najednou se začal s potěšením smát. "Fantastické! Bílé světlo...", blažený úsměv se mu rozlil po tváři.

Nasadil jsem si sluchátka a brýle a pomalu jsem se přeladil z toho, co podle stupnice bylo 20 kmítočtů za sekundu /beta vlnění/ na asi 5 kmítočtů za sekundu /vlny théta/. Věděl jsem, že bleskující světlo je jasně bílé, a

přesto víze, jež jsem měl, byly syté, okázalé, v jasných základních barvách - rozebrané neznámé krajiny, přímé tunely světla, realistické pohledy přes šedivý povrch rybníka, dělený na světelné plošky jemným deštěm. Cítil jsem naprosté vnitřní soustředění. Zpočátku jsem pociťoval chlad a napětí, ale potom zábrany odpadly. Věděl jsem, že místnost je plná lidí, kteří mne pozorují, zaznamenával jsem úderu fotografova blesku, ale nic z toho nemělo význam, bylo to daleko, v jiném světě.

Přístroj, nazvaný Synchronenergizátor /nebo SIE/, pracuje na základě kombinace několika již zmíněných technik, stimulujících myšlení. Zaprvé - naboje tělo slabým elektrickým polem, podobně jako TENS. Současně zní ve sluchátkách fázované zvukové vlny, které vytvářejí frekvenční odezvu mozku, podobně jako pásy HEMI-Sync. S tou výjimkou, že frekvenci si může člověk nastavit.

Effekt je ještě zintenzívněn přidáním stroboskopického světla v rytmických obrazech. synchronizovaných se strukturami zvukovými. Kombinace zvuku, světla a elektromagnetického pole má zajímavé perspektivy. V tomto případě způsobuje rychlou synchronizaci hemisfér, doprovázenou kaleidoskopickým proudem dokonalých představ, působících na lidské emoce. Pouhým otočením knoflíku může člověk zlepšovat svůj duševně-emoční stav. K tomu se pojí zajímavý vědecký poznatek o možnosti předcházení epileptickým záchvatům pomocí vyvolání frekvenční odezvy mozku.

GRAHAMŮV POTENCIÁLIZÁTOR

Bylo to obyčejné lůžko, pod ním stál neuzavřený motor, pod hlavou velká krabice a v nohách kovová tyč asi jako anténa k televizi. Zul jsem se a položil se. Z krabice pod mou hlavou vycházelo nízké napětí, pulsující elektromagnetické pole. Položil jsem nohy na uzemnění, kovové zařízení přede mnou - pole tak mohlo prostupovat i obestupovat mé tělo.

Operátor, obsluhující stroj, zapnul motor, což začalo celým lůžkem otáčet. Nepřekotilo se, i tělo si zachovalo polohu, jen jsem stoupal a klesal v kruhu proti směru hodinových ručiček. Pohyb byl jemný, něžný, vzbuzoval příjemné pocity - bylo to asi 10 okruhů za minutu, dost rychlých, abych cítil, že se hýbu, ale dost pomalých na postupující uklidňování.

Hluboce relaxován, zkusil jsem pocítit elektromagnetický proud procházející mým tělem, ale nešlo to. Přesto - zjistil jsem, že mé zrakové představy nabyly podobu mne prostupující energie. Viděl jsem se stát pod vodopádem, vstupujícím do mé hlavy a vycházejícím nohama a tvořilo jej světlo, energie.

Přístroj se pomalu dotočil a zastavil. Připadalo mi to jako chvilka, ale uběhlo 45 minut. Byl jsem tak relaxován, že se mi nechtělo ani otevírat oči. Chtěl jsem ještě. Když jsem vstal, vnímal jsem příjemné brnění ve špičkách prstů rukou a nohou, pocit energie a čisté mysli. Bylo to překvapující, právě jsem prodělával silnou chřipku, bolelo mě v krku a den před tím jsem byl u zubaře. Teď jsem se cítil prostě skvěle.

Pozitivní pocity, provázející několik dalších použití tohoto přístroje, mě přivedly až ke studiu literatury a rozhovorům s psychology, užívajícími jej v praxi. Podle měření EEG stroj vyvolává prudký vzrůst produkce relaxujících alfa vln, ruší hemisférovou dominanci /výsledkem je balancování mezi nimi/ a především zvyšuje "nervovou zdatnost" - funkci měřenou EEG a těsně se vážící k výsledkům v IQ testech.

Jak může mít pouhý pohyb a elektromagnetismus tak obrovské výsledky? Rotačný pohyb prý aktivuje všechny tekutiny v těle, což je až 90 procent obsahu, a zvláště tekutiny na určitých místech a našich hlav, jako třeba ve středním uchu - kde v nich plavou milióny citlivých nervových zakončení.

Pohyb stimuluje tyto nervy, způsobuje velký nárůst elektrické odezvy, spouští nervovou aktivitu ve všech částech mozku. Pohyb doslova "cvičí" mozek, budí nervy tak, jak se jim to nestalo od doby, kdy jsme jako děti váleli sudy z kopce, nebo vůbec nikdy. Zvýšení schopnosti myslet a učit se tak prý narůstá až astronomicky.

"Potencializátor", říká jeho vynálezce Kanadan D.Graham, "nás obklopuje jemným polem, které reaguje s naším vlastním elektrickým polem. Jako lidé žijeme na rotující zemi a pohybujeme se rytmicky jejím elektromagnetickým polem. Proč by to nemohly být přirozené podmínky k rozvoji lidského vědomí?"

TRAN KVILIZÉR

Na očích jsem měl vypouklé brýle, vyplněné nepřímým světlem, dodávajícím nerušený vjem uklidňující modré barvy. Z přístroje šel do sluchátek jemný, rytmický zvuk - venkovní akustické podněty úplně vymizely. Kombinace jasné modři s uklidňujícím zvukem mi připomněla potápění v tyrkysových vodách karibského pobřeží Střední Ameriky - stejný hlubinný přísvit, stejný plynoucí klid.

Velmi rychle jsem se úplně uvolnil. Vlastně nemůžu říct rychle - naprosto jsem ztratil pojem o čase. Zapomněl jsem, že v místnosti jsou lidé, kteří mě pozorují; že je vůbec nějaká místnost, že existuje cokoli vyjma té nádherné, klidné modroty. A ta potom zmizela také ...

Tomuto efektu se říká "ganzfeld". Vědci jej poprvé objevili, když rozkrojili pingpongový míček napůl a tak zakryli pokusnému člověku oči. Zjistili, že subjekt velmi rychle ztratil veškeré vjemy vnějšku, ztratil vidění. A.Smith o tom napsal ve své knize Síly mysli: "...osoby podrobené ganzfeldu ne že by neviděly nic, nebo viděly bílou, šlo o naprostou ztrátu zrakového smyslu. Dobrovolníci ani neví, mají-li otevřené oči, či nikoli." Pokud přirovnáme tuto "vymazávací" zkušenost k mystickým zážitkům "prázdná" a "oblačku nevědomí", podle psychologa R.Ornsteina ganzfeld demonstruje, že " ... výsledkem struktury našeho centrálního nervového systému je, že pokud je vědomí omezoвано na neměnění se zdroj stimulační, následuje "vypnutí" vnějšího světa. Dalo by se říci, že Trankvilizér užívá reakce našeho nervového systému k jakémusi přiblížení mystického či meditativního zážitku.

K "vypnutí" vědomí došlo tak intenzivně, že jsem ze svého transu musel být vytřesen. Po celý zbytek dne jsem se cítil svěží a plný energie a částečně se mi zlepšila ostrost vidění s bohatými, jasnými a sytými barevnými vjemy. To by bylo na pauzy místo cigarety!

M Ě Ř I Ě G S R

Jedním z tradičních přístrojů na biologickou zřetelnou vazbu je zařízení na měření galvanické odezvy kůže "GSR/", indikátor emocionálního a fyzického stavu. Použití je snadné - přiděláte dva kovové senzory na konečky dvou prstů, ty měří stupeň vaší aktivity a předávají je přístroji za vizuální indikace a bzučení, které ~~xxx~~ stoupá, jak narůstá váš neklid. Přístroj je nepředstavitelně citlivý - vyčistíte mysl, relaxujete a tón úplně vymizí: pokud se ale jen pokusíte pomyslet řekněme na nedávný argument v diskusi - přístroj začne okamžitě ječet.

Způsobů využití je spousta - psychologové GSRM chválí za "systematické odcitování" /učení bránit se fobiím tím, že člověk zůstává klidný při představě tísnivé situace/ a je to také zásadní příklad klasického detektoru lži.

Bylo to nasnadě, když jsem přístroj nosil sebou v průběhu pracovního dne /lze ho ukrýt v dlaní/. V určitých momentech tón ječel. Hned jsem zastavil a pátral, co mi běželo hlavou, že mě to tak /podvědomě/ bralo. Tak jsem vydělil myšlenky a vzpomínky, které tak podivně posedle vklouzávaly do mé hlavy.

GENERÁTOR NEGATIVNÍCH IONTŮ

Když jsme se chodili jako kluci ochlazovat k fontáně na Washington Square a stáli jsme v příjemné chladivé tryskající mlze, někdo řekl: "To jsou negativní ionty, víš? Fontána nás pokrývá negativními ionty." Když jsem potom o tom čel, dozvěděl jsem se, že vzdušné ionty vznikají, když atomy ztratí nebo přijmou elektron /ten má negativní náboj/. Osoby, zahlcené při pokusech množstvím pozitivních iontů, ztrácely schopnost koncentrace, cítily dráždění v hrdle, bolesti hlavy, výsledky v pracovních a inteligenčních testech se zhoršovaly; docházelo až k depresím, únavě, úzkosti. Osoby držené v místnostech naplněných negativním ionty naopak vykazovaly zlepšení v IQ testech, cítily příliv energie a čistého myšlení, dýchací problémy se zlepšily nebo mizely.

Zdá se, že určité prostředí negativní ionty ničí a vytváří z množství pozitivních - města z oceli a betonu, strojní a elektronická zařízení - jako třeba motory automobilů, air condition, počítače, televizor, jinými slovy - moderní život. Jiné prostředí mnoho negativních iontů tvoří: mořské vlny, větry, vodopády, fontány, hory, lesy.

Dostal jsem počítač. Seděl jsem u té krabice s dvěma bzučícími disky pár hodin a tvář jsem měl jako struhadlo, v krku mě bolelo a byl jsem celkově rozrušený. Hustá oblaka pozitivních iontů mě doslova dávala.

Další dárek byl generátor na negativní ionty. Dal jsem ho na stůl vedle počítače. Když jsem dal tvář těsně k němu a přivoněl, vydával chladnou auru, vůni oceánu, která vyčistila má ústa, uklidnila mé hrdlo. Bylo radost dýchat. I po hodinách sezení u počítače má hlava zůstávala jasná, čistá, necítil jsem se tak tupě a vyčerpaně a co bylo nejdůležitější - jasně mi to i myslelo.

Pro tyto efekty existuje vysvětlení. Bylo dokázáno, že pozitivní ionty způsobují zvýšenou sekreci látky zvané serotonin, zatímco negativní ionty jej pohlcují. Serotonin vyvolává spánek, zvýšené pociťování bolesti, mentální potíže /deprese/, myšlenkovou nepozornost a IQ úbytky vůbec.

Vědci také zjistili, že krysy, vychovávané pomocí vysoké koncentrace negativních iontů, vyvinuly o 9 procent víc mozkové kůry, než jiné, vychovávané na normálním vzduchu. Negativní ionty prý zvyšují oxidaci a mozek potřebuje, aby dobře rostl a pracoval, kyslíku pořádnou dávku.

A tak jak roste americká posedlost po fyzické zdatnosti, zdá se být logickým dalším krokem k dokonalosti použití "strojů na myšlení". Jasně - korunné automaty na synchronizaci mozku v barech, prádelnách a letištních čekárnách; davy blažených vysokoškoláků v kruhu o přestávce se svými Grahamovými potencializátory. Řídicí se řidiči dálkových nákladáků s přístroji TENS, zvyšujícími hladinu endorfinu. Politici, přerušující svrchovaná ekonomická jednání, aby vydobyli trochu klidu ze svých Trankvilizérů. Co se mne týče, po měsících experimentování s těmito přístroji ze mne není ani příšera s rozervaným mozkem, ani osvícený génius. Nepořídil jsem si choroby, ani jsem neobdržel poselství z nebes. Přesto stojím jako kluk před kolotočem s jediným přáním: "J e š t ě !"

/Virginia Leeová/

INDRA DEVI

/První dáma jógy/

Bylo to jedné neděle, kdy zazvonil telefon a měkký hlas řekl, že "Indra DEVI bude k mání zítra. Zrovna přiletěla z Mexika, ale zítra to bude asi jediná šance, jak s ní mluvit, protože pozitří musí na Egyptské vyslanectví a potom do San Franciska a pak odlétá na dva týdny do Egypta, kde povede čtrnáctidenní seminář na Nilu." Shierley Dahmová /Shawn/ mi tedy konečně zprostředkovala interview, které jsem se snažila zaranžovat již dlouhou dobu. "Matadží je velice spontánní", vysvětlovala Shawn, používající termínu, kterým Indové označují staršího duchovního ženského pohlaví, "její plány se mění den ze dne, hodinu od hodiny. Je živým příkladem toho, kdo žije moment od momentu." Vzpomněla jsem si na slavnou frázi Ram Dasse "Be Here Now" /Buď - žij - tady a teď/, která se stala prakticky nejpoužívanější mantrou celé jedné generace. Možná že tohle je právě to, co mne 84 letá Indra DEVI, které říkají "první dáma jógy", naučí.

Ou kej, řekla jsem, udělám co budu moci. Zařídila jsem vše potřebné a pak jsem konečně vstoupila hlavními dveřmi. První, co jsem viděla, byl opar vonné tyčinky vyplňující tichou místnost vyplněnou křišťálem a bílým kobercem. Připadala jsem si jako v jiném světě. Jak jsem tak vytřeštěně koukala kolem, ucítila jsem jemný pohyb a spatřila malou, éterickou bytost zahalenou do růžového hedvábí. Indra DEVI mne smějícíma se, ale i vážnýma očima přivítala. "Vím, kdo jste", řekla. "Pojďte dál". A ve španělštině zavolala Piera, mladou argentinskou rockovou hvězdu, aby jí pomohl odemknout dveře. "Zrovna jsme skončili naše cvičení", řekla Matadží, a představila mne Pierovi. "Tento mladý muž právě činí své první kroky na duchovní cestě", vysvětlovala, "a tak mu pomáhám."

Byla jsem překvapena, jak pohyblivá a vláčná je Indra DEVI, přes svůj věk. Když šla kolem, jakoby plula po povrchu podlahy. Sedlí jsme si na zkřížené rohy na koberec. Když promluvila, její hlas zněl jako hlas mladé ženy. Vyzařovala dětskou nevinost, prostotu a víru.

"Jednou z nejzajímavějších věcí na vás je způsob, jakým řešíte problém mentálních bariér, které lidé mají co se týče jógy nebo náboženství," začala jsem. "Jak se vám daří přesvědčovat všechny ty lidi v Rusku, Argentíně a jinde ve světě?"

"Povím vám to", řekla. "Prostě se to tak stalo. V Rusku to bylo jednodušší, protože mi pomohl přítel, indický velvyslanec K.P.S.Menon. Jóga tam byla zakázána, protože se myslelo, že to je náboženství. Pan Menon se mne zeptal: "Mluvíte stále rusky?" "Ano", řekla jsem. "Mohla byste dát lekci jógy?" "Zkusím to." A tak byl zorganizován příjemný večer v hotelu v Moskvě. Bylo tam mnoho významných lidí, Kosygin, Gromyko, Mikojan. Rok 1960. Před slavnostní večeří jsme byli všichni, já jediná žena, ve velkém sále pokrytém koberci. Pan Menon mne představil a řekl, že "My v Indii jsme na ni hrdí." Otočila jsem se k Mikojanovi a zeptala se, jak mám hovořit - anglicky nebo rusky? "Rusky? Jak to, že znáte rusky?", ptal se Mikojan. "Narodila jsem se v Rusku," odpověděla jsem. Ticho v sále. "Narodila jsem se v Rize v roce 1899 a odešla jsem do Indie v roce 1927." Rychle si spočítal, že asi nejsem emigrantka a začal se vyptávat.

Lekce proběhla dobře a na recepci mi sám Gromyko nabídl chlebiček se slovy "tohle je všem ženám Indie, které v osobě Indry DEVI otevřely naše oči józe."

Indra DEVI otvírala oči józe už od dob, kdy vyplnila dětský sen a odjela do Indie. Narodila se jako Eugenie Petersenová, dcera švédského bankéře a ruské šlechtičny. V roce 1920 odjela se svou matkou do Berlína studovat tanec a v souboru ruského baletu procestovala jako budoucí taneční hvězda celou Evropu. Když přicestovala v roce 1927 do Indie, neměla peníze. Jeden filmový režisér ji náhodou viděl tančit rituální tanec v Teosofické loži v Bombaji a nabídl jí roli tanečnice ve filmu, který připravoval. V Indii se v té době výše postavené ženy nesměly ukazovat ve filmu či na veřejnosti. Ale jako západanka by mohla být respektována. A tak se tahle tmavooká žena s bílou pletí stala pod jménem Indra DEVI filmovou hvězdou. Brzy poté se setkala se svým prvním mužem, Janem Strakatým, československým vyslancem na konzulátu v Bombaji. Její muž byl naštěstí velmi tolerantní, pokud šlo o její styky s lidmi různých ras a kast, a umožnil ji studovat i jógu. A když se posléze vyléčila z několikaleté nemoci srdce, začala se celé věnovat tomu, co jí vyléčilo, józe.

Do roku 1929 byla žačkou Krišnamurtiho, pak studovala na škole jógy Krišnamačaryaho /byl to otec T.K.V. Dešikačara a učitel B.K.S. Iyengara/. V roce 1939 následovala svého muže do Šanghaje, kde otevřela školu jógy v domě madam Čankajškové a kde vyučovala 8 let. Do Indie se vrátila v roce 1946 a žila v Himaláji, v paláci maharádži Tehri-Gharwala. Tam také napsala a publikovala svou první knihu o józe. Tam se také seznámila např. s Mahatma Gandhím, Rabindranáth Thákurem a Džavaharlálem Néhruem. V roce 1947 odcestovala do USA.

"Když jste přišla do USA, učila jste jógu hollywoodské hvězdy, jako Gretu Garbo nebo Glorii Swansonovou," řekla jsem. "Považovala jste se za učitelku ve smyslu guru?"

"Řeknu vám", začala svým charakteristickým způsobem, "že já o sobě jako o guruovi nemluví, ale asi jím jsem pro mnohé lidi. Říkají mi tak. Možná že na konci života budu jógínkou. Slovo "guru" vlastně znamená "gu", "ru" - ten, kdo rozhání pochybnosti temnotu. Takhle to беру."

"Co si myslíte o duchovních učitelích, kteří zakládají velké organizace a přitahují stovky žáků?", chtěla jsem vědět, protože v USA je dnes tolik různých duchovních učitelů a vydělávají takové peníze na základě několika jógických cviků. "Jste členkou nějaké organizace?"

"Ne", odpověděla. "Především proto, že by mne to svazovalo. Velice si cením své nezávislosti a svobody prostě se zvednout a jít jínam. Když můj druhý muž, dr. Sigrfid Knauer, koupil v Mexiku ranč, začala jsem učit jógu tam. Pak jsem se v roce 1977 přestěhovala opět do Indie, do blízkosti Bangaloru a v Mexiku jsem všechno zanechala.

Ale ten pravý důvod, proč nedovoluji, aby se okolo mne rozrostla organizace, je ten, že jsem to už několikrát viděla: duchovní učitel obvykle začíná s několika žáky a je bratr Michal. Pak, když je žáků pár stovek, je najednou Otec Michal. Jak čas jde a žáků jde do tisícovek, stane se Mistrem Michalem, a jeho ego je tak naplněno, že duchovního už nezbude nic."

B období hollywoodského pořytu vznikla většina slavných knih Indry DEVI: "Navždy mladý, navždy zdravý", "Jóga pro Američany", "Obnov život s jógou" atd. V roce 1953, po smrti prvního muže, si Indra DEVI vzala dr. S. Knauera, se kterým dosud žije v Indii. Stala se americkou občankou a za pomoci manžela zintenzivnila svoji propagátorskou a učitelskou činnost.

Byla jsem zvědavá, jestli přece jen, přes své vyhrady, neměla osobního učitele, vlastního guru. Zeptala jsem se jí na to. Seděla chvíli zamklá a pak řekla: "Měla jsem mnoho učitelů, ale svého guru jsem nepotkala.

Zemřel předtím, než jsem měla šanci ho potkat. Jemnoval se Swami Vivekananda."

Shawn přinesla výtisk poslední knihy Indry DEVI, "Sai Baba And Sai Yoga", vytištěnou v Indii v roce 1975, ve které DEVI popisuje své zkušenosti s indickým světcem, který je miliony lidí uznáván coby "avatar", a kterého potkala v roce 1966. Sai Baba ji inspiroval k vytvoření Sai jógy, metody cvičení asán a duchovní příměsí. Sai Baba byl také rozhodujícím důvodem k návratu do Indie v roce 1977 /po dvaceti čtyřech cestách za svým učitelem/, od kdy Indra DEVI vede venkovské centrum a malou školu pro zanedbané děti. Ale přestěhování do Indie neukončilo její cestování. Naopak. V roce 1979 byla pozvána do Bulharska, kde v Sofii vedla nějakou dobu 150 žáků ve čtyřech kursech. Pravidelně také navštěvuje Střední Ameriku.

Náš hovor se stočil k nedávné cestě do Argentiny. Kdo je to ten Piero?", ptala jsem se. Matadži se usmála. "Ach, Piero! Víte, já o těchto věcech mnoho nevím. Když jsem v roce 1939 začala v Šanghaji vyučovat jógu, přestala jsem zároveň navštěvovat kina, divadla, koncerty a podobné věci. Piero je nejpopulárnější zpěvák v Argentině, něco jako Lennon. To mi připomíná, jak jsem byla svědkyní představení Johna Lennona Sai Babovi a omylem jsem ho uvedla jako "Lemmon" /citron/ - vidíte jak málo jsem o těchto věcech informovaná. Byla jsem v Argentině dvakrát v roce 1982 na tři týdny, pak v dalším roce už na šest týdnů a stále to nestačí. Začalo to, když jsem dávala hodiny jógy Pierovi a členům jeho kapely, Prema. Bylo jich celkem 18. Některá jsem od nich peníze, protože jsem je pozvala. Piero se jednou zeptal - chcete vědět co dělám? "Co děláš?" "Rock." "Rock?" - Myslela jsem, že žertuje. Pozval mne tedy na svůj koncert. Byla jsem jak Alenka v říši divů. Ve velké sportovní aréně bylo 10 000 mladých lidí, kteří skákali, křičeli, dělali bláznivé kousky. Později mne požádali, abych učila skupinu i nadále. Řekla jsem tehdy Pierovi, že jsem něco takového jako byl onen koncert v životě neviděla. Že má velkou odpovědnost. A že jim musí nabídnout něco pozitivního k té jejich energii. A když jsem pak byla zpátky v Indii, dostala jsem od Piera dopis, ve kterém mi oznamoval, že vede organizované skupiny, které si říkají "Buenas Ondas", Dobré vibrace. Je jich už prý na 400! Nemají ani předsedu, ani vůdce. Rozhodli se kolektivně jeden den v týdnu věnovat nějaké prospěšné věci. Jednou uklidili město Buenos Aires po volbách, jindy pomáhali ve starobincích. Také meditují, a za svou práci odmítají peníze. Jsem jaksi odpovědná za jejich duchovní vývoj, a tak se teď musím do Argentiny vrátit a naučit je pořádně jogu. Proto se mnou Piero cestuje. Máme velké společné plány." /Mimoходом, Indra DEVI je polyglotkou, hovoří plynne dvanácti jazyky, včetně angličtiny, francouzštiny, němčiny, španělštiny, ruštiny, čínštiny, hindí atd./.

"Řekněte mi víc o Sai Babovi", požádala jsem.

"Setkala jsem se s ním v roce 1966 a moje první reakce na něho byla víc než skeptická. Ale pak se dotkl mého života víc než kdo jiný a pro mne je to největší muž na světě. Nevím jak působí na ostatní. Někteří tvrdí, že je to šarlatán, ale spousta lidí tvrdí, že je to největší - dnes žijící - světec Indie."

"Co říkáte ženské otázce - a jak má dnešní žena stihnout tolik věcí: výchovu dětí, řízení domácnosti a ještě vlastní duchovní vývoj? Je toho nějak mnoho, ne?"

"Člověk má povinnosti a taky nemůže udělat víc než zvládne", odpověděla. "Ale vždy se najde čas a prostor pro všechno. Každý by si měl během dne najít čas na to být chvíli sám, protože jen tehdy člověk roste."

"Jóga je také duchovní cesta, ale není to náboženství. Je to fyzický, mentální a duchovní vývoj. Duchovnost a náboženství nejsou totožné," roz-

hovořila se na téma jógy, a pokračovala:

"Když člověk začíná, prvním krokem ke světlu je cvičení pozic, asán. Asány nejsou cvičení, ale duchovní pozice." A aby mi více osvětlila co má namysli, vedla mne následující meditací:

"Představte si, že vaše tělo je chrám živého ducha a vy jste v tom chrámu nejvyšším knězem. Staráte se o všechno, řídíte jeho chod, udržujete jej v čistotě. Tedy bez závisti, žárlivosti, zášti, zloby a tak dále. Udržujete také stále plamen hořící na oltáři vašeho srdce. A naplňujete tak celý chrám světlem - protože světlo a tma nemohou žít pospolu. Představte si nyní, že nadešel čas obětování. Zhluboka se nadecháte a pak ukloníte tak, aby se vaše čelo dotklo podlahy. Zůstaňte tak tak dlouho, jak se vám bude chtít. To je pozice Yoga mudra. Představte si, že obětujete kousek světla svíce srdce Dárci světla. Ať to provedete jakoukoli formou, pod jakýmkoli názvem, vždy jste jen jako kapka vody. Ale jakmile ona kapka spadne do oceánu, původně bezmocná, stává se součástí něčeho obrovského: ztrácíte svou identitu, své ego."

Když jsem se vzpamatovala, Indra DEVI řekla: "Když jsem tuhle meditaci učila poprvé, jeden žák, jakmile se třída vzpamatovala, se zeptal: "Co to bylo?" "A já jsem tehdy, ani nevím proč, odpověděla: Sai Yóga." Zeptali se mne: "Sai Baba vás ji naučil?" "Ano," řekl jsem. "Kdy?", chtěli vědět. "Právě teď," odpověděla jsem.

A dál vysvětlovala, jak Sai Yógu uvádí do praxe asán: "V pozici Kobry jste jako had ležící na ploše každodenního života, tu a tam pozvedající hlavu ke světlu. Je vám jasné, že jak budete pozvedat hlavu výš a výš, budete světlu blíží a blíží. V pozici zkrutu páteře se nejprve dívejte do své minulosti. Jestliže tam spatříte cokoli o čem víte, cítíte, že to nebylo správné, rozhodněte se to v příštím okamžiku napravit. Pak se otočte a podívejte se do budoucnosti: čím byste chtěli být? A tichý hlas vám říká: neváhej! Udělals první dva kroky. Já ti pomohu udělat ty další. Povedu tě, neboj se. Jsem světlo. Čekalo jsem tě celé ty roky. Jen pojd... takže tedy lze cvičit pozice zároveň s duchovním vědomím. Sai Yógu ale můžeme cvičit jen ti, kdo cviky samotné už zvládli - každý podle svých schopností. Klíčem jógy je dech, a cílem sjednotit mysl a tělo, jestli se napnete o centimetr víc nebo mén, to už není rozhodující. A dál, jóga by se vždy měla učit s láskou. Lze hovořit neustále se svým tělem, povzbuzovat jej. Ásány jsou a měly by být schody do duchovního království. Jsou-li čistě fyzické, pak to není jógy, ale gymnastika.

Nemůžete změnit svět jógou, pokud vás svět nezačne akceptovat. Ale meditací můžete mnohé věci změnit. Meditace vám pomůže vidět sama sebe, cítit své srdce. Meditace vám pomůže zbavit se spousty problémů."

Rád bych vám pověděl o jednom jevu, ve kterém je možná ukryta naděje celé naší budoucnosti, příběh sté opice.

STÁ OPICE

Japonskou opici /*Macaca fuscata*/ pozorovali vědci již přes 30 let. V roce 1952, na ostrově Košima, začali lidé krmit opice sladkými bramborami, které pohazovali do písku. Opicím to zjevně chutnalo, ale potíže jim dělala hlína a písek. 18-ti měsíční samice Imo zjistila, že se brambory dají snadno omýt v blízkém potůčku. Naučila tomuto triku svou matku a své kamarádky. Ty naučily pmývat brambory i své matky. Novinka se postupně rozšířila po celém ostrově. Během let 1952 až 1958 se všechny mladé opice naučily omývat si brambory v potoce. Ze starších členů tlupy se tomu naučily jen rodiče, kteří imitovali své mladé. Ostatní "dospělí" žrali dál brambory neomyté.

Na podzim roku 1958 se začalo dít něco podivného. Jistý počet opic na ostrově Košima omýval sladké brambory. Předpokládejme, že jich bylo 99. Dále předpokládejme, že jednoho rána se naučila omývat brambory stá opice. A pak se TO STALO.

Toho večera uměly všechny opice na celém ostrově omývat brambory. Ona stá opice nějak dodala zbylou energii a vytvořila "ideologický" zlom. A dále: vědci zjistili, že dovednost omývání brambor se spontánně přenesla i na jiné ostrovy - celé kolonie opic na ostrově Takasakijama začaly omývat své brambory!

Čili, nabude-li počet jedinců ovládajících určitou činnost kritického čísla, toto nové "vědomí" je přenášeno z mysli do mysli. Přesné číslo je možné poněkud odlišné, ale fenomén 100. opice znamená, že když je nová idea známa pouze omezeného počtu jedinců, zůstává jen mezi nimi. Ale když nabude této znalosti jediný jedinec navíc, jaksi "vytlačí" na nové vědomí, toto zasáhne téměř každého!

Experimenty dr. J. B. Rhinea z University v Duke opakovaně prokázaly, že individua mohou komunikovat mezi sebou ačkoli jsou umístěna na různá místa. Víme, že síla takovýchto extrasmyslových komunikací může být zesílena značnou měrou v případě 100. opice.

Vaše vědomí, v boji proti nukleární válce nebo za rozvinutí potenciálů člověka, může být právě onou 100. opicí. I vy můžete dodat chybějící částičku do všeobecně sdíleného povědomí naléhavého řešení rychle se blížící katastrofy.

Zlých znamení o blížícím se konci přibývá a je jich už tolik, že nedělat nic proti atomovému šilenství znamená volit smrt. Co můžete vy a já udělat? V okamžiku zoufalství a beznaděje si vzpomeňte na 100. opici. Právě vy můžete být onou 100. opicí! Vaše rozhodné vědomí může dodat chybějící energii nutnou ke změně a záchraně celé Země.

Skupina vedců dokázala vyrobit atomovou bombu za čtyři roky. Co by se stalo, kdyby se podobné skupiny soustředily na vyřešení problémů odzbrojení, na domatku vody, potravin atd.?

Naše mysli věnují značnou energii vytváření tří forem "odcizení", produkujících ideje a akce, jejichž výsledkem je ohrožení života na celé Zemi.

- 1./ Vaše mysl je rozdělena a bojuje sama se sebou. Jste sebevědomý, sebekritický ... v příliš mnoha směrech jste ztratili schopnost ocenit sami sebe.
- 2./ Vaše mysl bojuje proti vašemu tělu. Myšlení postavilo spoustu překážek volnému proudu pocitů. Mentální aktivita neustále potlačuje tělo.

Omezujete jeho činnost a příliš mnoho energie věnujete na aktivity, které stejně ono kýžené "štěstí, prestiž, pýchu" nepřinášejí.

3./ Stejně jako bojuje vaše mysl sama proti sobě a proti tělu, odcizujete se čtyřem miliardám svých příbuzných, kteří s vámi tuto planetu právě teď sdílejí.

V příliš mnoha situacích automaticky dělíme svět na "lidi" a sebe. Tohle "džunglové" jednání je naší rase velmi nebezpečné. Pro zvířata v džungli je nezbytné přežít a neustálý pocit nebezpečí z "jejich" strany je pro přežití nutný. Jenže my nežijeme v džungli. Můžeme žít efektivněji. Za pomoci vzájemného porozumění, lásky a tolerance můžeme přežít.

Mám dojem, že mé ego operuje pomocí falešného programu, ve smyslu toho, že pokud vás miluji, pak musím milovat vše, co uděláte nebo řeknete. Identifikuji si vás s vašimi myšlenkami a činy. Zapomínám, že vaše myšlenky a činy jen odrážejí vaše životní zkušenosti a výchovu. Moje mysl se pak snadno obrací proti tomu co říkáte a děláte, a nevidí, že vy to děláte v dobrém úmyslu ... zrovna jako já. Dokonce i když na mne svrhnete bombu, je to jen potvrzování argumentů - a vytváření míru! Úmysly jsou dobré, zrovna jaké ty moje. Chce to jen efektivněji si uvědomit existenci oněch "pozitivních" záměrů.

Gramofon přece nemůže za to, že deska je poškrábaná. Stačí jen prostě vyměnit elpíčko. Nelze přece odmítat člověka, protože se nám nelíbí jeho "na-programování".

Vaše myšlenky a akce jsou jen souhrnem mentálních zvyklostí tak, jak se vyvíjely v průběhu vašeho života. Každý z nás dělá věci, které by si přál nedělat. Vždy ale doufám, že mne nebudete ztotožňovat s věcmi, které jsem dělal co by nepovedné reakce na životní situace. Myslí lze vytrénovat tak, aby v ní převládala tolerance, soucit, a aby harmonie toho, co chceme, pomohla nám i jiným. Naše ego je vždy ochotno brát velmi vážně ne to, co je opravdu důležité, ale životní styl, barvu kůže, sociální postavení, vzdělání, názory atd. Když se naučíme tyhle vnější znaky člověka přehlédnout, začneme budovat zkušenost, že "Ty jsi stejný jako já". Že jsme vzájemně propojeni. Nežijeme izolováni. Jsme ovlivněni nedostatkem harmonie na tomto světě zrovna tak jako je zdravý člověk nakažen pobyttem mezi samými nemocnými. Ale tohle přece funguje i na druhou stranu, a my si začínáme uvědomovat, že náš stav mysli může ovlivnit jiné, a že naše štěstí pomůže kladně ovlivnit další lidi.

Musíme si uvědomit, že nic není důležitějšího než přejít nukleární hrozbou. Národy světa se chovají jako děti hádající se o hračky. Děti zapomínají, že štěstí nepramení z pocitu majetnictví, ale z možnosti hrát si. Neničíme si budoucnost pro to, co se stalo v minulosti. Nepokoušejme se zachránit svět tím, že přidáme kus své nenávisti a svých problémů. Už si nemůžeme dovolit žít odloučení jeden od druhého. Bereme své nespokojenosti příliš vážně. Naše ego nám namlouvá, že problém lidské oddělenosti a odcizení leží mimo nás, někde ve světě! Neumíme ještě efektivně pracovat se svými emocemi a myslí; ale víme přece jak na to. Konfliktní energie současného světa je velká a snad je třeba milionté opice, aby byla překonána. Ale ať je už kritické číslo jakékoli, třeba právě vy můžete zachránit civilizaci. Nečekejte. Začněte.

Ken Kyes jr.
/Visions Books, Kentucky/

