



Výklad klinických  
obrazů nemoci

# Nemoc jako cesta

Thorwald Dethlefsen  
Rüdiger Dahlke

**Slavné psychosomatické dílo  
které zcela mění pohled na  
nemoc a zdravotní potíže.  
V úvodních kapitolách  
pochopíte principy  
a zákonitosti, na kterých stojí  
teorie autorů, a v dalších  
částech se postupně seznámíte  
s její aplikací na konkrétní  
části lidského organizmu. Ze  
všeho pak vyplývá nový přístup  
ke snaze obnovit své zdraví.**



# Nemoc JAKO CESTA

Výklad klinických obrazů nemoci

Thorwald Dethlefsen, Rüdiger Dahlke

**NEMOC JAKO CESTA**

Výklad klinických obrazů nemoci

1983

Překlad: Eduard Světlík

Vydání 2

Bratislava, 2000

Thorwald Dethlefsen

Rüdiger Dahlke

# Obsah

Předmluva.....	7
----------------	---

## I. DÍL

### TEORETICKÉ PŘEDPOKLADY POCHOPENÍ

#### NEMOCI A JEJÍHO LÉČENÍ.....9

1. Nemoc a příznaky.....	11
2. Polarita a jednota.....	23
3. Stín.....	47
4. Dobré a zlé.....	57
5. Člověk je nemocen.....	69
6. Hledání příčin.....	75
7. Metoda zkoumání.....	87

## II. díl

### KLINICKÉ OBRAZY NEMOCI

#### A JE JICH VÝZNAM.....109

1. Infekce.....	111
2. Obranný systém.....	125
Alergie.....	126
3. Dýchání.....	131
Průduškové astma.....	134
Nachlazení a chřipkové stavy.....	139
4. Trávení.....	143
Zuby.....	145
Polykání.....	147
Nevolnost a zvracení.....	148
Žaludek.....	149
Tenké a tlusté střevo.....	152

5. Smyslové orgány.....	165
Oči.....	168
Uši.....	171
6. Bolesti hlavy.....	175
Migréna.....	177
7. Kůže.....	183
Kožní vyrážky.....	186
Svrbění.....	189
8. Ledviny.....	193
Ledvinové kameny.....	199
Ssvraštělá ledvina - umělá ledvina.....	200
Močový měchýř.....	201
9. Sexualita a těhotenství.....	205
Menstruační poruchy.....	207
Zdánlivé těhotenství.....	210
Těhotenské problémy.....	210
Těhotenská gestóza.....	211
Porod a kojení.....	212
8. Sterilita.....	213
Menopauza a klimakterium.....	214
Frigidita.....	214
10. Srdce a krevní oběh.....	219
Nízký krevní tlak - vysoký krevní tlak.....	219
Srdce.....	222
Slabost vazivových tkání - křečové žíly - Trombóza.....	225
11. Pohybový aparát a nervy.....	229
Postoj.....	229
Meziobratlové ploténky a ischias.....	231
Klouby.....	233
Revmatické nemoci.....	235

Motorické poruchy: stočená hlava, písařská křeč.....	238
Okusování nehtů.....	239
Koktání.....	240
12. Nehody.....	243
Dopravní nehody.....	246
Domácí a pracovní nehody.....	249
Zlomeniny.....	250
13. Psychické příznaky.....	253
Deprese.....	255
Nespavost.....	257
Náruživost.....	261
Žravost.....	263
Alkohol.....	263
Cigarety.....	263
Drogy.....	264
14. Rakovina (malignom).....	267
15. AIDS.....	277
16. Co dělat?.....	285
Heslovitý seznam psychických paralel k jednotlivým orgánům a částem těla.....	297
Použitá literatura k druhému českému vydání.....	299

## Předmluva

Tato kniha je nepohodlná, protože bere člověku nemoc jako alibi za jeho nevyřešené problémy. Chceme ukázat, že nemocný není jen nevinnou obětí nějakých nedokonalostí přírody, nýbrž i pachatelem. Nemáme přitom na mysli škodlivé látky životního prostředí, civilizaci, nezdravý život a podobné „viníky“, ale jde nám o to, aby se do popředí dostaly metafyzické aspekty chorobného stavu. Z tohoto hlediska se jeví příznaky jako tělesné formy vyjádření psychických konfliktů a díky své symbolice jsou schopny odhalit aktuální pacientův problém.

V prvním díle představíme teoretické předpoklady a filozofii nemoci.

Doporučujeme, abyste tento první díl přečetli pečlivě a přesně, případně vícekrát, a teprve potom přikročili k dílu druhému. Tuto knihu můžete také chápat jako pokračování či výklad mé poslední práce „*Osud jako šance*“ (*Schicksal als Chance*)\*, ačkoli jsme se snažili, aby nové dílo působilo zcela samostatně. Myslíme si, že četba zmíněné práce může být jak dobrým úvodem, tak doplňkem - zvláště pokud by teoretická část působila potíže.

V druhém díle jsou uvedeny nejčastější příznaky nemocí v jejich symbolickém vyjádření a vyloženy jako výrazové formy psychických problémů. Rejstřík jednotlivých symptomů umožňuje čtenáři najít v případě potřeby konkrétní příznak. Přesto náš prvotní záměr spočívá v tom, aby-

chom výkladem symptomů ukázali čtenáři nové hledisko, které mu umožní samostatně vyložit každý příznak a rozpoznat jeho význam.

Současně jsme si zvolili téma nemoci jako východisko pro četná světonázorová a ezoterická témata, jejichž platnost překračuje rámeček nemoci. Tato kniha není těžká, ale není také natolik jednoduchá ani banální, jak by se mohlo zdát těm, kteří náš záměr nepochopili. Tato kniha také není „vědecká“, protože jí chybí *opatrnost* „vědeckého podání“. Napsali jsme ji pro ty, kteří nechtějí sedět stranou a krátit si čas nezávazným žonglováním s floskulami, ale jsou připraveni vydat se na cestu. Lidé, kteří touží po osvícení, nemají čas na vědu - potřebují *vědění*. Tato kniha jistě vyvolá silný odpor, přesto doufáme, že se dostane k lidem (nemnohým, či mnohým), kteří ji budou chtít použít jako pomůcku na své cestě. Jen pro takové byla napsána.

Mnichov, únor 1983  
autoři

# I. Díl

## Teoretické předpoklady pochopení nemoci a jejího léčení

# I. Nemoc a příznaky

*Lidský rozum  
nemůže skutečné učení pochopit.  
Pochybujete-li však  
a nerozumíte,  
můžete o tom se **mnou** '  
s radostí diskutovat.*

*Joka Daiši „Šodoka“*

Žijeme v době, kdy moderní lékařství prezentuje žasnoucímu laikovi stále nová svědectví o svých téměř zázračných možnostech a schopnostech. Zároveň však sílí hlasy vyslovující zásadní nedůvěru moderní medicíně a její zdánlivé všemocnosti. Roste počet těch, kteří více než metodám naší vysokovědecké školské medicíny důvěřují starým i moderním metodám přírodní léčby či účinkům homeopatie. Je mnoho důvodů pro kritiku: vedlejší účinky, změna příznaků, chybějící lidskost, exploze nákladů a četné jiné. Ale podstatně zajímavější než důvody kritiky je to, že se vůbec nějaká kritika objevila. Než totiž získá racionální a věcný charakter, vzniká mlhavý pocit, že cosi není v pořádku a nastoupená cesta nevede k žádoucímu cíli - ať už navzdory, či pro své důkladné uskutečňování. Stísněnost z medicíny pociťuje mnoho lidí, včetně řady mladých lékařů. Jednota se však rychle ztratí, jakmile se začnou ukazovat nové, alternativní cesty řešení. Jedni vidí spásu v socializaci lékařství, druzí chtějí chemické medikamenty nahrazovat pří-

rodnými a rostlinnými přípravky. Někteří hledají řešení všech problémů ve zkoumání zemského záření, jiní přísahají na homeopatii. Akupunkturisté a vyhledavači škodlivých ložisek požadují, aby se lékařský pohled přenesl z roviny morfologické na energetickou rovinu tělesného dění. Shrneme-li všechny mimoškolné snahy a metody, můžeme hovořit o jakési *holistické medicíně*, která je otevřená nejružnějším metodám, ale neztrácí ze zřetele především celého člověka jako tělesně-duševní jednotu. Ze školské medicíny se člověk jaksí vytratil, to je skoro každému jasné. Vysoká specializace a analýza jako základní koncepce bádání vedly k stále většímu a exaktnějšímu poznání detailů, ale ztratil se celek.

Pozorujeme-li vskutku osvěžující diskuzi a pohyb v medicíně, je nám brzy nápadné, jak moc se diskutuje o metodách a jejich fungování a jak málo se dosud mluvilo o teorii, případně o filozofii medicíny. Lékařství sice ve velké míře spočívá v konkrétním, praktickém jednání, ale za každým jednáním je skryta - vědomě či nevědomě - nějaká filozofie. Moderní lékařství neztroskotává na možnostech jednat, ztroskotává na obrazu světa, na němž - často mlčky a nereflektované - své jednání postavilo. Ztroskotává na své filozofii, přesněji řečeno na tom, že mu chybí. Lékařské jednání se dosud orientovalo na funkčnost a účinnost. Nodostatek všech obsahových hledisek vyvolává konečně kritiku a obyčejně, že je „nelidské“. Tato nelidskost se sice projevuje v mnoha konkrétních případech, ale problém se nedá řešit dalšími funkčními změnami situace. Mnohé symptomy naznačují, že medicína je nemocná. Ani tento pacient se však nedá léčit chozením od lékaře k lékaři. A přece většina kritiků školské medicíny a obhájců alternativních způsobů léčení přebírá s absolutní samozřejmostí obraz světa a cílové snažení od školské medicíny a vynakládá veškerou energii jen na změnu forem (metod).

V této knize se chceme vyrovnat s problémem nemoci a léčení novým způsobem. Přitom v žádném případě nepř-

bíráme navyklé, překonané a pro mnohé nedotknutelné základní hodnoty. Tento přístup činí ovšem naše předsevzetí těžkým a nebezpečným, neboť přitom nemůžeme brát ohledy ani na jiné oblasti kolektivně tabuizované. Je nám jasné, že to není právě ten příští krok, jímž se bude medicína ubírat. Přeskakujeme touto úvahou řadu kroků, které na medicínu čekají a jejichž hluboké pochopení teprve vytváří předpoklad k tomu, aby koncept zde předložený byl zcela pochopen. Nejde nám o kolektivní rozvoj medicíny, obracíme se na ty jednotlivce, jejichž osobní schopnost proniknout k podstatě kolektivní rozvoje (poněkud těžkopádný) předbílá.

Funkcionální procesy nejsou samy o sobě nikdy smysluplné. Smysl nějaké události vyplyne teprve z toho, jak ji vyložíme, jaký význam jí přisoudíme. Například stoupání sloupce rtuti ve skleněné trubičce nemá při pozorování bez kontextu absolutně žádný smysl. Teprve když tento děj vyložíme jako výraz tepelné změny, stane se významuplným. Jestliže lidé přestanou vykládat události našeho světa a svého vlastního osudu, ztratí jejich bytí význam a smysl. Abychom však mohli cokoliv vyložit, potřebujeme nějaké hledisko ležící mimo rovinu, v níž se vykládaná věc projevuje. Procesy tohoto materiálního a formálního světa budou patrné teprve tehdy, zasadíme-li je do nějakého metafyzického systému. Teprve když se viditelný svět forem stane „podobnostním“ (Goethe), začne mít pro člověka význam a smysl. Tak jako písmena a číslice jsou formálními nositeli nehmotné ideje, i všechno viditelné, všechno konkrétní a funkční je pouze výrazem nějaké ideje, a tím i prostředníkem neviditelného. Tyto dvě oblasti můžeme zkráceně nazvat *formou* a *obsahem*. Forma dává obsahu možnost vyjádřit se, a tím se formy stávají významuplnými. Záznamy, které nezprostředkují žádnou myšlenku a žádný význam, nemají smysl, jsou pro nás prázdné. Na tom nemůže nic změnit ani ta nejexaktnější analýza znaků. V umění je uvedena souvis-



lost jasná a každému pochopitelná. Hodnota malby nespočívá v kvalitě plátna a barev, hmotné součásti obrazu jsou pouze nositelem a zprostředkovatelem ideje, vnitřního obrazu umělce. Plátno a barvy umožňují zviditelnění jinak neviditelného, a jsou tak fyzickým výrazem metafyzického obsahu.

Tyto jednoduché příklady měly vytvořit most k porozumění metodě knihy, chtěly zřetelně ozřejmit téma nemoci a léčení. Tím jednoznačně a úmyslně opouštíme půdu „vědecké medicíny“. Nečiníme si žádný nárok na „vědeckost“, neboť naše východisko je docela jiné - z čehož vyplývá, že vědecká argumentace či kritika našeho způsobu uvažování musí vždycky mířit vedle. Opouštíme tedy vědomě vědecký rámec, protože se omezuje na funkcionální rovinu, a tím zabraňuje zprůhlednění významuplnosti a smysluplnosti. Takový přístup není samozřejmě vhodný pro zaryté racionalisty a materialisty, ale je vhodný pro ty, kdož jsou připraveni sledovat stezky lidského vědomí, které nejsou vždy přímé a logické. Dobrým průvodcem na cestě lidskou duší jsou tvořivé myšlení, fantazie, schopnost asociace, ironie a citlivé ucho pro nuance řeči. Nikoli naposled vyžaduje naše cesta schopnost snášet paradoxy a ambivalentnost, neboť jednoznačnost si nevynutíme zrušením jednoho pólu.

V medicíně i v běžné řeči se mluví o nejrůznějších nemocech. Je to jazykové lajdáctví svědčící o rozšířeném nepochopení, jemuž pojem nemoc podléhá. Tento pojem by se měl užívat jen v jednotném čísle. Říkat *ty nemoci je* právě tak nesmyslné jako říkat *ta zdraví*. Nemoc a zdraví jsou singulární pojmy, protože se vztahují ke stavu člověka, a ne, jak je to běžné v dnešním jazyce, k orgánům nebo částem těla. Tělo nikdy není nemocné ani zdravé, pouze se v něm projevují informace vědomí. Tělo nedělá nic samo o sobě, o čemž se může každý přesvědčit při pozorování mrtvol. Tělo živého člověka děkuje za své funkce dvěma nemateriálními instancím, které většinou nazýváme *vedomím (duši)*

a *životem (duchem)*. Vědomí přitom představuje informaci, která se manifestuje v těle a transponuje do viditelnosti. Vědomí se má k tělu jako rozhlasový program k přijímači. Protože vědomí představuje nemateriální, samostatnou kvalitu, není samozřejmě ani produktem těla, ani není na jeho existenci závislé.

Co se odehrává v těle živé bytosti, je výrazem odpovídající informace, případně zhuštěním odpovídajícího obrazu (obraz se řecky řekne *eidolon* a může být rovněž chápán jako *idea*). Jestliže pulz a srdce mají určitý rytmus, tělesná teplota zachovává konstantní hodnotu, žlázy vylučují hormony nebo se tvoří antigeny, pak se všechny tyto funkce nedají vyložit jenom ze samotné hmoty, ale musí záviset na odpovídající informaci, jejímž východiskem je vědomí. Pokud nejrůznější tělesné funkce určitým způsobem spolupracují, vzniká příkladný stav, který pociťujeme jako harmonii, a říkáme mu proto zdraví. Vypadne-li některá funkce, naruší více či méně celkovou harmonii, mluvíme o nemoci.

Nemoc tedy znamená opuštění harmonie, případně zpochybnění do té doby vyváženého pořádku (později uvidíme, že z jiného pohledu je nemoc vlastně nastolením rovnováhy). Porušení harmonie probíhá ve vědomí, v rovině informace, v těle se jen ukazuje. Tělo je tak rovinou zobrazení či uskutečnění vědomí, a tím i všech procesů a změn, které ve vědomí probíhají. Tak jako je veškerý materiální svět jen jevištěm, na němž se ztvárňuje hra praobrazů a stává se podobnostvím, je analogicky i hmotné tělo scénou, na níž jsou vyjadřovány obrazy vědomí. Upadne-li člověk ve svém vědomí do nerovnováhy, ta se projeví a je prožita jako příznak. Je proto zavádějící tvrzení, že tělo je nemocné - nemocný může být jenom člověk. Ovšem tato nemocnost se projeví v těle jako příznak. (Při uvádění tragédie není tragické jeviště, tragická je hra!)

Je mnoho příznaků, ale všechny jsou výrazem jednoho a téhož dění, jemuž říkáme nemoc a jež se odehrává ve

vědomí člověka. Tak jako tělo nemůže žít bez vědomí, nemůže bez vědomí ani „onemocnět“. Na tomto místě je třeba zdůraznit, že nepřebíráme obvyklé dělení na somatické, psychosomatické, psychické a duševní choroby. Taková koncepce spíše znemožňuje než pomáhá nemoc pochopit.

Náš přístup má nejbliže k psychosomatickému modelu, ovšem s tím rozdílem, že rozšiřuje pohled na všechny příznaky a nepřipouští žádnou výjimku. Rozlišování „psychického“ a „somatického“ se v nejlepším případě vztahuje na rovinu, v níž se takový příznak manifestuje, nedá se však použít k lokalizaci nemoci. Starobylý pojem duševních nemocí je zcela falešný, neboť duch nemůže nikdy onemocnět. Jde tu výlučně o příznaky, které se manifestují v psychické rovině, tedy ve vědomí člověka.

Snažíme se tedy vytvořit jednotný obraz nemoci, při němž se rozlišování „somatického“ a „psychického“ vztahuje k dominantní výrazové rovině příznaků.

Pojmovým rozlišováním nemocí (rovina vědomí) a příznaku (tělesná rovina) se naše pozorování nutně dostává z obvyklé analýzy tělesných procesů do zatím neobvyklé metody pozorování psychické roviny. Jednáme tedy jako kritik, který se nesnaží špatný divadelní kus zlepšit změnou kulis, rekvizit a herců, ale pozoruje, a posuzuje samu hru.

Projevili-li se v těle člověka nějaký příznak, připoutá k sobě (více či méně) pozornost a často tím přeruší dosavadní kontinuitu životní cesty. Příznak je signálem, který přivolává pozornost, zájem a energii a zpochybňuje obvyklý průběh cesty. Příznak si vynucuje naši pozornost, ať se nám to líbí či nelíbí. Toto jakoby zvenku přicházející přerušování pocítujeme jako poruchu a máme zpravidla jen jeden cíl: aby to rušivé (porucha) opět zmizelo. Člověk netouží být rušen, a tak začíná boj proti příznaku. Boj nás ovšem zaměstnává a strhává, takže příznak dosáhne vždy toho, abychom se jím zabývali.

Již od dob Hippokratových se snaží školská medicína namluvit nemocnému, že příznak je víceméně náhodnou událostí, jejíž příčinu je třeba hledat ve funkčních procesech, a ty je třeba objasnit. Školská medicína se starostlivě brání příznak nějak vyložit, a tím jej spolu s nemocí zbavuje významu. Signál ztrácí svou jedinečnou funkci - a z příznaků se stávají signály bez významu.

Použijme k objasnění toto srovnání: na řídicí desce auta jsou různé kontrolní žárovky, které se rozsvítí jen tehdy, jestliže některá z důležitých funkcí přestane sloužit. Rozsvítí-li se nám během jízdy taková kontrolka, rozhodně nejsme potěšeni. Cítíme povinnost na tento signál reagovat a jízdu přerušit. Naše zneklidnění je pochopitelné, přesto by však bylo hloupé, kdybychom se hněvali na žárovku. Informuje nás konečně jenom o něčem, čeho bychom si tak rychle nevšimli, protože to leží mimo dosah našeho vidění. Bereme tedy rozsvícenou žárovku jako podnět k přivolání automechanika, po jehož zásahu už lampička svítit nebude a my budeme klidně pokračovat v cestě. Opravář, který by jednoduše žárovku vyšrouboval, by nás pochopitelně nespokojil. Lampička by sice nesvítla - ač i to jsme chtěli -, ale způsob, jak toho dosáhl, bychom považovali za povrchní. Nemá přece smysl bránit žárovce, aby svítla, jde o to, aby svítit nemusela. K tomu je ovšem třeba odvrátit zrak od žárovky a zjistit, co signalizuje, abychom se dověděli, co není v pořádku. Lampička nás pouze chtěla upozornit na poruchu a přivést k jejímu nalezení.

To, čím byla v příkladu kontrolní žárovka, je v našem tématu příznak. Všechno, co se v našem těle projevuje jako příznak, je viditelným výrazem neviditelných procesů. Jeho signální funkce nás nutí k tomu, abychom svoji dosavadní cestu přerušili a zkoumali příčiny, proč něco není v pořádku. I tentokrát by bylo hloupé zlobit se na příznak, a dokonce absurdní chtít jej vyřadit, znemožnit mu, aby se projevil.

Příznakům zabráníme nejlépe tím, že jim vůbec neumožníme vzniknout. Ani v tomto případě nesmíme ovšem ulpívat pohledem na příznaku, ale musíme se hlouběji podívat na to, co je za ním, na co nás upozorňuje.

Problém školské medicíny tkví v tom, že není schopna tento krok udělat - je příznaky příliš fascinovaná. Klade mezi příznak a nemoc rovnítko, nedokáže oddělit formu a obsah. S velkými náklady a technickým umem se věnuje orgánům a částem těla, nikoli však člověku, který je nemocen. Žene se za představou, že jednou budou všechny příznaky potlačeny, aniž by přezkoumala možnosti a smysl takové koncepce. Udivuje nás, jak málo je reálné, že z euforické honby za tímto cílem vystřízliví. Počet pacientů se s příchodem takzvané moderní vědecké medicíny nesnížil ani o zlomek procenta. Počet nemocných je od nepaměti stále stejně velký - jen příznaky se změnily. Rozčarování z této skutečnosti vede školskou medicínu k tomu, že se snaží tento fakt zamlžit statistikou týkající se jen některých skupin příznaků. Hrdě hovoří o vítězství nad infekčními chorobami, ale nezmíní se přitom o těch, které zatím přibývaly a získaly na významu.

Místo symptomů by se měla zkoumat „nemocnost sama o sobě“ a zjistilo by se, že z ní doposud nic neubylo a jistě ani v budoucnu neubude. Nemocnost koření v lidském bytí tak hluboko jako smrt a pár nevinných funkcionalistických triků ji ze světa neodstraní. Kdybychom nemoc a smrt pochopili v celé jejich velikosti a důstojnosti, viděli bychom, jak směšné je naše hybridní snažení zdolat je svými silami. Z této deziluze si pomůžeme jen tím, že budeme nemoc a smrt považovat za prostou funkční záležitost - a můžeme dále věřit ve svou velikost a všemocnost.

Shrňme to ještě jednou: nemoc je stav člověka poukávající na to, že jeho vědomí není v pořádku, není harmonické. Tato ztráta vnitřní rovnováhy se manifestuje v těle jako příznak. Ten je tedy jak signálem, tak nositelem informace.

Svým vystoupením přerušuje dosavadní tok našeho života a nutí nás, abychom mu věnovali pozornost. Signalizuje nám, že my jako lidé, jako duševní bytosti jsme nemocni, porušila se rovnováha našich duševních sil, informuje nás o tom, že nám něco chybí. „Co vám chybí?“ ptal se kdysi lékař nemocného, ale ten odpovídal stále tím, co měl: „Mám bolesti.“ Dnes se ptá lékař přímo: „Co máte?“ Obě tyto polární otázky „Co vám chybí?“ a „Co máte?“ jsou při bližším pohledu velmi poučné. Obě se shodují. Nemocnému vzdychky něco chybí, a to v jeho vědomí. Kdyby mu nic nechybělo, byl by zdravý, tj. celý a dokonalý. Pokud mu však ke zdraví něco chybí, je nezdravý, nemocný. Tato nemocnost se projevuje v těle jako něco, co máme, a tak to, co máme, je vlastně projevem toho, co nám chybí. Příznak je to, čeho se nám ve vědomí nedostává.

Pochopíme-li jednou rozdíl mezi nemocí a jejím příznakem, změní se zásadně náš základní postoj a zacházení s nemocí. Nebudeme nadále považovat příznak za svého velkého nepřítele, jehož poražení a zničení je naším nejvyšším cílem, ale najdeme v něm partnera, který nám může pomoci najít to chybějící, a tím překonat onemocnění. Z vnějšího projevu se stane jakýsi učitel, který nás má k tomu, abychom se starali o svůj rozvoj a uvědomění, a který také dokáže být pěkně přísný a tvrdý, když na tento hlavní zákon zapomeneme. Nemoc zná jen jeden cíl: nechat nás dosáhnout celistvosti.

Příznak nám dokáže říci, co nám na této cestě dosud chybí. To však předpokládá, že řeči symptomů porozumíme. Naučit se znovu jejich řeči - to je úkol této knihy. Říkáme znovu se naučit, protože tato řeč už dávno existuje. Není nutné ji vynalézat, stačí ji znovu objevit. Celá naše řeč je psychosomatická, to znamená, že si uvědomuje vztahy mezi tělem a psychikou. Naučíme-li se znovu vnímat dvojznačnost naší řeči, uslyšíme brzy i řeč příznaků a budeme jí rozumět. Příznaky nám toho řeknou více než ostatní lidé a bude

to důležitější. Jsou to nakonec ti nejintimnější partneři, partři jenom nám a jsou také jediní, kteří nás opravdu znají.

Tím ovšem vzniká potřeba poctivosti, která se nesnáší lehce. Náš nejlepší přítel by nám nikdy neřekl do tváře pravdu tak poctivě a nepřikrášleně, jak to vždy dělají příznaky. Žádný div, že jsme se jejich řeč tak rychle odnaučili - nepoctivému se žije příjemněji. Ovšem nezmizí jen proto, že je nechceme slyšet a porozumět jim. Nějakým způsobem nás pořád zaměstnávají. Rozhodneme-li se jim naslouchat a komunikovat s nimi, stanou se i nepodplatitelným učitelem při naší cestě k uzdravení. Tím, že říkají, co nám vlastně chybí, tím, že nás uvádějí do tématu, s nímž se musíme vědomě vyrovnat, nám dávají šanci, abychom je v uvědomovacím procesu překonali.

Je rozdíl, chceme-li s chorobou bojovat, nebo dosáhnout její transmutace. K vyléčení dochází výlučně na principu transmutace nemoci, nikoli potlačením symptomu. Uzdravení, jak už samo slovo napovídá, znamená, že se člověk stává zdravějším, tj. úplnějším a dokonalejším, že se přibližuje ke zdraví, k oné celistvosti vědomí, kterou můžeme nazvat osvícení. Uzdravení je dosahováno přičleněním chybějícího, a je tedy nemyslitelné bez rozšíření vědomí. Nemoc a léčení tvoří dvojici pojmů, které se vztahují jen k vědomí, a nemají se proto spojovat s tělem - tělo, jak už jsme řekli, nemůže být ani zdravé, ani nemocné. Mohou se v něm pouze odrážet odpovídající stavy vědomí.

Jen na tomto místě má smysl zabývat se eventuální kritikou školské medicíny, která mluví o léčení, aniž by věnovala pozornost oné jediné rovině, v níž je léčení možné. Nemáme v úmyslu kritizovat lékařské postupy, pokud s tím není spojen žádný léčebný požadavek. Lékařská věda se omezuje na čistě funkční opatření a ta jako taková nejsou ani dobrá, ani zlá, jsou to jen jisté materiální intervence. Na této úrovni je medicína v některých ohledech až překvapivě dobrá. Ztratit šmahem všechny její metody bychom mohli

snad jen sami za sebe, nikoli za ostatní. Problém je v tom, jak dalece jsme připraveni měnit svět pomocí funkčních opatření, zda si raději nepřiznáme, že je to jen iluze. Kdo tuto hru prohlédl, nemusí se na ní dále podílet, nemá však právo od ní odrazovat ostatní jen proto, že o ni sám nestojí. Vždyť už jen to, že se člověk s nějakou iluzí vypořádá, znamená pokrok.

Nejde nám tedy ani tak o to, co se dělá, jako o povědomí toho, co se dělá. Kdo pochopil naše stanovisko, ví, že naše kritika se netýká jen školské medicíny, ale i přírodního léčitelství, protože i to se pokouší dosáhnout účinku funkčními zásahy, zabránit nemoci, mluvit o zdravém životě. Jeho filozofie je stejná, jen metody jsou přírodnější a o něco méně jedovaté.

(Výjimku tvoří homeopatie, která nepatří do školské medicíny ani k přírodní léčbě.)

Lidská cesta je cestou od nezdraví ke zdraví, z nemoci k léčení a vyléčení. Nemoc není nějaká omyl se vyskytnuvší, a proto nemilá porucha na cestě, nemoc sama je cestou, po níž člověk putuje ke zdraví. Čím uvědoměleji tuto cestu sledujeme, tím lépe může splnit svůj účel. Naším úmyslem není proti chorobě bojovat, ale využít ji. Abychom to dokázali, musíme se na celou věc podívat trochu sířejí.

## 2. Polarita a jednota

*I pravil Ježíš:*

*Až ze dvou uděláte jedno a vnitřní bude jako vnější  
a vnější jako vnitřní a horní jako dolní  
a až z mužského a ženského uděláte jedině,  
aby mužské nebylo mužským a ženské ženským,  
až budete mít oko jako oko a ruku jako ruku a nohu  
jako nohu  
a obraz jako obraz,  
pak vejdete do království nebeského.*

*Tomášovo evangelium, log. 22*

Cítíme potřebu zabývat se i zde tématem, které bylo pojednáno už v práci *Osud jako šance* - problémem polarity. Rádi bychom se vyhnuli nudnému opakování, ovšem pochopení tohoto problému je neprominutelným předpokladem všech dalších myšlenkových pochodů. Ostatně zájem o polaritu můžeme klidně přehnat, neboť představuje ústřední problém našeho bytí.

Řekne-li člověk Já, odděluje se již od všeho, co pociťuje jako ne-Já, jako ty - a tímto krokem se stává zajatcem polarity. Jeho Já je vtaženo do světa protikladů, které se štěpí nejen na já a ty, ale i na uvnitř a venku, muže a ženu, dobré a zlé či správné a falešné. Jeho ego mu znemožňuje vnímat v nějaké podobě jednotu či celost, poznat ji nebo si ji jenom představit. Vědomí štěpí a rozkládá všechno do protikladných dvojic, které -jestliže nás provokují - prožíváme

jako konflikt. Nutí nás rozlišovat a pak učinit rozhodnutí. Náš rozum nedělá nic jiného, než že rozkládá skutečnost na stále menší kousky (analýza) a ty mezi sebou porovnává (rozlišovací schopnost). A tak jednomu řekne ano a tomu protikladnému současně ne, neboť „protiklady, jak známo, se vylučují“. A přece každým vylučujícím ne utvrzujeme naše ne-zdraví. K tomu, abychom byli zdraví, by nám nemělo nic chybět. Snad už je zřejmé, jak úzce souvisí téma *nemoc - vyléčení* s polaritou. Přesněji formulováno: nemoc je polarita, vyléčení je překonáním polarity.

Za polaritou, s níž se jako lidé setkáváme, je jednota, ono vše obklopující jedinečno, v němž spočívají ještě nerozlišené protiklady. Tuto oblast bytí můžeme nazvat vesmírem či všehomírem zahrnujícím prostě všechno, takže mimo tuto jednotu nemůže nic existovat. V jednotě neexistuje změna, proměna ani vývoj, jednota nepodléhá času ani prostoru. Vše-jednota je ve věčném klidu, je to čisté bytí, bez tvaru a pohybu. Musí nás napadnout, že všechny výpovědi o jednotě by měly být formulovány negativně, jde-li o něco, co je bez času, bez prostoru, bez změn, bez hranic.

Každá pozitivní výpověď pochází z našeho rozpolceného světa a je pro jednotu nepoužitelná. Ze zorného úhlu našeho vědomí jeví se nám proto jednota jako *nic*. Tato formulace je správná, vyvolává však často falešné asociace. Zejména lidé západní civilizace reagují většinou zklamaně, zjistí-li například, že kýžený stav vědomí v buddhistické filozofii - „*nirvána*“ - znamená tolik co *nic* (doslova vyhasnutí). Lidské ego by vždycky rádo mělo něco, co leží mimo ně, a nanejvýš nerado chápe, že musí pouze vyhasnout, aby bylo zajedno s veškerenstvím. V jednotě se všechno a *nic* spojují v jedno. *Nic* se zřiká jakékoli manifestace a ohraničení, a uniká tím polaritě. Prazákladem všeho bytí je *nic* (*ajin sofú* vyznavačů kabaly, *tao* u Číňanů, *neti-neli* u Indů). Je tím jediným, co skutečně existuje, bez začátku a konce, od věčnosti k věčnosti.

Na tuto jednotu můžeme poukazovat, ale neumíme si ji představit. Jednota je polaritou k polaritě, člověk může mít do jisté míry zkušenost s jejím prožitkem, pokud rozvíjí určité meditační techniky a cvičení a podaří se mu alespoň krátkodobě polaritu svého vědomí sjednotit. Jednota se vzpírá slovnímu popisu a myšlenkové analýze, neboť naše myšlení se bez polarity prostě neobejde. Poznání je nemožné bez polarity, bez dělení na subjekt a objekt, na poznávající a poznávané. V jednotě není žádné poznání, jen bytí. V jednotě přestává každá touha, všechno chtění a snažení, každé hnutí, protože není žádné *mimo*, po němž by člověk toužil. Starý paradox praví, že jen tam, kde nic není, lze nalézt největší hojnost.

Vraťme se nyní opět k tomu, co můžeme s jistotou poznat. Všichni máme vědomí, jemuž jde o to, aby se nám svět jevil polárně. Je důležité přiznat si, že ne svět, ale naše vědomí, jímž svět poznáváme, je polární. Všimněme si zákonů polarity na konkrétním příkladu - na dýchání. Vdech a výdech se střídají, a vytvářejí tak jistý rytmus. Rytmus však není nic jiného než stálé střídání dvou pólů. Rytmus je základním principem všeho života. Totéž má na mysli fyzika, když tvrdí, že všechny jevy lze redukovat na kmitání. Zničíme-li rytmus, zničíme život, neboť život je rytmus. Kdo se zdráhá vydechnout, nemůže se znovu nadechnout. Je jasné, že vdech je živ výdechem a bez svého opačného pólu není schopen existence. Odstraňme jeden pól, zmizí i druhý. Tak vzniká i elektřina z napětí mezi dvěma póly. Odstraňme jeden pól - a nebude žádná elektřina.

Na obrázku výše je známá kresba, na níž si každý může dobře ozřejmit princip polarit. Polaritou je tu popředí-pozadí, nebo konkrétně-abstraktně, tváře-váza. Tvar, který z obou možností vnímáme, závisí na tom, zda chápeme jako pozadí bílou či černou barvu. Cítíme-li jako pozadí černou, stane se bílá popředím a vidíme vázu. Dojem se obrátí, máme-li za pozadí bílou. Potom je v popředí černá a ukáží se dvě tváře z profilu. Při této optické hře můžeme pozorovat, co se v nás děje, střídáme-li oba vjemy. Oba prvky obrazu, váza i tváře, jsou v něm současně přítomny, nutí ale pozorovatele, aby se rozhodl ve smyslu buď-nebo. Buď vidíme vázu, nebo vidíme tváře. Oba aspekty obrazu můžeme vnímat postupně. Je však velmi těžké vnímat je současně a jako rovnocenné.

Tato hra je dobrým můstkem k pochopení polarit. Černý pól je závislý na bílém a naopak. Odstraníme-li jeden pól (a je jedno, zda černý, či bílý), zmizí celý obraz i s oběma aspekty. I zde žije černé z bílého, či popředí z pozadí

lak jako vdech z výdechu nebo kladný pól elektrického proudu z minusového. Vysoká vzájemná závislost dvou protikladů nám ukazuje, že za každou polaritou je zřejmá jednotu, kterou jenom nejsme schopni vnímat lidským vědomím. A tak jsme nuceni rozložit si každou existující jednotu do dvou pólů a ty pozorovat postupně.

V tomto momentu ostatně vzniká čas, onen podvodník, který za svou existenci vděčí pouze polaritě našeho vědomí. Polarit jsou ve své pravé podobě jen dvojím aspektem jedné a téže jednoty, vnímaným postupně. Záleží jen na nás, kterou z obou stran mince právě pozorujeme. Polarit se jeví jako vzájemně se vylučující protiklady jen povrchnímu pozorovateli. Při bližším pohledu se ukáže, že polarit tvoří společně jednotu a jsou na ní existenčně závislé. Věda dospěla k této základní zkušenosti teprve při bádání o světle.

Existovala dvě protikladná mínění o podstatě světelných paprsků: jedno formulovalo vlnovou teorii, druhé korpuskulární - a obě se zdánlivě vylučovaly. Sestává-li světlo z vln, nemůže být z částic, a naopak. Opět buď-anebo. Mezitím se přišlo na to, že tímto způsobem je otázka špatně položena. Světlo má právě tak vlnový jako korpuskulární charakter. Tuto větu bychom mohli dokonce otočit: světlo nejsou ani vlny, ani částice. Světlo je prostě ve své jednotě světlem a jako takové není polárním lidským vědomím uchopitelné. Podle toho, ze které strany se mu pozorovatel blíží, jeví se mu jednou jako vlnění, jindy jako částice.

Polaritu můžeme přirovnat ke dveřím, které mají z jedné strany nápis *vchod* a z druhé *východ*. Jsou to pořád jen dveře, ale vnímáme vždy jenom jeden aspekt jejich existence pode toho, z které strany se k nim přibližujeme. Z nouze rozkládáme každou jednotu do takových aspektů, abychom je mohli pozorovat postupně. Tak vzniká čas. Současnost bytí se mění v posloupnost teprve tehdy, pozorujeme-li je naším polárním vědomím. Za polaritou se skrývá

jednota, za časem věčnost. Pojem věčnost je třeba chápat v metafyzickém smyslu jako bezčasovost, nikoli jako nekonečící časové kontinuum, jak to nesprávně pochopila křesťanská teologie.

I při studiu starých jazyků zjistíme, jak naše vědomí a náš poznávací pud rozkládají původní jednotu v protiklady. Ve starých kulturách se lidem lépe dařilo vidět za polaritou jednotu, řada slov v starých jazycích polaritu obsahuje. Teprve v pozdějším vývoji se původně ambivalentní slova přibližila k jednomu z pólů, a to posunem, nebo prodloužením samohlásek. Již Sigmund Freud věnoval tomuto jevu pozornost ve své práci o protikladném smyslu prvotních slov *Gegensinn der Urworte*.

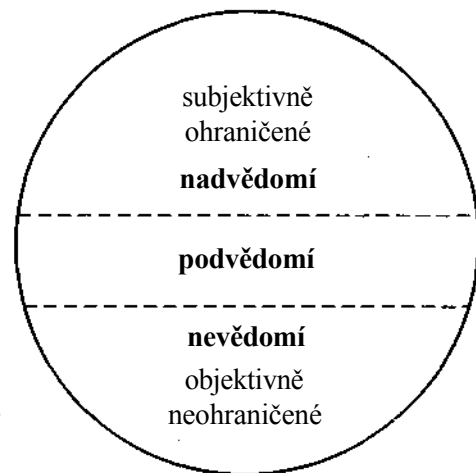
Snadno rozeznáme společný kořen, který spojuje například tato latinská slova: *clamare* = křičet a *dam* = tichý, nebo *siccus* = suchý a *sucus* = šťáva. Stejně *altrus* znamená vysoký i hluboký. V řečtině znamená *pharmakon* jed i lék. V němčině jsou příbuzná slova *stumm* (němý) a *Stimme* (hlas). A v angličtině vidíme celou polaritu ve slově *with-out*, který je složený z předložek „s” a „bez”, přičemž se význam přiklonil k té druhé. Nakonec ještě jeden významný příklad z němčiny: jazyková příbuznost slov *bos* - zlý a *bafi* - starohornoněmecky dobrý. Tento jazykový fenomén nám jasně ukazuje pospolitost, který je skryta za každou polaritou. Společný původ slov dobrý a zlý nás ještě důkladněji zaměstná, ale již teď lze vidět, jaké neuvěřitelné souvislosti téma polarity přináší.

Polaritu svého vědomí prožíváme subjektivně střídáním dvou stavů, které se od sebe výrazně liší: střídáním bdění a spánku. Oba tyto stavy odpovídají v našem nitru střídání dne a noci, tedy přírodní polaritě mimo nás. Hovoříme často o denním a nočním vědomí, nebo o denní a noční stránce duše. S polaritou těsně souvisí také rozdělení na *nadvědomí* a *nevědomí*. Denně prožíváme onu oblast vědomí, z níž se nám v noci vynořují sny, jako nevědomou. Slovo ne-vědo-

mí není ovšem příliš šťastné, neboť předložka ne popírá další část slova (jako je tomu například u slov ne-zdvonlý, nevinný), ačkoli fakta tomu odporují. Nevědomí není totéž jako bez-vědomí. Spánkem se dostáváme pouze do jiného stavu vědomí. O jeho nepřítomnosti nemůže být vůbec řeč. Ne-vědomí tedy neznamená nepřítomnost vědomí, nýbrž pouze značně jednostrannou klasifikaci denního vědomí, které zjišťuje, že existuje patrně ještě cosi, k čemu nemá žádný přístup. Proč se však tak samozřejmě identifikujeme s denním vědomím?

Od rozšíření hlubinné psychologie jsme si zvykli představovat si naše vědomí jako rozvrstvené do nadvědomí, podvědomí a nevědomí.

Dělení do nad- a pod- není sice dostatečně pádné, ale odpovídá našemu symbolickému chápání prostoru: nebe a světlo patří k hornímu pólu, země a tma k spodnímu. Zobrazení-li tento model vědomí graficky, bude vypadat asi takto:





Kruh symbolizuje všeobjímající vědomí, které je bez hranic a věčné. Kružnice tu není hranicí, ale jen symbolem pro onen neomezený rozsah. Člověk je ovšem omezen svým Já, z čehož vzniká jeho subjektivní, ohraničené nadvědomí. Tím ztrácí přístup ke zbylému, tj. kosmickému vědomí, a to se mu stává ne-vědomým (C. G. Jung nazývá tuto vrstvu jako *kolektivní nevědomí*). Dělicí čára mezi jeho Já a zbývajícím „mořem vědomí“ není ovšem absolutní. Mohli bychom ji chápat jako druh membrány, která je z obou stran propustná. Tato membrána odpovídá podvědomí. V něm jsou obsahy, které sem klesly z nadvědomí (zapomínání), ale i takové, které sem vystoupily z nevědomí, jako např. tušení, velké sny, intuice, vize.

Ztotožní-li se člověk příliš silně se svým nadvědomím, propustnost podvědomí silně poklesne, nevědomé obsahy jsou pociťovány jako cizí a vyvolávají strach. Stav osvětlení či kosmického vědomí však lze dosáhnout teprve tehdy, až se člověk zbaví hranic, až nadvědomí a nevědomí splynou. Tento krok ovšem znamená zničení Já, jehož samozřejmost spočívá v ohraničení. V křesťanské terminologii je popsán takto: Já (nadvědomí) a můj Otec (nevědomí) jedno jsou!

Lidské vědomí nachází svůj tělesný výraz v mozku, přičemž typicky lidská schopnost rozlišování a posuzování je situována do kůry mozku velkého. Žádný div, že polarita vědomí je také vyznačována v anatomii velkého mozku. Ten, jak známo, tvoří dvě polokoule, a ty spojuje pruh nervové tkáně (corpus callosum). V minulosti se lékaři snažili čelit některým symptomům, např. epilepsii nebo nesnesitelným bolestem, tím, že tento pruh chirurgicky přerušili, a tím i všechny nervové dráhy mezi oběma polokoulemi (commisurotomie).

Jakkoli razantně tento zásah působí, neprojevil se po takové operaci žádný výsledek, který by stál za řeč. Tímto způsobem se přišlo na to, že obě hemisféry představují pa-

tmě dva zcela samostatné mozky, jež mohou konat svou práci nezávisle na sobě. Pokud pak byli pacienti s oddělenými hemisférami podrobeni přesnějším testům, ukazovalo se stále zřetelněji, že se obě hemisféry ve své jedinečnosti a kompetentnosti zřetelně odlišují. Víme, že nervové dráhy se laterálně (stranově) křížují, proto je pravá polovina těla zásobována nervovými vlákny z levé poloviny mozku, a naopak levá polovina z pravé hemisféry. Zavážeme-li pacientovi s oddělenými hemisférami oči a dáme mu do levé ruky například vývrtku, nebude schopen tento předmět pojmenovat, tj. najít jméno k tomu, co zjišťuje hmatem, ale nezpůsobí mu žádnou potíž správně jej použít. Situace se obrátí, dáme-li mu předmět do pravé ruky: nyní najde správné jméno, ale nebude umět vývrtku odpovídajícím způsobem použít.

Stejně jako ruce jsou i uši a oči spojeny s protilehlými polovinami mozku. V jiném experimentu ukazovali pacienti s přerušeným spojením mozkových polokoulí různé geometrické obrazce, a to odděleně pravému a levému oku. V rámci této série byl promítnut do zorného pole levého oka záběr aktu, takže tento obraz mohla vnímat pouze pravá hemisféra. Pacientka zčervenala a chichotala se. Na otázku, co viděla, odpověděla ale: „Nic, jen nějaký záblesk,“ a dál se chichotala. Obraz vnímaný pravou polovinou mozku vyvolává tedy reakci, ale pacient jej nedokáže myšlenkově zpracovat a vyjádřit řečí. Vůně nabídnutá jen levé nosní dírci vyvolá rovněž odpovídající reakci, ale pacient vůni neurčí. Ukážeme-li mu složené slovo, např. automechanik lak, že levým okem vidí první část a pravým druhou, přečte pouze „mechanik“, protože pravá polovina mozku nedokáže slovo „auto“ řečově analyzovat.

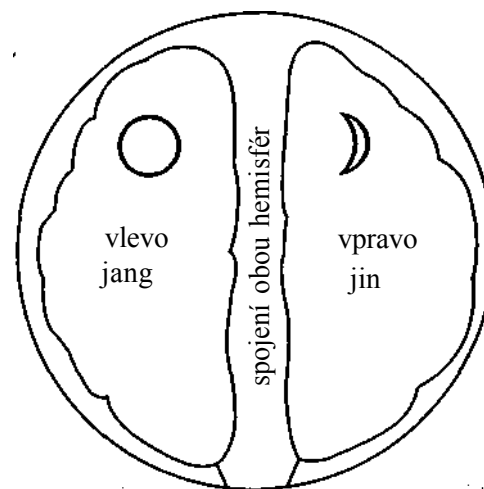
Tyto pokusy byly v minulosti důkladně vyvíjeny II vedly k poznatkům, které dnes můžeme shrnout. Obě poloviny mozku se výrazně liší svou funkcí, použitím a momentální kompetencí. Levou polovinu můžeme nazvat *ver-*

*bálnihemisférou*, neboť je směrodatná pro logiku a strukturu řeči, pro čtení a psaní. Analyticky a racionálně rozkládá, registruje všechny podněty, myslí digitálně. Je proto kompetentní i pro čísla a počítání. Nakonec tu sídlí i cit pro vnímání času.

Všechny polární, protilehlé schopnosti najdeme v pravé polovině mozku. Místo analýzy tu najdeme schopnost uceleně chápat složité souvislosti, vzory a struktury. Tato polovina umožňuje pochopení celku (tvaru) na základě malé části (*pars pro toto*). Pravé polovině mozku vděčíme zřejmě i za schopnost vytvořit a pochopit logické kvantity (nadřazené pojmy, abstrakce), které reálně neexistují. V pravé polovině najdeme jen archaické jazykové formy, které se neřídí syntaxí, pouze zvukovou podobou a asociacemi. Básně a řeči schizofreniků dobře odrážejí řečový projev pravé hemisféry. Je tu doma i analogické myšlení a zacházení se symboly. Pravá část mozku je směrodatná pro obrazovou a snovou oblast duše a podléhá časovému citění levé hemisféry.

Podle toho, jakou činnost člověk právě vykonává, dominuje jedna z obou hemisfér. Myšlení, psaní, čtení a počítání vyžadují nadvládu levé, zatímco poslech hudby, snění, imaginace a meditace té pravé. Vedle dominující poloviny mozku disponuje ovšem zdravý člověk i informacemi poloviny subdominantní, protože v pruhu nervové tkáně probíhá mezi oběma hemisférami čilá informační výměna. Specializace obou polokoulí se velmi přesně kryje s prastarým ezoterickým učením o polaritě. V taoizmu se oba prvotní principy nazývají jang (mužský princí) *ajin* (ženský princip) a tvoří dohromady jednotu *tao*. V hermetické tradici byla stejná polarita vyjádřena symboly Slunce (mužský princip) a Měsíce (ženský princip). Jang a Slunce jsou symbolem aktivního, pozitivního, mužského principu, který v psychologické sféře odpovídá dennímu vědomí. Jin a Měsíc zahrnují negativní, ženský, přijímající element a odpovídají našemu nevědomí.

Tyto klasické polaritty lze bez odporu aplikovat na výsledky zkoumání mozku. Levá hemisféra je mužská, aktivní, nadvědomá, odpovídá symbolům Slunce a jangu, a tím i denní podobě člověka. Levá polovina mozku také inervuje (tj. zásobuje nervovými vlákny) pravou stranu těla, aktivní, mužskou. Pravá hemisféra znamená jin, negativní, ženský přístup. Odpovídá měsíčnímu principu, a tím noční podobě člověka, nevědomí. A inervuje zase levou polovinu těla. Pro lepší přehlednost je možno uspořádat odpovídající pojmy do následující tabulky.



#### VLEVO

logika  
řeč (syntax, **gramatika**)

#### VPRAVO

vnímání tvarů  
vnímání celistvosti  
prostorový cit  
archaické řečové formy

## Verbální hemisféra:

čtení	hudba
psaní	čich
počítání	vzor
rozbor prostředí	uzavřený obraz světa
digitální myšlení	analogové myšlení
lineární myšlení	symbolika
časová závislost	bezčasovost
analýza	holistika
	logické kvantity
inteligence	intuice

## JANG

Slunce  
mužský princip  
den  
vědomé  
život

## VLEVO

aktivita  
elektrické  
kyselé  
pravá polovina těla  
pravá ruka

## JIN

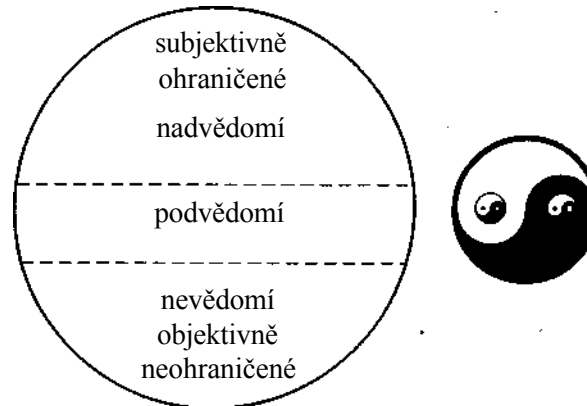
Měsíc  
ženský princip  
noc  
nevědomé  
smrt

## VPRAVO

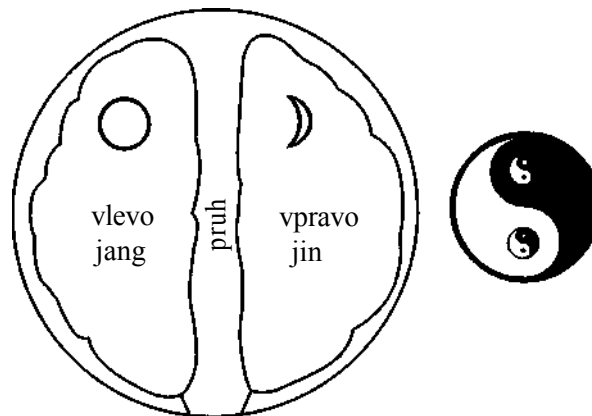
pasivita  
magnetické  
zásadité  
levá polovina těla  
levá ruka

Některé moderní směry v psychologii začínají obracet starou horizontální topografii vědomí (Freud) o 90 stupňů a nahrazovat pojmy nadvědomí a nevědomí levou a pravou hemisférou. Je to však jen formální postup, který na věci nic nemění. Jak horizontální, tak vertikální topografie jsou jen specifikací staré-

ho čínského symbolu pa-kwa\*), rozdělující kruh (celek, jednotu) do bílé a černé poloviny, z nichž každá obsahuje zárodek opačného pólu (bod opačné barvy). Jednota se tak v našem vědomí rozkládá do polarit, které se vzájemně doplňují.



## Horizontální topografie vědomí



## Vertikální topografie vědomí

\*) l'a-kwa (někdy též pa-kua) je symbolem duality v přírodě. Slovo původní znamenalo kruh rozdělený do osmi částí, který tvoří základ i-tingu. V Miiifitné ezoterice se používá hlavně k vyjádření bipolarity/m/ ajangti a na /Apndě bývá přirovnáván ke dvěma do sebe zakousnutým rybám - pozn. korckt.

Snadno nahlédneme, jak polovičatý by byl člověk, který by měl jen jednu z mozkových hemisfér. Stejně polovičatý je ve skutečnosti i dnešní vědecký obraz světa, protože je obrazem levé poloviny mozku. Vidíme jen to racionální, rozumové, analyticky konkrétní, jen vnější formy závislé na příčinnosti a čase. Takový racionalistický obraz světa představuje jen půl pravdy, neboť se na něm podílí jen polovina mozku. Všechny obsahy vědomí, které odmítáme jako iracionální, nerozumové, zakuklené, okultní a fantastické, jsou pak protichůdnou schopností člověka pozorovat svět.

Jak odlišně byla tato doplňující se hlediska hodnocena, ukazuje okolnost, že při zkoumání rozdílných schopností obou mozkových polokoulí byly velmi rychle rozpoznány a popsány výkony levé strany, zatímco smysl pravé poloviny zůstával dlouho hádankou, neboť se zdálo, že neprodukuje žádné rozumné výkony. Příroda si však zřejmě cení výkonnosti té pravé, nerozumné poloviny více, protože v situacích života nebezpečných automaticky přepíná z dominance levé poloviny na dominanci poloviny pravé. Nebezpečná situace se nedá analytickým postupem adekvátně zvládnout. Dominace pravé hemisféry však umožňuje ucelené pochopení situace a rozvážené, přiměřené jednání. Za toto přepnutí vděčí své existenci i dočasně známý jev promítnutí celého života, který nastává v blízkosti smrti. Člověk zrychleně prožije všechny životní situace, což odpovídá bezčasovosti pravé hemisféry.

Teorie mozkových hemisfér by měla vést vědu k tomu, aby pochopila, jak jednostranný a polovičatý je její dosavadní obraz světa, a dospěla k nutnosti a oprávněnosti pozorovat svět jiným způsobem. Tento krok však bohužel ztroskotává na neschopnosti vědy myslet analogicky (pravou polovinou).

Ozřejmíme si ještě jednou zákon polarity jako základní zákon světa. Jednota se v lidském vědomí polárně štěpí. Oba póly se navzájem doplňují (kompenzují) a ke své exis-

tenci potřebují svůj protějšek. Polarita není schopna pozorovat současně oba aspekty jednoty, a tak nás nutí k posloupnosti, čímž vznikají fenomény *rytmus*, *čas a prostor*. Chce-li polární vědomí popsat jednotu slovy, musí si vzít na pomoc paradoxy. Výhodou polarity je poznávací schopnost, jaká bez ní není možná. Cílem a touhou polaritního vědomí je překonat časově podmíněnou ne-celost a stát se opět celým, tj. neporušeným.

Každá cesta k zasvěcení a ke spáse je cestou z polaritní jednoty. Tento krok je však tak radikální a kvalitativní změnou, že je pro polaritní vědomí těžko představitelný či vůbec nepředstavitelný. Všechny metafyzické systémy, ezoterické školy a všechna náboženství učí jen a jedině léto cestě z duality do jednoty. Z toho nutně vyplývá, že žádnému z těchto učení nejde o „nápravu tohoto světa“, ale jen o jeho „opuštění“.

Odtud pramení všechny výtky kritiků a odpůrců těchto nauk. Poukazují na nespravedlnosti a bídu našeho světa a předhazují metafyzicky orientovaným učení, že se k těmto výzvám stavějí nevsímavě a nesociálně, protože mají zájem jedině o své vlastní, egoistické vykoupení. Únik ze světa a chybějící angažovanost, to jsou tedy hlavní výtky kritiky. Kritici si bohužel nikdy neudělají dost času na to, aby dříve, než na nějakou nauku zaútočí, ji nejprve důkladně poznali a pochopili. A tak smíchají svoje názory s několika špatně pochopenými pojmy některého učení a nazvou tento galimatyáš „kritikou“.

Nedorozumění však sahají daleko do minulosti. Sám Ježíš učil jedné z cest vedoucích z duality do jednoty - a neporozuměli mu docela ani jeho učedníci. Ježíš říkal polaritě *tento svět* a jednotě *království nebeské*, nebo *příbytek mého Otce*, či docela jednoduše *Otec*. Zdůrazňoval, že jeho království není z tohoto světa, a učil cestě k Otci. Ale všechny jeho výroky byly chápány konkrétně a materiálně, byly vztahovány na tento svět. Evangelium sv. Jana ukazuje

nedorozumění kapitolu po kapitole. Ježíš mluví o chrámu, který chce během tří dnů znovu vystavět, a miní tím svoje tělo, zatímco učedníci mají na mysli chrám v Jeruzalémě. Ježíš hovoří s Nikodémem o znovuzrození v Duchu, ale ten myslí na porod dítěte. Ježíš vypráví ženě u studny o živé vodě, ta se však domnívá, že mluví o pitné vodě. V příkladech bychom mohli libovolně dlouho pokračovat, neboť Ježíš a jeho učedníci měli zcela rozdílná stanoviska. Ježíš se snaží obrátit pohled člověka k významu a důležitosti jednoty, zatímco jeho posluchači úzkostlivě ustrašeně lpí na polaritním světě. Neznáme jedinou Ježíšovu výzvu, která by chtěla napravit svět a proměnit jej v ráj, snaží se však každou větou dodat lidem odvalu ke kroku, který vede ke spáse.

Taková cesta ovšem vždycky vyvolává strach, protože vede utrpením a hrůzami. Svět se dá přemoci jen tím, že si jej člověk naloží na bedra, utrpení tím, že je člověk přijme, protože svět je vždycky zároveň utrpením. Ezoterika nezádá útek ze světa, ale „překonání světa“. Je to jenom jiné slovo pro „překonání polarity“ a znamená vzdát se svého Já, svého ega, neboť jednoty dosáhne jen ten, kdo se svým Já ze jsoucna nevyděluje. Nepostrádá to jistou ironií, jestliže cesta, jejímž cílem je zničit ego a rozplynout se ve všem, je označována za „egoistickou cestu vykoupení“. Tato cesta není motivována nadějí na lepší život na „onom světě“ či „odměnou za utrpení na tomto světě“, ale přesvědčením, že konkrétní svět, v němž žijeme, dostane smysl jen tehdy, jestliže bude ve vztahu k něčemu, co leží mimo něj.

Příklad: navštěvujeme-li školu, která nemá žádný cíl a žádné zakončení, v níž se učí jen proto, aby se učilo, je učení nesmyslné. Škola a učení dostanou smysl teprve tehdy, až tu bude nějaký zřetel ležící mimo školu. Mít před očima určité povolání není přece „útekem“ ze školy“, nýbrž naopak: teprve tento cíl umožňuje aktivní a smysluplný vztah k učební látce. Pávě tak i tento život a tento svět dostanou

obsah jen tehdy, chceme-li je překonat. Ani smysl schodiště není v tom, abychom na něm zůstali stát, ale abychom je překonali tím, že po něm půjdeme.

Ztrátou metafyzického zřetele se stal dnešní život pro mnoho lidí nesmyslným, neboť jediný smysl, který nám zůstal, je pokrok. Ale pokrok nezná jiný cíl než ještě více pokroku, a tak se cesta nutně proměňuje v klopýtání.

Pro pochopení nemoci a uzdravení je důležité dobře porozumět tomu, co je míněno uzdravením. Zapomeneme-li, že to znamená přiblížit se ke zdraví ve smyslu celosti a jednoty, pokoušíme se najít řešení v rámci polarity - a takový pokus musí skončit neúspěchem. Přeneseme-li ještě jednou naše chápání jednoty, které lze dosáhnout pouze sloučením protikladů (coniunctio oppositorum), na mozkové hemisféry, bude zřejmé, že v této poloze koresponduje překonání polarity s ukončením střídavé dominance obou polovin. Také v této rovině se musí „bud'anebo“ změnit na „nejen-nýbrž i“ a „postupně“ se musí změnit na „současné“.

Tu se objevuje vlastní význam spojovacího článku mezi mozkovými polokoulemi (corpus callosum), který musí být tak „propustný“, aby se ze dvou mozků stal jeden. Současné disponování možnostmi obou hemisfér by bylo tělesným korclátem osvětlení. Jde o tentýž postup, který jsme vylíčili v horizontálním modelu vědomí: celistvosti dosáhneme teprve tehdy, až se sjednotí subjektivní nadvědomí s objektivním nevědomím.

Všeobecnou znalost východiska z polarity k jednotě nacházíme v nesčetných výrazových formách. Mluvili jsme už o čínské filozofii taoizmu se dvěma světovými silami jang Ī jin. Hermetici hovoří o spojení Slunce s Měsícem nebo o svatbě ohně a vody. Tajemství slučování protikladů vyjádřili v některých paradoxních větách, např.: „Stálé se musí stál pomíjejícím a pomíjející musí znehybnět.“ Prastarý symbol Hermovy hole (cadeuceus) vychází ze stejné zákonitosti: dva hadi představují dvě polární síly sjednocené v holi. Po-

dobný obraz najdeme v indické filozofii: dva polární proudy energie v lidském těle - *ida* (ženský) *apingala* (mužský) - hadovitě ovinuly střední kanál *sušumna*. Podaří-li se jogínovi přivést hadí sílu středním kanálem nahoru, prožije ve svém vědomí stav jednoty. Kabalista vyjadřuje tento vztah třemi kmeny *stromu života*, dialektik užívá označení *teze*, *antiteze* a *synteze*. Mezi systémy zde uvedenými není příčinná souvislost, ale všechny chtějí vyjádřit v různých konkrétních či symbolických polohách ústřední metafyzický zákon. Nám nejde o jeden určitý systém, ale o pohled na zákon polarity a jeho platnost ve všech rovinách světa forem.

Polarita vědomí nás neustále staví před dvě možnosti jednání a nutí nás rozhodovat se - pokud nechceme upadnout do apatie. Vždy jsou dvě možnosti, ale uskutečnit v daném čase můžeme jen jednu. Každým jednáním zůstává tedy opačná možnost nerealizovaná. Musíme zvolit a rozhodnout se, zda zůstaneme doma, nebo odejdeme - zda budeme pracovat, nebo lenořit - zda zplodíme děti, nebo tomu zabráníme - zda zažalujeme kohosi o peníze, nebo na to zapomeneme - jestli zastřelíme nepřítele, nebo ho necháme žít. Muka volby nás pronásledují na každém kroku. Rozhodnutí se nemůžeme vyhnout, protože každé „ne-jednání“ je už rozhodnutím proti jednání, „ne-rozhodování“ rozhodnutím proti rozhodování. Když tedy rozhodovat musíme, sazáíme se tak činit alespoň rozumně a správně. K tomu ovšem potřebujeme hodnotová měřítka. Máme-li je, jsou rozhodnutí jednoduchá: zplodíme děti, aby lidstvo nevymřelo - zastřelíme nepřítele, protože ohrožuje naše děti - budeme jíst více zeleniny, protože je zdravá, - a dáme hladovějícím něco k snědku, neboť je to etické. Takový systém by opravdu pěkně fungoval a ulehčoval rozhodnutí, stačilo by jen dělat to, co je dobré a správné. Hodnotový systém, podle něhož se rozhodujeme, je bohužel zpochybňován lidmi, kteří se ve stejných případech rozhodují opačně, a činí tak podle svého hodnotového systému. Nechtějí žád-

né děti, protože lidí je už příliš mnoho - někteří nebudou na nepřítele střílet, protože i nepřítel je člověk-jiní jedí maso, neboť je podle nich zdravé, - a hladovějící nechávají hladovět, protože to patří k jejich osudu. Jsme přesvědčeni, že hodnotová měřítka těch druhých jsou falešná, a zlobíme se, že se lidé nemohou shodnout na tom, co je dobré a správné. A tak nejenže bráníme svoje hodnoty, ale chceme o jejich správnosti přesvědčit co nejvíce lidí. Nakonec bychom o tom museli přesvědčit všechny lidi, abychom měli opravdu dobrý, správný a zdravý svět. Totéž si bohužel myslí všichni. A tak dále zuří válka správných názorů a všichni chtějí dělat jen to správné. Ale co je správné? A co zlé? Všichni to chtějí vědět, ale nemohou se shodnout. Komu věřit? Není to k zbláznění?

Jediným únikem z tohoto dilematu je nahlédnutí, že v rámci polarity neexistuje žádné absolutní či objektivní dobro ani zlo, žádné správné ani falešné rozhodnutí. Každé hodnocení je vždy subjektivní a potřebuje nějaký vztahový rámec - rovněž subjektivní. Každé hodnocení je závislé na stanovisku a úhlu pohledu pozorovatele a může být správné jen ve vztahu k němu. Svět se nedá rozdělit na to, co smí být - a proto je to správné a dobré -, a na to, co by být nemělo - a proto je třeba proti tomu bojovat, vymýtit to. Dualismus nesmiřitelných protikladů mezi správným-lalešným, dobrým-zlým, bohem a ďáblem nás z polarity nevyvede, jenom do ní ještě hlouběji zabředneme.

Řešení spočívá v zaujetí třetího stanoviska, z něhož se všechny alternativy, možnosti, polarity jeví stejně dobré a správné, případně stejně zlé a falešné, protože všechny jsou součástí jednoty a mají stejné právo na existenci, protože bez nich by jednota nebyla celá. Proto jsme při objasňování zákona polarity kladli takový důraz na to, že každý pól žije / existence druhého pólu a samostatně není životaschopný. Tak jako vdech žije z výdechu, dobré ze zlého, mír z války, /draví z nemoci. Přesto se lidé nedokáží ubránit tomu, aby

si jeden pól nepřivlastňovali a proti druhému nebojovali. Kdo však bojuje proti kterémukoli pólu vesmíru, bojuje proti všemu, neboť každá část obsahuje celek (*pars pro toto*). V tomto smyslu Ježíš říká: „Cokoli jsi udělal nejmenšímu z mých bratří, mně jsi udělal!“

Tato myšlenka je sama o sobě teoreticky jednoduchá, naráží však na hluboce zakořeněný odpor v člověku, neboť její převedení do praxe je velmi obtížné. Je-li cílem jednota zahrnující všechny protiklady bez rozlišení, nemůže být člověk nikdy úplně celý a zdravý, pokud ze svého vědomí něco vylučuje, před něčím se uzavírá. Každé: „To bych nikdy neudělal!“ je tím nejjistějším způsobem, jak zabránit dokonalosti a osvětlení. V tomto vesmíru neexistuje nic neoprávněného, je tu však mnohé, jehož oprávněnost nemůže jediněc ještě vidět. Všechno lidské úsilí slouží ve skutečnosti jedinému cíli: naučit se lépe chápat souvislosti, být věducnějším - nikoli však věci měnit. Skutečně není nic k měnění a napravování -jedině vlastní pohled.

Člověk už dlouho podléhá iluzi, že svou aktivitou, svým jednáním změní, přetvoří a zlepší svět. Tato víra je optickým klamem a vzniká projektováním jeho vlastních změn. Čteme-li například tutéž knihu vícekrát a v delších časových odstupech, vnímáme obsah pokaždé nově, jak to odpovídá současnému stupni našeho vývoje. Unikne-li nám fakt, že kniha se nemohla změnit, snadno uvěříme, že se vyvinul její obsah. Se stejnou pomýleností užíváme pojmy *evoluce* či *vývoj*. Věříme, že naše zásahy ovlivňují vývoj, a nevidíme, že ten je pouze dodatečným naplněním už existující předlohy. V evoluci nevzniká nic nového, jen se ozřejmuje to věčně jsoucí. Vraťme se k příkladu s knihou: obsah i děj jsou k dispozici současně, čtenář je však při čtení může vnímat jen postupně. Obsah se mu vynořuje krok zákrokem, ačkoli mohl v podobě vytištěné knihy existovat už po stáletí. Obsah knihy nevzniká jejím čtením, čtenář jenom doda-

tečně, postupně a nezávisle na čase v sobě integruje složky existující předlohy.

Svět se nemění, jenom lidé v sobě dostatečně a postupně skládají různé vrstvy a aspekty světa. Moudrost, dokonalost a uvědomění znamenají tolik, co možnost pozorovat a poznávat všechno jsoucí v jeho plnosti a platnosti. Možnost rozpoznat pořádek znamená pro pozorovatele být v pořádku. Iluze změny vzniká z polarity, která rozkládá současné do postupného a „nejen-nýbrž“ do „bud'-ancbo“. Východní filozofie nazývají proto svět polarity *iluze* či *mája* (klam) a žádají od každého, kdo touží po poznání a vysvobození, aby nejprve odhalil tento svět forem jako iluzi, a tak pochopil, že vlastně neexistuje. Kroky vedoucí k tomuto poznání (procitnutí) musí udělat v polaritním světě. Zabraňuje-li polarita jednotě dosáhnout současnosti dějů, jednota si pomůže časovou oklikou, při níž se póly a protipóly následně vyvažují. Tento jev nazýváme *principem komplementarity*. Tak jako si výdech vynucuje vdech, bdění spánek a spánek bdění, realizace každého pólu vede k manifestaci protipólu. Zákon komplementarity dbá na to, aby rovnováha pólů zůstala zachována nezávisle na tom, co lidé dělají či nedělají. Stará se o to, aby součet změn vedl k nezměnitelnosti. Myslíme si, že působením času dochází k četným změnám, a to nám brání vidět, že čas pouze produkuje opakování téhož vzoru. Čas může jenom proměnit formy, ale obsah zůstává stejný.

Pokud jsme se naučili neulpívat na měnících se formách, můžeme z průběhu dějin i vlastního života čas eliminovat a uvidět, že všechny události odvanuté časem se shlukují do jediného vzoru. Čas proměňuje bytí v procesy a události. Odstraníme-li jej, bude opět vidět to podstatné, co je za formami a co se v ně zhušťuje. (V tomto nesnadno pochopitelném vztahu spočívá princip *reinkarnační terapie*.)

Pro další úvahy je nezbytné pochopit hlubokou sounáležitost obou pólů i to, že není možné jeden zachovat a druhý sprovodit ze světa. Této nemožnosti však slouží většina lidských aktivit: chceme si uchovat zdraví i bojovat proti chorobám, bránit mír i ostatní války, žít a překonat smrt. Je s podivem, jak málo nás tisícileté bezúspěšné snahy přiměly pochybovat o účinnosti tohoto konceptu. Pokoušeli se přiblížit k jednomu pólu, úměrně k tomu roste nepozorovaně i druhý pól. Medicína je vhodným příkladem: ve stejné míře, s jakou se staráme o zdraví, přibývají choroby.

Chceme-li přistoupit k tomuto tématu z nového hlediska, musíme se naučit chápat v polaritě. Při každém pozorování je třeba vnímat současně druhý pól. Náš vnitřní pohled musí oscilovat, abychom se od jednostrannosti dostali k celistvému pohledu. Toto oscilační, polaritní hledisko není lehké vyjádřit slovy, nicméně v moudrých spisech existují od pradávna texty, které dokázaly tuto základní zákonitost účinně vyjádřit. Nepřekonatelný svou stručností a precizností je Lao-c' v knize *Tao-te-ťing*.

*Kdo říká pěkné,  
stvořil současně nepěkné.  
Kdo říká dobré,  
stvořil současně nedobré.  
Stále podmiňuje nestálé,  
složitě podmiňuje jednoduché,  
vysoké podmiňuje nízké,  
hlasité podmiňuje tiché,  
podmíněné podmiňuje nepodmíněné,  
nyní podmiňuje kdysi.*

*Tak probuzený  
působí bez práce,  
hovoří beze slov.  
Nese všechny věci v sobě  
uzavřené v jednotě.  
Vyrábí, ale nic nevlastní,  
završuje život  
bez nároku na úspěch.  
Protože nic nežadá,  
netrápí ho žádná ztráta.*



### 3. Stín

*Celý svět existuje v tobě a všechno, co je v tobě,  
existuje také ve světě.*

*Není žádná hranice mezi tebou a předmětem,  
který je docela blízko tebe,  
tak jako není žádná mezera mezi tebou  
a vzdálenými předměty.*

*Všechny věci, nejmenší i největší, nejnižší i nejvyšší,  
jsou v tobě přítomny rovnocenně.*

*Jediný atom obsahuje všechny složky Země.*

*Jediné hnutí ducha zahrnuje všechny zákony života.*

*V jediné kapce vody je ukryto  
tajemství nekonečného oceánu.*

*Jediná jevová forma tebe samého  
obsahuje všechny jevové formy života.*

*Chalil Džibrán*

Člověk řekne Já a rozumí tím množství nižších identifikací: „Jsem muž, Němec, otec rodiny, učitel. Jsem aktivní, dynamický, tolerantní, důkladný, mám rád zvířata, jsem odpůrce války, rád pijí LI čaj, rád vařím... atd." Takovým identifikacím předcházelo někdy v minulosti rozhodování mezi dvěma možnostmi, přičemž se člověk musel s jedním pólem ztotožnit a druhý vyloučit. „Jsem aktivní a pracovitý" vylučuje formulaci „jsem pasivní a líný". Z identifikace většinou rychle vyplýne i hodnocení: „Člověk by měl být aktivní a pracovitý. Není dobré, když je pasivní a líný." Bez

ohledu na to, jak toto mínění dodatečně podepřeme argumenty a teoriemi, zůstane hodnocení přesvědčivým jen subjektivně.

Z objektivního hlediska jde o jednu z možností, jak věci nahlížet, a to velmi oblíbenou. Co bychom si pomysleli o červené růži, kdyby prohlásila: „Je dobré a správné kvést červeně, ale falešné a nebezpečné kvést modře.“ Odmítnutí některé manifestace je vždy znamením chybějící identifikace (...proto také fialka kvést modře neodmítá!).

A tak každá identifikace, která vyžaduje rozhodnutí, nechává jeden pól za dveřmi. Ale to vše, čím nechceme být, co v sobě nechceme ztotožnit, tvoří náš stín. Odmítnutá polovina všech možností nezmizí, je pouze vyloučena z identifikace s naším Já, nebo s naším nadvědomím.

„Ne“ sice odstranilo jeden pól z našeho obzoru, ale nezrušilo jej. Odmítnutý pól žije dál ve stínu našeho vědomí. Tak jako malé děti věří tomu, že se stanou neviditelnými, zavřou-li oči, lidé věří tomu, že uniknou polovině skutečnosti, nebudou-li se na ni dívat. Tak umožní jednomu pólu (např. pracovitosti) dostat se do světla vědomí, zatímco jeho protipól (lenost) zůstane ve stínu, aby ho nebylo vidět. Nevidíme-li něco, myslíme si, že to nemáme, a jsme ochotni věřit, že jedno může existovat bez druhého.

Jako *stín* (tento termín zavedl C. G. Jung) označujeme tedy souhrn všech odmítnutých oblastí skutečnosti, které nevidíme či vidět nechceme, a proto si je neuvědomujeme. Stín je největším nebezpečím člověka, protože člověka provází, aniž by o něm věděl a znal ho. Stín se stará o to, aby se nakonec všechny lidské snahy a úmysly obrátily v opak. Všechny manifestace pocházející z našeho stínu projektujeme do jakéhosi anonymního světa zla, protože máme strach hledat pravý pramen všeho nezdravého v sobě. Všechno, co nemáme rádi a co nechceme, pramení z našeho stínu. Ten je sumou toho, co nechceme mít. Zdráháme-li se prožít jistou část skutečnosti a vyrovnat se s ní, nemůže to vést

k žádoucímu úspěchu. Odmítaná skutečnost nás pak nutí k tomu, abychom se jí zvláště intenzivně zabývali. Děje se tak většinou prostřednictvím projekce, protože jestliže jsme některý princip odmítli a potlačili, vyvolá v nás strach a nové odmítání, setkáme-li se s ním v tzv. vnějším světě.

Tyto souvislosti si plně uvědomíme, rozpomeneme-li se, že „principy“ chápeme jako archetypální stránky bytí, které se mohou manifestovat v obrovském množství konkrétních forem. Každá konkrétní manifestace je pak formálním reprezentantem obsahového principu. Například násobení. S tímto abstraktním principem se můžeme setkat ve formálně rozdílných manifestacích (3 x 3, 8 x 7, 15 x 125 atd.). Tyto vnějškově rozdílné výrazy jsou však společnými reprezentanty jednoho principu násobení. Dále by nám mělo být jasné, že vnější svět je vystavěn ze stejných archetypálních principů jako svět vnitřní. Zákon rezonance říká, že se můžeme dostat do kontaktu jen s tím, s kým rezonujeme. Tato úvaha, rozebraná podrobněji v díle *Osud jako šance*, míří k identitě vnějšího a vnitřního světa. V hermetické filozofii je shoda vnějšího a vnitřního světa (či kosmu a člověka) vyjádřena rovnicí: mikrokosmos = makrokosmos. (Z jiného úhlu se na tento problémový okruh podíváme v druhém díle této knihy, v kapitole o smyslových orgánech.)

Projekce tedy znamená, že polovině principů přisuzujeme vnější charakter, protože je nechceme akceptovat jako vnitřní. Už jsme řekli, že Já je zodpovědné za své vydělení ze souhrnu všeho bytí. Já vytváří konstelaci s Ty, které prožíváme jako něco vnějšího. Je-li však stín tvořen všemi principy, s nimiž se já nechtělo ztotožnit, musí být stín a vnějšek identické. Stín prožíváme vždycky jako vnějšek, kdybychom jej vnímali jako svou součást, nebyl by už stínem. Proti odmítnutým principům, přicházejícím zdánlivě zvenku, bojujeme nyní ve vnějším světě stejně vášnivě, jako jsme bojovali ve svém nitru. Pokračujeme ve snaze odstranit ze světa sféry, které jsme ocenili jako negativní. A protože to je ne-

možné - viz zákon polarity -, stává se z této snahy trvalé zaměstnání zaručující nám, že se touto částí skutečnosti budeme zvlášť intenzivně zabývat.

Platí tu ironická zákonitost, již nikdo neunikne: nejvíce se musíme starat o to, co nechceme. Přitom se přibližujeme odmítanému principu natolik, že jím nakonec sami žijeme! Vyplatí se pamatovat si poslední dvě věty. Odmítnutí některého principu s jistotou způsobí, že s ním budeme muset žít. Podle tohoto zákona se děti později chovají přesně tak, jak to nenáviděly u svých rodičů, odpůrci války se stávají militantními, z moralistů jsou zhýralci a apoštolové zdraví těžce onemocní.

K tomu, proti čemu bojujeme, nás boj jen připoutává. Zatvrzelé potírání určité oblasti zase poukazuje na to, že v ní nejspíš máme problémy. Člověk považuje za zajímavé a důležité ty sféry, které popírá a proti nimž bojuje, neboť právě ty chybějí v jeho vědomí a ubírají mu zdraví. Jen ty principy vnějšího světa ho mohou rušit, s nimiž se neztotožnil.

Na tomto místě je třeba říci, že ve skutečnosti neexistuje prostředí, které by nás formovalo, ovlivňovalo či ohrožovalo na zdraví. Prostředí se chová jako zrcadlo, v němž můžeme vidět jen sami sebe, ovšem včetně svého stínu, k němuž se ve svém nitru chováme jako slepí. Pozorujeme - li vlastní tělo, můžeme vidět jen malou část (nevidíme oči, tváře, záda atd.), proto potřebujeme, aby se náš obraz objevil v zrcadle. Stejným způsobem jsme slepí k části naší psychiky a můžeme poznat její neviditelný díl (stín) jen prostřednictvím jeho projekce v tzv. okolním prostředí či vnějším světě. Poznání vyžaduje polaritu.

Odraz prospěje ovšem jen tomu, kdo se v zrcadle pozná - jinak je pouhou iluzí. Kdo se dívá do zrcadla na modré oči, ale neví, že to jsou jeho vlastní oči, sklídí místo poznatku rozčarování. Kdo žije v tomto světě, ale nerozezná, že všechno, co vnímá a prožívá je on sám, vystavuje se klamu a iluzi. Dodejme, že klam působí neuvěřitelně věrohod-

ně (mnozí dokonce tvrdí, že je prokazatelně skutečný), nezapomínejme však, že i sen působí stejně věrohodně a reálně, pokud se v něm nacházíme. Musíme nejdříve procitnout, abychom jej jako sen rozpoznali. Totéž platí i pro veliký sen našeho bytí na Zemi. Musíme nejdříve procitnout, abychom jej jako sen rozpoznali. Totéž platí i pro veliký sen našeho bytí na Zemi. Musíme se nejdříve probudit, abychom prohlédli jeho iluzornost.

Náš stín v nás vzbuzuje strach. Žádný div, pozůstávali výlučně z oněch odštěpků skutečnosti, které jsme od sebe odstrčili co nejdále, s nimiž nechceme žít a vidět je. Stín je součtem toho, o čem jsme nejhloběji přesvědčeni, že to musíme odstranit ze světa, má-li hýl světl dobrý a zdravý. Pravý opak je však pravdou: stín obsahuje všechno to, co světu - našemu světu - chybí k uzdravení. Stín způsobuje naši nemoc, tj. činí nás nezdravými, chybí nám ke zdraví.

V mýtu o svatém grálu jde o stejný problém. Král Ani fortas je nemocen - zraněn šípem Klingsora, černého mága, v jiných podáních pohanského či dokonce neviditelného soupeře. Všechny postavy jsou jednoznačným symbolem Amfortova stínu - neviditelného soupeře. Zranil ho sice jeho stín, ale nemůže se uzdravit vlastními silami, protože nemá odvalu ptát se po pravé příčině svého zranění. Tento počín by byl totiž otázkou po přirozenosti zla. Protože se však tomuto konfliktu nechce vystavit, nechce se zavřít ani jeho rána. Čeká na spasitele, který bude mít odvalu položit vysvobozující otázku. Tím, kdo do té úlohy dorostl, je Parzifal\*). Prochází středem polarity mezi dobrem a zlem, a získává tak právo položit vysvobozující, uzdravující otázku: „Co ti chybí, strýčku?" Odpověď je stejná pro Amfortasc i všechny nemocné: „Tvůj stín!" Jen otázka po zlu, po temné hlubině v člověku, má v našem příběhu léčivý účinek. Par-

\*) Nedávno jsme v Eugenicce vydali monotematickou knižní analýzu (I lorst Oblscr: *Parzifal a hledání grálu*) na toto téma - pozn. red.

zifal se na své cestě odvážně vypořádal se svým stnem a sestoupil do temných hlubin duše - až proklel Boha. Právým léčitелеm a spasitelem se totiž stává ten, kdo se neděsí a neštítí projít temnotou. Všichni mýtičtí hrdinové museli přemoci příšery, draky a demony, aby dosáhli spásy a mohli ji rozdávat.

Stín znamená nemoc - střetnutí se stínem záchranu. To je klíčem k pochopení nemoci a uzdravení. Příznak je vždycky zákonitou částí stínu, která klesla do roviny zhmotnění. V příznaku se projevuje to, co nám chybí, prožijeme v něm to, co nechceme prožít ve svém vědomí. Symptom nás tělesnou oklikou činí opět celými. Jde o princip komplementarity, který hlídá jednotu, aby se neztratila. Zdráhá-li se člověk prožít nějaký princip ve svém vědomí, ten klesne do roviny těla a projeví se zde jako příznak. To nás nutí odmítnuté principy přece jen prožít a realizovat. A tak příznak člověka dovšuje, je to tělesná náhrada za to, co chybí duši.

Nyní porozumíme lépe hře s otázkou „Co vám chybí?“ a odpovědi „Mám tento příznak“. Příznak ve skutečnosti ukazuje, co pacientovi chybí, neboť je chybějícím principem, který se zhmotnil a zviditelnil v těle. Není divu, že své příznaky příliš nemilujeme. Nutí nás k realizaci oněch principů, které jsme nechtěli prožít. A tak pokračujeme v boji proti symptomům, aniž bychom využili nabídnutou šanci: použít jej k uzdravení. Právě v nich bychom mohli poznat sami sebe, nahlédnout do těch zákoutí duše, které nemůžeme jinak odkrýt, neboť leží ve stínu. Tělo je zrcadlem duše, ukazuje nám i to, co by duše bez konfrontace s tělem nemohla poznat. Co však pomůže nejlepší zrcadlo, jestliže to, co vidíme, si nepřiznáme a nevztáhneme na sebe? Tato kniha chce naučit pohledu, který potřebujeme, abychom v příznacích sami sebe poznali.

Stín činí člověka nepoctivým. Vždycky máme tendenci věřit, že jsme jen to, s čím se identifikujeme, nebo jen takový, jací se vidíme. Tomuto vlastnímu ocenění říkáme

nepoctivost a máme na mysli jen nepoctivost vůči sobě (nikoli všelijaké lži a podvody mezi lidmi). Všechny podvody a podfuky tohoto světa jsou totiž neškodné v porovnání s tím, co si sami sobě celý život nalháváme. Naproti tomu čestnost a poctivost patří k nejtvrdějším požadavkům, jaké na sebe můžeme klást. Proto je už dávno nejtěžší a nejdůležitější úlohou pro všechny, kdož hledají pravdu, sebepoznání. Značí to poznat sebe jako celou, všezahrnující bytost, nikoli pouhé Já, které svým ohraničením poznání celku znemožňuje. Pro toho, kdo usiluje o větší poctivost, se může stát nemoc velkolepým pomocníkem na jeho cestě. Nemoc znamená poctivost. V příznacích nemoci viditelně a důkladně prožíváme to, co jsme chtěli ze své psychiky vytlačit a ukrýt.

Většinu lidí působí těžkosti svobodně a otevřeně mluvit o jejich problémech (pokud je vůbec znají), ale o svých příznacích vykládají podrobně kdekomu. A přitom nemůže nikdo jiným způsobem podat o sobě exaktnější a přesnější informaci. Choroba dělá člověka poctivým a nemilosrdně odhaluje ukryvaná zákoutí duše. Tato (nechtěná) poctivost je také základem pro sympatii a náklonnost, kterou pocítujeme k nemocnému. Poctivost jej činí sympatickým, protože v nemoci se člověk projevuje takový, jaký je. Nemoc kompenzuje všechny jednostrannosti a vrací nás do středu krajnosti. Náhle zmizí řada mocenských požadavků a rozmarů zbytnělého ega, rázem se rozbije plno iluzí a je zpochybněn zaběhnutý způsob života. Poctivost má jistou vlastní krásu, z níž se v nemoci něco zviditelní.

Shrňme to: člověk jako mikrokosmos je věrným obrazem vesmíru a v jeho vědomí je latentně přítomen souhrn všech principů bytí. Cesta vedoucí polaritou od něho vyžaduje, aby latentně obsažené principy realizoval konkrétním jednáním, a tím si je postupně uvědomoval. Poznání vyžaduje polaritu a ta zase nutí člověka k stálému rozhodování. Každé rozhodnutí rozkládá polaritu na pól akceptovaný a pól odmítaný. Akceptovaná část se realizuje chováním a je vč-

domě integrována. Zavržený pól padá do stínu a vynucuje si naši pozornost tím, že se k nám zdánlivě zvenku vrací. Specifickou a častou formou tohoto všeobecně platného zákona je nemoc. Jí proniká do těla úlomek stínu a somatizuje se jako příznak. Příznak nás tělesnou oklikou nutí akceptovat princip, který jsme nechtěli dobrovolně prožít, a vrací nás do stavu rovnováhy. Příznak je somatickým zhuštěním toho, co nám chybí ve vědomí. Příznak nás vede k poctivosti, protože potlačené obsahy vědomí zviditelňuje.

## 4. Dobré a zlé

*Přebývající nádhera obklopuje všechny světy,  
všechna stvoření, dobré i zlé.*

*A je skutečnou jednotou.*

*Jak tedy může unést v sobě protiklady dohra a zla?*

*Není tu však žádný protiklad,*

*protože zlo je korunním sídlem dohra.*

*Baal Šem Tov*

Blížíme se nezadržitelně k tématu, které nejenže patří k nejdůležitějším otázkám lidského bytí, ale je také nejvíce náchylné k různým nedorozuměním. Je velmi nevhodné vybrat ze svého pojetí světa sem tam nějakou větu či odstavec a smíchat je s obsahem jiného pojetí. Právě úvahy o dobru a zlu vyvolávají v člověku, jak známo, zvlášť hluboké obavy, které snadno citově zamlží jeho rozvažování a schopnost poznání. Navzdory veškerému nebezpečí se odvážíme položit si otázku po přirozené podstatě zla, jíž se tak bránil Amfortas. Neboť stín, jehož působení jsme v procesu nemoci odkryli, vděčí za svou existenci lidskému rozlišování mezi dobrým a zlým, správným a falešným.

Stín obsahuje všechno to, co jsme rozpoznali jako zlé, proto i stín musí být zlý. Zdá se tedy, že je nejen oprávněné, ale dokonce eticky a morálně nezbytné stín pronásledovat a bojovat proti němu všude tam, kde se projeví. I v tomto případě jsme zdánlivou logiku u této úvahy tak fascinováni, že nám uniká, jak toto ušlechtilé snažení ztroskotává na tom,

že zlo prostě nejde vyhubit. Vyplatí se proto téma „dobrého a zlého“ ještě jednou probrat z trochu jiného hlediska.

Už naše úvahy o zákonu polarity vedly k závěru, že dobro a zlo jsou dvěma aspekty téže jednoty, a proto na sobě existenčně závislé. Dobro žije ze zla a zlo z dobra. Kdo úmyslně živí dobro, živí neúmyslně i zlo. Takové formulce mohou připadat leckomu hrozné, ale jejich pravdivost lze těžko teoreticky i prakticky popřít.

Postoj k dobru a ke zlu je v našich kultuře silně ovlivněn křesťanstvím a jeho teologií. A platí to i pro kruhy, které si myslí, že religiozité nepodléhají. Nechceme z biblických výjevů odvozovat nějakou teorii, jde jen o to, že jsou vhodné k dokonalému pochopení vážných mytologických problémů. Biblické obrazy prostě vytvářejí naše kulturní zázemí, a proto nás mohou dovést k vysvětlení nedorozumění vznikajícího z toho, že zatímco ostatní náboženství se v pojetí dobra a zla shodují, křesťanská teologie se odštěpila a podává jiný výklad.

Pro náš problém je rozhodující podání prvotního hříchu ve *Starém zákoně*. Vzpomínáme si, že v druhé kapitole knihy *Genesis* se vypráví o tom, jak byl do Edenu uveden první člověk - Adam a jak tu kromě všech možných projektů říše přírody rostly dva zvláštní stromy: strom života a strom poznání dobrého a zlého. Pro další pochopení si musíme uvědomit, že Adam není muž, ale dvojpohlavní bytost - androgyn. Je to celistvý člověk, který nepodléhá polaritě, protože se ještě nerozdělil v protikladný pár, ještě je zajedno se vším. Tento stav kosmického vědomí je nazván rájem. Člověk Adam tedy dosud žije v jednotě vědomí, ale téma polarity je už nastolena dvěma stromy.

Téma štěpení probleskuje Knihou zrodu od samého počátku, neboť nové vzniká vždy oddělováním a rozdvajováním. A tak už prvá zpráva o stvoření hovoří o polarizaci: světlo-tma, voda-země, Slunce-Měsíc. I o člověku se dovídáme, že byl stvořen jako „muž a žena“. V průběhu vyprávění

se pak téma polarity stále zhušťuje. A pak dochází k tomu, že si Adam přeje, aby se jedna z částí jeho bytosti oddělila a stala formálně samostatnou. Takový krok už nutně vyžaduje jistou ztrátu vědomí, což náš příběh opisuje odkazem, že Adam upadl do spánku. Bůh v něm odebírá celému a zdravému člověku Adamovi jedno žebro a dělá z něj cosi samostatného.

Slovo, které Luther přeložil jako „žebro“, zní v hebrejském originále *Iselah*, tj. strana. Je příbuzné se slovem *tselem* = stín. Celý, zdravý člověk je tedy rozložen do dvou formálně odlišitelných aspektů nazvaných muž a žena. Do jeho vědomí však toto rozštěpení ještě zcela nezasáhlo, oba si rozdíl ještě neuvědomují, neboť jsou dosud v jednotě ráje. Formální rozdělení je však předpokladem pro našeptávání hada slibujícího ženě, té přijímající složce člověka, že požití ovoce ze stromu poznání ji obdaří schopností rozlišovat dobré a zlé, tedy schopností poznání.

Had svůj slib dodrží. Lidé vnímají polaritu, rozlišují dobro a zlo, muže a ženu. Tímto krokem ztrácejí jednotu (kosmické vědomí) a získávají polaritu (poznávací schopnost). Musí ovšem opustit ráj, zahradu jednoty, a zřítit se do polárního světa materiálních forem.

Toto je historie prvotního pádu. Takto padá člověk z jednoty do polarity. Mytologie všech národů a dob znají ústřední téma lidského bytí a odívají je do různých šatů. Pád člověka spočívá v jeho odpadnutí od jednoty. Pád a odpadnutí mají tentýž slovní základ. (V němčině *Sünde* a *Sonderung*, tj. hřích a oddělení.) V řečtině je pravý význam slova hřích ještě zřetelnější. *Hamartéma* znamená hřích a příbuzné slovo *hamartanein* nezasáhnout cíl, minout bod, hřešit. Hřích tedy znamená neschopnost zasáhnout bod, protože bod žádný rozměr nemá. Polaritní vědomí nedokáže bod-jednotu zasáhnout - a to je ten hřích. Žít v hříchu je jen jiným označením pro formulaci žít v polaritě. Tím se i křesťanský pojem „dědičného hříchu“ stává srozumitelnějším.

Člověk je obdařen polaritním vědomím, je tedy hříšný. Polarita nás nutí projít cestou protikladů, až se všechno naučíme a všechno dosáhneme, abychom se opět „stali dokonalými, jako je dokonalý Otec na nebesích". Pouť polaritou ovšem přivolává vinu. „Dědičný hřích" jasně ukazuje, že hřích nemá nic společného s konkrétním lidským jednáním. Tento poznatek má vrcholný význam, neboť církev v průběhu času smysl dědičného hříchu překroutila a namluvila nám, že hřích znamená konat zlo a dá se odstranit dobrým a správným jednáním. Hřích ale není jedním pólem polarity, je to polarita sama. Není také odstranitelný, každé lidské jednání je hříšné.

Toto poselství nacházíme ještě nezfalšované v řecké tragédii. Jejím ústředním tématem je to, že člověk musí neustále volit mezi dvěma možnostmi, ale nezávisle na své volbě je vždycky vinen. Pro křesťanství se teologické nepochopení hříchu stalo osudným. Stálá snaha věřících nedopouštět se hříchu a vyhýbat se zlému vedla k potlačování oblastí kvalifikovaných jako zlé, a tím k vytvoření silného stínu.

Tento stín je zodpovědný za to, že se z křesťanství stalo jedno z nejméně snášenlivých náboženství, že rozpoutalo hony na čarodějnice, inkvizici a vyvražďování lidí. Neprožitý pól se vždycky prosadí a přemůže ušlechtilé duše právě tehdy, kdy s tím nepočítají.

Polarizace mezi dobrem a zlem jako protiklady vedla v křesťanství k vytvoření opozice Boha a ďábla jako reprezentantů dobrého a zlého, což není pro ostatní náboženství typické, z ďábla je činěn odpůrce Boha a Bůh je nepozorovaně vtahován do polarity - a tím ztrácí svou spásnou i léčivou sílu. Bůh je jednotou, která v sobě spojuje všechny protiklady bez rozlišení, tedy dobro i zlo. Naproti tomu ďábel jako právoplatný pán polarity je vyzbrojen symboly dělení a párovosti: rohy, kopyty, vidlemi, pentagramem s dvěma ostrými rohy nahoře apod. V této terminologii je

polaritní svět ďábelský, tj. hříšný. Neexistuje žádná možnost jej změnit, proto také všichni staří Mistři učí, že je třeba jej opustit.

Narážíme tu na hluboký rozdíl mezi náboženstvím a sociálním posláním. Právě náboženství nikdy nechtělo udělat z tohoto světa ráj, ale učilo, jak z něho vyjít do jednoty. Pravá filozofie ví, že v polárním světě nemůže žádný pól existovat sám o sobě, že každý člověk musí všechny radosti vyvážit stejnou mírou utrpení. V tomto smyslu je věda „ďábelská", protože se zasazuje o vytváření polarit a rozvoj mnohotvárnosti. Každé funkční využití lidských možností obsahuje něco „ďábelského", protože jednání váže energii a zabraňuje splynutí v jednotu. Toto je obsahem Ježíšova pokušení na poušti: ďábel od něho požaduje jen to, aby využil svých možností k uskutečnění neškodných či dokonce užitečných změn.

Budiž poznamenáno, že označením něčeho za ďábelské nic neproklínáme, chceme jen upozornit, že pojmy jako hřích, vina, ďábel se jednoduše vztahují k polaritě a že všechno, co se na ní podílí, může být takto označeno. Ať děláme, co děláme, vždy máme vinu a hřích. Je důležité, abychom se s touto vinou naučili žít. Jinak bychom nebyli k sobě pozitivní. Vykoupení z hříchu je dosažením jednoty, ale té nedosáhne ten, kdo se pokouší vyhnout skutečnosti. Proto je cesta ke spáse těžká. Je totiž obtížena vinou.

V evangeliích je často uváděno pochopení hříchu: farizejové zastávají církevní stanovisko, že můžeme spasit svou duši dodržováním přikázání a vyhýbáním se zlému. Ježíš jim odporuje slovy: „Kdo z vás je bez viny, ať hodí kamenem." V kázání na hoře překonává a relativizuje Mojžíšův zákon překroucený doslovným chápáním odkazu, že pouhá myšlenka má stejnou váhu jako její uskutečnění. Neměli bychom přehlédnout, že v tomto kázání nebyla zpřísněna přikázání, nýbrž odhalena iluze, že v polaritě je možné odstranit hřích. Čisté učení však bylo lidem nepříjemné



už před dvěma tisícovkami let, proto se snažili sprovodit je ze světa. Pravda vždycky rozzlobí, ať už pochází z kterýchkoli úst. Ničí všechny iluze, jimiž se je pokouší naše Já zachránit. Pravda je tvrdá a ostrá a nehodí se pro sentimentální snění a morální sebeobelhávání.

*Sandókai*\*), jeden ze základních textů zenu, říká:

*Světlo a tma  
stojí proti sobě.  
Jedno však závisí na druhém  
jako krok pravé nohy  
na kroku levé.*

V *Pravdivé knize o prameni příčin* můžeme číst *Varování před dobrými skutky*. Jang Cu říká: „Kdo činí dobro, nečiní tak pro slávu, přesto však slávy dojde. Sláva sama o sobě nepřináší zisk, přece však zisk přinese. Zisk nesouvisí se spory, přesto se na něj spory přilepí. Proto se vznešený chrání konat dobro.“

Víme velmi dobře, jak je to vyzývavé, jestliže otázku konání dobra a vyhýbání se zlu chápeme v její absolutní platnosti. Víme také, že přitom stoupá potlačovaný strach. Strach, který se nejlépe odstraňuje tím, že tvrdošijně lpíme na dosavadních normách. Přesto se vyplatí zdržet se ještě chvíli u tohoto tématu a podívat se na ně ze všech stran.

Nemáme v úmyslu odvozovat naše teze z určitého náboženství, ale již zmíněné nepochopení hříchu v křesťanském kulturním okruhu zapustilo hluboké kořeny a ovlivnilo naše hodnotová stanoviska více, než jsme ochotni připustit. Jiná náboženství neměla a nemají s tímto tématem takové problémy. V hinduistické božské trojici Bráhma-Višnu-Šiva připadá role ničitele Šivovi a ten představuje antagonistic-

\*) čin. Cchan-tchung-čchi je popěvek čehanového mistra S'thou Si-čchi-cna, v němž je opěvována veškerá dualita. Dosud se recituje v zenových kláštelech pozn. korckt.

kou sílu k Bráhmovi, Stvořiteli. Takové podání ulehčuje pochopení nutné hry sil. O Buddhovi se vypráví tato historka: Přišel k němu mladý muž s přáním stát se jeho žákem. Buddha se ho zeptal: „Už jsi někdy kradl?“ Mladík odpověděl: „Nikdy.“ Buddha odvětil: „Tedy jdi a krad', a až se to naučíš, můžeš za mnou opět přijít.“

V *Šindžinmei*, v jednom z nejstarších a nejdůležitějších textů zenového buddhismu, čteme ve 22. verši: „Zůsta-ne-li v nás i ta nejmenší představa o správném a falešném, zahyne náš duch ve zmatku.“ Pochybnost, která rozkládá polaritu do protikladů, je zlem, ale přesto nutnou oklikou k rozumovému úsudku. K poznání potřebujeme vždy dva póly, nesmíme však uvíznout v jejich prolíkladnosti, ale musíme využít napětí mezi nimi jako impuls a energii na cestě k jednotě. Člověk je hříšný, je vinný, ale právě tato vina ho vyznamenává, je zástavou jeho svobody.

Zdá se nám důležité, aby se člověk naučil svou vinu akceptovat a nedal se od ní utlačovat. Lidská vina má metafyzickou podstatu a není způsobena naším jednáním. Jejím viditelným výrazem je však nutnost rozhodovat se a jednat. Přiznání viny osvobozuje od strachu z ní.

Strach stísňuje a nejjistěji zabraňuje nutnému otevření a rozšíření vědomí. Hřích neodstraníme tím, že se budeme snažit konat dobro, takové počínání se musí zaplatit potlačením protipólu. Takový pokus skončí nezdarem.

Cesta k jednotě však vyžaduje víc než pouhý útek a pohled stranou. Žádá od nás, abychom objevovali polaritu stále vědoměji, aniž se lekne překonávání konfliktu lidského bytí, abychom byli schopni slučovat v sobě protiklady. Nevyhýbat se, nýbrž vykupovat se prožíváním - tak zní požadavek. K tomu je nutné stále znovu zpochybňovat naše strnulé hodnotové systémy, a pak poznáme, v čem spočívá tajemství zla - v tom, že skutečně neexistuje. Říkáme, že jednota stojí mimo polaritu, a nazýváme ji Bohem či Světlem.

Na počátku bylo světlo jako všeobjímající jednota. Mimo ně nebylo nic. Tma vznikla teprve krokem do polarity, a to jen proto, aby bylo světlo vnímatelné. Temnota je čistě umělým produktem polarity, nutná k tomu, aby světlo bylo viditelné v rovině polárního vědomí. Slouží světlu jako jakýsi světloňoš, o čemž svědčí např. název Lucifer. Kdyby zmizela polarita, zmizela by i temnota, neboť nemá žádnou vlastní existenci. Světlo existuje, tma ne. Proto často připomínaný souboj sil světla se silami tmy není žádným skutečným soubojem - výsledek je předem znám. Tma nemůže světlo přemoci. Světlo ale tmu obratem transformuje ve světlo, proto se tma světlu vyhýbá. Jinak by se ihned odhalila jako ne-existence. Tuto zákonitost můžeme v našem fyzikálním světě dobře sledovat, a to ze dvou stran. Předpokládejme, že máme prostor naplněný světlem a kolem něj panuje tma. Můžeme klidně otevřít dveře a okna a vpustit dovnitř tmu. Co se stane? V prostoru se nesetmí, nýbrž prosvětlí se tmavé okolí. Nyní postup obraťme: prostor je temný a světlo je kolem. Otevřeme-li nyní okna a dveře, prosvětlí se prostor, světlo transformovalo tmu.

Zlo je také umělým produktem našeho polaritního vědomí jako čas a prostor a slouží jako podklad, jako jakési hnojivo dobru, je mateřským lůnem světlo. Zlo tedy není protikladem dobra, jen polarita je sama o sobě zlem, je hříchem, protože svět duality nemá žádný konečný bod, žádnou vlastní existenci. Stejná zákonitost platí i pro naše vědomí. Jako vědomé označujeme ty vlastnosti a aspekty, které leží ve světle lidského vědomí a které proto můžeme vidět. Stín je pak místem, které není světlem vědomí prosvíceno, a je tudíž nevědomé. Temné aspekty však vzbuzují obavy a strach jen potud, pokud leží v temnotě. Stačí pouhé nahlédnutí do obsahu stínu, vnesení světla, aby se z nevědomého stalo vědomé.

Něco pozorovat, to je kouzelná formule pro cestu sebezpoznání. Pozorování proměňuje kvalitu pozorovaného,

protože přináší světlo, tj. vědomí, do tmy. Lidé pořád chtějí měnit nějaké věci a těžko chápou, že jediné, co se od nás žádá, je schopnost pozorování. Nejvyšším cílem člověka - říkejme mu třeba moudrost či osvícení - je všechno pozorovat a poznávat takové, jaké to je. V tom je pravé sebezpoznání. Pokud nás ještě něco ruší, a pokud to považujeme za potřebné změnit, sebezpoznání jsme dosud nedosáhli.

Musíme se naučit pozorovat věci a události tohoto světa, aniž by nás naše ego hned nabádalo k odmítnutí či souhlasu. Musíme pozorovat svět s klidnou pokorou jako mnohostranné hry klamu. Ve vzpomínaném textu zenového buddhizmu je tím míněno to, že pokud máme nejmenší představu o zlu a dobru, náš duch propadne /matku. Každé hodnocení nás svazuje se světem forem a vězní nás. A pokud jsme v něm uvěznění, zůstáváme hříšní, neúplní, nezdraví. Trvá i naše touha po lepším světě a naše snaha ho měnit. A tak se znovu stáváme zajatci iluze zrcadlení, věříme v nedokonalost světa a nepozorujeme, že ne svět, ale jen náš pohled je nedokonalý a brání nám vidět jednotu.

Naučme se tedy rozpoznávat ve všem sebe a dosahovat rovnováhy. Je tím míněna snaha vyhledávat střed polarit a odtud pozorovat pulzující póly. Duševní rovnováha je jediným postojem, který umožňuje pozorovat jevové formy bez hodnocení, bez vášnivého přitakávání či popírání, bez identifikace. Tuto rovnováhu bychom neměli samozřejmě zaměňovat s lhostejností, s tou indiferentní směsí neúčasti a nezájmu, jakou měl na mysli Ježíš, když mluvil o „vlažných“. Takoví lidé se vyhýbají konfliktům a jsou přesvědčeni, že uniknou do světa blaženosti, jaký si musí opravdu hledající člověk tvrdě zasloužit tím, že rozpozná konfliktnost svého bytí a nebude se bát vědomě projít polaritou, aby ji překonal. Ví, že musí kdykoli sjednotit protiklady, které vytvořilo jeho Já. Neštítí se nutných rozhodnutí, i když ví, že tím na sebe přivolá vinu, ale snaží se, aby v nich neuvízl.

Protiklady se nevyrovnávají samy od sebe, musíme je takřkajíc vlastnoručně prožít, abychom si je přivlastnili. Teprve tehdy, až přijmeme oba póly, bude možné hledat střed a odtud započít s dilem sjednocování. Únik ze světa a askeze jsou ty nejméně vhodné reakce, protože nevedou k cíli. Potřebujeme spíše odvahu, abychom se vědomě, bez bázně a hany, postavili k výzvám života. Rozhodujícím slovem v této větě je slovo *vědomě*, protože jedině vědomí nám umožní pozorovat se při každém jednání a zabránit tomu, abychom se v něm ztratili. Není dokonce ani tak důležité, co děláme, jako to, jak to děláme. Přisuzováním dobrého a zlého postihujeme jen to, co děláme. Je však třeba se ptát i „jak něco děláme.“ Jednáme vědomě? Podílí se na tom naše ego? Nezapojili jsme naše Já? Odpovědi na tyto otázky rozhodují o tom, zda nás naše jednání svazuje, či osvobozuje.

Příkázání, zákony a morálka nás k dokonalosti nedovedou. Poslouchat je dobré, ale nestačí to. Víme přece, že 'i „čert poslouchá“. Vnější příkazy a zákazy mají své oprávnění, pokud člověk nedospěl a nepřiznal si vlastní odpovědnost. Zákaz hrát si se sirkami má svou platnost pro děti a ztrácí význam, když si hrají dospělí. Jestliže v sobě člověk našel vlastní zákon, vyvažuje se ze všech ostatních. Nejvnitřnější zákon pak představuje povinnost najít svůj střed, najít a realizovat své skutečné Já, být zajedno se vším, co je.

Nástroj sjednocení protikladů se jmenuje *láska*. Principem lásky je sebe-otevření a vpouštění toho, co zatím bylo vně. Láska usiluje o jedinnost, touží splynout, ne se oddělovat. Láska je klíčem ke smířování protikladů, neboť proměňuje Ty v Já a Já v Ty. Je přitkáním bez omezujících podmínek. Láska chce splynout s celým vesmírem, a dokud se nám to nepodaří, nedosáhli jsme pravé lásky. Dokud si láska vybírá, není to opravdová láska. Láska sjednocuje, výběr

rozděluje. Pravá láska nezná žárlivost, protože nechce vlastnit, chce se rozplynout.

Symbolem takového všeobjímajícího cituje láska, jakou chová Bůh k lidem. Do tohoto obrazu se těžko hodí představa, že Bůh svou lásku rozděljuje podle nějakého klíče. Ani my sami nebudeme žárlit proto, že Bůh má rád také ještě někoho jmého. Bůh -jednota nerozlišuje dobré a zlé, a proto je láskou. Slunce posílá teplo všem lidem a nerozděluje své paprsky podle zásluh. Jenom člověk se cítí povolán vrhat kameny - a neměl by se proto divit, kdyby vždycy zasáhl jen sám sebe. Láska nezná žádné hranice, žádné překážky, láska proměňuje. Miluje zlo - a bude vykoupeno.

## 5. Člověk je nemocen

*Jeden asketa seděl v jeskyni a meditoval.*

*Tu vběhla dovnitř myš a zahryzla se mu do sandálu.*

*Asketa se na ni rozhněvaně podíval:*

*„Proč mě rušíš v mém rozjímání?“*

*„Mám hlad,“ pípala myš.*

*„Neblázni a zmiz!“ odbyl ji asketa. „Hledám jednotu s Bohem, copak mě přitom můžeš rušit?!“*

*„Jak chceš být zajedno s Bohem?“ zeptala se myš,*

*„když nebudeš zajedno se mnou?“*

Všechny dosavadní úvahy měly sloužit poznání, že člověk je nemocný, ne že se nemocným stává. V tom je velký rozdíl mezi naším a lékařským posuzováním nemoci. Lékařství vidí v nemoci nemilé narušení „normálního zdravotního stavu“ a snaží se je nejen nejrychleji odstranit, ale především onemocnění vůbec zabránit. My se naproli lomu snažíme zdůraznit, že nemoc je něco víc než jistá funkční nedokonalost přírody. Je částí obsáhlého regulačního systému sloužícího evoluci. Osvobozovat člověka od nemoci nemá smysl, zdraví ji potřebuje jako protipól.

Nemoc je výrazem toho, že člověk je hříšný, vinný či nemocný - nemoc je mikrokosmickým následkem hříšného pádu. Toto označení nemá co dělat s ideou trestu, chceme jen říci, že pokud se podílíme na polaritě, máme také podíl na vině, nemoci a smrti. V okamžiku, kdy tyto základní skutečnosti pochopíme, ztratí pro nás jakoukoli nepříjemnou

příchuť. Jenom popírám, hodnocení a bojování z nich dělají strašlivé nepřátele.

Člověk je nemocný, protože mu chybí jednota. Zdravý člověk, jemuž nic nechybí, se vyskytuje jenom v učebnicích anatomie. V životní praxi je takový jedinec neznámý. Mohou být lidé, u nichž se po desetiletí nevyskytnou žádné nápadné vážnější příznaky nemoci, to však nic nemění na zjištění, že i oni jsou nemocní a smrtelní. Nemocností míníme stav nedokonalosti, náchylnosti, zranitelnosti, smrtelnosti. Při bližním pohledu užasneme, co „zdravému“ člověku všechno chybí. Bráutigam uvádí ve své učebnici psychosomatického lékařství, že při pohovorech s dělníky a zaměstnanci jednoho podniku, kteří nebyli nemocní, se při důkladném vyhodnocení tělesných a duševních potíží ukázalo, že jsou právě tak časté jako v nemocniční populaci. V této učebnici uveřejňuje Bráutigam statistickou tabulku, která vychází z šetření provedeného roku 1959 E. Wintrem.

### **Potíže 200 zdravých zaměstnanců při rozhovorech:**

Rozladění	43,5 %
Žaludeční potíže	37,5 %
Stavy strachu	26,5 %
Časté záněty v krku	22,0 %
Závratě, mdloby	17,5 %
Nespavost	17,5 %
Bolestivá menstruace	15,0 %
Zácpa	14,5 %
Bolesti a bušení srdce	13,0 %
Bolesti hlavy	13,0 %
Ekzémy	9,0 %
Potíže s polykáním	5,5 %
Revmatické potíže	5,5 %

Edgar Heim říká ve své knize *Nemoc jako krize a šance*: „Dospělý prodělá během dvaceti pěti let svého života průměrně jednu životu nebezpečnou nemoc, dvacet vážných a asi dvě stě středně těžkých onemocnění.“

Měli bychom se zbavit iluze, že je možno se nemocí vyhnout nebo ji sprovodit ze světa. Člověk je bytost konfliktní, a tím i nemocná. Příroda dbá na to, aby se v průběhu svého života stále více ponořoval do stavu nemocnosti, až je jeho cesta korunována smrtí. Cílem tělesného dílu existence je minerální život. Příroda se suverénně stará o to, aby se člověk každým krokem svého života blížil tomuto cíli. Nemoc a smrt ničí naše velkolepé fantazie a korigují každou z našich jednostranností.

Člověk vyrůstá ze svého ega, včnč hladového po moci. Každé: „Ale já chci“ je výrazem mocenských požadavků. Naše Já se pořád nafukuje, což znamená, že nás nutí sloužit mu v stále nových a ušlechtlejších převlecích. Já žije z omezení, a má proto strach z obětování, z lásky a sjednocení. Já rozhoduje o realizaci jednoho pólu a odsouvá vznikající stín na to, co je mimo, na Ty, na okolní svět. Nemoc kompenzuje všechny jednostrannosti a svými příznaky nás tlačí na druhou stranu do té míry, do jaké jsem se odchýlil od středu. Nemoc vyrovnává každý krok, který uděláme z pýchy svého ega, do pokory a bezmocnosti. A tak nás každá schopnost a každá důkladnost činí příslušně náchylnými k onemocnění.

Každý pokus žít zdravě je výzvou nemoci. Víme, že se tato tvrzení do naší doby nehodí. Medicína se pilně snaží zlepšovat preventivní opatření, jsme svědky rozmachu „přirozeného a zdravého života“. Je to jistě oprávněná a chvályhodná reakce na to, jakým způsobem zacházíme s všelijakými jedy a obklopujeme se jimi, ovšem problém nemoci to řeší právě tak málo jako odpovídající opatření školské medicíny. Oba případy vycházejí z funkcionálního ochrannářství a věří, že člověk sám o sobě je zdravý a může hýl

různými metodami chráněn před onemocněním. Dá rozum, že poslové, kteří vzbuzují naději, dojdou spíše sluchu a víry než naše desiluzivní tvrzení: člověk je nemocen.

Onemocnění patří ke zdraví tak jako smrt k životu. Taková slova nejsou příjemná, ale mají tu výhodu, že každý si může ověřit jejich správnost jen trochu nepředpojatým pozorováním. Nechceme vytvářet nové věroučné teze, chceme jen pomoci zostřit a doplnit způsob nazírání těm, kteří jsou připraveni jej přijmout. Boření iluzí není nikdy lehké ani příjemné, dopřává nám ale nový svobodný prostor.

Život je provázen řadou zklamání, ztrácíme jednu iluzi za druhou - až jsme schopni unést pravdu. A tak ten, kdo se odváží rozeznat v nemoci, churavění a smrti nevyhnutelné a věrné průvodce svého života, brzy zjistí, že toto poznání nevyvolává žádnou beznaděj, ale najde v nich moudré přátele, kteří mu kdykoli pomohou hledat pravou cestu ke spáse. Máme bohužel mezi lidmi málokdy tak poctivé přátele, aby na každém kroku odhalovali rozmary našeho ega a obraceli náš pohled k našemu stínu. Kdyby se toho některý náš přítel vskutku odvážil, nejspíš bychom ho rychle označili za „nepřítele“. Totéž platí o nemoci. Je příliš čestná na to, abychom v ní našli zalíbení.

Naše ješitnost nás oslepuje právě tak jako onoho císaře, jehož nové šaty byly utkány z jeho vlastních iluzí. Naše symptomy jsou nepodplatitelné - nutí nás k poctivosti. Svou existencí nám ukazují, co nám ve skutečnosti chybí, čemu odpíráme jeho právo, co leží ve stínu a chtělo by se realizovat a kde jsme se stali jednostrannými. Protože symptomy jsou věrné a vyskytují se opakovaně, usvědčují nás z toho, že jsme svůj problém nevyřešili tak rychle a s konečnou platností, jak jsem si předsevzali. Nemoc ukazuje prstem na naši malost a bezmocnost vždy tehdy, když zvláště pevně věříme tomu, že naše moc je natolik dokonalá, aby změnila běh světa. Stačí jeden bolavý zub, ustřel, chřipka nebo prů-

jem, aby se zářící vítěz proměnil v ubohého červa. Právě tohle na nemoci nenávidíme.

A tak je celý svět připraven vynaložit největší úsilí, aby nemoc vymýtil. Naše ego nám pilně našeptává, že je to jen maličkost, a oslepuje nás přitom tak, že každá úspěšná snaha vede jen k většímu utvrzení chorobného stavu. Už jsme se zmínili, že ani lékařská prevence, ani „zdravý život“ nemají jako metoda odstranění nemoci naději na úspěch.

Nemoc dává člověku šanci, je oním bodem obratu, v němž se pohroma může změnit v záchranu. Aby k tomu mohlo dojít, musí člověk zastavit svůj boj a místo něho se učit slyšet a vidět, co mu choroba říká. Pacient se musí sám do sebe zaposlouchat a navázat komunikaci se svými příznaky, aby vyslyšel jejich poselství. Musí být připraven všechny své názory a představy o sobě bezohledně přezkoumat a vědomě přijmout to, čím mu chce příznak v tělesné rovině přispět. Tím, že vědomě přizná, co mu chybí, učiní příznak zbytečným. Uzdravení je vždy spojeno s rozšířením vědomí a s dozráním. Jestliže příznak vznikl proto, že část stínu pronikla do těla a zde se projevila, je léčení opakem tohoto procesu: princip příznaku vstupuje do vědomí a osvobozuje se od své hmotné existence.

## 6. Hledání příčin

*Naše sklony mají stále podivuhodné nadání  
maskovat se jako světový názor.*

*Hermann Hesse*

Některé z našich dosavadních úvah se mohou zdát těžko pochopitelné, porovnáváme-li je s vědeckými poznatky, získanými pozorováním příznaků. Jsme sice připraveni uznat, že některé příznaky mají výlučně nebo částečně původ v psychických procesech, ale co s převládajícím zbytkem chorob, jejichž tělesný původ je jednoznačně dokázán?

Narážíme tu na základní problém našich myšlenkových zvyklostí. Stalo se pro nás samozřejmostí, že všechny vnímatelné procesy interpretujeme kauzálně a vytváříme další příčinné řetězce, v nichž příčina a její působení jsou v jednoznačném vztahu. Tyto řádky můžete číst proto, že jsme je napsali, protože nakladatel knihu vydal, knihkupec ji prodal atd. Tento kauzální myšlenkový koncept se zdá tak jasný, a dokonce nezbytný, že většina lidí jej považuje za nutný předpoklad lidského poznání, a tak se na všech místech pátrá po nejrůznějších příčinách nejrůznějších projevů a očekává se od toho nejen objasnění souvislostí, ale i možnost příčinné procesy řídit. Co je příčinou rostoucích cen, nezaměstnanosti, kriminality mládeže? Proč dochází k zemětřesení nebo proč se objevuje určitá choroba? Otázka za otázkou a všeobecné doufání, že se podaří najít příčiny.

Kauzalita ovšem není zdaleka tak bezproblémová a nezbytná, jak se jeví při povrchním pozorování. Dá se dokonce říci (a takové hlasy se stále množí), že naše přání vykládat svět kauzálně přineslo do dějin lidského poznání plno zmatků a kontroverzí, jejichž důsledky se teprve nyní pomalu vyjevují. Od Aristotelova působení se představa o příčině dělí do čtyř kategorií.

Rozlišuje se *příčina hybná* (*causa efficiens*), *příčina lulková* (*causa materialis*), *příčina tvarová* (*causa formalis*) a konečně *příčina účelová* (*causa finalis*), která vyplývá ze snahy dosáhnout cíle.

Na klasickém příkladu stavby domu budou čtyři kategorie příčin rychle pochopitelné. Ke stavbě domu je třeba nejprve úmysl dům postavit (*causa finalis*), potom hnací moment např. v podobě investic a pracovní síly (*causa efficiens*), dále stavební plány (*causa formalis*) a nakonec materiál jako beton, cihly, dřevo apod. (*causa materialis*). Chybí-li jen jedna z těchto čtyř příčin, těžko se dům postaví.

Potřeba najít jednu pravou, „prapůvodní“ příčinu vede však vždycky k tomu, že čtyřdílný koncept příčin je zredukován. Tak vznikají dva směry protichůdného pojetí. Zastánci jednoho z těchto směrů vidí pravou příčinu všech příčin v konečném cíli (*causa finalis*). V našem případě by úmysl stavět dům byl jen předpokladem pro vznik ostatních příčin. Jinými slovy: úmysl či účel představuje vždy příčinu všech událostí. Příčinou, proč píšeme tyto řádky, je úmysl vydat knihu.

Toto finální pojetí příčinnosti se stalo základem duchovních věd. Od nich se pak přísně oddělily vědy přírodní přijetím energetického kauzálního modelu (*causa efficiens*).

Pro pozorování a popis přírodních zákonitostí se jevílo podřízení hybné a účelové příčině jako příliš hypotetické. Pro ně mělo větší smysl zdůraznění popudu a síly. Proto se přírodní vědy opřely o kauzální zákon energie, hybnosti.

Tato rozdílná pojetí kauzality rozdělují dodneška duchovní a přírodní vědy a způsobují, že si mohou těžko porozumět. Přírodovědné kauzální myšlení hledá příčiny v minulosti, zatímco model finality klade příčiny do budoucnosti. Taková formulace se může zdát mnohým divná: jak může příčina následovat až po účinku? V běžném životě se však nijak nezdráháme podobný příčinný vztah používat. „Odcházím, protože za hodinu mi jede vlak.“ „Koupil jsem dárek, protože příští týden budou Vánoce.“ Ve všech těchto případech budoucí událost působí také zpětně.

Sledujcme-li události našeho všedního dne, zjišťujeme, že na některé se dá lépe uplatnit energetická příčinnost tkvící v minulosti, na jiné účelová příčinnost sahající do budoucnosti. Můžeme tedy říci: „Dnes nakoupím, protože zítra je neděle.“ „Váza spadla, protože jsem do ní strčil.“ Je však možné podívat se na tutéž událost dvojím pohledem. Příčinou rozbitých talířů během manželské hádky může být jak to, že spadly na zem, tak to, že tu byl úmysl druhého naštvat. Tyto příklady dokládají, že každá kauzální představa může mít jinou rovinu, ale obě mají své oprávnění. Energetická varianta umožňuje představit si mechanické spolupůsobení a vztahuje se vždy na látkovou rovinu, zatímco účelová kauzalita pracuje s motivací a popudy, které nejsou materiální povahy, ale náležejí jen do psychické oblasti. Uvedený konflikt je tedy speciálním vyjádřením těchto polarit:

*příčina hybná - příčina účelová*  
*minulost - budoucnost*  
*hmota - duch*  
*tělo - duše*

Na tomto místě by bylo užitečné prakticky využít všechno to, co jsme si řekli o polaritě. Pak bychom mohli bud-



anebo vyměnit za nejen-nýbrž a pochopit, že se oba způsoby nazírání nevyklučují, nýbrž doplňují. (Zopakujte si poučení z korpuskulární a vlnové teorie světla!) I zde záleží na tom, jaké hledisko zaujmeme, a ne na tom, co je správné, a co ne. Vypadne-li z automatu krabička cigaret, můžeme vidět příčinu ve vhozené minci i v úmyslu si zakouřit. (Jde o víc než pouhou slovní hru, protože bez přání a úmyslu kouřit by žádné automaty na cigarety neexistovaly.)

Oba přístupy jsou legitimní a navzájem se nevyklučují. Jeden přístup by ale nestačil, neboť žádný souhrn materiálních a energetických příčin nezřídí jediný automat, bude-li chybět záměr. Právě tak samotný záměr nic neuskuteční. I tady žije jeden pól z druhého.

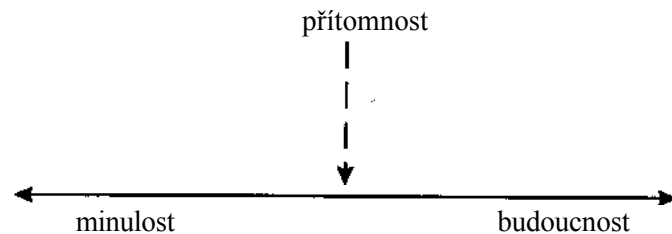
Pokud hovoříme o automatech na cigarety, zní to samozřejmě banálně. V případě chápání evoluce je tu však sporné téma zaplňující knihovny. Vysvětlí se příčina lidského bytí z materiálních kauzálních řetězců minulosti, a je proto naše existence jen náhodným výsledkem vývojových skoků a selekčních procesů od vodíkového atomu k lidskému mozku? Nebo snad tato polovina kauzality potřebuje ještě nějaký záměr, který tu působí z budoucnosti a nechává mířit evoluci k zamýšlenému cíli?

Přírodovědcům se zdá druhý aspekt příliš hypotetický, humanitním vědcům je zase první aspekt příliš chudý. Podíváme-li se však na menší a přehlednější případy vývoje, najdeme vždy oba směry příčinnosti. Sama technologie nevede k letadlům, pokud v lidském vědomí chybí hotová představa o létání. Stejně málo vděčí evoluce za svůj průběh náhodným rozhodnutím, protože je materiálním a biologickým následkem věčného vzoru. Materiální procesy působí na jedné straně, z druhé se vynořuje finální tvar, aby se skutečnost mohla manifestovat uprostřed.

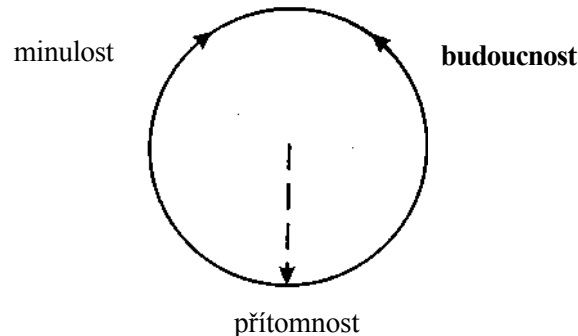
Dostáváme se k dalšímu problému našeho tématu. Kauzalita vyžaduje lineárnost, aby bylo možno vyznačit, co je „před“ a co je „po“ ve smyslu účinné souvislosti. Před-

pokladem lineárnosti je zase čas - a ten vlastně neexistuje. Připomeňme si, že čas vzniká v našem vědomí díky polaritě, která nás nutí rozkládat jednotu v posloupnost. Čas je projevem našeho vědomí a my jej projektujeme mimo sebe, do vnějšího světa. Proto si také můžeme myslet, že je na nás nezávislý. Představujeme si, že časový tok probíhá lineárně, stále ve stejném směru, z minulosti do přítomnosti, a přehlízíme přítom bod, v němž se minulost a budoucnost potkávají - přítomnost.

Tento těžko představitelný fakt si můžeme přiblížit následující analogií:



Z geometrie víme, že každá přímka, prodloužíme-li ji do nekonečna, se vlivem sférického zakřivení prostoru svíne v kružnici, takže je vlastně ve skutečnosti úsečkou kružnice. Když tento poznatek přeneseme na náš příklad, bude zřejmé, že oba směry přímky (minulost a budoucnost) se musí spojit v kružnici.



To znamená, že se svým životem stále přibližujeme minulosti neboli naše minulost je určována naší budoucností. Uplatníme-li tento model na naši představu o kauzalitě, bude všechno rázem jasné: kauzalita proudí právě tak oběma směry do každého bodu, jak to činí čas. Takové představy vyhlížejí neobvykle, ale nejsou o nic hůř pochopitelné než fakt, že letíme-li letadlem kolem světa, vrátíme se k našemu výchozímu bodu, ačkoli se čím dál více od něho vzdalujeme.

Ve 20. letech našeho století vyjádřil ruský ezoterik P. D. Ouspenskij problém času při svém vizionářském pozorování 14. tarotové karty (Zdrženlivost) takto: „Jméno anděla je čas, řekl hlas. Na čele má kruh, znak věčnosti a života. V rukou drží dva džbány, zlatý a stříbrný. Jeden džbán představuje minulost, druhý budoucnost. Duhový proud mezi nimi je přítomnost. Vidiš, že teče oběma směry. To je čas z hlediska, které lidé nechápou. Lidé si myslí, že teče stále jedním směrem. Nevidí, jak se všechno věčně potkává, jak jedno přichází z minulosti a druhé z budoucnosti, jak čas tvoří množství kruhů, které se otáčejí v různých směrech. Pochop toto tajemství a nauč se protichůdné proudění v duhovém proudu přítomnosti rozlišovat.“ (*Nový model vesmíru*).

I Hermann Hesse se tímto tématem opakovaně zabýval ve svých dílech. Nechává Kleina pronášet tato slova v prožitku smrti: „Jak dobře, že dospěl k poznatku, že žádný čas neexistuje. Od všeho, po čem člověk dychtí, ho odděluje jenom čas.“ V básni *Siddhartha* hovoří Hesse o tématu bezčasovosti na mnohých místech. „Dozvěděl ses od řeky, zeptal se ho jednou, ono tajemství, že čas neexistuje? Na Vasudevově tváři se objevil jasný úsměv. Ano, Siddharthovo, řekl. Je to tak, jak pravíš: řeka je současně u pramene i u ústí, u vodopádu, u přívozu, v bystřině, v moři, v horách, všude zároveň. A protože pro ni existuje jenom přítomnost, nezná stín „minulosti“ ani „budoucnosti“. Tak

to je, pravil Siddhartha. Když jsem se naučil to chápat, pohlédl jsem na svůj života viděl jsem, že je to také řeka. A chlapec Siddhartha byl oddělen od muže Siddharthy a starce Siddharthy jen stínem, ničím skutečným. Dřívější Siddharthova zrození nebyla také žádnou minulostí a jeho smrt a návrat k Bráhmovi žádnou budoucností. Nic nebylo - nic nebude, všechno je bytí a přítomnost.“

Uvědomíme-li si pozvolna, že jak čas, tak lineárnost neexistují mimo naše vědomí, otřese se nutně model kauzality ve své absolutnosti. Ukáže se, že i kauzalita je pouze určitou formou pozorování, čili jak to formuloval David Hume: „potřebou duše“. Neexistuje žádný zvláštní důvod pro nekauzální posuzování světa - ovšem také žádný pro kauzální. Ani zde není třeba ptát se, zda je zvolený přístup správný, či falešný; jen v jednotlivých případech, zda je vhodný, či nevhodný.

Z tohoto závěru vyplývá, že způsob kauzálního posuzování je mnohem méně vhodnější, než se dnes běžně užívá. Všude tam, kde se setkáváme s relativně malými úseky světa, a tam, kde neztrácíme přehled o událostech, vystačíme docela dobře s našimi představami o čase, lineárnosti a kauzalitě. Jestliže však problém dostane další dimenze nebo se zvýší jeho náročnost, pak kauzální způsob posuzování vede spíše k nesmyslným závěrům než ke správným poznatkům. Kauzalita totiž vyžaduje při řešení problémů pevně stanovený cílový bod. V kauzálním světě má konečně každý jev svou příčinu, což vyžaduje ptát se i po příčině každé příčiny. Tento postup sice vede ke zkoumání příčiny příčiny příčiny - ale bohužel ne k nějakému konci. Prapříčinu všech příčin nejde najít. Buď v jistém bodě další zkoumání přerušíme, nebo skončíme u neřešitelné otázky, která nemá větší význam než ptát se, zda bylo dříve vejce, či slepice.

Chceme tím ukázat, že koncept kauzality může v nejlepším případě stačit jako pomůcka myšlení k řešení každodenních problémů, je však zcela nedostačující jako ná-

stroj k chápání vědeckých, filozofických a metafyzických souvislostí. Víra, že existuje příčinnost účinných souvislostí, je falešná, neboť je postavena na bázi linearity a času. Přiznáme-li však, že kauzalita by mohla být možným (ale nedokonalým) subjektivním způsobem našeho posuzování, pak je legitimní použít ji tam, kde nám může v životě pomoci.

V našem dnešním obrazu světa však panuje mínění, že kauzalita existuje sama o sobě, a je proto experimentálně dokazatelná - a proti tomuto omylu vystupujeme. Člověk nemůže pozorovat víc než vztahy „vždy - když - pak“. Taková pozorování však říkají jen to, že dvě manifestace probíhají současně a je mezi nimi jistá korelace. Změříme-li ji a interpretujeme ihned kauzálně, potom je tento krok pouze výrazem určitého světového názoru, nemá však nic společného s vlastním pozorováním a zaměřením. Zaběhlý zvyk kauzální interpretace v neskutečné míře omezil náš pohled na svět a možnost nových poznatků.

V oblasti vědy to byla kvantová fyzika, která prolomila kauzální obraz světa a zpochybnila jej. Werner Heisenberg to formuloval tak, že „v docela nepatrných prostorových a časových úsecích, tedy v oblasti elementárních částic, jsou čas a prostor promíchány tak osobitným způsobem, že pojmy jako *dříve* či *později* nelze správně definovat. Ve velkém se pochopitelně nemusí v časově-prostorových strukturách nic měnit, ale je třeba počítat s možností, že experimenty s průběhem dějů v malém časoprostoru dokáží, že jisté procesy probíhají opačně, než to odpovídá jejich kauzálnímu sledu.“

Heisenberg se vyjadřuje jasně, ale opatrně, neboť jako fyzik omezuje své výpovědi jen na to, co je pozorovatelné. Tato pozorování se však velmi blíží onomu obrazu světa, jaký odjakživa vytvářeli mudrci. Sledování elementárních částic probíhá v hraniční oblasti našeho světa determinované časem a prostorem, nacházíme se přímo v „místě zrodu hmoty“. Zde, jak říká Heisenberg, se čas prolíná s prostorem.

Předtím a potom získávají naléhavost až tehdy, kdy/ pronikáme do větších a hrubších struktur hmoty. Při postupu opačným směrem se nejprve ztrácí rozlišitelnost času a prostoru, předtím a potom, až toto rozlišení nakonec úplně zmizí a my se ocitáme tam, kde panuje jednota a nerozlišitelnost. Zde není ani čas, ani prostor, vládne zde věčné tady a teď. Je to bod, který obsahuje vše, a přesto má jméno *nic*. Čas a prostor jsou dvě souřadnice, mezi nimiž je napnut svět polarit. Prohlédnout jejich neexistenci - to je předpoklad dosažení jednoty.

V polaritním světě tedy kauzalita vytváří perspektivu našeho vědomí nutnou k interpretaci procesů, je způsobem myšlení levé mozkové hemisféry. Jak jsme se už zmínili, přírodovědný obraz světa je záležitostí levé hemisféry, takže se nedivme, že tak lpí na kauzalitě. Pravá hemisféra žádnou kauzalitu nezná, myslí analogově. V analogii jsme našli druhý způsob posuzování, polaritně orientovaný ke kauzalitě, který není ani správnější či falešnější, ani lepší či horší, znamená však nutné doplnění kauzální jednostrannosti. Teprve oba principy společně - kauzalita i analogie - mohou vymezit souřadnicový systém, v němž se dá náš polaritní svět smysluplně interpretovat.

Tak jako v kauzalitě vystupují horizontální vztahy, analogií se zviditelňují prvotní příčiny vertikálně, ve všech rovinách jejich manifestací. Analogie nehledá žádnou souvislost účinků, nýbrž se orientuje na identitu obsahu v různých formách. V kauzalitě je vyjadřován časový vztah opozicí předtím-potom, analogie používá synchronizaci ve smyslu „vždy - když - pak“. Kauzalita vede k stále větší diferenciaci, analogie formuje mnohostrannost do celistvých předloh.

Neschopnost vědy myslet analogicky ji nutí objevoval stále znovu zákony ve všech oblastech bádání. Věda váhá a nechce objevený zákon do té míry abstrahovat, aby mohl být analogicky použit ve všech rovinách zkoumání. A tak zkoumá polaritu v elektřině, v atomistice, na bázi kyselin,

v mozkových hemisférách a v tisícovce dalších oblastí vždy znovu a odděleně od ostatních. Analogie posunuje úhel pohledu o devadesát stupňů a řadí nejrůznější formy podle analogické souvislosti, přičemž v nich odkrývá stejný základní princip. A tak najednou kladný elektrický pól, levá mozková hemisféra, kyselina, Slunce, oheň nebo čínský jang mají cosi společného, ačkoli mezi nimi není žádná příčinná souvislost. Analogická spojitost všech vyjmenovaných forem je odvozena do společného principu, jímž je v našem případě mužský, aktivní princip.

Tento typ pohledu rozkládá svět na archetypální součásti a pozoruje rozličné předlohy, které jsou z archetypů odvozeny. Tyto předlohy se potom dají nalézt ve všech rovinách výrazových forem dle principu: jak nahoře, tak dole. Tento typ pohledu je však třeba zvládnout právě tak jako pohled kauzální. Pak nám ovšem ukáže docela jinou stranu světa, docela jiné souvislosti a předlohy, než jaké může poskytnout pohled kauzální. Jestliže přednost kauzality leží v rámci funkčních souvislostí, výhodou analogie je průhlednost obsahových souvislostí. Levá hemisféra může díky kauzalitě rozkrýt a analyzovat mnoho věcí, nemůže se jí však podařit pochopit svět vcelku. Pravá hemisféra se zase musí vzdát možnosti řídit procesy tohoto světa, vládne však pochopením pro celek a jeho utváření, a tím i schopností pochopit smysl dění, který nemá účel a logiku.

### ***Jak říká Lao-c':***

*Smysl, který se dá vyjádřit,*

*není věčným smyslem.*

*Jméno, které se dá vyslovit,*

*není věčným jménem.*

*„Nebytím " nazývám počátek nebe a Země,*

*„bytím" nazývám matku jednotlivých bytostí.*

*Směřování k nebytí proto přináší*

*nazření zázračně podstaty,*

*směřování k bytí nazření hranic v prostoru.*

*Obojí má stejný původ a liší se jen jménem.*

*Je to ve své podstatě tajemství.*

*Tajemství ještě hlubšího tajemství je brána,  
kterou přicházejí všechny zázraky.*

## 7. Metoda zkoumání

*Celý život není ničím jiným  
než formovanými otázkami,  
které v sobě nesou zárodky odpovědí,  
a odpověďmi těhotnými otázkami.  
Kdo to chápe jinak, je blázen.*

*Gustav Meyrink (Golem)*

Dříve než se pokusíme v druhém díle této knihy vyloužit význam nejčastějších příznaků, rádi bychom řekli ještě něco o metodě zkoumání. Není naším úmyslem stvořit výkladový slovník, v němž by si čtenář podle potřeby nalistoval příslušný příznak a pak jen pokýval nebo zavrtěl hlavou. Takové zacházení s touto knihou by bylo tím největším nedorozuměním, jakého by se mohl dopustit. Chceme vás seznámit s jistým druhem vidění a myšlení, které vám umožní vidět nemoc jak u sebe, tak u druhých, docela jinak než dosud.

K tomu je nutné zvládnout nejprve určité předpoklady a techniky, neboť většina lidí se nenaučila zacházet s analogiemi ani symboly. Příklady v druhém díle slouží především k tomuto účelu. Teprve rozvinutí vlastní interpretační schopnosti přináší úspěch, protože předem připravené výklady mají pouze rámcový charakter a nemohou v žádném případě vystihnout konkrétní případ. Je to stejné jako výklad snů: snář slouží k poznání metody výkladu snů, nikoli k tomu, abychom v něm hledali své sny.

Z tohoto důvodu si druhý díl nečiní nárok na úplnost, i když jsme se snažili pojednat pokud možno všechny tělesné a organické oblasti, abychom připravili materiál, podle něhož by čtenář mohl svůj konkrétní příznak posoudit. Po uvedení těchto světónázorových a filozofických hledisek bychom měli v poslední kapitole teoretického dílu představit nejdůležitější aspekty a pravidla umožňující jejich výklad. Jde tedy o jistou příručku, která přináší i některá cvičení umožňující každému vážnému zájemci pracovat s interpretací symptomů.

### KAUZALITA V LÉKAŘSTVÍ

Problém kauzality má pro naše téma tak velký význam proto, že jak školská medicína, tak psychologie i sociologie se předhánějí ve snaze objevit právě příčiny chorobných příznaků a jejich odstraněním uzdravovat svět. A tak jedni hledají příčinu ve virech a škodlivém životním prostředí, jiní v traumatických zážitcích raného dětství či v podmínkách pracovního prostředí. Od obsahu olova ve vzduchu až po společnost - nikdo si není jistý, že nebude označen za příčinu nemoci.

Naproti tomu považujeme za slepou uličku hledání chorobných příznaků v medicíně a psychologii. Budeme je sice nacházet tak dlouho, dokud je budeme hledat, ale uznávaný kauzální koncept nám brání vidět, že nalezené příčiny jsou jen projevem našeho čekávání. Může nám sloužit jen do jisté míry, protože je v kterémkoli bodě odvolatelný. Můžeme najít příčinu infekce v určitém viru, ale dere se nám na jazyk otázka, proč ji vyvolal právě v tomto konkrétním případě. Můžeme ji spatřovat v omezené obranné schopnosti organismu, což zase vyvolává otázku po příčině oslabené obranyschopnosti. Tuto hru můžeme prodlužovat do nekonečna, až se dostaneme k velkému třesku a logické otázce, co bylo jeho příčinou...

V praxi to bývá tak, že se zastavíme na libovolném místě a tváříme se, jako by právě zde začínal svět. Bereme si přítom na pomoc pokud možno nic neříkající souhrnné pojmy jako „locus minoris resistentiae" nebo „dědičné zatížení", „slabost organismu" či jiné výrazy těhotné významem. Kde však bereme oprávnění povýšit libovolný článek řetězce jednoduše na „příčinu"? Je hrubou nepoctivostí, jestliže někdo hovoří o příčině či kauzální terapii, neboť kauzální koncept - jak jsme zjistili - nalezení příčiny nemožňuje.

Poněkud blíže k věci se dostaneme, budeme-li pracovat s oním kauzálním konceptem, o němž jsme mluvili na začátku našeho posuzování příčin. Z tohoto hlediska je nemoc závislá na dvou směrech, na minulosti a na budoucnosti. Podle tohoto modelu by finalita vyžadovala určitý symptomatický obraz a ovlivňující kauzalita by měla poskytnout pomocné látkové a tělesné prostředky k vytvoření finálního obrazu. Při takovém přístupu bude patrný onen druhý aspekt onemocnění, který se při obvyklém posuzování zcela ztrácí: záměr a smysl nemoci. Věta také nevzniká z papíru, inkoustu či psacího stroje, nýbrž z finálního záměru předat nějakou informaci.

Nemůže být přece tak těžké uznat, jak se redukcí na materiální procesy či na podmíněnost minulostí ztrácí to podstatné a typické. Každá manifestace má formu i obsah, skládá se z dílů a má podobu, která je něčím více než součtem dílů. Každá manifestace je určena minulostí a i budoucností. Za každým symptomem je obsahový záměr, který jen využívá dostupných možností k formální realizaci. Proto si může choroba vybrat jako příčinu libovolnou z příčin.

V tomto okamžiku zatím pracovní metoda medicíny ztroskotává. Věří, že odstraněním příčin chorobu znemožní, a nepočítá s tím, že nemoc je tak flexibilní, že si snadno najde další, aby se mohla realizovat. Souvislost je docela jednoduchá: jestliže se někdo rozhodl postavit si dům, nedá

se odradit tím, že mu vezmeme cihly. Postaví dům ze dřeva. Mohli bychom usilovat o konečné řešení tím, že bychom mu vzali všechny možný materiál, ale v případě nemoci je takový postup spojen s obtížemi. Museli bychom vzít pacientovi celé tělo, abychom měli jistotu, že si nemoc žádnou další příčinu nenajde.

Zabýváme se teď finální příčinou nemoci a chceme jednostranné funkcionální posuzování doplnit o chybějící druhý pól. Nemíníme zpochybnit existenci materiálních procesů, které medicína objevila a popsala, jen důrazně popřít, že by samy tyto procesy byly příčinou nemoci.

Bylo už řečeno, že nemoc má určitý záměr, cíl, který jsme v jeho všeobecné i absolutní formě nazvali spásou či vykoupením ve smyslu dosažení jednoty. Rozložíme-li nemoc do všech jejích symptomatických výrazových forem představujících kroky k cíli, můžeme každý symptom posoudit podle jeho záměru a obsahu a poznat, který krok je právě na řadě. Tato otázka může a musí být položena při každém příznaku a nelze ji odsunout poukazem na funkční zdůvodnění. Funkční podmínky se dají vždycky najít, ale právě tak lze vždycky objevit obsahovou významovost.

A tak první rozdíl mezi námi a klasickou psychosomatikou spočívá v tom, že nemíníme provádět žádný výběr příznaků. Každý považujeme za významný a nepřipouštíme žádnou výjimku. Druhý rozdíl je v tom, že odmítáme orientaci klasické psychosomatiky na kauzální model pracující s minulostí. Pro myšlenkový koncept není podstatné, zda porucha tkví v bakteriích či škodlivých ložiscích. Psychosomatický model nevybředl ze základní chyby jednopólového kauzálního konceptu. Nezajímají nás příčiny pramenící z minulosti, neboť je jich -jak jsme zjistili - libovolně mnoho a všechny jsou stejně důležité i nedůležité. Náš způsob posuzování by se dal nazvat buď *finální kauzalitou*, nebo ještě lépe opsat jako *bezčasový koncept analogie*.

Člověk je obdařen bytím nezávislým na čase, které ovšem musí být uskutečněno a vědomě prožito v čase. Tuto vnitřní předlohu nazýváme *vlastním já*. Životní cesta je cestou k tomuto cíli, který je symbolem jednoty. Čas potřebujeme k tomu, abychom k potřebné celistvosti dospěli, třebaže je tu od začátku. V tom tkví iluze času - potřebujeme jej k tomu, abychom objevili to, co už je. (Je-li na tom něco nesrozumitelného, nezbyvá než se vrátit k příkladu s knihou: celý román je v ní přítomen současně, leč čtenář potřebuje čas aby se v jeho vědomí odvinul děj, který tu byl od počátku!) Takovou cestu nazýváme „evolucí“. Je to vědomé naplnění stále existující (bezčasové) předlohy. Na cestě k sebepoznání se stále vyskytují těžkosti a omyly. Jinak řečeno: nemůžeme či nechceme vidět určité části předlohy. Tyto nevědomé aspekty jsme nazvali stínem. V chorobných příznacích demonstuje stín svou přítomnost a realizuje se. K pochopení jejich významu nepotřebujeme žádný pojem času ani minulosti. Hledání příčin v minulosti odvádí od vlastního obsahu a vede k tomu, že přenášíme vlastní odpovědnost a vinu na příčiny.

Ptáme-li se na význam určitého symptomu, zviditelňuje se odpovědí část našeho vlastního vzoru. Obrátíme-li se do minulosti, najdeme opět rozdílné výrazové formy téže předlohy. Není nutné vidět v tom hned kauzalitu, jsou to spíše paralelní, časově adekvátní formy téhož problémového okruhu. Dítě používá k řešení svých problémů rodiče, sourozence a učitele, dospělý své partnery, děti a kolegy v práci. Vnější podmínky nepřivolávají žádnou nemoc, ale člověk využívá všech možností, aby je zapřáhl do služeb své nemoci. Teprve nemoc z nich dělá příčiny.

Nemocný je pachatelem i obětí v jedné osobě a trpí vždy jen kvůli svému nevědomí. Toto zjištění není žádným odsouzením, jen „osvícený“ nemá žádný stín, má však ochránit člověka před ošidným pocitem, že je obětí jakýchsi okolností, protože se tím sám zbavuje možnosti proměny. Ani

bakterie, ani zemské záření nezpůsobují choroby, ale člověk je používá jako pomocné prostředky, aby vyvolal své onemocnění. (Tatáž myšlenka zní v jiné poloze mnohem srozumitelněji: ani barvy, ani plátno nevytvářejí obraz, to jen člověk je používá jako pomocné prostředky, aby obraz namaloval.)

Po všem, co bylo řečeno, je třeba formulovat první důležité pravidlo pro zacházení s výkladem klinických obrazů nemoci v druhém díle.

**1. pravidlo.** Při výkladu příznaků zapomeňte na zdánlivé kauzální souvislosti funkčního charakteru. Takové se vždycky dají najít, ovšem jejich existence ještě nečiní výklad vratkým. My vykládáme symptom podle jeho kvalitativního a subjektivního projevu. Pro výpověď o jeho významu je irelevantní, které fyziologické, morfologické, chemické, či nervové nebo jiné kauzální řetězce vedly k jeho prozazení. K rozpoznání obsahu je důležité jen to, že něco je a jaké to je - ne, proč to je.

### ČASOVÁ KVALITA SYMPTOMATIKY

Minulost nemá pro řešení našeho problému význam. Velmi zajímavé a výmluvné je však v okamžiku, kdy se příznak objeví, časové pole. Přesný časový bod nám může poskytnout důležité informace o problémovém okruhu, který se příznakem manifestuje. Všechny události probíhají v okamžiku, kdy jsme příznak objevili, tvoří rámec symptomatiky a mělo by k nim být přihlédnuto.

Přitom platí, že bychom si měli všimnout nejen vnějších procesů, ale především vnitřních. Jakými myšlenkami, tématy a fantaziemi jsme se obírali právě tehdy, kdy se příznak objevil? V jaké náladě jsme byli? Jaké zprávy a změny nás potkaly? Často se ukáže, že právě ty zdánlivě bezvýznamné a nedůležité události jsou signifikantní. Jestliže se v příznaku manifestuje určitá potlačená oblast, budou po-

tlačeny a jako neodpovídající odmítnuty i události, které s ní souvisejí.

Většinou nejde o velké životní události, s těmi se obvykle vypořádáme vědomě. Ale ty malé, nevinné případy všedního života jsou často ukazatelem potlačených problémových okruhů. Akutní příznaky jako nachlazení, nevolnost, průjem, pálení záhy, bolest hlavy, poranění apod. reagují časově velmi přesně. Vyplatí se položit si otázku, co jsme právě v tomto okamžiku dělali, na co mysleli i o čem fantazirovali. Když si pak takovou otázku položíme, je dobré věnovat se první spontánní myšlence a nemít ji za nevýznamnou.

To ovšem vyžaduje jistou dávku cviku a značnou porci poctivosti vůči sobě. Lépe řečeno: jistou porci nedůvěry. Kdy vychází z toho, že se dobře zná a je schopen naráz rozhodnout, co tu hraje či nehraje, nebude mít nikdy na cestě k sebepoznání velké úspěchy. Na dobré cestě je však každý, kdo vychází z toho, že každý pes na ulici je schopen ocenit ho lépe než on sám.

**2. pravidlo.** Analyzujte časový bod objevení příznaku. Ptejte se na životní situaci, fantazii, sny, události a zprávy, které tvoří jeho časový rámec.

### ANALOGIE A SYMBOLIKA PŘÍZNAKU

Přicházíme teď k ústřední technice výkladu, kterou není lehké vysvětlit ani naučit se. Především je nutné rozvíjet intimní vztah k řeči a naučit se vědomě sledovat, co se říká. Řeč je grandiózní pomůckou k pochopení hlubších a málo viditelných souvislostí. Řeč obsahuje vlastní moudrost, tu však sdělí jen tomu, kdo se naučí jí naslouchat. Naše doba však má sklon k ledabylému a svévolnému zacházení s řečí, a tím ztrácí přístup k odkrytí pravého významu pojmů. Protože i řeč se podílí na polaritě, má vždy ambivalentní, dvojznačný charakter. Téměř všechny pojmy se projevují ve více



polohách. Proto musíme znovu zvládnout schopnost vnímat každé slovo současně ve všech jeho významech.

Skoro každá věta druhého dílu této knihy má nejméně dva významy. Pokud se zdá banální, je to téměř jistá indicie pro to, že byla přehlédnuta druhá rovina, druhý význam. Pokusíme se obrátit pozornost na důležitá místa uvozovkami, kurzívou a dělením slov. Náš postup ovšem závisí na vašem přístupu k vícerozměrnému charakteru řeči. Jazykový sluch se dá naučit stejně těžko jako sluch hudební - oba se však dají pěstovat.

Naše řeč je psychosomatická. Téměř všechna slova a formulace, jimiž vyjadřujeme psychické stavy a procesy, jsou odvozeny z tělesné zkušenosti. Vždycky můžeme pochopit jen to, čeho jsme se někdy mohli chopit vlastníma rukama. Již z tohoto příkladu vyplývá téma, které by si zasloužilo důkladnější zpracování. Na tomto místě však zdůrazněme alespoň toto: každá naše zkušenost, každý krok našeho vědomí vede tělesností. Nepřijmeme vědomě žádný princip, dokud nesestoupil do roviny tělesnosti. A ta nás vtahuje do neuvěřitelné závislosti, z níž často máme strach. Na této závislosti však závisí náš přístup k principu. I z uvedeného myšlenkového postupu vyplývá, že nemocnost se nedá odstranit.

Vraťme se však k významu řeči v našem kontextu. Kdo se naučil vnímat dvojznačnost slov, s údivem zjišťuje, že člověk popisem svých tělesných příznaků naráží i na své psychické problémy. Jeden vidí tak špatně, že mu nic není jasné; druhý je nachlazen a má všeho po krk; další nemůže nic spolknout a jiný by nejraději vyletěl z kůže. Tu není co dodat, stačí jen poslouchat, pokývat hlavou a přiznat: „Nemoc vede k poctivosti!“ (Užíváním latinských názvů chorob se školská medicína postarala o to, aby se nedaly rozpoznat obsahové souvislosti!)

Ve všech těchto případech musí tělo prožít to, co si postižený netroufal přiznat ve své pýše. Neodvážil se při-

znat, že by opravdu mohl vyskočit z kůže, tj. rozbourat obvyklé hranice, čímž se nevědomé přání projeví v těle jako příznak a vynutí si vznik ekzému, aby si to přání uvědomil. S ekzémem jako skrytou příčinou se pak postižený rozhodne své přání nahlas vyslovit: „Nejradši bych vyletěl z kůže!“, protože má konečně tělesný důvod - a ten bere každý vážně. Podobným způsobem se zaměstnaná žena neodváží přiznat svému šéfovi, že má všeho po krk a ráda by si pár dnů odpočinula, ale v tělesné poloze je akceptovatelná angína a kýženého účinkuje dosaženo.

Vedle smyslu pro dvojznačnost řeči je však důležitá i schopnost analogového myšlení, protože ona dvojznačnost je postavena na analogiích. Nikomu nepřijde na mysl, že by člověku bez srdce mohl tento orgán skutečně chybět. Ani přání vyletět z kůže se nebere doslovně. Tato rčení chápeme analogicky, protože abstraktní princip musí být vyjádřen konkrétními pojmy. Být bez srdce či nemít srdce chápeme jako nedostatek schopnosti, který je na základě archetypální symboliky od pradávna vyjadřován pomocí analogie.

Analogické myšlení vyžaduje schopnost abstrakce, protože musíme v konkrétním rozpoznat princip nacházející tu svůj výraz a přenést to konkrétní do jiné roviny. Například kůže přebírá v lidském těle mimo jiné funkci hranice a oddělení se od vnějšího světa. Chce-li někdo vyskočit z kůže, chce tím prolomit hranice a překonat je. Existuje analogie mezi kůží a normami, které v psychické rovině mají stejnou funkci jako kůže v té somatické. Kládeme-li vedle sebe kůži a normy, neznamená to ani identitu, ani příčinnou souvislost, ale vyjadřuje to jen analogičnost principů. Tak odpovídají -jak ještě uvidíme - v těle odložené toxiny (jedy) potlačeným konfliktům ve vědomí. Tato analogie netvrdí, že konflikty produkují toxiny či toxiny vytvářejí konflikty. Obě věci jsou pouze analogickou manifestací v různé poloze.

Psychika způsobuje právě tak málo tělesných příznaků jako tělesné procesy psychických změn. V obou rovínách však nacházíme analogické předlohy. Všechny obsahy vědomí mají odpovídající výraz v těle a naopak. Obliba procházek či úzké rty jsou právě tak příznakem jako hnisavé mandle. (Srovnej stanovení anamnézy v homeopatii.) Příznaky se liší jen subjektivním oceněním, které jim jejich majitel přisoudí. Teprve odmítáním a odporem z nich dělá příznak nemoci. Odpor nám prozrazuje i to, že určitý symptom je výrazem jisté části stínu. A všechny symptomy, které vyjadřují vědomé složky naší duše, milujeme a hájíme jako výraz své osobnosti.

Dávno sporná hranice mezi zdravým a nemocným, mezi normálním a nenormálním, se dá zodpovědět jen v poloze subjektivního hodnocení - nebo vůbec ne. Posuzujeme-li tělesné příznaky z psychického hlediska, chceme tím v prvé řadě pomoci postiženému, aby obrátil svůj pohled na oblast, kterou si dosud neuvědomoval, a zjistil, že je taková, jaká je. V duši je to stejné jako v těle - jak nahore, tak dole. Neje o to okamžitě něco měnit či odstraňovat, ale naopak: vyplatí se přisvědčit, protože „ne“ zatlačí tuto oblast znovu do stínu.

Již pouhé nahlédnutí přispívá k uvědomění. A přinese-li posílené vědomí subjektivní změnu, je to výborné. Každý úmysl něco měnit však má protichůdný efekt. Záměr rychle usnout je tím nejjistějším způsobem, jak zahnat spánek. Neúmyslně však přijde snadno. Neúmyslností miníme přesný střed mezi vůlí něčemu zabránit a do něčeho se nutit. Klid střední polohy umožňuje, aby se stalo něco nového. Kdo bojuje a něco pronásleduje, nedosáhne cíle. Bude-li mít někdo při interpretaci obrazů nemoci pocit, že výklad je zlovolný či negativní, je to znamení, že se dosud nezbavil chybného pohledu. Protože ani slova, ani věci, ani žádné události nejsou samy o sobě zlé, pozitivní ani negativní, jejich ocenění je pouze věcí pozorovatele.

Je nasnadě, že nebezpečí takových nedorozumění přináší naše téma hodně. V příznacích nemoci se manifestují všechny principy, které byly jak jednotlivě, tak kolektivně hodnoceny silně negativně, a proto nebyly vědomě prožity a rozpoznány. Velmi často proto narazíme na problémy agrese a sexuality, protože tyto oblasti velmi rychle a snadno padly za obětí přizpůsobování se normám a hodnotovým představám sociálního společenství, a proto musely zvolit k realizaci utajené cesty. Konstatování, že se za příznakem skrývá čistá agrese, není žádným obviněním, chce jen napomoci ji vidět a připustit si ji. Obavu, co hrozného by se při takovém postupu mohlo stát, vyvrátíme faktem, že agrese je tu i tehdy, když ji nevidíme, a nahlédnutím se nestane ani větší, ani horší. Pokud agrese (či jiný libovolný impulz) leží ve stínu, uniká našemu vědomí, a tím je nebezpečná.

Máme-li přivyknout novému způsobu znázornění tradičních představ, musíme se klidně a pozvolna zbavovat navyklých postupů hodnocení. Je také dobré zaměnit celkově analytické a racionální myšlení za schopnost myslet obrazně, symbolicky a analogicky. Jazykové vztahy a asociace pomáhají rychleji pochopit utváření skutečnosti než sterilní příčinná posloupnost. Schopnosti pravé hemisféry umožňují, aby se obrazy nemoci rozvinuly do vnímatelného stavu.

**3. pravidlo.** Vyabstrahujte z příznaků princip a přeneste jej do psychické roviny. V poslouchání se do jazykových formulací je užitečným klíčem, neboť naše řeč je psychosomatická.

## VYNUCENÉ NÁSLEDKY

Téměř všechny symptomy nutí ke změně jednání a dají se rozdělit do dvou skupin: na jedné straně nám zabraňují dělat to, co máme rádi, na druhé nás nutí dělat něco, co nechceme. Kvůli chřipce nemůžeme jít na návštěvu, ale musíme zůstat v posteli. Kvůli zlomené noze nemůžeme

sportovat, ale musíme být v klidu. Přisoudíme-li nemoci záměr a smysluplnost, poslouží znemožněné a vynucené změny jednání pochopit účel příznaku. Vynucená změna jednání je vynucenou korekturou, a měla by proto být brána vážně. Nemocný má sklon klást odpor všem vnucovaným změnám životního stylu a použít všechny možné prostředky k tomu, aby tak rychle, jak to jen jde, se vrátil k navyklému způsobu života.

My naproti tomu považujeme za důležité umožnit poruše, aby nás opravdu rušila. Příznak vždy koriguje jen jednostrannosti. Přehnaně aktivní člověk je nucen ke klidu, nadměru pohyblivý je v pohybu omezen, komunikačně závislému je tato možnost odebrána. Příznak si vynucuje pozornost neprožitého pólu. Měli bychom na to více dbát a dobrovolně se zřeknout toho, co nám odebírá, a přijmout to, co nám vnucuje. Nemoc je vždy krizí a každá krize se potřebuje vyvinout. Každý pokus dosáhnout stavu před nemocí je naivní nebo hloupý. Nemoc směřuje k novým, nepoznaným a nezažitým břehům - teprve když toto vyzvání vědomě a dobrovolně vyslyšíme, propůjčíme krizi smysl.

**4. Pravidlo.** Obě otázky: „V čem mi brání příznak?“ a „K čemu mě nutí?“ vedou většinou rychle k ústřednímu tematickému okruhu nemoci.

## VZÁJEMNOST PROTILEHLÝCH BIPOLÁRNÍCH PŘÍZNAKŮ

Už při pojednání o polaritě jsme viděli, že za každým takzvaně protikladným párem se skrývá jednota. I symptomatika protilehlých pólů navazuje na společné téma. Není to tedy protimluv, jestliže se jak u zácpy, tak u průjmů setkáme s požadavkem „uvolnění“ jako s ústředním tématem. Za nízkým i vysokým tlakem budeme vidět útěk před konflikty. Tak jako se radost projevuje smíchem i slzami, jako strach může vést jednou k ochromení, jindy zas k panickému

útěku, má každé téma možnost projevit se ve zdánlivě protikladných příznacích.

Upozorňujeme, že prožívat zvlášť intenzivně nějakou životní formu či určitý tematický okruh ještě neznamená, že by postižený neměl s tímto tématem žádný problém a že by je prožíval vědomě. Vysoká agresivita neznamená, že postižený nemá strach, a demonstrativní sexualita nevypovídá o absenci sexuálních problémů. I zde je na místě bipolární pohled. Každý extrém poukazuje s výraznou jistotou na nějaký problém. Bojácnému i udavači se nedostává sebejistoty. Zbabělec i násilník mají strach. Bezproblémovost se nachází ve středu mezi extrémy. Jestliže je nějaké téma jakýmkoliv způsobem zdůrazněno, svědčí to o problematickém a nevyřešeném vztahu.

Určité téma či problém se mohou vyjevit prostřednictvím různých orgánů a systémů. Žádné ustrnulé přiřazení nenutí téma zvolit si k realizaci určitý symptom. Z pružnosti ve volbě forem vyplývá současný úspěch i neúspěch boje proti příznakům. Je sice možné některý příznak funkčním postupem zlikvidovat nebo mu preventivně čelit, ale odpovídající problém si najde jinou formu uskutečnění. Tento proces je znám jako *přesun příznaků*. Je-li člověk vystaven například silnému tlaku, může se to projevit vysokým krevním tlakem, svalovým napětím, zvýšením tlakem uvnitř oka (glaukom), abscesem, ale i jednáním, jímž jsou silnému tlaku vystaveni jiní lidé. Každá varianta má speciální zabarvení, ale všechny zmíněné příznaky vyjadřují stejné základní téma. Kdo přesně pozoruje vývoj nemoci u nějakého člověka z těchto hledisek, rychle najde červenou nit, která nemocnému obvykle uniká.

## STUPNĚ ESKALACE

Příznak sice přispívá k rovnováze tím, že uskutečňuje v těle to, co chybí ve vědomí, ale oklika tím neřeší problém s konečnou platností. Ve vědomí zůstává člověk nedokoná-

lý, dokud se neztotožní se stínem. Jde tedy o nutnou okliku, nikoli o řešení. Člověk se může učit, dozrávat, získávat zkušenosti a prožitky jen ve svém vědomí. I když je tělo pro takový postup nutným předpokladem, musíme si přiznat, že proces vnímání a zpracování prožitků se odehrává ve vědomí.

Například bolest prožíváme výlučně ve vědomí, nikoli v těle. Tělo slouží i v tomto případě jenom jako médium ke zprostředkování zkušenosti v příslušné rovině. (Že tělo není nutné, dokazují bolesti v amputovaných částech údů\*.) Navzdory úzkému vzájemnému působení vědomí a těla je třeba obě tyto instance pečlivě odlišovat, abychom dobře porozuměli procesu učení na bázi nemoci. Obrazně řečeno, tělo je místem, v němž shora přicházející princip dosáhl nejnižšího bodu a zde se obrací, aby mohl vystoupit v opačném směru, tedy nahoru. Padající míč potřebuje odpor nějakého hmotného podkladu, aby mohl opět vyskočit nahoru. Zůstaneme-li u analogie „nahoru-dolů“, procesy vědomého bytí klesají a padají do tělesnosti, aby se tu změnil jejich pól a ony mohly znovu vystoupit do sféry vědomí.

Všechny archetypální principy se musí zhutnit do tělesnosti a hmotného projevu, aby se pro nás staly pochopitelnými a uchopitelnými. Zkušeností se odpoutáváme od hmotné a tělesné roviny a pozvedáme do roviny vědomí. Každý vědomý poznávací krok propůjčuje manifestaci oprávnění a zbavuje ji současně nezbytnosti. Aplikováno na nemoc to znamená, že příznak nemůže řešit problém v tělesné poloze, ale umožňuje postoupit v procesu učení.

Každé dění v těle přináší zkušenost. Do jaké míry se však tato zkušenost dostane do vědomí, nelze v jednotlivých případech předvídat. I zde platí stejné zákony jako v každém procesu učení. Není sice zanedbatelné, že se dítě při vyřešení početní úlohy něco naučí, zůstává však otázkou, nakolik trvale pochopí matematický princip, na němž je řešení postaveno. Dokud jej nepochopí, bude mu každá další úlo-

\*) Tzv. fantomově bolesti - pozn. korekt.

ha přinášet utrpení. Teprve pochopení principu (obsahu) zbaví úlohu (formu) příchuti utrpení. Podobně každý příznak představuje výzvu a možnost vidět a pochopit problém, který za ním vězí. Jestliže se tak nestane, například proto, že jste zaujati jeho projevem a vidíme v něm jenom náhodnou, funkčně podmíněnou poruchu, pak se výzva k pochopení bude nejen opakovat, ale i zvyšovat svou intenzitu. Tento přechod od jemné výzvy k silnému nátlaku nazýváme *stupeň eskalace*. Každý stupeň představuje jisté zvýšení intenzity, čímž nás osud vyzývá, abychom přezkoumali svůj dosavadní způsob nazírání a přijali za své něco z toho, co jsme dosud potlačovali. Čím vyšší odpor klademe, tím více se zvyšuje tlak symptomu.

Uvádíme tabulku se sedmi stupni eskalace; toto rozdělení nechápejte jako absolutní, strnulý systém, spíše jako pokus učinit myšlenku eskalace zřetelnější.

- 1) psychický projev (myšlenky, přání, fantazie)
- 2) funkční poruchy
- 3) akutní tělesné poruchy  
(zápaly, zranění, drobné nehody)
- 4) chronické poruchy
- 5) nevyléčitelné procesy, změny orgánů, rakovina
- 6) smrt (následkem nemoci nebo nehody)
- 7) vrozené deformace a poruchy (karma)

Dříve než se nějaký problém manifestuje v těle jako příznak, hlásí se v psychické jako téma, myšlenka, přání nebo fantazie. Čím je člověk otevřenější a připravenější dopřát nevědomým impulzům sluchu, tím snazší je jeho životní cesta. Řídí-li se však příliš jasnými představami a normami, omezuje vnímání impulzů z nevědomí, protože zpochybňují to, co přijímal dosud, a vytvářejí nové priority. Takový člověk pak uzamkne pramen, z něhož impulzy obvykle tryskají, a žije dál s přesvědčením, že „takové problémy“ nezná.

Necitlivost v psychické oblasti přivolá ihned první krok eskalace. Objeví se příznak: malý, nevinný - ale věrný. Tím se impuls projevil, ačkoli jsme mu v tom chtěli zabránit. I psychický impuls chce být přesunut a zhmotněn, aby mohl být prožit. Nedojde-li k tomu dobrovolně, podaří se mu to oklikou, vytvářením příznaků. Platí tu staré pravidlo, že každý symptom, s nímž se nechceme identifikovat, přijde k nám znovu, zdánlivě zvenku.

Po funkčních poruchách, jimž se člověk zpočátku brání, ale pak se s nimi zpravidla naučí žít, objeví se především akutní zánětlivé příznaky a mohou se podle své problémové příslušnosti usadit skoro v celém těle. Laik je snadno pozná podle latinské koncovky -itis (v českém názvosloví-itida). Každé zánětlivé onemocnění představuje velmi naléhavý požadavek něco pochopit a chce - což podrobně rozvedeme v druhém díle - nevědomý konflikt zviditelnit. Pokud se tento záměr nepodaří - náš svět je ostatně nejen proti konfliktům, ale i proti infekcím -, dostanou akutní záněty chronickou formu (-ózy). Kdo aktuální výzvu nepochopí, získá vytrvalého domlouvače, který bude připraven doprovázet ho dlouhý čas. Chronické procesy mají tendenci vyvolávat pozvolna nezvratné tělesné změny, které pak označujeme jako nevléčitelné choroby.

Tento vývoj vede dříve či později k smrti. Nabízí se námitka, že nakonec každý život končí smrtí, ta se proto těžko hodí jako eskalační krok do naší koncepce. Pamatujme však, že smrt je také nositelem informace a nejpůsobivěji nám připomíná jednoduchou pravdu, že každé materiální bytí má svůj začátek a konec, a není proto moudré se na ně upnout. Výzva k smrti zní vždy stejně: Osvobodit se! Osvobodit se od iluze času a od iluze našeho Já! Smrt je symptomem, protože je výrazem polarity, a jako každý příznak je léčitelná návratem do jednoty.

S posledním eskalačním krokem vrozených poruch a překážek spěje konec přímky opět k začátku. To, co člo-

věk do své smrti nepochopil, bere s sebou vědomí jako problém do příští inkarnace. Dotýkáme se tu tématu, které se v naší kultuře nestalo samozřejmostí. Diskutovat na tomto místě o učení reinkarnace není sice nejvhodnější, ale nemůžeme je zcela obejít, protože jinak by náš výklad nemoci a uzdravení nebyl v některých případech pochopitelný. Mnozí by považovali obsahový koncept příznaků nemoci nepoužitelný na dětské nemoci a zvláště na vrozené poruchy.

Tady nám učení o reinkarnaci může ulehčit porozumění. Nesmíme ovšem podlehnout nebezpečí, že budeme příčiny nynějšího onemocnění hledat v předešlém životě - to by bylo stejně mylné jako jejich hledání v tom nynějším. Viděli jsme, že naše vědomí potřebuje představu lineárnosti a času, aby mohlo sledovat procesy v bipolární rovině bytí. V tomto smyslu je idea „minulého života“ potřebná a smysluplná k pochopení, jakým způsobem se vědomí na své cestě zdokonaluje.

Následující příklad tento vztah ilustruje. Jednoho libovolného dne se člověk ráno probudí. Je to pro něho nový den a on se rozhodne dát mu podobu podle své vůle. Nezávisle na tomto úmyslu se hned ráno objeví exekutor a chce vrátit peníze, ačkoli si náš člověk prokazatelně nemohl ještě půjčit či vydat ani haléř. Zda a jak moc ho tato událost udiví, závisí na tom, zda je připraven zahrnout do své identity i všechny předcházející dny, měsíce a roky, či za se chce identifikovat pouze s novým dnem. V prvním případě se nebude divit ani exekutorovi, ani svému tělesnému stavu či jiným životním okolnostem, které ho toho dne potkají. Pochopí, že nemůže dát novému dni podobu, jakou by chtěl, protože noc a spánek nemohly přerušit kontinuitu jeho života. Chápc-li však noční přerušeni jako podnět, aby se identifikoval pouze s novým dnem a ztratil vztah k dosavadní cestě, musí mu zmíněná manifestace připadat jako velká nespravedlnost, jako náhodné a zlomyslné zřízení jeho záměru.

Nahradíme-li v našem příkladu den životem a noc smrtí, pochopíme rozdíl, jaký vznikne uznáním či odmítnutím reinkarnace. Reinkarnace rozšiřuje záběr pozorování a umožňuje tím lépe rozeznat předlohu. Jestliže nám však bude dobrá jen proto - jak tomu často bývá -, abychom údajné příčiny odsouvali do minulosti, bude to její zneužití. Pokud si však uvědomíme, že tento život je jen malým úsekem na naší cestě k poznání, snadněji pochopíme, že rozdílné výchozí pozice, v nichž své životy začínáme, jsou zákonité a smysluplné. Jako bychom přijali hypotézu, že každý život vzniká jako jednorázová záležitost náhodným smísením genetických vkladů.

Pro naše téma stačí pochopit, že člověk přichází na svět sice s novým tělem, ale se starým vědomím. Stav vědomí, který si s sebou přináší, je výrazem dosavadních zkušeností s poznáním. Právě tak si člověk přináší své specifické problémy a okolní svět používá k tomu, aby je realizoval a přeměňoval. Problém nevzniká v tomto životě, jen se zviditelňuje.

Pamatujte si: problémy přirozeně nevznikly v minulém převtělení, problémy vůbec nevznikají ve formální oblasti. Problémy a konflikty jsou jako vina a hřích nepominutelné výrazové formy apriorně dané polaritě. Ve starém ezoterickém poučení jsme našli tuto větu: „Vina, to je nedokonalost nezralého ovoce.“ Dítě vězí v problémovosti a konfliktnosti stejně hluboko jako dospělý. Děti ovšem mají lepší kontakt s nevědomím, a proto také odvahu vynořené impulzy spontánně realizovat - dokud jim v tom „moudří dospělí“ nezabrání. Dospíváním se zvyšuje odstup od nevědomí a zabředá se do vlastních norem a životních lží, čímž se zvyšuje náchylnost k chorobným příznakům a se stářím roste. V základě je však každá bytost, která se podílí na polaritě, neúplná, a proto i nemocná.

Totéž platí i pro zvířata. I zde se zřetelně rýsuje korelace mezi nemocí a vytvářením stínu. Čím menší diferenci-

ace, a tím i účast na polaritě, tím menší náchylnost k nemocem. Naopak, čím více se nějaká bytost dostává do polaritě a zvyšuje schopnost poznávání, tím náchylnější k nemocem se stává. Lidské bytí je nejrozvinutější formou poznávací schopnosti, jež je nám známa, a proto člověk prožívá napětí polaritě nejsilněji. V lidské říši také získává nemoc nejvyšší význam.

Na eskalačních stupních nemoci vidíme, jak určitá výzva svůj tlak postupně zvyšuje. Neexistují žádné velké nemoci a nehody, které přicházejí jako blesk z čistého nebe, jen lidé, kteří usilovně na jasné nebe věří. Kdo však sám sebe neklame, nemůže být zklamán!

### **VLASTNÍ SLEPOTA**

Při sledování dalších klinických obrazů nemoci by bylo velmi užitečné, kdybyste u jednotlivých obrazů mysleli na nějakého příbuzného či známého, u koho se odpovídající\* příznak vyskytl či vyskytuje. Tak budete mít možnost vyložené souvislosti si ověřit. Zároveň se vám objasní víceznačnost výkladů a vyznáte se lépe v lidech.

To vše by mělo probíhat jen ve vašich myšlenkách a neměli byste jiné lidi přepadat se svými výklady. Neřeší se tím ostatně ani příznak, ani problém druhého člověka, zato každá poznámka, kterou bez vyzvání učiníte, je už přepadením. Každý člověk se má o své problémy starat sám - více pro zdokonalení našeho vesmíru učinit nemůže. Doporučuji eme-li vám, abyste obrazy nemoci zkoumali na jiných lidech, má to pouze ten účel, abyste se přesvědčili o správnosti této metody a charakteru souvislostí. Při posuzování vlastního příznaku s největší pravděpodobností zjistíte, že v tomto „zcela speciálním případě“ výklad ale vůbec nesouhlasí, ačkoli pravý opak bude pravdou.

Zde se skrývá největší problém našeho počínání: profesionální slepota ve vlastním oboru. Teoreticky je tato zaslepenost lehce odstranitelná. Příznak zastupuje princip

chybějící ve vědomí. Náš výklad mu dává jméno a upozorňuje na to, že tuje, ale protože leží ve stínu, není viditelný. Pacient však porovnává takovou výpověď vždy s vědomým obsahem a zjišťuje, že v něm není. To pak zpravidla považuje za důkaz, že výklad v jeho případě nesouhlasí, aniž si uvědomí, že jde právě o to, aby se příznak naučil vidět oklikou. Vyžaduje to vědomě na sobě pracovat a vyrovnat se sám se sebou, což se ovšem jedním pohledem nepodaří.

Jestliže se tedy ztělesní příznak agresivity, je tomu proto, že buď u sebe agresivitu nevidí, nebo ji neprožívá. Dozví-li se něco o výkladu této vlastnosti, bude se vehementně bránit, jak se už jistě bránil dříve, protože jinak by neležela ve stínu. Nepřekvapuje tedy, že u sebe žádnou agresivitu neodkryje - kdyby ji viděl, neobjevil by se její příznak. Z tohoto recipročního vztahu můžeme odvodit pravidlo, že čím větší je pacientův údiv nad objevením příznaku, tím je výklad přesnější. Odpovídající výklady vyvolávají nejprve jakousi nechuť, potom pocit strachu a potřebu obrany. V takových případech pomůže, máme-li upřímného partnera či přítele, jehož se můžeme zeptat a který má odvahu otevřeně mluvit o slabostech, jež na nás vidí. Ještě jistější je ovšem naslouchat názorům našich kritiků a nepřátel - ti mají pravdu skoro vždycky.

**Pravidlo.** Pravdivý výklad se nás vždycky dotkne!

### Shrnutí teorie

1. Lidské vědomí je bipolární. Na jedné straně to umožňuje poznávací schopnost, na druhé nás to činí neúplnými a nedokonalými.
2. Člověk je nemocen. Nemoc je výrazem jeho nedokonalosti a v rámci polarity je neodstranitelná.
3. Nemoc se projevuje příznaky. Jsou to části stínu našeho vědomí, které poklesly do hmotné roviny.
4. Člověk jako mikrokosmos zahrnuje latentně ve svém vědomí všechny principy makrokosmu. Protože se

- člověk na základě své rozhodovací schopnosti identifikuje vždy jen s polovinou všech principů, klesá druhá polovina do stínu a člověk si ji neuvědomuje.
5. Princip, který člověk vědomě neprožije, si vynucuje právo na existenci oklikou přes tělesný příznak. Tím musí člověk projít a realizovat to, oč vůbec nestál. Symptomatika tím kompenzuje všechny jednostrannosti.
  6. Příznak dělá člověka poctivým!
  7. Za příznak má člověk to, co mu ve vědomí chybí.
  8. Vyléčení je možné jen tehdy, jestliže si člověk příznakovou část stínu uvědomí a ztotožní se s ní. Najde-li to, co mu chybí, stane se příznak zbytečným.
  9. Cílem vyléčení je dosažení celistvosti a jednoty. Člověk je zdrav a celý, našel-li své pravé Já a sjednotil se se vším, co on sám představuje.
  10. Nemoc nutí člověka neopouštět cestu k jednotě - proto:

### NEMOC JE CESTOU K DOKONALOSTI.

# II. díl

## Klinické obrazy nemoci a jejich význam

*Říkáš:*

*„Co je znamením cesty, ó, derviši?“*

*„Poslouchej mě,*

*a když posloucháš, přemýšlej!*

*Toto je pro tebe znamení:*

*Ačkoli kráčíš vpřed,*

*zdá se, že se tvá bída zvětšuje. "*

*Fariduddin Attar*



# 1. Infekce

Infekce představuje nejčastější základ chorobných procesů v lidském těle. Častými, akutně se projevujícími příznaky jsou zápal, a to od nachlazení přes zápal plic až k choleře a neštovicím. V latinském názvosloví nám prozrazuje koncovka -itis, že se jedná o zánětlivý proces (colitis, hepatitis apod.). Ve velké oblasti infekčních onemocnění dosáhlo školské lékařství velkých úspěchů objevením antibiotik (např. penicilin) a očkováním. Jestliže dříve většina lidí na následky infekce umírala, dnes to patří v zemích s dobrou lékařskou péčí k výjimce. Neznamená to, že překonáváme méně infekcí, jen to, že v boji proti nim máme dobré zbraně.

Komu tato terminologie (ač běžná) připadá příliš militaristická, měl by si uvědomit, že zánětlivý proces skutečně vyvolává „bitvu v těle“. Nebezpečná přesila nepřátelských původců nemoci (bakterie, viry, toxiny) narazí na obranný systém těla a jeho zbraně. Toto střetnutí se projeví v takových příznacích, jako je otok, zrudnutí, bolest a horečka. Podaří-li se tělu zvítězit nad vetřelci, pacient infekci překoná. Zvítězí-li choroboplodné elementy, umírá pacient. Analogie mezi zápalem a válkou je na první pohled patrná. Ačkoli mezi nimi není příčinná souvislost, mají stejnou vnitřní strukturu a uskutečňuje se v nich stejný princip, jen v různých rovinách projevu.

Řeč dobře vystihuje vnitřní souvislosti. Slovo *zápal* jako by obsahovalo onu *zápalnou jiskru*, která dokáže přivést k explozi celý sud prachu. Užíváme řadu slovních va-

zebjakoby šlo o válečné střetnutí: *vzplanul doutnající konflikt, byl zapálen doutnák, dovnitř vletěla hořící pochodeň* atd. Při takovém množství zápalné látky musí dojít dříve nebo později k explozi, při níž se náhle vybijí (a uvolní) něco nahromaděného, co jsme nemohli zpozorovat ani ve válce, ani v našem těle. Například malý puchýř nebo velký absces.

Další úvaha nás dovede ještě k jedné rovině analogií, k psychice. I člověk může *explodovat*. Myslíme tím emocionální reakci, při níž se chce uvolnit nějaký vnitřní konflikt. Budeme trvale a souběžně sledovat tři roviny: „psychiku - tělo - národy“, abychom se dobrali exaktní analogie mezi konfliktem - zápalením - válkou, která je úplně dostavujícím klíčem k porozumění nemoci.

Polarita našeho vědomého bytí nás neustále přivádí ke konfliktům, do napětí v poli mezi dvěma možnostmi. Stále se musíme rozhodovat, vždy musíme jednu možnost zavrhnout, chceme-li zvolit druhou, vždy nám něco chybí k tomu, abychom byli úplní. Dobře tomu, kdo si stále napětí a konfliktnost lidského bytí umí přiznat, neboť většina lidí má sklon věřit, že když žádný konflikt nevidí a netuší, je to bezpečným znamením, že žádné konflikty nemá. Se stejnou naivitou věří malé děti, že když zavřou oči, stanou se neviditelnými. Konflikty se ovšem nestarají o to, zda je vnímáme, či ne - prostě tu stále jsou. Kdo není připraven své konflikty ve vědomém životě unést, pracovat s nimi a přivést je pozvolna k řešení, ten se dočká toho, že klesnou do tělesnosti a zviditelní se jako zápal. *Každá infekce je konfliktu látkové podobě*. Střetnutí, jemuž jsem se vyhnul v psychické rovině (včetně průvodních bolestí a nebezpečí), si vynutí svou oprávněnost v tělesné rovině jako zápal.

Všimněme si tohoto procesu v jeho průběhu a odpovídající podobě ve třech rovinách: zápal - konflikt - válka.

1. Nákaza. Původci nemoci vniknou dovnitř (bakterie, viry, toxmy). Tento průnik nezávisí ani tolik na jejich

výskytu jako na připravenosti těla je vypudit. Lékaři lomu říkají *slabá imunita*. Problém infekce není tedy - jak věří fanatici sterilitě - v přítomnosti jejich původců, ale ve schopnosti umět s nimi žít. Tento poznatek lze téměř doslova přenést do roviny vědomí, neboť ani zde nezáleží na tom, zda žijeme ve světě prostém choroboplodných zárodků, problémů a konfliktů, ale v tom, zda umíme žít s konflikty. Není těžké z tohoto vztahu odvodit, že hladina imunity je řízena psychickou. Vždyť i vědecký tábor zkoumá tuto souvislost stále důkladněji (výzkum stresu aj.).

Mnohem větší vliv však má její pozorné sledování tehdy, provádíme-li je sami na sobě. Kdo nechce své vědomí otevřít konfliktu, který je narušuje, musí místo toho otevřít své tělo jinému narušiteli - původci nemoci. Tito narušitelé se uchytí ve slabých místech těla (loci minoris resistentiae = místa se sníženou schopností odporu), o nichž školská medicína soudí, že jsou vrozená, případně zděděná. Kdo neumí myslet analogicky, mohl by se dostat do neřešitelného teoretického konfliktu. Školské lékařství redukuje náchylnost jistých orgánů k zápalům na tuto vrozenou slabost, což zdánlivě činí další interpretaci nemožnou. Psychosomaticiic však bylo vždy nápadné, že problémové okruhy korelují s jistými orgány, dostávala se však do rozporu se školskou teorií loci minoris resistentiae.

Tento zdánlivý rozpor se rychle vyřeší, pokud urojíme-li spor z třetího hlediska. Tělo je viditelným výrazem vědomí, tak jako je dům viditelným výrazem architektonické ideje. Idea a manifestace si navzájem odpovídají, tak jako fotografie odpovídá negativu, aniž by byly totožné. Tak každá část těla a každý orgán odpovídají určitému psychickému obsahu a problémovému okruhu (na tomto vztahu stavějí např. fyziognomie, bioenergetika, techniky psychické masáže apod.). Člověk se převtěluje s určitým vědomím, jehož momentální stav je výrazem dosavadního průběhu učení. Přináší si jistou předlohu problémových okruhů, které si vy-

nucují řešení, a tím utvářejí jeho osud ve smyslu charakter + čas = osud. Charakter se nedědí ani není určován prostředím, je přinesen na svět jako výraz vědomí, které inkaruje.

Tento stav vědomí se specifickými konstelacemi problému a životních úkolů je tím, co např. astrologie symbolicky znázorňuje v horoskopu prostřednictvím měření časové kvality. (Podrobněji pojednáno v knize *Osud jako šance*.) Jestliže je tělo výrazem vědomí, nachází se i v něm odpovídající předloha. To však znamená, že zvláštní problémové okruhy mají svou tělesnou, organickou odezvu v konkrétní náchylnosti. Tuto souvislost využívá např. diagnostika pomocí oční duhovky, aniž by ovšem brala v potaz psychologické korelace.

Locus minoris resistentiae je onen orgán, který vždy musí převzít proces učení v tělesné rovině, pokud psychické problémy tomu orgánu odpovídající, vědomě nezpracujeme. Který orgán kterému problému odpovídá, chceme postupně vysvětlit v dalších pasážích knihy. Kdo pochopí souvislosti, tomu se otevírá docela nová dimenze vnímání chorobných procesů, ostatním, kteří se nezbavili kauzálního systému myšlení, zůstane utajena.

Pozorujeme-li průběh zánětu, zatím bez určování místa dění, vidíme, že v první fázi (nákaza) vnikají do těla jeho původci. Tomuto aktu odpovídá v psychické rovině nějaký vyzývavý problém. Impulz, s nímž jsme se dosud nevyrovnali, proráží obrannou linii našeho vědomí a rozčiluje nás. Vyvolává napětí polarity a my je prožíváme jako konflikt. Funguje-li dobře naše psychická obrana, nemůže impulz dosáhnout nadvědomí - a my jsme proti výzvě imunní, ale tím i proti zkušenosti a vývoji.

Také zde platí buď-anebo polarity: zřekne-li se naše vědomí obrany, zůstane tělesná imunita zachována; je-li však naše vědomí vůči novým impulzům imunní, je tělo připraveno přijmout původce chorob. Napadení se neubráníme, můžeme si jen vybrat rovinu, v níž k němu dojde. Ve váleč-

né poloze odpovídá fáze nákazy vniknutí nepřátel do země (narušení hranic). Podobný zásah připoutá samozřejmě veškerou vojenskou i politickou pozornost k agresorovi. Všichni jsou rázem aktivní, věnují problému všechnu energii, mobilizují síly a vojsko, vyhlížejí spojence - zkrátka se koncentrují na zdroj nepokoje. V tělesném dění se tomu říká

**2. Fáze exudace.** Původci choroby se uchytili a vytvářejí ložisko zánětu. Ze všech stran přitéká tkáňový mok, pocítujeme zduření tkáně a tlak. Sledujeme-li náš psychický konflikt v druhé fázi, napětí roste i zde. Všechna naše pozornost se soustřeďuje na nový problém - nemůžeme myslet na nic jiného - pronásleduje nás ve dne v noci - nemluvíme o ničem jiném - všechny naše myšlenky krouží bez přestání okolo tohoto problému. Tímto způsobem proudí téměř všechna naše energie do místa konfliktu, problém doslova živíme, nafukujeme, až se před námi tyčí jako zbytečná, nepřekonatelná hora. Konflikt zmobilizoval všechny naše psychické síly a připoutal je k sobě.

**3. Obranná reakce.** Tělo si proti původcům choroby (antigenům) vyrábí speciální protilátky (v krvi a kostní dřevě). Lymfocyty a granulocyty vytvářejí kolem antigenů stěnu a makrofágy je začínají požírat. Válka v těle je v plném proudu: nepřátelé jsou obklíčováni a napadáni. Nepodaří-li se zlikvidovat konflikt na lokální úrovni (omezenou válkou), dojde k všeobecné mobilizaci. Celý národ se vrhl do války a všechny své aktivity věnuje zvládnutí konfliktu. V lidském těle odpovídá takové situaci

**4. Horečka.** Obranné síly napadly a zničily původce choroby, tím se uvolnily jedy a vyvolaly horečnatou reakci. Na lokální zánět odpovídá celé tělo všeobecným zvýšením teploty. Při každém vzrůstu teploty o jeden stupeň se zdvojnásobuje látková výměna. Tím je patrné, v jaké míře horečka zesiluje obranné procesy. Lidová moudrost proto tvrdí, že horečka je zdravá. Výše horečky koreluje s rychlostí průbě-

hu onemocnění. Proto bychom měli snižovat horečku jen natolik, aby nebyla životu nebezpečná, a nepropadat hned panice.

V psychické sféře nám konflikt v této fázi absorboval celý život a všechnu energii. Podobnost mezi tělesnou horečkou a psychickým rozrušením je tak nápadná, že běžně mluvíme o *horečném očekávání* či *napětí*. Při rozrušení je nám horko, srdce bije rychleji, úplně zrudneme (ať už láskou či hněvem), potíme se a chvějeme napětím. To vše není právě příjemné - ale je to zdravé. Je-li zdravá horečka, ještě zdravější je zvládnutí konfliktů. A přece se mnozí snaží horečku i konflikty potlačit v zárodku a ještě jsou hrdí, jak toto umění dobře zvládli. (Jak by ne, když je to tak příjemné!)

**5. Řešení.** Předpokládejme, že obranné síly těla byly úspěšné. Cizí tělesa zčásti zatlačily, zčásti pohltily (požraly!), takže došlo k rozpadu útočných i obranných tělísek. Výsledkem je žlutý hnis (a ztráty na obou stranách!). Narušitelé opouštějí tělo v proměněné, zesláblé podobě. Proměnilo se však i tělo. Nyní má a) informaci o narušitelích, kterou nazýváme *specifickou imunitou*, b) obranné síly se vytrénovaly a zesílily, čemuž zase říkáme *nespecifická imunita*. Z vojenského hlediska jde tedy o vítězství jedné strany při ztrátách na obou stranách. Vítěz vychází ze střetnutí posílený, protože se protivníkovi přizpůsobil, nyní ho zná a v budoucnosti na něj bude reagovat specifickým způsobem.

**6. Smrt.** Může se však stát i to, že ze střetnutí vyjdou vítězně narušitelé, což vede ke smrti pacienta. Podle nás je to nevhodné řešení, fandíme přece druhé straně. I ve fotbale záleží na tom, se kterým mužstvem se identifikujeme. Výhra je výhra a je jedno, kdo si ji připiše. Válka skončila a nastává jásání - tentokrát ovšem na druhé straně.

**7. Chronický charakter.** Nepodaří-li se žádné z obou stran vyřešit konflikt podle jejich představ, dochází ke kompromisu mezi narušiteli a obránci. Narušitelé zůstanou v těle, aniž by zvítězili (způsobili smrt), ale také aniž by byli poraženi (pacient se uzdravil ve smyslu „*restitutio ad integrum*“).

A máme obrázek změny v chronickou chorobu. Symptomaticky se to projevuje trvale zvýšeným počtem lymfocytů a granulocytů, antilátek, mírně zvýšenou sedimentací a občasnou teplotou. Protože nedošlo k dokonalému vyčištění místa nákazy, vytvoří se jakési ložisko, které nyní trvale váže energii a ta chybí ve zbývající části organismu. Pacient se cítí ubitý, unavený, bez nálady, apatický. Není ani úplně zdrav, ani pořádně nemocen - žádná opravdová válka a žádný opravdový mír, jen příměří - tedy planý kompromis, jakým jsou všechny kompromisy tohoto světa. Kompromis patří k vysokým cílům zbabělců a „vlažných“ (Ježíš říká: „Neraději bych je vyplivl ze svých úst. Buďte horoucí, anebo chladní!“), kteří mají neustále strach z následků svého jednání a z odpovědnosti, kterou tím na sebe berou. Kompromis není nikdy řešením, protože nepředstavuje úplnou rovnováhu mezi dvěma póly, ani nemá sílu je sjednotit. Kompromis znamená stálý rozpor, a tím i stagnaci. Z vojenského hlediska znamená poziční válku (jako byla 1: světová), která vyžaduje neustálou energii a přísun materiálu, a tím všechny ostatní oblasti (např. hospodářství, kulturu) oslabuje a ochromuje.

V psychické rovině získává chronický charakter trvalý konflikt. Člověk v něm zůstává uvězněn a nenachází ani odvahu, ani sílu dospět k nějakému rozhodnutí. Každé rozhodnutí vyžaduje oběť - současně můžeme dělat pouze jedno nebo druhé - a tato nezbytná oběť vyvolává strach. A tak mnozí lidé uvíznou uprostřed svého konfliktu, neschopni dopomoci jednomu či druhému pólu k vítězství. Neustále váhají, které rozhodnutí je *správné* a které *falešné*, aniž by pochopili, že v abstraktním smyslu ani *správné*, ani *falešné* neexistuje. Chceme-li být jednou *celí*, potřebujeme beztak oba póly, jenom je v polaritě musíme realizovat postupně, nikoli současně. Začneme proto jedním z nich, rozhodneme se!

Každé rozhodnutí osvobozuje. Chronický konflikt odčerpává trvale energii, což vede k ztrátě nálady, energie a k rezignaci. Podaří-li se nám však probít se k jednomu z pólů konfliktu, rychle pocítíme uvolněnou energii. Tak jako se tělo posiluje zdoláním infekce, i psychika vychází posílena z konfliktu, který se jí podařilo zdolat: střetnutím s oběma protilehlými póly se rozšířily její hranice a vědomí. Z každého prožitého konfliktu si odnášíme jako výhru informaci (uvědomění), které nám analogicky ke specifické imunitě těla umožňuje vyrovnat se s ním v budoucnu bez nebezpečí.

Každý prožitý konflikt nás kromě toho učí zvládat jej lépe a odvážněji, což odpovídá nespecifické imunitě lidského těla. Tak jako každé řešení v tělesné sféře vyžaduje velkou oběť, zvláště na druhé straně, musí i psychika při rozhodování přinášet oběti. Mnoho dosavadních názorů a mínění, mnoho oblíbených životních postojů a zvyklostí musíme obětovat a zatratit. Všechno nové předpokládá smrt starého. Po větších zánětlivých ložiscích zůstávají v těle jizvy, ale zůstávají mnohdy i v psychice a my pak na ně vzpomínáme jako na hluboké strže svého života.

Dříve rodiče věděli, že dítě po překonání dětské nemoci (všechny dětské nemoci jsou infekční) udělá velký skok ve svém vývoji. Dítě už nikdy není stejné jako předtím. Nemoc uspíšila jeho zrání. Podobným způsobem však působí nejen dětské choroby. I z každého konfliktu vychází člověk zralejší, jeho výzvy a požadavky nás činí silnějšími a mocnějšími. Všechny velké kultury vznikly přemáháním těžkých podmínek. Nakonec sám Darwin nacházel zdůvodnění vývoje druhů v úspěšném překonávání životních podmínek (čímž nechceme říci, že darwinismus plně akceptujeme).

„Válka je otcem všeho,“ říká Herakleitos, a kdo té větě rozumí, ví, že tento výrok vyjadřuje jednu z nejdůležitějších moudrostí. Válka, konflikt, napětí mezi póly - to vše je zdrojem životní energie a zaručuje pokrok, vývoj. Tyto věty znějí

nebezpečně a mohou být zneužity v době, kdy si vlci navlékli beráncí roucho a v tomto převleku prezentují svou agresi jako lásku k míru.

Úmyslně, krok po kroku, porovnáваме průběh zánětu s válečným děním, aby naše téma mělo náležitou ostrost a zabránilo tomu, že by je někdo přeletěl s pouhým pokyváním hlavy. Žijeme v době a kultuře, které jsou konfliktům nepřátelské. Pokoušíme se odstraňovat konflikty na všech úrovních, aniž bychom pozorovali, že tento postoj znemožňuje jakékoli rozšíření vědomí. Člověk nemůže odstranit konflikty uvnitř polárního světa funkčními zásahy, takové pokusy vedou jen k jejich přesunu a odložení do jiných rovin, jejichž vnitřní souvislosti sotva kdo přehlédne.

Sledovali jsem sice strukturu konfliktu a strukturu zánětu souběžně, abychom poznali, co mají společného, v člověku však málokdy probíhají paralelně. Nejčastěji jedna rovina střídá druhou ve smyslu buď-anebo. Podaří-li se nějakému impulzu prorazit obranu vědomí a učinit z konfliktu vědomou záležitost, proběhne načrtnutý proces jeho zpracování jenom v psychice a nedojde zpravidla k žádné somatické infekci. Jestliže se však člověka konfliktu neotevře a brání se všemu, co by mohlo jeho uměle udržovaný „dokonalý“ svět zpochybnit, pronikne konflikt do tělesnosti a musí být prožit jako zápal v somatické rovině.

Zápal je konfliktem látkové roviny. Člověk by neměl svá infekční onemocnění sledovat povrchně a dojít k závěru, že „o žádných konfliktech neví“. Právě jejich přehlížení vede k onemocnění. K takovému poznání je třeba něco víc než zběžný pohled. Chce to nemilosrdnou poctivost, jež způsobí duši tolik nepříjemnosti jako infekce těla. A tomu se chceme vždy vyhnout.

Je pravda, že konflikty vždycky bolí, a je jedno, v jaké rovině je prožíváme. Nikdy nejsou hezké, ať už jde o válku, vnitřní spor či nemoc. Uznáme-li však jednou, že se ničemu nemůžeme vyhnout, ztrácí rozlišování na pěkné a nepěkné

smysl. Kdo si nedovolí explodovat psychicky, u toho dojde k explozi v těle (absces) - a má smysl ptát se ještě, co je *hezčí* nebo *lepší* Nemoc vede k poctivosti!

Poctivě jsou však konečně i všechny výše vychválené snahy naší doby odstranit konflikty, kde se jen dá. Z pozadí dosud řečeného vystoupí v novém světle i dosavadní úspěšné snahy v boji proti infekčním nemocem. Boj proti infekcím je bojem proti konfliktům v látkové rovině. Na každý pád byly poctivě pojmenovány i zbraně: *antibiotika*. Toto slovo je složeno ze dvou částí: *anti* znamená proti a *bios* život. Jsou to tedy „látky namířené proti životu“. Pěkná poctivost!

Toto nepřátelství vůči životu se projevuje ve dvou rovinách. Vzpomeneme-li si, že konflikt je vlastním motorem vývoje, tj. života, pak každé potlačení konfliktu je současně útokem na jeho dynamiku.

Ale i v užším lékařském pojetí jsou antibiotika životu nepřátelská. Záněty představují akutní, tj. rychlé a aktuální pročištění, čímž odejdou z těla toxiny v podobě hnisu. Jsou-li tyto pročišťovací procesy častým podáváním antibiotik podvážány, musí být toxiny, které nás napadly, někde v těle uloženy (většinou ve vazivu), což může vést při stoupajícím množství k rozvoji rakoviny. Dochází k efektu odpadkového koše: buď můžeme koš často vysypávat (infekce), nebo tak dlouho odpadky ukládat, až život tu vzniklý ohrozí celý dům (rakovina). Antibiotika jsou cizí látky, které pacient sám nevytvořil, a proto ho připravují o vlastní „ovoce“ jeho chorobného stavu: o zisk z poznání získaného v průběhu střetnutí.

Podívejme se z tohoto hlediska alespoň krátce na téma *očkování*. Známe dva základní způsoby: aktivní a pasivní imunizaci. Při pasivní imunizaci jsou podávány obranné látky vytvořené v jiném těle. K této formě očkování saháme, když nemoc už vypukla (např. sérum proti tetanu). V psychické rovině by tomu odpovídalo přejímání hotových ře-

šení problému, přikázání a morálních předpisů. Člověk sahá po cizím patentu na recept, a vyhýbá se tak vlastní akci a zkušenosti, jde pohodlnou cestou.

Při aktivní imunizaci jsou podávány látky způsobující infekci ve značně oslabené podobě, aby si tělo na základě této nákazy vytvořilo vlastní protilátky. K této formě patří všechna profylaktická očkování (např. proti dětské obrně, neštovicím apod.). V psychice si můžeme cvičit schopnost řešení konfliktů v neškodných situacích (vojenská analogie: manévry). Patří sem řada pedagogických snah a většina skupinových terapií. V zmíněných situacích se nacvičuje strategie zdolávání konfliktů, aby byl člověk schopen vědomě se vypořádat s těmi prvými.

Žádná z těchto úvah by neměla být brána jako recept, tím by došlo k jejich dezinterpretaci. Nejde přece o to, „zda se smíme, či nesmíme dát očkovat“, nebo „zda nikdy nemáme užívat antibiotika“. Je přece úplně lhostejné, co děláme - pokud *víme*, co děláme! *Vědomé* jednání - to je náš požadavek, nikoli hotové příkazy a zákazy.

Nabízí se ještě otázka, zda je tělesný chorobný proces schopen v podstatě nahradit proces psychický. Není lehké tuto otázku zodpovědět, protože myšlenkové dělení na duši a tělo je jen pomocným prostředkem; ve skutečnosti je nikdy tak jednoznačně nepocítujeme. Přesto všechno, co se odehrává a probíhá v těle, prožíváme ve svém vědomí, ve své duši. Uhodíme-li se něčím do palce, řekneme: Bolí mě palec. To ovšem není zcela správné, neboť bolest sídlí ve vědomí, nikoli v palci. My pouze promítáme psychický vjem bolesti do prstu.

Právě proto, že bolest je záležitostí vědomí, ji můžeme docela dobře ovlivňovat: odvracením pozornosti, hypnózou, narkózou, akupunkturou. (Pokud se vám to zdá nadsazené, vzpomeňte si na efekt vznikající při amputaci končetin! - str. 100) Vše, co v nějakém procesu tělesného onemocnění prožijeme a protrpíme, se odehrává výlučně v našem vědo-

mí. Rozlišování *psychického a somatického* se týká jenom projekční plochy. Onemocní-li někdo láskou, projektuje své pocity do něčeho netělesného, zatímco ten, koho trápí angína, promítá své pocity do krku - ačkoli oba trpí pouze ve své psychice. Hmota, a tedy i tělo, mohou sloužit jenom jako projekční plochy, nejsou však nikdy místem, kde nějaký problém vzniká, a proto ani nemohou být místem, kde se dá vyřešit. Jako projekční plocha je tělo ideálním pomocným prostředkem k získávání poznatků, ale řešení lze hledat jen ve vědomí. A tak každý průběh tělesného onemocnění je jen symbolickým zpracováním problému, neboť ovoce poznání sklídí vědomí. Také proto je každá prožitá nemoc krokem ke zrání.

Tělesné a psychické zpracování problému probíhá v určitém rytmu. Nejde-li nějaký problém vyřešit jen ve vědomí, nabídne se tělo jako hmotný prostředek a zdramatizuje nevyřešený problém symbolickou formou. Poznávací efekt, který se tím získá, se pak po překonané nemoci vrací do psychiky. Pokud se navzdory získaným zkušenostem nepodaří psychice problém pochopit, klesne znovu do tělesnosti, aby bylo možno shromáždit další praktické zkušenosti. (Nikoli nadarmo vychází pojem pochopit z konkrétního tělesného jednání = *chopit se něčeho*.) Výměna se pak opakuje tak dlouho, dokud získané poznatky neumožní vědomí vyřešit problém s konečnou platností.

Tento proces můžeme nyní ilustrovat: žák se má naučit počítat z paměti. Zadáme mu úlohu (problém). Nemůže-li ji vyřešit v hlavě, vtiskneme mu do ruky jako pomoc počítadlo (hmota). Nyní projektuje svůj problém do počítadla a je schopen jej oklikou vyřešit (nyní i v hlavě). Dáme mu pak další úkol, aby jej řešil bez počítadla. Nepodaří-li se mu to, dostane znovu pomocný prostředek - a to do té doby, dokud se konečně neobejde bez počítadla a nevyřeší úkol v hlavě bez materiální pomoci. Počítáme konečně vždycky

v hlavě, ne na počítadle - ale projekce problému do viditelné sféry ulehčí učení.

Popisujeme tento postup podrobně proto, že z opravdového pochopení vztahu mezi psychikou a tělem vyplývá závěr, který se nám nezdá zcela samozřejmý: že totiž tělo není místem, kde by se dal nějaký problém vyřešit. Oficiální medicína však kráčí právě touto cestou, fascinována pohledem na tělesné procesy a úsilím řešit je v tělesné poloze.

Tu však není co řešit. Bylo by to stejné, jako kdybychom při každé potíži našeho žáka chtěli předělávat počítadlo. Lidské bytí sídlí ve vědomí a zrcadlí se v těle. Zrcadlo můžeme leštit, jak chceme, ale ten, kdo se v něm odráží, se nezmění. (To by bylo pěkně jednoduché!) Měli bychom přestat hledat příčiny a řešení všech problémů v zrcadle, ale používat je jen k lepšímu sebepoznání.

## INFEKCE = ZHMOTNĚLÝ KONFLIKT

Kdo je náchylný k zánětům, pokouší se vyhnout konfliktům.

Při infekčním onemocnění je dobré položit si tyto otázky:

- 1. Který konflikt ve svém životě přehlížím?**
- 2. Jakému konfliktu se vyhýbám?**
- 3. Který konflikt si nechci přiznat?**

Chceme-li objevit téma konfliktu, měli bychom dobře sledovat symboliku postiženého orgánu nebo části těla.

## 2. Obranný systém

Bránit se, znamená *nevpouštět dovnitř*. Opačným pólem obrany je *láska*. Můžeme ji definovat z nejrůznějších úhlů pohledu a v nejrůznějších rovinách, přesto se dá každá forma lásky redukovat na akt vpouštění. V lásce člověk otevírá hranice a vpouští cosi, co dosud bylo mimo ně. Těmto hranicím říkáme většinou *Já* (ego) a prožíváme všechno, s čím se neidentifikujeme, jako *Ty* (ne-Já). V lásce hranice otvíráme a vpouštíme dovnitř ono Ty, aby se s námi spojilo a též se z něho stalo Já. Všude, kde budujeme hranice, nemilujeme. Všude, kam vpouštíme, milujeme. Od Freudových časů užíváme pro hry vědomí, které mají zabránit pronikání ohrožitelných obsahů z podvědomí, označení „*obranné mechanismy*“.

Připomeňme si rovnici mikrokosmos = makrokosmos, neboť každé odmítání nějaké manifestace z okolního světa je vždy vnějším výrazem vnitřní obrany. Každá obrana posiluje naše ego, upevňuje hranice. Proto je pro nás každé odmítnutí příjemnější než přitakání. V každém ne, v každém odporu jsou naše hranice dobře znát, zatímco při každém ano se rozplývají a my si sebe do stejné míry neuvědomujeme. Není snadné vylíčit, co jsou to obranné mechanismy. To, co bychom rádi popsali, lépe rozpoznáme u jiných lidí. Obranné mechanismy jsou souhrnem toho, co nám brání dosáhnout dokonalosti. Cestu k osvícení lze snadno teoreticky formulovat: *všechno, co je, je dobré*. Buď srozuměn se vším, co je - a splyneš s tím. To je cesta lásky.



Každé „ano, ale...“, které se teď vynoří, je obranou a zamezuje sjednocení. Naše ego rozvíjí pestré a mnohostranné hry a neváhá zapojit do svého ohraničování ty nejzbožnější, nechytřejší a nejušlechtilejší teorie. A tak jsme dále až po uši ve hře tohoto světa.

Bystré hlavy by mohly namítnout, že jestliže všechno, co je, je dobré, měla by být dobrá i obrana! A mají pravdu. Pomáhá nám v polárním světě odkrývat třecí plochy, a získávat tak potřebné poznatky, ale je to jen pomocný prostředek, který se tím, že jej používáme, stává nadbytečným. Stejně oprávnění má i nemoc, kterou chceme dospět ke spáse a úplnosti.

Tak, jako se psychická obrana staví proti *vnitřním* obsahům vědomí, které se jí zdá nebezpečné, a brání jim proto proniknout do nadvědomí, staví se tělesná obrana proti vnějším nepřítelům, jako jsou viry, toxiny apod. Zvykli jsme si pohlízet na hodnotové systémy, které jsme si sami poslepovali, jako by měly absolutní platnost. Neexistuje však žádný nepřítel kromě toho, kterého jsme za něj vyhlásili. (Zvlášť veselé je sledovat hrátky s nepřátelskými identifikacemi u různých apoštolů zdravé výživy. Nenajdeme tu téměř nic, co by v jednom systému neplatilo jako neuvěřitelně škodlivé, zatímco jiný systém to doporučuje jako velmi zdravé. Doporučujeme proto tuto dietu: přečtete si důkladně všechny knihy o správné výživě - a pak jezte to, nač máte chuť.) U některých lidí je originalita subjektivních obrazů nepřítel tak nápadná, že jsme ochotni vyhlásit je za nemocné: myslíme tím alergiky.

**Alergie.** Alergie je nadměrná reakce na látku, která je pocíťována jako nepřátelská. S ohledem na schopnost přežití má obranný systém těla své oprávnění. Tělesný imunitní systém vytváří antigeny proti alergenům, a vytváří tak smysluplnou obranu proti cizím vetřelcům. U alergiků se však tato obrana stává přehnanou, nepřiměřenou. Vybavují se všemi možnými zbraněmi a rozšiřují svůj obraz nepřítel

na další oblasti. Stále více látek vyhledávají za nebezpečné a stále více zbrojí, aby se mohli nepřítelům ubránit. Ve vojenské oblasti je horečné zbrojení nepochybně znakem silné agresivity, ale stejně je tomu s alergií. Alergik má problémy se svou agresivitou, kterou ovšem nevidí, takže ji ani nemohl prožít.

Abychom se vyhnuli nedorozumění, připomeňme si ještě jednou: mluvíme o *potlačeném* psychickém aspektu, který postižený vědomě nevnímá. Může však dojít i k tomu, že jej docela rád prožívá, ačkoli jej u sebe nepozoruje, nebo že jej potlačí tak důkladně a beze zbytku, že už jej nikdy neprožije. Není pak tedy rozdíl mezi agresivním člověkem a člověkem zcela mírným, který svou agresivitu potlačil!

Při alergii je agrese svržena z vědomí do těla a zde se vyřádí: může podle chuti útočit i bránit se, bojovat a vítězit. Aby toto veselé zaměstnání neskončilo příliš rychle vyčerpáním nepřátel, vyhlásí se za nepřátele neškodné objekty: pyl z květů, kočičí či koňské chlupy, prach, prací prostředky, kouř, jahody, psi nebo rajčata. Výběr je neomezený - alergik před ničím necouvne, z nouze bojuje proti všem a proti každému, přičemž ovšem dává symbolicky přednost svým favoritům.

Víme, jak těsně se agrese spojuje se strachem. Bojujeme vždy jen proti tomu, čeho se bojíme, Při podrobnějším zkoumání preferovaných alergenů většinou rychle zjistíme, které oblasti života nahánějí alergikovi takový strach, že je vášnivě potírá v nějakém symbolickém reprezentantovi. Na prvním místě figurují chlupy domácích zvířat, především koček. S kočičí kožešinou (a s kožešinou všeobecně) asociujeme lichocení a laskání, je měkká a přítulná, „živočišná“. Je symbolem lásky a sexuálního vztahu (podobně jako plyšové hračky, s nimiž chodí děti spávat). Totéž platí pro králíčí kožešinku. U koně je zdůrazněna pudová složka, u psa agresivní, ale tyto rozdíly jsou jemné a nevýznamné, neboť symbol nikdy nemá ostrou hranici.

Do stejné kategorie patří pyl z květů, preferovaný alergen všech, kdož mají sennou rýmu. Pyl je symbolem oplodňování a rozmnožování, proto je také vrcholící jaro roční dobou, kdy postižení sennou rýmou nejvíce „trpí“. Zvířecí srst a pyl coby alergeny nám dokazují, že témata jako „láska, sexualita, pud a plodnost“ se úzce pojí se strachem a jsou agresivně odmítána, tj. nepouštíme je rádi do svého vědomí.

Podobně bojácně reagujeme na všechno špinavé a nečisté, což se projevuje alergií na domácí prach. (Všimněte si ustálených rčení jako *prát špinavé prádlo, mít čisté svědomí* apod.) Alergik se snaží vyhýbat nejen svým alergenům, ale i odpovídajícím oblastem života, v čemž mu jeho okolí i lékaři s plným porozuměním pomáhají. Mocenským nárokům nemocného se ani v tomto případě meze nekladou: domácí zvířata jsou odstraněna, nikdo nesmí kouřit apod. Alergik nachází v tyranizování okolí dobře utajené pole působnosti, aby mohl své potlačené agrese bez překážek realizovat.

Metoda „znectlivění“ je dobře míněná, neměla by však být uplatňována jenom v tělesné, ale i v psychické rovině. Alergik se vyléčí jen tehdy, umí-li se vědomě vypořádat s těmi oblastmi, které odmítá a proti nimž bojuje, dokáže-li je vpustit do svého vědomí a asimilovat je. Neprokážeme mu dobrou službu, budeme-li ho podporovat v jeho obranné strategii. Musí se totiž se svými nepřáteli smířit, musí se naučit mít je rád. Alergeny působí na alergiky výlučně symbolicky, a ne látkově a chemicky, proto by mělo být jasné i zarytému materialistovi, že alergie potřebuje nutně vědomí, aby se mohla projevit. *V narkóze se žádná alergie nekoná, právě tak mizí při psychóze.* Naproti tomu už pouhé obrázky, např. fotografie kočky či kouřící lokomotiva ve filmu, vyvolávají astmatické záchvaty. Alergická reakce je na hmotné podstatě alergenu naprosto nezávislá.

Většina alergií je výrazem životní síly: sexualita, láska, plodnost, agrese, špína - všechny tyto oblasti odráže-

jí nejvitalnější formy života. A právě tato vitalnost, hledající důrazně svůj výraz, způsobuje alergikovi největší strach - je vůči životu nepřátelsky naladěný. Jeho ideálem je sterilní a neplodný život, prostý všech choroboplodných zárodků, pudů a agresí, tedy stav, který si sotva zaslouží jméno „život“. Není tedy divu, že alergie se dosti často vystupňuje až autoagresivním onemocněním, která jsou životu nebezpečná, při nichž se v těle - ach! - tak mírného člověka odehrávají tak divoké bitvy, až na ně zajde. Potom snaha o maximální obranu a úkryt dosáhne své nejvyšší formy a naplnění. V rakvi najde člověk tu pravou komůrku bez všech alergenů...

## ALERGIE = ZHMOTNĚLÁ AGRESE

### Alergik by si měl položit tyto otázky:

1. Proč nestrpím agresivitu ve svém vědomí, ale nutím ji k projevu v těle?
2. Z kterých oblastí života mám takový strach, že se jim vyhýbám?
3. Na která témata upozorňují moje alergeny? (Sexualita, pud, agrese, rozmnožování, špína ve smyslu temných sfér života.)
4. Do jaké míry prosazují svou alergii, a manipulují tím své okolí?
5. Jak je to s mou schopností lásky, otevření se?

### 3. Dýchání

Dýchání je rytmický děj. Skládá se ze dvou částí: vdechu a výdechu. Lze na něm dobře ilustrovat zákon polarity. Oba póly - vdech a výdech - svým pravidelným střídáním vytvářejí rytmus. Jeden pól si vnucuje druhý, žije z něho. Zrušíme-li jednu fázi, ztratí se i druhá. Jedno kompenzuje druhé a dohromady tvoří jednotu. Dech, to je rytmus, a rytmus je základem všeho živého. Oba póly dýchání můžeme nahradit pojmy *napětí* a *uvolnění*. Souvislost mezi napětím při vdechu a uvolněním při výdechu se výrazně projeví při vzdychání. Existuje vzdech při nadechnutí, vedoucí k napětí, a vzdech při vydechnutí, vedoucí k uvolnění.

Z tělesného hlediska je ústředním dějem při dýchání výměna: při vdechu se dostává do těla kyslík obsažený ve vzduchu a přivádí se k červeným krvinkám, při výdechu se zbavujeme kysličníku uhličitého. Dýchání tedy zahrnuje polaritu příjmu a výdaje, přijímání a dávání. Tím jsem našli nejdůležitější symboliku dýchání. U Goetha najdeme tyto verše:

*V dýchání dvojí milost dríme:  
nasajeme vzduch - a pak jej vypustíme.  
Nejdřív být stísněn, pak se osvěžit -  
v tom střídání se kouzelně dá žít.*

Všechny staré jazyky užívají pro dech stejné slovo jako pro ducha či pro duši. V latině *spirare* značí dýchat a *spiritus* je duch. Stejný slovní základ nacházíme ve slově *inspirece*,

což znamená vdechnutí. V řečtině slovo *psyche* označuje vdech i duši. Německé sloveso *atmen* (dýchat) prozrazuje nepochybnou příbuznost s indickým slovem stejného významu *atmart*. Zde je také ten, kdo dosáhl svého naplnění, nazýván *mahátmou*, co je doslova „velká duše“ či „velký dech“. Z indické nauky se také dovídáme, že nositelem životní síly je dech nazývaný *prána*. V biblickém podání se vypráví, že Bůh zformoval člověka z hlíny a vdechl mu svůj božský dech - a tak vznikla „živoucí“ bytost nadaná duší.

Tento obraz výstižně ukazuje, jak je hmotnému předmětu, formálnímu aspektu, vdechnuto něco, co z něho nepochází - božský dech. Teprve to, co přichází ze sféry ležící mimo tvořené, činí z člověka oduševnělou bytost. Tím jsme se přiblížili k tajemství dechu. Nepatří *nám*, patří jen *k nám*. Není v nás, ale *my jsme v něm*. Dechem jsme trvale spojeni s něčím, co je mimo všechna stvoření, mimo formy. Dech dbá, aby se spojení s metafyzickým pozadím (s tím, co se *nachází za přírodou*) nepřerušilo. Žijeme v dechu jako \* ve velké děloze, která sahá daleko za naše malé, ohraničené bytí. On je životem, tím posledním, velkým tajemstvím, které nelze vysvětlit a definovat, jemuž se můžeme jen otevřít a nechat je skrze nás proudit - a tím je poznávat. Dech je pupeční šňůrou, kterou k nám proudí život. Stará se o to, abychom toto spojení neztratili.

V tom je jeho význam: nedopustí, abychom se úplně uzavřeli a učinili své hranice nepropustnými. Člověk se velice rád zabarikádjuje ve svém egu, ale dech ho nutí udržovat spojení s ne-Já. Uvědomme si, že vzduch, který vdechujeme a vydechujeme nepřítel, je stejný jako ten náš. Je to stejný vzduch i pro zvířata a stromy. Dech nás se vším neustále spojuje - ať chceme, či nechceme. Má to co dělat s „kontaktem“ a se „vztahem“.

Kontakt mezi tím, co přichází zvenčí, a naší tělesností obstarávají plicní sklípky (alveoly). Vnitřní plochu našich

plic činí asi sedmdesát čtverečních metrů, zatímco povrch naší kůže nezabírá víc než půldruhého metru (max. dva metry čtvereční). Plíce jsou našim největším kontaktním orgánem. Při přesnějším pohledu rozeznáváme dva jemné rozdíly mezi oběma kontaktními orgány, kůží a plicemi. Kožní kontakt je přímý, ale velmi úzký. Je těsnější a intenzivnější než plicní a je podřízen naší vůli. Můžeme něco uchopit, nebo to nechat být. Kontakt zprostředkovaný plicemi je sice nepřímý, ale zato nevyhnutelný. Nemůžeme mu zabránit, ani když *někoho nemůžeme ani cítit*. Chorobný příznak se může mezi oběma kontaktními orgány přesouvat. Potlačená kožní vyrážka se může projevit jako astma, a to se zase snadno promění v kožní vyrážku. Obě nemoci vyjadřují tentýž problém: kontakt, styk, vztah. Při velkém přiblížení se odpor k cizímu dechu projevuje u astmatiků křečí při výdechu. Vezmeme-li si na pomoc rčení, která se týkají dýchání a vzduchu, dojdeme k situacím, kdy se někomu *nedostává vzduchu* nebo *nemůže volně dýchat*. Tím se dotýkáme tématu svobody a omezení. První nadechnutí je rovněž prvním krokem do okolního světa, jímž se vymaňujeme ze symbiotické jednoty s matkou, stáváme se samostatnými a svobodnými. Jestliže se někomu nedostává vzduchu, ukazuje to často na strach udělat první krok k vlastní svobodě a samostatnosti. Svoboda mu *vyráží dech*, působí nezvykle, a vyvolává proto strach. Stejná souvislost mezi svobodou a dýcháním se projevuje u toho, kdo vstoupí z nějakého stísnujícího prostředí či stavu do prostoru, v němž se cítí volně a svobodně: nejprve se zhluboka nadechne.

I příslovečné *hladovění po volném vzduchu*, které nás přepadá v uzavřeném prostoru, je jenom hladem po svobodě a volnosti.

Shrňme nyní, které tematické okruhy dýchání symbolizuje.

Rytmus ve smyslu „nejen-nýbrž i“:

napětí-uvolnění  
přijímat-dávat  
kontakt-obrana  
svoboda-omezení

## DÝCHÁNÍ - ASIMILACE ŽIVOTA

**Při onemocněních, která souvisejí s dýcháním, byste si měli položit tyto otázky:**

1. Co mi zastavuje dech?
2. Co nechci přijímat zvenku?
3. Čeho se nechci zbavovat?
4. S čím nechci přijít do kontaktu?
5. Mám strach vykročit do nějaké nové svobody?

## DÝCHÁNÍ - ASIMILACE ŽIVOTA

**Při onemocněních, která souvisejí s dýcháním, byste si měli položit tyto otázky:**

1. Co mi zastavuje dech?
2. Co nechci přijímat zvenku?
3. Čeho se nechci zbavovat?
4. S čím nechci přijít do kontaktu?
5. Mám strach vykročit do nějaké nové svobody?

## PRŮDUŠKOVÉ ASTMA

### (ASTHMA BRONCHIALE)

Po všeobecných úvahách o dechu se chceme věnovat ještě klinickému obrazu průduškového astmatu, onemocnění, které je výrazným příkladem psychosomatických souvislostí. „Jedná se o nemoc charakterizovanou záchvatovou dusností a obtížným výdechem s pískáním. Vzniká zúžením průdušek a průdušinek, což může vést ke křeči hladké svaloviny, zánětu dýchacích cest, alergickému zduření a vykaš-

**1. Brát a dávat.** Astmatik se pokouší brát příliš mnoho. Nadechuje zplna, čímž dochází k přeplnění plic a k výdechové křeči. Přijímá až k samé hranici možností, je plný po okraj - a když pak musí zase vydat, dochází ke křeči. Vidíme tu zřetelně poruchu rovnováhy; polarity brání a dávání si musí odpovídat, aby se mohl vytvořit rytmus. Pravidelné střídání vyžaduje vnitřní rovnováhu. Každé převážení narušuje proud. Proud dechu je u astmatika přerušován právě proto, že myslí příliš na brání, čímž se přetíží. Nemůže najednou dávat, a proto ani znovu brát to, co by rád měl. Při vdechu přijímáme kyslík, při výdechu odevzdáváme kysličník uhličitý. Astmatik si chce všechno ponechat, a tím sám sebe otravuje, nemůže se zbavit spotřebovaného vzduchu. Toto brání bez dávání vede doslova k pocitu dušení.

Nepoměr mezi bráním a dáváním, jenž se při astmatu tak výrazně somatizuje, je pro mnoho lidí vděčným tématem. Nepoměr docela jednoduchý, a přece na něm mnozí ztroskotají. Nezáleží na tom, co chceme mít - zlato, slávu, znalosti, moudrost -, v každém případě musí být brání a dávání v rovnováze, nechceme-li se přijatým udusit. Můžeme dostat jen tolik, kolik jsem ochotni odevzdat dál. Přestaneme-li dávat, přerušíme proud a nic už k nám nepoteče. Jak politováníhodní jsou ti, kteří si chtějí všechno své vědění vzít s sebou do hrobu! Úzkostlivě střeží tu trošku, kterou se jim podařilo dostat pod zámek, a zřikají se hojností čekající na každého, kdo se naučil odevzdat dále v proměněné formě to, co přijal. Měli bychom pochopit, že je nám po ruce přemíra všeho!

Jestliže někomu něco chybí, pak jen proto, že se od toho sám odřízl. Podívejme se na astmatika: *lapá po vzduchu* - ačkoli ho je kolem něho tolik!

**2. Snaha uzavřít se.** Astma můžeme experimentálně vyvolat u každého člověka, necháme-li ho dýchat dráždivý plyn, např. čpavek. Při jisté koncentraci dojde u každého k reflexivní obranné reakci: koordinovaně se uklidní bráni-

ce, dojde ke stažení průdušek a vylučování hlenu. Nazývá se to Kretschmerův efekt. Tento reflexivní akt je jakýmsi zámkem či uzávěrem, abychom nevpustili to, co přichází zvenku. U čpavkuje to smysluplný, sebezáchovný reflex, u astmatika se však odehrává při podstatně nižším prahovém podnětu. Astmatik reaguje na zcela neškodné látky ve svém okolí, jako by byly životu nebezpečné, a ihned se před nimi uzavírá. V minulé kapitole jsme mluvili podrobně o významu alergie, stačí tedy připomenout téma obrany a strachu, protože astma je s alergií úzce spojeno.

V řečtině se záducha spojuje se zúženou hrudí, z latinského *angustus* (úzký) je odvozeno německé *Angst* (strach). A astmatické zúžení má co dělat s úzkostí, se strachem vpustit do sebe to, co jsme již označili jako alergen. Snaha uzavřít se pokračuje u astmatiků stále dál, až vyvrcholí smrtí. Smrt je poslední možností, jak se uzavřít a dokonale skrýt před živoucím. (Je zajímavé, že astmatik se rozhněvá, jestliže mu řekneme, že astma není životu nebezpečné a nemůže na ně zemřít. Přisuzuje totiž nebezpečnosti své choroby velkou důležitost!)

3. **Mocenské nároky a bezvýznamnost.** Astmatik mívá silnou potřebu dominance. Protože si ji však nepřizná, je odsunuta do těla a zde se uplatní jako „nafoukanost“. Tato nafoukanost ukazuje na jeho aroganci a touhu po vládě, kterou ze svého vědomí starostlivě vypudil. Často proto prchá do výšin idealizmu a formalizmu. Je-li však konfrontován s nároky na moc a nadvládu někoho jiného (zákon podobnosti), zalekne se a zalkne se, ztratí řeč. Řeč, která je modulována právě výdechovým proudem vzduchu. Nepodaří se mu vydechnout, *nedostává se mu vzduchu*.

Astmatik využívá příznaků své nemoci k tomu, aby ovládl okolí. Domácí zvířata musí být odstraněna, i každé zrno prachu, nikdo nesmí kouřit atd.

Mocenské nároky vrcholí v životě nebezpečných záchvatech, které se objevují právě tehdy, kdy je astmatik kon-

frontován s vlastními mocenskými ambicemi. Vyděračské záchvaty jsou pro nemocného zvlášť nebezpečné, neboť ho přivádějí do situací ohrožujících jeho život, a ty nemusí vždycky zvládnout. Je pozoruhodné, jak dalece se může nemocný poškozovat, jen aby mohl uplatnit svou moc. V psychoterapii bývá záchvat poslední záchranou, blížíme-li se k pravdě.

Momenty uplatňování moci a sebeobětování dávají už tušit něco o ambivalentnosti nevědomě prožívané dominance. S růstem mocenských nároků, s tímto stále větším naparováním a nafukováním se, roste úměrně i protipól, totiž bezmocnost, pocit bezradnosti a bezvýznamnosti. Akceptovat a realizovat takový pocit malosti ve vědomí, to je úkol, který by měl astmatik zvládnout.

Po delší nemoci dochází k rozšíření a zpevnění hrudního koše (lékařské označení: *sudovitý hrudník*). Vypadá mohutně, umožňuje však pojmout jen docela malé množství vzduchu, protože není pružný. Výrazněji se konflikt somatizovat nemůže: nároky a realita.

V naparování spočívá také značná dávka agrese. Astmatik se nikdy nenaučil artikulovat své agrese adekvátním způsobem v řeči. Rád by se od plic nadýchl a vykřičel, má pocit, že se rozskočí, ale každá možnost uvolnit agresi křikem či nadávkami je mu odepřena. Tyto agresivní projevy pak jsou stlačeny na tělesnou úroveň a projeví se kašlem a hlenem. Pamatujme opět na rčení: *vykašlat se na něco či na někoho — lapat zuřivostí po dechu*.

Agrese se dále projevuje v alergických komponentech, které jsou většinou spojeny s astmatem.

4. **Obrana proti temným stránkám života.** Astmatik má rád všechno čisté, jasné, sterilní a vyhýbá se temnému, hlubokému, pozemskému, co nachází svůj výraz i ve volbě alergenů. Rád by sídlil ve vyšších sférách, aby nepřišel do styku s dolním pólem. Patří většinou k onomu typu lidí, o nichž bychom řekli, že mají „přetížený předek“,

tj. horní polovinu těla (nauka o živlech přirazuje vzduch k myšlení). Sexualita, která normálně patří k dolnímu pólu, se u astmatika posunula do prsou a působí lu na nadměrné produkování hlenu, což je proces patřící vlaslně pohlavním orgánům. Astmatik pak tento příliš vysoko vznikající hlen dostává z těla ústy - řešení, jehož originalita je jasná tomu, kdo ví o souvislosti mezi genitáliemi a ústy (bude o loni ještě řeč v jedné z pozdějších kapitol).

Astmatik touží po čistém vzduchu. Nejráději by žil v horské výšce (přání, které je mu ve jménu „klimatické terapie“ často splněno). Zde si přichází na své jeho potřeba dominance: shlíží z výšky na temné dění v hlubokém údolí, pozvednut do sfěr, kde je dosud „čistý vzduch“, pozvednut z hlubin pudovosti a plození do výšin, v nichž se život redukoval do krystalické průzračnosti. Zde astmatik prožívá výškový let, o který usiloval a který mu zatím plní klimatologové vědecky pojistili. Jiným místem léčebného pobytu je moře se svým slaným vzduchem. A se stejnou symbolikou: sůl, symbol pouště, symbol minerálů, symbol bezživotí. To je sféra, o níž astmatik usiluje, protože z živoucího má strach.

Je to člověk toužící po lásce, chtěl by jí mít plnou náruč, proto se tolik nadechuje. Nemůže však žádnou lásku rozdávat, neboť nemůže vydechnout.

Co mu může pomoci? Platí tu stejný recept jako pro všechny příznaky: uvědomění a nepodplatitelná poctivost vůči sobě. Když už si své obavy přizná, musí začít s tím, že se přestane vyhýbat oblastem vzbuzujícím u něho strach a bude s nimi přicházet do styku tak často, až je bude schopen přijmout a milovat. Tento nezbytný proces dobře symbolizuje terapie, kterou sice oficiální medicína nezná, ale v přírodním léčitelství patří při astmatu a alergii k nejúspěšnějším opatřením: *terapie vlastní močí*. Pacientovi je vstříkována do svalů jeho moč. Podíváme-li se na tento postup ze symbolického hlediska, vidíme, že pacient je nucen zno-

vu přijmout to, co vyloučil, *vlastní odpad a špinu*, vypořádat se s nimi, integrovat je. To uzdravuje!

## ASTMA

### Otázky, které by si měl položit astmatik.

1. Co chci brát, aniž bych dával?
2. Jsem schopen přiznat si vědomě své agrese? Jakým způsobem je mohu projevit?
3. Jak řeším konflikt mezi „mocenskými nároky“ a „bezvýznamností“?
4. Které oblasti života oceňuji a které odmítám? Tuším něco o strachu, který se zabarikádoval za mým systémem hodnot? Kterým životním oblastem se snažím vyhnout a považuji je za špinavé, nízké, nešlechtné?

**Upozornění:** Kdykoli pocítíte tíseň - je to strach! Jediným prostředkem proti strachu je rozšíření. Rozšíření se děje vpuštěním odmítaného!

## NACHLAZENÍ A CHRÍPKOVÉ STAVY (AFEKCE)

Než opustíme téma dýchání, chceme si všimnout příznaků nachlazení, při nichž jsou dýchací orgány nejvíce postiženy. Chřipka a nachlazení jsou zánětlivé procesy, o nichž už víme, že jsou projevem probíhajícího konfliktu. Pro náš výklad zbývá určit oblast a místo, kde se zánětlivý proces manifestuje. Nachlazení přichází v situacích, *kdy máme všeho po krk, kdy bychom se nejruději na všechno vykašlali*. Někomu zní možná termín *krizová situace* příliš bombasticky. Nemáme samozřejmě na mysli žádné rozhodující životní krize, ty se projevují jinými, naléhavějšími příznaky. Jde o časté a běžné, pro psychiku však důležité

všední situace, které vnímáme jako přetížení, a hledáme proto legitimní důvod, abychom se mohli trochu stáhnout. Protože však nejsme připraveni přiznat si nátlak těchto „drobných“ všedních situací a touhu po úniku, dochází k somatizaci, bolí nás v krku a kašleme. Touto podvědomou cestou jsme dosáhli svého cíle, a získali dokonce tu výhodu, že nyní má každý pro naši situaci pochopení, s čímž bychom sotva mohli počítat při vědomém zpracování konfliktu. Nachlazení nám dovoluje z tíživé situace konečně vykoupat a věnovat se více sobě samým. Svoji choulostivost můžeme nyní prožít v tělesné rovině.

Bolí nás hlava v takovém stavu od nás přece nikdo nemůže chtít, abychom se něčím vědomě trápili), slzí nám oči, všechno nás bolí a dráždí. Při takové všeobecné choulostivosti nám *nikdo nesmí být nablízku, nikdo a nic se nás nesmí dotknout*. Máme plný nos a ten nám znemožňuje komunikaci (dýchání jako kontakt!). Výhrůžkou: „nepřibližuje se ke mně, jsem nachlazen!“ si všechny držíme bezpečně " od těla. Obranný postoj se výrazně posílí kýchním, čímž se z výdechu a obranné zbraně stane zbraň útočná. Také řeč je jako prostředek komunikace kvůli chraptění omezena na minimum, v žádném případě se nehodí k řešení konfliktu. Dráždivý kašel zní výhrůžně a jasně naznačuje, že radost z komunikace je silně omezena, maximálně se můžeme *na každého vykašlat*.

Není divu, že při tak důležité obraně pracují i mandle jako jeden z nejdůležitějších obranných tělesných orgánů, na plné obrátky. Zduří se přitom tak, že nemůžeme ani polykat - stav, při němž bychom se měli sebekriticky zamyslet, co vlastně nechceme spolknout. Polykání je přece aktem vpouštění, akceptování. A to nám právě vadí. Nachlazení se projevuje ve všech rovinách. Bolí nás všechny údy, jsme celí rozlámaní a neschopní pohybu. Bolest v ramenou pak jen dokumentuje tíhu problému, který na nich spočívá a který se nám nechce nést.

Značné množství problémů se pokoušíme dostat ze sebe ve formě hnisavého hleny. Čím více hoje, tím větší ulehčení cítíme. Tuhý hlen, který zprvu ucpával všechny kanály a narušoval komunikaci, se musí zředit a rozpustit, aby vzduch mohl opět proudit. Každé nachlazení ve své závěrečné fázi dává něco do pohybu a signalizuje malý pokrok v našem vývoji. Přírodní léčitelství proto vidí v nachlazení velice zdravý pročišťovací proces, jímž se z těla vyplavují toxiny. V psychické rovině odpovídají toxinům problémy, i ty se musí analogicky rozpustit a vyplavit. Tělo i duše vyjdou z krize posíleny - až do té doby, než zase budeme mít *všeho po krk*.



## 4. Trávení

Při trávení dochází k něčemu velmi podobnému jako při dýchání. Dýcháním přijímáme okolní svět, asimilujeme jej, a to, co asimilovat nejde, vrátíme. Totéž se děje při trávení, tento proces však zasahuje hlouběji do látkové výměny těla. Dech je ovládán živlem vzduchu, trávení je podřízeno živlu Země, je materiálnější. Oproti dýchání nemá trávení jasný rytmus. Rytmičnost přijímání a vylučování živných látek ztrácí s těžkopádným živlem země jasnost a ostrost.

Trávení má mnoho společného s funkcemi mozku (ev. vědomí), v němž dochází k trávení a strávení nehmotných projevů tohoto světa (nejen chlebem živ je člověk). Trávicí aparát musí zpracovat hmotné projevy tohoto světa. Trávení tedy zahrnuje:

1. přijímání okolního světa ve formě látkových produktů
2. rozlišování mezi „užitečným“ a „nežitečným“
3. asimilování prospěšných látek
4. vylučování nestravitelných látek

Než se pustíme do problémů, které vyvstávají při trávení, všimněme se symboliky výživy. Na potravinách a jídelích, která člověk preferuje či odmítá, se dá mnohé rozpoznat (řekni mi, co jíš, a já ti řeknu, kdo jsi). Můžeme si zoslovit zrak i vědomí tím, že budeme hledat souvislosti i v těch nejvšednějších a nejobvyklejších procesech, které se-vždy zákonitě - skrývají za jevovými formami. Máme-li chuť na něco určitého, je to vždy výrazem jisté afinity a něco to o nás vypovídá. Není-li nám něco „po chuti“, dá se tato antipatie

interpretovat právě tak dobře jako odpověď v psychologickém testu. Hlad je symbolem vlastnické touhy, potřeby brát, výrazem jisté lakoty. Jídlem (přijímání a syčení) se tato snaha uspokojuje a integruje.

Hladová-li někdo po lásce a neutiší svůj hlad adekvátním způsobem, vynoří se v těle jako hlad po sladkostech. Chuť na sladkosti a pamlsky je vždycky výrazem neuspokojeného *hladu po lásce*. Láska a sladkost patří nerozlučně k sobě. Mlsavost u dětí bývá zřetelnou indicií nedostatku lásky. Rodiče proti takovému nařčení vždycky protestují a uvádějí, „co všechno pro své děti dělají“. Jenže „dělat něco“ a „milovat někoho“ nemusí být nutně totéž. Kdo mlsá, touží po lásce a ujišťování. Tomuto pravidlu můžeme klidně důvěřovat víc než svému ocenění vlastní schopnosti milovat. Najdou se rodičové, kteří své děti zahrnují sladkostmi, a poskytují tak důkaz, že nejsou připraveni či schopni poskytnout jim dostatek lásky. Odškodňují je v jiné rovině.

Lidé, kteří hodně přemýšlejí a pracují duševně, mívají 'chuť' na slanou potravu a kořeněná jídla. Ti konzervativně naladění dávají přednost konzervovaným potravinám, zvláště uzeninám, milují silný čaj a pijí jej ncslazený (všeobecně jde o potravu bohatou na třísloviny). Lidé mající v oblíbenosti dobře kořeněná a ostrá jídla bývají lační nových podnětů a dojmů. Patří k těm, kdož rádi přistupují na výzvy osudu, i když jsou často těžko snesitelné a stravitelné. Zcela jinak je tomu u osob, které jedí dietně - žádná sůl, žádné koření. Takoví lidé se brání všem novým dojmům. Bojácně ustupují před všemi výzvami, mají strach z každé konfrontace. Ten se může vystupňovat až k žaludečním potížím, které je přinutí žít se jen kaší. Kaše je dětským jídlem a upozorňuje na to, že člověk s nemocným žaludkem se vrátil do nediferencovaného stavu dětství, kdy nemusel nic rozlišovat ani rozebírat, kdy mu někdo jiný (ach, tak agresivně) rozkousával a předžvýkával potravu. Nechce prostě polykat nic tvrdého.

Obzvláštní strach z rybích kostí symbolizuje strach před agresemi. Strach z jader signalizuje obavu z problémů - člověk jen nerad naráží na jádro věci. Existuje však i početná skupina opačně zaměřených lidí - makrobiotici. Ti problémy vyhledávají. Za každou cenu se chtějí propracovat k jádru věci a dávají přednost tuhé potravě. Jejich snaha odmítat bezproblémové situace jde tak daleko, že po sladkém moučniku ještě pátrají po něčem, do čeho by se mohli pořádně zakousnout. Tím prozrazují jistý strach z lásky a něžnosti, případně potíže s jejím přijímáním. Některým jiným lidem se dokonce podaří dovést jejich odpor proti konfliktům až do takového extrému, že musí dostávat intravenózní výživu - což je bezpochyby ta nejjistější forma, jak vegetovat bez vší účasti a bez všech konfliktů.

## ZUBY

Potrava přichází nejprve do úst a je tu zuby rozdělena na malé kousky. Zuby koušeme a rozkousáváme. Je to agresivní činnost, výraz schopnosti něco napadnout a uchopit. Pes cení zuby a dokumentuje tím svou nebezpečnou útočnost, my užíváme rčení *ukázat někomu zuby*, když dáváme najevo rozhodnutí bránit se. Spatné či nemocné zuby jsou důkazem, že jejich majitel neumí své agrese vyjevit a uplatnit.

Tuto souvislost neoslazuje fakt, že dnes máme skoro všichni špatné zuby, dokonce i malé děti. Kolektivní příznaky naznačují kolektivní problémy. Agresivita se stala ve všech vyspělých kulturách dnešní doby jedním z ústředních problémů. Je vyžadováno „sociální přizpůsobení“, což neznamená nic jiného než: „Potlač své agrese!“ Všechny potlačené agrese našich milých a mírumilovných, sociálně dobře přizpůsobených spoluobčanů, se objevují jako „nemocí“, a vracejí se tak v proměněné formě do společnosti. Kliniky jsou moderními bojišti naší společnosti. Zde vedou potlačené agrese se svými majiteli nemilosrdné bitvy. Zde

lidé trpí pro své špatnosti, které se za celý život neodvážili odkrýt a vědomě změnit.

Nemělo by nás udivovat, že při většině klinických obrazů stále narážíme na agresivitu a sexualitu. V obou případech jde o problémové oblasti, které člověk dnešní doby nejvíce potlačuje. Někdo by mohl namítnout, že proti našim argumentům hovoří jak stoupající kriminalita a četné násilné činy, tak mohutná sexuální vlna. Na to by se dalo odpovědět, že jak chybějící, tak propuklé agrese jsou příznakem toho, že agresivita byla potlačena. Jsou to jen rozdílné fáze téhož procesu. Teprve tehdy, až nebude třeba agresivitu potlačovat a ponechá se jí od začátku jistý prostor, v němž bychom mohli získávat zkušenosti s touto energií, bude možné agresivní složku osobnosti vědomě integrovat. Integrovaná agresivita pak poskytuje celé osobnosti energii a vitalitu, aniž by to vedlo jak k divokým výbuchům agrese, tak k tupé dobromyslnosti. K takovému stavu je však třeba se dopracovat. Musí tu být možnost zrát zkušenostmi. Potlačené agrese vedou jen ke zrodu stínu, s nímž se pak v pervertované formě nemoci musíme vyrovnat. Totéž platí analogicky pro sexualitu a další psychické funkce.

Vraťme se k zubům, které v lidském i zvířecím těle představují agresi a schopnost se prosadit (*prokousat se*). Často se poukazuje na různé přírodní národy, za jejichž zdravé zuby může zdravá výživa. U těchto národů ovšem najdeme docela jiný způsob zacházení s agresemi. Vedle kolektivní problematiky má stav zubů především individuální význam. Kromě zmíněné agresivnosti poukazují zuby na naši vitalitu a životní sílu (dva aspekty téže síly, ačkoli každý z nich vyvolává jinou asociaci). Vzpomeňme na přísloví: „Darovanému koni na zuby nekoukej.“ Při koupi koně je nutné podívat se mu do tlamy, abychom podle stavu zubů poznali jeho stáří a vitalitu. I psychoanalytický výklad snů inlerpretuje vypadané zuby jako ztrátu energie a potenci.

Někteří lidé v noci vytrvale *skřípou zuby*, a to tak vehementně, že si musí nasazovat speciální rozpěrky, aby si zuby úplně neobrousili. Symbolika je nasnadě. *Skřípání zubů* je v našem symbolickém slovníku ustáleným pojmem pro *bezmocnou agresi*. Komu se nedaří pořádně se do něčeho zahryznout ve dne, skřípe zuby v noci, a to tak dlouho, až si je obrousí a otupí...

Kdo má špatné zuby, tomu chybí vitalita i schopnost něco pořádně uchopit. Problém jen *přežvýkává*, není schopen se do něj *pořádně zakousnout*.

Takzvané „třetí zuby“ umožňují předstírat navenek vitalitu a sílu prosadit se, kterou dotyčný nemá. Jako u každé protézy jde však jen o druh klamu a dá se to srovnat s vavroučím tabulkou na plotě „Pozor, zlý pes!“, máme-li doma bojácného, pokojového psíka. Umělý chrup je jenom „koupená kousavost“.

Základnou pro uložení zubů jsou dásně. I ty reprezentují vitalitu, agresi, základní důvěru a sebejistotu. Chybí-li člověku nutná porce těchto vlastností, nikdy se mu nepodaří aktivně a vitálně zvládnout své problémy, nikdy nebude mít odvahu rozlousknout nějaký tvrdý oříšek anebo se postavit k obraně. Oporou této schopnosti musí být důvěra, tak jako jsou dásně oporou zubů. Dásně však tuto funkci plnit nemohou, neboť jsou velmi citlivé a snadno zranitelné, při každém drobném poranění hned krvácejí. Krev je symbolem života a krvácející dásně nás důrazně upozorňují, že důvěře a sebejistotě uniká životní síla.

## POLYKÁNÍ

Poté, co jsme potravu zuby rozkousali a slinami rozmělnili, ji spolkneme. Tímto aktem něco přijímáme, integrujeme - přizpůsobujeme potravu tělu. Pokud máme něco v ústech, můžeme to ještě vyplivnout. Jestliže jsme to už spolkli, těžko to vezmeme zpět. Velké kusy se nám polykají

špatně, ale i v životě musíme spolknout leccos, co se nám nechce, např. výpověď nebo špatnou zprávu.

V takových případech pomáhá přidat něco tekutého, zvláště dobrý doušek nebo *pořádný lok*. Zvláště hlt alkoholu pomáhá spolknout nebo nahradit něco, co nám nesedí. Polykáme tekutinu, protože se v životě vyskytlo něco, co spolknout nechceme nebo nemůžeme. Alkoholik nahrazuje jídlo pitím (silné pití vede k nechutenství), nahrazuje tuhou potravu měkčím douškem přímo z lahve.

Existuje množství polykacích obtíží, třeba tzv. *knedlík v krku* nebo bolavý krk při angíně, který zprostředkovávají pocit, že nemůžeme nic spolknout. Postižený by si měl položit otázku: „Vyskytuje se teď v mém životě něco, co *ne-mohu nebo nechci spolknout?* “ Mezi polykacími obtížemi najdeme jednu originální variantu, a sice „polykání vzduchu“, která má název *aerofagie* (doslova: požívání vzduchu). Člověk nechce nic polykat, nic přizpůsobit svému tělu, předstírá však ochotu tím, že „polyká vzduch“. Zastíraný odpor k polykání se později projeví v říhání, nadměrné plynatosti střeva rektálním vypouštěním vzduchu.

## NEVOLNOST A ZVRACENÍ

Jestliže jsme jídlo spolkli a přijali do sebe, může se projevit jako těžko stravitelné a *zůstat nám ležet v žaludku jako kámen*. Kámen, tak jako jádro, je symbolem problému (známe přece *kámen úrazu*). Víme také, jak nám nějaký problém může ležet v žaludku a kazit všechnu chuť. Chuť je v nejvyšší míře závislá na psychické situaci. Analogii mezi psychickými a somatickými procesy dosvědčují četná rčení. *Vzalo mi to všechnu chuť do života. Jen na to pomyslím, je mi z toho nanic. Když ho vidím, udělá se mi zle.* Nevolnost signalizuje odmítání něčeho, co nechceme a co nám leží v žaludku. Také divoké hltání vede k nevolnosti - a neplatí to jenom pro fyzickou rovinu. I ve svém vědomí

může člověk zhltnout leccos nevhodného, aniž si uvědomí, že to nemůže strávit.

Nevolnost se může vystupňovat až ke zvracení potravy. Zbavujeme se tak věcí, které nechceme přijmout, mít, integrovat. Zvracení je masivním projevem obrany a odmítání. Židovský malíř Max Liebermann se vyjádřil k politickým poměrům po roce 1933 takto: „Nemůžu toho sežrat tolik, kolik by se mi chtělo vyzvracet!“

Zvracení je „ne-akceptování“. Zcela zřetelně se tato souvislost projevuje při zvracení během těhotenství. Manifestuje se tu nevědomá obrana proti dítěti či proti mužskému semenu, které ženino tělo ještě docela nepřijalo za své. Může to však také znamenat odmítání celé ženské role a mateřství.

## ŽALUDEK

Dalším místem, které - nezvrácená - potrava dosáhne, je žaludek. Jeho primární funkcí je přijímání. Přijímá to, co přichází zvenku, co lze strávit. Schopnost přijímání předpokládá otevřenost, jistou pasivitu a pohotovost ve smyslu oddanosti, obětavosti. Pro tyto vlastnosti představuje žaludek ženský pól. Jestliže mužský princip se vyznačuje schopností vyzářování a aktivity (prvek *ohne*), ženský princip tvoří pohotovost přijímat, oddanost, ovlivnitelnost, ochota přijmout a uschovat (prvek *vody*). V psychické rovině je to schopnost citění, svět pocitů. Potlačíme-li v sobě tuto vlastnost, její funkce se přestěhuje do těla a žaludek pak musí vedle fyzických podnětů v podobě potravy přijmout a strávit i vjemy psychické. V takovém případě nejen *láska prochází žaludkem*, ale také nám *leží něco v žaludku, užíváme se něčím*.

Kromě způsobnosti přijímat plní žaludek další funkci, kterou bychom mohli přiřadit k mužskému pólu: produkování a vylučování žaludeční kyseliny. Kyselina napadá, leptá, rozkládá - je jednoznačně agresivní. Nepodaří-li se nám

vědomě překonat to, co nám nejde k duhu, z čeho máme *kyselý obličej*, a raději svou zlobu spolkneme, somatizuje se jako žaludeční kyselina. Žaludek reaguje kysele a produkuje v materiální rovině agresivní tekutinu, aby zpracoval a strávil nemateriální pocity. Je to nesnadné počínání, při němž se v nás mnohé zvedá a tlačí se vzhůru, abychom si uvědomili, že nemáme žádné pocity polykat a nechávat je k trávení žaludku. Kyselina stoupá vzhůru, neboť chce najít svůj výraz.

To je problém lidí s nemocným žaludkem. Chybí jim schopnost vědomě se vypořádat se svými agresemi a zlobami, řešit jejich problémy na vlastní zodpovědnost. Nemocný svou agresi buď vůbec neprojeví (užírání se uvnitř), nebo jeví přehnanou útočnost. Žádný z těchto postojů mu však nepomůže, neboť mu chybí základna pro samostatné řešení problémů: sebedůvěra a pocit bezpečí. (O tomto problému už byla řeč v tématu zuby - dásně.) Každý ví, že špatně rozžvýkaná potrava je pro podrážděný a překyselený žaludek těžko stravitelná. Žvýkání však má agresivní charakter. Chybí-li tu agresivní přístup, má to na žaludek tíživý dopad a ten produkuje více kyseliny.

Člověk s nemocným žaludkem si netroufne na žádný problém. Podvědomě touží po návratu do bezkonfliktního dětství. Jeho žaludku se stýská po kaši. Živí se pasírovaným jídlem, které prošlo sítím jako filtrem odstraňujícím jeho nebezpečnost. Tak v něm nemůže být žádný tvrdší kousek. Problémy uvízly v sítu. Lidé s nemocným žaludkem nesnášejí syrová jídla, jsou pro ně příliš drsná, nezpracovaná, nebezpečná. Původní podobu potravy je třeba nejdříve zničit vařením. Špatně stravitelný je pro ně i celozrnný chléb, protože dosud obsahuje příliš mnoho problémů. Všechna ostrá jídla, alkohol, káva, nikotin a sladkosti způsobují příliš velké podráždění, než aby se jim nemocní vystavili. Život a jídlo musí být zbaveny všech ataků. Žaludeční kyselina vyvolává pocit tlaku v žaludku a ten zabrání dalšímu přijímání podnětů.

Při podání léků proti překyselení žaludku dochází zhusťta k říhání, což přináší úlevu, neboť jde o agresivní projev zaměřený navenek. S únikem vzduchu se snižuje tlak. Stejnou souvislost ukazuje často nasazovaná terapie školské medicíny (podávání trankvilizérů, léků zmírňujících pocit úzkosti a duševního napětí, např. valia): medikament chemickým působením přeruší spojení mezi psychikou a vegetativním systémem. Podobný krok bývá v těžkých případech prováděn i chirurgicky: pacientovi s vředy jsou operativně odstraněny určité nervové větve, zodpovědné za tvorbu kyseliny (*vagotomie*). Při obou intervencích oficiální lékařské vědy se přerušuje spojení mezi city a žaludkem, aby je žaludek nemusel somaticky zpracovávat. Žaludek je chráněn před vnějším podrážděním. Úzký vztah mezi psychikou a žaludeční sekrecí je dostatečně znám z Pavlovových experimentů. (Současným podáváním krmiva a zazněním zvonku vyvolal Pavlov u pokusných psů podmíněný reflex, takže po čase stačilo jen zaznění zvonku, aby psi slinili.)

Základní postoj, při němž se city a agrese neuplatňují navenek, ale obracejí dovnitř, má za následek tvoření žaludečních vředů (žaludeční vřed nevzniká růstem či bujením, je to proděravělá žaludeční stěna). Místo vnějších podnětů stravuje žaludek vlastní stěnu, sám sebe, doslova kouše do vlastního masa. Nemocný by se měl naučit uvědomovat si své pocity, vědomě zvládat konflikty a stravovat podněty. Dále by si měl přiznat svou touhu po dětské závislosti a mateřské ochraně, touhu být milován a opatrován, a to zvláště tehdy, jestliže tato přání skrývá za fasádou nezávislosti, hrdosti a schopnosti uplatnění. I zde je žaludek zvěstovatelem pravdy.

## ŽALUDEČNÍ A TRÁVICÍ POTÍŽE

### Při žaludečních a trávicích potížích bychom si měli položit tyto otázky:

1. Co nemohu nebo nechci spolknout?
2. Užírám se něčím?
3. Jak zacházím se svými city?
4. Z čeho mívám kyselý obličej?
5. Jak nakládám se svou agresi?
6. Jak dalece ustupuji konfliktům z cesty?
7. Je ve mně potlačená touha po bezkonfliktním ráji dětství, v němž bych byl milován a opatrován a nemusel se sám prokousávat životem?

### TENKÉ A TLUSTÉ STŘEVO

V tenkém střevu se odehrává vlastní proces trávení, při němž je potrava štěpena na jednotlivé složky (analýza) a asimilována. Je nápadná vnější podobnost mezi tenkým střevem a mozkem. Podobné jsou i úlohy a funkce: mozek tráví nehmotné, tenké střevo hmotné podněty. Při potížích s tenkým střevem vyvstává otázka, zda postižený příliš neanalyzuje, protože charakteristickou funkcí tenkého střeva je právě analýza, rozkládání, zacházení do detailů. Lidé s těmito potížemi inklinují většinou k nadměrné analytičnosti a kritičnosti, na všem musí něco vidět. Tenké střevo je také dobrým indikátorem existenčních obav. V něm je potrava zhodnocena a využita. Za zdůrazňováním zhodnocení a využití se vždycky skrývá existenční úzkost, strach z nedostatku a hladovění. Podstatně vzácněji upozorňují problémy s tenkým střevem na opačný pól: na malou kritičnost. (Případ mastné stolice při nedostatečné funkci slinivky.)

Jedním z nejčastějších příznaků, který patří k tenkému střevu, je průjem. (Lidově se říká: *posral se strachy* či *na-*

*dělal si strach do kalhot*.) Průjem odkazuje k problematice strachu. Máme-li strach, nemáme čas zpracovat analyticky vnější podněty, necháváme je nestrávené zapadnout. Stáhneme se na nějaké tiché a osamělé místečko, kde můžeme nechat věcem volný průběh. Ztrácíme přitom hodně tekutin, které jsou symbolem flexibility nutné k tomu, abychom mohli rozšířit stísnující hranici našeho Já, a tím překonat strach. Již dříve jsme řekli, že strach je vždy spojen s úzkostí a strnulostí. Terapie strachu předpisuje: uvolnit se a rozšířit, pružně reagovat a *nechat věcem volný průběh*. Tím symbolicky získáváme flexibilitu nutnou k tomu, abychom mohli rozšířit meze, v nichž se usadil strach. Průjem, ať už chronický či akutní, nás poučuje o tom, že máme strach a chceme se něčeho pevně držet, a nabádá nás, abychom se uvolnili a nechali věcem volný průběh.

V tlustém střevu trávení končí. Z nestrávených zbytků potravy se zde odstraní voda. Nejrozšířenější poruchou tohoto orgánu je *zácpa*. Freudovská psychoanalýza pokládá stolici za *akt dávání a darování*. Lejno nás přivádí k symbolice zlata: vzpomeňme jen na pohádkového oslíka, který se otřese a místo trusu z něho padají zlaté dukáty. Pověřiví zase věří, že šlápnou-li nechtěně do psího hovínka, znamená to vyhlídku na nečekaný zisk. Tyto odkazy snad stačí k tomu, abychom bez složitých teorií pochopili symbolickou souvislost mezi lejnem a zlatem, případně mezi *stolicí a ochotou něco dávat*. Zácpa je výrazem snahy *nedávat nic*, všechno si podržet, a dotýká se *problému lakoty*. Je to v dnešní době velmi rozšířený symptom, jímž trpí značný počet lidí. Svědčí o silném lpění na věcech a o neschopnosti odpoutat se od materiálních hodnot.

Tlustému střevu je přisuzován ještě jeden důležitý symbolický význam. Tak jako tenkému střevu odpovídá vědomé, analytické myšlení, u tlustého střeva je to nevědomí, skoro bychom řekli „podsvětí“. Z mytologického hlediska je nevědomí říší smrti. Tou je i tlusté střevo, neboť se v něm

nacházejí látky, které nemohly posloužit životu, je místem, kde začíná kvašení, jež je procesem hnití a umírání. Jestliže tlusté střevo symbolizuje nevědomí, noční stranu v těle, pak výkaly odpovídají obsahu nevědomí. V tom rozpoznáme další význam zácpy: je to strach, že nevědomé obsahy se dostanou na denní světlo. Je to pokus ty potlačené, nevědomé obsahy si podržet. Nahromadí se duševní dojmy a už se nepodaří získat od nich odstup. Pacient trpící zácpou je *nedokáže* - doslova řečeno - *vytlačit*. Z tohoto důvodu je v psychoterapii velmi užitečné, jestliže se začne s odstraňováním tělesné zácpy, aby se analogicky daly do pohybu i nevědomé obsahy. Zácpa nám ukazuje, že máme potíže s dáváním a pouštěním, že si chceme za každou cenu podržet jak materiální hodnoty, tak nevědomé obsahy, aby se *nedostaly na denní světlo*.

*Colitis ulcerosa* je název pro zánět tlustého střeva a konečníku, který vyvolává průjmy spojené s krvácením a výtokem šlemu. Krev a šlem jsou životní látky, prastaré symboly života. (Mýty některých přírodních národů uvádějí, že se veškerý život vyvinul z toho, co označujeme jako šlem, hlen, sliz.) *Šlem a krev* ztrácí ten, kdo se bojí uplatňovat svou osobnost, naplnit svůj život. Prožít opravdu svůj život však vyžaduje vybudovat si vlastní pozici v protikladu k ostatním lidem, což přináší jistou osamělost (ztráta symbiózy). Z toho má pacient s chronickou kolitidou strach. Strachy pak *potí krev a vodu* - střevem. Střevem (nevědomí) také odcházejí obětované symboly jeho života: krev a šlem. Pomůže mu jenom poznání, že každý člověk musí prožít život na svou vlastní odpovědnost - jinak jej ztratí.

### SLINIVKA BŘIŠNÍ (PANKREAS)

K trávicím orgánům patří také slinivka břišní, která má dvě základní funkce: exokrinní část (týkající se vnější sekrece) produkuje trávicí šťávy, jejichž působení má ryze agresivní charakter; endokrinní část slinivky (s vnitřní sek-

recí), tzv. Langerhansovy ostrůvky, produkuje inzulín. Nedostatečná produkce buněk endokrinní části vede ke vzniku cukrovky. Slovo *diabetes* pochází z řečtiny a znamená průchodný. Původně se této nemoci říkalo *cukrová úplavice*. Připomeneme-li si symboliku spojenou s potravou, můžeme slovo cukr nahradit slovem *láska* a máme problémový okruh diabetiků přesně vymezen. (Diabetik nemůže pro nedostatek inzulínu asimilovat cukr obsažený v potravě, ten jím propadá a je vylučován močí.) Sladkosti jsou *náhražkou* sladkých přání, která umožňují *sladký život*. Za pacientovou touhou po sladkostech, spojenou zároveň s neschopností cukr asimilovat, se skrývá nepřiznaná *touha po lásce*, jež je zase spojena s neschopností lásku přijímat a cele se jí odevzdat. Diabetik se musí živit zmíněnou „náhradní potravou“, náhražkou za svoje skutečná přání. Cukrovka vede k překyslení celého těla až do komatu. A kyselost známe jako symbol agrese. Stále znovu se setkáváme s polaritou lásky a agrese, cukru a kyseliny (mytologicky: Venuše a Marsu). Tělo nám napovídá: kdo nemiluje, zkysne. Ještě jednoznačněji formulováno: kdo si nemůže užívat, sám bude brzy nepoživatelným.

Lásku může přijímat jen ten, kdo ji umí také rozdávat. Diabetik rozdává lásku jedině formou nepřijatého cukru v moči. Kdo není dostatečně průchodný, v tom se cukr nerozpustí a vyvolává cukrovou úplavici. Diabetik touží po lásce (sladkostech), ale nemá odvalu svou touhu realizovat („Nesmím přece nic sladkého!“). Dál je roztoužen („Rád bych..., ale opravdu nesmím!“), ale žádné lásky se nedočká, protože ji neumí sám dávat, a tak jím láska propadá jako nestrávený cukr. Jak se potom nemá cítit kysele, zatrpkle!

### JÁTRA

Zabývat se játry není jednoduché, neboť je to orgán s mimořádně mnohostrannými funkcemi. Jsou jedním

z největších lidských orgánů, jsou centrálním orgánem intermediární látkové výměny, přímo jakousi laboratoří. Načrtneme jejich nejdůležitější funkce.

**1. Hromadění energie.** Játra vytvářejí glykogen (sílu) a ukládají jej (asi 500 kilokalorií). Kromě toho proměňují uhlohydráty v tuk a shromažďují jej v tukových zásobárnách těla.

**2. Výroba energie.** Z aminokyselin a tukových složek obsažených v potravě vytvářejí játra glukózu (energii). Veškerý tuk přichází do jater a může tu být spálen, proměněn v energii.

**3. Metabolismus bílkovin.** Játra mohou aminokyseliny jak rozkládat, tak syntetizovat nové. Jsou spojícím článkem mezi bílkovinou (proteinem) rostlinnou a zvířecí, tedy zdrojem naší výživy, a bílkovinou lidskou. Bílkovina každého z těchto druhů je odlišná, ale stavební kameny, z nichž se skládá (aminokyseliny), jsou univerzální. Srovnání: nejrozumnější typy domů (bílkoviny) jsou postaveny z naprosto stejných cihel (aminokyseliny). Individuální odlišnosti bílkovin rostlinné, zvířecí a lidské říše spočívají tedy v odlišném uspořádání aminokyselin. Jejich pořadí je zakódováno v deoxyribonukleové kyselině (DNK).

**4. Odstraňování jedů.** Játra inaktivují a rozpouštějí vlastní i cizí jedovaté látky, aby mohly být pomocí žluči a ledvin vyloučeny. Dále musí ze stejného důvodu zpracovat bilirubin (odpadový produkt krevního barviva hemoglobinu). Narušení tohoto procesu vede k žloutence. Játra konečně syntetizují i močovinu, aby ji ledviny mohly rovněž vyloučit.

Tolik k nejdůležitějším funkcím jater. Symbolický výklad začneme u posledního bodu. Schopnost odstraňovat jedy předpokládá způsobilost rozlišit a ocenit, co je, a co není jedovaté. Jaterní poruchy a onemocnění tedy poukazují na problémy hodnocení a oceňování toho, co je užitečné, či škodlivé (potrava, otrava?). Posoudíme-li dobře, co je

pro nás vhodné, tj. co můžeme zpracovat a strávit, nedochází k nadměrné spotřebě, která játrům škodí: příliš mnoho tuku, příliš jídla, alkoholu, drog apod. Nemocná játra dosvědčují, že přijímáme více, než na co jejich zpracovatelská kapacita stačí, dosvědčují ztrátu míry, přehnané expanzivní choutky a příliš vysoké ideály.

Játra jsou dodavatelem energie. Při jejich onemocnění ji ztrácíme. Dále ztrácíme životní energii, potenci, chuť k jídlu i k pití, chuť ke všem životním projevům. Chorobný příznak koriguje a kompenzuje svůj problém, jímž je v tomto případě nadměrná spotřeba, zvyk žádat příliš mnoho. Jde o tělesnou reakci na ztrátu citu pro míru a na přebujelou fantazii, o upozornění na naši nenasytost. Klesá krevní srážlivost, krev - tato životní šťáva - řídne a uniká z těla. Nemoc nás vede k omezení, klidu a odříkání (sex, jídlo, pití) - velmi zřetelný je tento proces při hepatitidě.

Játra mají dále symbolický vztah k světonázorovým a náboženským oblastem, jehož odvození nemusí být všem patrné. Připomeňme si syntézu bílkovin. Bílkovina je stavebním kamenem života a sama je vystavěna z aminokyselin. Játra vytvářejí z rostlinných a zvířecích bílkovin obsažených v potravě bílkoviny lidské tím, že mění jejich prostorové uspořádání. Jinými slovy: játra mění prostorové uspořádání při zachování jednotlivých stavebních kamenů (aminokyselin), což znamená kvalitativní či evoluční skok z rostlinné a zvířecí říše do světa člověka. Ovšem tím, že identita stavebních kamenů zůstala zachována, zachovalo se i spojení s oblastí jejich původu. Metabolismus bílkovin je dokonalým mikrokosmickým zobrazením toho, co v makrokosmu nazýváme evolucí. Přestavením a změnou kvalitativní předlohy vzniká nekonečné množství forem ze stále stejných „stavebních pramenů“. Konstantním „materiálem“ zůstává všechno navzájem spojeno, pročež mudrci tvrdí, že všechno je v jednom a jedno ve všem (*totum pro parte, pars pro toto*).



Jiným výrazem tohoto poznatku je *religio*, doslova „zpětná vazba“. Náboženství hledá zpětné spojení s prazákadem, s výchozím bodem, s všejednotou, protože mnohost, která nás odděluje od jednoty, není ničím jiným než iluzí (*mája*) vznikající věčnou proměnou téže předlohy bytí. Proto také zpáteční cestu najde jen ten, kdo prohlédne iluzi proměnlivých forem. Mnohé a jediné - v tomto energetickém poli pracují játra.

## NEMOCI JATER

**Při jaterních onemocněních je třeba položit si tyto otázky:**

1. V kterých oblastech jsem ztratil schopnost správného posouzení a hodnocení?
2. Kde nemohu rozeznat, co je pro mě užitečné a co škodlivé?
3. V čem jsem nenasytný a chci příliš mnoho, kdy ztrácím cit pro míru?
4. Starám se o své „religio“, o svou oblast „zpětné vazby“ a návrat k prazákladu, nebo mi mnohost zastírá jednotu? Nepřicházejí u mě světónáborová témata zkrátka?
5. Chybí mi důvěra?

## ŽLUČNÍK

Žlučník shromažďuje žluč, kterou produkují játra. Jestliže se však žlučovod ucpe, např. žlučovými kameny, nemůže se žluč dostatečně podílet na procesu trávení. Hovorová řeč vystihuje agresivní charakter této tekutiny (např. *vzkypěla mu žluč*) a cholerik je pojmenován přímo podle nadržené, žlučovité agrese (*chole* = žluč).

Je nápadné, že žlučové kameny se častěji vyskytují u žen než u mužů, kteří zase trpívají na ledvinové kameny. Žlučové kameny jsou opět častější u vdaných žen než u těch svobodných. Tento statistický údaj náš výklad o něco ulehčí. Energie chce téct. Je-li jí v tom bráněno, hromadí se. Nemá-li delší dobu žádný odtok, směřuje k zhušťování. V těle se vytvářejí kameny a skládky jako výraz sražené, ztuhlé energie. Žlučové kameny jsou zkamenělé agrese. (Energie a agrese jsou téměř shodné pojmy. A nezapomínejme, že slova jako agrese nemají v našich výkladech žádnou negativní hodnotu. Potřebujeme prostě agresi právě tak naléhavě jako žluč či zuby!)

Častý výskyt žlučových kamenů u provdaných žen s rodinou proto nepřekvapuje. Tyto ženy vnímají svou rodinu jako strukturu, jež jim brání dát volný průchod jejich energii a agresi. Pociťují rodinné situace jako sevření, z něhož se nemohou vymanit, a proto jejich energie ztuhne, zkamení. Kolika nutí pacienta dohonit všechno, k čemu neměl dříve odvalu. Prudkými pohyby a křikem se potlačovaná energie opět uvolňuje. Nemoc vede k poctivosti.

## NECHUTENSTVÍ (ANOREXIA NERVOSA)

Hodláme uzavřít kapitolu o trávení klasickou psychosomatickou nemocí, jejíž šarm vytváří směs nebezpečnosti a originality. (Stále na ni umírá 20 % pacientek.) Při nechutenství vystupují zvláště zřetelně vtip a ironie, které obsahuje každá nemoc: někdo se zdráhá jíst, protože nemá na nic chuť, a umírá, aniž by si uvědomil, že je nemocný. To je tedy gól! Lékaři a všichni kolem mají co dělat, aby ukázali svoji sílu. Většinou se horlivě snaží přesvědčit pacienta o výhodách jídla a života a stupňují svou lásku k bližnímu až k umělé výživě. (Komu tolik komiky není vhod, je špatným divákem velkého divadla našeho světa!)

Chorobná hubenost se vyskytuje skoro výlučně u pacientek. Je to typicky ženská nemoc. Pacientky, většinou

v pubertě, na sebe upoutávají pozornost odmítáním jídla, což zdůvodňují - zčásti vědomě, zčásti nevědomě - obavou z tloustnutí.

Striktní odmítání potravy se ovšem může zvrátit v opak: jsou-li samy a nikdo je nevidí, začnou pořádat neuvěřitelné množství jídel. V noci vyprazdňují ledničku a snědí všechno, na co přijdou. Nechtějí však potravu v sobě podržet a snaží se jí opět zvrátit. Vymýšlejí si všemožné triky, aby okolí jejich zvyky neprohlédlo. Je opravdu těžké udělat si správný obrázek o tom, co postižené nechutenstvím opravdu jedí, a co ne, kdy je jejich hlad nasycen, a kdy ne.

Když už ale jedí, dávají přednost věcem, které si označení „potrava“ sotva zaslouží: citronům, zeleným jablkům, kyselým salátům, tedy výlučně věcem s nízkou výživnou a kalorickou hodnotou. Navíc tyto pacientky užívají projímadla, aby to málo nebo nic, které do sebe dostanou, rychle a jistě zase vyšlo. Mají také velkou potřebu pohybu. Podnikají dlouhé procházky, čímž se chtějí zbavit sádla, které nikdy nenabraly, a to je při jejich velmi oslabeném stavu na pováženou. Nápadný je také přehnaný altruizmus těchto pacientek, vrcholící často tím, že s velkou láskou a péčí vaří jiným. Vařit pro jiné, obsluhovat je a pozorovat při jídle - to jim nepůsobí žádnou potíž, pokud také nemusí zasednou ke stolu. Jinak mají velký sklon k pobývání v samotě a rády se stahují zpět. Chorobně hubnoucí pacientky nemívají menstruaci nebo je pro ně tato funkce spojena s různými potížemi.

Shrneme-li tyto příznaky, vidíme značné vystupňování asketického ideálu. V pozadí se skrývá starý konflikt mezi duchem a hmotou, mezi nahoře a dole, mezi čistotou a pudy. Potravou se živí tělo i svět forem. „Ne“ postižených nechutenstvím znamená „ne“ i tělesnosti a všem požadavkům z těla vycházejícím. Jejich pravý ideál sahá daleko za oblast jídla: cílem je čistota a zduchovnění. Chtějí se zbavit všeho těžkého a tělesného. Chtějí uniknout sexualitě

a pudovosti. Cílem je sexuální cudnost a bezpohlavnost. K tomu musí zůstat co nejstíhlejší, aby se jim nevytvořily žádné oblíny vyznačující ženu. Tyto dívky se ženami stát nechtějí.

Mají strach nejen před oblými, ženskými formami, ale i tlusté břicho jim připomíná možnost otěhotnění. Odpor proti vlastní ženskosti a sexualitě se projevuje absencí pravidelné menstruace. Nejvyšším ideálem je odmaterializování. Pryč se vším, co prozrazuje nízkou tělesnost!

Ideál askeze je hlediskem, z něhož pacientky nepohlížejí na své nechutenství jako na nemoc, a nemají proto pochopení pro žádná terapeutická opatření, mající posloužit tělu. Vyhýbají se umělé výživě na klinice, vymýšlejí stále rafinovanější triky, jak se nenápadně zbavit každého jídla. Odmítají každou pomoc a zarytě sledují svůj ideál: zduchovněním se zbavit všech tělesných projevů. Smrt nepociťují jako ohrožení, protože to, co u nich vyvolává strach, je životaschopnost. Bojí se všeho, co je kulaté, amorfní, ženské, úrodné, pudové a sexuální, bojí se blízkosti a horka. Z tohoto důvodu také nejídají společně. Sedět v kruhu a společně jíst, to je prastarý rituál všech kultur, při němž se rodí lidská blízkost a vřelost. Jenže právě tato blízkost vyvolává u našich pacientek strach.

Tento strach pochází ze stínu těchto pacientek, tedy z oblasti, kde na svou realizaci lačně čekají všechna témata odsunutá z vědomého života. Pacientky trpí nenasytným hladem po živém, který se však ze strachu, aby jim nepřerostlo přes hlavu, snaží symptomatickým chováním vykořenit. Čas od času je však nenasytný hlad a žravost přemohou, a tak dochází k onomu tajnému obžerství. Cítí však vinu a snaží se svůj „poklesek“ napravit vydávením toho, co spolykaly. A takt tyto nemocné nemohou najít střed ve svém konfliktu mezi lačností a askezí, mezi hladem a odříkáním, mezi egocentризmem a altruizmem. Za altruistickým jednáním vždycky objevíme silně přehnanou egocentriznost, při

styku s našimi pacientkami rovněž patrnou. Ty tajně touží po pozornosti a dosahují svého cíle oklikou přes nemoc. Odmítáním jídla získávají náhle netušenou moc nad ostatními lidmi, kteří mají zoufalý strach a věří, že je musí přinutit k přijímání potravy a přežití. Tímto trikem dokáží držet v šachu svou rodinu už malé děti.

Pacientkám nepomůžeme nucenou výživou, nýbrž jen tím, že dokážeme, aby byly samy k sobě poctivé. Pacientka v sobě musí odkrýt a akceptovat lačnost, nenasytný hlad po lásce a sexu, svou egocentričnost a ženskost s veškerou pudovostí a tělesností. Musí pochopit, že pozemské oblasti nepřekoná jejich potíráním a potlačováním, nýbrž jen tím, že je prožije, a tím integruje, promění. V tomto smyslu si mohou všichni lidé z nechutenství odvodit poučení. Nejen pubertální dívky tendují k tomu, že se snaží s pomocí vznešeně se tvářící filozofie potlačit strach, který probouzejí požadavky jejich tělesnosti, aby mohly vést čistý a produševnělý život. Snadno přitom přehlédnou, že askeze většinou vrhá stín - a ten se jmenuje: žádostivost.

## 5. Smyslové orgány

Smyslové orgány jsou branami vnímání. Jimi jsme spojeni s vnějším světem. Jsou to okna do naší duše, jimiž hledíme ven - abychom nakonec viděli sami sebe. Neboť tento svět, který poznáváme svými smysly a v jehož neotřesitelnou realitu pevně věříme, ve skutečnosti neexistuje.

Pokusme se toto ohromující tvrzení postupně odvodit. Jak funguje naše vnímání? Každý akt smyslového vnímání lze redukovat na informaci, která se uskutečňuje změnou kmitání částic. Pozorujeme například železnou tyč a vidíme její černou barvu, cítíme chlad kovu, tvrdost a třeba i vůni. Zahříváme-li ji hořákem, sledujeme, jak mění barvu a červená, cítíme horko, které z ní vychází, můžeme vyzkoušet a vidět její ohebnost. Co se stalo? Pouze jsme tyči dodali energii, která způsobila zvýšení rychlosti částic. A toto rychlejší kmitání vedlo ke změně vnímání, jež jsme opsali jako „červený“, „horký“, „ohebný“ atd.

Na tomto příkladu vidíme, že naše pozorování spočívá pouze ve kmitání částic a změně frekvence. Částice narážejí na specifické receptory orgánů našeho vnímání a působí zde podráždění, které je prostřednictvím chemicko-elektrických impulzů vedeno nervovým systémem do mozku a tu vyvolává komplexní obraz, z něhož vyjímáme pojmy jako „červený“, „horký“, „voňavý“ atd. Částice vcházejí dovnitř, ven vychází komplexní otisk vjemů. Mezi tím se odehrává zpracování. Jsme přesvědčeni, že obraz, který naše vědomí z informací o částicích vytvořilo, existuje i venku, mimo nás!

V tom tkví náš omyl. Naše vnímání spočívá sice na částicích - ale my je nemůžeme vnímat. Ve skutečnosti jsme obklopeni pouze svými subjektivními obrazy. Myslíme si, že ostatní lidé (existují vůbec?) vnímají totéž, pokud užijí pro své vnímání stejná slova jako my. A přece ani dva lidé nikdy nezjistí, vidí-li totéž, mluví-li o zelené barvě. Jsme totiž docela sami v kruhu svých obrazů, ale vyvíjíme značné úsilí, abychom se s touto pravdou nestřetli.

Obrazy působí stejně pravdivě jako ve snu, ovšem jen potud, pokud sníme. Jednoho dne se ze sna, který jsme den co den snili, probudíme a užaseme, jak se náš svět - zdánlivě tak skutečný - proměňuje v nicotu. Zjistíme, že byl jen iluzí, závojem zastírajícím pravou skutečnost. Někdo by mohl namítnout, zevnější svět sice nemusí existovat v těchto formách, které vnímáme, ale přece jen existuje takový, jaký vytvářejí částice. I to však klame. Protože na úrovni částic nelze najít hranici mezi Já a ne-Já, mezi vnějškem a vnitřkem. Na částici se nemůžeme dívat z hlediska, zda ještě patří ke mně, nebo už k okolnímu světu. Tady neexistují žádné hranice. Tady je všechno v jednom.

Přesto to má na mysli stará ezoterická nauka rovnicí mikrokosmos = makrokosmos. „Rovná se“ tu platí s matematickou přesností. Já (ego) je iluzí, která existuje pouze v našem vědomí jako umělá hranice, a to jen tak dlouho, dokud se nenaučíme je obětovat, abychom s překvapením zjistili, že obávaná ztráta existence ji ve skutečnosti splynutím s vesmírem. Cesta k vědomí této jednoty, k zasvěcení, je však dlouhá a těžká. Jsme konečně k zdánlivému světu hmoty připoutáni pěti smysly tak, jako byl Ježíš přibit pěti ranami na kříž hmotného světa. Tento úděl můžeme překonat jen tím, že jej přijmeme a učiníme z něho prostředek „znovuzrození v duchu“.

Na začátku této kapitoly jsme řekli, že smyslové orgány jsou okny naší duše, jimiž pozorujeme sami sebe. To, co nazýváme okolním či vnějším světem, je zrcadlení naší duše.

Zrcadlo nám umožňuje lépe se vidět a poznat, neboť ukazuje i ty naše stránky, které bychom bez této okliky nemohli vidět. A tak je náš „vnější svět“ grandiózním pomocníkem na cestě k sebepoznání. Někdy ovšem není pohled do zrcadla příliš potěšující, protože je v něm vidět i náš stín, a pak nám velmi záleží na tom, abychom to vnější od sebe odstrčili a každého ujistili, že s tím tentokrát „nemáme nic, ale nic společného“. V tom spočívá značné nebezpečí. Projektujeme svou existenci navenek a jsme ochotni věřit v její soběstačnost. Pak ji zapomeneme vzít zase zpět a začne věk sociální práce, v němž se každý snaží pomoci druhému, a nikdy sám sobě. Pro svou cestu k uvědomění potřebujeme zrcadlení *vnějšku*. Nesmíme však zmeškat okamžik, kdy je třeba svou projekci zase stáhnout, abychom zůstali *celí*. Židovská mytologie zobrazuje tuto souvislost stvořením ženy. Úplnému, androgynnímu člověku Adamovi byla odebrána jedna část (v překladu žebro) a utvořeno z ní cosi formálně samostatného. Adamovi chybí polovina a on ji nachází jako svůj protějšek v projekci. Stal se *neúplným* a nové úplnosti může dosáhnout jen tím, že se sjednotí s tím, co mu chybí. Nyní se to může odehrát jenom oklikou přes *vnější* svět. Zapomíná-li člověk to, co vnímá z vnějšku, postupně během své životní cesty integrovat a podlehne-li lákové iluzi, že vnějšek s ním nemá nic společného, započne osud jeho vnímání pozvolna omezovat.

Vnímání je především poznáváním pravdy, a to je možné jen tehdy, poznáváme-li ve všem, co vnímáme, sebe. Zapomeneme-li na to, naše okna do duše - smyslové orgány - se pomalu zakalí a oslepnou a budou nás nutit obrátit nakonec své vnímání dovnitř. V té míře, v jaké naše smyslové orgány *přestávají správně fungovat*, jsme nuceni hledět do svého nitra a naslouchat mu. Jsme nuceni rozjímat sami o sobě.

Existují mediační techniky, při nichž je možné dosáhnout tohoto zpětného zamyšlení dobrovolně: meditující za-

cpe prsty obou rukou brány smyslů - oči, uši a ústa - a medituje nad příslušnými smyslovými vjemy, které se při jistém cvičení manifestují jako chuť, barva a tón.

## OČI

Oči nejen propouštějí dojmy dovnitř, ale něco pouštějí i ven: vidíme na nich pocity a nálady člověka. Proto zkoumáme cizí pohled, snažíme se pohlédnout mu co nehlouběji do očí, číst v nich. Oči jsou zrcadlem duše. Vytrysknou z nich slzy, a dávají tak vědět o vnitřní psychické situaci. Diagnostika pomocí oční duhovky užívá dodnes oko jako *tělesné zrcadlo*, stejně dobře je však možné vidět v něm charakter a strukturu osobnosti. Také rčení jako *zlý pohled* nebo *magický zrak* ukazují, že oko je orgánem, který nejen přijímá, ale také vydává. Není to snad dostatečně aktivní počinání, *hodíme-li po někom očkem?* A jestliže jsme se do někoho zamilovali, jistě jsme se do něho nejdříve *zahleděli*. Tato formulace kromě toho prozrazuje, že zamilovaný není schopen vidět jasně realitu, v stavu zahledění se velmi snadno zamiluje - *vždyť láskaje slepá*.

Nejčastějšími poruchami zraku jsou krátkozrakost a dalekozrakost, přičemž krátkozrakost se vyskytuje především v mládí, dalekozrakost je pak častější v stáří. Je to přirozené, neboť mládí vidí většinou jen svůj úzký okruh a chybí mu širší rozhled. Stáří už má od věcí větší odstup. Podobně je to s pamětí starých lidí: na blízké děje si špatně vzpomínají, zato však pro události ležící v daleké minulosti mají paměť obdivuhodně čilou a exaktní.

**Krátkozrakost** poukazuje na příliš silnou subjektivitu. Krátkozraký pozoruje všechno skrze *vlastní okuláry* a při každém tématu se cítí osobně potrefen. Vidí *si jen na špičku nosu*, a přece tento úzký obzor nevede k sebepoznání. Člověk by měl to, co vidí, vztahovat na sebe, aby se naučil sám sebe vidět. Zůstane-li však vězet v zajetí subjektivity, zvrátí se tento proces ve svůj opak. Konkrétně jde o to, že sice na

sebe všechno vztahuje, ale zdráhá se v tom vidět a rozpoznat. Pak vede subjektivita jenom k trucovité urážlivosti či jiným obranným reakcím.

Krátkozrakost toto nedorozumění odkrývá. Nutí nás zabývat se důkladněji vlastními záležitostmi, posouvá ohnisko pohledu blíže k vlastním očím, blíže k vlastní špičce nosu. Krátkozrakost se jeví v tělesné rovině jako značně subjektivní, což nepomáhá v sebepoznání. To, je-li skutečné, se musí nutně ze subjektivity vymanit. Uniká-li nám něco, nebo to vidíme jen špatně, musíme si položit otázku: „Co nechceme vidět?“ Odpověď je vždy stejná: „Sebe.“

Sílu odporu vidět se taková, jací jsme, určuje počet dioptrií našich brýlí. Brýle jsou protézou a klamou nás. Korigujeme jimi uměle svůj osud a tváříme se, jako by bylo všechno v pořádku. S kontaktními čočkami se tento podvod ještě zesiluje, neboť svůj nedostatek zakrýváme. Představme si, že bychom jedné noci vzali všem lidem jejich brýle a kontaktní čočky. Co by se stalo? Rázem by byl život poctivější. Okamžitě by se dalo poznat, jak někdo vidí svět i sebe, a - což je mnohem důležitější - postižení by mohli prožít svou neschopnost vidět věci takové, jaké jsou. Jenom ten nedostatek, který prožijeme, je pro nás užitečný. Najednou bychom si uvědomili, jak je náš obraz světa „nejasný“, jak „mlhavě“ všechno vidíme a jak je náš obzor úzký. Snad by pak alespoň *někomu z nás spadly šupiny z očí* a my bychom mohli začít vidět věci správněji, neboť jak může dospět k jejich správnému chápání ten, kdo špatně vidí?

Starý člověk by měl na základě životních zkušeností rozvíjet svou moudrost a rozhled. U mnohých se to bohužel projeví jen v tělesné rovině jako dalekozrakost. Barvoslepost zase svědčí o slepotě pro mnohostrannost a pestrost života. Taková lidé vidí všechno šedě a rádi nivelizují všechny rozdíly.

**Zánět spojivek (conjunktivit)** jako každá zánětlivá nemoc upozorňuje na nějaký konflikt. Vede k bolestem, které

se utíší jen tehdy, zavřeme-li oči. A tak zavíráme před konfliktem oči, nechceme se do něj podívat.

**Šilhání.** K vidění potřebujeme dva obrazy, abychom mohli něco vidět v *celé* mnohorozměrnosti. Není to dalším důkazem zákona o polaritě? Potřebujeme vždycky dvě hlediska, abychom pochopili jednotu. Nejsou-li osy pohledu koordinované, šilháme, tj. na sítnici obou očí vzniknou dva obrazy, které se nepřekrývají (dvojitý obraz). Než bychom však měli vidět dva divergentní obrazy, rozhodne se mozek jeden z nich raději odfiltrovat (totiž obraz šilhajícího oka), a tak jsme vlastně jednoocí. Obraz druhého oka už není nikam veden, vidíme všechno ploše, bez dimenzionality.

Stejně je tomu s polaritou. I zde musíme být schopni vnímat oba póly *jako jeden* obraz (např. vlny a částice, svobodu a determinismus, dobré a zlé). Nedokážeme-li to a obrazy se rozlézají, vypneme jedno hledisko (potlačíme je) a ztratíme perspektivu. Šilhající člověk je jednooký, protože obraz druhého oka mozek potlačil, což vede jak ke ztrátě dimenzionality, tak k vytváření jednostranného světového názoru.

**Zákal.** Při „šedém zákalu“ se zakaluje čočka, a tím i pohled. Postižený přestává vidět věci ostře. Dokud je ostře vidí, jsou také ostré, tj. zranitelné. Nahradí-li však zraňující ostrost nejasností, ztratí svět svou nebezpečnost a schopnost zraňovat. Vidět nejasně znamená pohodlně se distancovat od okolního světa, a tím i od sebe. „Šedý zákal“ je jakousi žaluzií, kterou stáhneme, abychom nemuseli vidět to, co nechceme. Klade se nám na oči jako šupiny a může vést až k oslepnutí.

Při „zeleném zákalu“ (glaukom) stoupá nitrooční tlak, dochází k výpadkům zorného pole a omezenému vidění. Nemocný hledí na svět, jako by měl klapky na očích. Ztrácí rozhled a vnímá jen výsek skutečnosti. V pozadí bývá psychický tlak nevyplakaných slz (tlak nitrokomorové vody).

Nejkrajnější forma nechuti vidět je **slepota**. Většina lidí ji považuje za nejtěžší vadu, která může člověka v tělesné oblasti postihnout. Výraz *postižený slepotou* používáme často v přeneseném významu. Slepému byla neodvratně odebrána vnější projekční plocha, a tak je nucen obracet zrak dovnitř. Tělesná slepota je pouze poslední manifestací vlastní slepoty, o níž tu jde: slepoty vědomí.

Před několika lety se podařilo díky nové operační technice vrátit v USA zrak většímu počtu mladistvých slepců. Nevyvolalo to ale u nich očekávanou radost a štěstí, většina se s touto změnou nesmířila a neodkázala se cítit v našem světě dobře. Tuto zkušenost můžeme samozřejmě analyzovat a vysvětlovat z nejrůznějších hledisek. Pro náš způsob posuzování je však důležitý jenom poznatek, že funkčními změnami můžeme sice změnit některou funkci, nikoli však odstranit problém manifestující se v příznaku. Jenom vzdáme-li se ideje, že každá překážka je nemilou závadou, kterou musíme rychle a nenápadně odstranit nebo kompenzovat, můžeme z ní získat nějaký prospěch. Musíme konečně dovolit poruše, aby nás v našem zaběhnutém způsobu života rušila, musíme konečně dovolit překážce, aby nám opravdu překážela žít dále tak jako dosud. Pak se stane nemoc cestou vedoucí ke spáse, pak nás třeba i slepota dovede k pravdivějšímu vidění a poznání.

## UŠI

Zaposlouchejme se nejprve do některých rčení a formulací, v nichž se vyskytují uši a sluch: *mít nastražené uši - svoje uši někomu propůjčit — dopřát někomu sluchu - naslouchat někomu — poslouchat, být poslušný*. Všechny tyto fráze a vazby ukazují zřetelný vztah uší k tématu vpouštění, pasivního postoje a poslušnosti. Zrak je samozřejmě mnohem aktivnějším druhem vnímání než sluch. Je ale také jednodušší hledět stranou či zavřít oči než zacpat si uši. Schopnost poslouchat je tělesným výrazem poslušnosti

a pokory. Na dítě, které neposlouchá, vyjedeme: „Neslyšíš?“ Kdo špatně slyší, nechce poslouchat. Jednoduše přeslechně to, co nechce slyšet. Kdo nechce dopřát sluchu někomu jinému a prostě nepřijímá, bude jistě egocentrický. Stejně je tomu u nedoslýchavosti způsobené hlukem. Neškodí silný hluk sám o sobě, ale odpor k hluku. Nechuť jej přijímat vede k nemožnosti jej vnímat. Časté ušní záněty a bolesti u dětí spadají do věku, kdy se nejvíc musí učit poslouchat. Nedoslýchavostí jsou pak postiženi především starší lidé. Stařecká nedoslýchavost tak jako špatný zrak, nepohyblivost a strnulost jsou somatickými příznaky stáří a vyjadřují stejnou tendenci. Starý člověk se už netouží ohýbat, ztrácí poddajnost, přizpůsobivost a pružnost, není ochoten už poslouchat. Načrtnutý vývoj je pro stáří typický, ne však vždy nutný. Stáří jenom zvyrazňuje nevyřešené problémy a vede k poctivosti stejně jako nemoc.

Někdy dojde k náhlé, většinou jednostranné těžké nedoslýchavosti vnitřního ucha, které může vést až k ohluchnutí (později se může připojit i druhé ucho). Abychom mohli tuto náhlou ztrátu sluchu vyložit, musíme přesně určit aktuální životní situaci, při níž se vyskytla. Jde většinou o výzvu, abychom obrátili svou pozornost dovnitř a naslouchali vnitřním hlasům. Hluchým se stává jen ten, kdo je k nim už dlouho hluchý.

## OČNÍ NEMOCI

Kdo má problémy s očima a s viděním, měl by nejprve alespoň na den odložit své brýle (kontaktní čočky) a vědomě zažít tuto pravdivější životní situaci. Na konci dne nechť pořídí zápis, v němž složí účty z toho, jak svět viděl a prožíval, co mohl a nemohl udělat, nač narážel, jak se s tím vypořádal apod. Takový protokol by měl poskytnout dostatek látky k tomu, aby svět - i sebe - lépe viděl a poznal.

**Podstatné je ovšem i pro-zkoumání následujících otázek.**

1. Co nechci vidět?
2. Ovlivňuje moje subjektivita mé sebepoznání?
3. Nezapomínám hledat ve všem dění sebe?
4. Nebojím se vidět věci v jejich ostrosti?
5. Dokáží vůbec vidět věci takové, jaké jsou, a snést to?
6. Od které sféry své existence odvracím raději oči?

## UŠNÍ NEMOCI

**Kdo má problémy s ušima a sluchem, nechť si položí tyto otázky:**

1. Proč nejsem připraven dopřát někomu sluchu?
2. Koho a co nejsem ochoten poslouchat?
3. Jsou u mě v rovnováze oba póly - egocentismus a pokora?



## 6. Bolesti hlavy

Bolesti hlavy jsou známy teprve několik století, v dřívějších kulturních epochách se o nich nevědělo. Zvláště v civilizovaných krajinách jich přibývá, až 20 % zdravé populace udává, že jimi trpí. Podle statistiky jde o převahu žen a „horních vrstev“ společnosti. Nepřekvapí nás to, zkusíme-li si na chvíli symbolikou hlavy lámat hlavu. Hlava představuje velmi jasnou polaritu k tělu. Reprezentuje náš *hořejšek*, zatímco tělo *spodek*.

Hlavu považujeme za místo, kde sídlí rozvažování, rozum a myšlení. Kdo jedná *bezhlavě*, jedná nerozumně. Jestliže někomu zamotáme hlavu, nemůžeme počítat s tím, že si chladnou hlavu uchová. Iracionální pocity jako láska ohrožují hlavu zvláště silně, mnozí lidé ji při nich dokonce *ztrácejí* (a když ne, pak je pořádně bolí!). Existuje ovšem i pár *mimořádně tvrdohlavých* současníků, jimž nehrozí nebezpečí, že *ztratí hlavu*, i když chtějí *prorazit hlavou zed'*. Někteří pozorovatelé soudí, že příčinou takové odolnosti může být zabetonovaná hlava, ale to lze těžko vědecky dokázat.

Bolest hlavy z kontrakce svaluje subakutně počínající, rozptýlená bolest, většinou spojená se silným tlakem, který může trvat hodiny, dny i týdny. Bolest vzniká pravděpodobně vysokým napětím v cévách, přičemž se synchronně napínají i svaly v hlavě, ramenou, šíji a krční páteři. Toto onemocnění se často objevuje v životních situacích, při nichž se člověk ocitne pod silným tlakem nebo které ho citelně ohrožují.

K přepínání horního pólu hlavy dochází zvláště při „cestě vzhůru“. Bývá to záležitost člověka s velkou citlivostí a perfekcionistickými požadavky, který se snaží prosadit svou vůli (prorazit hlavou zed'). V takových případech citlivost a touha po moci snadno stoupnou do hlavy, neboť pokud někdo jednostranně věnuje pozornost jen záležitosti hlavy, akceptuje a prožívá jen to racionální, rozumové, ztratí rychle svůj „spodní pól“, a tím i kořeny, které poskytují životní oporu. Tělesné nároky a nevědomé funkce jsou ovšem vývojově starší než schopnost rozumového uvažování, jež se vyvinulo teprve s růstem velkého mozku a představuje velmi pozdní lidskou vymoženost.

Člověk má dvě centra: srdce a mozek, citění a myšlení. Člověk naší doby a kultury rozvinul v mimořádné míře své mozkové schopnosti a ocitl se tím ve stálém nebezpečí, že bude zanedbávat své druhé centrum, srdce. Ztratit proto myšlení, rozum a hlavu by ovšem nebylo žádným řešením. Žádné z obou center není ani lepší, ani horší. Neměli bychom se rozhodovat pro jedno, nebo druhé - měli bychom usilovat o rovnováhu.

Lidé zatížení na srdce jsou právě tak neúplní jako lidé zatížení na hlavu. Naše kultura však pól hlavy tak preferuje a rozvíjí, že nutně musíme mít deficit v pólu spodním.

K tomu přistupuje jako další problém otázka, *k čemu* vlastně svou rozumovou činnost používáme. Nejčastěji slouží rozumové funkce k posílení našeho Já. Kauzálním vzorem myšlení se pokoušíme co nejlépe pojistit proti osudu a zajistit dominanci našeho ega.

Takové podnikání nakonec vždycky ztroskotá. V nejlepším případě, tak jako u babylonské věže, vede ke zmatku. Hlava si nesmí dovolit jednat samostatně, bez těla a bez srdce.

Oddělí-li se myšlení od spodku, odděluje se i od svých kořenů. Příkladem takového vykořeněného myšlení je funkcionalistické myšlení vědy, které chybí zpětná vazba k prvotnímu základu religio. Člověk, který poslouchá jen svo-

ji hlavu, se vznáší v závratných výškách, aniž by byl dole zakotven. Není pak divu, že mu z toho *hučí v hlavě*. Hlava vyhláší poplach.

Hlava reaguje bolestí nejrychleji ze všech orgánů. Ve všech ostatních orgánech musí nejprve proběhnout hlubinné změny, aby mohla vzniknout bolest. Hlava je naším nejcitlivějším varovatelem. Její bolest ukazuje, že naše myšlení je falešné, že je špatně používáme, že sledujeme chybné cíle. Bije na poplach, jestliže si lámeme hlavu s neúčinným pátráním po všech „myslitelných“ způsobech, jak dosáhnout jistoty. V rámci své hmotné existence nemůžeme nic a nikdy zajistit. Každým pokusem, který v tom směru podnikáme, se stáváme směšnějšími. Lámeme si vždycky hlavu něčím absolutně nepodstatným - div se nám nerozskočí. Napětí se dá odstranit jen uvolněním, tím, že necháme věcem volný průběh. Začne-li nám v hlavě *poplašně zvonit*, je nejvyšší čas, abychom se osvobodili od úzkoprsých choutek našeho Já, od každé citlivosti ženoucí nás vzhůru, od každé tvrdohlavosti a neústupnosti. Je nejvyšší čas obrátit zrak dolů, ke kořenům. Těm, kteří varovný poplach zahánějí po celá léta tabletkami, se nedá pomoci. *Riskují hlavu i krk*.

## MIGRÉNA

„Při migréně (*hemikranie*) se většinou jedná o záchvatovou bolest postihující polovinu hlavy, která bývá provázena poruchami zraku, žaludečními a střevními potížemi, jakož i zvracením a průjmem. Záchvat trvá obvykle více hodin při depresivní a podrážděné náladě. Migréna vrcholí naléhavým přáním zůstat sám a zavřít se v nějaké temné místnosti nebo vlézt do postele.“ (Bräutigam). Na rozdíl od bolesti hlavy vznikající stahováním svalů dochází při migréně po počátečních křečích k silnému rozšíření mozkových cév. Řecké slovo *hemikranie* (*kranie* = lebka), značící polovinu hlavy, nás upozorňuje na jednostrannost myšlení,

kteřá je velmi podobná jak u nemocných migrénou, tak u těch, kdož trpí bolestmi hlavy z kontraktovaných svalů. Podobnost je však modifikována jedním podstatným bodem. Zatímco v druhém případě se pacient snaží oddělit hlavu od těla, při migréně se tělesné téma usídli v hlavě a žije tu. Tím tématem je sexualita. Migréna je vždycky projevem sexuality, která se přestěhovala do hlavy. Tento přesun není nijak od věci, neboť mezi oblastí genitálií a hlavou je analogická souvislost. Jsou to dvě části těla, v nichž se nacházejí všechny tělesné otvory.

Tělesné otvory hrají v sexualitě nadřazenou roli (láska = vpouštění, jehož lze dosáhnout jen tam, kde se může tělo otevřít!) Lidová moudrost od pradávna porovnává nos muže s jeho penisem a ústa ženy s její vagínou (např. suché rty). Také při orálním styku se vztah mezi hlavou a dolní částí těla ani jejich „zaměnitelnost“, nedá přehlédnout. Jsou to polarity protilehlé i společné - jak nahoře, tak dole. Hlava často nahrazuje dolní část těla, při červenání. V trapných situacích mívajících sexuální pozadí se krev nahrne do hlavy a ta zrudne. Uskutečnilo se v ní cosi, co se mělo odehrát dole. Při sexuálním vzrušení proudí krev normálním způsobem do oblasti genitálií, pohlavní orgány se ztopoří a zčervenají. Podobný přesun z dolní části těla do hlavy vidíme při impotenci. Čím více je muž při pohlavním styku svými myšlenkami v *hlavě*, tím více mu schází potence dole, což má fatální následky. Stejný posun prožívají sexuálně neuspokojení lidé, jimž se náhražkou stalo jídlo. Pokoušejí se svůj *hlad po lásce* utiřit ústy - a nikdy nejsou syti. Tyto odkazy by měly stačit k tomu, aby analogie mezi dolní částí těla a hlavou byla dostatečně zřejmá. Pacienti trpící migrénou (častěji pacientky) mají vždycky problémy se sexualitou.

Existují dvě možnosti, což už bylo vícekrát zdůrazněno při jiných souvislostech, jak se s některým problémovým okruhem vyrovnat. Buď jej můžeme odsunout a po-

tlačit, nebo demonstrativně něčím kompenzovat. Jde tu však jen o zdánlivou rozdílnost, oba způsoby jsou jenom brpolárními výrazovými možnostmi stejné potíže. Máme-li strach, můžeme se tiše chvět, nebo kolem sebe mlátit - obojí je výrazem slabosti. Podobně u pacientů s migrénou najdeme ty, kteří sexualitu ze svého života totálně vyhostili („S něčím takovým nechci nic mít!“), ale i takové, kteří se snaží předstírat „nevázaný sexuální život“. Oba však mají stejný problém. Jestliže si jej nepřiznají buď proto, že se sexem nemají skutečně nic společného, nebo proto, že s ním - jak každý vidí - nemají žádné potíže, přesune se problém do hlavy a ohlásí se jako migréna. Tady pak mohou svůj problém řešit vskutku na vyšší úrovni.

Záchvat migrény je orgasmem v hlavě. Průběh je stejný, jen se odehrává výše. Při sexuálním vzrušení proudí krev do oblasti genitálií, napětí se stále stupňuje a vrcholí uvolněním, při migréně proudí krev do hlavy, vyvolává tlak a stoupající napětí, až nakonec také nastane fáze uvolnění (dilatace cév). Záchvat migrény mohou vyvolat nejrůznější podráždění: světlo, hluk, vlak, počasí, rozčilení apod. BCdyž záchvat vrcholí, byl by pacient nejradši v nějakém tmavém pokoji nebo v posteli - ovšem sám. Charakteristickým znakem migrény je to, že jistou dobu po záchvatu prožíváme výrazný pocit pohody.

To vše ukazuje na sexuální tematiku a strach řešit toto téma s jiným člověkem v odpovídající rovině. Již v roce 1934 popsal E. Gutheil v jednom časopise pro psychoanalýzu nemocného, jehož záchvaty migrény ustávaly jen po sexuálním orgasmu. Často jich musel mít více, aby došlo k uvolnění a záchvat skončil. Náš výklad podporují i zjištění, že mezi průvodními příznaky migrény se na prvních místech objevují potíže s trávením a zácpa: člověk se prostě dole zavře. Nechce nic slyšet o obsahu nevědomí a uchyluje se k vědomým myšlenkám, až ho brní hlava. Manželští part-

neří používají migrénu (ačkoli jde často o normální bolení hlavy) také k tomu, aby se vyhnuli sexuálnímu styku.

Shrneme-li to, vidíme, že při migréně jde o konflikt mezi pudem a myšlením, mezi dole a nahoře, mezi dolní částí těla a hlavou, což vede pacienty k tomu, že se snaží používat hlavu jako prostor k úniku a cvičišť, kde by se daly problémy zvládnout, ačkoli je to možné jen v docela jiné rovině (tělo, sex, agrese). Již Freud označil myšlení jako jednání na zkoušku. Myšlení se nám zdá méně nebezpečné a závazné, nemůže však jednání nahradit, jedno musí podporovat druhé. Tělo nám bylo dáno proto, abychom se pomocí tohoto nástroje mohli uskutečňovat, realizovat. Jen při tomto procesu může proudit energie. Není náhodou, že pojmy jako *nacházet* či *chápat* mají velmi tělesný původ. Rozumové schopnosti pramení z používání nohou a rukou, tedy těla. Jestliže je tato souhra narušena, dojde k přehrazení proudu energie a k jejímu nahromadění, což se projeví v nejrůznějších chorobných příznacích. Následující přehled by to měl ještě více ozřejmit.

#### **Eskalační stupně blokové energie:**

1. Je-li aktivita (sex, agrese) blokována v *myšlení*, vede to k bolestem hlavy.
2. Je-li aktivita blokována v rovině *vegetativní*, tj. v rovině tělesných funkcí, zvyšuje se krevní tlak a vytváří se klinický obraz vegetativní dystonie (porucha napětí, nerovnováha).
3. Je-li aktivita blokována v *nervové* oblasti, může to vést k takovým poruchám, jakou je např. roztroušená skleróza.
4. Je-li aktivita znemožněna v oblasti *svalové*, setkáváme se s poruchami pohybového systému, např. s revmatizmem a dnou.

Toto dělení odpovídá různým fázím realizovaného jednání. Ať už je to rána pěstí či pohlavní styk, každá aktivita začíná fází představy (1), v níž je myšlenkově připravová-

na. To vede k vegetativní přípravě těla (2), jakou je např. silnější prokrvení potřebných orgánů či zvýšený pulz. Nakonec přejde představa inervujícím podílem nervů (3) a svaly (4) v jednání. Kdykoli se však nějaká představa nepromění v čin, je energie nuceně zablokována v některé ze čtyř oblastí (myšlení - vegetativní funkce - nervy - svaly) a vede časem k odpovídajícím příznakům. Pacient trpící migrénou stojí na začátku této škály - blokuje svou sexualitu v oblasti představ. Měl by se naučit vidět svůj problém tam, kde je, a pak to, co mu *stoupá do hlavy*, přesunout opět tam, kam to patří, to jest dolů. Vývoj začíná vždycky dole a cesta vzhůru je zdlouhavá, namáhavá - jde-li se po ní poctivě.

## **BOLESTI HLAVY**

### **Při bolestech hlavy a migréně bychom si měli položit tyto otázky:**

1. S čím si lámu hlavu?
2. Jsou u mě „dole“ a „nahoře“ v živém vzájemném styku?
3. Nesnažím se příliš namáhavě proniknout nahoru (ctižádost)?
4. Nejsem příliš tvrdohlavý a nesnažím se prorazit hlavou zed'?
5. Nepokouším se nahradit jednání přemýšlením?
6. Jsem poctivý při posuzování svých sexuálních problémů?
7. Proč přesouvám orgasmus do hlavy?

## 7. Kůže

Kůže je největším lidským orgánem. **Plní řadu funkcí,** z nichž nejdůležitější jsou tyto:

1. ohraničení a ochrana
2. dotyk, kontakt
3. výraz, vyjádření
4. sexualita
5. dýchání
6. vylučování (pot)
7. tepelná regulace

Všechny tyto mnohostranné funkce kůže vytvářejí společné téma, a to leží mezi ohraničením a kontaktem. Pociťujeme kůži jako svou vnější hmotnou hranici a současně jako spojení s okolím, jí se dotýkáme vnějšího světa. V kůži se také světu ukazujeme *a nemůžeme z ní vyskočit*, odráží naše bytí navenek. V první řadě je kůže reflexní plochou všech vnitřních orgánů. Každá porucha se do ní promítá, každé její podráždění se přenáší do příslušného vnitřního orgánu. Z této souvislosti vycházejí všechny terapie využívající reflexních zón, jak je známe z přírodního léčitelství, např. masáže reflexních zón na chodidlech, přikládání baněk na záda, akupunktura uší a četné jiné. Školská medicína z nich však nevyužívá téměř nic. Zkušený praktik vidí a nahmatá na kůži stav postiženého orgánu a zasahuje v jeho projekčním místě na kůži.

To, co se na kůži projeví: zčervenání, opuchnutí, záňet, puchýř či absces, nebývá náhodné, ale ukazuje na odpovídající vnitřní dění. Dříve existovaly propracované sys-

témy, které například z polohy jaterních skvrn usuzovaly na charakter člověka. Doba osvícení hodila tento „zřejmý nesmysl“ přes palubu coby pověru, my se však opět blížíme k pochopení těchto věcí. Je opravdu tak těžké uznat, že za vším, co se stalo, je neviditelná předloha, která se v materiální oblasti jen projevuje? Všechno viditelné je pouze podobenstvím neviditelného, tak jako je umělecké dílo pouze viditelným výrazem neviditelné umělcovy představy. Z viditelného můžeme usuzovat na neviditelné, a činíme tak každý den. Vstoupíme do obytné místnosti a podle toho, co vidíme, usuzujeme na vkus uživatele. Podobně jej můžeme poznat nahlédnutím do šatníku. Je lhostejné, kam se podíváme. Má-li, dejme tomu, špatný vkus, bude se projevovat všude.

Všude je patrná celková informace, v každém dílku můžeme najít celek. Proto je do značné míry jedno i to, kterou část těla pozorujeme. Kdekoli se dá rozpoznat předloha, vzor, který dotyčný reprezentuje. Najdeme jej v oku (diagnostika pomocí oční duhovky), v uchu (francouzská ušní akupunktura), na zádech, na chodidlech, v uzlových bodech, v každé kapce krve (krystalizační test, kapilární dynamolýza, holistická diagnostika), v každé buňce (genetika), na ruce (chirologie), v tváři a stavbě těla (fyziognomie), na kůži (naše téma!).

Je jedno, kam se podíváme - umíme-li se dívat. Pravda leží všude. Kdyby se specialisté nepokoušeli (marně) dokázat příčinnou souvislost toho, co objevili, mohli by rázem pochopit, že všechno analogicky souvisí se vším -jak nahoře, tak dole, jak venku, tak uvnitř.

Kůže prozrazuje nejen stav našich vnitřních orgánů, ale jsou na ní i v ní rozpoznatelné psychické procesy a reakce. Některé jsou tak zřetelné, že je může pozorovat každý: rudneme hanbou, při úleku zbledneme, potíme se strachy či vzrušením, hrůzou se nám ježí vlasy nebo nám naskočí husí kůže. Elektronickými přístroji je měřitelná elek-

trická vodivost kůže. První experimenty a měření tohoto druhu prováděl C. G. Jung a nazval je *asociační pokusy*. Dnes je díky moderní elektronice možné zesílit a zobrazit jemné změny v elektrické vodivosti kůže do té míry, že se s ní můžeme klidně „bavit“, protože každé slovo, každé téma zodpoví ihned nepatrnou změnou napětí v elektrickém poli.

To vše jen potvrzuje, že kůže je velkou projekční plochou, na níž se trvale zviditelňují jak somatické, tak psychické procesy a děje. Když už tedy prozrazuje tolik z našeho nitra, vnucuje se myšlenka, že vedle péče o ni by se dalo s jejím vzhledem i manipulovat. Tomuto podvodnému počínání říkáme kosmetika a jsme připraveni do umění klamu investovat značné sumy. Nechceme tu hanobit zkrášlovací snahy, jenom se podívat, jaká to snaha vězí za prastarou tradicí pomalovávání lidského těla. Jestliže je kůže zrcadlem nitra, pak každý pokus její výraz uměle měnit je nutně aktem nepoctivosti. Pokoušíme se něco zastírat, případně předstírat. Předstíráme navenek něco, co není uvnitř. Budujeme falešnou fasádu, shoda mezi obsahem a formou se ztrácí. Je rozdíl mezi „být krásný“ a „krásně vypadat“, mezi být a zdát se. Pokus nasazovat si falešnou masku začíná makeupem a končí groteskním způsobem při plastických operacích. Nemáme strach, že ztratíme svou tvář?

Za všemi pokusy stát se někým jiným je potíž, že člověk má ze všeho nejmíň rád sám sebe. Milovat sám sebe je jedna z nejtěžších úloh. Kdo si myslí, že tak činí, plete si obvykle „sám sebe“ se svým malým egem. Věří tomu, protože se málo zná. Nemáme se rádi vcelku, tj. i se svým stínem, proto se stále snažíme svůj obraz změnit a vylepšit. Pokud však nezměníme své vědomí, zůstane taková snaha pouhou „kosmetikou“. (Tím nechceme popřít možnost, že formální změny mohou vyvolat proces cílený dovnitř, jak to praktikují takové metody jako *hathajóga* či *bioenergetika*. Liší se od kosmetiky svým cílem!)

Kůže nám prozradí leccos o duši člověka už při běžném kontaktu. Pod citlivou kůží se skrývá citlivá duše; nepoddajná, tvrdá pokožka svědčí o hroší kůži; pot na protivníkově kůži vypovídá o jeho strachu a nejistotě; zrudlá kůže prozrazuje vzrušení. Kůží se dotýkáme a vstupujeme do vzájemného kontaktu. Ať už je to úder pěstí nebo něžné hlazení, vždy je to kůže, která přichází do kontaktu. Kůže se může porušit vnitřním onemocněním (zánět, vyrážka, absces), ale také vnějším (zranění, operace). V obou případech se to dotýká otázky našich hranic a nemusíme vyvážnout se zdravou kůží.

### KOŽNÍ VYRÁŽKY

Při kožní vyrážce chce něco prolomit hranice, dostat se ven. Nejsnadněji lze tuto myšlenku dokumentovat na tzv. pubertální trudovitosti (*akné*). V pubertě propuká sexualita, její požadavky však bývají ustrašeně potlačeny. Je to pěkný příklad konfliktní situace. Ve fázi zdánlivého klidu vyrazí náhle z hloubky nevědomí nový požadavek a snaží se s plnou naléhavostí získat prostor v našem vědomí a životě. Ale to nové, co tu vyrazí, je neznámé a nezvyklé, nahání strach. Nejraději bychom to sprovodili ze světa a vrátili se do navyklého stavu. To však nejde. Pohyb se nedá zastavit.

A tak se ocitáme uprostřed konfliktu. Vzrušení z nového i strach před ním námi zmítají stejně silně. Každý konflikt probíhá podle tohoto vzoru, jen téma se mění. V pubertě je to sexualita, láska, partnerství. Probudila se touha po druhém z pólů - Ty. Rádi bychom se dostali do styku s tím, co nám chybí - ale neodvažujeme se. Objevují se sexuální fantazie - a my se za ně stydíme. Je docela pochopitelné, že se takový konflikt projeví zánětem kůže. Kůže je přece hranicí Já, kterou musíme překonat, abychom našli Ty. Je i orgánem, jímž je nutné kontaktu dosáhnout, abychom se

mohli druhého dotýkat, hladit ho. A musíme se mu líbit i my v naší kůži, aby nás miloval.

Z tohoto *horkého* tématu se tedy zapálí kůže a ukazuje jednak to, že nějaká nové energie chce prolomit dosavadní hranici, jednak strach z probuzeného pudu. Tělo se brání trudovitosti, která ztěžuje setkání a projevy sexu. Vzniká tak bludný kruh. Neprožitá sexualita se manifestuje na kůži jako akné, a to znemožní sex. Potlačené dráždění se proměňuje v podráždění kůže. Úzká spojitost mezi sexem a akné je patrná na místech výskytu. Uhry se vyskytují výlučně na tváři, u dívek v horní části hrudi (tj. ve výstřihu na prsou či na zádech). Ostatní plocha kůže napadena nebývá, neboť tam to nemá význam. Hanba za sexualitu se proměňuje v pupínky.

Lékaři úspěšně léčí akné podáváním pilulek. Účinek má symbolické pozadí: pilulka vyvolává efekt těhotenství, předstírá, že se „to“ už stalo - a trudovitost mizí, nemá už čemu bránit. Opalováním a pobytem u moře také rychle ustupuje, zatímco zahalování těla ji posiluje. Oděv jako *druhá kůže* podtrhuje ohraničení a nedotknutelnost, zatímco svlečení je prvním krokem *k otevření se* a slunce bezpečným způsobem nahrazuje vytoužené a odpírané teplo druhého těla. Nakonec ovšem nejučinnějším lékem proti akné je prožitá sexualita.

Všechno, co jsme řekli o pubertální trudovitosti, platí v hlavních rysech i o ostatních kožních vyrážkách. Ty jsou vždycky dokladem o tom, že něco zadržovaného (potlačeného) chce prolomit hranice útisku a dostat se na světlo (do vědomí). Je pochopitelné, že téměř všechny dětské nemoci jako spalničky, spála či zarděnky *se projevují* na pokožce. Při dětské nemoci vyrazí v těle něco nového, co přináší znatelný postup ve vývoji. Čím silnější jsou kožní změny, tím rychleji proběhne průlom a nemoc. Mléčné stroupky dítěte upozorňují matku, že se ho málo dotýká, že ho zanedbává. Jde o viditelný výraz neviditelné stěny a pokus zrušit izola-

ci. Tento ekzém je pak pro matku často výmluvou a zdůvodněním, proč dítě zanedbává. Většinou jde o matky „estetky“, které kladou příliš velký důraz na čistotu kůže.

Jednou z nejběžnějších dermatóz je *lupénka (psoriáza)*. Projevuje se výsevem drobných červených pupínků, které později splývají ve větší ložiska pokrytá stříbřitými šupinami. Tvorba přirozené rohoviny při ní nadměrně stoupá. Připomíná to vytváření pancíře u zvířat. Přirozená funkce ochrany je změněna - člověk se brání proti všemu, nechce do sebe nic vpouštět ani ze sebe nic vydávat. Reich pojmenoval výsledek psychického vzdoru a úkrytu velmi výstižně jako „charakterový pancíř“. Za každým druhem obrany se skrývá strach ze zraňování. Čím silnější odpor a tlustší pancíř, tím větší vnitřní citlivost a obava ze zranění.

Je to stejné jako u zvířat. Vezměme šnekovi jeho ulitu a spatříme cosi bezbranného, měkkého a zranitelného. Lidé, kteří se brání tím, že k sobě nikoho a nic nepustí, bývají nejcitlivější. Z této zkušenosti vychází rčení, že „nejtvrdší ořech skrývá nejměkčí jádro“. Ovšem snaha čelit zranitelnosti duše pancířem je tragická. Pancíř sice chrání před zraněním, ale „chrání“ také před vším ostatním, tj. i před láskou a náklonností. Láska znamená otevřít se - jaká tedy ochrana? Pancíř zakrývá duši před proudem života, tísní ji, a tím roste strach. Je pak stále těžší tento začarovaný kruh prorazit. Musíme se zbavit věčných obav z poranění duše, abychom poznali, že duše proto honem nezanikne. Musíme se nechat ohrozit a ohromit, chceme-li prožít něco ohromujícího. Takový krok však obvykle podstupujeme jen pod vnějším tlakem, jaký může vyvolat jen osud nebo psychoterapie.

Souvislost mezi vysokou zranitelností a vytvářením krunyře jsme pojednali trochu obšírněji proto, že je to právě lupénka, která vede k otevírání kůže, krvácejícím ránám a jizvám, ke zvýšenému nebezpečí infekce. Vidíme opět, jak se dotýkají dva extrémy, jak zranitelnost a pancíř z rohoviny představují konflikt mezi touhou po blízkosti a strachem z ní.

Lupénka často začíná na loktech. Lokty se prosazujeme a podpíráme.

Lupénka znamená extrémní ohraničení a izolaci, což nutí pacienta k tomu, aby se alespoň v tělesné rovině otevřel a stal zranitelným.

## SVRBĚNÍ (PRURITUS)

Svrbění doprovází některá kožní onemocnění, např. *kopřivku (urtikaria)*, ale vyskytuje se i bez jakékoli „příčiny“. Dokáže přivést člověka k zoufalství, protože se musí pořád škrábat. Slova svrbět a škrábat užíváme i v přeneseném významu: *svrbí mě jazyk, svrbí mě dlaně* (chci si to s někým vypořádat), *nechci se nikam škrábat*. Místo svrbět či svědět bychom mohli říci i *dráždit*, čímž se blížíme k tématu sexuality. Dráždí-li nás někdo, cosi v nás stimuluje (sexualitu, agresi, náklonnost i lásku). Toto slovo nemá jednoznačný význam, je ambivalentní. Něco nás může dráždit příjemně, něco ne - a pak reagujeme podrážděně. V každém případě nás dráždění vzrušuje. I latinské *slovoprurigo* znamená vedle svědění také bujnost, chtivost, smyslnost a odpovídající sloveso *prurire* = *svrbět*.

Tělesné svědění dosvědčuje, že nás něco svědí a dráždí i v psychické rovině. Zřejmě jsme to však přehlédli nebo si nechtěli přiznat, neboť jinak by se tento jev nesomatizoval. Za svrběním se skrývá nějaká vášeň, vnitřní oheň, žár... něco, co chce ven, co chce být odkryto.

Škrábání je pak mírnou formou hrabání a kopání. Tak jako hrabeme a kopeme v zemi, chceme-li něco najít a vynést to na světlo, rozdírá pacient svou kůži, aby symbolicky našel to, co ho svědí, kouše, dráždí a vzrušuje. Svrbění tedy vždycky naznačuje, že nás něco svědí, nenechává chladnými, pálí v duši: palčivá vášeň, horoucí nadšení, planoucí láska nebo také plameny hněvu. Žádný div, že svědění bývá doprovázeno vyrážkami a červenými skvrnami. Jaký z toho plyne požadavek? Škrábat se ve svém



vědomí a svědomí tak dlouho, dokud nenajdeme, co je svědčí. Bude to jistě *vzrušující!*

## NEMOCI KŮŽE

Při potížích s pokožkou a vyrážkách bychom si měli položit tyto otázky:

1. Neohraničuji se příliš?
2. Jak (o) vypadá s mou schopností navázat kontakt?
3. Neskrývá se za mým odmítavým chováním potlačená touha po blízkosti?
4. Co ve mně chce prolomit hranici a dostat se na světlo? (Sexualita, pud, vášeň, agrese, nadšení.)
5. Co mě opravdu dráždí?
6. Neuchýlil jsem se do izolace?

## 8. Ledviny

Ledviny reprezentují v lidském těle oblast partnerství. Bolesti a onemocnění přicházejí při partnerských konfliktech. Partnerstvím nemíníme sexualitu, ale zcela základní formu styku s lidmi. Specifický způsob, s nímž k lidem přistupujeme, se nejzřetelněji projevuje v partnerství, přenáší se však i do přístupu k jiným osobám. Kvůli lepšímu pochopení vztahu mezi ledvinami a partnerstvím je třeba všimnout si nejprve psychického základu a pozadí partnerského styku.

Polarita našeho vědomí s sebou přináší skutečnost, že si neuvědomujeme svou celistvost, ale stále se identifikujeme jenom s jistou částí. Onomu výseku bytí říkáme Já. To, co nám chybí, je náš stín. Cesta člověka je cestou k většímu uvědomění. Musíme se integrovat tím, že se identifikujeme sami se sebou. Tento proces učení nedospěje ke svému konci dříve, dokud naše vědomí nebude dokonalé, dokud nebudeme „celí“. Taková jednota zahrnuje polaritu v její nedělitelnosti, tj. jak mužskou, tak ženskou složku.

Úplný člověk je androgynní, mužské i ženské aspekty v jeho duši splynuly (*chymická svatba*). Androgynita však není totéž co hermafroditizmus, týká se psychické roviny. Tělo si své pohlaví ponechává, ale vědomí se s ním neidentifikuje (tak je tomu u malých dětí, které jsou v tělesné rovině jasně rozlišeny pohlavím, ale ještě si je neuvědomují). Nachází svůj vnější výraz také v celibátu a v oblečení kněží a mnichů. Být mužem znamená ztotožnit se s mužským pólem duše, čímž se ženská složka automaticky odsune do stí-

nu. Být ženou znamená analogicky ztotožnit se s ženským pólem, zatímco ten mužský prožívá své bytí ve stínu. Naší úlohou je vyvolat protipóly ze stínu. To je však možné jedi- ně zprostředkovaně, projekcí. To, co nám chybí, musíme hledat oklikou přes vnější svět, ačkoli ve skutečnosti je to v nás.

Zpočátku to zní paradoxně, a mnozí to proto nepochopí. Poznání však vyžaduje dělení na *subjekt* a *objekt*. Můžeme například vidět své oko, ale jen pomocí projekce na odrazové ploše. Muž si může uvědomovat ženskou složku své duše (podle C. G. Junga - *anima*) jenom projekcí do nějaké konkrétní ženy a totéž platí obráceně. Představme si, že náš stín je rozvrstven. Má velmi hluboké vrstvy, které v nás vyvolávají hrůzu a z nichž máme velký strach, ale má i vrstvy ležící při povrchu a čekající na zpracování, na uvědomění. Potkám-li člověka prožívajícího oblast, která leží v horní vrstvě mého stínu, zamilují se do něho. Spojení *do něho* může znamenat druhého člověka i díl mého stínu, neboť obojí je vlastně stejné.

To, co na jiném člověku milujeme či nenávidíme, máme nakonec vždy my sami. O lásce mluvíme tehdy, kdy někdo druhý reflektuje onu oblast stínu, kterou si v sobě rádi uvědomujeme, o *nenávisti* pak v tom případě, kdy reflektuje hlubokou oblast, s níž nechceme mít nic společného. Druhé pohlaví se nám jeví jako atraktivní, protože nám chybí. Strach z něho máme proto, že je v sobě neznáme. Setkání s partnerem je setkáním s nevědomou složkou naší duše. Kdo si uvědomí tento mechanismus zrcadlení vlastního stínu v druhém člověku, bude se dívat na partnerské problémy jinak. Všechny potíže, které s partnerem máme, jsou potížemi, které máme sami se sebou.

Vztah k našemu nevědomí je vždy ambivalentní - vzrušuje nás a zároveň z něj máme strach. Stejně ambivalentní bývá náš vztah k partnerovi - milujeme ho i nenávidíme, rádi bychom ho zcela vlastnili i opustili, zdá se nám báječ-

ný i hrozný zároveň. Všemi aktivitami i třenicemi, které partnerský vztah vyplňují, se vyrovnáváme se svým stínem. Proto partnerství uzavírají relativně protikladní lidé. Víme, že *protiklady se přitahují*, a přece se vždy znovu divíme, „jak se tihle dva mohli dát dohromady, když se k sobě vůbec nehodí“. Hodí se však k sobě tím více, čím větší jsou mezi nimi rozdíly, neboť každý prožívá stín toho druhého, neboli - a v tom je pointa - každý nechává partnera prožívat svůj stín. Partnerství dvou velmi podobných lidí je sice pohodlnější a méně nebezpečné, ale pro rozvoj účastníků mnoho nepřináší. Ve druhém se vždy zrcadlí jen vlastní, vědomá oblast - a to je příliš jednoduché, nudné. Jeden obdivuje druhého a oba pak projektují svůj stín do zbytku světa a radši se mu vyhýbají. Třenice v partnerství jsou plodné, vzájemné zápolení se stíny sblízuje. A pomáhá dosáhnout celistvosti.

V ideálním případě by výsledkem partnerství měli být dva úplní, nebo aspoň dva úplnější lidé, kteří v sobě prosvětlili temné oblasti stínu a integrovali je do svého vědomí. Na konci tedy není zamilovaný pár cukrující jako hrdličky, pár, kde jeden bez druhého nemůže žít. Fakt, že jeden nemůže žít bez druhého, ukazuje pouze to, že někdo z čiré pohodlnosti (mohli bychom říci i ze zbabělosti) nechává druhého prožívat svůj vlastní stín, aniž by se pokusil tuto projekci zpracovat a znovu přijmout za svou. V takových případech (a je jich dost!) nedovolí partnerovi, aby se rozvíjel, neboť by nahlédl pochybnost přidělených rolí. Jestliže ten podstoupí psychoterapii, stěžuje si pak, jak se strašně změnil... („Chtěli jsme přece jenom odstranit příznak choroby!“)

Partnerství dosáhlo cíle v podstatě tehdy, jestliže se jeden obejde bez druhého. Jedině tehdy bylo naloženo se slibem „věčné lásky“ tak, jak se patří. Láska je aktem, při němž musíme hranice svého vědomí otevřít tomu, co milujeme, abychom se s tím mohli spojit. A to se stane teprve

tehdy, až přijmeme do své duše všechno, co partner představuje, až všechny projekce přijmeme za své a vyrovnáme se s nimi. Tím se jako projekční plocha vyčistíme, zbavíme se přitažlivosti i odpudivosti. A láskaje věčná, časově nezávislá, neboť se uskutečňuje ve vlastní duši. Lidé, kteří se projektují jen do materiálního světa, sledují takové úvahy se strachem. Spojují lásku se světem hmotných forem, a ne s obsahy vědomí. Takový postoj je přivádí do konfliktu s pomíjejícností pozemského života, takže doufají, že se setkají se svými blízkými „na onom světě“. Jenže onen svět je stále tu, stačí všechno viditelné transmutovat ve vědomí - a již jsme mimo onen svět hmotných forem. Všechno viditelné je jen podobenstvím - proč by měl být člověk výjimkou?

Viditelný svět se našim životem musí stát zbytečným stejně jako partner. Problémy vznikají tehdy, když dva lidé pojmají a „využívají“ svůj vztah odlišně. Jeden se svými projekcemi pracuje a dokáže je přijmout zpět, druhý v nich zůstává uvězněn. Jeden se stane na druhém nezávislým, druhému pukne srdce. Zůstanou-li oba účastníci vězet v projekci, prožíváme lásku až za hrob - a pak ten děsný smutek, jestliže jedna polovice chybí! Blažený ten, kdo pochopil, že jen to mu nemůže nikdo vzít, co uskutečnil v sobě. Láska znamená být jedním, jinak nic. Pokud se orientuje na vnější objekty, nedosáhla svého cíle.

Je důležité dobře poznat vnitřní strukturu partnerství, protože procesy probíhající v ledvinách mají analogické rysy. V těle máme jak singulární orgány (žaludek, játra, slinivka slezina...), tak orgány párové (plíce, varlata, vaječníky, ledviny...). Všimneme-li si těchto párových, neujde nám, že všechny souvisejí s tématem „kontakt“ a „partnerství“. Plíce představují oblast kontaktu a komunikace, zatímco varlata a vaječníky jako pohlavní orgány reprezentují sexualitu. Ledviny odpovídají partnerství ve smyslu úzkých mezilidských vztahů. Pro tyto tři vztahy najdeme předlohu u sta-

řích Řeků ve třech pojmech pro lásku: *philia* (přátelství), *eros* (sexuální láska) a *agape* (postupné splynutí se vším).

Všechny látky, které tělo přijímá, se nakonec dostávají do krve. Ledviny hrají roli ústřední filtrační stanice. Pro to musí poznat, které látky jsou pro tělo přijatelné a užitečné a které odpadové produkty a jedy musí vyloučit. Tuto ne snadnou úlohu zvládají za přispění různých mechanismů. Jejich fyziologickou komplexnost vyjádříme zjednodušeně dvěma základními funkcemi: první spočívá ve filtrování na principu mechanického síta, které zadrží všechny částičky přesahující určitou velikost. Oka tohoto síta jsou právě tak velká, aby zadržela nejmenší molekulu bílkoviny (*albumin*). Druhá, podstatně komplikovanější, spočívá v osvojení osmózy a protiproudového principu. Při osmóze jde o vyrovnání tlaku a koncentračního spádu dvou tekutin oddělených polopropustnou membránou. Úkolem protiprodu je zajistit tok obou tekutin s rozdílnou koncentrací, takže v případě potřeby mohou ledviny vylučovat vysoce koncentrovanou ranní moč. Osmotické vyrovnávání sleduje hlavně to, aby si tělo ponechalo životně důležité soli v zájmu zachování rovnováhy mezi kyselým a zásaditým prostředím.

Laici si většinou neuvědomují, jak je tato acidobazická rovnováha - vyjadřovaná numericky pH faktorem - důležitá. Všechny biochemické reakce (např. získávání energie, bílkovinná syntéza) závisejí na stabilitě, tj. udržování poměrně úzkých hranic pH faktoru. Krev se tím udržuje v přesném středu mezi zásaditým a kyselým, mezi jin ajang. V partnerství se podobným způsobem harmonicky vyrovnávají oba póly: mužský (kyselý, jang) a ženský (zásaditý, jin). Ledviny garantují rovnováhu mezi kyselinami a zásadami, partnerství se zase snaží vytvořit dokonalý celek tím, že umožňuje úzké spojení mezi lidmi a vzájemné prožívání stínu tím, že jedna polovina kompenzuje druhé to, co jí chybí.

Největší nebezpečí partnerského vztahu vzniká tehdy, myslíme-li si, že problematické a rušivé jednání je problémem toho drahého a s námi nemá nic společného. V takovém případě zůstaneme vězet v projekci, nerozpoznáme nutnost zpracovat a přepracovat oblast stínu partnerem reflektovanou ani užitek z toho plynoucí, tj. možnost růstu a ztrát vědomým poznáním. Jestliže se tento omyl somatizuje, propouštějí ledviny filtračním systémem životně důležité látky (bílkoviny, soli), ztrácejí podstatné složky pro svůj vývoj a dochází k jejich zánětu (*glomerulonefritis*). Projevují neschopnost rozpoznat důležité látky jako vlastní. Stejně se chová psychika, nechce-li se hlásit k vlastním důležitým problémům a přenechává je jiným. Tak jako se člověk poznává v partnerovi, potřebují tedy i ledviny schopnost rozpoznat „cizí“ látky přicházející zvenku jako vlastní a důležité pro své fungování a pro svůj vývoj.

Z jistých zvyklostí všedního života snadno vyčteme, jak důležitý je vztah ledvin k tématům „partnerství“ a „schopnost kontaktu“. Při všech příležitostech, kdy se lidé setkávají s úmyslem navázat kontakt, hraje důležitou roli pití. Pití totiž stimuluje ledviny jako kontaktní orgán, a tím i schopnost psychického kontaktu. Ta se rychle posílí, jestliže si můžeme přituknout plnými skleničkami nebo püllitry. Také záměna vzdáleného Vy za blízké Ty se pojí s rituálem pití, sbratření musíme přece zapít! Navazování kontaktů mezi lidmi je bez společného pití takřka nepředstavitelné. Ať už je to večírek, společenské posezení či lidová veselice, všude se pije na kuráž, vždy si potřebujeme dodat odvalu, chceme-li se přiblížit k druhému. Pijácká společnost nelibě nese, když se někdo nechce přidat, protože kdo nepije (nebo pije jen málo), nechce povzbudit své kontaktní orgány, chce si zachovat odstup. Při zmíněných příležitostech jsou preferovány silně diuretické nápoje, které mimořádně stimuluji činnost ledvin, jako např. káva, alkohol a čaj. (S pitím jde ruku v ruce kouření stimuluji další kon-

taktní orgán - plíce. Je všeobecně známo, že kuřák si ve společnosti zapálí mnohem častěji, než je-li sám doma.) Kdo hodně pije, dává najevo, že touží po kontaktu. Nebezpečí tkví v tom, že zůstane trčet v poloze náhradního uspokojení.

## LEDVINOVÉ KAMENY

Vznikají srážením a krystalizací látek, které jsou v nadměrném množství přítomny v moči (např. kyselina močová, kalcium-fosfát, kalcium-oxalát). Nebezpečí tvorby kamenů závisí na podmínkách odpovídajících prostředí a koreluje s množstvím vypitých tekutin. Hodně tekutin snižuje koncentraci látek a zvyšuje jejich rozpustnost. Vytvoří-li se kámen, přehradí cestu a může to vést ke kolice. Kolika je důmyslným pokusem těla odstranit blokujiící kámen peristaltickými pohyby močovodu. Vyvolává mimořádnou bolest srovnatelnou s bolestí při porodu, vede k silnému neklidu a tlaku. Jestliže se kámen nepohne a nepomůže ani skákání, doporučuje se uvolnění, dostatek tepla a vydatné pití.

Souvislosti v psychické rovině jsou nasnadě. Blokujiící kámen se skládá z látek, které měly být vyloučeny, protože už nemohou přispět k tělesnému vývoji. Dá se přirovnat k nahromadění témat, která už měla být delší čas také vyřízena, neboť nepřispívají k vývoji. Drží-li se někdo nepodstatných a přeživších se témat, přinutí ho kameny vytvořit hráz a přehradit cestu vývoje. Symptom koliky nutí ke skoku, je-li muž mělo být zabráněno, a lékař doporučí pacientovi přesně totéž: skákat. Jedině skok ze starého může opět uvolnit cestu vývoji a osvobodit pacienta od toho, co se přežilo (kámen).

Statistíci udávají, že ledvinovými kameny trpí více mužů než žen. Muži nejsou příliš úspěšní v řešení témat „harmonie“ a „partnerství“, ženy k nim mají svým ustrojením blíže. Ženy se zase špatně prosazují, neboť jim chybí agresivita. O tom již byla řeč v souvislosti se žlučovými kameny. Terapeutická opatření při ledvinové kolice se sho-

dují s principy, které napomáhají řešit potíže s harmonií a partnerskými vztahy: teplo jako výraz náklonnosti a lásky, uvolnění stažených cév jako signál otevření se a nakonec přívod tekutin, které všechno rozpustí a rozproudí.

### SVRAŠTĚLÁ LEDVINA – UMĚLÁ LEDVINA

Vývin nemoci dosáhne vrcholu, jestliže všechny funkce ledvin vypovědí službu a životně důležitou úlohu čištění krve musí převzít stroj, umělá ledvina (*dialýza*). Člověk nebyl schopen řešit své problémy se živým druhem, a tak se nyní jeho partnerem stal stroj. Buď jeho touha po svobodě a nezávislosti byla přehnaná, nebo druh nebyl dost dobrý s spolehlivý, takže nyní nachází v umělé ledvině partnera, který je ideální a perfektní, neboť bez nároků a potřeb vykonává věrně a spolehlivě to, co se od něho žádá. Zato je však na něm totálně závislý. Nejméně třikrát týdně se s ním musí setkat na klinice. Má-li vlastní přístroj, může se spolehnout, že mu bude noc co noc spát po boku. Nesmí se však od něho vzdálit, a tak se touto cestou poučí, že neexistují žádní dokonalí partneři - pokud on sám není dokonalý.

## NEMOCI LEDVIN

### **Při ledvinových potížích bychom si měli položit tyto otázky:**

1. Jaké problémy mám ve svém partnerském vztahu?
2. Nemám sklon uvíznout v projekci a chyby svého partnera považovat čistě za jeho záležitost?
3. Nezapomínám odkrývat ve způsobech svého partnera sebe?
4. Nelpím příliš na starých problémech, a neblokuji lak cestu svému rozvoji?
5. K jakým skokům mě chce můj ledvinový kámen skutečně přinutit?

## MOČOVÝ MĚCHÝŘ

Měchýř je sběrnou nádobou, v níž čekají všechny látky vyloučené ledvinami, aby mohly opustit tělo. Tlak nahromaděné moči nás po jisté době přinutí ji vypustit, což vede k ulehčení. Ze zkušenosti víme, že tento tlak nápadně často souvisí s jistými životními situacemi. Děje se tak tehdy, kdy na naši psychiku doléhá něco, co je spojeno se strachem z očekávání či se stresem. Psychický tlak je přesunut do močového měchýře a zde pocíťován jako tlak tělesný.

Každý tlak si říká o vypuštění a uvolnění. Nepodaří-li se to psychicky, najde se cesta přes močový měchýř. Tato oklika umožňuje posoudit, jak silně na nás nějaká situace doléhá, jak je bolestivá a jaké ulehčení přinese její řešení. Somatizace dále dovoluje proměnit pasivně pocíťovaný tlak v aktivní tlak, neboť téměř v každé situaci můžeme nepříjemný vývoj pozdržet nebo přerušit argumentem, že musíme na toaletu. Kdo musí na toaletu, tlak pocíťuje a současně vyvíjí - to ví stejně dobře každý pacient i školní dítě a používají tento nátlak třeba nevědomě, leč vždy účinně.

Výrazná souvislost mezi příznakem a nátlakem na jiné hraje roli i u jiných symptomů a neměla by být podceňována. Každý nemocný má sklon využívat své příznaky jako mocenský prostředek. Tím se dotýkáme jednoho z nejsilnějších tabu naší doby. Uplatňování moci je základním problémem člověka. Pokud máme své Já, usilujeme o dominanci a posílení své moci. Každé „...ale já chci“ je výrazem tohoto úsilí. Moc se stala pojmem velmi negativně zabarveným, proto se lidé cítí nuceni své mocenské hrátky stále lépe maskovat. Mállokdo z nás má odvalu své mocenské nároky veřejně proklamovat a uskutečňovat. Většinou se snažíme potlačené touhy po moci prosazovat oklikou, především s pomocí chorob a sociálních potřeb. Tyto sféry jsou relativně bezpečné před odhalením, protože projekce viny na funkční procesy a prostředí je jako vzorové vysvětlení všeobecně akceptována a legalizována.

Téměř všichni lidé v menší či větší míře tyto postupy v mocenské strategii využívají, nikdo proto nemá zájem je odhalovat, a kdo by tak činil, byl by s notným pobouřením odkázán do patřičných mezí. Nemoc a smrt jsou v našem světě výbornými prostředky k vydírání. Chorobou dosáhneme téměř všeho, co bychom bez jejích příznaků nezískali: náklonnost, účast, peníze, volný čas, pomoc a dohled nad jinými. Sekundární zisk, který vzniká použitím příznaků jako mocenského nástroje, nezřídka brání v uzdravení.

Téma *příznak jako projev moci* lze dobře pochopit také při pomočování. Je-li dítě po celý den vystaveno tlaku rodičů a učitelů, takže se nemůže ani uvolnit, ani uplatnit své vlastní požadavky, řeší nočním pomočováním několik problémů: na prožitý tlak odpovídá jiným uvolněním a vytváří situaci, kdy jindy tak mocní rodiče jsou náhle bezmocní. Pomocí chorobného příznaku dokáže dítě, dobře maskováno, vracet každý tlak, který přes den pociťuje. S nočním pomočováním souvisí ostatně i pláč. Oba projevy slouží k uvolnění a vybití vnitřního tlaku. Mohli bychom o takovém dítěti říci, že „pláče dole“.

Tematické okruhy, o nichž dosud byla řeč, se podílejí i na jiných příznacích onemocnění močového měchýře. Pálení při jeho zánětu ukazuje pacientovi, jak bolestně prožívá každé uvolnění. Časté nutkání, při němž ze sebe dostane jen pár kapek moči (nebo žádnou), naznačuje totální neschopnost navzdory všemu tlaku něco ze sebe vypustit, zbavit se toho. Nezapomínejme, že všechny látky či témata, jichž bychom se měli zbavit, jen přežívají a představují nepotřebný balast.

### **Potíže s měchýřem vyvolávají tyto otázky:**

1. Na čem zatvrzele lpím, ačkoli se to přežilo a čeká jen, kdy se toho zbavím?
2. Kdy se sám vystavuji tlaku a projevuji jej na jiné (zkoušející, šéf)?
3. Kterých nepotřebných témat bych se měl zbavit?
4. Nad čím pláču?

## 9. Sexualita a těhotenství

Sexualita je nejrozsáhlejším polem, v němž se s tématem polarity aktivně vyrovnáváme. Tu každý pocítuje svou *nedokonalost* a hledá to, co mu chybí. Sjednocuje se tělesně s opačným pólem a v tomto spojení prožívá nový stav vědomí, orgasmus. Tento stav pocítujeme jako souhrn štěstí. Má jen jednu nevýhodu: nedá se dlouho uchovat. Tento nedostatek se snažíme vyrovnat častým opakováním. Jakkoli je tento okamžik štěstí pokaždé krátký, přece jen nám ukazuje, že jsou stavy, o nichž naše „normální vědomí“ může uvažovat do nekonečna. Pocit štěstí je také tím, co v člověku probouzí neklid a odsuzuje ho k věčnému hledání. Sexualita odhaluje první polovinu tajemství: spojíme-li dva póly tak, že se stanou jedním, rozleje se v nás pocit štěstí. Chybí nám už jenom druhá polovina tajemství: jak si uchovat tento stav vědomí, jak v tomto pocitu prodlít co nejdéle, aniž bychom se opět ocitli tam, kde jsme byli předtím. Odpověď je jednoduchá: pokud se spojení protikladů uskutečňuje pouze v tělesné rovině (sexualita), je i rezultující stav vědomí (orgasmus) časově ohraničený, neboť tělesná rovina podléhá zákonu času. Času se vymkneme jen tím, že spojení protikladů uskutečníme i ve svém vědomí. Dosáhneme-li jednoty v této rovině, dosáhli jsme věčné, tj. *časově neomezené* blaženosti.

Tímto poznáním začíná ezoterická cesta, na Východě nazývaná cestou jógy. *Jóga* je slovo ze sanskrtu a znamená tolik co *jařmo*, *jho*, *spřežení* (srovnej s latinským slovem *jugum*). Jařmo spojuje dvojí do jednoho: dva osly, dvě včd-



ra apod. Jóga je uměním, které rovněž spojuje dvojí v jedno. Protože sexualita v sobě obsahuje základní vzorec cesty, který je přístupný jednomu každému ze všech lidí, byla ve všech dobách používána k jejímu analogickému zobrazení. Ještě dnes ohromený turista užasle zírá na výjevy ve východních chrámech, neboť se mu zdají pornografické. Sexuální spojení dvou božských figur je tu však zobrazeno proto, aby bylo symbolicky představeno sloučení dvou protikladů, *conjunctio oppositorum*.

Patří k podivnostem křesťanské teologie, že v průběhu svého vývoje ztratila tělesnost, a tím i sexualitu, takže my - jako děti odchované křesťanskou kulturou - často stavíme do nesmiřitelného protikladu sex a *duchovní cestu* (ačkoli Kristovi nebyla sexuální symbolika cizí, jak ukazují např. výroky o „Kristově nevěstě“). V mnohých skupinách považujících se za „ezoterické“ je myšlení o protikladu těla a ducha pilně pěstováno. V těchto kruzích dochází k podstatné změně *transmutace* za *potlačení*. A přitom by i zde stačilo vzpomenout si na základní větu ezoteriky: „Jak nahore, tak dole“. Z toho vyplývá, že to, co nechceme *dole*, sotva dokážeme *nahore*. Kdo má tedy sexuální problémy, měl by je řešit v tělesné rovině, a ne hledat spásu v útěku - sjednocení protikladů je ve „vyšších“ rovinách mnohem těžší.

Z tohoto hlediska lze snadněji pochopit, proč Freud redukoval skoro všechny lidské problémy na projevy sexuality. Tento krok má přes všechno své oprávnění a trpí jenom malou formální chybou. Freud (a všichni ostatní, kteří uvažují stejně) opomněl udělat poslední krok z roviny konkrétní manifestace k principu, který za tím vězí. Sexualita je totiž jenom jednou z možných výrazových forem „polarity“, případně „spojování protikladů“. V takto abstrahované podobě se shodnou i Freudovi kritici: všechny lidské problémy se dají redukovat na polaritu a na snahu sloučit její protiklady (tento krok udělal nakonec C. G. Jung). Zůstává však pravdou, že většina lidí se potýká s problémy polarity

nejprve v sexuální rovině, že tu se snaží je prožít a zpracovat. Proto také sexualita a partnerství přináší nejvíce konfliktní látky do vztahů mezi lidmi, proto je „polarita“ tak těžkým tématem. Budeme si prostě tak dlouho zoufat a trápit se *pochybami*, dokud se nedostaneme k bodu kýžené jednoty.

## MENSTRUAČNÍ PORUCHY

Měsíční krvácení je výrazem ženskosti, plodnosti a přijímání. Žena se tomuto rytmu odevzdává, musí se mu přizpůsobit se vším omezením. *Přizpůsobení se*, dotýká jedné z ústředních oblastí ženství: *schopnosti odevzdání*. Hovoříme-li o ženskosti, je tím míněn souhrnný princip ženského pólu ve světě, jak jej Číňané vyjadřují pojmem *jin*, alchymisté symbolizují *Měsícem* či hlubinná psychologie *vodou*. Z tohoto zřetele je každá žena jenom jevou formou archetypální ženskosti. Ženský princip se dá charakterizovat i schopností přijímat. V knize *I-ting* se říká: „Mužství jde cestou tvoření, ženství cestou přijímání.“ A na jiném místě: „Přijímající je nejodevzdanější v celém světě.“

Odevzdanost je základní vlastností ženství, je východiskem pro všechny schopnosti (otevřít se, přijímat, uchovávat). Znamená však také rezignaci na aktivní činnost. Všimněme si archetypálních symbolů ženství - Měsíce a vody. Oba se vzdaly činné role, samy nezáří, nic ze sebe nevydávají, jak to činí jejich protipóly - Slunce a oheň. Tím však získaly schopnost světlo a teplo přijímat a odrážet. Voda se vzdala nároků na formování vlastní podoby, přijme jakoukoli podobu, přizpůsobí se.

Za polaritou Slunce a Měsíc, oheň a voda, mužství a ženství nehledejme žádné hodnocení. Bylo by také zcela nesmyslné, neboť každý pól sám o sobě je poloviční, neúplný, k úplnosti mu chybí jeho protějšek. Lze jí dosáhnout jen tehdy, budou-li oba póly plně reprezentovat své specifické zaměření. Emancipační argumentace ráda přehlédne archetypální zákonitost. Je prostě hloupé, jestliže si voda

stěžuje, že nemůže hořet a svítit, a vyvozuje z toho svou méněcennost. Právě proto, že nemůže hořet, může přijímat, čehož se zase musí vzdát oheň. Jedno není horší než druhé, je pouze jiné. Z odlišnosti pólu vzniká napětí, jemuž říkáme *život*. Ke sloučení protikladů se nedospěje cestou nivelizace. Žena, jež plně akceptuje a žije svou ženskost, se nebude nikdy cítit „méněcennou“.

„Nesmířenost“ s vlastním ženstvím je pak příčinou většiny menstruačních poruch a dalších symptomů v sexuální oblasti. Odevzdanost a *smířlivost*, to jsou pro člověka vždycky těžké úkoly, musí se vzdát vlastního chtění, dominantního ega. Musí z něho něco obětovat, vzdát se některého vlastního dílu - přesně to, co žádá od ženy menstruační cyklus. Neboť s krví obětuje žena i něco ze své životní síly. Menstruace je vlastně malé těhotenství a malý porod. Není-li žena s tímto údělem srozuměna, dochází k poruchám a potížím. Svědčí o tom, že jedna instance v ženě (často nevědomě) se nechce odevzdat: menstruaci, sexu, muži. Právě na toto rebelující „Ale já nechci!“ útočí reklama propagující vložky a tampony. Slibuje ženám, že používáním těchto produktů dosáhnou nezávislosti a navzdory *svým dnům* budou moci dělat, co jen chtějí. Chytře míří na ohnisko konfliktu: být sice ženou, ale *bránit se* tomu, co to s sebou přináší.

Kdo prožívá menstruaci bolestně, prožívá bolestně i své ženství. Podle poruch můžeme usuzovat i na sexuální problémy, neboť protest proti odevzdání, který se tu projevuje, zabraňuje odevzdání se i v sexuálním životě. Kdo se umí poddat orgazmu, poddá se i menstruaci. Orgasmus je malou smrtí stejně jako zdřímnutí. I menstruační krvácení je procesem umírání, odumírá část sliznice a musí být odstraněna. Umírání však není ničím jiným než požadavkem, abychom se vzdali křečovitého lpění na svém Já a jeho mocenské hře a odevzdali se osudu. Smrt ohrožuje ego, nikoli člověka. Kdo se upne na ego, prožívá smrt jako boj. Orgasmus

je malou smrtí kvůli tomu, že také vyžaduje odpoutání se od vlastního Já. Vždyť je o sloučení Já a Ty, které předpokládá otevření hranic. Kdo je upnut na své Já, nemůže prožít orgasmus (totéž platí i pro spánek, viz pozdější kapitola). Co tedy mají smrt, orgasmus a menstruace společného? *Je to schopnost odevzdat se, obětovat část svého ega.*

Teď už je zřejmé, proč ženy s nemocným žaludkem nemívají žádnou menstruaci nebo s ní mají značné potíže: jejich potlačená touha po dominanci je příliš velká, než aby se s ní vyrovnaly. Mají strach ze své ženskosti, strach ze sexuality, plodnosti a mateřství. Ví se, že při velkém strachu a nejistotě, při katastrofách, ve vězeních, v pracovních a koncentračních táborech často docházelo k vysazení periody (*sekundární amenorea*). Všechny uvedené situace jsou přirozeně málo vhodné pro téma „odevzdání“, spíše od ženy vyžadují, aby byla aktivní a prosazovala se.

Je tu ještě jeden důsledek, na který bychom neměli zapomenout. Menzes je výrazem připravenosti rodit děti a je prožíváno velmi rozdílně, podle toho, zda si žena dítě přeje, či ne. Přeje-li si je, zjišťuje, že „to zase nevyšlo“, a má špatnou náladu. Krvácení je registrováno jako bolestivé. Takové ženy často volí nejisté ochranné prostředky, což je kompromis mezi touhou po dítěti a jistým alibi. Jestliže si žena dítě nepřeje, čeká netrpělivě na začátek menstruace, a to může vést kjejímu zpoždění. Bývá pak provázena silným krvácením, které může způsobit odpor vůči sexu. Menstruace -jako každý symptom - se nedá použít coby mocenský nástroj: ani k vyhýbání se sexu, ani k získání větší náklonnosti a něžnosti.

Menstruace jako tělesný proces je řízena souhrou hormonů: estrogenů a gestagenů. Tato souhra odpovídá „sexualitě v hormonální rovině“. Jestliže je tato „hormonální sexualita“ narušena, dochází k menstruačním potížím. Poruchy tohoto druhu se dají jen těžko léčit podáváním hormonálních medikamentů, především je třeba smířit se s rolí

vlastního pohlaví jako s předpokladem k tomu, aby mohlo jednou dojít k integraci s pólem opačného pohlaví.

### **ZDÁNLIVÉ TĚHOTENSTVÍ (PSEUDOGRAVIDITA)**

Velmi působivou somatizaci psychických procesů můžeme pozorovat při vsugerovaném těhotenství. U těchto žen se objevují nejen subjektivní symptomy jako zvrácené chutě, přesycenost, nevolnost a zvracení, ale i typické zvětšení prsou, pigmentace prsních bradavek, a dokonce i mléčná sekrece. Žena cítí pohyby dítěte, tělo dostává formy jako při vysokém stupni těhotenství. Příčinou zdánlivého těhotenství známého už od starověku, nicméně poměrně vzácného, je konflikt mezi extrémně silnou touhou po dítěti a neuvědomělým strachem z odpovědnosti. Vyskytne-li se u osamocené a izolované ženy, může být důvodem i konflikt mezi sexualitou a mateřstvím. Ráda by splnila ušlechtilou roli mateřství, aniž by přitom došlo k neušlechtilému sexu. V každém případě zjevuje tělo opět pravdu: nadouvá se, ale obsah chybí.

### **TĚHOTENSKÉ PROBLÉMY**

Problémy v těhotenství jsou vždy způsobeny odmítáním dítěte. Takové tvrzení ovšem nejdůrazněji odmítnou ty ženy, jejichž problémy jsou největší. Jestliže jim však záleží na pravdě a chtějí se opravdu poznat, musí se konečně vzdát obvyklých měřítek hodnocení. Ty jim totiž nejvíce překážejí v cestě k poctivosti. Pokud jsou přesvědčeny, že smí zaujímat jen přesně dané postoje, aby se o nich mohlo říci: „To je dobrý člověk,“ pak budou nutně potlačovat všechny impulzy, které se do tohoto schématu nehodí. Impulzy se pak projeví jako tělesné symptomy, aby se skutečnost dostala opět do rovnováhy.

Rádi bychom tuto souvislost znovu zdůraznili, aby žádná rychle nevykřikovala: „V mém případě to určitě ne-

platí!“ a neobelhávala se. Rození dítěte patří k velmi ceněným tématům, proto se tu řada nepoctivostí proměňuje v chorobný příznak. Rychlý úbytek váhy ukazuje, že by se žena dítěte ráda zbavila -je to potrat svého druhu. V mírnější formě se odmítání dítěte projevuje nevolností a zvláště zvracením. Tento symptom nacházíme často u velmi štíhlých a hubených žen, neboť těhotenství u nich působí na přesun ženských hormonů (estrogenů). U žen, které se nedokáží s ženským údělem identifikovat, vyvolává hormonální vpád ženství strach a obranu, což se projevuje nevolností a zvracením. Všeobecné rozšíření těhotenské nevolnosti ukazuje, že očekávání dítěte probouzí jak radost, tak hrůzu. Je to nakonec pochopitelné, dítě představuje neuvěřitelnou proměnu dosavadního života a převzetí velké zodpovědnosti. V té míře, v jaké konfliktnost tohoto aktu není vědomě zpracována, klesá odmítání do tělesné roviny.

### **TĚHOTENSKÁ GESTÓZA**

Rozlišujeme ranou (6.-14. týden) a pozdní (druhá polovina těhotenství) *gestózu*, které se též říká *toxikóza*. Gestóza se manifestuje vysokým krevním tlakem, ztrátou bílkovin v moči, křečemi (těhotenská eklampsie), nevolností a ranním zvracením. Klinický obraz ukazuje obranu proti dítěti a zčásti konkrétní, zčásti symbolické pokusy se ho zbavit. Bílkovina unikající v moči má pro dítě maximální důležitost. Tím, zeji žena ztrácí a nedodává dítěti potřebné stavební látky, pokouší se zabránit mu v růstu. Křeče odpovídají pokusu dítě uměle *vypudit* (viz porodní bolesti). Všechny tyto poměrně časté příznaky svědčí o uvedeném konfliktu. Jejich vážnost a nebezpečnost napovídají, jak vážné je odmítání dítěte, nebo jak dalece se matka propačovala k jeho akceptování.

Pozdní gestóza poskytuje mnohem extrémnější obraz stavu, kdy je vážně ohroženo nejen dítě, ale i matka. V tomto stadiu je prokrvování placenty důkladně přiškrceno. Výměn-

ná plocha placenty činí dvanáct až čtrnáct metrů čtverečních. Při gestóze klesá asi na sedm, při snížení na čtyři a půl metru plod odumírá. Placenta je kontaktní plochou mezi matkou a dítětem. Jestliže je prokrvování omezeno, odchází s kontaktem i život. Insuficience placenty proto vede ve třetině všech případů ke smrti dítěte. Dítě, které pozdní gestózu přežije, bývá velmi malé, podvyživené a vypadá stařecky. Pozdní gestóza je pokusem dítě udusit, přičemž matka riskuje vlastní život.

Gestózou jsou nejvíce ohroženy diabetičky, pacientky s nemocnými ledvinami a tlusté ženy. Podíváme-li se na tyto tři skupiny za našeho hlediska, ukáže se, že je tu společný problém: láska. Diabetičky nemohou žádnou lásku přijímat ani dávat, ženy s nemocnými ledvinami mají partnerské problémy a obézní pacientky jsou živým dokladem toho, že se pokoušejí nedostatek lásky kompenzovat žravostí. Nemůže nás proto udivit, že ženy mající problémy s tématem *láska*, se tak obtížně otvírají dítěti.

## POROD A KOJENÍ

Všechny problémy prodlužující či ztěžující porod dokládají, že matka si chce dítě ještě ponechat, nechce se s ním rozloučit. Tento prastarý konflikt mezi matkou a dítětem se opakuje ještě jednou v pozdější době, když chce dítě opustit domov. Jde o stejnou situaci v rozdílných rovinách: při porodu opouští bezpečí mateřského těla, při dospění bezpečí mateřského domu. Obojí můžeme označit jako „těžký porod“, než se podaří přestříhnout pupeční šňůru. Nastolené téma už známe: propustit, nechat odejít.

Čím hlouběji zkoumáme obrazy nemocí a pronikáme do problémů nás sužujících, tím jasněji vidíme, že lidský život se pohybuje mezi póly „vpustit“ a „propustit“. První je v podstatě „láska“, druhý v konečné formě „smrt“. Žít znamená naučit se rytmicky vpouštět i propouštět. Často dovedeme pouze jedno nebo druhé, mnohdy žádné. Při sexu

se od ženy žádá, aby se otevřela a rozšířila, dovolila vpustit Ty, při porodu je od ní opět požadováno otevření se a rozšíření, tentokrát ale proto, aby mohla propustit díl své bytosti, dovolila mu uskutečnit se jako Ty. Jestliže se to nedaří, dochází k porodním komplikacím nebo k císařskému řezu. Přenosené děti přicházejí na svět často tímto způsobem, což je právě výraz oné nechuti rozloučit se s nimi. I ostatní důvody, které často vyžadují císařský řez, jsou výrazem stejného problému: žena má strach z toho, že je příliš úzká, bojí se protržení či toho, že bude pro muže málo atraktivní.

S opačným problémem se setkáváme při předčasném porodu, který bývá provázen protržením vaku blan. To zase způsobují uspíšené porodní bolesti a tlaky. Jde o pokus dítě *vypudit*.

Kojení dítěte znamená víc než pouhou výživu. Mateřské mléko obsahuje protilátky, které chrání dítě v prvním půlroce jeho života. Nedostává-li dítě mateřské mléko, nedostává ani tyto ochranné látky. Není-li kojeno, chybí mu kontakt s matčinou kůží, přivínutí k jejímu tělu, a tím opět ochrana. Příčinou je nepřipravenost matky dítě živit a ochraňovat, osobně se mu věnovat. Tento problém je mnohem hlubší u matek s potlačeným mateřským pudem než u těch, které otevřeně přiznávají, že kojit nechtějí.

## STERILITA (NESCHOPNOST POČETÍ)

Nečeká-li žena dítě, ačkoli si to přeje, buď se tomu nevědomě brání, nebo její přání není poctivě motivováno. Nepoctivou motivací je například snaha udržet si partnera nebo odsunout manželské problémy do pozadí. V takových případech reaguje tělo poctivěji a prozíravěji. Obdobným způsobem ukazuje neplodnost muže na strach ze závazku a z odpovědnosti.

## **MENOPAUZA A KLIMAKTERIUM (ROKY PŘECHODU)**

První i poslední menstruace znamenají pro ženu rozhodující fáze životního přechodu. Menopauza signalizuje ztrátu rozmnožovací schopnosti, a tím i ztrátu specificky ženské výrazové formy. Jak žena tuto cenzuru prožije a jak na ni zareaguje, závisí na jejím dosavadním postoji k vlastnímu ženství a sexuálnímu naplnění předchozího života. Vedle emotivních průvodních reakcí, jakými jsou úzkostlivost, podrážděnost a popudlivost - vesměs doklady krizové životní fáze -, známe ještě řadu somatických symptomů. Například *návaly horkosti*, které mají signalizovat *sexuální vrélost* jako doklad toho, že absence menstruace ještě neznamená absenci ženskosti v sexuálním životě. I vracející se krvácení bývá pokusem předstírat plodnost a mládí.

Velikost potíží při klimakteriu závisí na tom, jak bylo do té doby naplněno a prožíváno vlastní ženství. Všechna nesplněná přání se nyní naráz vynoří, žena propadne strachu, že bude opuštěna, zpanikaří nebo projevuje dodatečné potřeby. Její horko z toho, co neprožila. V tomto období se často objevují nezhoubné nádory v děloze (myomy), které jsou symbolickým výrazem mateřství. V děloze cosi roste, co je pak operací, tak jako porodem, přivedeno ven. Jejich příčinou je tedy nevědomá touha po novém těhotenství.

## **FRIGIDITA (ANORGASMIE) A IMPOTENCE**

Za všemi sexuálními potížemi se skrývá strach. Hovořili jsme již o příbuznosti mezi orgasmem a smrtí. Orgasmus ohrožuje naše Já, neboť uvolňuje sílu, kterou naše ego nedokáže řídit, kontrolovat. Všechny extatické a opojné stavy - lhostejno zda sexuální či náboženské - v nás vyvolávají fascinující vzrušení a současně velký strach. Strach je tak velký, jak dalece jsme zvyklí se kontrolovat. Extáze je ztrátou kontroly.

V naší společnosti je sebekontrola hodnocena jako vysoce pozitivní vlastnost a s velkou pílí vštěpována již dětem („Co to provádíš? Ovládej se!“). Schopnost sebekontroly ulehčuje společenské soužití, je však znamením neuvěřitelné prohanosti. Vždyť to není nic jiného než potlačování všech impulzů, které jsou pro společnost nepříjemné. Impulz sice zmizí z očí, ale co se s ním pak děje? Protože k jeho přirozenosti patří realizovat se, dere se dále na světlo a my musíme vydávat další energii k tomu, abychom jej potlačili a kontrolovali.

Nyní je zřejmé, proč se obáváme ztráty kontroly. Extatická či opojná situace otvírá „poklop“ k nevědomí a objevuje se všechno to, co bylo dosud potlačeno. Taková poctivost je nám ale trapná. Už staří Římané věděli, že ve víně je pravda (*in vino veritas*). V opojení propuknou u pokojného beránka prudké agrese, zatímco tvrdému chlapovi tečou slzy. Upřímnost je hezká věc - ale společensky podezřelá! Proto bychom se měli umět ovládat. Poctivost si můžeme dovolit v nemocnici.

Máme-li strach ze ztráty kontroly a den co den se zkoušíme ovládat, je opravdu těžké vzdát se náhle kontroly při sexuálním styku a nechat všechno proběhnout tak, jak to samo chce. V orgasmu je naše malé Já, na něž jsme tak pyšní, jednoduše odváto, vlastně umírá (bohužel jen krátce, jinak by osvěta v tomto oboru byla účinnější!). Kdo na svém Já příliš lpí, brání orgasmu. Čím více se pak snaží vědomě jej vyvolat, tím beznadějnější je výsledek. Tuto zákonitost bychom neměli kvůli jejím dosahům přehlížet. Čím více naše Já něco chce, tím hůře to může dosáhnout. Přání se zvrátí ve svůj opak: místo usnutí jsme vzhůru, místo větší potence se dostavuje impotence. Orgasmem se zřikáme svého Já, abychom se mohli sjednotit. Dokud je tu ale Já, je tu i ne-Já, a tím podvojnost. Muž i žena musí být stejně schopni uvolnit se a nechat volný průchod dění, aby mohli prožít orgasmus. Stejnou schopnost musí však osvědčit i v tom,

že vedle tohoto společného tématu dokáží realizovat specifické pohlavní odlišnosti, nutné k harmonické sexualitě.

Mluvili jsme podrobně o schopnosti odevzdat se jako o principu ženství. Frigidita ukazuje, že žena se netouží odevzdat, nýbrž by sama chtěla být mužem. Nechce se podřídit, nechce „podléhat“, chce dominovat. Mocenská přání a fantazie jsou výrazem mužského principu a neumožňují ženě plně se identifikovat s ženskou rolí. Tyto posuny samozřejmě narušují tak citlivý polární proces, jakým je sexualita. Potvrzení této souvislosti vidíme i v tom, že ženy, které jsou frigidní vůči svému partnerovi, dokáží snadno prožít orgasmus při onanii. Při ní odpadá problém dominance a odevzdání se, je sama, nemusí nikoho vpouštět, jen své fantazie. Já, které není ohrožováno žádným Ty, se snadněji stáhne do pozadí. Frigidita je také důsledkem strachu z vlastní pudovosti, zvláště proto, že existují silná hodnotící klíšé jako *slušná žena* a *kurva*. Frigidní žena netouží vpouštět něco dovnitř ani ven, chce zůstat *chladná*.

Mužským principem je *dělat, tvořit, uskutečňovat*. Mužství (jang) je aktivní, a proto i agresivní. Potence je symbolem moci, impotence bezmocnosti. Za impotencí vězí strach z vlastní mužskosti a agresivnosti. Muž se bojí za *svým mužstvím stát*. Impotence je ovšem i výrazem strachu z ženské složky, která je v každém muži přítomna, která mu hrozí pohlcením. Ženství se tu projevuje ve svém aspektu požírající pramatky či čarodějnice a muž se zdráhá do této „sluje“ vejít. I zde se tedy ukazuje nedostatečná identifikace muže s jeho údělem a s atributy moci a agrese. Muž se identifikuje spíše s pasivním pólem a s rolí podléhání. Bojí se výkonu. Také tu začíná bludný kruh, kdy nelze dosáhnout potence žádnou vůlí. Čím větší snaha, tím beznadějnější dosažení je erekce. Impotence by se měla stát východiskem pro přezkoumání vztahu k tématům moci, výkonnosti a agrese, aby bylo možno strach s tím spojený odložit ad acta.

Při posuzování všech sexuálních problémů nesmíme zapomenout, že v každém člověku je přítomen jak mužský, tak ženský duchovní aspekt, a oba musí být zdokonalovány a rozvíjeny. Začít se však musí tím aspektem, který reprezentuje naši tělesnou pohlavnost. Teprve potom, až dokonale prožijeme vlastní pól, otevře se cesta k setkání s druhým pohlavím a my můžeme protikladný duchovní aspekt vědomě v sobě probudit a integrovat.

## 10. Srdce a krevní oběh

### NÍZKÝ KREVNÍ TLAK - VYSOKÝ KREVNÍ TLAK (HYPOTONIE - HYPERTONIE)

Krev symbolizuje život. Je jeho materiálním nositelem a výrazem individuality. Krev je „velmi zvláštní šťáva“ - je to šťáva života. V každé kapce krve je obsažen celý člověk, proto má krev tak velký význam ve všech magických praktikách. Proto je také možné určit z jedné kapky krve celkovou diagnózu.

Krevní tlak je výrazem lidské dynamiky. Vzniká souhrou mezi vlastnostmi proudící krve a vlastnostmi cévních stěn, které vytvářejí hranici. Při sledování krevního tlaku bychom měli mít stále na očích dva antagonistické komponenty: tekutost a proudění na jedné straně a hranici a odpor cévních stěn na straně druhé. Odpovídá-li krev vlastnímu bytí, cévní stěny představují hranice, v nichž probíhá rozvoj osobnosti, a překážky, které se nám stavějí do cesty.

Člověk s příliš nízkým tlakem (hypotonik) tyto hranice vůbec nepřekročí. Nezkouší se prosadit, odsouvá všechny překážky, v ničem nejde do krajnosti. Setká-li se s nějakým konfliktem, stáhne se rychle zpět a analogicky totéž povede jeho krev, až se stane bezmocným. Zříká se tedy veškeré moci (zdánlivě!), stahuje se zpátky, snímá ze sebe zodpovědnost. Upadá do bezvědomí, a uniká tak všem problémům, které na něho číhají. Už tu prostě není. Je to přímo operetní scéna: dáma je přistížena svým mužem v trapné situaci, upadne do mdlob, všichni zúčastnění se horečně snaží pomocí vody, čerstvého vzduchu a lahvíček s voňav-

kami probudit ji znovu k vědomí, ale co je to platné, když hlavní postava unikla do jiné dimenze a vzdala se své odpovědnosti?

Hypotonik není doslova schopen stát: nestojí si za věcí, nepostaví se k ničemu přímo, chybí mu stálost a upřímnost. Při každém napadení se složí a ostatní mu zdvihají nohy, aby nateklo více krve do hlavy, do centra moci, a on zase získal nad sebou vládu a mohl převzít odpovědnost. Také sexualita patří k oblastem, jimž se člověk s nízkým tlakem vyhýbá, protože je na krevním tlaku silně závislá.

Často se u hypotonika objevuje příznak anémie, při níž nejčastěji chybí v krvi železo. Tím je narušena přeměna kosmické energie (*prány*), kterou přijímáme dýcháním, v tělesnou energii (krev). Anémie prozrazuje váhání přijmout příslušnou část životní síly a proměnit ji v činnou sílu. Také zde slouží nemoc jako alibi pro vlastní pasivitu. Chybí potřebný tlak.

Všechna účelná terapeutická opatření pro zvýšení krevního tlaku se bez výjimky soustřeďují na probuzení energie a působí tak dlouho, dokud člověk praktikuje mytí, drhnutí, vodní koupele a masáže. Zvyšuje mu to krevní tlak, protože dělá něco, co proměňuje energii v činy. Účinek však rychle pomine, jakmile tyto kúry vysadí. Trvalý výsledek přináší jen změna vnitřního postoje.

Opakem je příliš vysoký krevní tlak (hypertonie). Z pokusných vyšetření víme, že srdeční pulz i krevní tlak stoupají nejen při zvýšené tělesné námaze, ale již při pouhé představě o nějakém namáhavém výkonu. Krevní tlak stoupá i v rozhovoru, v němž se vyhrocuje konflikt, ale hned klesne, jakmile je pojmenován, verbalizován. Toto poznání odvozené z experimentuje dobrým základem k pochopení příčin vysokého krevního tlaku. Může j e j působit stálá představa o nějakém výkonu, aniž by se kdy proměnila v motorickou aktivitu. V takovém případě v sobě člověk probouzí trvalé vzrušení a krevní oběh je udržuje v představě, že se

promění v jednání. Jestliže se tak nestane, ocitá se oběhový systém pod tlakem. Důležitější je však to, že tatáž souvislost platí pro rovinu konfliktů. Protože už víme, že konfliktní téma zvyšuje tlak jen do té doby, než se o něm začne mluvit, nedíváme se, když hypertonik se chce udržovat v jeho blízkosti, aniž by došlo k řešení. Stojí vlastně pořád před konfliktem, ale nepostaví se mu. Zvýšený krevní tlak má své fyziologické oprávnění: je schopen dodat krátkodobě více energie, aby se daná úloha či konflikt daly vyřešit. Stane-li se tak, řešení spotřebuje nadbytek energie a tlak opět klesne na normální hodnotu. Hypertonik však své konflikty neřeší, takže nadbytečný tlak se nespotebňuje. Chce se ho pak zbavit zvýšenou aktivitou v okolním světě, která však vede jeho i ostatní k tomu, aby si konfliktu nevšíмали, nepřikládali mu váhu.

Vidíme, že jak hypotonik, tak hypertonik uhýbají vystalým konfliktům z cesty, každý však s jinou taktikou. Hypotonik mu uniká tím, že se stahuje do nevědomí, hypertonik přesvědčuje nadměrnou aktivitou sebe i všechny ostatní, že není co řešit, uniká jednáním. Nízký tlak nacházíme častěji u žen, vysoký u mužů, což odpovídá naznačené polaritě. Kromě toho je vysoký tlak následkem přibrzdované agresivity. Nepřátelské naladění se spokojuje představou a připravená energie se nevybije jednáním. Říkáme tomu ovšem sebeovládání. Agresivní impuls vede k vysokému tlaku, sebeovládání ke stažení cév. Tím se dostává tlak pod kontrolu. Tlak krve a protitlak cévních stěn pak vyvolají vysoký tlak. Ještě uvidíme, jak toto zadržování ovládnuté agrese ústí přímo do srdečního infarktu.

Známe ještě vysoký krevní tlak způsobený stářím, kdy dochází ke zvápnění cévních stěn. Cévní systém slouží zprostředkování a komunikaci. Přestane-li být ve stáří pružný, elastický, brání komunikaci a tlak stoupá.



## SRDCE

Srdeční tep je dalekosáhlý autonomní proces, který se bez speciálního tréninku nedá ovládat (např. biofeedback). Jeho sinusoidní harmonický rytmus je výrazem přísné tělesné normy. Blíží se rytmu dýchání, které však je volním zásahům podstatně přístupnější. Při poruchách srdečního rytmu srdce klopýtá nebo se zastavuje, narušuje se přesný řád, dochází k vykojení z normativní rovnováhy.

Všimneme-li si četných rčení a slovních obrátů, v nichž se vyskytuje srdce, vidíme, že se pokaždé jedná o emotivní situace. *Emoce* je cosi, co člověk vynáší ze svého nitra, je to pohyb zvnitřku navenek (latinské *emovere* = pohnout se z místa). Říkáme: *srdce mi skáče radostí - srdce mu spadlo strachy do kalhot - srdce mi bije až v krku — spadl mi kámen ze srdce - bere si to příliš k srdci...* atd. Chybí-li někomu citové zázemí nezávislé na rozumu, řekneme o něm, že to je člověk *bez srdce*. Potkají-li se v románu dva zamilovaní, dočteme se, že *jejich srdce se našla*. Ve všech těchto formulacích vystupuje srdce jako symbol centra, které není řízeno ani intelektem, ani vůlí.

Není to však jen tak *nějaké* centrum, ale *skutečné* centrum těla: leží téměř přesně v jeho středu, trochu posunuto do levé, citové strany (odpovídající pravé mozkové hemisféře). Leží přesně tam, kam míříme prsty, chceme-li ukázat na sebe. City, a ještě silněji láska, jsou se srdcem úzce spojeny, jak o tom svědčí citovaná a četná další rčení. Milujeme-li někoho, *nosíme ho v srdci*, svěřujeme se mu, *otevřeme mu své srdce*. Člověk širokého srdce je má otevřeno pro každého. Naproti tomu nepřístupný, uzavřený člověk má *srdce z ledu* či *kamenné*, neprojeví žádný srdečný cit, rozhodně se mu nemůže stát, že by pro někoho *ztratil srdce*. Není ovšem dobrý být *příliš měkkosrdcatý*, rozdávat se každému z celého srdce. Taková vlastnost už vybočuje z polarit, která přece potřebuje jisté hranice.

V srdci jsou symbolizovány obě možnosti. Naše anatomické srdce je rozděleno přepážkou na dvě komory, takže „úder srdce“ je vlastně úderem dvojitým. Již první nadechnutí při porodu je prvním krokem do polarity, srdeční přepážka se reflexivně uzavře, z jedné velké komory se stanou dvě a z jednoho krevního oběhu vzniknou dva. Symbol srdce, jak ho umí nakreslit už malé dítě, se vyznačuje tím, že obě kulaté komory ústí do jedné špice. Z podvojnosti vzniká jednota, a tak je nám srdce symbolem lásky i jednoty. Totéž máme na mysli, když říkáme, že *matka nosí dítě pod srdcem*. Anatomicky tento výraz nemá smysl, slouží jen jako symbol pro centrum lásky, který leží v horní polovině těla, ačkoli dítě se vyvíjí v polovině dolní.

Mohli bychom též říci, že člověk má dvě centra, jedno horní a jedno dolní, hlavu a srdce, rozum a cit. Od *celého* člověka očekáváme, že vládne oběma funkcemi v harmonické rovnováze. Čistě rozumový člověk působí jednostranně a chladně. Člověk poslušný jen svých pocitů zase nejasně a zmateně. Teprve když se obě funkce vzájemně doplňují a obohacují, dochází k *žádoucímu vyrovnaní*.

Četná rčení, v nichž se mluví o srdci, nám ukazují, že to, co je vyvádí z přiměřeného taktu je vždy nějaká emoce. Buď se hrůzou poplašeně rozbuší, nebo ztichne úlekem. Radost či láska zvyšují jeho tep do té míry, že je cítíme až v hrdle. Při poruchách srdečního rytmu se děje totéž, jenom není vidět odpovídající emoci. A v tom je ten problém. Poruchy přepadají lidi, kteří se přece „nějakou emocií“ nedají vyrušit ze své rovnováhy. Srdce bije jako splašené, protože jeho nositel nepřipustí, aby ho nějaká emoce vyplašila. Drží se svých názorů a norem a není ochoten nechat se svými pocity a emocemi vyhodit z vyjetých kolejí, z harmonické životní dráhy. Jenže emoce se somatizují a srdce ho začíná zneklidňovat. Srdeční tep vybočuje z pravidelného rytmu a nutí člověka, *aby své srdce poslouchal*.

Za normálních okolností tlukot srdce nevnímáme, slyšíme jej a cítíme teprve při návalu emoce nebo při onemocnění. Pronikne nám do vědomí, jestliže nás něco vzruší nebo se něco změní. Zde je klíč k pochopení všech srdečních příznaků: nutí nás poslouchat znovu své srdce. Pacienti s nemocným srdcem patří k lidem, kteří se chtějí řídit jen svou hlavou a srdce u nich přichází zkrátka. Zvlášť patrné je to u těch, kteří trpí srdeční neurózou. Pod tímto označením se skrývá somaticky neodůvodněný strach o činnost srdce, který vede k jeho chorobně přehnanému pozorování. Strach z infarktu je u těchto neurotiků tak silný, že jim dokáže zpřeházet celý život.

Z hlediska naší symboliky se opět jednou potvrzuje, s jakou grandiózní moudrostí a ironií nemoc pracuje: pacient se srdeční neurózou je donucen své srdce neustále pozorovat, podřídit celý svůj život jeho potřebám. Přitom má strach - celkem oprávněný -, že se jeho srdce jednoho dne zastaví, a tak tento problém zaujme ústřední postavení v jeho vědomí. Kdo by se tomu od srdce nezasmál?

Co se při této fobii odehrává jenom v psychice, u *angíny pectoris* už kleslo do tělesné roviny. Cévy vedoucí krev ztvrdly a zúžily se, srdce nedostává dost výživných látek. Není tu co vykládat, každý ví, co si má pod pojmy *ztvrdlé* či *zkamenělé srdce* představit. *Angína* znamená úzkost (latinské *ango* = zužuji) a *angína pectoris* úzkost v prsou a hrudi její konkrétní manifestaci. Školská medicína nám poskytuje originální symboliku: nemocnému je v nouzi podávána tableta nitroglycerinu - tedy travina! Tím se zúžené cévy násilně rozšíří a srdce získá trochu prostoru. Není divu, že se nemocní o své srdce bojí.

Vzroste-li strach natolik, že pacient důvěřuje jenom absolutní normě zdravého fungování, je mu voperován kardiostimulátor. Živoucí rytmus je nahrazen jakýmsi metronomem (takt se má k rytmu *jako smrt k životu*). Stroj nahrazuje cit. Nemocný ztrácí schopnost přizpůsobení a flexibi-

litu, zato mu však nehrozí úlety živoucího srdce. Kdo je vůči němu příliš „úzkostný“, stal se obětí sil svého ega a mocenských nároků.

Každý ví, že s vysokým krevním tlakem se dá snadno dospět k infarktu. Už jsem tu řekli, že hypertonik je člověk, který dusí své agrese sebeovládáním. Hráz agresivní energie se při infarktu provalí, roztrhne mu to srdce. Infarkt je součtem všech zadržovaných ran, důsledkem počinání, o němž prastará moudrost říká, že přeceňování vlastních sil a nadvláda vůle nás vzdalují z řečiště života. Jen tvrdé srdce se dá zlomit!

## SRDEČNÍ CHOROBY

**Při srdečních potížích a chorobách je třeba zabývat se těmito otázkami:**

1. Jsou u mě hlava a srdce, rozum a cit v harmonické rovnováze?
2. Dávám svým citům dost prostoru a mám odvalu je projevit?
3. Oddávám se životu a lásce z celého srdce, nebo jenom zpola?
4. Je můj život nesen živoucím a proměnlivým rytmem, nebo jej podržuji strnulému taktu?
5. Nepotřebuji k životu nějaké roznětky a trhaviny?
6. Poslouchám své srdce?

## SLABOST VAZIVOVÝCH TKÁNÍ - KŘEČOVÉ ŽÍLY - TROMBÓZA

Vazivová tkán (*mezenchym*) spojuje všechny buňky v těle a zaručuje jejich trvalost, spojuje jednotlivé orgány a funkční jednotky do jednoho velkého celku, který vnímá-

me jako svůj tělesný útvar, jako svou postavu. Slabé vazivo způsobuje špatné držení, nedostatek vnitřní pružnosti a sklon k poddajnosti. Takoví lidé jsou zpravidla lehce zranitelní a poněkud nevráživí. Tato vlastnost se projevuje na těle modřinami, které naskakují při sebemenším podnětu.

S řídkou vazivovou tkání souvisí náchylnost ke křečovým žilám. Povrchové žíly dolních končetin se ucpávají krví a ta se nevrací zpět k srdci. Krevní oběh se převážil do dolní části těla. Svědčí to o silné přichylnosti k zemi, o jisté lenivosti a těžkopádnosti. Takovému člověku chybí pružnost a elasticita. Platí tu rovněž všechno to, co jsme uvedli v souvislosti s anémií a nízkým krevním tlakem.

Trombózu způsobuje ucpání žíly krevní sraženinou. Vlastní nebezpečí trombózy spočívá v tom, že krevní vmeitek se může uvolnit, dostat do plic a způsobit embolii. Problém tohoto příznaku je jasný. Krev, která by měla lehce a nerušeně proudit, se zhušťuje, sráží a hromadí, čímž blokuje celkový krevní oběh.

Proudění předpokládá vždycky schopnost změny. V té míře, v jaké se člověk přestává měnit, projevují se v jeho těle příznaky, které proudění omezují a blokují. Vnější pohyblivost souvisí s pohyblivostí vnitřní. Má-li někdo lenivé vědomí a na všechno jen neměnné, omezené názory, v těle se brzy omezuje i to, co mělo zůstat volné a průchodné. Je známo, že při upoutání na lůžko se nebezpečí trombózy zvyšuje také proto, je již není prožíván pól pohybu. „Všechno plyne," říkal Herakleitos. V polární formě existence se život projevuje pohybem a změnami. Každý pokus upnout se jen k jednomu pólu vede ke stagnaci a nakonec k smrti. Neměnné a věčné bytí hledejme jen mimo polaritu. Abychom se tam dostali, musíme se svěřit procesům proměn, neboť jen ty nás dovedou k věčné nezměnitelnosti.

# 11. Pohybový aparát a nervy

## POSTOJ

Hovoříme-li o postoji člověka, nemusí být hned jasné, zda míníme držení těla, či jeho vnitřní postoj. Tato jazyková dvojnásobnost nemusí přesto vést k nedorozumění, neboť vnější postoj odpovídá vnitřnímu. V zevnějšku se zrcadlí nitro. Říkáme o někom, že je *upřímný* či *přímý*, aniž si uvědomujeme, že je tím označen tělesný akt, který měl ve vývoji člověka rozhodující význam. Zvíře nemůže být přímé, protože se ještě nenapřímilo. Člověk však na úsvitu svých dějin udělal tento úžasný krok, tím obrátil svůj pohled vzhůru k nebi a vytvořil si šanci stát se Bohem - současně se však vystavil nebezpečí pýchy a toho, že bude mít za Boha sám sebe. Nebezpečí a šance sebenapřímění se projevuje i v tělesné rovině. Měkké části těla, které jsou při postoji čtyřnohého zvířete chráněny, jsou u vzpřímeného člověka lehce zranitelné. Snížená možnost ochrany a zvýšená zranitelnost s sebou ovšem přinášejí větší otevřenost a vnímavost. Je to zvláště páteř, která umožňuje náš vztyčený postoj. Činí nás přímými a pohyblivými, poskytuje nám oporu a pružnost. Má formu písmene S s jeho dvojitým obloukem a pracuje na principu tlumení nárazů a polárního vztahu mezi pevnými obratli a měkkými ploténkami.

Řekli jsme, že vnější a vnitřní postoj si odpovídají, a tato analogie nachází výraz v četných rčeních: existují lidé *přímí* či *přímochaří*, ale i tací, co se rádi hrbí; známe lidi *tvrdé* a *tvrdošijně* i takové, kteří se *předněkým plazí*; někomu chybí nejen *postoj*, ale *i post*. Chceme-li předstírat určitý vnitřní postoj, snažíme se uměle ovlivnit a změnit postoj

vnější. Rodiče křičí na děti: „Postav se rovně! Nehrb se! Neumíš rovně sedět?" Tak se rozbíhá hra na nepoctivost.

O něco později se vojáci v armádě učí zaujímat předpisový postoj, což je groteskní situace. Voják musí předvádět vnější postoj, ale vnitřní mít nemusí. Na vojně se vždycky dbalo na držení těla, ačkoli je to ze strategického hlediska požadavek přímo idiotský. V bitevní vřavě se neuplatní ani pořadový krok, ani stoj v pozoru. Drezúra je dobrá leda k tomu, aby se narušila přirozená korespondence mezi vnitřním a vnějším postojem. Absence vnitřních postojů se projevuje řádním ve volném čase, po bitvě a při dalších příležitostech. Partyzáni nepotřebují žádný vnější postoj, protože se ztotožňují se svými činy. Efektivita stoupá při pevném vnitřním postoji, klesá při postoji vnějším a předstíraném. Srovnajme strnulý postoj vojáka se ztuhými klouby a uvolněný postoj kovboje, jehož pohyblivost nebude klouby nikdy blokovat. Takový otevřený postoj, při němž člověk stojí ve vlastním středu, nacházíme v tai-či.

Postoj, který neodpovídá vnitřní podstatě člověka, se nám jeví jako nepřirozený. Nutí-li ho nemoc k určitému postoji, který by dobrovolně nezaujal, ukazuje to na neprožitý vnitřní postoj, na něco, čemu se brání.

Při posuzování musíme rozlišit, zda se s vnějším postojem ztotožňuje, nebo zda ho musí zaujímat proti své vůli. V prvním případě odráží vědomou identifikaci, v druhém část stínu, o níž nestojí. Člověk krácející životem rovně a vzpřímeně, se zvednutou hlavou, ukazuje jistou nepřístupnost, pýchu a povznesenost. S takovými vlastnostmi je spokojen, nezapírá je.

Jinak se drží člověk postižený např. *Bechtěrevovou nemocí*, kdy páteř dostává typický tvar bambusové tyče. Somatizuje se tím neprožitý nárok ega, přehlížená nepoddajnost. Páteř jako celek zvápenatí, záda ztuhnou a hlava se nakloní dopředu, čímž se poruší normální zakřivení páteře. Pacient pak zcela konkrétně naráží nosem na to, jak je

ve skutečnosti tuhý, neohebný a nepoddajný. Celkem podobná je problematika kulatých zad či hrbu: manifestuje se tu neprožitá pokora.

## MEZIOBRATLOVÉ PLOTÉNKY AISCHIAS

Chrupavčité ploténky mezi obratli se tlakem vysunují do strany, zvláště v bederní části páteře, a tlačí na nervy, což způsobuje rozličné bolesti, např. *ischias*, *lumbago* atd. Problém tohoto příznaku tkví v přetížení. Kdo si toho na svá bedra nakládá příliš mnoho, aniž si to uvědomuje, ten pak pociťuje tento tlak jako bolest plotének. Bolest ho nutí ke klidu, protože každý pohyb, každá aktivita bolí. Někdo se snaží tuto účelnou regulaci odstranit utišujícími léky, aby se mohl nerušeně věnovat svému obvyklému počínání. Lepší by však bylo, kdyby v klidu popřemýšlel, proč si toho tolik naložil. Nechce se zdát velký a silný, aby tím kompenzoval vnitřní pocit malosti?

Za okázalými výkony se obvykle skrývá vnitřní nejistota a komplex méněcennosti. Člověk, který sám sebe našel, nepotřebuje nic dokazovat, *on prostě je*. Za všemi velkými (i menšími) činy světových dějin jsou vždy lidé, které k největší velikosti dohání vnitřní pocit malosti. Chtějí svými činy světu cosi dokázat, ačkoli tu není nikdo, kdo by je o to žádal a byl na ně zvědav-s výjimkou jich samotných. Chtějí tedy něco odkázat jen sami sobě, ale co? Kdo se v životě příliš honí, měl by se co nejdříve sám sebe zeptat, proč to dělá, aby jednou jeho zklamání nebylo příliš velké. Kdo je k sobě poctivý, najde odpověď snadno: aby se dočkal uznání a lásky. Touha po lásce je známou motivací takového počínání, ale neuspokojivou, neboť tato cesta k cíli nevede. Láska není podmíněna žádným účelem, lásku si nelze vysloužit. „Budu tě milovat, když mi dáš deset tisíc korun," nebo: „Budu tě milovat, jestliže se staneš nejlepším fotbalistou," jsou absurdní požadavky. Tajemství opravdové lásky je v tom, že si žádné podmínky neklade. Prototyp tako-

vého citu najdeme v lásce mateřské. Dítě - objektivně posouzeno - znamená pro matku jen zátěž a nepohodlí. Matka to však takhle nepocítuje, protože má své dítě ráda. Proč? Na to není odpověď. Kdyby byla, nebyla by láska. Každý z nás touží - vědomě, či nevědomě - po takové čisté, absolutní lásce, která patří jen nám, neklade si žádné podmínky, není závislá na žádných vnějších okolnostech ani výkonech.

Pocit měnčccnosti v nás vzniká přesvědčením, že takoví, jací jsme, nemůžeme být hodni lásky. Proto se snažíme takového stavu dosáhnout tím, že se stáváme stále chytřejší, zdatnější, bohatší, slavnější a tak dále. Všechny tyto cetky okolního světa nás mají učinit žádoucnějšími - a když toho dosáhneme, zůstanou nám vždycky pochybnosti, zda nejsme nakonec milováni „jenom“ pro své skutky, slávu, bohatství atd. Sami v sobě jsme cestu k lásce zatarasili. Uznání našich skutků neuspokojuje touhu, která nás k nim hnala. Proto se musíme se svými pocity malosti a méněcennosti vypořádat vědomě a včas. Kdo to nechce vidět a vyhledává další důkazy své velikosti, tělesně se opravdu zmenší. Ploténky se stlačí, bolesti ho zkříví a ohnou. Tělo vždycky ukazuje pravdu.

Úkolem plotének je umožňovat pohyblivost a elasticitu. Je-li některá ploténka přiskřípnuta zaklíněným obratlem, je naše držení těla tuhé a nepoddajné, hledáme si zvláštní polohu. Stejně souvislosti platí pro naši psychiku. Jsme-li „skřípnutí“, chybí nám otevřenost a čilost, jsme strnulí a fixovaní na svůj vnitřní postoj. Přiskřípnutí plotének napravují chiropraktici tím, že škusnutím či tahem uvolní páteř z jejího zaklínění a dosáhnou opět přirozeného kontaktu obratlů (*solve et coagula*).

I skřípnuté duše se dají toutéž metodou nejlépe napravit: potřebují náhlým a silným škusnutím vyhodit z dosavadní pozice, aby se mohly zorientovat a znovu najít. Z tohoto škusnutí mívají skřípnutí stejný strach jako z chiro-

praktického hmatu. Hlasité prasknutí znamená v obou případech naději na úspěch.

## KLOUBY

Klouby zajišťují pohyblivost. Řada příznaků, které postihují klouby, vede k bolestivým zánětům a ty pak zase k omezení pohyblivosti až k úplnému znehybnění. Je-li kloub strnulý, ukazuje to, že pacient na něčem ustrnul. Strnulý kloub ztrácí svoji funkci: člověk, který *ustrnul na některém tématu*, rovněž. Tvrdá a tuhá šije prozrazuje tvrdošijnost majitele. Často postačí dobře poslouchat, abychom dostali potřebnou informaci o chorobném příznaku. Vedle zánětu a ztuhnutí může u kloubů dojít k vymknutím, natržením, naražením a přetržením vazů. Řeč těchto příznaků je jednoznačná: *doba vymknutá z kloubů šílí - natrhli mu žaket — nejruději bych ho přetrhl v půli*. Můžeme napravit nejen klouby, ale i situace, vztahy a záležitosti.

Kloub se napravuje tak, že se trhnutím uvede do extrémní polohy, nebo se extrémní poloha ještě přežene, aby se opět dostal do středu na své místo. I tato technika má v psychoterapii své paralely. Jestliže je někdo pevně usazen v extrémní pozici, je do ní dále tlačěn, až dosáhne bodu obratu, z něhož lze opět najít střed. Z každé pozice se nejrychleji dostaneme tím, že dojdeme až na její kraj. K takovému totálnímu postupu však nesmíme být zbabělí a setrávat v bezpečném středu mezi póly. Většina lidí dělí všechno polovičatě, usazena ve svých názorech a pozicích se brání změně. Každý pól má svou hranici, svůj bod zvratu, kdy se mění ve svůj opak. Z vysokého napětí snadno dosáhneme uvolnění (Jakobsenova metoda), proto se fyzika jako první z exaktních věd hlásí k metafyzice, proto se mírová hnutí stávají militantními. Ke středu se musí člověk propracovat. Domněnka, že se dá ihned zaujmout, vede k polovičatosti.

Přehnat se však dá i pohyblivost, a to tak, že se změni v nepohyblivost. Mechanické změny na kloubech často svěd-

čí o tom, že jsme zatížení jednoho pólu přehnali, a musíme se proto obrátit k tomu druhému.

Moderní medicína umožňuje nahradit různé klouby umělými protézy, nejčastěji kyčelní kloub (*endoprotéza*). Jak jsme zdůraznili už u chrupu, protéza je vždycky jistou lží, protože předstírá něco, co není. Jestli je někdo vnitřně strnulý a nehybný, ačkoli navenek předstírá čilost a pohyblivost, zánět kyčelního kloubu koriguje jeho jednání směrem k větší poctivosti. Tuto korekturu ovšem umělý kloub ruší, nastoluje lež a předstírá tělesnou pohyblivost.

Lepší představu o nepoctivosti, kterou umožňuje medicína, nabízí následující situace. Předpokládejme, že nějakým kouzelným výrokem zmizí všechny umělé protézy, které jen existují: brýle a kontaktní čočky, naslouchátka, umělé klouby, umělé chrupy..., nalíčené tváře dostanou původní vzhled, zmizí hřeby z kostí, kardiostimulátory a všechno ostatní z kovů a plastů, co bylo do lidí zabudováno. Obraz, který by se naskytl, by byl opravdu strašný.

Zkusme ještě jedno kouzlo a odvolajme všechny lékařské úspěchy, které zachránily lidi před smrtí. Octneme se uprostřed mrtvol, mezi mrzáky, mezi poloslepými a polohluchými. Byl by to opět strašidelný obrázek - ale poctivý! Byl by to viditelný výraz lidských duší. Lékařské umění nás před takovou podívanou chrání tím, že lidská těla pilně restauruje a doplňuje různými protézy, takže nakonec opravdu vypadají jako pravá a živá. Co se však stalo s dušemi? Na těch se nic nezměnilo - dále jsou mrtvé či slepé, hluché, strnulé, pokřivené, zmrzačené, ale my to nevidíme. Máme strach z poctivosti. Je to příběh obrazu Do-riana Graye. Člověk si může vnějšími triky opatřit na jistý čas umělou krásu a mládí, ale ten otřes, když pak uvidí svůj pravý obraz! Trvalá práce na naší duši by byla mnohem důležitější než jednostranná péče o tělo, neboť tělo je pomíjející, vědomí však ne.

## REVMATICKÉ NEMOCI

Jde o souhrnný pojem pro symptomatickou skupinu bolestivých změn tkání, která jde těžko ohraničit a projevuje se především v kloubech a svalech. Revma je vždy spojeno se zánětem, který může být akutní, nebo chronický. Vede k otokům tkání a svalů, deformacím a ztvrdnutím kloubů. Schopnost pohybu bývá pro bolesti tak omezena, že může vést až k invaliditě. Kloubní a svalové potíže vystupují nejsilněji po období klidu a zlepšují se při pohybu. Nečinnost vede po čase k atrofii svalstva a k vřetenovitčmu zduření napadených kloubů.

Nemoc začíná zhusta ranní strnulostí a bolestivostí kloubů; jsou opuchlé a někdy zarudlé. Obvykle jsou klouby postiženy symetricky a bolest postupuje od malých, periferních kloubů k těm velkým. Průběh nemoci je chronický a tuhnutí zvolna postupuje k stále větší zmrzlosti. Postižení polyartritidou si příliš nestěžují, ukazují značnou trpělivost a až překvapující lhostejnost vůči svému utrpení.

Klinický obraz polyartritidy nás přivádí k ústřednímu tématu všech onemocnění pohybového ústrojí: ke vztahům pohyb - klid, pohyblivost - strnulost. U všech revmatiků najdeme jako předehtu přehnanou aktivitu a pohyblivost. Pěstují výkonnosti či vrcholový sport, dřou se doma a na zahradě, neznají únavu a obětují se pro ostatní. Jsou to tedy aktivní, pohybliví, čiperní a neklidní lidé, nad nimiž tak dlouho visí hrozba polyartritidy, až je zmrzačí tak, že se konečně dočkají klidu. Vypadá to, jako by příliš mnoho pohybu a aktivity muselo být korigováno strnulostí.

Na první pohled to vypadá kuriózně, vždyť jsme dosud vždycky poukazovali na nutnost pohybu a změn. Vzpomeňte však také na to, že nemoc znamená poctivost. V případě polyartritidy jde o to, že tito lidé jsou ve skutečnosti strnulí. Přehnaná aktivita a pohyblivost, která předcházely onemocnění, se týkaly jenom tělesnosti a kompenzovaly

nepohyblivost jejich vědomí. Již základ slova *strnulý* odkazuje na pojmy spojené s nepřijemnostmi a ohrožením {*trn, trnitý, trnout, ustrnout...*).

Všechny tyto výrazy korespondují se založením revmatika, jehož osobnostní profil je dobře znám, protože psychosomatika zkoumá tuto skupinu pacientů už přes půl století. Všichni vyšetřovatelé se shodují v tom, že „charakter pacienta trpícího polyartritidou se projevuje přehnanou svědomitostí a perfekcionalismem, masochisticko-depresivními rysy se silnou potřebou pomáhat ostatním a obětovat se, přehnaným moralizováním a sklonem k depresivním náladám“ (citováno podle Bráutigama). Tyto charakterové vlastnosti ukazují na jejich strnulost a tvrdošijnost, na to, jak málo jsou flexibilní a pohybliví ve svém vědomí. Vnitřní strnulost bývá kompenzována sportovní činností a fyzickým neklidem jako obrannými mechanismy.

Nápadně častá obliba bojových sportů upozorňuje na další okruh problémů těchto osob: na agresi. Revmatik tlumí své agrese v motorické rovině blokováním energie ve svalech. Pokusy s měřením elektrického napětí jednoznačně ukázaly, že podráždění všeho druhu vedla k vyššímu svalovému napětí, zvláště v kloubní muskulatuře. Tento fakt jen potvrzuje podezření, že revmatik nuceně potlačuje agresivní impulzy, které se chtějí tělesně projevit. Nespotřebovaná energie se ukládá ve svalech a proměňuje se v bolestivý zánět. Každá bolest, kterou v nemoci pociťujeme, patřila původně někomu jinému. Bolest je vždycky výsledkem agresivního jednání. Nechám-li své agrese volný průběh a někoho udeřím, pociťuje bolest moje oběť. Utlumím-li však agresivní impuls, obrátí se proti mně a bolest pociťím já (autoagrese). Kdo má bolesti, měl by se ptát, komu byly vlastně určeny.

K revmatickým nemocím patří speciální příznak, kdy se při zánětu šlach v předkolení vytvoří z ruky sevřená pěst (*chronická epicondylopatie*). Obraz „zaťaté pěsti“ jasně

svědčí o utlumené agresi a potlačeném přání „bouchnout jednou pořádně do stolu“. K podobné tendenci dochází při *Dupuytrenově kontraktuře*, kdy už pěst nejde vůbec otevřít. Otevřená ruka je symbolem mírumilovnosti. Jestliže někomu máváme rukou na pozdrav, jde o dávný zvyk, jímž chceme ukázat, že nemáme v dlani žádnou zbraň a že máme přátelské úmysly. Stejný smysl má „podávání ruky“ při setkání. Otevřená ruka vyjadřuje smířlivé a přátelské úmysly, zaťatá pěst nepřátelství a agresi.

Revmatik se nechce ke svým agresím přiznat; proč by je jinak blokoval a potlačoval? Jsou však zde a probouzejí v něm silné pocity viny, které pak vedou k ochotě pomáhat a obětovat se pro ostatní. Vzniká tím jedinečná kombinace altruistické služebnosti touhy ovládat jiné, tedy postoj, který už Alexandr Veliký nazval „laskavou tyraníí“. K onemocnění dochází často tehdy, kdy vlivem životních okolností zanikne možnost kompenzovat pocit viny ochotou sloužit, i 1 paleta nejčastějších průvodních symptomů dokládá velký význam potlačovaného nepřátelství. Jsou to především žaludeční a střevní potíže, srdeční poruchy, frigidita a snížená potence, jakož i strach a deprese. Skutečnost, že polyartritidou je postiženo dvakrát tolik žen než mužů, se dá vyložit tím, že ženy mají více zábran a brání se vědomě prožít nepřátelské impulzy.

Přírodní léčitelství vysvětluje revmatizmus ukládáním toxinů ve vazivových tkáních. V naší symbolice představují toxiny nezpracované problémy a nestrávená témata, která byla doložena do nevědomí. Zde je také terapeutické východisko pro použití půstu. Úplným odstraněním vnější výživy je organizmus nucen se přepnout a spalovat „odpadkový koš vlastního těla“. V psychické oblasti odpovídá tomuto procesu zpracovávání a vědomé integrování odsunutých a potlačených problémových okruhů. Revmatik se však svých problémů straní. K tomu je příliš strnulý a nepohyblivý, má strach pociťově přezkoumat svůj altruismus, ochotu



sloužit a obětovat se, morální normy. A tak jeho egoismus, nepohyblivost, nepřizpůsobivost, panovačnost a agrese, všechny tyto vlastnosti zůstávají ve stínu a somatizují se jako viditelné ztuhnutí a znehybnění, čímž je konečně učiněna přítrž jeho nepravé snaze sloužit.

### **MOTORICKÉ PORUCHY: STOČENÁ HLAVA, PÍSAŘSKÁ KŘEČ**

Společným rysem těchto poruch je, že pacient částečně ztrácí kontrolu nad motorickými funkcemi, které jsou ovladatelné vůlí. Některé funkce se vymknou jeho kontrole, a to tehdy, cítí-li, že je pozorován, nebo nachází-li se v situaci, kdy chce na ostatní působit jistým dojmem. Při poruše pojmenované *torticollis spasticus* se hlava zvolna či náhle stáčí k jedné straně, až může dojít k úplnému vychýlení. Většinou se pak po několika vteřinách vrátí do normální polohy. Je zajímavé, že některé hmaty, jako např. prst na bradě nebo ruka v zátylku, pomáhají pacientovi držet hlavu rovně. Největší vliv na zvládnutí této potíže však má subjektivně motivované postavení v místnosti. Stojí-li pacient zády ke stěně a může si o ni opřít hlavu, většinou ji bez problémů drží rovně.

Tato zvláštnost a závislost symptomů na situacích (jiní lidé) ukazuje na hlavní problém těchto poruch: oscilují mezi póly jistota a nejistota. Motorické poruchy neboli svévolné pohyby, k nimž patří i všechny tiky, mají demonstrovat sebejistotu, ale ukazují, že postižený žádnou nemá, že mu dokonce chybí kontrola a vláda nad sebou. Vždy bylo projevem odvahy a statečnosti hledět někomu zpřímá do očí a snést i jeho pevný pohled. Jenže právě v situacích, v nichž by k tomu mělo dojít, stočí se pacientovi hlava do strany. Stále více se pak obává setkání s důležitými lidmi a toho, že na sebe ve společnosti upoutá pozornost. Kvůli chorobnému příznaku se vyhýbá určitým situacím, tak jako se už

dříve vyhýbal těm nepříjemným. Odvrací hlavu do svých konfliktů a nechává jednu stranu světa ležet stranou.

Přímé držení těla nás nutí hledět světu pevně z očí do očí a neuhýbat před jeho výzvami a požadavky. Otočíme-li však hlavu, vyhýbáme se konfrontaci a reagujeme „jednostranně“, začínáme vidět všechno „křivě, otočené, zamotané“. Na takový jednostranný a křivý pohled míří rčení *zamotat někomu hlavu*. Smyslem podobného psychického atakuje donutit oběť, aby ztratila vládu nad směrem svého pohledu a bezvládně následovala útočnicka.

Velmi podobné příčiny objevíme u křeče z psaní a u křečí v prstech pianistů a houslistů. Osobnost těchto pacientů ovlivňuje extrémní citlivost a vysoká náročnost. Snaží se cílevědomě o vysoký společenský vzestup, navenek však projevují značnou skromnost. Chtějí imponovat jen svými výkony (dobrá literatura, hudba). Symptom křečovitého tlaku v ruce osvědčuje poctivost: ukazuje „křečovitost“ veškerých jejich snah a výkonů i to, že ve skutečnosti „nemají co říci (napsat, zahrát)“.

### **OKUSOVÁNÍ NEHTŮ**

Tento zlozvyk sice nepatří k motorickým poruchám, ale pro jeho ryze vnější podobnost jsme jej přiřadili k této skupině. I hryzáni nehtů prožívá dotyčný člověk jako neodolatelné nutkání, které se vymklo vědomé kontrole rukou. Nezůstává jenom přechodnou obtíží dětí a mladistvých, nýbrž jím po desetiletí trpí i dospělí. Psychická příčina je jednoznačná a její znalost může pomoci rodičům dětí, u nichž se tento symptom objevil. Zákazy, hrozby a tresty jsou v tomto případě nevhodnou reakcí. Čím jsou pro člověka nehty, tím jsou pro zvíře drápy. V prvé řadě slouží obraně a útoku, jsou nástrojem agrese. *Ukázat někomu drápy* znamená totéž jako *vycenit na někoho zuby*. Drápy prozrazují připravenost k boji. Dravci používají zuby a drápy jako zbraň. Hryzáni nehtů je pak jakousi kastrací vlastních agresií.

Kdo si okusuje nehty, leká se své agrese a symbolicky otupuje své zbraně. Hryzáním něco z agrese realizuje, ale míří tím výlučně na sebe. Uhryzává ze své vlastní agrese.

Tímto symptomem trpívají zvláště ženy, které na svých konkurentkách obdivují dlouhé, rudě nalakované nehty. Dlouhé nehty s rudou barvou Marsu jsou zvlášť výrazným symbolem agresivity - a její majitelky ji dávají okatě najevo! Je pochopitelné, že to budí značnou závist u všech, kdož nemají stejnou odvalu. Mít dlouhé, rudé nehty je vnějším znakem touhy po otevřené agresivitě.

Dítě, u něhož se objevilo okusování nehtů, se octlo ve fázi, kdy se neodvažuje projevit agresi navenek. Rodiče by měli posoudit své výchovné metody, neboť zřejmě agresivní jednání odsuzovali a potlačovali. Měli by vytvořit dítěti takový životní prostor, v němž by mohlo najít odvalu realizovat své agrese bez pocitů viny. Celá rodina by prošla ozdravným procesem, kdyby se rodiče zamysleli nad svým nepoctivým a pokryteckým chováním a spatřili, co za touto fasádou číhá. Jestliže se dítě jednou naučilo bránit se, místo aby respektovalo obavy rodičů, je už okusování nehtů téměř překonáno. Pokud však rodiče nejsou schopni se změnit, neměli by si stěžovat na potíže svých dětí. Nenesou na nich sice přímou vinu, ale děti těmito potížemi reflektují problémy svých rodičů!

## KOKTÁNÍ

Řeč je něco, co proudí, plyne. Mluvíme o *plynulé* řeči a *plynulém stylu*. U koktavého řeč neplyne, on ji kouskuje, rozsekává, kastruje. Má-li něco proudit, vyžaduje to odpovídající šíři. Ženeme-li vodu tryskou, působí tu překážka a vzniká tlak, voda neteče, ale tryská. Koktavému brání v toku řeči úzkost v krku. Krk je branou (již tak dost úzkou) a spojením mezi hlavou a tělem, mezi nahoře a dole.

Připomínáme, že jsme o symbolice tohoto vztahu mluvili již v kapitole o migréně. Koktající se pokouší stáhnout

hrdlo jako průchozí bránu co nejvíce, aby mohl dobře kontrolovat, co stoupá zezdola nahoru, tj. analogicky i to, co chce vystoupit z podvědomí do nadvědomí. Jde o stejný princip, jaký nacházíme v starých opevněních, která měla jen docela úzké, dobře kontrolovatelné průchody. V takových vchodech a východech (hranice, sálové dveře) se vždy tvoří hráz a omezuje proud. Koktavý provádí takovou kontrolu v krku, neboť se bojí toho, co stoupá vzhůru a chce se projevit - zardousí to v krku.

Někde kolem pupku probíhá linie, kterou pocítujeme jako hranici mezi dolní, tj. v sexuálním smyslu „neslušnou a nečistou“ polovinu těla, a tou horní, která je „čistá, nezávadná“. Koktavý si ji posunul až do výše krku, neboť kromě hlavy považuje celé tělo za nebezpečné a nečisté. Tak jako pacient s migrénou přesunuje sexualitu do hlavy. Je potom je křečovitě sevřen nahoře i dole. Nechce se uvolnit a otevřít požadavkům a pudovým nárokům své tělesnosti, jejichž tlak je stále silnější a hrozivější, čím více je potlačuje. Symptom koktavosti se nakonec stává příčinou potíží v partnerských vztazích - a bludný kruh se uzavírá.

Podle stejného principu lze interpretovat i dětskou koktavost, která může být jak příčinou, tak následkem přítomných zábran. Dítě má strach dát průchod tomu, co ho tlačí, staví proudu do cesty překážky, aby jej mohlo lépe kontrolovat. Je lhostejné, jde-li o nával sexuality, agrese či něčeho jiného.

Řeč je výrazovým prostředkem. Koktající nemůže volně a plynně sdělit, co chce, protože se brání tomu, co z něho vyráží ven a hledá svůj výraz. Není otevřený. Podaří-li se mu konečně se otevřít, vytryskne z něho mohutný proud sexu, agrese a řeči. Je-li všechno nevyslovené vysloveno, není už pak žádný důvod ke koktání.

## 12. Nehody

Mnozí lidé velmi žasnou, vykládáme-li nehody tímž způsobem jako ostatní nemoci. Soudí, že nehody jsou něco docela jiného - přicházejí přece zvenku a těžko si za ně můžeme dávat vinu. Taková argumentace jen znovu ukazuje, jak zmatné a nepřesné je naše myšlení, jak se naše názory a teorie přizpůsobují nevědomým přáním. Všem je nám navýsost nepříjemné převzít odpovědnost za veškeré naše bytí a za vše, co v životě zakoušíme. Stále hledáme možnosti, jak své viny projevovat mimo sebe. A vždy se zlobíme, když někdo tuto projekci odhalí. Většina vědeckého úsilí slouží tomu, abychom takovou projekci teoreticky zdůvodnili, podepřeli a zlegalizovali. Z „lidského“ hlediska je to pochopitelné. Tato kniha však byla napsána pro ty, kdož hledají pravdu a vědí, že tohoto cíle lze dosáhnout jen poctivým sebepoznáním. Nemůžeme tedy před tématem „nehody“ zbaběle uhnout.

Musíme jasně vidět, že *vždycky* je něco, co zdánlivě přichází zvenku a co můžeme interpretovat jako „příčinu“. Kauzální interpretace je však jen jednou z možností, jak pozorovat souvislosti, a my se v této knize rozhodli nahradit, případně doplnit obvyklá hlediska novými, právě tak dobrými. Díváme-li se do zrcadla, zdá se nám rovněž, že obraz přichází zvenku, a přece není příčinou našeho vzhledu. Při nachlazení k nám přicházejí zvenku bakterie a my v nich vidíme příčinu. Při autohavárii nám opilý řidič nedal přednost v jízdě a my v něm vidíme příčinu nehody. Ve flink -

cionalní rovině se vždycky najde vysvětlení. To nám však nebrání vykládat dění v rovině obsahové.

Zákon rezonance říká, že nemůžeme přijít do kontaktu s tím, s čím nechceme mít nic společného. Funkční souvislosti však vyžadují hmotného nositele, aby se mohly projevit v tělesné rovině. Máme-li namalovat obraz, potřebujeme plátno a barvy, ty však nejsou příčinou, jen hmotným médiem, s jehož pomocí ztvárňujeme vnitřní obraz. Bylo by hloupé tvrdit, že se jeho poselství nedá vyložit, že se můžeme bavit jenom o plátnu, barvách a štětcích.

Vyhledáváme své nehody, tak jako vyhledáváme své nemoci, a necouváme před ničím, co můžeme označit jako příčinu. Neseme proto odpovědnost za všechno, co nás v životě potká. Platí to bez výjimky, žádnou nehledejte. Trpěli někdo, trpí jen sám pod sebou (čímž nechceme snižovat tíhu jeho utrpení!). Každý je zároveň pachatelem i obětí. Pokud v sobě nenajdeme obojí, nemůžeme se uzdravit. Podle intenzity, s níž někdo spílá projektovaným „pachatelům“, můžeme usoudit, kolik jich ještě pronásleduje v sobě. Chybí tu schopnost sjednocujícího pohledu.

Poznatek, že nehody jsou nevědomě motivovány, není nový. Již Freud ve své *Psychopatologii všedního života* uváděl vedle chybných výkonů, přerěknutí a zapomínání věcí i nehody jako výsledek nevědomých záměrů. Od té doby potvrdily psychosomatické výzkumy existenci tzv. *nehodových osobností*\*) i statisticky. Je tím míněna specifická struktura osobnosti, která má sklon přesouvat své konflikty v nehody. V roce 1926 uveřejnil německý psycholog K. Marbe práci *Praktická psychologie nehod a pracovních úrazů*, v níž dokládá, že člověk, který utrpěl nějakou nehodu, utrpí další s mnohem větší pravděpodobností než ten, kdo se nikdy obětí žádné nehody nestal.

\*) obšírné zpracování této tematiky najdete i v další nedávno vydané knize lusi-lii Kiittnera: *Základy holistické léčby* (Eugcnika, Bratislava 2001) - pozn. red.

V základní Alexandrově práci o psychosomatické medicíně, která vyšla roku 1950, najdeme další poznatky o tomto tématu. „Při jednom výzkumu autonehod v Connecticutu se ukázalo, že v časovém období šesti let malá skupina řidičů (3,9 %) způsobila značnou část (36,4 %) z celkového počtu nehod. Velký podnik, který zaměstnával mnoho řidičů nákladních aut, byl jednoho dne znepokojen vysokými náklady způsobenými autonehodami a nechal šetřit příčiny, aby mohl jejich četnost omezit. Kromě jiných metod bylo použito i takové opatření, že řidiči, kteří utrpěli nejvíce nehod, byli přeloženi k jiné práci. Tímto jednoduchým zášahem se nehodovost snížila na pětinu původní hodnoty. Zajímavější je však to, že řidiči s vysokou nehodovostí si schopnost přivolávat nehody ponechali i v jiné profesi. To naprosto jasně ukazuje, že existuje cosi jako náchylnost k nehodám a lidé, kteří ji vlastní, se jí nezbaví ani v jiném povolání, ani ve všedním životě.“

Dále tento autor uvádí, že „většina nehod obsahuje záměrný element, i když je záměr sotva vědomý. Jinými slovy: většina nehod je nevědomě motivována“. Tento pohled do starší psychoanalytické literatury měl mimo jiné ukázat, že naše posuzování nehod není nijak nové. A jak dlouho to trvá, než určitý (nepohodlný) poznatek pronikne (pokud se tak vůbec stane) do vědomí široké veřejnosti.

Další popis nehodové osobnosti nás zajímá méně než význam nehody, která se udá v našem životě. I když žádné nehody nepřitahujeme, má pro nás nehoda jistou výpovědní hodnotu a my vás chceme naučit, jak ji vytušit. Hromadili se v našem životě nehody, znamená to, že jsme své problémy zdaleka vědomě nevyřešili a jejich tlak eskaluje. Kdo své problémy koriguje právě nehodami, odpovídá tomu, co isme označili jako *locus minoris resistentiae* u jiných lidí. Nehoda rázem zpochybňuje navyké jednání a vyjetou cestu. Je to přestávka v cestě a jako takovou je třeba ji zkoumat. Měli bychom vidět celý průběh nehody jako divadelní

představení a pokusit se porozumět jeho struktuře, abychom ji mohli přenést na naši situaci. Nehoda je karikaturou vlastní problematiky - stejně trefnou a stejně bolestnou jako každá karikatura.

## DOPRAVNÍ NEHODY

*Dopravní nehoda* je tak obecný a široký pojem, že ji nelze v této podobě vykládat. Musíme mít konkrétní informace o jejím průběhu, abychom mohli odvodit příslušnou výpověď. Všeobecné vysvětlení je těžké, v konkrétním případě to jde lépe. Stačí jen dobře poslouchat, co se přesně stalo. Dvoznačnost naší řeči leccos prozradí. Bohužel stále zjišťujeme, že spouště lidí chybí citlivé ucho pro vnímání jazykových souvislostí. Proto musíme pacienty často nutit, aby určitou větu ze svého líčení opakovali tak dlouho, až se jim rozsvítí. A stále znovu žasneme, jak nepoučeně lidé s řečí zacházejí a jak dokonalé filtry mají, jde-li o jejich problémy.

Slovník běžného života i dopravy má řadu společných rčení. *Vběhnout někomu do cesty - být vyhozen z kolejí - přibrzdit - do někoho se navězt...* Je tu třeba něco vysvětlit? Někdo šlápne na plyn tak silně, že *nestačí zabrzdit*, a nejenže se tomu (té) před *nímpřilepína zadek*, ale dokonce ho (ji) *nabourá*. Jde-li o ni, musí si dát v řeči pozor, aby to nabourání nebylo špatně pochopeno. Řidič se musí řídit nejen dopravními předpisy, ale i citem pro jazyk.

Na častou otázku: „Jak se to stalo?“ slyšíme obligátní odpověď: „Nestačil jsem včas zabrzdit.“ Ukazuje, že dotyčný zřejmě i v životě všechno urychluje tak, že tím sám sebe ohrožuje. Měl by dopravní karambol přijmout jako výzvu, aby své životní „kvaltování“ přezkoumal a tempo včas snížil. Odpověď: „Prostě jsem ho neviděl.“ zase ukazuje, že viník i ve svém životě leccos důležitého přehlédne. Končí-li pokus někoho předjet malérem, měl by se spěchající zamyslet nad svými ostatními „předjížděcími manévry“. Kdo usne za volantem, ať co nejrychleji procitne

i v životě, než bude probuzen ještě nepříjemněji. Ty, co zůstanou někde trčet v noci, zdržují nejspíš i ve dne záležitosti noční stránky jejich duše. Jeden *křížuje někomu cestu*, druhý *kácí zátarasy*, třetí musí svoji *káru vytáhnout z bláta*. Někdo na chvíli ztratí hlavu, jiný vjede do špatného směru nebo přehlédne stopku. Dopravní nehody často vedou k velmi intenzivnímu kontaktu s jiným člověkem, toto přiblížení je však příliš agresivní.

Rozebereme jednu konkrétní dopravní nehodu, aby se náš způsob nazírání a posuzování stal jasnějším. Příklad není vymyšlen a odpovídá častému typu nehod. Na křižovatce ulic s tejného řádu se srazily dva osobní vozy tak důkladně, že jeden z nich odletěl až na chodník a obrátil se na střechu. Z auta bylo slyšet volání o pomoc a hlasitou hudbu. Kolemjdoucí vytáhli postižené z jejich plechového vězení a nechali je odvézt do nemocnice.

Průběh nehody umožňuje tento výklad: všichni její účastníci se nacházeli v situaci, kdy chtěli přímočaře pokračovat ve směru své životní cesty. Odpovídá to jejich snaze jet danou ulicí přímo. Rovná silnice je životní normou, kterou ze zvyku sledovali. Skutečnost, že jejich přímočará jízda byla přerušena, ukazuje, že jeden vůz přehlédl nutnost dát tomu druhému přednost v jízdě. Křižovatky však nejsou jen na silnicích, ale jsou i v životě. A každý směr, každá norma se samy od sebe časem přezijí a vznikne potřeba změny. Lidé své normy obhajují tvrzením, že se v minulosti osvědčily. To však není žádný argument. Pro nemluvně je normální a správné, že dělá do plenek. S dítětem, které se pomočuje v pěti letech, to v pořádku není.

Zaregistrovat včas nutnost nějaké změny patří k těžkostí našeho života. Viníci dopravní nehody ji určitě nezvládli. Snažili se pokračovat v dosavadní osvědčené cestě a zapomněli, že se musí podříditi jiné normě, která jim prikazuje dát přednost autu přijíždějícímu zprava. Impulz potřebné změny je tu stále, ale my si ho neuvědomujeme. Chybí

nám odvaha přiznat si, že naše cesta je špatná, a opustit ji. Změny vyvolávají strach. Chtěli bychom, ale nedokážeme to. U někoho to může být partnerství, co se přežilo, u jiného povolání či světový názor. Společné je to, že potlačujeme přání vyskočit z vyjetých kolejí, osvobodit se. Neprožité přání touží po realizaci, kterou pak naše vědomí prožívá jako něco, co přichází „zvenčí“. Jsme vyhozeni ze své dráhy - v našem příkladu dopravní nehodou.

Kdo je k sobě upřímný, může po takové události zjišťovat, že v nehlubším nitru byl už delší dobu se svou dráhou nespokojen a rád by ji byl opustil, chyběla mu však odvaha. Stává se nám jen to, co chceme. Neúmyslná řešení mohou být úspěšná, ale neřeší problém v celém jeho rozsahu. Vtip je v tom, že představují pouze materiální stránku věci, impulz či informaci, kdežto celkové řešení musí být výsledkem uvědomělého kroku.

Autonehoda, o níž tu stále mluvíme, je sice vysvobozením z dosavadní cesty, ale současně novou a ještě větší nesvobodou, totiž uvězněním v autě. Nová, netušená situace je výrazem neúmyslného předchozího děje a zároveň varováním, že opuštění dosavadní cesty nemusí vést k vytoužené svobodě, ale k nové nesvobodě. Volání zraněných a uvězněných o pomoc bylo téměř přehlušeno hlasitou hudbou vycházející z převráceného auta. Umíme-li ve všech procesech a manifestacích rozeznat viditelná podobenství, vidíme i v tomto detailu výraz pokusu uniknout konfliktu vnějším způsobem. Hudba přehlušuje vnitřní hlasy, které volají o pomoc a chtějí být v nouzi vyslyšeny. Ale nadvědomí se odvrací, nechce nic slyšet, a tak konflikt a duše toužící po svobodě zůstávají zavřeny v nevědomí. Problém se nemůže sám osvobodit, musí čekat, až ho vnější události vynesou na světlo. Autonehoda je onou „vnější událostí“, která otvírá problémům cestu z nevědomí a dovoluje jejich artikulaci. Duše volající o pomoc dosáhly slyšitelnosti a poctivosti.

## DOMÁCÍ A PRACOVNÍ NEHODY

Podobně jako u dopravních nehod jsou i běžné úrazy v domácnosti a v práci takřka nevyčerpatelné a musíme proto zkoumat jejich symboliku velmi přesně podle jednotlivých případů.

Bohatou symboliku přinášejí do rčení vyjadřujících psychické procesy oheň a popáleniny; *spálit si prsty - zahrávat si s ohněm - spálit šanci - dát za někoho ruku do ohně...*

Oheň tu má stejný význam jako nebezpečí. Spáleniny naznačují, že nebezpečí bylo podceňeno nebo nezapozorováno. Nevšimli jsme si, o jakí/zavětémajde. Spáleniny nás varují, že si zahráváme s nebezpečím. Mnohem dále však sahá vztah ohně k tématu lásky a sexuality. Mluvíme o *žhavé* či *horoucí lásce*, o tom, že se nám *zapalují lýtka* či že jsme k někomu *láskou přímo vzplanuli*. Symbolika ohně se přenáší do různých oblastí, takže nás nepřekvapí mladík, který na svém pekáči (motorce) kolem nás přeletí jako *ohnivá čára*.

Popáleniny postihují nejprve kůži, tedy hranici člověka. Narušení hranice vždy zpochybňuje i naše Já. Jím se ohraničujeme a bráníme lásce. Máme-li milovat, musíme hranice svého Já otevřít, musíme vzplanout a hořet láskou, spálit všechny hranice. Tomu, kdo na to není připraven, se může stát, že místo vnitřního ohně spálí jeho hranice, tedy kůži, nějaký vnější oheň, a tak ho přiměje být otevřeným a zranitelným.

Podobnou symboliku objevujeme téměř u všech úrazů, které nejprve postihují vnější hranici, tj. kůži. Mluvíme dokonce o psychickém úrazu nebo o tom, že naše poznámka někoho urazila. Nemusíme však urážet a zraňovat jen druhé, můžeme sami řezat do vlastního masa. Je tu však i symbolika „pádu“ a „klopýtání“. Někdo ze schodů klopýtá, jiný se z nich zřítí. Utrpí-li přitom otřes mozku, je otřesen a zpochybněn i jeho myšlenkový systém. Každý pokus

sedět rovně mu způsobuje bolest hlavy, a tak se radši zase položí. Sám od sebe zbavuje hlavu její dominantní role a na vlastním těle pociťuje, že myšlení bolí.

### **ZLOMENINY**

Kosti se lámou výlučně v případech extrémního pohybu (při sportu, při jízdě na motorce, autem apod.) vnějším mechanickým působením. Zlomenina vede ihned k delšímu vynucenému klidu (v posteli, se sádkou), ke „zlomu“ v dosavadních aktivitách a způsobech pohybu. Z vynuceného klidu a pasivity může vyklíčit nová orientace. Zlomenina ukazuje, že byl přehlédnut konec určité vývojové etapy, že tělo muselo zlomit odpor starého a prolomit cestu novému. Byla přerušena dosavadní cesta vyznačující se vysokou aktivitou a pohyblivostí. Postižený pohyb a nasazení přeháněl, přepínal se a přetěžoval. Zatížení se hromadilo tak dlouho, až povolil nejslabší článek.

Kosti reprezentují v těle princip pevnosti, stálosti daných norem, ale i ustrnutí (zvápenatění). Převáží-li v kosti princip strnulosti (vápno), stane se tříštivou a nemůže dost dobře plnit svou roli. Podobně se chovají normy jednání: zajišťují sice stabilitu, ale nesmí příliš ustrnout. Zlomenina upozorňuje ve fyzické rovině, že nebylo rozpoznáno příliš silné ztuhnutí norem v psychickém systému. Postižený byl příliš ztuhlý, strnulý, nepoddajný. S přibývajícím stářím stále více lpíme na svých zásadách a ztrácíme psychickou přizpůsobivost. Analogicky s tím přibývá vápna v kostech a roste nebezpečí zlomenin. Opačné vlastnosti vykazuje malé dítě, jehož kosti jsou měkké a odolávají zlomení. Nemá ovšem také žádná měřítká a normy, které by mohly ustrnout. Stane-li se člověk během života příliš neohebným, koriguje tělo tuto jednostrannost tím, že se mu láme páteř. Kdo tomu chce předejít, musí se dobrovolně ohnout.

## 13. Psychické příznaky

Pod tímto názvem chceme pojednat několik častých poruch, které bývají označovány *jako psychické*, ačkoli víme, že takové označení nemá v rámci naší pozorovací metody velký smysl. Somatické příznaky od psychický nelze prostě ostře oddělit. Každý symptom má psychický obsah a projevuje se prostřednictvím těla. I strach a deprese potřebují ke své realizaci tělo. Somatické korelace poskytují i oficiální psychiatrii zdůvodnění jejich farmakologických nástrojů. Slzy depresivního pacienta nejsou o nic psychičtější než hnis či průjem. Rozlišení je v nejlepším případě oprávněno na konci nějaké kontinuální řady, kdy srovnáváme degeneraci některého orgánu s psychotickými změnami osobnosti. Čím více se vzdalujeme konci a blížíme se ke středu, tím obtížnější je nalézt dělicí čáru. Ani sledování extrémů neopravňuje při přesném postupu rozlišování „somatického“ a „psychického“, neboť rozdíl spočívá jen ve způsobu symbolizace. Záducha se sice liší způsobem svého projevu od amputované nohy stejně silně jako od schizofrenie, ale klasifikace na „somatické“ a „psychické“ přináší více potíží než prospěchu.

Nevidíme žádnou nutnost takového rozlišování, neboť naše teorie se dá použít na všechny symptomy a nepotřebuje žádnou výjimku. Příznaky mohou použít nejrůznější výrazové formy, všechny však potřebují tělo, aby mohly zveřejnit obsah vědomí, který se za nimi skrývá. Příznak je však prožit opět ve vědomí, ať už to je smutek či bolavá rána. V prvním díle knihy jsme upozorňovali, že *všechno* indivi-



duální je příznakové a jenom naše subjektivní hodnocení rozhoduje o tom, co je *zdravé* a co *nemocné*. Totéž platí i v psychické oblasti.

Tu bychom se měli vzdát představy, že existuje *normální* a *nenormální* chování. Normalita je pouze statistickým vyjádřením četnosti, a proto není jako klasifikační pojem či hodnotové měřítko použitelná. Obhajoba normality je těžkým provinčním tradiční psychiatrie. Halucinace je stejně reálná či ireálná jako každý jiný vjem. Chybí jí jen souhlas kolektivu. „Psychicky nemocný“ funguje podle stejných psychologických zákonů jako ostatní lidé. Šílenec, který se cítí ohrožen a pronásledován vrahy, projektuje svůj agresivní stín do svého okolí právě tak jako občané, kteří žádají tvrdší tresty pro zločince nebo se obávají teroristů. Každá projekce je iluzí, a proto se nemusí ptát, kdy je ještě normální a kdy už chorobná.

Psychicky nemocný a psychicky zdravý jsou teoretickým zakončením kontinua, které vzniká souhrou vědomí a stínu. U takzvaného psychotika vidíme, jaké extrémní formy dosáhlo úspěšné potlačení stínu. Jsou-li důkladně uzavřeny všechny cesty a kanály, jimiž může stín proniknout na světlo, dojde časem ke změně dominance a stín převezme totální vládu nad osobností. Přitom potlačí dosud převládající část vědomí a energicky vyplaví všechno, co se podřízená část neodvážila prožít. Bodří moralisté se změni v obscénní exhibicionisty, ustrašené a měkké nатуry v divoká, zuřivá zvířata a střízliví slaboši v megalomany.

I psychóza vede k poctivosti, neboť s velkou intenzitou až absolutností vyplavuje všechno zameškané, až to okolí nahání hrůzu. Jde o pochybný pokus vyvážit jednostranné prožitky, o pokus, který hrozí nebezpečím, že se z neustálého střídání extrémů nikdy nevymaníme. Zvláště jasně se ukazuje potíže s nalezením středu a rovnováhy v maniodepresivním syndromu. V psychóze prožíváme svůj stín. Šílenství odjakživa vyvolává v divácích velký strach a bezmoc-

nost, protože jim připomíná jejich vlastní stín. Šílenec otvírá bránu do pekla vědomí, které v sobě máme všichni. Divoké potírání a potlačování příznaků, které z toho rezultuje, je sice pochopitelné, ale málo přínosné. Princip potlačování stínu vede k jeho mohutné explozi, protože problém jenom odkládá, ale neřeší.

Těchto několik poznámek k tématu psychotických příznaků by mělo stačit. Podrobný výklad nepřináší žádný zvláštní užitek, protože psychotik není žádným výkladům přístupný. Tak se bojí stínu, že jej téměř celý promítne ven.

Zaujatý pozorovatel bude mít nicméně s výkladem méně těžkostí, podrží-li v paměti obě pravidla, která jsme už vícekrát v této knize uvedli.

1. Všechno, co pacient projevuje navenek, jsou projekce jeho stínu (hlas, pronásledování, útoky, vražedné úmysly atd.).
2. Samo psychické chování je vynucenou realizací neprožitého stínu.

Psychické příznaky není nakonec vůbec nutné vysvětlovat, neboť vyjadřují problém přímo a nepotřebují převod do žádné jiné roviny. Proto všechno, co lze říct o problematice psychických symptomů, zní banálně. Chybí překladový klíč. Přesto chceme v rámci naší úvahy dát za příklad ještě tři příznaky, které jsou velmi rozšířeny a mohou být zahrnuty do psychické oblasti: deprese, nespavost a naruživost.

## DEPRESE

Deprese je obecný pojem pro souhrn příznaků, které sahají od pocitu skleslosti a lhůstivosti k podnětům až k tzv. endogenní depresi s celkovou apatií. Vedle normálního vyhasnutí všech aktivit a sklíčené nálady zjišťujeme při depresi nespočet průvodních tělesných příznaků, jakými jsou např. únava, poruchy spánku, nechutenství, zácpa, bolesti hlavy, bušení srdce, bolesti v kříži, pokleslý tělesný tonus a u žen menstruační potíže. Toho, kdo trpí depresemi, proná-

sledují výčitky svědomí a neustále se snaží pocit viny odčiniť dobrými skutky. Slovo *deprese* je odvozeno z latinského slova *deprimo*, které znamená stlačovat, potlačovat, tisknout. To vyvolává otázku, čím se pacient cítí utlačován nebo co sám potlačuje. Odpovědí jsou tři tematické okruhy.

**1. Agrese.** Již jsem řekli, že agrese, která nesměřuje ven, se proměňuje v tělesnou bolest. Toto zjištění by se dalo doplnit tak, že potlačená agrese v psychické oblasti vede k depresi. Zablokovaná agrese se obrací dovnitř a z vysílajícího dělá příjemce. Na konto potlačené agrese nejdou jen pocity viny, ale i četné průvodní somatické příznaky s jejich rozptýlenou bolestí. Agrese je pouze zvláštní formou životní energie a aktivity. Kdo úzkostlivě potlačuje svou agresi, potlačuje současně svou energii a aktivitu. Psychiatři se horlivě snaží zaměstnat pacienta nějakou činností, ale ten se tím cítí ohrožen. Usilovně se brání všemu, co nepřináší veřejné uznání, a bezúhonným životem se snaží zakrýt své agresivní a destruktivní impulzy. Agrese namířená proti vlastní osobě se nejvýrazněji projevujeme sebevraždou. Při sebevražedných úmyslech je vždycky třeba zkoumat, komu vlastně platily.

**2. Odpovědnost.** Deprese je - odhlédneme-li od sebevraždy - krajní formou, jak odmítnout odpovědnost. Pacient už ani nejedná, jen vegetuje víc mrtvý než živý. Navzdory všem odkladům bránícím vyrovnat se aktivně se životem, vrací se téma odpovědnosti zadními vrátky, tj. s pocity viny. Obava z převzetí odpovědnosti je znakem všech depresí a vystupuje do popředí zvláště tehdy, kdy je pacient nucen vstoupit do nové životní fáze. Pro ženy bývá takovou situací šestinedělí.

**3. Rezignace - osamělost - stáří - smrt.** Tyto čtyři úzce související pojmy zahrnují podle našeho mínění poslední a nejdůležitější tematické okruhy. Při depresi se musí pacient chtít nechtě zabývat smrtelným pólem života. Komunikace a společenský styk ustaly a protipól živoucího se

manifestuje jako apatie, strnulost, osamělost a pomýšlení na smrt. Smrtná stránka života, nacházející tak zřetelný výraz v depresi, je pacientův stín.

Konflikt tkví ve stejně velkém strachu před životem jako před smrtí. Aktivní život s sebou přináší vinu a odpovědnost - a právě to pacient odmítá. Převzetí odpovědnosti znamená i to, že se vzdáme projekce a budeme akceptovat svou osamělost. Depresivní osobnost se toho leká, a proto se potřebuje k něčemu připoutat. Odloučení od takové opory či její smrt mohou také často vyvolat depresi. Člověk je náhle tak sám - a nechce sám žít ani přijímat odpovědnost. Bojí se smrti, a nechápe proto podmínkyžití. Deprese vede k poctivosti: zveřejňuje neschopnost žít i umírat.

## NESPAVOST

Počet lidí trpících kratší či delší nespavostí je veliký. Stejně velká je spotřeba prášků na spaní. Spánek je naší základní pudovou potřebou jako jídlo či sexualita. Třetinu svého života strávíme v tomto stavu. Bezpečné, pohodlné a chráněné místo pro spaní má pro nás i pro zvířata ústřední význam. Unavené zvíře i člověk jsou schopni urazit velké vzdálenosti, jen aby našli vhodné místo k odpočinku. Rušení během spánku snášíme s velkou nelibostí, aje-li nám ve spánku bráněno, pociťujeme to jako silné ohrožení. Dobré spaní je většinou spojeno s četnými zvyklostmi: se známou postelí, s určitou polohou, s obvyklou denní dobou. Narušení takových zvyklostí narušuje spánek.

Spánek je vůbec zvláštní jev. Všichni umíme spát, aniž bychom se to učili, a tak nevíme, jak tento proces probíhá. Třetinu života strávíme v tomto stavu vědomí, a přesto o něm skoro nic nevíme. Toužíme po něm a přitom se vystavujeme nebezpečí, která svět spaní a snění přináší. Vzniklé obavy rádi odbýváme relativizujícími poznámkami jako: „Ale vždyť to byl jen sen," nebo: „Co se zdá, je sen." Budeme-li poctiví, přiznáme, že ve snu prožíváme všechno se stejně

reálnými pocity jako ve dne. Chceme-li nad touto souvislostí medítovat, dospějeme nejspíš k poznání, že svět našeho denního vědomí je právě tak iluzorní jako noční sen a že oba světy existují jen v našem vědomí.

Odkud se tedy bere víra, že náš bdělý život je reálnější či opravdovější než ten snový? Co nás opravňuje klást před něj slůvko „jen“? Každá zkušenost, kterou naše vědomí získá, je vždy stejně skutečná - ať už se jedná o realitu, sen či fantazii. Byla by to možná užitečná hra, prohodit denní prožitky za snové a představit si, že kontinuální život žijeme ve snu a ten je rytmicky přerušován fází, která odpovídá životu našeho dne.

„Wangovi se zdálo, že je motýl. Sedal si na květy v trávě. Poletoval sem a tam. Tu náhle procitl a nevěděl, zda je Wang, jemuž se zdá, že je motýlem, nebo zda je motýl, jemuž se zdá, že je Wangem.“

Toto střídání pólů je dobrým cvičením, chceme-li pochopit, že jedno není o nic skutečnější než druhé. Bdění a spaní, denní a snové vědomí jsou polarity vzájemně se kompenzující. Dni a světlu odpovídá analogicky bdění, život a aktivita; noci a tmě pak klid, nevědomí a smrt.

### Analogie:

jang	jin
mužství	ženství
levá <b>polovina mozku</b>	pravá <b>polovina mozku</b>
oheň	voda
den	noc
bdění	spánek
život	smrt
dobro	zlo
vědomí	nevědomí
intelekt	cit
racionalita	iracionalita

Podle archetypální analogie je v lidové řeči spánek nazýván bratříčkem smrti. Každým usnutím se cvičíme v umírání. Přechod z bdění do spánku vyžaduje naprosté uvolnění, musíme vypnout veškeré záměry, aktivity, kontrolu. Musíme být odevzdaní a důvěřiví, ochotni vpustit neznámé. Spánek se nedá vynutit tlakem, sebcovládáním, vůlí a úsilím. Každé volní chtění s jistotou spánku zabrání. Nemůžeme udělat nic víc než vytvořit vhodné předpoklady a čekat, že se to stane, že na nás spánek sestoupí. Není nám ani dovoleno tento akt pozorovat, bylo by opět po spaní.

To, co od nás spánek (a smrt) vyžaduje, nepatří k našim silným stránkám. Jsme příliš těsně připoutáni k pólu aktivity, jsme příliš hrdi na svou práci a činy, příliš závislí na svém intelektu a nedůvěřivé kontrole, aby pro nás odevzdanost, důvěra a uvolněnost byly důvěryhodnou formou chování. Nesmí proto nikoho udivit, že nespavost (vedle bolestí hlavy) patří k nejčastějším civilizačním chorobám naší doby.

Naše kultura má kvůli své jednostrannosti potíže se všemi protilehlými oblastmi, které jsme vyznačili v přehledu analogií. Máme strach z citu, iracionálna, stínu, nevědomí, zla temnoty a smrti. S chorobnou zarputilostí se držíme svého intelektu a denního vědomí a věříme, že s touto výbavou všechno prohlédneme. Setkáme-li se pak s výzvou, abychom se těchto iluzorních prostředků vzdali, vynoří se strach, že ztráta bude příliš velká. A tak toužíme po spánku a tušíme jeho nezbytnost. Patří-li noc ke dni, patří i smrt k životu a náš stín k nám. Spánek nás denně přivádí na práh toho i onoho, doprovází nás do stínu a noční strany naší duše, nechává nás ve snu prožít neprožité a zsednává nám opět rovnováhu.

Kdo trpí nespavostí - přesněji řečeno poruchami usínání -, má strach oprostít se od vědomé kontroly a svěřit se nevědomí. Dnešní člověk nedělá pomlku mezi dnem a nocí, ale přenáší své myšlenky a aktivity i do sféry spánku. Natahujeme den do noci se stejnou pošetilostí, s jakou chceme

analyzovat denním vědomím noční stránky své duše. Chybí pomlka a vědomé přepnutí na opačný pól.

Nespavec by se měl především naučit vědomě uzavřít den a cele se odevzdat noci a jejím zákonům. Dále by se měl starat o své nevědomé zázemí, aby vyzkoumal, odkud se bere strach. Pomíjelijnost a smrt-to jsou pro něho důležitá témata. Chybí mu bytostná důvěra a odevzdanost. Příliš silně se identifikuje s činnou stránkou své bytosti a nedokáže se cele odevzdat. Jsou to podobná témata, jaká jsem poznali u orgasmu. Spánek i orgasmus jsou malé smrti a člověk silného jáství je vnímá jako nebezpečí. Nejlepším uspávacím prostředkem je smíření s noční stranou života.

Známé triky s počítáním oveček či čehokoli jiného jsou úspěšné právě díky vyloučení intelektu. Každá monotónnost /nudí levou polovinu mozku a přinutí ji vzdát se dominance. Staré meditační techniky využívají této zákonitosti: soustředit se na jeden bod nebo na dýchání, opakovat maním ucho kónu\*), což vede k přepnutí z levé poloviny na pravou, / denní strany na noční, z aktivity na pasivitu. Působili někomu toto přirozené rytmické střídání potíže, měl by více pečovat o zavrňovaný pól. Totéž chce chorobný příznak. Poskytuje mu dostatek času, aby se vyrovnal s nočním strachem a nebezpečím. I zde vede příznak k poctivosti: všichni, kdož trpí nespavostí, se bojí noci. Právem.

Nadměrná spavost ukazuje na protikladnou problematiku. Kdo má navzdory dostatečnému spánku potíže s procitáním a vstáváním, měl by prošetřit své obavy z požadavků dne, z nároků na výkony a aktivitu. Procitnout a začít den znamená být aktivní, jednat a převzít za to odpovědnost. Komu připadá vykročení do denního vědomí těžké, uniká do snových světů a do nevědomosti dětství, nechce se nechat utlačovat požadavky a odpovědností života. Téma je

\*) doslova *veřejná vyhláška*. V nových významech znamená poukázání na nejvyšší pravdu. Od 10 století je využíván v zenu jako prostředek duchovního výcviku - pozn. korckt.

ve všech případech stejné: útek do nevědomí. Tak jako usnutí má vztah k smrti, je probuzení malým porodem. Narození a nabytí vědomí mohou být prožívány se stejným strachem jako noc a smrt. Problém je v jednostrannosti - řešení leží uprostřed, v rovnováze, v „nejen-nýbrž i“. Teprve pak je zřejmé, že narození i smrt jedno jsou.

## PORUCHY SPÁNKU

### **Nespavost by měla být podnětem k následujícím otázkám:**

1. Jak moc jsem závislý na moci, kontrole, intelektu a pozorování?
2. Dokáží se otevřít?
3. Mám schopnost bytostné důvěry a odevzdanosti?
4. Pečuji o noční stránku své duše?
5. Jak silný je můj strach ze smrti? Vyrovnal jsem se s ním dostatečně?

### **Nadměrná potřeba spánku vyvolává tyto otázky:**

1. Neutíkám před aktivitou, odpovědností a vědomým rozhodováním?
2. Žiji ve vysněném světě a mám strach procitnout do reality?

## NÁRUŽIVOST

Téma zvýšené potřeby spánku nás přivádí přímo k náruživosti, neboť i zde je ústředním problémem *útek*. Všichni náruživci něco hledají, předčasně však přestanou a zůstanou trčet v rovině náhradního uspokojení. Hledání by mělo vést k nalezení, a tím i k řešení. Ježíš řekl: „Kdo

hledá, nechť nepřestává hledat, dokud nenajde; a když najde, bude otřesen; a otřesen bude se divit a vládnout nade vším." (*Tomášovo evangelium*, log. 2)

Všichni velcí hrdinové známí z mytologie a literatury stále hledají - Odysseus, Don Quijote, Parzifal, Faust -, nepřestanou však, dokud nenajdou. Hledání zavádí hrdinu do nebezpečí, zmatku, zoufalství a temnoty. Když pak najde, co hledal, zdá se veškeré úsilí nicotné. Každý člověk se octne na cestě omylu a ztratí se v nejpodivnějších končinách duše, nikdy by však neměl zůstat stát, neměl by přestat hledat, dokud nenajde.

„Hleďte a naleznete...," praví se v evangeliu. Kdo se však nechá odradit zkouškami a nebezpečím, námahou a spletitostí cesty, onemocní naruživostí. Promítne si cíl své cesty do něčeho, co už našel, a ukončí hledání. Zhmotní si svůj náhradní cíl, ale ten ho nezasytí. Pokouší se utišit hlad stále stejnou „náhradní výživou" a zapomíná, že s jídlom hlad roste. Propadne chorobné vášni a nepřizná si, že se zmýlil v cíli a že by měl dále hledat. Zdržují ho strach, zaslíbenost a pohodlnost. Každé zdržení na cestě se může stát chorobou závislosti. Všude číhají sirény a pokoušejí se poutníka zajmout, připoutat k sobě a probudit v něm žádostivost.

Všechny formy světa probouzejí žádostivost: zlato, moc, sláva, majetek, vliv, vědění, potěšení, jídlo, pití, askeze, náboženské představy, drogy. Všechno, co je, má své oprávnění jako zkušenost, ale může vést k naruživosti, zapomeneme-li se včas odpoutat. Chorobná vášň se k novým zkušenostem staví zbaběle. Kdo svůj život pojal jako cestu a stále znovu se na ni vydává, nepropadá zhoubným vášním. Jako hledající si však musí přiznat, že nikde nemá domov. Kdo se nechá spoutat, ochoří. Všichni máme své závislosti, které šálí naši duši. Ty však nejsou hlavním problémem, tím je naše pohodlnost při hledání. Zkoumání prostředků, které vedou k chorobné vášni, nám v nejlepším případě ukáže dominantní téma, to, po čem toužíme. Náš po-

hled se však lehce stane jednostranným, ztratíme-li z očí kolektivně akceptované prostředky (bohatství, pílí, úspěch, vědění atd.). Zmíníme se v několika heslech jen o těch, které jsou všeobecně chápány jako patologické.

### **Žravost**

Žít znamená učit se. Učit se znamená integrovat a do svého vědomí přijímat principy nalezené mimo své Já. Neustálé přijímání nového rozšiřuje vědomí. „Duševní potravu" můžeme nahradit „látkovou výživou", a rozšiřovat tak jenom své tělo. Není-li hlad po životě utišen zkušenostmi, vrazí se do těla. Tento hlad je ovšem neutišitelný, protože vnitřní prázdnota nemůže být vyplněna potravou. V jedné z předchozích kapitol jsem řekli, že láska znamená otevření a vpouštění. Pažravec ji však prožívá jenom v těle, neboť to nedokáže ve svém vědomí. Touží po lásce, neotvírá však hranice svého Já, nýbrž jen svá ústa a všechno požívá, obaluje se proti světu špekem. Touží po lásce, uznání, odměně - bohužel ve špatné rovině.

### **Alkohol**

Alkoholik touží po bezkonfliktním, čistém světě a snaží se tohoto ušlechtilého cíle dosáhnout tím, že se vyhýbá konfliktům a problémům. Není připraven ponořit se do konfliktů života a pracovat na jejím odstranění. Proto své problémy otupuje a přivádí se alkoholem do stavu, kdy svět je krásným preludem. Alkoholik také často hledá lidskou blízkost. Alkohol však vytváří pouhou karikaturu blízkosti, neboť odstraňuje zábrany a překážky, smazává společenské rozdíly a umožňuje rychlé sbratření. Tomu však chybí hloubka a náročnost. Alkoholem se má uspokojit snaha o nalezení bezkonfliktního a přátelského světa. A všechno, co stojí tomuto ideálu v cestě, se musí spláchnout.

## **Cigarety**

Kouření má nejtěsnější vztah k dýchacím cestám a plicím. Připomeňme si, že dýchání má co dělat především s komunikací, kontaktem a svobodou. Kouření je pokusem stimulovat a uspokojit tyto oblasti. Cigareta je náhradou za skutečnou komunikaci a skutečnou svobodu. Reklama proto míří přesně na tyto lidské touhy: na svobodu kovboje, překonání všech hranic letadlem, cestování do dalekých krajů a společnost veselých lidí. Všechny touhy našeho Já se podle ní dají utišit cigaretou. Cestujeme co nejdál - ale proč? Možná za nějakou ženou, za přítelem, za svobodou - všechna tato skutečná přání nahradíme cigaretou a její kouř nám zamlží vlastní cíl.

## **Drogy**

Hašiš (marihuana) mají naprosto stejnou tematiku jako alkohol. Utíkáme před svými problémy a konflikty do příjemných stavů. Hašiš odebírá životu jeho „tvrdost“ a ostrost kontur. Všechno je rázem měkčí, požadavky ustupují do pozadí.

Kokain (a podobné povzbuzující prostředky) má částečně protikladný účinek. Enormně zvyšuje výkonnost a může do jisté míry přivolávat úspěch. Musíme znovu přezkoumat téma „úspěch, výkon a uznání“, protože droga je jenom prostředkem pro radikální zvýšení tvořivé síly. Hledání úspěchu je vždycky hledáním lásky. Proto je kokain tak rozšířen v šoubyznysu a ve filmových kruzích. Hlad po lásce je specifickým tématem této branže. Umělec touží a představuje touhu po lásce a doufá, že ji utiší přízní publika. (Tím, že to není možné, se stále „zlepšuje“, ovšem za cenu psychického strádání.) Ať už s drogou či bez ní, vlastním cílem je tu úspěch, který má nahradit hledání lásky.

Heroin pak umožňuje totální útek od nároků a povinností tohoto světa.

Od drog, které jsme dosud jmenovali, se ostře odlišují psychedelické drogy (LSD, meskalin, houby atd.) Za užíváním těchto drog se skrývá (více či méně přiznaný) úmysl získat nové zkušenosti pro vlastní vědomí a proniknout do transcendentna. Protože jsou vskutku legitimním prostředkem, jak otevřít nové dimenze vědomí, je těžké zodpovědět, zda je problém opravdu v nich, či ve vědomí člověka, který je užívá. Člověku patří vždycky jen to, co získal svou prací. Je tedy otázka, zda si opravdu osvojí nový rozměr získaný pomocí drogy, nebo zda jím bude ubit.

Čím déle je někdo na své cestě, tím jsou pro něho drogy méně nebezpečné - a tím méně je také potřebuje. Všechno, čeho lze dosáhnout s jejich pomocí, lze dosáhnout i bez nich - ovšem pomaleji. A spěch je na naší cestě velmi nebezpečnou drogou.

## 14. Rakovina (malignom)

K pochopení rakoviny je mimořádně důležité myslet analogicky. Musíme si uvědomit, že každý námi vnímaný nebo definovaný celek (jednotka mezi jednotkami) je na jedné straně částí nějakého většího celku a na druhé straně je složen z množství celků menších. Tak les (jako definovaný celek) je např. částí většího celku krajiny a tvoří jej četné stromy (menší celky). Totéž platí pro jednotlivý strom. Je částí lesa a přitom se skládá z kořenů, kmene a koruny. Stejný vztah jako kmen ke stromu má strom k lesu a les ke krajině.

Člověk je částí lidstva a sám se skládá z orgánů, které jsou částí člověka a současně jsou tvořeny buňkami, které jsou zase částí orgánů atd. Lidstvo očekává od jednotlivého člověka, že se bude pokud možno chovat tak, jak to vyhovuje potřebám rozvoje a přežití celku. Člověk očekává od svých orgánů, že budou fungovat tak, jak je to nutné pro jeho přežití. Orgán očekává od svých buněk, že budou plnit svoji povinnost, aby i on mohl přežít.

V této hierarchii, kterou bychom mohli dále rozšiřovat na obě strany, se každý individuální celek (buňka, orgán, člověk) nachází ve stálém konfliktu mezi zájmy vlastního života a podřízením se zájmům nejbližšího vyššího celku. Každá komplexní struktura (lidstvo, stát, orgán) je ve svém fungování odkázána na to, že se všechny části pokud možno podřídí společnému záměru a budou mu sloužit. Každý systém se bez ohrožení své celistvosti vyrovná

s úbytkem menšího množství svých částí. Existuje však jistá hranice, při jejímž překročení je existence celku ohrožena.

Stát se dokáže vypořádat s několika občany, kteří neppracují, chovají se asociálně nebo zaujímají ke státu nepřátelský postoj. Jestliže však skupina, která se nechce s cíli státu identifikovat, početně roste a dosáhne určité velikosti, stává se pro stát nebezpečnou a může jej jako celek ohrozit. Stát se obvykle pokouší bránit takovému vývoji a hájí svou existenci, jestliže se mu to ale nepodaří, je jeho zřícení jisté. Nejjistější způsob záchrany tkví v tom, že malé skupiny občanů narušujících systém budou opět začleněny do stávajícího uspořádání poskytnutím atraktivních možností, jak se podílet na společných cílech. Utlačování a násilná pacifikace jinak smýšlejících nemá z dlouhodobého hlediska naději na úspěch, spíše urychluje vývoj k chaosu. Z hlediska státu jsou opoziční síly nebezpeční nepřátelé, kteří nemají jiný cíl než zrušit starý dobrý pořádek a zavést chaos.

Takové nazírání je správné - ovšem jenom z jediného hlediska. Budeme-li se ptát nespokojených občanů, uslyšíme jiné argumenty, rovněž správné - z jejich hlediska. Jisté je však to, že se neztotožňují s cíli a požadavky svého státu, že proti nim stavějí vlastní názory a zájmy a rádi by je realizovali. Stát žádá poslušnost, skupiny chtějí k uskutečnění svých vlastních představ svobodu. Obojí je pochopitelné, nelze toho však dosáhnout zároveň bez jistých obětí.

Cílem těchto řádků není v žádném případě rozvíjet jakékoli politické či společenské teorie, nýbrž osvětlit průběh rakoviny v jiné rovině, abychom trochu rozšířili úhel pohledu, pod nímž je rakovina obvykle pozorována. Rakovina není žádným izolovaným procesem, projevujícím se pouze ve známých chorobných formách. Vidíme v ní spíše velmi diferencované a inteligentní dění, které nás zaměstnává právě tak v rovinách jiných. Prakticky při všech ostatních nemocích se tělo snaží vhodnými opatřeními odstranit potíže, která ohrožuje některou jeho funkci. Podaří-li se to, mluví-

me o uzdravení (které může být méně nebo více úplné). V opačném případě o smrti.

Při průběhu rakoviny však sledujeme něco podstatně jiného. Tělo přihlíží, jak stále více jeho vlastních buněk mění chování a pilným dělením nastoluje proces, který sám o sobě nevede k žádnému konci a je ohraničen pouze úplným vyčerpáním hostitele (živné půdy). Rakovinná buňka není něco, co by ohrožovalo organismus jako bakterie, viry či toxiny, něco přicházejícího zvenku, nýbrž je to buňka, která se dosud podílela na společných aktivitách orgánu a sloužila zájmům celého organismu, aby měl co největší šanci na přežití. Náhle se však mění její smýšlení a ona se vymyká společné identifikaci. Začíná rozvíjet vlastní představy o cílech a bezohledně je uskutečňovat. Končí se svou dosavadní činností ve prospěch specifického orgánu a staví do popředí vlastní rozmnožování. Nechová se už jako člen mnohobuněčné bytosti, ale sestupuje z hlediska evolučního vývoje na nižší stupeň jednobuněčné existence. Vypovídá souručenství s dosavadním buněčným svazkem, rychle a bezohledně se rozmnožuje chaotickým dělením, přičemž nebere ohled na morfologické hranice (*infiltrace*) a všude si zakládá vlastní opěrné body (tvorba *metastáz*). Komplex buněk, z něhož se svým chováním vyloučila, používá jako hostitele pro svou vlastní výživu. Růst a rozmnožování rakovinných buněk probíhá tak rychle, že jim cévy nestačí přivádět dostatek krve. A tak tyto buňky přecházejí z dýchání kyslíku na primitivnější formu kvašení. Dýchání je společnou záležitostí (výměna), kvašení si může každá buňka obstarat samostatně. Úspěšné šíření rakovinných buněk dospěje ke konci teprve tehdy, až člověka, z něhož si udělaly živnou půdu, doslova stráví. Do tohoto okamžiku je jejich chování úspěšné.

Zůstává otázkou, proč kdysi tak hodná buňka tohle všechno dělá. Její motivace je snadno pochopitelná. Jako poslušný člen mnohobuněčného člověka musela vykonávat pouze předepsanou činnost, nutnou k jeho přežití. Byla jed-



nou z mnoha buněk, která musí vykonávat neatraktivní práci pro „někoho jiného“. Dlouhý čas to také dělala. Jednoho dne však organizmus jako rámec pro její vlastní rozvoj ztratil přitažlivost. Jednobuněčný organismus je svobodný a nezávislý, může dělat co chce, může nekonečným rozmnožováním dosáhnout nesmrtelnosti. Jako člen mnohobuněčného organismu je buňka smrtelná a nesvobodná. Proč nás tedy udivuje, že si vzpomněla na svou někdejší svobodu a zvolila dřívější formu existence, aby dosáhla nesmrtelnosti na vlastní pěst? Podřídila dosavadní společenství svým vlastním zájmům a bezohledným chováním začala uskutečňovat svou svobodu.

Tedy úspěšný postup, jehož chyba se projeví teprve později, až si buňka uvědomí, že strávit svého živitele, obětovat ho znamená i její zánik.

V tom je malý, ale závažný omyl této koncepce dosahování svobody a nesmrtelnosti. Opustíme staré společenství a dojde nám pozdě, že jsme je ještě potřebovali. Nejsme nadšeni, máme-li obětovat svůj život za život rakovinné buňky, ale buňka našeho těla také není nadšena, má-li obětovat svůj život za nás. Rakovinná buňka má stejně dobré argumenty jako my, jenom její hledisko je jiné. Ona i my chceme žít a uskutečňovat své představy o svobodě. Oba jsme připraveni obětovat toho druhého. V příkladu se státem tomu nebylo jinak. Stát chce žít a uskutečňovat své představy, pár jinak smýšlejících občanů také. Stát nejprve zkusí rebely obětovat. Když se mu to nepodaří, revolucionáři obětují stát. Člověk operuje, ozařuje a hubí rakovinné buňky tak dlouho, jak jen může. Nepodaří-li se mu to, buňky obětují člověka. Je to prastarý přírodní konflikt: sežrat, nebo být sežrán. Vidíme sice bezohlednost i krátkozrakost rakovinných buněk, ale vidíme i to, že sami se chováme stejně, pokoušíme-li se přežít podle téhož konceptu?

Tím se dostáváme k tomu, co je klíčem onemocnění rakovinou. Není náhodou, že náš věk trpí právě rakovinou, po-

sedle proti ní bojuje a přitom neúspěšně. (Výzkumy amerického badatele Hardina B. Jonese dokazují, že životní očekávání neléčených pacientů se zdá větší než těch léčených!) Rakovina je obrazem naší doby a našeho kolektivního obrazu světa. Jako rakovinu prožíváme to, čím právě žijeme. Naše století se vyznačuje bezohlednou expanzí a uskutečňováním vlastních zájmů. Lidé se snaží v politickém, hospodářském, „náboženském“ i soukromém životě rozšiřovat své zájmy a cíle bez ohledu na („morfologické“) hranice, vsude zakládat opěrné body svých zájmů (metastázy) a uznávat jen vlastní představy a cíle, přičemž všechny ostatní výhodně získávají do svých služeb (princip cizopasnictví).

Argumentujeme stejně jako rakovinná buňka. Náš růst probíhá tak rychle, že máme potíže se zásobováním. Naše komunikační systémy zahrnují celý svět, špatně se domluvíme jen se sousedem či partnerem. Máme volný čas a nevíme, co si s ním počít. Produkuje a ničíme potraviny, abychom ovlivnili ceny. Pohodlně cestujeme po celém světě, ale neznáme sami sebe. Filozofie naší doby nezná jiný cíl než růst a pokrok. Pracujeme, experimentujeme, badáme - ale proč? Kvůli pokroku! Lidstvo je na výletu bez cíle. Musí si proto klást stále nové cíle, aby se z toho nezbláznilo. Naše krátkozrakost a zaslepenost si s rakovinnou buňkou v ničem nezádá. V zájmu hospodářské expanze jsme po desetiletí používali své životní prostředí jako hostitele a živitele, abychom dnes „s úžasem“ zjišťovali, že jeho smrt bude i naší smrtí. Celý svět využíváme jako živnou půdu: rostliny, zvířata, suroviny... Všechno je tu jen a jen pro nás, abychom se mohli bez omezení rozlézt po celé zemi.

Odkud bereme při takovém chování odvalu a drzost stěžovat si na rakovinu? Je přece jenom zrcadlem - ukazuje nám naše jednání, naše argumenty a také konec naší cesty.

Nad rakovinou není třeba vítězit, stačí ji pochopit, abychom lépe chápali na sami sebe. Jenže kdo má křivá ústa,

nadává na zrcadlo a chce je rozbít. Lidé mají rakovinu proto, že jsou sami rakovinou.

Poskytuje nám značnou šanci odkrýt chyby našeho myšlení a naše omyly. Pokusme se tedy odhalit slabiny onoho konceptu, který společně používáme jako světový názor. Rakovina nakonec ztroskotává na polaritě „já, nebo společenství". Vidí jenom toto „buď-anebo" a rozhoduje se pro vlastní přežití, nezávislé na okolí, a později zjišťuje, že je na něm dále závislá. Chybí jí vědomí větší, objímající jednoty. Vidí ji jenom v rámci vlastních hranic. Toto nepochopení jednoty s ní máme společně. I my se stahujeme do hranic svého vědomí a rozdělujeme se na Já a Ty. Myslíme v „jednotkách", aniž bychom rozpoznali nesmyslnost tohoto pojmu. Jednota je souhrnem všeho bytí a mimo ni už nic není. Rozložíme-li jednotu, dostaneme mnohost, ale ta pořád zůstává složkou jednoty.

Čím více se naše ego ohraničuje, tím více ztrácí cit pro celek, jehož je částí. Podléhá tak iluzi, že může něco dělat *samo, odděleně od ostatního světa*. Ve skutečnosti však žádný zbytek světa neexistuje. To si namlouvá jen naše Já. Do té míry, do jaké se zavíráme ve své ulitě, ztrácíme „religio", zpětnou vazbu na prvotní stav našeho bytí. Ego se pak snaží uspokojit své potřeby a diktuje nám další postup. Našemu Já pak je milé všechno, co slouží dalšímu ohraničení a odlišení, neboť každým potvrzením hranic se cítí důležitějším. Strach má jenom před splynutím se vším, neboť to znamená jeho smrt. S velkými náklady, argumenty a inteligencí ohajuje ego svou existenci a zapřáhá do svých služeb nejušlechtilější úmysly a nejsvatější teorie - jen aby přežilo.

Tak vznikají cíle, které nic neznamenají. Pokrok jako cíl je absurdní, protože nemá žádný konec. Skutečným cílem může být jen změna současného stavu, nikoli pouhé pokračování toho, co tu už beztak bylo. My lidé jsme součástí polaritního světa, co si tedy máme počít s cílem, který je také jenom polaritní? Je-li však cílem „jednota", zname-

ná to totálně jinou kvalitu bytí, než jakou prožíváme v polaritě. Poskytovat člověku, který sedí ve vězení, vyhlídku na jiné vězení, třeba o něco komfortnější, není nijak přitažlivé. Dát mu však svobodu - to je podstatně kvalitnější krok. Cíl, kterému říkáme „jednota", se však dá dosáhnout jen tehdy, obětujeme-li své Já, protože dosud trvá Já, trvá i Ty a naše polarita. „Znovuzrození v duchu" přechází vždy smrt a ta postihuje naše Já. Islámský mystik Rúmi shrnul toto téma grandiózním způsobem v této malé historce:

Jeden muž přišel ke dveřím své milé a zaklepal. Hlas zevnitř se zeptal: „Kdo to je?" „To jsem Já," odpověděl. Hlas řekl: „Pro mě a pro tebe tu není dost místa." A dveře zůstaly zavřeny. Po roce samoty a strádání muž přišel znovu a zaklepal. Hlas se zeptal: „Kdo to je?" „To jsi ty," řekl muž. A dveře se mu otevřely.

Pokud se bude naše Já hnát za nesmrtností, skončíme jako rakovinné buňky. Rakovinná buňka se liší od jiných buněk těla přeceněním svého ega. Buněčné jádro představuje mozek buňky. U rakovinné buňky získává jádro stále na významu, a tím roste i jeho velikost (rakovinu lze diagnostikovat i na základě morfologických změn jádra). Změna jádra odpovídá převaze egocentrického myšlení, jímž se vyznačuje naše doba. Rakovinná buňka hledá věčný život v materiálním rozmnožování a expanzi. Buňka ani člověk ještě nepochopili, že hledají uvnitř hmoty něco, co v ní není - totiž život. Zaměňujeme obsah s formou a snažíme se množением formy získat vytoužený obsah. Ale již Ježíš řekl: „Kdo chce zachovat svůj život, ten jej ztratí."

Všechny staré školy vyžadují k zasvěcení opačnou cestu: obětovat formální aspekt, abychom získali obsah. Jinými slovy: já musím zemřít, abychom se v sobě znovu narodili. Třeba poznamenat, že mluvíme-li o sobě, nemyslíme svoje Já, ale bytí samo o sobě, které je středem nacházejícím se všude. Bytí nemá žádný zvláštní přívlastek, protože zahrnuje všechno existující. Bytí nezná žádné druhé, proto-

že všichni jsou v něm jediném. Takový cíl působí na ego samozřejmě nebezpečně a málo atraktivně. Proto se nesmíme divit, že podniká všemožné pokusy, aby cílem nebylo absolutní sjednocení, ale aby se jím stalo velké, silné, moudré a osvícené ego. Mnozí poutníci ztroskotají jak na cestě ezoteriky, tak náboženství proto, že se snaží dojít k vykoupení se svým Já. Málakdo si umí spočítat, že jeho Já, s nímž se dosud identifikuje, nemůže být nikdy osvíceno ani spaseno.

Velké dílo vždycky znamená oběť našeho Já, smrt našeho ega. Nemůžeme své Já spasit, můžeme se od něj jenom odpoutat a pak bude spaseno. Strach z toho, že už nebudeme, potvrzuje, jak silně se identifikujeme se svým Já a jak málo toho víme o svém skutečném bytí. Právě tu se skrývá možnost řešení problému rakoviny. Teprve když se začneme zbavovat lpění na svém já a svého ohraničení, teprve když se začneme otvírat, začneme se také prožívat jako část veškerenstva a přebírat za ně i odpovědnost. Potom také pochopíme, že jeho prospěch je i naším prospěchem, že část je zajedno s celkem. Tak dostane každá buňka souhrnnou genetickou informaci organizmu - teď by měla pochopit, že je zároveň celkem (*parspro toto*). „Mikrokosmos = makrokosmos," učí nás hermetická filozofie.

Chyby se dopouští naše myšlení rozlišováním Já a Ty. Vzniká tak iluze, že by naše Já mohlo mnohem lépe přežít, kdyby obětovalo Ty a využilo je jako živnou půdu. Ve skutečnosti se náš osud nedá od Já a Ty, ani od části a celku oddělit. Smrt, kterou rakovinná buňka přichystala tělu, se stane i její smrtí, tak jako se zánikem životního prostředí zahyneme i my. Rakovinná buňka věří, že existuje odděleně od vnějšího světa, my podléháme stejné iluzi. Tato víra je smrtelná. Lékem je láska. Láska sceluje, neboť otvírá hranice a vpouští to ostatní, abychom se mohli sjednotit. Kdo miluje, nestaví své Já na první místo, nýbrž žije pro větší celek. Kdo miluje, cítí s milovaným, jako byjím byl on sám. A neplatí to jenom pro člověka. Kdo miluje nějaké zvíře,

nemůže na ně hledět jako producent masných výrobků. Nemáme na mysli žádnou sentimentální pseudolásku, nýbrž onen stav, kdy vědomí opravdu cítí svou spjatost se vším existujícím; nemíníme tím časté chování, kdy své neuvědomělé pocity viny a potlačené agrese kompenzujeme „dobrými skutky" nebo přehnanou „láskou ke zvířatům". Rakovina ukazuje neprožitou lásku, je to láska naruby:

**Láska překonává všechny hranice a překážky.**

**V lásce se spojují a rozplývají všechny protiklady.**

**Láska všechno sjednocuje, rozprostírá se nade vším a před ničím se nezastaví.**

**Láska se nebojí ani smrti, neboť láska je život.**

**Kdo si toto neuvědomuje, ocitá se v nebezpečí, že jeho láska poklesne do tělesnosti a zde se bude snažit realizovat své zákony jako rakovina.**

**I rakovina překonává všechny hranice a překážky. Ruší individualitu orgánů.**

**I rakovina se rozprostírá nade vším a před ničím se nezastaví (metastázy).**

**Ani rakovinná buňka se nebojí smrti.**

Rakovina je láskou ve špatné rovině. Dokonalosti a sjednocení lze dosáhnout jenom ve vědomí, ne uvnitř hmoty, protože hmota je stínem bytí. V pomíjivém světě forem nemůžeme dosáhnout toho, co patří do roviny nepomíjivějšího. Navzdory snahám všech lidí, kteří chtějí napravit svět, nebude svět nikdy bez chorob, bez konfliktů a problémů, bez třenic a hádek. Člověk nikdy nebude zdravý, bez nemoci a smrti, obklopen všeobjímající láskou, protože svět forem žije ze svých hranic. Přesto je možné - každému a vždy - tyto cíle uskutečnit, jestliže prohlédneme pomíjivost světa forem a osvobodíme se ve svém vědomí. V polárním světě láska vážne, v jednotě plyne. Rakovina je symptomem nepochopené lásky. Rakovina má strach pouze z pravé lásky. Symbolem pravé lásky je srdce. Srdce je jediným orgánem, který nebyl rakovinou nikdy napaden!

## 15. AIDS

Od vydání této knihy v roce 1983 se dostal do středu veřejné pozornosti nový symptom a všechno napovídá, že se v něm ještě dlouhou dobu udrží. Čtyři písmena symbolizují mor naší doby: AIDS jako zkratka pro *Acquired Immune Deficiency Syndrome*, což znamená *syndrom získané ztráty imunity*. Materiálním nositelem je virus HIV, mimořádně malý a citlivý virus, který může přežít jen ve velmi specifickém prostředí. Mimo lidský organizmus umírá.

Za přírodní rezervoár tohoto viru jsou považovány jisté druhy opic ve střední Africe. Poprvé byl objeven koncem sedmdesátých let u jednoho narkomana v New Yorku. Užíváním společných jehel se nejprve rozšířil mezi narkomany, potom pronikl do okruhu homosexuálů a sexuálními kontakty byl přenášen dál. Do dneška jsou mezi rizikovými skupinami na prvním místě homosexuálové, protože při praktikovaném análním styku dochází často k poranění citlivé sliznice konečníku. Tím se dostanou napadené spermie do krevního oběhu (sliznice vagíny je ke zranění mnohem méně náchylná).

AIDS se objevil právě ve chvíli, kdy američtí homosexuálové dosáhli legitimacy a zlepšili své sociální postavení. Ačkoli se mezitím zjistilo, že ve střední Africe je AIDS mezi heterosexuály stejně rozšířen, stali se jeho živnou půdou a způsobili jeho rozšíření do Evropy američtí homosexuálové. Sexuální volnost, které jsme v dnešní době dosáhli, je tímto novodobým morem vážně ohrožena. Jedni nad tím nařikají, druzí v tom vidí spravedlivý boží trest. Jisté je to,

že AIDS se stal kolektivním problémem, nehrozí jenom někomu, ale nám všem. Proto jsme soudili my i nakladatel, že připojíme ke knize tuto kapitolu, v níž se pokusíme vysvětlit obsahově i symptomatiku této nemoci.

Při tomto zkoumání jsou nápadné zejména čtyři body.

1. AIDS vede ke zhroucení obranných sil těla, tj. tělo ztrácí schopnost ohraničit se a bránit virům, které přicházejí zvenku. Nenapravitelná slabost imunitního systému způsobuje, že pacient je náchylný k infekcím (a některým druhům rakoviny), které zdravé lidi podstatně neohrožují.
2. Protože inkubační doba viru HIV je velmi dlouhá - mezi napadením a vlastním onemocněním může uplynout řada let - lpí na této nemoci něco velmi hrůzného. Odhlédneme-li od možnosti testování, nevíme, kolik lidí je infikováno a zda jsme mezi nimi. Tím se AIDS stává „neviditelným“ nepřítelem, proti němuž se těžko bojuje.
3. Tím, že AIDS můžeme dostat pouze přenosem a ten je vázán na krev či spermie, přestává být tato nemoc soukromým, osobním problémem, ale dává nám pocítit závislost na ostatních lidech.
4. Konečně je třeba jako hlavní téma jmenovat sexualitu, na niž je přenos hlavně omezen (použité injekční jehly či nakažené krevní konzervy - to je problém relativně jednoduše řešitelný). AIDS tím získal statut „pohlavní nemoci“ a sexualitu zakryl mrak „smrtného strachu“.

Došli jsme k přesvědčení, že AIDS jako kolektivní ohrožení je důsledkem trvání problému, který byl nastolen rakovinou. Rakovina a AIDS mají obsahově mnoho společného, což bychom mohli vyjádřit pojmem „churavá láska“. Ačkoli jsme podstatu našeho výkladu objasňovali na mnohých místech této knihy, chceme se tématu *láska* znovu dotknout. Ve čtvrté kapitole prvního dílu (dobré a zlé) jsme

poznali lásku jako onu instanci, která je jako jediná schopna překonat polaritu a smířit protiklady. Protože protiklady jsou vždy definovány svými hranicemi (dobré-zlé, vnitřní-vnější, já-ty), má láska funkci překračování či přesněji řečeno rušení hranic. Jinak ji definujeme také jako schopnost otevřít se, vypustit jiné, obětovat své Já.

Oběť plynoucí z lásky má bohatou tradici v básnictví, mýtech a náboženství. Naše kultura má příklad v Kristu, který z lásky k lidem přinesl smrtelnou oběť a vydal se cestou všech božích dětí. Mluvíme-li o lásce, míníme tím duchovní proces, žádný tělesný akt. Máme-li na mysli lásku tělesnou, hovoříme o sexualitě.

Všimneme-li si tohoto rozdílu, rychle pochopíme, že v naší době a kultuře nám láska působí velké problémy. Láska míří v první řadě k duši toho druhého, nikoli k jeho tělu, o to jde sexualitě. Obojí má své oprávnění. Nebezpečná je -jako vždy -jen jednostrannost. Život je balancování, vyváženost mezi jin a jang, nahoře a dole, vlevo a vpravo.

Ve vztahu k našemu tématu to znamená, že sexualita musí být vyvážena láskou, jinak sklouzne do jednostrannosti. A každá jednostrannost je „zlá“, tj. neúplná, a proto nemocná.

Už si ani neuvědomujeme, jak silně jsou v dnešní době přečeňovány síly našeho ega, neboť tento způsob individualizace nám už připadá přirozený. Srovnáme jenom to, jaký význam dnes má vlastní jméno v průmyslu, reklamě a umění s tím, jakou roli hrálo třeba v antice, kdy většina umělců zůstávala v anonymitě. Tento vývoj je patrný i v ostatních oblastech života, např. v přechodu od velkých rodin k malým, v nové formě - žít sám. Moderní byt je vnějším výrazem stoupajícího osamocování a izolace.

Moderní člověk se pokouší bránit tomuto vývoji dvěma pomocnými prostředky: *komunikací a sexualitou*. Rozvoj komunikačních médií překonává všechno, co tu dosud bylo: noviny, rozhlas, televize, telefon, počítače atd. - všichni

jsme navzájem elektronicky spojeni a propojeni. Přesto elektronická komunikace problém osamocování neřeší, je příliš nezávazná. Kromě toho vývoj elektronických systémů ukazuje, jak je nemyslné a nemožné se před něčím uzavřít, podržet něco v tajnosti, prosadit požadavky svého ega. (Ochrana výrobního tajemství, dat či autorských práv - to vseje s každým dalším krokem elektroniky stále nesmyslnější a těžší.)

Sexuální svoboda je druhým zaklínadlem. Každý může, smí a chce navázat s někým „kontakt a styk“ - k duchovnímu styku ale přitom nedochází. Nedivme se, že i nové komunikační prostředky se dávají do služeb sexuality, počínaje seznamovacími inzeráty a konče telefonním či počítačovým sexem, což je v USA nejnovější móda. Sexualita slouží uspokojení rozkoše, a to především vlastní. „Partner“ je tu jenom pomocným prostředkem. Nakonec k tomu ani partner není potřeba, stačí telefon, peep-show nebo masturbace.

Láska naproti tomu vyžaduje opravdové setkání s druhým člověkem. Setkání s „tím druhým“ je však vždycky procesem vyvolávajícím strach, neboť se dotýká podstaty vlastního bytí. Setkání s druhým člověkem je pokaždé setkáním s vlastním stínem. Proto je partnerství tak nesnadné. Láska je spíše prací než rozkoší. Láska napadá hranice našeho ega a chce, abychom se otevřeli. Sexualita je pro lásku velkolepým pomocníkem, který umožňuje překonat hranice i v tělesné rovině a prožít jednotu. Jestliže však nejsme schopni lásky a žijeme jen sexualitou, sám sex tuto úlohu nemůže splnit.

Naše doba - jak jsme už řekli - v nejvyšší míře zdůraznila ego a odmítla všechno, co má za cíl překonání polarit. A tak se sveřepě snažíme zdůrazňováním sexuality kaširovat a nahrazovat připravenost k lásce. Naše doba je sexualizovaná, ale bez lásky. Láska se ztrácí ve stínu. Načrtnutý problém postihuje naši dobu a celou západní kulturu, je to problém kolektivní.

Nakonec mimořádně vykrytalizoval mezi homosexuály. Nejde o postžení rozdílu mezi homosexualitou a heterosexualitou, nýbrž výlučně o vývoj v rámci homosexuální komunity, která stále více míří od stálého partnerství s jednou osobu k promiskuitě, takže sexuální kontakt s deseti až dvaceti partnery během jednoho víkendu není žádnou výjimkou.

Čím více se láska odděluje od sexuality a sex sleduje pouze vlastní rozkoš, tím rychleji zevšedňují sexuální podněty. To vede k nikdy nekončící nivelizaci podnětů; sexuální podráždění musí být stále originálnější, nápaditější a rafinovanější, abychom dosáhli vzrušení. Z toho vyplývají i extrémní sexuální praktiky, které degradují partnera na pouhý stimulátor.

Domníváme se, že tento heslovitý úvod stačí k tomu, abychom pochopili soubor příznaků vyznačujících AIDS.

Není-li láska prožita ve vědomí jako duchovní setkání a vyrovnání s jiným člověkem, klesá do stínu a v konečném důsledku do těla. Láska napadá hranice našeho Já a žádá, abychom se otevřeli tomu, co přichází zvenčí. Zhroucení obranného systému při AIDS odpovídá tomuto principu. Tělesná ochrana hájí hranici, která je samozřejmě nutná pro tělesnou existenci, neboť každá forma je podmíněna vytvořením hranice a ega. Pacient prožívá v tělesné rovině lásku, otevřenost, přístupnost, a tím i zranitelnost, což v duchovní rovině ze strachu odmítá.

Tematika AIDS a rakoviny je podobná, což jsme už opsali společným pojmem „churavá láska“. Jistý rozdíl je v tom, že rakovina má „soukromější“ charakter, není přenosná. AIDS nám zase dává na vědomí, že nejsme na světě sami, že izolování je iluzí a ego klamem, že jsme jenom součástí společenství, jen díl většího celku, a proto za něj musíme nést svůj díl zodpovědnosti. Pacient také nával této zodpovědnosti silně pociťuje a musí se rozhodnout, co si s ním počne. AIDS tak konečně nutí k odpovědnosti, ohle-

dům a opatrnosti vůči ostatním - což je téma, které u něj zatím přicházelo zkrátka.

Dále nutí k vyloučení agrese při sexu, neboť teče-li krev, je tu nebezpečí nákazy. Používáním prezervativů se uměle vytváří „hranice“, která byla předtím zrušena. Při neagresivním sexu má pacient šanci naučit se jemnosti a něžnosti a vypořádat se s tématy, jimž se dosud vyhýbal: se slabostí, bezmocností, pasivitou - jinak řečeno - s vlastním citovým světem.

Je nápadné, že všechny oblasti, které jsou při AIDS potlačovány (agrese, krev, bezohlednost...) přísluší mužské polaritě (J<sup>an</sup>gX zatímco témata, která sa vynořují (slabost, bezmocnost, něžnost, jemnost, ohledy...), patří k polaritě ženské (jin). Nijak proto neudivuje, že AIDS dominuje mezi homosexuály, kteří se vyhýbají ženám. (To, že homosexuálové tak rádi přejímají ženské chování, není protimluvem, nýbrž symptomem!)

Nejrizikovějšími skupinami jsou narkomani a homosexuálové proto, že se nejsilněji vyděrují ze společnosti. Jsou to skupiny, které často odmítají či dokonce nenávidí ostatní společnost a odmítání a nenávisť k sobě také přitahují. Při onemocnění se tělo učí opaku nenávisť, zřídka se obrany a rozšiřuje lásku na všechny.

AIDS konfrontuje lidstvo s hluboko ležící oblastí stínu. Je vyslancem „podsvětí“, a to ve dvojím smyslu, neboť vstupní brány, jimiž virus proniká do těla, leží ve spodní části těla. Sám virus jako původce nemoci zůstává dlouho v „temnotě“, neznám a neozorován, až povolná a postupně pronikne do vědomí napadeného a rozpadávajícího se pacienta. Zde si pak vynucuje obrát, metamorfózu. Působí na nás hrozivě, protože útočí ze skrytého, neviditelného a neznámého zázemí. AIDS je jako ten „neviditelný nepřítel“, který už nevyčísitelně zranil Amfortase, krále svatého grálu.

AIDS zaujímá symbolický, ale i časový vztah k ohrožení radioaktivitou. Poté, co se moderní člověk s takovou

vehemencí odvrátil od všeho „neviditelného, nepochopitelného, numinózního a nevědomého“, tlačí se tyto světy, které byly prohlášeny za „neexistující“, zpět. Učí nás prvotnímu děsu, což bývalo dříve úkolem všech démonů, strašidel, zuřících božstev a příšer z říše neviditelna.

Víme, že sexuální síla je opravdu „děsivou“ silou v člověku. Má schopnost svazovat i rozlučovat podle toho, ve které rovině působí. Určitě nestojíme před úkolem sexualitu znovu proklít a potlačit, jistě nás však očekává úloha vyvážit čistě tělesnou sexualitu schopnosti „duchovního kontaktu“, jemuž říkáme láska.

### **Shrňme to:**

Sexualita a láska jsou dva póly téhož tématu, který se nazývá „sloučení protikladů“.

Sexualita se vztahuje k tělesnosti, láska k duši toho druhého.

Sexualita a láska by měly být vyváženy, měly by udržovat rovnováhu.

Psychické setkání (láska) je prožíváno se strachem, protože zpochybňuje hranice našeho Já. Jednostranné zdůraznění sexuality nechává lásku upadnout do stínu. V těchto případech má sexualita tendenci stát se agresivní a zraňující (místo narušení psychických hranic ega jsou napadeny hranicemi těla - teče krev).

AIDS je poslední fázi lásky, která skončila ve stínu. Ruší hranice ega v těle a nechává mu prožít psychicky potlačený strach z lásky.

Tak i smrt je posledním tělesným projevem lásky, neboť představuje konečné odevzdání se rezignací na mimořádnou existenci našeho Já. Smrt je však i začátkem metamorfózy, počátkem další proměny.

## 16. Co dělat?

Po všech těchto úvahách a pokusech, jak se naučit lépe rozumět poselství příznaků, stojí před nemocným kardinální otázka: „Jak mi všechno tohle vědění pomůže uzdravit se? Co mám nyní dělat?“ Odpověď na tyto otázky bude vždycky stejná: „Dívat se!“ Tato výzva se zdá možná banální, jednoduchá a k ničemu. Člověk chce přece proti příznakům nemoci něco podniknout, chce se změnit, touží dělat všechno jinak - co se změní, bude-li se jenom „dívat“? V posedlosti pořád něco měnit leží největší nebezpečí jeho cesty. Ve skutečnosti neexistuje nic, co by bylo třeba měnit - kromě vlastního hlediska. Proto se naše rada omezuje na prosté „dívat se“.

V tomto světě nemůžeme dělat nic víc, než se učit dívat - a to je ovšem velmi těžké. Vývoj spočívá jenom ve změně stanoviska - všechny vnější funkce jsou pak výrazem nového pohledu. Srovnajme například stav vývoje naší technické doby s vývojem ve středověku: naučili jsme se vidět nové možnosti a zákonitosti, jenž ty tu byly aspoň deset tisíc let, jen jsme je neviděli. Rádi si namlouváme, že tvoříme něco nového, a mluvíme hrdě o svých vynálezech. Přitom přehlízíme, že můžeme něco jenom *nalézt*, ne *vynalézt*. Všechny myšlenky a nápady jsou tu potenciálně stále přítomny, potřebujeme pouze jistý čas k jejich integraci.

Opakujeme, že v našem univerzu není třeba nic měnit ani zlepšovat, jen náš pohled. Tím se i ty nejkomplicovanější problémy redukuje na starou radu: *Poznej sám sebe!* Je to bohužel tak těžké, že raději vymýšlíme složité teorie



a systémy, jak změnit ty druhé, okolní svět a jeho poměry. A celkem pochopitelně se rozzlobíme, jestli někdo všechny tyhle krásné snahy smete se stolu a nahradí je jednoduchým pojmem „*sebezpoznaní*“. Pojem je to vskutku jednoduchý, jenom jeho realizace taková není.

Jean Gebser v této souvislosti napsal: „Nutná změna světa a lidstva se nedá docílit pokusy o jejich nápravu; reformátoři dávají přednost boji za lepší svět před potřebou reformovat sami sebe, pěstují obvyklou, ale poněkud smutnou hru, při níž chtějí po jiných, co sami z pohodlnosti nedělají. Zdánlivé úspěchy vedou k tomu, že se dopouštějí zrady nejen na světě, ale i sami na sobě.“ (*Verfall und Teilhabe*.)

Poznat sám sebe znamená vidět se takový, jaký jsem, vidět nejen své úzké Já (jáství, ego), ale celou svou jsoucnost. Já se má k jsoucnosti jako sklenice vody k oceánu. Já postihují nemoci, ve jsoucnosti je zdraví. Cesta spásy je cestou z jáství k jsoucnosti, ze zajetí ke svobodě, z polarity k jednotě a celosti. Upozorní-li mě některý příznak, co mi (kromě jiného) k celosti ještě chybí, musím se naučit to chybějící (chybu) vidět a vědomě se s tím ztotožnit. Náš výklad směřuje právě k tomu, před čím obvykle odvracíme zrak. Jakmile to jednou spatříme, stačí už jen neztratit to z očí a stále pozorněji se dívat. Již samo trvalé a pozorné sledování překonává překážky a dává vyrůst lásce potřebné k tomu, abychom nalezené integrovali. Sledovat stín znamená prosvětlovat jej.

Zcela falešně, nicméně velmi často reaguje člověk tak, že princip odkrytý příznakem co nejrychleji zapudí. Objeví-li například skrytou agresi, zděšeně se ptá: „Jak se jí proboha zbavím?“ Odpověď zní: „Nijak. Buďte rád, že tuje!“ Právě tohle odmítání vytváří stín a způsobuje onemocnění. Zjistit přítomnost agrese uzdravuje. Komu se to zdá příliš nebezpečné, nebere na vědomí, že pohled stranou žádný princip nezazene.

Žádný princip není nebezpečný, nebezpečná je jenom nevyrovnaná síla. Každý princip lze neutralizovat jeho protipólem. Nesmí se však izolovat. Horko samo o sobě může být stejně nebezpečné jako chlad. Izolovaná vlídnost není o nic ušlechtilější než izolovaná přísnost. Klid nastává jenom při rovnováze sil. Podstatný rozdíl mezi „světem“ a „mudrci“ je v tom, že svět se neustále snaží uskutečňovat jen jeden pól, zatímco moudří dávají přednost středu mezi póly. Kdo jednou pochopil, že člověk je mikrokosmem, ztratí postupně strach nacházet všechny principy i v sobě.

Odkryjeme-li v příznaku princip, který nám chybí, postačí si jej zamilovat, neboť tím se to chybějící už realizuje. Kdo však jenom netrpělivě číhá, kdy příznak konečně zmizí, nic nepochopil. Symptom ztělesňuje stínový princip. Souhlasíme-li s principem, těžko můžeme proti příznaku bojovat. V tom je klíč. Tím, že symptom akceptujeme, činíme ho zbytečným. Nemá-li příznak protivníka, ztratí se sám. To vše jsme dokázali pouhým „prohlédnutím“.

Abychom zabránili nedorozumění, ještě jednou zdůrazňujeme, že mluvíme o obsahové rovině onemocnění a v žádném případě nechceme předpisovat chování v rovině funkční. Obsahovým rozbořením příznaků nezakazujeme žádná funkční opatření ani netvrdíme, že jsou zbytečná. Náš přístup k polaritě spočívá v tom, že místo volby „buď-anebo“ dáváme přednost volbě „nejen-nýbrž i“ či při jiné formulaci „právě tak-jako“. Ani my se tedy při zápalu slepého střeva neptáme: „Vyložit tento příznak, nebo operovat?“ Jedno nečiní druhé zbytečným. Výklad nenahradí operaci, ale dají smysl. Sám by také žádný smysl neměl, kdyby už byl pacient mrtev. Naštěstí velká část příznaků není životu nebezpečná, a proto ani funkční opatření nejsou tak naléhavá.

Funkční opatření se v podstatě tématu „vyléčení“ netýkají. K vyléčení může dojít jen ve vědomí. V každém jednotlivém případě je nejdůležitější, zda pacient dokáže být sám k sobě poctivý. Zkušenosti nás nutí ke skepsi, neboť

i ti, kteří celý život pracovali na sebeuvědomění a sebepoznání, dokáží být v jistých bodech zahalení. Zde také leží hranice možností, jaké může tato kniha poskytnout těm, kdož ji chtějí využít ke svému prospěchu. Často je nutné podrobit se náročnějším a hlubším procesům, abychom narazili na to, co jsme zprvu nechtěli vidět. Procesům, které vlastní zaslepenost odstraňují, říkáme *unes, psychoterapie*.

Odmítáme přitom starý předsudek, že psychoterapie je metodou léčení chorobných příznaků a psychicky narušených lidí. Tento názor by mohl mít jistou platnost při metodách přísně orientovaných na symptomy nemoci, určitě však nevyhovuje potřebám hlubinné psychologie orientované transpersonálně. Od éry psychoanalýzy směřuje psychoterapie k sebepoznání a k vyvolání nevědomých obsahů. Z hlediska psychoterapie není žádný člověk tak „zdravý“, aby ji nutně nepotřeboval. Zastánce tvarové terapie Erving Polster řekl: „Terapie je příliš cenná, než aby byla vyhrazena jen pro nemocné.“ My formulujeme tentýž názor trochu tvrději: „Člověk je nemocen sám o sobě.“

Jediné, co nám umožňuje pochopit smysl našeho vtělení (inkarnace), je vlastní uvědomění.

Překvapuje nás, jak málo lidí se stará o jediné důležité téma jejich života. Přitom tolik péče a pozornosti věnují svému tělu, ačkoli je jasné, že se jednoho dne stane potravou červů. Stejně tak budou muset opustit všechno, co získali (rodinu, peníze, dům, slávu). Jediné, co trvá až za hrob, je vědomí - a o to se starají nejméně. Cílem našeho bytí je uvědomění - a jen tomuto cíli slouží celý vesmír.

Ve všech dobách se lidé snažili rozvíjet pomůcky sloužící na těžké cestě k uvědomění a nalezení se. Vzpomeňme na jógu, zen, sufismus, kabal, magii či jiné systémy - metody a cvičení jsou rozličné, cíl je však stejný: zdokonalení a osvobození člověka. Ze západního, vědecky orientovaného světového názoru naší doby se vyvinuly dva nejmladší obory: *psychologie* a *psychoterapie*. Oslepena arogancí

a pýchou mladistvých začátků psychologie přehlédla, že začala zkoumat něco, co už bylo pod jiným jménem dávno a dobře známé. Musela, tak jako všechno nové, projít počátečním vývojem a nabýt jisté zkušenosti, aby si pomalu našla své místo v společném proudu velkých nauk o lidské duši.

Psychoterapeuti nejsou podobným negativním rysem tak zatíženi, protože denní praktické práce koriguje jednostranností podstatně rychleji než teorie opřená o testy a statistiku. A tak jsme svědky slévání myšlenek a metod ze všech kultur, směrů a dob. Dochází k nové syntéze starých a cenných poznatků vedoucích k uvědomění. Nemělo by nás zarmucovat, že při tak vehementních procesech vzniká i nějaký odpad.

Psychoterapie se stává pro mnoho lidí dnešní doby vhodným prostředkem k poznání procesů uvědomění si sebe. Psychoterapie neprodukuje žádné osvícence a nedokáže to ani žádná jiná technika. Cesta vedoucí k cíli je dlouhá a těžká a pro někoho neschůdná. Přece však každý krok, který na ní učiníme, je pokrokem a slouží našemu rozvoji. Na jedné straně bychom neměli možnosti psychoterapie přeceňovat, na druhé bychom pak měli vidět, že dnes představuje jednu z nejlepších metod, jak pěstovat poctivost a uvědomění.

Při hovorech o psychoterapii vycházíme v první řadě z metodické linie, kterou už řadu let sami používáme a které říkáme „*reinkarnační terapie*“. Od prvního publikování tohoto pojmu (1976) v mé knize *Das Erlebnis der Wiedergeburt (Zážitek znovuzrození)*, byl tento termín často přijímán a používán pro nejrůznější psychoterapeutické činnosti, což vedlo k jeho rozostření i k odlehlým asociacím. Chceme proto reinkarnační terapii několika slovy osvětlit, aniž bychom zacházeli do konkrétních podrobností.

Každá představa, kterou si pacient o terapii utvoří, se pro něho stává překážkou. Představa stojí vždy před pravdou a zakrývá výhled. Terapie znamená odvahu k riziku, a tak musí být chápána. Terapie chce vytrhnout člověka

z bojácne strnulosti, z jeho bezpečnostních pojistek, a zapojit ho do procesu přeměn. Proto není možné určovat předem pevné téma, neboť by vzniklo nebezpečí, že se mine s klientovou individualitou. Proto také nechceme poskytovat žádné konkrétní informace - my o reinkarnaci nemluvíme, myji provádíme. Líto je nám jen toho, že toto vakuum je zaplňováno představami, teoriemi a názory těch, kteří o naši terapii nemají nejmenší potuchy.

Z teoretické části knihy by mělo být jasné aspoň to, čím reinkarnační terapie mimo jiné není: nehledáme příčiny jakýchkoli příznaků v minulých životech. Není to prodloužená psychoanalýza ani terapie prvotních výkřiků. Z toho ovšem nevyplývá, že bychom nepoužívali techniky, které již našly uplatnění v jiných terapiích. Naopak, reinkarnační terapie je tak diferencovaným konceptem, že se v ní uplatní mnoho osvědčených technik. Technická výzbroj je však pouze pomůckou dobrého terapeuta, sama terapii nevytváří. Psychoterapie je víc než pouhá technika, proto se nedá tak snadno naučit. Podstatná je představivost. Je velkým omylem, jestliže se někdo domnívá, že stačí přesně napodobit průběh nějakého sezení (procesu), aby dosáhl stejného cíle. Formy jsou sice nositelem obsahu, ale existují i prázdné formy. Psychoterapie -jako každá ezoterická technika - se rychle změní ve frašku, ztratí-li se z forem obsah.

Reinkarnační terapie odvozuje svůj název z faktu, že v ní zaujímá široký prostor uvědomování si a prožívání minulých inkarnací. Protože zacházení s inkarnacemi je pro mnoho lidí příliš spektakulární, přehlížejí, že jejich uvědomování je pro nás pouze technicko-formálním prostředkem, nikoli účelem. Prožití inkarnace není samo o sobě žádnou terapií, tak jako jí nejsou samotné výkřiky. Obojí však může být účinně nasazeno. Nevidíme nakonec nic tak důležitého a napínavého v tom, že se někdo dozví, čím byl dříve, jde jen o to, že v současné době nám nic jiného lépe nepomáhá dosáhnout našeho terapeutického cíle.

Vysvětlili jsme dost podrobně, že problém člověka leží pokaždé v jeho stínu. Setkání s tímto stínem a jeho postupná asimilace jsou také ústředním tématem reinkarnační terapie. Naše technika umožňuje také setkání s velkým, karmickým stínem, který ten biografický o něco přesahuje. Vyrovnat se s ním opravdu není lehké, je to však jediná cesta, která vede k dosažení celistvosti, a tím ke spáse. Nemá smysl dále hovořit o potkávání a prožívání stínu, neboť prožitek hlubších duševních dějů nelze beztoho vyjádřit slovy. Inkarnace prostě umožňují plně prožít a integrovat oblast stínu, což jiné techniky nemohou plně nahradit.

Nepracujeme se vzpomínkami, inkarnace jsou prožívány v přítomnosti. Je to možné proto, že čas mimo naše vědomí neexistuje. Čas je jednou z možností, jak sledovat procesy. Z fyziky víme, že čas se může proměnit v prostor. A prostor je druhou možností, jak sledovat souvislosti. Aplikujeme-li tuto proměnlivost na problém následných inkarnací, změní se následně v souběžné, tj. z časového životního řetězce se stanou současné, prostorově paralelní životy. Prostorová interpretace inkarnací není ani správnější, ani chybnější než časový model. Oba způsoby pozorování jsou legitimním, subjektivním úhlem pohledu lidského vědomí (srovnej s vlnovým a korpuskulárním charakterem světla). Každý pokus o současné prožití času i prostoru proměňuje prostor opět v čas. Jeden příklad: náš prostor je současně zaplněn vlnami nejrůznějších rozhlasových stanic. Chceme-li však kteroukoli stanicí slyšet, nastane ihned následnost. Musíme přijímač postupně naladovat na různé frekvence a přístroj nám postupně umožní poslech zvolených stanic a pořadů. Nahradíme-li rozhlasový přijímač vědomím, dostaneme rezonanční model odpovídajících inkarnací.

V reinkarnační terapii přivedeme klienta k tomu, aby dosavadní frekvenci (identifikaci) přechodně opustil a vytvořil si jiný rezonanční prostor. V tom okamžiku se manifestují jiné inkarnace a myje můžeme prožít se stejným po-

citem reality jako život, s nímž jsem se dosud identifikovali. „Druhý život“ či identifikace existují paralelně a jsou přístupné našemu smyslovému vnímání. „Třetí program“ není o nic vzdálenější než „první“ či „druhý“. V daném okamžiku můžeme sice vnímat jen jeden, ale zato je můžeme libovolně přepínat. Stejným způsobem přepínáme „frekvenci vědomí“ a měníme úhel dopadu i rezonanci.

V reinkarnační terapii si vědomě pohráváme s časem. Nahustíme čas do jednotlivých struktur vědomí - aby se nafoukly a byly dobře viditelné - a pak jej zase vypustíme, aby se ozřejmilo, že všechno patří pouze do kategorií „tady“ a „ted“. Kritikům se leckdy zdá, že reinkarnační terapie se pouze nesmyslně přehrabuje v minulých životech, místo aby ted a tady řešila potřebné problémy. Ve skutečnosti iluzi času překonáváme a konfrontujeme klienty s věčným „ted“ a „tady“. Neznáme jinou terapii, která by tak nekompromisně zbavovala klienty všech projekčních ploch a nutila je převzít za všechno odpovědnost.

Reinkarnační terapie se snaží vyvolat určitý psychologický proces, přičemž je důležitý sám proces, nikoli jeho intelektuální zařazení či interpretování. Proto v závěru této knihy hovoříme o psychoterapii, neboť převládá mylný názor, že léčí psychické příznaky a poruchy. Naopak se málo myslí na její možnosti u čistě somatických symptomů. Z hlediska našich zkušeností je právě psychoterapie jedinou úspěšnou metodou, která je schopna tělesné příznaky opravdu léčit.

Toto tvrzení snad není třeba na konci této knihy obhajovat. Kdo se jednou naučil vidět každý tělesný proces a příznak jako výraz psychologického dění, ten také ví, že jen postupy našeho vědomí dokáží řešit problémy, které se v těle zviditelnily. Proto také neznáme žádné indikace ani kontra-indikace pro psychoterapii. Známe jen osoby, které jsou nemocné a jejich příznaky jim posloužily k uzdravení. Úkolem psychoterapie je pomoci lidem v procesu rozvoje a pro-

měn. Proto se v naší terapii tak silně zaměřujeme na klientovy symptomy, abychom jim pomohli dosáhnout jejich cíle - protože tělo má vždycky pravdu. Školská medicína jedná opačně, spojuje se s pacientem proti symptomům. My stojíme vždy na straně stínu a pomáháme mu vystoupit na světlo. Nevedeme boj proti nemoci a jejím příznakům, pokoušíme se jen využít je jako bod obratu k uzdravení.

Nemoc je naší velkou šancí, vzácným dobrem. Nemoc je osobním učitelem a vůdcem na cestě ke spáse. Nabízejí se různé cesty vedoucí k tomuto cíli, většinou těžké a komplikované, ta nejbližší a nejosobnější však zůstává často nepovšimnuta: nemoc. Je také nejméně náchylná k sebeklamům a iluzím. A tudíž málo oblíbená. Jak v naší terapii, tak v této knize jsme chtěli vytrhnout nemoc z obvyklé úzkého rámce posuzování a ukázat její skutečné vztahy k lidské existenci. Kdo jako my neudělal tento krok do jiného systému vztahů, ten musel špatně rozumět všem našim výpovědím. Kdo naopak pochopil nemoc jako učitele, tomu se otevřel svět nových vyhlídek. Náš přístup k nemoci neudělá život ani jednodušším, ani zdravějším, k tomu musíme mít odvalu podívat se konfliktům a problémům polaritního světa zpřímá do očí. Proto se odvažujeme demontovat iluze tohoto světa nepřátelského konfliktům, neboť vytváří zdání, že je možno dosáhnout pozemského ráje na základě nepoctivosti.

Hermann Hesse řekl: „Problémy tu nejsou proto, abychom je řešili. Jsou to jen póly, mezi nimiž vzniká napětí potřebné pro život.“ Řešení leží mimo polaritu. Abychom se tam však dostali, musíme spojit póly a smířit protiklady. Slučovat protiklady je těžké a dokáže to jenom ten, kdo dobře poznal oba póly. Musí být připraven všechny póly odvážně prožívat a integrovat. *Solve et coagula* říká se ve starých spisech: *uvolňuj & svazuj*. Nejprve musíme rozlišovat a zakoušet dělení, abychom mohli dospět k velkému dílu chymické svatby, ke sloučení protikladů. Nejprve je nám

souzeno ponořit se hluboko do polarity hmotného světa, do tělesnosti, nemocí, hříchů a vin, abychom v nejtemnější noci své duše a v nejhlubším zoufalství zahlédli světlo pravdy, které nám umožní vidět naši cestu utrpením a žalem jako smysluplnou hru, které nám umožní najít se tam, kde jsem vždy byli: v jednotě.

*Poznal jsem dobré i zlé,  
hřích i ctnost, právo i bezprávi,  
soudil jsem a byl jsem souzen;  
prošel jsem narozením i smrtí,  
radostí i utrpením, nebem i peklem;  
a nakonec jsem poznal,  
že jsem obsažen ve všem  
a všechno je obsaženo ve mně.*

Nažrat Inajat Khan

## HESLOVITÝ SEZNAM PSYCHICKÝCH PARALEL K JEDNOTLIVÝM ORGÁNŮM A ČÁSTEM TĚLA

dásně	prvotní důvěra
genitálie	sexualita
játra	oceňování, světový názor, religio
kolena	pokora
končetiny	pohyblivost, flexibilita, aktivita
kosti	pevnost, dodržování norem
krev	životní síla, vitalita
krk	strach
kůže	ohraničení, normy, kontakt, něžnost
ledviny	partnerství
nehty	
na rukou a <b>nohou</b>	agrese
nohy	pochopení, zásadovost, zakořeněnost, pokora
nos	moc, hrdost, sexualita
oči	úsudek
penis	moc
plíce	kontakt, komunikace, svoboda
puchýř	schopnost jednání
srdce	schopnost lásky, emoce
svaly	pohyblivost, flexibilita, aktivita
tenké střevo	zpracování, analýza
tlusté střevo	nevědomí, lakota
ústa	připravenost přijímat
uši	poslušnost

vagina	odevzdanost
vlasy	svoboda, moc
záda	upřímnost
zuby	agrese, vitalita
žaludek	cit, schopnost přijímání
žluč	agrese

## POUŽITÁ LITERATURA K DRUHÉMU ČESKÉMU VYDÁNÍ

Bogun, W.; Straet, N.: *Lexikon ezoteriky. Od astrologie k zenu*. Volvox globator, Praha 2001

*Lexikon východní moudrosti. Buddhismus, hinduismus, taoismus, zen*. Votobia + Victoria Publishing, Olomouc + Praha 1996

Watson, Donald: *Malý lexikon ezoteriky*. Eko-konzult, Bratislava 2001