

NEMOC A ZDRAVÍ

—

TEORIE A PRAKTICKÝ VÝKLAD

OBSAH:

NEMOC A ZDRAVÍ – TEORIE

strana 003	1. NEMOC A SYMPTOMY
strana 007	2. POLARITA A JEDNOTA
strana 015	3. STÍN
strana 019	4. DOBRO A ZLO
strana 024	5. ČLOVĚK JE NEMOCNÝ
strana 025	6. HLEDÁNÍ PŘÍČIN
strana 031	7. METODA PÁTRÁNÍ PO PŘÍČINÁCH

NEMOC A ZDRAVÍ – PRAKTICKÝ VÝKLAD

strana 042	1. INFEKCE <i>(zánět)</i>
strana 048	2. OBRANNÝ SYSTÉM <i>(alergie)</i>
strana 050	3. DÝCHÁNÍ <i>(astma, nachlazení, chřipka)</i>
strana 056	4. TRÁVENÍ <i>(zuby, polykání, nevolnost, zvracení, žaludek, tenké a tlusté střevo, slinivka břišní, játra, žlučník, anorexie)</i>
strana 066	5. SMYSLOVÉ ORGÁNY <i>(oči, uši)</i>
strana 070	6. BOLESTI HLAVY <i>(migréna)</i>
strana 073	7. KŮŽE <i>(vyrážka, svědění)</i>
strana 077	8. LEDVINY <i>(močový měchýř)</i>
strana 083	9. SEXUALITA A TĚHOTENSTVÍ <i>(poruchy menstruace, nepravé těhotenství, porod, kojení, sterilita, menopauza, klimakterium, frigidita, impotence)</i>
strana 089	10. SRDCE A KREVŇÍ OBĚH <i>(nízký a vysoký krevní tlak, křečové žíly, trombóza)</i>
strana 094	11. POHYBOVÉ ÚSTROJÍ A NERVY <i>(postoj, meziobratlové ploténky, ischias, klouby, revmatické choroby, motorické poruchy, strnutí šlje, křeče v prstech, koktání, okusování nehtů)</i>
strana 101	12. NEHODY A ÚRAZY
strana 105	13. PSYCHICKÉ SYMPTOMY <i>(deprese, nespavost, chorobné závislosti)</i>
strana 112	14. NÁDORY (malignomy)
strana 116	15. AIDS
strana 120	16. CO JE TŘEBA DĚLAT?

NEMOC A ZDRAVÍ – TEORIE

1. NEMOC A SYMPTOMY

Na tomto místě se chceme nově vypořádat s problémem nemoci a léčby. Je nám jasné, že tím činíme krok, k němuž se medicína určitě neodhodlá v nejbližší době. Svými úvahami přeskočíme celou řadu kroků, jež čekají na medicínu, a možná teprve jejich hluboké pochopení vytvoří předpoklady zpřítomnit si obsahově koncepci předloženou na těchto stránkách. Proto nemíříme touto koncepcí na všeobecný vývoj medicíny, nýbrž se obracíme na ony jednotlivce, jejichž osobní schopnost vzhledu poněkud předbíhá (trochu těžkopádný) kolektivní vývoj.

Funkční procesy nejsou nikdy smysluplné samy o sobě. Smysl nějaké události vyplyne až z výkladu, který nám umožní pochopit význam. Např. pozorujeme-li zcela izolovaně, jak stoupá sloupec rtuti ve skleněné trubičce, nedává to absolutně smysl; tento děj získá význam, teprve když se vyloží jako výraz změny teploty. Jestliže si lidé přestanou vykládat události tohoto světa a průběh svého vlastního osudu, jejich bytí upadne do bezvýznamnosti a nesmyslnosti. Abychom mohli něco vyložit, potřebujeme vztahový rámec nacházející se mimo rovinu, v níž se manifestuje to, co je třeba vyložit. Procesy tohoto materiálního a formálního světa lze vykládat teprve tehdy, když si vytvoříme metafyzický vztahový systém. Teprve když se viditelný svět forem „stane podobnostním“, získává pro člověka význam a smysl. Tak jako jsou písmeno a číslice formální nositelé v nich ukryté myšlenky, tak všechno viditelné, všechno konkrétní a funkční pouze vyjadřuje nějakou myšlenku, a tím také zprostředkuje neviditelné. Pro zjednodušení můžeme v tomto případě hovořit rovněž o formě a obsahu. Obsah je vyjádřen formou, a tím nabývají formy významu a lze je vyložit. Písmena, jež nám nezprostředkují žádné myšlenky, žádný význam, jsou pro nás nesmyslná, prázdná. Nic by na tom nezměnila ani nejpřesnější analýza těchto znaků. Jasná a každému srozumitelná je tato souvislost také v umění. Hodnota malby se nezakládá na kvalitě plátna a barev, materiální součásti obrazu jsou pouze nositeli a zprostředkovateli ideje vnitřního umělcova obrazu. Plátno a barvy přitom umožňují zviditelnění jinak neviditelného, a jsou tak psychickým výrazem metafyzického obsahu.

Těmito jednoduchými příklady jsme se pokusili vybudovat jakýsi most k porozumění metodě použité na těchto stránkách, jež spočívá v tom, že posuzujeme a vykládáme témata nemoci a léčby. Tím jednoznačně a záměrně opouštíme území „vědecké medicíny“. Nečiníme si nárok na „vědeckost“, protože vycházíme z úplně jiných premis – z čehož také vyplývá, že vědecká argumentace nebo kritika nikdy nemůže postihnout náš způsob nazírání. Opouštíme vědecký rámec záměrně proto, že se omezuje na funkční rovinu, a tím současně znemožňuje zprůhlednit význam a smysl. Tato metoda se neobrací na zaryté racionalisty a materialisty, nýbrž na ty, kteří jsou ochotni kráčet po spletitých stezkách lidského vědomí.

V medicíně a také v lidové mluvě se hovoří o nejrůznějších nemocech. Toto jazykové lajdáctví ukazuje velmi názorně rozšířené nedorozumění, jemuž podléhá pojem **nemoc**. Toto slovo **lze vlastně používat pouze v jednotném čísle** – množné číslo nemoci je stejně nesmyslné, jako kdybychom mluvili o zdravích. **Nemoc a zdraví jsou singulární pojmy, protože se vztahují k určitému stavu člověka, a ne – jak je dnes běžné – na orgány nebo části těla. Tělo není nikdy nemocné, nebo zdravé, protože se v něm pouze vyjadřují informace pocházející z vědomí.** Tělo neučiní nikdy nic samo od sebe, o čemž se může každý přesvědčit na vlastní oči, když se podívá na mrtvolu. Tělo živého člověka vděčí za svou funkci přece právě oněm dvěma nemateriálním instancím, jimž většinou říkáme vědomí (duše) a život (duch). **Vědomí přitom znamená informaci, jež se**

manifestuje v těle a je transponována, aby byla viditelná. Vědomí se vztahuje vůči tělu jako rozhlasový program vůči radiopřijímači. Protože **vědomí představuje nemateriální, samostatnou kvalitu, není přirozeně ani produktem těla, ani není závislé na jeho existenci.**

Ať se děje v těle živé bytosti cokoli, je to výraz příslušné informace, popř. zhuštění příslušného obrazu (obraz se řecky řekne eidos a znamená také myšlenku, ideu). Když srdce tepe v určitém rytmu, když si tělo udržuje stejnou teplotu, když endokrinní žlázy vylučují stejné množství hormonů nebo se tvoří stejné množství antigenů, nelze si tyto funkce vyložit hmotou jako takovou, nýbrž jako celkově závislé na příslušné informaci, jež vychází z vědomí. **Jestliže různé tělesné funkce pracují v jisté součinnosti, vzniká struktura, kterou pocítujeme jako harmonickou, a které proto říkáme zdraví. Pokud jedna funkce selže, ohrozí víceméně celkovou harmonii a mluvíme o nemoci. Nemoc tedy znamená ztrátu harmonie, popř. zpochybnění dosud vyváženého řádu (později uvidíme, že nemoc je – z jiného úhlu pohledu – vlastně nastolení rovnováhy). K narušení harmonie dochází ale ve vědomí v rovině informace a projevuje se pouze v těle. Tělo je tak zobrazovací nebo realizační rovina vědomí a tedy i všech procesů a změn, jež probíhají ve vědomí. Tak jako je celý materiální svět jen jeviště, na němž nabývá podoby hra praobrazů, a stává se tak podobenstvím, je obdobně materiální tělo scéna, kde se naléhavě snaží vyjádřit obrazy vědomí.** Jestliže se tedy nějaký člověk ocitne ve svém vědomí v nerovnováze, zjeví a prožívá se to v jeho těle jako symptom. **Proto je zavádějící tvrdit, že nemocné je tělo – nemocný může být vždy jen člověk – nicméně tato nemoc se projevuje v těle jako symptom. (Uvádí-li se v divadle tragédie, není tragické jeviště, ale hra samotná!)**

Symptomů je mnoho – všechny ale vyjadřují jeden a týž děj, jemuž říkáme nemoc a jenž se vždy odehrává ve vědomí člověka. Tak jako nemůže tělo žít bez vědomí, nemůže bez něj ani „onemocnět“. Na tomto místě bychom asi měli také poznamenat, že nepřejímáme dnes běžné dělení na somatické, psychosomatické, psychické a mentální choroby. Tato koncepce spíše ztěžuje pochopení nemoci, než aby je usnadňovala.

Náš způsob nazírání odpovídá přibližně psychosomatickému modelu, avšak s tím rozdílem, že uplatňujeme tento pohled na všechny symptomy a nepřipouštíme žádné výjimky. Rozlišování „somatický/psychický“ lze v nejlepším případě vztáhnout na rovinu, na níž se manifestuje symptom – nedá se však použít, chceme-li nemoc lokalizovat. Starobylý výraz choroby ducha je naprosto zavádějící, protože duch nemůže nikdy onemocnět. U této skupiny se spíše jedná výhradně o symptomy, jež se projevují v psychické rovině, tedy ve vědomí člověka.

Pokusíme se zde vytvořit jednotný obraz nemoci, v němž se rozlišení „somatický/psychický“ vztahuje v nejlepším případě na dominantní výrazovou rovinu symptomu.

Pojmovým rozlišením mezi nemocí (rovina vědomí) a symptomem (rovina těla) se naše nazírání nutně vzdaluje od dnes běžné analýzy tělesných procesů a směřuje k posuzování psychické roviny, jež není zatím v této souvislosti rozhodně obvyklé. Počínáme si tak jako kritik, který se nesnaží zlepšit mizernou divadelní hru analýzou ani návrhem na výměnu kulís, rekvizit a herců, nýbrž posuzuje kus jako takový.

Projeví-li se v lidském těle nějaký symptom, vzbudí (větší či menší) pozornost a často náhle přeruší dosavadní kontinuitu životní cesty. Symptom je signál, který na sebe upoutá pozornost, zájem a energii, a tím zpochybní obvyklý souběh. Symptom si vynutí, abychom se mu věnovali – ať chceme nebo ne. Pocítujeme jej jako poruchu přicházející zvnějšku, a proto máme většinou pouze jeden cíl: Odstranit rušivý prvek (poruchu). Nechceme se dát rušit – a začneme proti symptomu bojovat. Každý protivník nás ale také

zaměstná, upoutá naši pozornost – a tak symptom vždy dosáhne toho, abychom se jím zaobírali.

Od dob Hippokratových se školní medicína snaží nemocným namluvit, že symptom je více či méně náhodná událost, jejíž příčinu je třeba hledat ve funkčních procesech, které také usilovně zkoumá. Školní medicína se důsledně vyhýbá výkladu symptomu, a tím upírá symptomu jako nemoci význam. Potom ale signál ztrácí svou vlastní funkci – ze symptomů se stávají bezvýznamné signály.

Použijme pro větší názornost tento příklad: v automobilu jsou na ovládacím panelu různé kontrolky, které se rozsvítí jen tehdy, když řádně nepracuje nějaká důležitá funkce. Pokud se rozžehne taková lampička během jízdy, rozhodně nás to nepotěší. Považujeme tento signál za výzvu, abychom zastavili. Přestože jsme pochopitelně znepokojeni, zachovali bychom se pošetile, kdybychom se zlobili na kontrolku; koneckonců nás informuje o tom, co se děje. My bychom si poruchy zřejmě nevšimli tak brzy, protože k ní došlo v oblasti, do které „nevidíme“. Bereme tedy rozsvícení kontrolky jako podnět, abychom zavolali mechanika. Jde nám o to, aby zasáhl a kontrolka přestala svítit a my mohli klidně pokračovat v jízdě. Určitě by nás ale rozčililo, kdyby se mechanik rozhodl odstranit závadu tím, že by vyšrouboval žárovku. Kontrolka by jistě přestala svítit – a to jsme vlastně také chtěli – nicméně bychom správně tušili, že je to příliš povrchní řešení. Případá nám smyslupnější opravit závadu, jež způsobila, že se rozsvítila kontrolka, než vyjmout žárovku. V tom případě je ale třeba odhlédnout od lampičky, zaměřit se na pozadí a zjistit, co vlastně není v pořádku. Rozsvícená kontrolka nás přece chtěla na něco upozornit a přimět nás, abychom se zamysleli.

Co byla v předchozím příkladu kontrolka, je v našem případě symptom. Ať už se projeví v našem těle jako symptom cokoli, jde o zviditelnění skrytého procesu, jež má signalizací přerušit naši dosavadní cestu, poukázat na to, že něco není v pořádku, a přimět nás, abychom se pídili po tom, co se děje. Také v tomto případě je hloupé zlobit se na symptom a naprosto absurdní pak je chtít jej zneškodnit tím, že mu znemožníme, aby se projevil. Symptomu se nesmí bránit, nýbrž je třeba zajistit, aby se stal zbytečným. K tomu je ovšem zapotřebí, abychom od něj odhlédli a podívali se hlouběji, chceme-li se naučit chápat, co nám symptom sděluje.

Problém školní medicíny však spočívá právě v tom, že není schopna učinit tento krok – je až příliš fascinována symptomy. Proto klade rovnítka mezi symptom a nemoc, nedokáže tedy rozlišit od sebe formu a obsah. Nákladně a technicky velmi dovedně ošetřuje orgány a části těla – nikdy ale neléčí nemocného člověka. Usiluje o to, aby jednou zamezila výskytu všech symptomů, aniž se ptá, zda je tato koncepce vůbec možná a smysluplná. Je úžasné, jak málo je realita schopna přibrzdit euforickou honbu za tímto cílem. Koneckonců počet nemocných neklesl ani o zlomek jednoho jediného procenta od doby, kdy nastoupila takzvaná moderní, vědecká medicína. Pacientů je odnepaměti prakticky stejné množství – změnily se jen symptomy. Tuto nemilou skutečnost se pokouší školní medicína zamlžit statistikami, které se vztahují pouze na určité skupiny symptomů. Takto např. pyšně ohlašuje vítězství nad infekčními chorobami, aniž současně uvede, které jiné symptomy získaly v tomto časovém úseku na významu a četnosti.

Poctivé je, když se místo symptomů posuzuje „nemocnost jako taková“ – a ta dosud nepoklesla a dozajista nepoklesne ani v budoucnu, neboť nemoc je v lidském bytí zakořeněna stejně hluboko jako smrt a nenechá se sprovodit ze světa několika málo neškodnými triky zaměřenými na funkčnost organismu. Kdybychom pochopili nemoc a smrt v celé jejich velikosti a důstojnosti, mohli bychom na tomto pozadí vidět, jak směšné jsou naše troufalé snahy zvítězit nad nimi vlastními silami. Před deziluzí se lze přirozeně chránit tím, že nemoc a smrt argumentačně degradujeme na pouhou funkci, abychom mohli dál věřit ve vlastní velikost a moc.

Shrňme to ještě jednou: nemoc je stav, který značí, že vědomí člověka není v pořádku, popř. v něm nevládne harmonie. Tato ztráta vnitřní rovnováhy se v těle projevuje jako symptom. Symptom je signál a nosič informace, neboť svou manifestací přeruší dosavadní tok našeho života a donutí nás, abychom mu věnovali pozornost. Symptom nám signalizuje, že jsme nemocní jako člověk, jako duševní bytost, tzn. že jsme přišli o rovnováhu vnitřních sil. Symptom nás informuje o tom, že nám cosi schází. „Co vám schází?“ ptali se dříve lékaři pacienta – ten jim ale vždy odpovídal, že ho „něco bolí“. Dnes už se lékaři ptají: „Co je vám?“ Bližším srovnáním těchto dvou polaritních otázek lze dojít k zajímavým závěrům. Obě se týkají nemocného. Nemocnému něco chybí, a to v jeho vědomí – kdyby mu nic nechybělo, byl by přece zdravý, tedy celý a dokonalý. Když mu však k tomu cosi schází, pak je ne-zdravý, nemocný. Tato nemoc se projeví v jeho těle jako symptom, tedy mu něco je, něco „má“. A tak když něco má, vyjadřuje to zároveň, že mu něco chybí: Schází mu vědomost, zato má symptom.

Když člověk pochopí rozdíl mezi nemocí a symptomem, rázem se mění jeho základní postoj vůči nemoci i způsob, jakým s ní zachází. Už nepovažuje symptom za velkého nepřítele a neusiluje o jeho zneškodnění a zničení, nýbrž v něm spatřuje partnera, který mu je schopen pomoci najít ono chybějící, a tak překonat vlastní nemoc. Symptom se tak stává jakýmsi učitelem, který nám pomáhá starat se o vlastní vývoj a uvědomění a který umí také být velmi přísný a tvrdý, když nedbáme tohoto zákona, jenž je pro nás nejvyšší. Nemoc zná jen jeden cíl: uzdravit nás.

Symptom nám může sdělit, co nám na této cestě ještě schází – to však předpokládá, že rozumíme řeči symptomů. Úkolem těchto stránek je znovu vás naučit řeči symptomů. Říkáme znovu naučit, neboť tato řeč existuje odpradáвна a není třeba ji vynalézat, nýbrž pouze znovu nalézt. Veškerá naše řeč je psychosomatická, zná tedy souvislosti těla a psýchy. Když se znovu naučíme zaposlouchat do dvojznačnosti naší řeči, velmi brzy uslyšíme promlouvat své symptomy a také jim rozumět. Symptomy nám sdělují mnohem důležitější věci než naši bližní, neboť jde o intimnější partnery. Patří jen a jen nám a jako jediní partneři nás také skutečně znají.

Poctivost, kterou se vyznačuje tento vztah, se však dá občas jen stěží unést. Ani náš nejlepší přítel by se nikdy neodvážil povědět nám do očí tak nepřikrášleně a upřímně celou pravdu, jak to vždy dokážou symptomy. Není tedy divu, že jsme se odnaučili jejich řeči, neboť nepoctivě se žije snáz! Jenže symptomy jednoduše nezmizí, i když je nebudete poslouchat ani chápat. Svým způsobem, se jimi zabýváme neustále. Když se odvážíme jim naslouchat a komunikovat s nimi, stanou se z nich neúplatní učitelé na cestě ke skutečnému vyléčení. Říkají-li nám symptomy, co nám vlastně schází, jestliže náš seznamují s tématem, které musíme ještě vědomě integrovat, poskytují nám šanci dosáhnout učením a uvědoměním toho, aby se staly samy o sobě zbytečnými.

V tom také tkví rozdíl mezi potíráním nemoci a transmutací nemoci. **K vyléčení dochází výhradně transmutací nemoci, nikdy nenastává potřením symptomu, neboť se předpokládá, že vyléčený člověk je zdravější, ve smyslu úplnější, dokonalejší. Vyléčení vždy znamená přiblížit se k uzdravení, k oné úplnosti vědomí, již se také říká osvícení. Vyléčit se dá přidáním chybějícího, a to nelze provést bez rozšíření vědomí. Nemoc a vyléčení jsou spřažené pojmy, jež se vztahují pouze k vědomí a nelze je použít v souvislosti s tělem – tělo nemůže být nemocné ani zdravé. Mohou se v něm jen zrcadlit příslušné stavy vědomí.**

Už jen v tomto bodě lze případně kritizovat školní medicínu. Ta hovoří o léčbě, aniž věnuje pozornost té rovině, na níž lze jako na jediné léčit. Není naším záměrem kritizovat postup medicíny jako takový, dokud se s ním nespojuje nárok na vyléčení. Medicínské jednání se omezuje na čistě funkční opatření, a ta sama o sobě nejsou ani dobrá, ani

špatná, jde ale pouze o možné zásahy na materiální úrovni. Na této úrovni je medicína zčásti až úžasně dobrá; zatracovat její metody bez ohledu na jednotlivosti lze v nejlepším případě, pokud se dotýkají nás samých, nikdy ale ne, když jde o druhé. Skrývá se za tím totiž problém, do jaké míry je člověk ochoten pokusit se změnit svět funkčními opatřeními, nebo už sám pro sebe odhalil iluzornost takového postupu. Kdo prohlédl tuto hru, už ji nemusí bezpodmínečně hrát (...třebaže ani to nelze vylučovat), nemá ovšem právo upírat ostatním, aby se jí účastnili, jen proto, že to nemá už zapotřebí – vždyť člověk se dostane dál i tehdy, když se vypořádá s nějakou iluzí!

Nejde nám tedy ani tak o to, co člověk dělá, jako spíše o to, aby věděl, co dělá. Kdo dosud chápe naše stanovisko, na tomto místě zjistí, že se naše kritika samozřejmě vztahuje jak na školní medicínu, tak na přírodní léčitelství, neboť i to se snaží „léčit“ funkčními opatřeními, tedy potírat nemoc, a hlásá zdravý život. Přírodní léčitelství se tedy řídí stejnou filosofií jako školní medicína, jeho metody jsou jen poněkud neškodnější a přirozenější. (Jinou filosofii má homeopatie, ta však nepatří ani do školní medicíny, ani do přírodního léčitelství.)

Cesta člověka je cesta z nezdraví ke zdraví, ze zla ke spáse – z nemoci k vyléčení a zasvěcení. **Nemoc není náhodné, a proto nemilé přerušení cesty, nýbrž cesta sama, po níž člověk kráčí vstříc vyléčení.** Čím vědoměji vnímáme tuto cestu, tím lépe může splnit svůj účel. Nemáme v úmyslu s nemocí bojovat, nýbrž jí využít; abychom to ale dokázali, musíme přidat do kroku.

2. POLARITA A JEDNOTA

Cítíme potřebu pojednat zde o tématu polarity. Pochopení polarity je nezbytný předpoklad pro pochopení všech dalších myšlenkových pochodů. Koneckonců polaritou se nelze nikdy zabývat v dostatečné míře, vždyť je to ústřední problém našeho bytí.

Když člověk řekne já, už tím se vymezuje vůči všemu, co pociťuje jako ne-já, jako ty. A stává se tak zajatcem polarity. Jeho já ho poutá ke světu protikladů, které se štěpí nejen na já a ty, nýbrž také na uvnitř a vně, na muže a ženu, na dobro a zlo, na správné a špatné atd. Ego člověku znemožňuje vnímat, rozlišit nebo si i jen představit v nějaké formě jednotu nebo celek. Vědomí rozštěpí a rozloží všechno do protikladných dvojic, které prožíváme jako konflikt, jestliže nás vyzvou. Nutí nás rozlišovat a posléze rozhodovat. Náš rozum nedělá nic jiného, než že rozkládá skutečnost do stále menších částí (analýza) a rozlišuje mezi nimi (selekce). Tak říkáme ano něčemu a současně ne jeho protikladu – neboť „protiklady se jak známo vylučují“. Přesto každým ne, každým vyloučením, utvrzujeme své nezdraví, neboť by nám vlastně nemělo nic chybět, abychom byli zdraví. Možná už z toho se dá vytušit, jak úzce je téma nemoc-vyléčení spojeno s polaritou. Lze to vyjádřit ještě jasněji: **Nemoc je polarita, vyléčení je překonání polarity.**

Za polaritou, kterou nalézáme, stojí jednota, ona všezahrnující jednota, v níž spočívají zatím ještě nerozlišené protiklady. Této oblasti bytí také říkáme všehomír, který zahrnuje vše, tudíž nemůže existovat nic mimo tuto jednotu, tento vesmír. V jednotě není ani změna, ani proměna nebo vývoj, neboť jednota nepodléhá času ani prostoru. Všejednota se nachází ve věčném klidu; je to čiré bytí, bez formy a bez aktivity. Je docela zarážející, že všechny charakteristiky jednoty je třeba formulovat negativně: bez času, bez prostoru, beze změny, bez hranice. To je, jako bychom ji popírali.

Každé pozitivní tvrzení pochází z našeho rozštěpeného světa, a proto je nelze použít v souvislosti s jednotou. Z pohledu našeho polaritního vědomí se tedy jednota jeví jako nicota. Tento výrok je správný, přesto v nás často vyvolává chybné asociace. Především obyvatelé západního světa reagují většinou zklamáním, když se dozvědí, že např. žádoucí stav vědomí v buddhistické filosofii „nirvána“ značí tolik co nicota (doslova

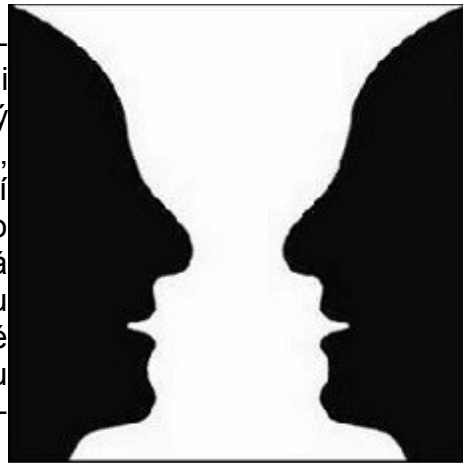
„zhasnutí“). **Ego člověka chce vždy něco, co leží mimo ně, a jen velmi neochotně chápe, že musí pouze zhasnout, aby se mohlo sjednotit se vším.** V jednotě splývá dohromady vše a nic. Nicota rezignuje na jakoukoli manifestaci, na jakékoli vymezení a tím se vymyká polaritě. Prapůvodem všeho bytí je nic (kabalistické ain sof, čínské tao, indiánské netineti). Je to jediné, co skutečně existuje, bez začátku a bez konce, od jedné věčnosti k druhé.

Na tuto jednotu můžeme poukázat, ale nedovedeme si ji představit. Jednota je polarita vůči polaritě, a proto nutí k zamyšlení – ano, člověk ji může do jisté míry dokonce vnímat a prožít, když si určitými cvičeními anebo meditačními technikami osvojí schopnost alespoň krátkodobě sjednotit polaritu svého vědomí. Ta se však pokaždé vzepře slovnímu popisu nebo myšlenkové analýze, neboť naše myšlení právě předpokládá polaritu. Není možné poznání bez polarity, bez rozštěpení na subjekt a objekt, na poznávajícího a poznávané. V jednotě není poznání, jen bytí. V jednotě přestává všechna touha, všechno chtění a snažení, všechen pohyb – neboť neexistuje žádný vnějšek, po němž by se dalo toužit. Stará paradoxie tvrdí, že jen v nicotě lze nalézt mnohost.

Nyní se věnujme opět oblasti, kterou můžeme s jistotou přímo prožít. **My všichni máme polaritní vědomí, jež zajišťuje, že se nám svět jeví polaritně. Je důležité si přiznat, že polaritní není svět, nýbrž naše vědomí, skrze něž prožíváme svět.** Podívejme se na zákony polarity na jednom konkrétním příkladu, jako je dýchání, jež člověku zprostředkuje základní zkušenost polarity. Vdechy a výdechy se pravidelně střídají a vytvářejí určitý rytmus. Rytmus však není nic jiného než neustálé střídání dvou pólů. Rytmus je základní vzorec všeho života. Totéž má na mysli fyzika, když tvrdí, že se všechny jevy dají zredukovat na kmity. Porušíme-li rytmus, zničíme život, neboť život je rytmus. Kdo odmítá vydechnout, nemůže se ani nadechnout. Z toho vidíme, že vdech žije z výdechu a není schopen existovat bez svého protipólu. Existence jednoho pólu závisí na existenci druhého. Odstraníme-li jeden pól, zmizí i druhý. Elektřina vzniká z napětí mezi dvěma póly – když jeden odstraníme, zcela zanikne elektrický proud.

Vezměme si starou známou obrazovou hádanku, na níž si každý může sám zpřítomnit problém polarity. Polarita zde znamená popředí/pozadí, nebo konkrétně obličej/váza. Který z těchto obrazců vnímám, záleží na tom, zda si jako pozadí určím bílou, nebo černou plochu. Pokud si vykládám jako pozadí černou plochu, vystoupí do popředí bílá plocha a vidím vázu. Tento vjem převrátím, když stanovím jako pozadí bílou plochu, neboť potom vnímám jako popředí černou plochu a ukážou se mi profily dvou tváří. U této optické hříčky nám jde o přesné pozorování toho, co se v nás stane, když se dá převrátit a střídát vnímání. Oba obrazce, váza a obličej, vytvářejí jednotu, nutí však pozorovatele k rozhodnutí ve smyslu „buď, anebo“. Buď vidíme vázu, anebo obličej. V nejlepší případě můžeme vnímat oba aspekty tohoto obrazu postupně, je však nesmírně obtížné vidět je oba najednou.

Tato optická hříčka skvěle pomáhá pochopit polaritu. Černý pól závisí na bílém a obráceně. Odstraníme-li jeden pól (je jedno, zda černý, nebo bílý), ztratí se celý obraz s oběma svými aspekty. Také zde žije černá z bílé, popř. popředí z pozadí. Je to stejné jako u nadechování a vydechování nebo u elektrického proudu protékajícího z kladného k zápornému pólu. Tato hluboká vzájemná závislost dvou protikladů nám ukazuje, že za každou polaritou se zjevně nachází jednotu, kterou však my lidé nedokážeme vědomě rozeznat a vnímat jen jako jednotu v současnosti. Jsme tak nuceni rozkládat každou skutečnou jednotu do dvou pólů a pozorovat je postupně.



V tomto procesu se ostatně také rodí čas, onen šalebník, který vděčí za svou existenci rovněž pouze polaritě našeho vědomí. Polaritě se tak vyjevují pouze jako dva aspekty téže skutečné jednoty, jež můžeme pozorovat jen posloupně. Záleží tedy na našem stanovišti, kterou z obou stran medaile či mince momentálně uvidíme. Pouze povrchnímu pozorovateli připadají polaritě jako protiklady, jež se vzájemně vylučují – při bližším pohledu se ukazuje, že polaritě spolu tvoří jednotu a jsou na sobě závislé svou existencí. Věda došla k této základní zkušenosti poprvé, když zkoumala světlo.

Existovaly dva protichůdné názory na povahu světelných paprsků: Jeden zformuloval vlnovou teorii, druhý částicovou – obě teorie se vzájemně zdánlivě vylučují. Jestliže se světlo skládá z vln, nemůže sestávat z částic a obráceně – je to buď, anebo. Mezitím se zjistilo, že ono „buď, anebo“ bylo chybné. Světlo, to jsou jak vlny, tak také částice. Tato věta by se dala dokonce vyjádřit i negativně: světlo nejsou ani vlny, ani částice. Světlo existuje ve své jednotě – a jako takové je není schopno zachytit polaritní lidské vědomí. Toto světlo se zjevuje pozorovateli jednou jako vlna, podruhé jako částice a záleží na tom, z které strany se k němu pozorovatel blíží.

Polaritu si lze představit jako dveře, které mají na jedné straně napsáno vchod a na druhé východ – pořád, ale to jsou pouze jedny dveře, my vidíme vždy jen jeden aspekt jejich bytí podle toho, z které strany se k nim blížíme. Právě touto nutností rozkládat jednotu na aspekty, jež musíme posléze pozorovat po sobě, vzniká čas, neboť současnost bytí se mění v následnost, teprve když pozorujeme polaritním vědomím. Stejně jako za polaritou stojí jednotu, tak za časem stojí věčnost. U pojmu věčnost bychom měli uvážit, že znamená v metafyzickém smyslu nečasovost, a ne – jak to mylně pochopila křesťanská teologie – dlouhé, nekonečné časové kontinuum.

Lidské vědomí nachází své tělesné vyjádření v mozku, přičemž typicky lidská rozlišovací a posuzovací schopnost se přiřazuje k velké kůře mozkové. Není divu, že polarita lidského vědomí se objevuje v anatomii velkého mozku jako signatura. Jak známo, velký mozek se člení na dvě hemisféry, jež jsou propojeny takzvaným spojovacím můstkem (corpus callosum). Medicína se v minulosti pokoušela čelit různým symptomům jako např. epilepsii, nebo nesnesitelným bolestem tím, že se tento můstek chirurgickým zásahem prořízl, a tím se přerušily všechny nervové dráhy mezi oběma hemisférami (commisurotomie).

Ačkoli se zdá, že jde o rozsáhlý zákrok, nedochází po něm prakticky k žádným významným výpadkům. Tím se přišlo na to, že obě hemisféry jsou zjevně dva vpravdě samostatné mozky a mohou pracovat i nezávisle na sobě. Když však byli pacienti, jimž byly odděleny obě poloviny mozku, podrobeni důkladnějším testům, ukazovalo se stále zřetelněji, že se obě hemisféry velmi liší co do charakteru a kompetence. Víme přece, že se nervové dráhy kříží laterálně (stranově), a proto je pravá polovina lidského těla inervována (spojena nervovými vlákny) levou polovinou mozku a levá polovina těla pravou hemisférou. Když zavážeme pacientovi s chirurgicky oddělenými hemisférami oči a dáme mu např. do levé ruky vývrtku, nedokáže tento předmět určit, tzn. není schopen nalézt jméno přínaležející předmětu, kterého se dotýká. Naproti tomu ho ale umí bez problémů použít. Situace se obrátí, když mu dáme vývrtku do pravé ruky. Ví přesně, jak se jmenuje, ale neumí ji patřičným způsobem použít.

Stejně jako ruce, také uši a oči jsou spojeny vždy s kontralaterální polovinou mozku. Při jiném pokusu byly jedné pacientce s chirurgicky oddělenými hemisférami ukazovány různé geometrické obrazce, když měla zakryté tu levé, tu pravé oko. V jedné chvíli byl do zorného pole levého oka promítnut akt tak, aby jej vnímala pouze pravá polovina mozku. Pacientka nejprve zrudla a zachichotala se, pak ale na otázku experimentátora co viděla, odpověděla: „Nic, jen nějaký záblesk.“ A usmívala se dál. Obrázek zachycený pravou hemisférou tedy sice vyvolává reakci, nelze ho ale vnímat ani formulovat v mysli nebo

slovně. Přivádí-li se pachy pouze do levé nosní dírky, dochází sice k příslušné reakci, pacient však není schopen určit konkrétní pach. Ukážeme-li příslušnému pacientovi např. slovo „fotbal“ tak, aby viděl levým okem „fo“ a pravým okem „bal“, přečte pouze „bal“, protože pravá polovina mozku nedokáže slovně analyzovat první část slova „fo“.

Tyto experimenty se v nedávné době propracovávaly a vyladřovaly stále víc a vedly k poznatkům, jež by se daly shrnout přibližně takto: obě poloviny mozku se zřetelně odlišují jak co do funkčnosti, tak co do výkonnosti a každá má své zvláštní kompetence. Levá polovina by se dala nazvat „verbální hemisféra“, neboť odpovídá za logiku a strukturu řeči, za čtení a psaní. Analyticky a racionálně rozšifrovává všechny podněty tohoto světa, myslí tedy digitálně. Levá polovina má tedy na starosti rovněž čísla a počítání a dále ještě vnímání času.

Všechny protilehlé schopnosti nacházíme v pravé polovině mozku: místo analýzy zde sídlí schopnost celostně zaznamenávat komplexní souvislosti, vzorce a struktury. Tato polovina mozku umožňuje pochopit celek na základě malé části. Pravé hemisféře zjevně vděčíme také za schopnost zachycovat a vytvářet pojmy logických množin (nadřazené pojmy, abstrakce), které ve skutečnosti neexistují. V pravé polovině mozku nacházíme pouze archaické jazykové formy, jež se spíše než syntaxí řídí zvukovými obrazy a asociacemi. Poměrně dobrou ukázkou řeči pravé hemisféry nám poskytuje jak lyrika, tak také jazyk schizofreniků. V pravé polovině mozku sídlí také analogické myšlení a práce se symboly. Tato polovina odpovídá za obrazovou a snovou oblast duše a nepodléhá pojetí času levé hemisféry.

Podle činnosti, kterou člověk právě vykonává, je dominantní vždy jedna z hemisfér. Logické myšlení, čtení, psaní a počítání si tedy vynucuje dominanci levé hemisféry, zatímco poslech hudby, sny, imaginace a meditace vyžadují nadvládu pravé hemisféry. I přes střídavou dominanci vždy jedné hemisféry má zdravý člověk kdykoli k dispozici informace ze subdominantní poloviny mozku, protože přes „můstek“ probíhá čilá výměna informací. Polaritní specializace obou hemisfér se ale přesně shoduje s prastarými esoterickými učenými o polaritě. V taoismu byly nazvány oba prapřincipy jang (mužský) a jin (ženský), do nichž se štěpila jednota tao. V hermetické tradici byla vyjádřena tatáž polarita symboly „Slunce“ (mužský) a „Měsíc“ (ženský). Čínský jang, popř. Slunce jsou symboly aktivního, pozitivního, mužského principu, jenž v psychologické oblasti odpovídá přibližně dennímu vědomí. Jin nebo Měsíc zahrnuje negativní, ženský, přijímající princip a odpovídá lidskému nevědomí.

Tyto klasické polarity se nechají snadno převést také na výsledky výzkumu mozku. Levá hemisféra pak je jang, mužská, aktivní, vědomá a odpovídá symbolu Slunce, a tedy denní straně v člověku. Inervuje přece také pravou, tzn. aktivní, mužskou stranu těla. Pravá hemisféra je jin, negativní, ženská. Odpovídá měsíčnímu principu, popř. noční straně neboli nevědomí v člověku a podle toho inervuje levou stranu těla.

Lze si snadno domyslet, jak nezdravý by byl člověk, kdyby měl pouze jednu polovinu mozku; stejně nezdravý je ve skutečnosti současný běžný vědecký světový názor, neboť je to obraz světa vytvářený levou hemisférou. Z tohoto pohledu přirozeně existuje jen racionální, rozumné, jsou pouze analyticko-konkrétní, jevové formy závislé na kauzalitě a čase. Jenže takový racionální obraz světa je právě jen polovina pravdy, neboť jde o pohled poloviny vědomí, popř. mozku. Všechny ostatní obsahy vědomí, jež mnozí pohrdavě hodnotí jako iracionální, nerozumné, vzdálené skutečnosti, okultní a fantaskní, jsou pouze opačné schopnosti člověka, s jejichž pomocí nahlíží na svět.

Jak rozdílně jsou většinou hodnocena tato dvě doplňující se stanoviska, se projevuje už v okolnosti, že při výzkumu odlišných schopností obou polovin mozku byly velmi rychle zjištěny a popsány výkony levé hemisféry, avšak dlouhou dobu panovaly dohady o pravé hemisféře, protože se zdálo, že nepodává žádné rozumné výkony. Příroda

si zjevně cení mnohem víc výkonnosti pravé, nerozumné poloviny mozku, neboť dominanci levé hemisféry okamžitě vystřídá dominance pravé hemisféry, jakmile se člověk ocitne v nebezpečné, život ohrožující situaci, protože takovou situaci nelze patřičně zvládnout analytickým postupem. Převládne-li pravá polovina mozku, je člověk schopen vyhodnotit celkovou situaci a jednat klidně a přiměřeně.

Význam teorie hemisfér spočívá podle našeho mínění v tom, že by věda mohla pochopit, jak jednostranný a polovičatý je její dosavadní světový názor, a nahlédnout, že je správné a nutné pozorovat svět jiným způsobem, tedy tak, že se bude víc zabývat pravou polovinou mozku. Současně by bylo možné naučit se na tomto příkladu chápat zákon polarity jako základní světový zákon. Většinou však tento krok ztroskotá na absolutní neschopnosti vědy myslet analogově (pravá hemisféra).

Měli bychom si ještě jednou ozřejmit zákon polarity. Jednota se v lidském vědomí štěpí na dva póly. Tyto póly se vzájemně doplňují (kompenzují), a proto jeden potřebuje druhý, aby mohl existovat. Polarita s sebou nese neschopnost pozorovat dva aspekty jedné jednoty současně, a nutí nás tak vnímat posloupně, čímž vznikají fenomény jako „rytmus“, „čas“ a „prostor“. Chce-li polaritní vědomí slovy opsat jednotu, může toho dosáhnout pouze paradoxii. Výhoda, již nám přináší polarita, tkví ve schopnosti dojít k poznání, jehož by bez polarity nebylo možné dosáhnout. Cílem a touhou polaritního vědomí je překonat časově podmíněné nezdaví a nabýt opět zdraví, tzn. nabýt úplnost.

Každá cesta k vyléčení nebo k zasvěcení je cesta od polarity k jednotě. Přechod z polarity do jednoty je natolik radikální, kvalitativní změna, že si ji polaritní vědomí dokáže představit jen velmi stěží, pokud vůbec. Všechny metafyzické systémy, církve a esoterické školy kážou jen a jen tuto cestu z dvojitosti k jednotě. Už z toho naléhavě plyne, že ani jedno z těchto učením nemá zájem na „zdokonalení tohoto světa“, nýbrž na „opuštění tohoto světa“.

Přesně na tento bod útočí všichni kritici a odpůrci těchto učením. Poukazují na nespravedlnost a bídu tohoto světa a předhazují metafyzicky orientovaným učením, jak asociálně a nelítostně čelí těmto výzvám, protože je zajímá jen jejich vlastní sobecká spása. Útěk ze světa a nedostatečné zaujetí – tak zní úderná hesla kritiků. Ti se však bohužel nikdy nenamáhají, aby nejprve nějaké učení úplně pochopili a teprve potom proti němu vytáhli do boje. A tak mnozí ukvapeně směšují vlastní názory s několika špatně pochopenými pojmy jiného učením a tento nesmyslný postup pak nazývají „kritikou“.

Tato nedorozumění sahají hluboko do minulosti. Sám Ježíš Kristus kázal tuto jedinou cestu, jež vede z dvojitosti k jednotě – a nepochopili ho zcela ani jeho učedníci (výjimkou je svatý Jan). Ježíš říkal polaritě tento svět a jednotě království nebeské nebo příbytek mého Otce nebo také prostě Otec. Zdůrazňoval, že jeho království není z tohoto světa, a kázal o cestě k Otci. Všechny jeho výroky však byly zprvu chápány příliš konkrétně a materiálně a jako vztahující se k tomuto světu. Evangelium podle Jana prokazuje tato nedorozumění kapitolu po kapitole: Ježíš mluví o chrámu, který chce postavit znovu ve třech dnech – učedníci přitom mají na mysli jeruzalémský chrám, on ale myslí chrám svého těla. Ježíš rozmlouvá s Nikodémem o znovuzrození z Ducha, Nikodém však myslí zrození dítěte. Ježíš vypráví samařské ženě u studny o živé vodě, ona ale myslí pitnou vodu. V podobných příkladech lze pokračovat podle libosti. Ježíš a jeho učedníci mají naprosto různé cíle. Ježíš se snaží nasměrovat pohled člověka na význam a důležitost jednoty, zatímco jeho posluchači se bázlivě, křečovitě přidržují polaritního světa. **Neznáme žádnou Ježíšovu výzvu k nápravě světa a jeho přetvoření v ráj** – každou svou větou se ale snaží povzbudit lidi, aby se odvážili učinit krok vedoucí ke spáse, k vyléčení.

Tato cesta však zprvu děsí, neboť vede také utrpením a hrůzou. Svět se dá

překonat jen tím, že se ho člověk ujme – utrpení lze odstranit jen tím, že si je člověk naloží na sebe, neboť svět je vždy také utrpení. Esoterik nekáže útek ze světa, nýbrž „překonání světa“. Toto překonání světa ale není nic jiného než „překonání polarity“. A to je úkol pro já, ego, neboť dokonalosti dosáhne jen ten, kdo se se svým já nevymezí vůči bytí. Už proto nepostrádá jistou ironií, když někdo označuje za „sobeckou cestu ke spáse“ cestu, jejímž cílem je zničení ega a splnutí se vším. Motivace takových cest ke spáse nespočívá ani v naději na „lepší bytí na onom světě“ nebo na „odměnu za utrpení na tomto světě“ („opium lidstva“), nýbrž v poznání, že tento konkrétní svět, v němž žijeme, získává smysl jen tehdy, když má nějaký cíl, jenž leží mimo něj.

Příklad: Když někdo navštěvuje školu, jež postrádá cíl a zakončení, v níž se učí jen proto, aby se učilo, bez perspektivy, bez konce, bez cíle, pak nemá učení jako takové smysl. Smysl získává učení teprve tehdy, když existuje nějaký cíl ležící mimo školu. Mít před očima nějaké povolání není totožné s „útekem ze školy“, nýbrž naopak: tento cíl teprve umožňuje přistupovat k učební látce aktivně, smysluplně. Stejně tak tento život a tento svět dostávají obsahový rozměr teprve tehdy, když si vytkneme za cíl je překonat. Smysl schodiště přece netkví v tom, abychom na něm stáli, nýbrž po něm vystoupili.

Kvůli ztrátě onoho metafyzického cíle přišel v současné době život pro mnohé z nás o svůj smysl a jediné, co nám zůstalo, se jmenuje pokrok. Pokrok však nezná žádný jiný cíl než další pokrok. A tak se z cesty stal trip.

Naše pojetí nemoci a vyléčení vyžaduje, abyste pochopili, co vlastně míníme, když hovoříme o vyléčení. Jestliže pustíme ze zřetele, že vyléčit se znamená vždy se přiblížit ke zdraví ve smyslu jednoty, snažíme se najít cíl léčby uvnitř polarity – a takový pokus je předem odsouzen k nezdaru. Když přeneseme ještě jednou své dosavadní pojetí jednoty, již lze dosáhnout vždy jen spojením protikladů, na oblast mozkových hemisfér, je jasné, že náš cíl překonání polarity v této rovině splývá s koncem střídavé dominance polovin mozku. I co se týká mozku, musí se „bud', anebo“ změnit v „jak, tak“ a „následně“ v „současně“.

Při tom se ozřejmí vlastní význam spojovacího můstku (corpus callosum), který je třeba zprůchodnit tak, aby se ze „dvou mozků“ stal jeden. Tělesným osvícením je zřejmě současné využívání možností obou polovin mozku.

Všeobecnou známost tohoto přechodu od polarity k jednotě nacházíme stále znovu v nesčetných výrazových formách. Už jsme se zmínili o čínské taoistické filosofii, v níž se uvádějí obě světové síly jang a jin. Hermetikové hovoří o spojení Slunce a Měsíce neboli o sňatku Ohně a Vody. Dále vyjadřují tajemství spojení protikladů v paradoxních větách typu: „Pevné je třeba učinit kapalným a kapalné pevným.“ Prastarý symbol Hermovy hole (caduceus) hlásá stejný zákon: oba hadi představují protilehlé síly, jež je třeba spojit v holi. Tento obraz nalézáme v indické filosofii opět jako oba polaritní proudy v lidském těle, Idu (ženský) a Pingalu (mužský), jež se jako hadi ovíjejí kolem středního kanálu Sušumna. Podaří-li se jóginovi vyvést hadí sílu tímto středním kanálem vzhůru, zažívá stav vědomí jednoty. Kabalista představuje tuto souvislost třemi sloupy sefirotického stromu a dialektik ji nazývá „teze“, „antiteze“ a „syntéza“. Všechny tyto systémy, z nichž jsme uvedli jen některé, nemají žádnou příčinnou souvislost, nýbrž jsou výrazem jednoho centrálního metafyzického zákona, který chtěly vyjádřit na rozdílné konkrétní nebo symbolické úrovni. Nejde nám o jeden určitý systém, nýbrž o pohled na zákon polarity a jeho platnost na všech úrovních světa forem.

Polarita vědomí nás neustále staví před dvě možnosti jednání a nutí nás, abychom se rozhodli – pokud nechceme setrvat v apatii. Máme vždy dvě možnosti – ale můžeme uskutečnit pouze jednu z nich. Při každém jednání tedy zůstává jedna z protilehlých možností nerealizována. Musíme volit a rozhodnout se, zda zůstaneme doma, nebo půjdeme pryč, zda budeme pracovat, nebo ne, zda zplodíme děti, nebo

se budeme chránit před počítím, zda podáme žalobu na dlužníka, nebo zapomeneme na dluh, zda nepřítele zastřelíme, nebo ho necháme naživu. Muka volby nás pronásledují na každém kroku. Nevyhneme se rozhodnutí, neboť už samo „nejednání“ je rozhodnutí proti jednání, neboť už pouhým „nerozhodnutím“ se stavíme proti rozhodnutí. Protože se musíme rozhodnout, chceme to provést alespoň rozumně nebo správně a k tomu potřebujeme určitá hodnotová kritéria. Rozhodování je snadné, pokud už je známe: plodíme děti, protože tak sloužíme zachování lidského rodu; střílíme nepřátele, protože ohrožují naše děti; jíme hodně zeleniny, protože je zdravá; a dáváme také trochu najíst hladovějícím, protože je to etické. Tento systém funguje zprvu velmi hladce a usnadňuje rozhodování – stačí udělat vždy jen to, co je dobré a správné. Bohužel náš hodnotový systém, podle kterého se rozhodujeme, průběžně zpochybňují druzí, kteří se v jednotlivých případech rozhodnou opačně a rovněž to ospravedlňují nějakým hodnotovým systémem. Někdo se chrání proti počítím, protože na světě je už příliš mnoho lidí; odmítá střílet na nepřátele, protože jsou to také lidé; jí hodně masa, protože je zdravé; a nechává hladovějící hladovět, protože to patří k jejich osudu. Je sice jisté, že hodnotová měřítka těch druhých jsou prostě chybná – a přece je k zlosti, že všichni nemají stejná kritéria rozhodování o tom, co je dobré a správné. A tak začne každý svá hodnotová měřítka nejen obhajovat, ale také se snaží přesvědčit o jejich správnosti co nejvíc svých bližních. Dovedeno do důsledku, člověk by přirozeně musel přesvědčit o vlastních hodnotách všechny lidi, aby svět byl konečně dobrý, správný a zdravý. To si ovšem bohužel myslí všichni! A tak zuří naplno válka správných názorů – a všichni chtějí přece jen to správné. Co je ale vlastně správné a co špatné? Co je dobré a co zlé? Mnozí se domnívají, že to vědí – nemohou se ale mezi sebou dohodnout, a tak se my musíme opět rozhodovat, komu budeme věřit! Je to k u-zou-fá-ní!

Z tohoto dilematu lze vykročit, pouze když nahlédneme, že uvnitř polarity neexistuje žádné absolutní, tzn. objektivní dobro, nebo zlo, že nic není absolutně, tzn. objektivně správné, nebo špatné. Každé hodnocení je vždy nutně subjektivní a vyžaduje určitý vztahový rámec, který je rovněž subjektivní. Každé hodnocení je závislé na stanovišti a úhlu pohledu pozorovatele, a proto je pozorovatel považuje vždy za správné. Svět se nedá rozdělit na to, co vlastně smí být, a proto je to správné a dobré, a na to, co by vlastně nemělo být, a proto je třeba to potříit a vymýtit. Tento dualismus nesmiřitelných protikladů vyjádřený dvojicemi správný-špatný, dobrý-zlý, bůh-d'ábel nás nevyvádí z polarity, naopak nás do ní zavádí ještě hlouběji.

Řešení samo tkví v tom, že nalezneme onen třetí bod, z kterého lze nahlížet na všechny alternativy, možnosti a polarity jako na stejně dobré a správné, popř. stejně špatné a chybné, protože jsou součástmi jednoty, a mají tudíž stejné právo na existenci, neboť bez nich by nebyl celek úplný. Proto když jsme se zabývali zákonem polarity, jsme tak důrazně poukazovali na to, že jeden pól žije z druhého, a sám tedy není životaschopný. Stejně jako nemůže být nadechování bez vydechování, tak ani není dobro bez zla, mír bez války, zdraví bez nemoci. Přesto lidé dál zarputile trvají na tom, aby měli vždy jen jeden pól, a snaží se potříit druhý. Kdo však bojuje proti nějakému pólu tohoto univerza, bojuje proti celému vesmíru – neboť v každé části je obsažen celek.

Tato myšlenka je teoreticky sama o sobě prostá, naráží však na rozpor hluboko zakořeněný v člověku, neboť uskutečnit ji v praxi znamená vydat se na strastiplnou cestu. Jestliže cílem je jednotu, jež obepíná protiklady a stírá rozdíly mezi nimi, pak člověk nemůže dosáhnout zdraví ani úplnosti, dokud něco vylučuje

ze svého vědomí nebo se vůči něčemu vymezuje. Pokaždé, když řekneme: „To bych nikdy neudělal(a)!“, je to nejjistější způsob, jak se připravit o dokonalost a osvícení. V tomto univerzu neexistuje nic neoprávněného, zato je v něm mnohé, jehož oprávněnost jednotlivý člověk ještě nemůže vidět. Všechny snahy člověka slouží ve skutečnosti pouze tomuto jedinému účelu: naučit se lépe vidět souvislosti – říkáme tomu uvědomění – ne ale měnit věci. Není ani, co by se mohlo měnit nebo napravovat – kromě vlastního způsobu nazírání.

Člověk už dlouhou dobu podléhá iluzi, že svou aktivitou, svým konáním mění, formuje a zlepšuje svět. Tato víra je ovšem optický klam a zakládá se na projekci vlastní změny. Když člověk např. čte několikrát po sobě v různých dobách stejnou knihu, chápe její obsah pokaždé nově, podle toho, na jakém vývojovém stupni se právě nachází. Kdyby nebylo v tomto případě tak nepochybné, že text je stále stejný, dalo by se snadno uvěřit, že se obsah knihy vyvíjí. Stejnému klamu člověk podléhá, když používá pojmy „evoluce“ nebo „vývoj“. Věří, že evoluce vyrůstá z dějů a zásahů, a nevidí, že evoluce je pouze uskutečňování již existujícího vzorce. Evolucí nevzniká nic nového, nýbrž se jí krok za krokem uvědomuje stále jsoucí. I zde se hodí příklad s četbou knihy. Její obsah a děj existují současně, čtenář je ale vnímá a integruje následně: Četba knihy zpřítomňuje její obsah v čtenáři postupně, ačkoli tento obsah může existovat v knižní podobě už celá staletí. Obsah knihy nevzniká čtením, nýbrž čtenář integruje v jednotlivých krocích a závisle na čase již stávající vzorec.

Nemění se svět, lidé si však v sobě postupně zpřítomňují různé jeho vrstvy a aspekty. Moudrost, dokonalost, vědoucnost znamenají schopnost poznávat a posuzovat všechno jsoucí v jeho platnosti a vyváženosti. Umět rozeznávat řád pro pozorovatele znamená, že také on musí být součástí řádu. Iluze změny vzniká polaritou, jež rozkládá současnost na následnost a „jak, tak“ na „bud', anebo“. Východní filosofové tak říkají polaritnímu světu „iluze“ neboli „májá“ (závoj zastírající skutečnost) a žádají po člověku usilujícím o poznání a osvobození, aby nejprve odhalil iluzornost světa forem a poznal, že ve skutečnosti neexistuje. Nicméně kroky vedoucí k tomuto poznání („procitnutí“) je třeba učinit v tomto polaritním světě. Jestliže polarita brání jednotě v tom, aby byla současná, obnovuje se tato oklikou pomocí času, kdy je každý pól vyvažován svým protipólem. Hovoříme zde o zákonu komplementárnosti. Tak jako si vydechnutí vynucuje nadechnutí, tak jako bdění střídá spánek a obráceně, tak i každá realizace jednoho pólu nutně vyžaduje manifestaci protipólu. Zákon komplementárnosti zajišťuje rovnováhu pólů nezávisle na tom, co lidé dělají, nebo nedělají. Stará se o to, aby se všechny změny sčítaly v nezměnitelnost. Pevně věříme tomu, že časem se velmi mnoho mění, a tato víra nám brání v poznání, že čas produkuje pouze opakování téhož vzorce. Časem se sice mění formy, obsah však zůstává stále stejný.

Když se člověk naučí nenechat se rozptylovat měnicími se formami, může jak z toku dějin, tak také z osobního životaběhu vyjmout čas a uvidí, že všechny události rozprostřené v čase pramení z jednoho vzorce. Čas proměňuje jsoucno v děje a události – když opět odstraníme čas, znovu se zjeví ono podstatné, které stálo za formami a zhustilo se v nich. (Z této ne zrovna snadno pochopitelné souvislosti vychází reinkarnační terapie.)

Pro naše další úvahy je důležité pochopit hlubokou sounáležitost dvou pólů a přesvědčit se, že není možné podržet si jeden pól a sprovdit ze světa druhý. Přestože je to nemožné, směřuje k tomu většina lidských aktivit: Člověk chce být zdravý a potírá nemoc, chce zachovat mír, a proto usiluje o to, aby nebyly války, chce žít, a proto se snaží porazit smrt. Je až dojemné sledovat, jak málo člověk

pochybuje o této své koncepci, přestože ji marně uskutečňuje už několik tisíciletí. Když se snažíme jednostranně posilovat jeden pól, roste úměrně s ním vskrytu také jeho protipól. Právě medicína je toho typickým příkladem: Tím, že se dělalo stále víc pro zdraví, rovnoměrně vzrostla také nemocnost.

Pokud chceme k tomuto problému přistoupit z nového hlediska, pak se musíme naučit vidět polaritně. Musíme při každém pozorování vidět současně také protipól. Náš vnitřní pohled musí oscilovat, abychom dokázali dospět od jednostranného k jednotnému vhledu. Ačkoli řeč nijak neusnadňuje vyjádření tohoto oscilačního, polaritního nazírání, přesto existují v učenecké literatuře odnepaměti texty, jež převedly tyto základní zákonitosti do platné jazykové formy. Nepřekonatelný je co do stručnosti a preciznosti Lao-c' v druhé kapitole Tao te t'ing:

Každý na světě poznává krásné jako krásné,
a tím (poznává) ošklivé.

Každý poznává dobré jako dobré,
a tím (poznává) i zlé.

Tak jsoucí a nejsoucí se navzájem plodí,
těžké a snadné se navzájem tvoří,
dlouhé a krátké se navzájem měří,
vysoké a nízké se navzájem pojí,
zvuky a tóny se navzájem slučují,
předtím a potom se navzájem sledují.

Proto moudrý jedná, aniž zasahuje,
poučuje, aniž mluví.

Tvorstvo — jednou dané — neodmítá.

Vytváří, aniž co vlastní,
působí, aniž na čem závisí,
dovršuje, aniž na čem lpí.

Právě proto, že na ničem neulpívá,
nic ho neopouští.

3. STÍN

Člověk říká „já“ a rozumí pod tím především spoustu různých identifikací: „Já jsem muž, Čech, otec rodiny, učitel. Jsem aktivní, dynamický, tolerantní, pilný, milovník zvířat, odpůrce války, piják čaje, kuchař-amatér atd.“ Těmto identifikacím předcházela rozhodnutí, jež vždy volila mezi dvěma možnostmi, jež zahrnula do identifikace jeden pól a druhý pól vyloučila. Identifikace „jsem aktivní a pilný“ tedy současně vylučuje „jsem pasivní a líný“. Z identifikace většinou brzy vznikne hodnocení: „Člověk musí být aktivní a pilný – není dobré, když je pasivní a líný.“ Nezávisle na tom, jak dalekosáhle se člověk snaží podepřít tento názor dodatečnými argumenty a teoriemi, zůstává hodnocení přesvědčivé pouze subjektivně.

Viděno objektivně je to pouze jedna možnost pohledu – a to velmi libovolná. Co bychom si asi pomysleli o rudé růži, která by o sobě prohlašovala: „Je dobré a správně mít červený květ, je ale chybné a nebezpečné mít modrý květ?“ Odmítání manifestace je vždy známkou chybějící identifikace (...proto fialka neodmítá ani modré květy!).

Každá identifikace založená na rozhodnutí vždy nechá jeden pól „za dveřmi“. Ale všechno to, čím nechceme být, co v sobě nechceme objevit, co nechceme prožít, co nechceme vpustit do své identifikace, tvoří náš stín. Když odmítáme polovinu všech možností, nezpůsobíme tím, že zmizí, nýbrž je pouze vypudíme z identifikace „já“.

„Ne“ sice odstranilo jeden pól z našeho zorného pole, nezrušilo ale jeho přítomnost. Odmítnutý pól přežívá od té chvíle ve stínu naší vědomosti. Tak jako malé děti věří, že se stanou neviditelnými, když zavřou oči, domnívají se lidé, že se mohou oprostit od poloviny skutečnosti tím, že ji v sobě nepozorují. Jednomu pólu (např. zdatnosti) tak dovolíme, aby vstoupil do světla vědomí, zatímco jeho protipól (lenost) má zůstat ve tmě, abychom ji neviděli. Myslíme si, že když něco nevidíme, tak to ani nemáme, a věříme, že jedno dokáže existovat bez druhého.

Jako stín (tento pojem razil C. G. Jung) tedy označujeme souhrn všech odmítnutých oblastí skutečnosti, které v sobě člověk nevidí nebo nechce vidět, a které si tedy neuvědomuje. Stín znamená pro člověka největší nebezpečí, protože ho má, aniž ho zná a ví o něm. Stín způsobuje, že se všechny záměry a snahy člověka nakonec zvrhnou ve svůj opak. Všechny manifestace pramenící z jeho stínu si člověk promítá do anonymního zla ve světě, protože má strach najít skutečný zdroj všeho neštěstí (nezdraví) v sobě samém. Vše, co člověk vlastně nechce a nemá rád, prýští z jeho vlastního stínu – neboť tento stín je souhrnem všeho, co odmítá. Jenže právě neochota vypořádat se s jednou částí skutečnosti a prožívat ji nevede k vytouženému úspěchu. Zapuzované oblasti reality spíš nutí člověka, aby se jimi zabýval zvláště intenzivně. To se děje většinou pomocí projekce, neboť když někdo v sobě odmítl a potlačil určitý princip, vyvolal v sobě obavu, že se s tímto principem znovu setká v takzvaném vnějším světě.

Abychom si dokázali zpřítomnit tyto souvislosti, je možná důležité si ještě jednou připomenout, že pod „principy“ rozumíme archetypické oblasti bytí, jež se mohou projevat v obrovském množství konkrétních forem. Každá konkrétní manifestace pak formálně reprezentuje daný obsahový princip. Například násobení je princip. S tímto abstraktním principem se můžeme setkat v nejrůznějších formálních projevech (3 krát 4, 8 krát 7, 49 krát 348 atd.). Všechny tyto vnějškově rozdílné formy vyjadřují jediný princip „násobení“. Dále bychom si měli ujasnit, že vnější svět je postaven na stejných archetypických principech jako vnitřní svět. Zákon rezonance říká, že se můžeme dostat do kontaktu jen s tím, s čím souzníme. Tato úvaha vede k identitě vnějšího a vnitřního světa. V hermetické filosofii se tato stejnost vnějšího a vnitřního světa, popř. člověka a vesmíru, vyjadřuje takto: mikrokosmos = makrokosmos. (V druhé části nazvané Praktický výklad se budeme tímto okruhem problémů zabývat ještě jednou z jiného úhlu pohledu v kapitole o smyslových orgánech.)

Projekce tedy znamená, že činíme z jedné poloviny principů vnějšek, protože je nechceme přijmout jako vnitřek. V úvodu jsme už jednou konstatovali, že já odpovídá za vymezení ze souhrnu všeho bytí. Já je ve vztahu s ty, které je prožíváno jako vnějšek. Jestliže ale stín sestává ze všech principů, jež já odmítlo integrovat, jsou nakonec stín a vnějšek totožné.

Prožíváme svůj stín vždy jako vnějšek – kdybychom ho viděli v sobě a u sebe, přestal by být stínem. Odmítané, jen zdánlivě z vnějšku k nám přicházející principy nyní potíráme ve vnějšku stejně vášnivě, jako jsme to dělali v sobě. Dál se pokoušíme odstranit ze světa oblasti, jež hodnotíme negativně. Protože to ale není možné – viz zákon polarity – mění se tento pokus v trvalé zaměstnání, jež nám zaručí, že se budeme zvláště intenzivně zabývat právě částí skutečnosti, kterou odmítáme.

V tom tkví ironická zákonitost, již nemůže uniknout nikdo: **Člověk se nejvíc zabývá tím, co nechce. Přitom se přiblíží k odmítanému principu tak, že ho nakonec prožívá!** Vyplatí se dobře si zapamatovat poslední dvě věty. Odmítáme-li nějaký princip, můžeme si být jisti, že jím budeme žít. Podle tohoto zákona děti později přejímají způsoby chování, které tak nenáviděly u svých rodičů, z odpůrců války se časem stávají militaristé, z moralistů nevázaní výstředníci, z apoštolů zdraví těžce nemocní.

Nemělo by se přehlížet, že nás nakonec přitahuje a zaměstnává to, co zprvu odmítáme a proti čemu bojujeme. Stejně tak poukazuje striktní odmítání jedné oblasti skutečnosti na to, že působí dotyčnému člověku problém. Zajímavé a důležité jsou pro člověka ty sféry, proti nimž bojuje a jimž se vyhýbá – neboť mu chybí ve vědomí a škodí jeho zdraví. **Člověka mohou rušit ve vnějšku pouze ty principy, které do sebe neintegrovat.**

Na tomto místě bychom si měli ujasnit, že ve skutečnosti není žádný vnější svět, jenž nás formuje, ovlivňuje, nebo nám přivodí nemoc – vnější svět se chová jako zrcadlo, v němž vidíme pořád jen sebe. Odráží se v něm ovšem hlavně náš stín, který v sobě nevidíme. Stejně jako vidíme vždy jen malou část svého fyzického těla, když se prohlédneme (nevidíme třeba vlastní oči, tvář, záda atd., pokud si nestoupneme před zrcadlo), tak jsme rovněž částečně slepí vůči své psýše a dovedeme rozeznat neviditelnou část (stín) pouze pomocí projekce a reflexe takzvaného okolního neboli vnějšího světa. Poznání vyžaduje polaritu.

Zrcadlo však je k něčemu dobré pouze tomu, kdo se v něm také pozná – jinak se z odrazu stává iluze. Kdo v zrcadle vidí své modré oči – ale neví, že jsou to jeho vlastní oči, dočká se místo poznání klamu. Kdo žije v tomto světě, ale nerozeznává, že vše, co vnímá a prožívá, je on sám, zaplétá se do klamu a iluze. Jistě, klam působí neuvěřitelně skutečně a nefalšovaně (...mnozí hovoří dokonce, že průkazně) – neměli bychom však zapomínat na jedno. Také sen působí stejně věrohodně a reálně, dokud se v něm nacházíme. Musíme se nejprve probudit, abychom dovedli rozlišit sen jako sen. Totéž platí i pro velký sen našeho bytí. Člověk musí nejprve procitnout, aby se mu podařilo prohlédnout iluzi.

Vlastní stín nám nahání hrůzu. Není divu, vždyť se skládá výhradně ze všech částí skutečnosti, které jsme od sebe odsunuli co nejdál, které chceme prožívat ze všeho nejméně nebo je v sobě vůbec odmítáme hledat. Stín je souhrn toho, o čem jsme co nejpevněji přesvědčeni, že je třeba to sprovodit ze světa, abych byl dobrý a zdravý. Jenže je tomu právě naopak: Stín v sobě obsahuje všechno to, co světu – našemu světu – chybí k uzdravení a ke spáse. Stín nám přivozuje nemoc, tzn. nás připraví o zdraví, o spásu, neboť právě k tomu ho potřebujeme.

Právě o tento problém jde v příběhu o svatém grálu. Král Amfortas je nemocný – v jedné verzi ho zraní kopí černého mága Klingsora, v jiných zase jeho pohanský protivník, nebo dokonce neviditelný sok. Všechny tyto postavy jsou jednoznačně symboly Amfortova stínu – soupeře, kterého on nevidí. Zraňuje ho jeho stín a on se nemůže uzdravit vlastní silou, neboť se neodvažuje pátrat po skutečné příčině svého zranění. Tato potřebná otázka by ale byla otázka na povahu zla. Protože král nechce čelit tomuto konfliktu, nemůže se zavřít jeho rána. Čeká na spasitele, který se odváží položit léčivou otázku. Tomuto úkolu dorostl Parsifal, neboť kráčí středem, jak říká i jeho jméno – prochází mezi póly dobra a zla a je tak povolán položit vysvobuzující hojivou otázku: „Co ti chybí, strýče?“ Odpověď je vždy tatáž, u Amforta jako u každého nemocného: „Tvůj stín!“ Už jen dotaz na zlo, na temnou oblast člověka, má v našem příběhu uzdravující účinek. Parsifal se na své cestě velmi odvážně vypořádal se svým stínem a sestoupil do temných hlubin své duše – až posléze proklel boha. Kdo se nebojí takto kráčet temnotou, stává se nakonec pravým spasitelem, léčitelem. Všichni mytičtí hrdinové proto museli bojovat s příšerami, draky a démony a zničit samo peklo, pokud se chtěli uzdravit a léčit.

Stín přivozuje nemoc – setkání se stínem uzdravuje! To je klíč k pochopení nemoci a vyléčení. Symptom je vždy část stínu pokleslá na hmotnou úroveň. V symptomu se projevuje to, co člověku chybí. V symptomu prožívá člověk to, co nechtěl prožívat ve vědomí. Symptom učiní prostřednictvím těla z člověka opět celek. To je princip komplementace, který zajišťuje, aby se nakonec neztratila

úplnost. Zdráhá-li se člověk prožít nějaký princip ve svém vědomí, potom tento princip poklesne do těla a vyjeví se zde jako symptom. Člověk je nucen přesto prožít a uskutečnit odmítnutý princip. Symptom tak léčí člověka – je to tělesná náhrada za to, co chybí duši.

Nyní můžeme úplně nově pochopit starou hru založenou na otázce „Co vám chybí?“ a na odpovědi „Mám ten a ten symptom.“ Symptom vskutku ukazuje, co pacientovi chybí, neboť je to chybějící princip, který se zhmotnil a zviditelnil v těle. Není divu, že máme tak málo rádi své symptomy, vždyť nás nutí uskutečňovat principy, které jsme odmítli prožívat. A tak proti nim bojujeme dál – a promarnujeme nabízenou šanci využít symptom k uzdravení. Právě v symptomu bychom se mohli poznat, mohli bychom nahlédnout ony stránky své duše, které bychom u sebe jinak nikdy neobjevili, protože leží ve stínu. **Naše tělo je zrcadlo naší duše** – ukazuje nám také to, co není duše schopna poznat, pokud se neocitne v protilehlém postavení vůči zrcadlu. K čemu nám však je nejlepší zrcadlo, když nevztáhneme na sebe, co jsme v něm spatřili? Tyto stránky nám mají pomoci, abychom se vycvičili v pozorování a dokázali objevit sami sebe.

Stín činí z člověka nepoctivce. Člověk stále věří, že je jen to, s čím se identifikuje, nebo že je jen takový, jak se sám vidí. Toto sebehodnocení nazýváme nepoctivostí. Myslíme tím vždy nepoctivost člověka vůči sobě samému (a ne lži nebo podvody vůči jiným lidem). Všechny podvody na tomto světě jsou neškodné ve srovnání s tím, jak člověk po celý život obelhává sám sebe. Poctivost vůči sobě samému patří k nejtvrdějším požadavkům, jež na sebe člověk může klást. Proto odjakživa všichni ti, kteří hledají pravdu, považují za nejdůležitější a nejobtížnější úkol sebepoznání. Sebeznáním se míní najít všezahrnující já, ne obyčejné já, jež svým neustálým vymečováním brání poznání celku, a tedy i všezahrnujícího já. Avšak tomu, kdo usiluje o větší poctivost vůči sobě, může nemoc velkolepě pomoci na jeho cestě. Neboť nemoc činí člověka poctivým! V symptomu choroby prožívám zjevně a jasně to, co chceme ve své psýše vytěsnit a ukryt co nejhluběji.

Většinou lidí činí potíže hovořit svobodně a otevřeně o svých nejhlubších problémech (pokud je vůbec znají) – za to o svých symptomech vyprávějí každému dopodrobna na potkání. Člověk ovšem není schopen podat o sobě přesnější, exaktnější informaci. Nemoc činí z člověka poctivce a nemilosrdně odhaluje utajované propasti duše. Tato (nechtěná) upřímnost je patrně také základem sympatie a náklonnosti, již pociťujeme vůči nemocnému. Protože je poctivý a upřímný, je sympatický – neboť v nemoci člověk nic nepředstírá. Nemoc kompenzuje všechny jednostrannosti a vrací ho zpátky do středu. Náhle zmizí spousta nadutých egohrátek a mocenských nároků – rázem se zborší mnohé iluze a zpochybní vyjeté životní cesty. Poctivost má vlastní krásu, z níž se cosi zviditelní i v nemocném.

Shrňme to: člověk jako mikrokosmos je obraz univerza a obsahuje latentně souhrn všech principů bytí ve svém vědomí. Cesta polaritou od něj vyžaduje, aby konkrétním jednáním uskutečňoval principy, jež jsou v něm ukryté, a krok za krokem si je uvědomoval. Poznání ale potřebuje polaritu, a ta zase nutí člověka neustále se rozhodovat. Každé rozhodnutí rozloží polaritu na jednu akceptovanou a na druhou odmítnutou část. Akceptovaný pól se projeví v chování, a tím je vědomě integrován. Odmítnutý pól se ocitne ve stínu a vynutí si další naši pozornost, když se k nám opět přiblíží zdánlivě zvenčí. Specifickou a častou formou tohoto obecného zákona je nemoc. Při ní část stínu vtrhne do tělesnosti a somatizuje se jako symptom. Symptom nás tak jako tak přinutí prostřednictvím těla uskutečnit dobrovolně neprožitý princip a přivede nás tak znovu do rovnováhy. Symptom je somatické zhuštění toho, co nám chybí ve vědomí. Symptom činí z člověka poctivce, protože zviditelňuje potlačené obsahy.

4. DOBRO A ZLO

Blížíme se neodbytně k tématu, které nejenže patří k nejobtížnějším v lidském bytí, nýbrž je také mimořádně náchylné k nedorozuměním. Je velmi nebezpečné vyjmout zde z námi předkládaného vidění světa tu a tam větu nebo odstavec a smísit je s obsahy jiného světového názoru. Ze zkušenosti víme, že právě posuzování dobra a zla vyvolává v lidech zvlášť hluboké úzkosti, jež mohou snadno emocionálně zastřít rozum a schopnost poznání. Přes všechna rizika se odvážíme položit otázku týkající se povahy zla – tedy otázku, které se Amfortas vyhýbal. Když jsme v nemoci objevili účinek stínu, je třeba dodat, že tento stín vděčí za svou existenci tomu, že člověk rozlišuje mezi dobrem a zlem, mezi správným a špatným.

Stín obsahuje všechno to, co člověk rozeznal jako zlé, a proto musí být zlý také stín. Takto se zdá, že je nejenom oprávněné nýbrž také dokonce morální a nutné potírat a vyhlazovat stín, ať už se projeví kdekoli a jakkoli. Také zde se lidstvo nechává uhranout zdánlivou logikou natolik, že si nevšimá, že jednoduše nemůže dospět ke svému ušlechtilému cíli, že **zlo nelze vyhladit**. Proto se patrně vyplatí ještě jednou rozvinout téma „dobro a zlo“ a posoudit je z možná nezvyklých hledisek.

Už jen **naše úvahy o zákonu polarity vedou k závěru, že dobro a zlo jsou dva aspekty téže jednoty a proto jsou na sobě existenčně závislé. Dobro žije ze zla a zlo z dobra: kdo záměrně žíví dobro, nevědomky žíví také zlo**. Takové formulace znějí možná mnohým zprvu děsivě, ale lze jen stěží jak teoreticky, tak prakticky zavrhnout její správnost.

Postoj k dobru a zlu je v naší kultuře velmi silně ovlivněn křesťanstvím, poučkami křesťanské teologie; stejný postoj zauímají také skupiny, jež se domnívají, že se oprostily od náboženských vazeb. Z tohoto důvodu bychom rádi sáhli po náboženských obrazech a představách, abychom vám umožnili pochopit dobro a zlo. Nemáme přitom v úmyslu vyvozovat z biblických obrazů jakoukoli teorii nebo hodnocení, spíš jde o to, že mytologické příběhy a obrazy se zvlášť hodí ke zpřítomnění obtížných metafyzických problémů. Nemuseli jsme nutně použít biblický příběh, vyplývá to však z našeho kulturního umístění. Navíc tím současně také nalezneme onen bod nedorozumění, od něhož se odvíjí typický výklad křesťanské teologie, který se odlišuje od pojetí dobra a zla, stejného ve všech náboženstvích.

Náš problém si lze dostatečně osvětlit na starozákonním příběhu prvotního hříchu. V druhé kapitole První knihy Mojžíšovy se líčí, jak Hospodin Bůh vysadil zahradu v Edenu na východě a postavil tam prvního – androgynního – člověka Adama. V této zahradě se kromě přírodních stromů nacházejí ještě dva zvláštní stromy: strom života a strom poznání dobrého a zlého. Pro další pochopení tohoto mytologického příběhu je důležité si všimnout, že Adam není muž, nýbrž androgyn. Je to úplný člověk, ještě nepodléhá polaritě, ještě není rozštěpen dvojicí protikladů. Je stále ještě zajedno se vším: tento stav kosmického vědomí se opisuje obrazem ráje. Ačkoli tedy člověk Adam ještě žije v jednotě vědomí, téma polaritě je už dáno existencí obou stromů.

Téma rozštěpení se vine příběhem Stvoření od samotného začátku, neboť proces tvorby probíhá dělením, rozdvajováním. Protikladné dvojice jsou zmíněny už v první kapitole knihy Mojžíšovy: světlo – tma, voda – země, slunce – měsíc atd. Jen o člověku se dozvídáme, že ho Bůh stvořil jako „muže a ženu“. Téma polaritě se však v dalším vyprávění opakuje stále častěji. A tak si Adam přeje, aby mu byla vyňata část jeho bytosti a stala se formálně nezávislou. Takový krok nutně znamená ztrátu vědomí, jež se v biblickém příběhu opisuje tím, že Hospodin Bůh uvedl na člověka mrákotu, až usnul. Poté vyňal z celého a zdravého člověka jednu část (žebro) a utvořil z ní samostatného tvora.

Ono slovo, jež se v bibli překládá jako „žebro“, zní v hebrejském originálu celah =

bok. Je příbuzné slovu cel = stín. Celý, zdravý člověk je rozložen a rozštěpen na dva formálně rozlišitelné aspekty, muže a ženu. Avšak toto rozštěpení ještě docela neproniká do vědomí člověka, neboť muž a žena zatím nepoznávají rozdíl, jsou stále ještě v celostním ráji. Formální rozštěp ale umožňuje hadovi, aby našeptal ženě, přístupnější části člověka, že získá schopnost rozlišovat mezi dobrem a zlem, tedy schopnost poznávat, když sní plody ze stromu poznání. Had splní svůj slib. Lidé prohlédnou a jsou schopni vidět polaritu a rozlišovat mezi dobrem a zlem, mezi mužem a ženou. Tímto krokem ztrácejí jednotu (kosmické vědomí) a získávají polaritu (schopnost poznání). Proto musejí bezpodmínečně opustit ráj, zahradu jednoty, a jsou vrženi do polaritního světa materiálních forem.

Toto je příběh prvotního hříchu. Je to „pád“, který svrhne člověka z jednoty do polarity. Mytologie všech národů a věků znají toto ústřední téma lidského bytí a zobrazují je podobně. Člověk se dopustí hříchu tím, že se oddělí od jednoty. Řecky se „hřích“ řekne hamartaema příslušné sloveso hamartanein znamená „minout bod“, „nezasáhnout cíl“, „zhřešit“. Hřích je tedy neschopnost zasáhnout bod – a ten je právě symbolem jednoty, jež se lidem jeví nedosažitelná a nepředstavitelná neboť bod nemá ani místo, ani rozměr. Polaritní vědomí nemůže zasáhnout bod, jednotu – to je hřích. Zhřešení je jiný výraz pro polárnost. Tím snáz pochopíme také křesťanský pojem „dědičný hřích“.

Člověk má polaritní vědomí – je hříšný. Neexistuje pro to žádná příčina v kauzálním smyslu. Tato polarita nutí člověka procházet mezi protiklady, dokud nepozná a neintegruje do sebe všechno, aby byl opět „dokonalý, stejně jako je dokonalý Otec na nebesích“. Cesta mezi polaritami v sobě ale vždy zahrnuje provinění. „Dědičný hřích“ poukazuje zvláště jasně na skutečnost, že hřích nemá nic společného s konkrétním chováním člověka. Je maximálně důležité to vzít na vědomí, neboť křesťanská církev v průběhu dějin zkomolila pojem hříchu a namluvila lidem, že hřešit znamená konat zlo a že hříchu se lze ubránit dobrými a správnými skutky. Hřích však není jeden pól uvnitř polarity, nýbrž polarita sama. Proto nelze nehřešit – každý lidský skutek je hříšný.

Toto poselství najdeme v ještě zcela nezakreslené podobě v řecké tragédii, jejímž ústředním tématem je, že se člověk sice musí rozhodnout mezi dvěma možnostmi, dopustí se ale vždy hříchu, ať se rozhodne jakkoli. Pro dějiny křesťanství bylo právě toto teologické nepochopení hříchu vpravdě osudové. Neustálá snaha věřících nehřešit, a bránit se tak zlu vedla k potlačování určitých jako zlých označených oblastí, a tím k vytvoření mocného stínu.

Tento stín může za to, že se z křesťanství stalo jedno z nejméně tolerantních náboženství, to on vyvolal inkvizici, pronásledování čarodějnic a masové vraždění. Nežítý pól se projeví vždy – většinou zaskočí šlechetné duše právě ve chvíli, kdy to nečekají.

Polarizace protikladů „dobro“ a „zlo“ vedla v křesťanství také k tomu, že byli proti sobě postaveni Bůh a ďábel jako představitelé dobra a zla, což není typické pro jiná náboženství. Když byl z ďábla učiněn odpůrce Boha, byl Bůh nepozorovaně vtažen do polarity – tím ale ztrácí svou léčivou sílu. Bůh je jednotu, jež v sobě spojuje všechny nerozdělené polarity – a samozřejmě také „dobro“ a „zlo“. Ďábel je naproti tomu polarita sama, pán rozdvojení nebo, jak říká Ježíš Kristus, „pán tohoto světa“. Tak je ďábel jako pravoplatný pán polarity vždy vybaven symboly rozštěpení nebo rozdvojení: rohy, kopyty, vidlemi, pentagramy s dvěma cípy ukazujícími nahoru atd. Řečeno touto terminologií je polaritní svět svět ďáblův, tzn. hříšný. Není možné jej změnit – proto všichni mistři učí, že je třeba polaritní svět opustit.

Zde narážíme na hluboký rozdíl mezi církví a sociální prací. Skutečná církev se ještě nikdy nepokusila proměnit tento svět v ráj, nýbrž kázala cestu z tohoto světa do jednoty. Skutečná filosofie ví, že v polaritním světě nelze uskutečnit pouze jeden pól – na

tomto světě musí každý vyvážit všechny radosti stejným množstvím utrpení. V tomto smyslu je „dábelská“ např. věda, neboť se zasazuje o budování polarit a podporuje mnohost. Každé funkční využití lidských možností má v sobě vždy cosi dábelského, neboť váže energii na polaritu a brání sjednocení. To je obsah Ježíšova pokušení na poušti. Dábel vlastně Ježíše jen vyzývá, aby využil své možnosti a zasadil se za uskutečnění neškodných, ba dokonce užitečných změn.

Budiž poznamenáno, že když označíme něco za „dábelské“, vůbec tím nemyslíme, že by to bylo něco zlého, nýbrž tím říkáme, že pojmy jako hřích, vina, dábel se docela jednoduše vztahují k polaritě a lze tak označit všechno, co se na ní podílí. Ať člověk dělá cokoli – proviňuje se, popř. hřeší. Je důležité, aby se naučil žít s touto vinou – jinak by byl nepoctivý sám vůči sobě. Zbavit se hříchu znamená dosáhnout jednoty – nabýt jí ale nemůže ten, kdo se pokouší vyhybat polovině skutečnosti. Cestu k vyléčení nesmírně ztěžuje právě okolnost, že je třeba projít vinou.

V evangeliích se neustále opakuje toto staré nedorozumění týkající se hříchu: Farizejové zastávají církevní názor, že ke spáse duše lze dospět dodržováním přikázání a vyhýbáním se zlu. Ježíš je odhaluje slovy: „Kdo z vás je bez hříchu, první hod' na ni kamenem!“ V kázání na hoře se Ježíš povznáší nad Mojžíšův zákon, který byl zkreslen rovněž jeho doslovným chápáním a znevažuje jej, když říká, že už myšlenka má stejnou váhu jako její uskutečnění. Nemělo by se přehlížet, že tento výklad v kázání na hoře nezostřoval přikázání, nýbrž odhaloval iluzi, že lze v polaritě předejít hříchu. Nicméně čisté učení bylo již přede dvěma tisíciletími natolik urážlivé pohoršující, že se objevily snahy sprovodit je ze světa. Pravda je vždy pobuřující, ať už ji slyšíme z jakýchkoli úst. Trhá na kousky všechny iluze, jimiž se stále znovu snaží zachránit naše já. Pravda je tvrdá a bolí a pramálo se hodí pro sentimentální snění a moralistický sebeklam. V Sandokai, jednom ze základních původních textů zenu, se říká:

Světlo a tma
stojí oproti sobě.
Avšak jedno závisí na druhém
jako závisí krok pravé nohy
na kroku levé.

Jang Ču napsal: „Kdo činí dobro, nečiní tak zřejmě pro slávu, ale ta jej stejně nemine. Sláva sama o sobě nemá nic společného se ziskem; a přece za ní kráčí. Zisk nemá sám o sobě nic společného se sporem, a přece na něm spor ulpí. Proto se střežte konat ušlechtilé, dobré skutky.“

Víme velmi dobře, jaká je to velká výzva zpochybnit absolutní základní požadavek konat dobro a vyhýbat se zlu. Víme ale také, že toto téma vyvolává nutně strach – strach, kterému se můžeme nejjistěji ubránit, když se křečovitě držíme dosavadních norem. Přesto bychom měli najít odvahu a setrvat u tohoto tématu, abychom je zkoumali stále znovu ze všech stran.

Není naším záměrem odvozovat své teze od nějakého náboženství, nicméně již zmíněné nepochopení hříchu přineslo v křesťanském kulturním okruhu hluboko zakořeněné hodnotové cítění, v němž jsme zakotveni silněji, než si to je většina z nás ochotna přiznat. Jiná náboženství měla a mají s tímto problémem přibližně stejně velké potíže. V hinduistické boží trojici Brahma Višnu Šiva, je Šivovi prisouzena role bořitele, a tak představuje antagonistickou sílu k Brahmovi, staviteli. Toto zpodobení usnadňuje člověku poznání nezbytného vzájemného působení sil. O Buddhovi se vypráví tento příběh: Za Buddhou přišel mladík a prosil ho, aby se směl stát jeho žákem. „Už jsi někdy kradl?“ zeptal se ho Buddha. „Nikdy,“ odpověděl učeník. „Pak jdi a krad', a až se to

naučíš, můžeš za mnou opět přijít.“

V Šinjimei, nejstarším a patrně nejdůležitějším textu zenbuddhismu, se ve 22. verši píše: „Zůstane-li nám sebenepatrnější představa o tom, co je správné a co chybné, zanikne náš duch ve zmatku.“ **Stěpit polaritu na protiklady je zlo, a přece jde o nutnou okliku vedoucí k vhledu. Pro poznání potřebujeme mít vždy dva póly, neměli bychom ale uvíznout v jejich protikladnosti, nýbrž využívat napětí mezi nimi jako pohon a energii na cestě k jednotě.**

Člověk je hříšný, provinilý – avšak právě tato vina je pro něj příznačná, protože je zárukou jeho svobody.

Připadá nám velmi důležité, že se člověk učí akceptovat svou vinu, aniž se jí nechá utlačovat. Vina člověka má metafyzickou povahu a není zapříčiněna zrovna jeho jednáním, spíš je zjevným výrazem jeho viny nutnost se rozhodovat a jednat. Přiznání viny nás osvobozuje od strachu, že se proviníme. Strach je úzkost a právě toto sevření nám brání nejvíc, abychom se potřebně otevřeli a uvolnili. Hříchu člověk neujde, když se snaží konat dobro, za což musí vždy zaplatit potlačením příslušného protipólu. Pokus uniknout hříchu dobrými skutky vede jen k nepoctivosti.

Cesta k jednotě však vyžaduje víc než jen útěk a uhýbání pohledem. Vyžaduje od nás, abychom stále vědoměji viděli polaritu ve všem. Nesmíme se ale bát projít konfliktním lidským bytím, abychom byli schopni sjednotit v sobě protiklady. Znamená to neuhýbat, nýbrž vykoupit se prožitkem. K tomu je třeba, abychom ustavičně zpochybňovali své strnulé hodnotové systémy, abychom poznali, že tajemství zla spočívá koneckonců v tom, že ve skutečnosti neexistuje. Řekli jsme, že oproti vší polaritě stojí jednota, kterou nazýváme „Bůh“, nebo také „Světlo“.

Na počátku bylo světlo jako všezahrnující jednota. Kromě tohoto světla nebylo nic, jinak by přece nebylo samojediné. Tma vzniká teprve vstupem do polarity, a to jen proto, aby bylo možné vnímat světlo. Tma je přitom čistý umělý produkt polarity, je jí zapotřebí, aby se zviditelnilo světlo na úrovni polaritního vědomí. Tma tak slouží světlu, je hnojivem, světloňosem, jak nám napovídá jméno Lucifer. Když však zmizí polarita, zmizí také tma, neboť nemá žádnou vlastní existenci. Světlo existuje, tma ne. Proto není často zmiňovaný boj mezi silami světla a tmy opravdový, neboť je vždy předem znám jeho výsledek. Tma se nemůže rovnat světlu. Světlo ale transformuje tmu okamžitě ve světlo – proto se tma musí vyhybat světlu, pokud nechce, aby byla odhalena její neexistence.

Tento zákon můžeme sledovat až do našeho fyzikálního světa – co je nahoře, je i dole. Předpokládejme, že máme místnost naplněnou světlem a mimo ni vládne tma. Lze klidně otevřít dveře a okna a vpustit dovnitř tmu – v místnosti se nesetmí, nýbrž světlo promění tmu ve světlo. Nyní tento příklad obraťme: máme tmavou místnost, kolem níž je světlo. Když opět otevřeme dveře a okna, světlo i tentokrát transmutuje tmu a vyplní místnost.

Zlo je umělý produkt našeho polaritního vědomí, podobně jako čas a prostor, a slouží jako hnojivo pro vnímání dobra, je mateřským klínem světla. Zlo proto vůbec není opakem dobra, nýbrž polaritou jako takovou stejně jako hřích, protože dvojaký svět nemá konec, a tím ani žádnou vlastní existenci. Vede do zoufalství; jež opět slouží jen k obrácení a poznání, že člověk může nalézt spásu pouze v jednotě. Stejná zákonitost platí také pro naše vědomí. Jako vědomé označujeme všechny vlastnosti a aspekty člověka, jež se nacházejí ve světle jeho vědomí, a proto je může vidět. Stín je oblast, jež není zasažena světlem vědomí, a je proto temná, tedy nevědomá. Nicméně temné aspekty se rovněž jeví jako zlé a strašlivé jen tak dlouho, dokud leží ve tmě. Už jen pohled na obsahy stínu vnáší světlo do temnoty a mění

nevědomé na vědomé.

Na něco se dívat je velké zaklínadlo na cestě k sebepoznání. Pohled mění kvalitu pozorovaného, protože světlo, tzn. uvědomění, projasňuje tmu. Lidé by rádi neustále měnili věci, a proto obtížně chápou, že jediné, co se od člověka chce, je, aby byl schopen se dívat. Nejvyšší cíl člověka – nazvěme ho moudrost nebo osvícení – spočívá ve schopnosti umět se na všechno podívat a poznat, že je to dobré tak, jak to je. Tím se myslí právě sebepoznání. Dokud člověka pořád ještě něco ruší a má potřebu něco měnit, zatím nedospěl k sebepoznání.

Musíme se naučit dívat na věci a události tohoto světa, aniž v nás ego okamžitě vzbudí odpor nebo náklonnost; musíme se naučit pozorovat s klidnou myslí všechny rozmanité hry, jež nám předvádí májá. Proto se ve zmíněném zenovém textu říká, že sebenepatrnější představa o tom, co je dobré a co zlé, nám mate ducha. Každé hodnocení nás připoutává ke světu forem a vede k ustrnutí. A dokud jsme ustrnulí, dokud zůstáváme hříšní, nezdraví, nemocní, dokud v nás přetrvává touha po lepším světě a snažíme se měnit svět, nejsme s to zbavit se utrpení. A člověk se už opět ocitá v zajetí zrcadlového preludu, neboť věří v nedokonalost světa a nezaznamenává, že nedokonalý je jen jeho pohled, který mu brání vidět celek.

Proto se musíme naučit ve všem se poznat a pak si procvičovat klidnou mysl. Klidná mysl znamená vyhledat si střed mezi polaritami a odtud pozorovat pulzaci pólů. Klidná mysl je jediný postoj, který umožňuje hledět na jevové formy bez hodnocení, bez vášnivého ano nebo ne, bez identifikace. Tato klidná mysl by se neměla zaměřovat s lhostejností jako takovou, s onou směsí nezúčastněnosti a nezájmu, kterou má patrně na mysli Ježíš, když hovoří o „vlažných“. Ti nikdy nejdou do konfliktu a věří, že potlačováním a útekem lze dosáhnout zdravého světa, k němuž se skutečně hledající člověk tvrdě dopracuje, když pozná konfliktnost svého bytí a nebojí se vědomě, tedy učenlivě projít touto polaritou, aby ji zvládl. Ví totiž, že **dříve nebo později bude muset sjednotit protiklady, jež vytvořilo jeho já. Neleká se nezbytných rozhodnutí, i když ví, že se jimi vždy proviní – snaží se ale, aby v nich neuvízl.**

Protiklady se nesjednotí samy od sebe – musíme si je aktivně prožít, abychom si je nejprve přivlastnili. Jestliže jsme integrovali oba póly, teprve potom můžeme najít střed a z něj začít sjednocovat protiklady. Útěk ze světa a askeze jsou nejnevhodnější reakce, pokud chceme dojít do cíle. Spíš je zapotřebí odvahy vědomě a neohroženě čelit životním výzvám. Rozhodující slůvko v předchozí větě je „vědomě“ – neboť už jen uvědomění, jež nám dovolí pozorovat se při veškerém konání, může zabránit tomu, abychom se ztratili. Není vůbec důležité, co člověk dělá, nýbrž jak to dělá. Hodnocení založené na „dobru“ a „zlu“ vždy sleduje, co člověk dělá. My toto sledování nahrazujeme otázkou, „jak někdo něco dělá“. Jedná vědomě? Je v tom zapleteno jeho ego? Dělá to bez účasti svého já? Odpovědi na tyto otázky rozhodují o tom, zda se někdo svým konáním váže nebo osvobozuje.

Příkázání, zákony a morálka nedovedou člověka k dokonalosti. Poslušnost je dobrá – ale nestačí, neboť vězte, že i „dábel naslouchá“. Vnější příkazy a zákazy jsou oprávněné až do chvíle, kdy člověk dospěl ve svém vědomí a je schopen rozlišit odpovědnost za sebe sama. Zákaz hrát si se zápalkami má své oprávnění pro malé děti a je zbytečný poté, co dospějí. Když člověk najde v sobě vlastní zákon, odpoutává ho to od všech ostatních. Nejvnitřnějším zákonem každého člověka je závazek, jeho vlastní střed, který mu umožňuje najít své já a uskutečnit ho, tzn. sjednotit ho se vším, co je.

Nástroj sjednocení protikladů se jmenuje láska. Principem lásky je otevření se a vpuštění něčeho, co bylo do té doby venku. Láska usiluje o splynutí v jedno –

láska chce spojovat ne rozdělovat. Láska je klíč ke sjednocení protikladů, neboť proměňuje ty v já a já v ty. Láska je souhlas bez jakýchkoli omezení a podmínek. Láska chce splynout v jedno s celým univerzem – dokud se nám nepodaří toto, ještě jsme nedosáhli lásky. Dokud láska volí, není to skutečná láska, neboť láska na rozdíl od volby nerozděluje. Láska nezná žárlivost, neboť nechce vlastnit, nýbrž se chce rozplýnout.

Symbolem všeobjímající lásky je láska, kterou zahrnuje lidi Bůh. K tomuto obrazu se stěží hodí představa, že Bůh rozděluje svou lásku nestejnou měrou. Tím méně by někoho napadlo žárlit, protože Bůh miluje ještě jiné. Bůh – jednota – nerozlišuje na dobré a zlé – a proto je láska. Slunce poskytuje teplo všem lidem a nerozděluje své paprsky podle zásluh. Jen člověk se cítí být povolán házet kameny – neměl by se pak ale divit, že zasáhne vždy jen sebe. Láska nezná hranice ani překážky, láska transmutuje.

5. ČLOVĚK JE NEMOCNÝ

Všechny dosavadní úvahy měly sloužit poznání, že člověk je nemocný, že se nestává nemocným. Zde tkví obrovský rozdíl mezi naším a medicínským pojetím nemoci. Medicína spatřuje v nemoci nemilou poruchu „normálního zdravotního stavu“, a proto se snaží tuto poruchu nejen co nejrychleji odstranit, nýbrž především stále účinněji bránit nemoci jako takové a nakonec ji definitivně vyhladit. My bychom naproti tomu rádi upozornili na fakt, že nemoc je součástí rozsáhlého regulačního systému sloužícího evoluci. Člověka nelze osvobodit od nemoci, neboť zdraví potřebuje nemoc jako protipól.

Nemoc vyjadřuje, že člověk je hříšný, provinilý nebo nezdravý – nemoc je mikrokosmické zpřítomnění hříchu. Tato označení nemají vůbec nic společného s ideou trestu, nýbrž jen chtějí říct, že člověk se podílí na vině, nemoci a smrti, dokud se podílí na polaritě. Tyto základní skutečnosti ztrácejí negativní příchut' ve chvíli, kdy si je přizná. Děsivé nepřátele z nich učiníme jen tehdy, když je odmítáme vnímat, když je hodnotíme a bojujeme proti nim.

Člověk je nemocný, protože mu chybí jednota. Zdravý člověk, kterému nic nechybí, existuje pouze v anatomických knihách. Není znám žádný živý exemplář. Mohou být lidé, u nichž se po celá desetiletí neobjeví žádné nápadné nebo závažné symptomy – a přece to nic nemění na zjištění, že také oni jsou nemocní a smrtelní. Být nemocný znamená stav nedokonalosti, náchylnosti, zranitelnosti, smrtelnosti. Při důkladnějším prozkoumání také s úžasem zjistíme, co všechno „zdravým lidem“ chybí.

Měli bychom se zbavit iluze, že nemoc lze sprovodit ze světa. Člověk je konfliktní bytost, a proto je také nemocný.

Člověk žije ze svého ega, jež stále baží po moci. Výrazem tohoto mocenského nároku je každé: „Já ale chci!“ Já se nadouvá stále víc a umí se člověku vnutit ve stále nových, ušlechtlejších převlecích. **Já žije z vymezení, a proto se bojí oddání, lásky a splnutí v jedno. Já rozhoduje a uskutečňuje jeden pól a vytěsňuje vznikající stín ven, k „ty“, do okolního světa. Nemoc kompenzuje všechny tyto jednostrannosti, když tlačí člověka pomocí symptomů na protilehlou stranu podle toho, jak dalece se odchýlil od středu. Nemoc srovná každý krok, který člověk udělá poháněn pyšným egem, tím, že ho nasměruje k pokoře a bezmoci.**

Nemoc patří ke zdraví stejně jako smrt k životu. Je nepohodlné to říkat, máme ale výhodu v tom, že o správnosti našich slov se může přesvědčit každý alespoň trochu nezaujatý pozorovatel. Nemáme v úmyslu vytvářet teze nové víry, chceme pomoci těm, kteří o to stojí, aby si vytříbili pohled a naučili se dívat na věci z jiného, nezvyklého úhlu.

Bořit iluze není nikdy snadné a příjemné, vždy to ale vytvoří nový, svobodný prostor.

Život je prostě cesta plná zklamání – člověk je připravován o jeden klam za druhým tak dlouho, až dokáže unést pravdu. Kdo se odváží rozeznat v nemoci, chřadnutí a smrti nevyhnutelné a věrné průvodce svého bytí, brzy zjistí, že toto poznání nekončí v žádném případě beznadějí. Spíš najde v těchto průvodcích ochotné, moudré přátele, kteří mu pomáhají najít skutečnou, léčivou cestu. Bohužel nemáme mezi lidmi nikdy dost upřímných přátel, kteří na každém kroku odhalují hrátky našeho ega a zaměřují náš pohled na stín. Kdyby si to skutečně některý z našich přátel dovolil, označili bychom ho rychle za „nepřítele“. Přesně tak je to s nemocí. Je příliš upřímná, než abychom ji milovali.

Protože jsme ješitní, jsme stejně slepí a choulostiví jako onen císař, jehož nové šaty byly utkány z vlastních iluzí. Nicméně naše symptomy jsou neúplatné – nutí nás k poctivosti. Svou existencí nám ukazují, co nám ve skutečnosti ještě chybí, co nenecháme, aby se uplatnilo, co leží ve stínu a rádo by se realizovalo a v čem jsme jednostranní. Symptomy nám svou věrností a tím, že se dostavují zas a znovu, ukazují, že jsme nějaký problém v žádném případě nevyřešili tak rychle a definitivně, jak si většinou snažíme namluvit. Nemoc namíří vztyčený ukazováček na malost a bezmocnost, vždycky když si člověk myslí, že změní vlastní dokonalost a mocí běh světa. Stačí bolest zubů, ústřel, chřipka nebo průjem a skvělý vítěz se promění v ubohého červa. A právě to nenávidíme na nemoci.

Celý svět je ochoten vyvinout maximální úsilí, aby vyhladil nemoc. Ego nám pilně našeptává, že je to maličkost, a zaslepuje nás, takže nevidíme, jak každým úspěšným krokem zabředáváme hlouběji do nemoci.

Nemoc způsobuje, že se člověk může vyléčit. Nemoc je bod obratu, v němž lze nezdraví proměnit ve zdraví. Aby k tomu mohlo dojít, musí člověk přestat bojovat a místo toho se musí naučit poslouchat a dívat se, aby poznal, co mu nemoc sděluje. Pacient se musí zaposlouchat do sebe a komunikovat se svými symptomy, chce-li se dozvědět jejich poselství. Musí být připraven nemilosrdně zpochybňovat vlastní názory a představy o sobě a vědomě integrovat, co se mu symptom pokouší vštípit v tělesné rovině. Musí tedy postupovat tak, aby se symptom stal zbytečným, a vpustit do vědomí to, co mu chybí. Vyléčení je vždy spojeno s rozšířením vědomí a zráním. Vznikl-li symptom, protože část stínu vtrhla do těla a tam se manifestovala, je léčba obrácením tohoto procesu – uvědomíme si princip symptomu a zbavíme ho tak materiální existence.

6. HLEDÁNÍ PŘÍČIN

Možná leckdo ještě docela nechápe naše dosavadní úvahy, neboť se zdá, že je lze těžko sjednotit s vědeckými poznatky o příčinách nejrůznějších symptomů. Většinou jsme sice ochotni přiznat některým symptomatickým obrazům, že jsou výhradně nebo částečně zapříčiněny psychickými procesy – co ale s převažujícím zbytkem chorob s jednoznačně prokázanými tělesnými příčinami?

Zde narážíme na zásadní problém našich myšlenkových návyků. Člověk považuje za naprosto samozřejmé, že kauzálně interpretuje všechny děje, které dokáže vnímat, a vytváří rozsáhlé kauzální řetězce, v nichž se k sobě jednoznačně vztahují příčina a následek. Tak můžete číst tyto řádky, protože jsem je napsal, protože nakladatelství vydalo tuto knihu, protože vám ji knihkupec prodal atd. Zdá se, že kauzální myšlení je natolik jasné a naléhavé, že většina lidí v něm spatřuje nutný předpoklad lidského poznání. A tak se všude možně zkoumají nejrůznější příčiny nejrůznějších manifestací a všichni si od toho slibují nejen větší přehlednost souvislostí, nýbrž také možnost zasahovat do kauzálních dějů a řídit je. Co je příčinou stoupajících cen, zvyšující se nezaměstnanosti,

kriminality mladistvých? Jaké příčiny má zemětřesení nebo určitá choroba? Otázky se na nás jen hrnou a všichni doufáme, že vypátráme pravou příčinu.

Jenže kauzalita zdaleka není tak bezproblémová a naléhavá, jak se to možná zdá při povrchním pozorování. Dá se dokonce říct (a tvrdí to čím dál víc lidí), že přání člověka vykládat svět kauzálně vneslo nemálo zmatku a sporů do dějin lidského poznání a vedlo k důsledkům, které se zčásti ozřejmují teprve dnes. Od dob Aristotela se představa příčiny dělí do čtyř kategorií.

Rozlišujeme mezi účinnou příčinou, látkovou příčinou, formální příčinou, a konečně cílovou příčinou. Ony čtyři kategorie příčin si lze rychle zpřítomnit na klasickém příkladu stavby domu. Nejprve musíme mít záměr postavit dům (cílová příčina), potom pohon, popř. energii, jež se projeví například v investici nebo v pracovní síle (účinná příčina), dále stavební plány (formální příčina) a nakonec materiál jako beton, cihly, dřevo atd. (látková příčina). Jestliže chybí jedna z těchto čtyř kategorií, dá se těžko přikročit ke stavbě.

Nicméně potřeba pravé, „příčinné“ příčiny vede vždy ke snaze zredukovat koncepci čtyř příčin. Při tom vznikly dva směry s opačným pojetím. Zástupci jednoho směru pak spatřovali vlastní příčinu všech příčin v cílové příčině. V našem příkladu by tedy byl vlastním předpokladem všech ostatních příčin záměr postavit dům. Jinými slovy: záměr nebo cíl je vždy příčinou všech událostí. Důvodem, proč píšu tyto řádky, je tedy můj záměr vydat knihu.

Toto pojetí kauzality (cílové) se stalo základem duchovních věd, od nichž se přísně odlišily vědy přírodní svým důrazem na energetický model kauzality (účinná příčina).

Pro výzkum a popis přírodních zákonů se ukázala teze o záměru nebo účelu jako příliš hypotetická. Přírodovědcům připadal smysluplný předpoklad určité síly nebo pohonu. Proto se upnuli na kauzální zákon ve smyslu energetického pohonu.

Obě tato rozdílná pojetí kauzality dodnes oddělují duchovní vědy od přírodních a jejich vzájemné porozumění je těžké, ne-li nemožné. Přírodovědecké kauzální myšlení sleduje příčinu do minulosti, zatímco model cílové příčiny ji přemísťuje do budoucnosti. Takto formulován může působit poslední výrok na mnohé podivně – neboť jak může příčina přicházet časově až po následku? Na druhé straně se v běžném životě nikdo nestydí vyjádřit tuto souvislost: „Půjdu, protože mi za hodinu jede vlak.“ „Koupil jsem jí dárek, protože bude mít příští týden narozeniny.“ Ve všech těchto výrocích tedy zasahuje budoucí událost jako příčina do minulosti.

Když pozorujeme události všedního života, zjistíme, že se některé hodí spíš jako účinná příčina v minulosti a jiné zase jako cílová příčina z budoucnosti. Tak třeba říkáme: „Nakoupím si dnes, protože zítra je neděle.“ „Váza spadla, protože jsem do ní strčil(a).“ Je ovšem myslitelný i dvojitý pohled. Můžeme třeba příčinu toho, že se při manželské hádce rozbilo nádobí, spatřovat buď v tom, že je někdo hodil na podlahu, nebo také v tom, že jeden partner chtěl vydráždit druhého. Všechny tyto příklady ozřejmují, že obě představy kauzality sledují rozdílné roviny, které mají obě své oprávnění. Varianta účinné příčiny umožňuje představu mechanické účinné souvislosti, a vztahuje se tak vždy k materiální úrovni, zatímco cílová kauzalita pracuje s motivacemi, popř. záměry, jež se nedají přiřazovat k materii, nýbrž jen a jen k psyché. Zmíněný konflikt je tedy zvláštní forma následujících polarit: účinná příčina – cílová příčina / minulost – budoucnost / materie – duch / tělo – duše.

Na tomto místě by se zřejmě hodilo, kdybychom použili v praxi všechno to, co jsme si řekli o polaritě. Pak bychom mohli vyměnit „buď, anebo“ za „jak, tak“ a pochopit, že oba způsoby nazírání se nevyklučují, nýbrž doplňují. (Je úžasné, jak málo se člověk poučil ze zkušenosti s částicovou a vlnovou strukturou světla!) Také zde záleží na tom, kterým směrem se dívám, a ne na tom, co je správné nebo chybné. Když z automatu na cigarety vypadne krabička cigaret, pak lze příčinu spatřovat ve vhozených mincích nebo také v

úmyslu vykouřit si cigaretu. (To je víc než pouhá hra se slovy, neboť bez přání a záměru kouřit cigarety, by nebyly automaty na cigarety.)

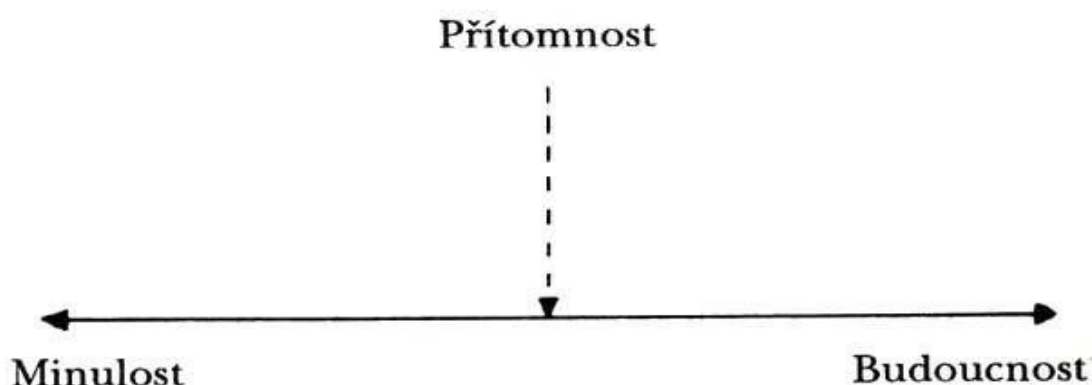
Oba způsoby nazírání jsou legitimní a nijak se vzájemně nevylučují. Nazírání samo ale bude vždy nedokonalé, neboť přítomnost veškerých materiálních a energetických příčin ještě zdaleka nezpůsobí vznik automatu na cigarety, dokud chybí patřičný záměr. Stejně tak málo stačí záměr nebo cíl k tomu, aby se něco zjevilo. Také zde žije jeden pól z druhého.

Jestliže příklad s automatem na cigarety možná ještě působí banálně, je evoluce a její chápání navýsost polemické téma. Vyčerpává se příčina lidského bytí v řetězci materiálních kauzalit minulosti, a naše esence je proto výsledkem náhodných vývojových skoků a procesů selekce, a to od atomu vodíku až po lidský velký mozek? Nebo snad potřebuje tato polovina kauzality ještě úmysl, který působí z budoucna a umožňuje evoluci, aby probíhala vstříc zamýšlenému cíli?

Pro přírodovědce je druhý aspekt „příliš hypotetický“, duchovní vědci považují za „příliš chabý“ první aspekt. Když se však podíváme na menší, a proto přehlednější vývoje a „evoluce“, nalezneme vždy oba kauzální směry. Sama technologie ještě nevyrobí letadla, dokud chybí lidskému vědomí hotová idea létání. Stejně tak není evoluce výsledkem náhodných rozhodnutí a vývojových procesů, nýbrž materiálním a biologickým uskutečněním věčného vzorce. Z jedné strany se blíží materiální procesy a z druhé strany působí cílová podoba, aby mohlo dojít uprostřed k manifestaci.

Tím se dostáváme k dalšímu problému tohoto tématu. Předpokladem kauzality je lineárnost, na níž lze vyznačit „předtím“ nebo „potom“ ve smyslu účinné souvislosti. Lineárnost zase předpokládá čas a právě čas ve skutečnosti neexistuje. Vzpomeňme si, že čas vzniká v našem vědomí polaritou, jež nás nutí rozložit jednotu a změnit současnost v následnost. Čas je fenomén našeho vědomí, který promítáme navenek. Potom věříme, že čas existuje nezávisle na nás. Navíc si tok času představujeme vždy jako lineární a jednosměrný. Domníváme se, že čas plyne z minulosti do budoucna, a přitom přehlízíme, že se jak minulost, tak budoucnost setkávají v bodu, jež nazýváme přítomnost.

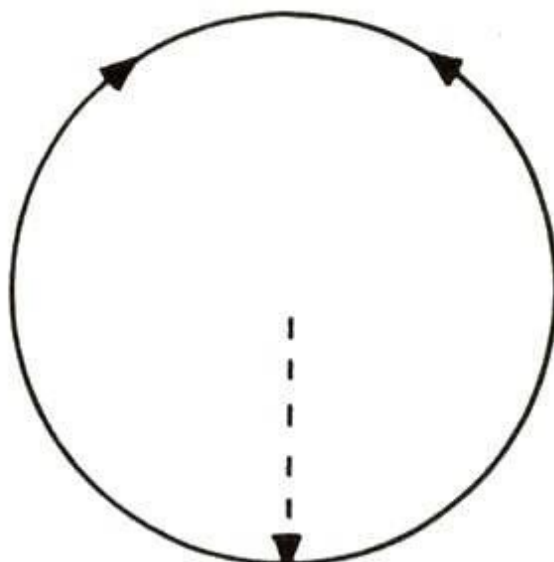
Tuto zpočátku těžko představitelnou souvislost si lze možná lépe znázornit následující analogií. Představme si průběh času jako přímku, jejíž jeden konec směřuje do minulosti a druhý do budoucna.



Z geometrie ale víme, že ve skutečnosti nejsou žádné rovnoběžky, protože každá přímka se uzavře kvůli zakřivení prostoru v kruh, když ji prodloužíme do nekonečna (Riemannova geometrie). Každá rovná čára je tedy ve skutečnosti výřez z oblouku. Když převedeme tento poznatek na znázorněnou časovou osu, vidíme, že se do kruhu uzavírají rovněž minulost a budoucnost.

Minulost

Budoucnost



Přítomnost

Znamená to, že žijeme stále vstříc minulosti, popř. že naše minulost byla určována naší budoucností. Když použijeme tento model na naši představu kauzality, rázem se vyjasní problém, o němž jsme předtím diskutovali: kauzalita plyne stejně do obou směrů v každém bodu stejně jako čas. Takové představy mohou vypadat neobvykle, není však o nic složitější je pochopit než nám běžnou skutečnost, že dospějeme do stejného bodu, oblétneme-li svět, ačkoli se od něj vlastně vzdalujeme.

Ve dvacátých letech minulého století poukázal na tento problém času ruský esoterik P. D. Uspenskij ve svém vizionářském pohledu na 14. tarotovou kartu (mírnost), když prohlásil: „Jméno anděla je čas, řekl hlas. Na jeho čele je kruh, to je znamení věčnosti a života. Anděl drží v rukou dva džbány, zlatý a stříbrný. Jeden džbán je minulost, druhý budoucnost. Duhový oblouk, jenž se mezi nimi klene, je přítomnost. Vidíš, že přítomnost teče do obou stran. To je čas v aspektu nepochopitelném pro člověka. Lidé si myslí, že všechno nepřetržitě proudí jedním směrem. Nevidí, jak se všechno věčně setkává, že jedno přichází z minulosti a druhé z budoucnosti a že čas je množina kruhů, jež se otáčejí do různých směrů. Pochop toto tajemství a nauč se rozlišovat protichůdné proudy v duhovém oblouku přítomnosti.“ (P. D. Uspenskij: Nový model univerza)

Také Hermann Hesse pojednal téma času opakovaně ve svých dílech. Klein, když umírá, říká: „Jak dobré, že k němu nyní došlo i poznání, že neexistoval čas. Člověk je vždy oddělen časem ode všeho, po čem touží.“ Ve své básni Siddhártha se Hesse zabývá na mnoha místech tématy nečasovosti. Např. v dialogu Vasudévy se Siddhárthou: „Zdalipak ses,“ ptal se ho jednou, „zdalipak ses naučil od řeky tajemství: že není čas?“ Vasudévu tvář přeběhl jasný úsměv. „Ano, Siddhártho,“ řekl, „je to přece to, co máš na mysli: že řeka je všude zároveň, u pramene i u ústí, u vodopádu, u přívozu, u peřejí, v moři, v horách, všude zároveň a že pro ni je pouze přítomnost nikoli stín minulosti?“ „Tak je to,“ řekl Siddhártha. „Když jsem se to naučil, podíval jsem se na svůj život a byla to také řeka a chlapec Siddhártha byl od muže Siddhárthy a od starce Siddhárthy oddělen jen stínem, ničím skutečným. Ani Siddhárthova dřívější narození nebyla žádnou minulostí a jeho smrt a návrat k brahma žádnou budoucností. Nic nebylo, nic nebude, všechno je bytí a přítomnost.“

Když si postupně uvědomíme, že ani čas, ani lineárnost neexistují mimo naše

vědomí, nutně to otřese také absolutností myšlenkového modelu kauzality. Ukazuje se, že kauzalita je pouze určitá subjektivní forma lidského nazírání nebo – jak to vyjádřil David Hume – „potřeba duše“. Sice není důvod nahlížet na svět nekauzálně – avšak není ani důvod vykládat ho kauzálně. Objasňující otázka ani zde nezní: je to správné, nebo chybné? V nejlepší případě se lze nanejvýš zeptat: hodí se to, nebo ne?

Z tohoto zorného úhlu můžeme vidět, že kauzální způsob nazírání je mnohem méně vhodný, než jak se v současné době rutinně používá. Všude tam, kde máme co dočinění s poměrně malými výřezy světa, a vždycky když se události nevymykají našemu přehledu, vystačíme si běžně docela dobře se svou představou času, lineárnosti a kauzality. Pokud se ale zvýší dimenzionalita nebo náročnost nějaké otázky, vede kauzální způsob nazírání spíš k nesmyslným závěrům než k poznání. Kauzalita totiž vždy nakonec vyžaduje, abychom si položili určitou otázku. V kauzálním obraze světa má koneckonců každá manifestace nějakou příčinu, a proto je nejen dovolené, nýbrž dokonce nezbytné ptát se u každé příčiny opět na její příčinu. Tento postup sice vede k vypátrání příčiny příčiny příčiny – bohužel ale nikdy nedojdeme ke konečnému bodu. Prapříčina všech příčin se nedá najít. Buď se přestaneme v libovolném bodě dál ptát, nebo skončíme u nezodpověditelné otázky, která není o nic smysluplnější než známý dotaz, co bylo dřív, jestli vejce, nebo slepice.

Rádi bychom tím ozřejmili, že koncepce kauzality může být snad docela praktická nanejvýš v denním životě jako pomocná funkce myšlení, že je však naprosto nedostatečná a nepotřebná jako nástroj, jímž lze postihnout vědecké, filosofické a metafyzické souvislosti. Je falešná víra, že existují kauzální účinné souvislosti, neboť předpokládají lineárnost a čas. Připustíme-li však, že kauzalita je možný (a tím nedokonalý) subjektivní způsob nazírání člověka, pak je také legitimní používat ji tam, kde nám podle našeho mínění v životě pomáhá.

Nicméně v našem současném obraze světa převládá mínění, že kauzalita existuje sama o sobě a že ji lze dokonce experimentálně dokázat. Tento omyl bychom rádi vyvrátili. Člověk nemůže nikdy pozorovat víc než vztahy „vždycky když – potom“. Tato pozorování však neříkají nic víc, než že dvě manifestace se vyskytují synchronně a jsou vůči sobě ve vzájemném vztahu. Jestliže jsou taková měření okamžitě interpretována kauzálně, pak je tento poslední krok vyjádřením určitého světového názoru, nemá ale nic společného s měřením nebo pozorováním jako takovým. Zaryté trvání na kauzální interpretaci nám značně omezilo vidění světa a schopnost poznání.

Byla to kvantová fyzika, která narušila a zpochybnila kauzální obraz světa. Werner von Heisenberg prohlásil, „že v docela malých časoprostorových oblastech, tedy v oblastech velikosti elementárních částic, se zvláštním způsobem stírají rozdíly mezi prostorem a časem, a to tak, že v tak nepatrných časových úsecích nelze ani správně definovat pojmy jako dříve a později. Ve velkém se na časoprostorové struktuře přirozeně nemůže zřejmě nic změnit, mělo by se však počítat s možností, že experimenty týkající se procesů probíhajících v docela malých časoprostorových oblastech ukážou, že jisté procesy probíhají zdánlivě časově obráceně, než to odpovídá jejich kauzálnímu sledu.“

Heisenberg to formuluje jasně, ale obezřetně, neboť jako fyzik omezuje své výroky na to, co lze pozorovat. Přesto tato pozorování hladce zapadají do onoho obrazu světa, který odnepaměti učili mudrci tohoto světa. Sledování elementárních částic se odehrává v hraniční oblasti našeho světa determinovaného časem a prostorem – nacházíme se hodně blízko „rodiště matérie“. Zde se ještě stírají rozdíly mezi časem a prostorem, jak říká Heisenberg. „Předtím“ a „potom“ jsou ale zjevnější, čím dál pronikáme do větší a hrubší struktury hmoty. Vydáme-li se však opačným směrem, nejprve přestáváme jasně rozlišovat mezi časem a prostorem mezi „předtím“ a „potom“, až toto rozlišení zmizí docela a my dospějeme tam, kde vládne jednota a nerozlišitelnost. Tam není ani čas, ani prostor,

vládne tam věčné Zde a Nyní. Je to bod, v němž je obsaženo všechno, a přece se mu říká „nic“. Čas a prostor jsou dvě souřadnice, jež určují svět polarity, svět klamu, májá – nejprve musíme odhalit jeho neexistenci, abychom dospěli k jednotě.

V tomto polaritním světě je tedy kauzalita jedna perspektiva našeho vědomí. Interpretovat děje, to je způsob myšlení levé poloviny mozku. Už jsme říkali, že přírodovědný světový názor je světový názor levé hemisféry; není divu, že tolik lpí na kauzalitě. Pravá hemisféra však nezná kauzalitu, myslí analogově. V analogii jsme našli onen druhý způsob nazírání, protilehlý vůči kauzalitě.

Tento způsob není ani správný, ani chybný, ani lepší, ani horší, je to však nutný doplněk k jednostranné kauzalitě. Teprve kauzalita a analogie mohou společně vytvořit souřadnicový systém, v němž lze smysluplně interpretovat náš polaritní svět.

Tak jako kauzalita zviditelňuje horizontální vazby, analogie sleduje prapůvodní principy vertikálně všemi rovinami jejich manifestací. Analogie nevyžaduje žádnou účinnou souvislost, orientuje se ale podle identity obsahu v různých formách. Je-li v kauzalitě vyjádřen časový vztah slovy „předtím“ a „potom“ těžší analogie ze synchronnosti ve smyslu „vždycky když, potom“. Vede-li kauzalita ke stále větší diferenciaci, analogie shrnuje mnohost do celostních vzorců.

Neschopnost myslet analogicky nutí vědu, aby prozkoumávala zákony stále znovu na všech úrovních. Neodvází se a ani není schopna abstrahovat objevený zákon tak, aby byl vidět analogicky jako princip na všech úrovních. Zkoumá např. polaritu v elektřině, v jaderném oboru, v acidobazické rovnováze, v mozkových hemisférách a v tisíci dalších oblastech pokaždé znovu a odděleně od ostatních oborů. Analogie pootáčí úhel pohledu o devadesát stupňů a sesazuje nejružnější formy do analogické souvislosti, když ve všech nalézá tentýž prapůvodní princip. Pak zjistíme, že kladný elektrický pól, levá hemisféra, kyselina, slunce, oheň, jang mají cosi společného, ačkoli mezi nimi neexistují žádné příčinné vazby. Analogie se odvozuje od prapůvodního principu, společného pro všechny vyjmenované formy. Tento prapřincip by se dal v našem příkladu nazvat mužským principem neboli principem aktivity.

Takový druh náhledu rozkládá svět na archetypické součástky a sleduje různé vzorce tvořené archetypy. Tyto vzorce se dají opět analogicky najít na všech úrovních jevových forem – co je nahoře, je i dole. Analogickému nazírání je třeba se naučit stejně jako kauzálnímu způsobu pohledu. Otevře nám ovšem také docela jinou stránku světa a zviditelní souvislosti a vzorce, jež zůstávají skryty kauzálnímu pohledu. Tak jako přednosti kauzalit tkví v rámci funkčnosti, tak je analogie výhodná při zviditelňování obsahových souvislostí. Levá hemisféra dokáže díky kauzalitě rozložit a analyzovat mnoho věcí, nicméně se jí nedaří pochopit svět jako celek. Pravá hemisféra není naopak schopna řídit procesy tohoto světa, zato dokáže vidět celek, a proto je schopna prožít smyslovost. Smyslovost leží mimo účel a logiku aneb, jak říká Lao-c':

Tao, které lze postihnout slovy,
není věčné a neměnné tao;
jméno, které lze pojmenovat,
není věčné a neměnné jméno.
Bezejmenné je prapočátkem nebe a země.
Pojmenované je matkou všeho stvoření.
Proto ten, kdo zůstává bez žádostí, proniká k jádru této tajemnosti;
kdo je naplněn žádostmi, postihuje jen vnější tvářnost věcí.
To obojí – ač má rozličná jména – vyvěrá ze stejného prapůvodu.
Stejnost – toť hlubina záhadnosti.
Záhada všech záhad, brána veškeré tajemnosti.

7. METODA PÁTRÁNÍ PO PŘÍČINÁCH

Než se dostaneme k druhé části nazvané Praktický výklad, v níž se pokoušíme rozluštit význam nejčastějších symptomů, rádi bychom se ještě zmínili o metodě pátrání po příčinách. Není naším záměrem nabídnout výkladový slovník, v němž si čtenář podle potřeby vyhledá svůj symptom, aby se dozvěděl, co znamená, a potom buď pokývl, nebo zavrtěl hlavou. Šlo by patrně o nejhrubší nedorozumění, kdyby někdo takto přistupoval k této knize. Naším cílem je zprostředkovat určitý druh vidění a myšlení, který umožní zaujatému čtenáři vidět u sebe i u svých bližních nemoc pro jednou docela jinak než dosud.

K tomu je však třeba nejprve získat určité předpoklady a osvojit si příslušné techniky, protože většina lidí se ještě nenaučila zacházet s analogiemi a symboly. K tomu slouží především konkrétní příklady uvedené v druhé části stránek. Ty mají ve čtenáři vyvinout schopnost také tak myslet a vidět. Čtenář se dostane dál, až bude schopen samostatného výkladu, neboť prefabrikovaný výklad poskytuje přinejlepším určitý rámec, nemůže ale nikdy obstát v konfrontaci s individuálním případem. Je to stejné jako u výkladu snů: Člověk by měl používat snář, aby se naučil vykládat sny, a ne proto, aby se v něm dočetl o svých snech.

Z tohoto důvodu si také druhá část těchto stránek nečiní nárok na dokonalost, ačkoli jsme se snažili postihnout pokud možno všechny tělesné a orgánové oblasti, abychom připravili potřebný výchozí materiál a čtenář si mohl sám zpracovat svůj konkrétní symptom. Zatímco jsme se dosud pokoušeli zprostředkovat světonázorové filosofické pozadí problematiky, předkládáme v této poslední kapitole teoretické části nejdůležitější aspekty a pravidla, umožňující výklad symptomů. Jde o potřebný nástroj, který by měl spolu s určitým nácvikem umožnit každému vážnému zájemci, aby smysluplně pátral po příčinách.

Kauzalita v medicíně

Problém kauzality má pro naše téma tak velký význam proto, že jak školní medicína, tak přírodní léčitelství, psychologie a sociologie spolu soupeří o to, aby vyzkoumaly pravé, skutečné příčiny symptomů chorob a léčily tím, že je odstraní. Jedni tedy hledají příčinu nemoci v choroboplodných zárodcích a škodlivinách obsažených ve znečištěném životním prostředí, jiní zase v traumatických zážitcích z dětství, ve způsobech výchovy nebo podmínkách v zaměstnání. Od obsahu olova ve vzduchu až po samu společnost – nic a nikdo neví jistě, zda v něm nebude spatřována příčina nemoci.

My se naopak domníváme, že medicína a psychologie se ocitly ve slepé uličce, když hledají příčiny nemocí. Sice budou pořád nacházet nové a nové, dokud po nich budou pátrat, avšak víra v kauzální koncepci jim brání v poznání, že nalezené příčiny jsou pouze výsledky vlastních očekávání. Ve skutečnosti jsou všechny tyto příčiny také pouze činy mezi jinými činy. Pátrání po příčinách je svým způsobem polovičaté, protože je lze v libovolném okamžiku ukončit. Tak lze příčinu infekce objevit v určitých bakteriích, jenže se vtírá otázka, proč právě tento původce vyvolal v nějakém speciálním případě infekci. Příčinu pak lze spatřovat ve snížené obranyschopnosti organismu, což ovšem vyvolává další otázku, co je příčinou této snížené imunity. V této hře se dá pokračovat donekonečna. I kdybychom se totiž dostali při hledání příčin až k prvotnímu třesku, pořád ještě by zůstala otevřená otázka, co způsobilo tento třesk...

V praxi se proto dává přednost postupu, kdy se výzkumníci v libovolném místě přestanou vyptávat a tváří se, jako kdyby právě zde začal svět. Uchýlí se k pokud možno nic neříkajícím obecným mnohovýznamovým termínům jako „locus minoris resistentiae“

nebo „dědičné zatížení“, „slabost orgánů“ apod. Kde ale bereme právo povýšit jednoduše na „příčinu“ libovolný článek celého řetězce? Je zkratka a dobře nepoctivé, když někdo hovoří o příčině nebo o kauzální terapii, neboť kauzalita, jak jsme se již přesvědčili, prostě neumožňuje nalézt příčinu.

Dále bychom se dostali, kdybychom pracovali s koncepcí polaritní kauzality, jíž jsme se zabývali předtím. Z tohoto hlediska by nemoc byla způsobena ze dvou směrů, tzn. z minulosti a z budoucnosti. V tomto modelu by cílenost zřejmě měla určitý symptomatický obraz a účinná kauzalita by poskytla hmotné a tělesné pomůcky k uskutečnění cíleného obrazu. Při tomto nazírání by se zviditelnil onen druhý aspekt nemoci, který zůstává zcela skrytý při běžném pohledu, a to záměr nemoci, a tím smysl celého procesu. Věta není podmíněna jen papírem, inkoustem, tiskárnou, písmeny atd., nýbrž rovněž – a především – cíleným úmyslem předat dál informaci.

Nemůže být přece těžké pochopit, jak se redukcí na materiální procesy, popř. na podmínky v minulosti ztrácí ono bytostné, podstatné. Každá manifestace má formu a obsah, sestává z částí a má určitou podobu, jež je víc než pouhý souhrn částí. Každá manifestace je určována minulostí a budoucností. Nemoc není výjimkou. Za symptomem stojí záměr, obsah, jenž využívá jen existující možnosti, aby se mohl projevit formálně. Proto si může nemoc vybrat některou ze všech možných příčin.

V tomto bodě dosud ztroskotává pracovní metoda medicíny. Medicína věří, že zabráni nemoci, když odstraní příčinu, a nepočítá s tím, že nemoc je natolik pružná, že si najde nové příčiny, aby se mohla nadále projevovat. Tato souvislost je velmi prostá: Když má někdo v úmyslu např. postavit dům, potom mu těžko můžeme bránit ve stavbě, když mu odebereme kameny – vybuduje si dům třeba ze dřeva. Konečné řešení by se dalo možná spatřovat v tom, že mu odebereme veškerý materiál, to však je u nemoci spojeno s nemalými potížemi. Museli bychom pacientovi vzít celé tělo, abychom měli jistotu, že si nemoc nenajde žádné další příčiny.

Tyto stránky se zabývají cílenými příčinami nemoci a jejich cílem je doplnit jednostranný funkční pohled o chybějící druhý pól. Mělo by být rovněž jasné, že nijak nepopíráme existenci materiálních procesů prozkoumaných a popsanych medicínou, nicméně se co nejrozhodněji stavíme proti tvrzení, že by pouze tyto procesy byly příčinami nemoci.

Jak jsme uvedli už dříve, má nemoc nějaký záměr, cíl, který jsme dosud popisovali v jeho nejvšeobecnější, nejabsolutnější formě – vyléčení ve smyslu sjednocení. Když rozložíme nemoc na mnoho jejích symptomatických výrazových forem, jež představují všechny kroky na cestě k cíli, můžeme se u každého symptomu ptát na jeho záměr a sdělení, abychom poznali, jaký jednotlivý krok je žádoucí právě nyní. Tuto otázku lze a je třeba si položit u každého symptomu a nedá se smést ze stolu tím, že poukážeme na funkční příčinu. Vždy se najdou funkční podmínky – stejně tak dobře se ale dá vždy najít vnitřní význam.

Náš pohled se tedy v první řadě liší od pohledu klasické psychosomatiky tím, že upouštíme od výběru symptomů. Domníváme se, že lze vyložit každý symptom, a to bez výjimky. Druhý rozdíl spočívá v tom, že nepoužíváme kauzální model klasické psychosomatiky zaměřený na minulost. Pro myšlenkovou koncepci je vedlejší, zda se domníváme, že poruchu způsobily bakterie nebo zlé matky. Psychosomatický model se neoprostil od základního omylu jednopólové kauzální koncepce. Nezajímají nás příčiny tkvící v minulosti, neboť těch je – jak jsme se mohli přesvědčit – nekonečně mnoho a všechny jsou stejně důležité a nedůležité. Náš způsob nazírání by se dal opsat buď výrazem „finální kauzalita“, nebo ještě lépe „nečasová koncepce analogie“.

Člověk má na čase nezávislou esenci, kterou však musí uskutečňovat a uvědomovat si v průběhu času. Tuto vnitřní esenci nazýváme „Nadžá“. Životní cesta

člověka je cesta k tomuto Nadjá, jež je symbolem celosti. Člověk potřebuje „čas“, aby našel tuto celost – jenže ta je přítomná od začátku. Právě z toho vzniká iluze času – člověk potřebuje čas, aby našel to, čím je neustále. (Pokud někdo něčemu nerozumí, měl by se vždy rozpomenout na příslušné příklady: v knize je současně obsažen celý román – čtenář však potřebuje čas, aby v sobě zpracoval celý děj, který byl v knize od počátku!) Tuto cestu nazýváme „evolucí“. Evoluce je vědomé zpřítomnění stále existujícího (tzn. nečasového) vzorce. Na této cestě k sebepoznání ustavičně dochází k potížím a omylům neboli – vyjádřeno jinými slovy – nedokážeme či nechceme vidět určité části svého vzorce. Nazvali jsme takové nevědomé aspekty stínem. Stín demonstruje svou přítomnost a uskutečňuje se v symptomu nemoci. Abychom mohli pochopit význam symptomu, nepotřebujeme vůbec pojem času nebo minulosti. Hledání příčin v minulosti odvádí od vlastní informace, protože se vzdáváme vlastní odpovědnosti tím, že svalujeme vinu na příčinu.

Ptáme-li se u nějakého symptomu na jeho význam, vyjeví se při odpovědi dílčí oblast našeho vlastního vzorce. Pátráme-li v minulosti, najdeme přirozeně i v ní znovu různé výrazové formy tohoto vzorce. Neměli bychom z toho ale hned vyvozovat žádnou kauzalitu – mnohem spíš jde o paralelní, časově shodné výrazové formy stejného okruhu problémů. Dítě využívá k řešení svých problémů rodiče, sourozence a učitele, dospělý zase své partnery, děti a spolupracovníky. Člověk neonemocní kvůli vnějším podmínkám, zato využívá všechny možnosti, aby je postavil do služeb své nemoci. Teprve nemocný dělá z činů příčiny.

Nemocný je pachatel a oběť v jedné osobě, trpí vždy jen svou vlastní nevědomostí. Toto zjištění není žádné hodnocení – neboť jen „osvícený“ už nemá žádný stín – má jenom člověka zbavit klamu a přimět ho, aby v sobě neviděl oběť jakýchsi okolností. Neboť právě tím se nemocný sám připravuje o možnost proměny. Nemoc nezapřičiňují ani bakterie, ani zemské záření samy o sobě, člověk je ovšem používá jako pomůcky, aby uskutečnil svou nemoc. (Stejná věta zní mnohem srozumitelněji na jiné úrovni: ani barvy, ani plátno nevytvoří obraz – člověk je ale používá jako pomůcky, aby nějaký obraz namaloval.)

Ze všeho, co jsme uvedli, by se proto mělo vyvodit první důležité pravidlo týkající se zacházení s výkladem obrazů nemoci, popsané v druhé části: Praktický výklad.

1. pravidlo: Při výkladu symptomů zapomeňte na zdánlivě kauzální souvislosti na funkční úrovni. Ty se dají najít vždycky a jejich existence je nesporná. Nijak však neoslabí platnost výkladu symptomu. Vykládáme pouze symptom v jeho kvalitativním a subjektivním výskytu. Pro výpověď o významu je irelevantní, které fyziologické, morfologické, chemické, nervové nebo jiné kauzální řetězce byly použity k realizaci symptomu. Abychom rozeznali obsahy, je pouze důležité, že něco je a jak to je – ne proč to je.

Časová kvalita symptomatiky

Jakkoli nás při dotazování nezajímá časová minulost, o to zajímavější a výmluvnější je časové rozmezí, v němž se vyskytne nějaký symptom. Přesný okamžik, kdy se objeví symptom, může poskytnout důležité informace o okruhu problémů, jež se v symptomu manifestují. Všechny události probíhající současně s výskytem symptomu tvoří rámec symptomatiky a měly by být také zaznamenávány.

Přítom nejde jen o to pozorovat vnější události, ale především také vnímat vnitřní procesy. S jakými myšlenkami, tématy a fantaziemi se člověk vyrovnával právě ve chvíli, kdy se objevil symptom? Jakou měl náladu? Dozvěděl se nějaké

zprávy nebo nastaly změny v jeho životě? Jako signifikantní se přitom často ve skutečnosti ukazují události považované za nevýznamné a nedůležité. Protože se v symptomu manifestuje potlačená oblast, jsou patřičně potlačovány a znevažovány také všechny události, jež s ní souvisejí.

Vcelku nejde o velké věci v životě, neboť s těmi se vypořádáváme většinou vědomě. Potlačené problémové oblasti však často uvolňují drobné nevinné všednodenní záležitosti. Akutní symptomy jako nachlazení, nevolnost, průjem, pálení žáhy, bolesti hlavy, poranění apod. reagují velmi dochvilně. Vyplatí se proto, když se ptáme, co člověk přesně v tom okamžiku dělal, co si myslel nebo o čem snil. Pokud si sami položíme otázku na souvislost, je dobré přesně posoudit první spontánní myšlenku a nezavrhnout ji ukvapeně jako bezvýznamnou.

To vše vyžaduje určitý cvik a slušnou dávku poctivosti nebo lépe řečeno nedůvěry vůči sobě. Kdo vychází z toho, že se dobře zná, a proto se umí rychle rozhodovat, co je v pořádku a co ne, nikdy nedosáhne žádných významnějších úspěchů na cestě k sebepoznání. Po správné cestě kráčí spíše ten, kdo je toho názoru, že lépe než on sám ho dokáže ohodnotit každé zvíře, které potká na ulici.

2. pravidlo: Analyzujte okamžik, kdy se vyskytl symptom. Pátrejte po životní situaci, myšlenkách, fantaziích, snech, událostech a zprávách, jež poskytly symptomu časový rámec.

Analogie a symbolika symptomu

Nyní se dostáváme k hlavní technice výkladu. Není snadné ji verbálně představit a naučit se jí. Zprvu je nutné navázat intimní vztah k jazyku a naučit se vědomě naslouchat, co kdo říká. Řeč je velkolepá pomůcka umožňující pochopit hlubší, neviditelné souvislosti. Vyznačuje se vlastní moudrostí, která se vyjeví pouze tomu, kdo se naučí jí naslouchat. V současné době máme sklon zacházet s jazykem vsutku nedbale a svévolně, a proto jsme ztratili přístup k pravému významu pojmů. Protože také řeč se podílí na polaritě, je rovněž vždy ambivalentní (dvojsečná, dvojznačná, dvojstranná, dvojsmyslná).

Téměř všechny pojmy se pohybují v několika rovinách současně. A tak si musíme stále znovu obnovovat schopnost vnímat každé slovo současně na všech jeho významových úrovních. Téměř každá věta v druhé části těchto stránek se vztahuje nejméně k dvěma rovinám – pokud se vám snad budou zdát některé věty banální, bude to bezpečně svědčit o tom, že jste přehlédli jejich druhou rovinu, jejich dvojznačnost. Pomocí uvozovek, kurzívy a dělení uvnitř slov se snažíme upozornit vás na důležitá místa v textu. Náš postup koneckonců stojí a padá s přístupem k dimenzionalitě jazyka. Umění poslouchat řeč v sobě buď máme, nebo nemáme stejně jako hudební sluch – pokud už nám ale bylo dáno do vínku, můžeme je procvičovat.

Naše řeč je psychosomatická. Téměř všechny výrazy, jimiž vyjadřujeme psychické stavy a procesy, jsou převzaty z tělesných zkušeností. Člověk dokáže téměř vždy pochopit a uchopit to, co jednou vzal do ruky. Už zde se nabízí téma, které by si zasloužilo pojednat obšírněji, které však jen shrneme do této teze: **člověk musí nejprve projít cestou tělesnosti, aby získal jakoukoli zkušenost, aby učinil jakýkoli krok ve vědomí. Nemůže v žádném případě vědomě integrovat principy dřív, než sestoupily do tělesnosti. Ta nás vede k nesmírné závaznosti, které se často bojíme – bez této závaznosti ale nezískáme žádnou vazbu na princip. Také tento myšlenkový postup vede k poznání, že člověka nelze uchránit od nemoci.**

Vraťme se ale zpátky k významu řeči. Kdo se naučil slyšet psychosomatickou dvojznačnost řeči, s úžasem zjistí, že nemocný prozradí svůj psychický problém už ve

chvíli, kdy hovoří o svých tělesných symptomech: jeden vidí tak špatně, že nedokáže jasně rozeznat věci – jiný je nachlazený a má plný nos – další se nemůže shýbnout, protože je zatuhlý – někdo nemůže polknout – jeden neslyší a další by nejradši vyletěl z kůže, jak ho svědíví. Zde se nedá příliš mnoho vykládat – stačí jen poslouchat, pokývnout hlavou a prohlásit: „Nemoc dělá z člověka poctivce!“ (Používáním latinských názvů chorob se školní medicína obezřetně stará o to, aby se během řeči nedala rozeznat žádná obsahová souvislost!)

Ve všech těchto případech si musí tělo prostě prožít to, co si dotyčný člověk nedokáže ve své psýše přiznat nebo čemu nedokáže uvěřit. Neodvažuje si tedy přiznat, že by chtěl vlastně vyletět z kůže, tzn. že by rád prorazil obvyklé hranice a tím se v těle uskutečňuje nevědomé přání a používá ekzém jako symptom potřebný k uvědomění vlastního přání. S ekzémem jako příčinou v pozadí si dotyčný člověk náhle troufne vyjádřit své přání nahlas: „Ze všeho nejradši bych vyletěl z kůže, jak mě svědíví!“ – má koneckonců tělesné alibi, a to v dnešních dobách bere každý vážně. Jedna zaměstnankyně se neodvážívá zaměstnavateli přiznat, že má všeho vlastně plný nos a že by ráda zůstala pár dní doma – na tělesné úrovni však je plný nos akceptován a vede k žádoucímu úspěchu.

Kromě porozumění dvojznačnosti řeči je důležitá také schopnost analogicky myslet. Už sama dvojznačnost řeči je založena na analogii. Nikoho by nenapadlo předpokládat, že člověku bez srdce skutečně chybí dotyčný orgán. Úplně doslova bychom neměli brát ani přání vyletět z kůže. Ve všech těchto případech používáme pojmy v analogickém smyslu, když použijeme konkrétní termín zástupně pro nějaký abstraktní princip. Řekneme-li, že někdo nemá srdce, myslíme tím nedostatečnou schopnost, která byla na základě archetypické symboliky odjakživa analogicky spojována se srdcem. Stejný princip ale představuje také Slunce nebo zlato.

Analogické myšlení vyžaduje schopnost abstrakce, neboť musíme umět rozeznat konkrétním termínem vyjádřený princip a přenést jej na jinou rovinu. Takto např. lidská kůže přebírá mj. funkci ohraničení, vymezení navenek. Chce-li někdo vyletět z kůže, chce tím zároveň prolomit a překonat hranice. Existuje analogie mezi kůží a např. normami, které mají v psychické rovině stejnou funkci jako kůže v rovině somatické. Jestliže stavíme kůži a normy naroveň, nemyslíme tím ani identitu, ani kauzální souvislost, nýbrž analogii principu. Takto odpovídají – jak se ještě přesvědčíme – toxiny (jedy, škodliviny) uložené v těle potlačeným konfliktům ve vědomí. Tato analogie neříká, že konflikty produkují toxiny nebo že toxiny produkují konflikty. Jak konflikty, tak toxiny jsou však analogické manifestace na různých úrovních.

A tak na obou dvou úrovních nacházíme analogické vzorce. Všechny obsahy vědomí mají svou odezvu v těle a obráceně. V tomto smyslu je také symptomem všechno. Záliba v procházkách nebo úzké rty jsou symptomy stejně jako zhnisané mandle. Symptomy se odlišují pouze v subjektivním hodnocení, jež jim dotyčný člověk přiděluje.

Starý spor o hranici mezi zdravím a nemocí, normálním a nenormálním, lze řešit pouze v rovině subjektivního hodnocení – nebo jej také nevyřešíme vůbec. Když pozorujeme tělesné symptomy a vykládáme je psychicky, má to v první řadě pomoci dotyčnému člověku zaměřit pohled na tuto oblast, kterou doposud opomíjel, aby zjistil, že to tak je. Tato opomíjená oblast se projevuje jak v těle, tak v duši – jak dole, tak nahoře. **Nejde o to okamžitě něco měnit nebo odstranit – naopak je třeba přitakat viděnému, protože odmítnutí by je vytěsnilo opět do stínu.**

Uvědomit si lze už pozorováním – a pokud snad z většího uvědomění proběhne sama od sebe subjektivní změna, pak je to zázrak. Každý úmysl něco změnit má ale jen opačný účinek. Když chceme záměrně rychle usnout, je to nejjistější způsob, jak zabránit spánku. Když o něj ale neusilujeme, dostaví se sám od sebe. Neúmyslnost zde znamená přesný střed mezi vůlí zabránit a vynutit si. Je

to klidný střed, který umožňuje, aby se událo něco nového. Kdo proti něčemu bojuje nebo se za něčím štvě, nikdy nedosáhne cíle. Pokud by měl někdo při interpretaci obrazu choroby pocit, že výklad je zlovolný nebo negativní, pak je to nepřímý důkaz, že stále ještě vězí ve vlastním hodnocení. Ani slova, ani věci, ani události nemohou být samy o sobě dobré nebo zlé, pozitivní nebo negativní, hodnocení vzniká pouze v pozorovateli.

Je nasnadě, že nebezpečí těchto nedorozumění v rámci našeho tématu je velké, nicméně v symptomech choroby se projevují všechny principy, které jednotlivec nebo kolektiv hodnotí silně negativně, a proto je vědomě neprožívá nebo odmítá vidět. Narážíme tak velmi často na témata agrese a sexuality, neboť tyto oblasti se díky přizpůsobení normám a hodnotovým představám společenství stávají snadno obětí změn a jejich realizace se musí dít utajeně. Poukaz na to, že za symptomem stojí čirá agrese, není ale v žádném případě obvinění, spíš nám má pomoci tuto agresi vidět a přitakat jí v sobě. Na bojácnou otázku, jaké příšernosti by se staly, kdyby takto postupoval každý, by měla stačit odpověď, že agrese je přítomna, i když ji člověk přehlídí, a že se ani nezvětší, ani nezmenší, když ji rozpoznáme. Dokud leží agrese (nebo libovolný jiný impulz) ve stínu, je mimo dosah vědomí, a už proto je nebezpečná.

Měli bychom si získat odstup ode všech navyklých hodnocení, abychom dokázali pochopit tyto vývody. Rovněž je dobré vyměnit přehnaně analytické, racionální myšlení za obrazné, symbolické a analogické. Jazykové souvztažnosti a asociace nám umožňují rozeznat celek dřív než sterilní vyvozování závěrů. Žádoucí jsou spíš schopnosti pravé hemisféry, aby se mohly zviditelnit klinické obrazy chorob.

3. pravidlo: Vysledujte ze symptomatického děje princip a tento vzorec přeneste na psychickou rovinu. Když se zaposloucháte do mluvených projevů, může vám to většinou posloužit jako klíč, neboť naše řeč je psychosomatická.

Vynucené následky

Téměř všechny symptomy nás nutí ke změnám chování, jež lze roztrždit do dvou skupin: symptomy nám na jedné straně brání v tom, abychom dělali věci, které bychom rádi dělali, a na druhé straně nás nutí dělat něco, co jsme nechtěli. Chřipka nám třeba zabráni jít na večírek a nutí nás zůstat v posteli. Zlomená noha nám zabráni sportovat a nutí nás dodržovat klid. Jestliže připisujeme nemoci určitý záměr a smysl, lze z vynucených změn chování vyvodit správné závěry, co se týká úmyslu symptomu. Vynucená změna chování je vynucená korektura, a proto bychom ji měli brát zcela vážně. Nemocný má sklon klást vynuceným změnám svého způsobu života tuhý odpor a většinou se snaží všemi prostředky případnou korekturu co nejdříve zvrátit, aby mohl neochvějně pokračovat dál po navyklé cestě.

My naproti tomu považujeme za důležité nenechat se skutečně rušit žádnou poruchou. Symptom koriguje vždy jen jednostrannosti; nadmíru aktivní člověk je přinucen ke klidu, nadmíru pohyblivému člověku je bráněno v pohybu, člověku závislému na komunikaci je odepřena možnost komunikace. Symptom si vynutí neprožívaný pól. Měli bychom tomu věnovat víc pozornosti a dobrovolně se vzdát toho, co je nám odpíráno, a přivítat to, co je nám vnucováno. Nemoc je vždy krize a každá krize chce určitý vývoj. Jakýkoli pokus dosáhnout stavu před onemocněním je naivní a hloupý. Nemoc nás unáší dál k novým, neznámým a nezažitým břehům – smysl dodáme krizi, teprve když vědomě, dobrovolně uposlechneme tuto výzvu.

4. pravidlo: Obě otázky „V čem mi brání symptom?“ a „K čemu mě nutí symptom?“ vedou většinou rychle k ústřední tematické oblasti nemoci.

Shoda protikladných symptomů

Už když jsme se zabývali polaritou, poznali jsme, že za každou takzvanou protikladnou dvojicí stojí jednota. Také vnějškově protikladná symptomatika krouží kolem jednoho společného tématu. Není tedy v rozporu, když je ústřední téma „vylučování“ společné jak pro zácpu, tak pro průjem. Útěk před konflikty můžeme pak nalézt jak za příliš nízkým, tak příliš vysokým tlakem. Stejně jako můžeme radost vyjádřit smíchem i slzami nebo jako strach může až ochromit, nebo také jindy přimět k panickému útěku, tak má každé téma možnost projevit se zdánlivě protikladnými symptomy.

Zde je také vhodné poukázat na to, že obzvláště intenzivní forma prožívání určitého okruhu témat ještě zdaleka neznačí, že dotyčný člověk s nimi nemá žádné problémy nebo si je vůbec uvědomil. Vysoká agrese ještě neznamená, že se útočník nebojí, a demonstrativní sexualita nic nevyovídá o tom, že dotyčný člověk nemá sexuální problémy. Také zde se doporučuje polaritní pohled. Každý extrém svědčí poměrně jistě o nějakém problému. Sebejistota chybí jak plachému tak chlubitivému člověku. Strach má zbabělec stejně jako odvážlivec. Někde uprostřed těchto extrémů se nacházejí ti, kteří nemají problémy. **Když někdo určitým způsobem zdůrazňuje jedno téma, ukazuje tím, že k němu má problematický, zatím nevyřešený vztah.**

Určité téma, popř. určitý problém se může vyjádřit prostřednictvím různých orgánů a systémů. Neexistuje žádné strnulé přiřazení, jež by nutilo téma vybrat si k manifestaci docela určitý symptom. Z této flexibility při volbě forem vyplývá současný úspěch a neúspěch při potírání symptomu. Funkčně lze sice symptom zlikvidovat nebo je možné mu dokonce předejít, nicméně příslušný problém se posléze projeví jinou formou – tento proces je znám jako posun symptomů. Když je člověk např. pod tlakem, může se to projevit jak zvýšeným krevním tlakem, vysokým svalovým napětím, zvýšeným nitroočním tlakem (glaukom), abscesem, tak jeho snahou dostat pod tlak druhé lidi. Každá varianta má sice vlastní speciální zabarvení, avšak všechny zmíněné symptomy by vyjádřily stejné základní téma. Kdo si pozorně prostuduje z těchto hledisek něčí chorobopis, rychle najde onu pověstnou červenou nit, jež se táhne celým chorobopisem a kterou si pacient většinou ani plně neuvědomil.

Fáze eskalace

Symptom sice člověka uzdravuje, když projeví v těle to, co mu chybí ve vědomí, přesto nedokáže tato oklika s konečnou platností vyřešit daný problém. Ve vědomí totiž zůstává člověk nezdravý tak dlouho, dokud neintegruje stín. Tělesný symptom je nezbytná oklika, nikoli řešení. Člověk se může učit, zrát, dozvídat se a prožívat jen ve svém vědomí. I když tělo představuje nutnou podmínku pro takovou zkušenost, je třeba si přiznat, že proces vnímání a zpracování probíhá ve vědomí.

Tak prožíváme např. bolest výhradně ve vědomí, nikoli v těle. Tělo také v tomto případě slouží pouze jako médium zprostředkující prožitek v této rovině (...fakt, že tělo není koneckonců nezbytně nutné, vidíme jasně na příkladu fantomu, což je bolest mylně pociťovaná v amputované končetině). Přestože mezi vědomím a tělem existuje úzký vzájemný účinek, jeví se nám důležité obě tyto instance od sebe přesně v mysli odlišovat, pokud chceme správně pochopit proces učení se v nemoci. Obrazně řečeno je tělo místem, v němž dosáhne proces přicházející shora svého nejhlubšího bodu, a proto se obrací a stoupá opět vzhůru. Míč padající dolů potřebuje pevnou zem, aby se od ní odrazil a opět povyskočil. Zůstaneme-li u této analogie „nahore-dole“, pak jsou to procesy vědomí, které klesají a padají do tělesnosti, aby se zde přepólovaly a vystoupaly znovu do sféry vědomí.

Každý archetypický princip se musí zhustit až v tělesný, materiální zjev, aby ho člověk byl schopen skutečně prožít a pochopit. Avšak v prožitku už opět opouštíme materiální, tělesnou úroveň a pozvedáme se do vědomí. Každý vědomý učební krok opravňuje manifestaci a současně ji znovu zbavuje její nezbytnosti. Když předchází tvrzení vztáhneme na nemoc, znamená to, že symptom nevyřeší problém na tělesné úrovni, nýbrž může být jen předpokladem pro učební krok.

Každý tělesný děj zprostředkuje určitou zkušenost. Nelze však v jednotlivém případě předvídat, do jaké míry zasáhne tato zkušenost do vědomí. Také zde platí stejné zákony jako při jakémkoli jiném učebním procesu. Nelze se sice vyhnout tomu, aby se dítě při každé početní úloze, s níž se potýká, něco naučilo, není však jisté, kdy konečně pochopí její skrytý matematický princip jako takový. Dokud mu neporozumí, má sklon pociťovat každou jednotlivou úlohu jako utrpení. Teprve když pochopí princip (obsah), přestanou mu být úlohy nepříjemné (forma). Analogicky s tím představuje také každý symptom výzvu a možnost vidět a pochopit vlastní problém, který se za ním skrývá. Pokud k tomu nedojde, protože člověk např. zcela vězí v projekci a považuje symptom za náhodnou, funkčně podmíněnou poruchu, budou se nejen znovu objevovat, ale také se zintenzivňovat výzvy k pochopení. Tomuto plynulému přechodu od jemné výzvy až po neúprosný tlak říkáme fáze eskalace. Každá fáze znamená zvýšení intenzity, s níž osud člověka vyzývá, aby zpochybnil navyký způsob svého nazírání a vědomě integroval cosi, co dosud potlačoval. Čím větší při tom klade odpor, tím víc sílí tlak symptomu.

V následujícím textu najdete přehledné rozčlenění eskalace do sedmi fází; nechápejte toto členění jako absolutní, strnulý systém, nýbrž jako pokus znázornit myšlenku eskalace:

- 1) psychické vyjádření (myšlenky, přání, sny)
- 2) poruchy funkce
- 3) akutní fyzické poruchy (záněty, poranění, drobné úrazy)
- 4) chronické poruchy
- 5) neléčitelné procesy, změny orgánů, rakovina
- 6) smrt (nemocí nebo úrazem)
- 7) vrozená znetvoření a poruchy (karma)

Než se nějaký problém projeví v těle jako symptom, ohlásí se v psychice jako téma, myšlenka, přání nebo sen. Čím otevřenější a vstřícnější je člověk vůči impulzům z nevědomí a čím víc je ochoten poskytnout těmto podnětům prostor, tím rušnější (a neortodoxnější) bude jeho cesta životem. Řídí-li se však jasnými představami a normami, nemůže si takové impulzy z nevědomí dovolit, neboť zpochybňují vše, co dosud bylo, a stanoví nové priority. Takový člověk proto v sobě uzavře onen zdroj, z kterého obvykle prýští podněty, a žije v přesvědčení, že on nezná „takové problémy“.

Tento pokus psychicky se znečitlivět vyvolá hned první eskalační krok: Dotyčný člověk získá symptom sice drobný, neškodný, ale věrný. Tím se uskutečnil podnět, přestože se tomu mělo zabránit. Neboť také psychický impulz chce být uskutečněn, tedy prožít, aby mohl sestoupit do materiálnosti. Nedojde-li k této realizaci dobrovolně, najde si okliku a vytvoří se symptom. Zde lze dobře rozeznat vždy platné pravidlo, že každý impulz, s nímž se odmítneme identifikovat, se k nám dostává zdánlivě zvnějšku.

Po poruchách funkce, s nimiž se člověk po počátečním odporu naučí brzy žít, se dostávají především akutní záněty, jež se dokážou podle povahy problémů usídlit všude po těle. Laik rozezná tyto symptomy dobře podle přípony – itis. Každé zánětlivé onemocnění znamená zcela akutní výzvu, abychom něco pochopili, a chce – jak si důkladně probereme v druhé části – zviditelnit nějaký nevědomý konflikt. Pokud se mu to nepodaří náš svět je koneckonců nepřátelský nejen vůči konfliktům, ale také vůči infekcím – změní se akutní záněty v chronické (-óza). Kdo nepochopí aktuální výzvu k proměně,

„užene si“ vytrvalého varovatele, který je připraven doprovázet ho dlouhou dobu. Chronické procesy mají tendenci postupně vyvolávat nevratné tělesné změny, jež pak označujeme za nevléčitelné choroby.

Tento vývoj vyústí dřív nebo později v úmrtí. Někdo by možná namítl, že koneckonců každý jednou zemře a že se tedy smrt jako eskalační krok nehodí do našeho tématu. Neměli bychom však přehlížet, že smrt je vždy také nositelem informace, protože člověku nejpůsobivěji připomíná prostou pravdu, že všechno materiální bytí má svůj začátek a konec, a že je proto nemoudré na něm tolik lpět. Smrt nás tedy stále znovu vyzývá: zbavte se iluze času a svého já! Smrt je symptom, protože vyjadřuje polaritu, a lze ji stejně jako jakýkoli jiný symptom vyléčit pouze jedním – sjednocením.

Poslední eskalační fází vrozených poruch a vad se konec přímky dostává opět do svého počátku. Vědomí si totiž bere s sebou do další inkarnace jako problém to, co dotyčný jedinec nepochopil do své smrti. Tím se dotýkáme tématu, jež není v naší kultuře zdaleka ještě samozřejmé. Není sice příliš vhodné diskutovat na tomto místě o učení reinkarnace, nemůžeme si však pomoci a otevřeně se zde hlásíme k víře v převtělování, protože jinak by v některých případech zřejmě nebylo možné pochopit naše pojetí nemoci a léčby. Mnoha lidem totiž připadá obsahová koncepce symptomů nepoužitelná jak na dětské nemoci, tak především na vrozené vady.

Zde by mohlo usnadnit pochopení učení o reinkarnaci. To znamená, že budeme hledat „příčiny“ nynějšího onemocnění v dřívějších životech. Již jsme se přesvědčili, že naše vědomí vyžaduje představu linearitu a času, abychom byli schopni pozorovat děje na úrovni polaritního bytí. V tomto smyslu je také idea „dřívějších životů“ potřebný a smysluplný způsob, jak sledovat učební proces vědomí.

Tuto souvislost ilustruje následující příklad: Člověk se jednoho rána vzbudí a rozhodne se, že si tento den uspořádá tak, jak chce. Jenže zanedlouho se objeví soudní vykonavatel a žádá po něm peníze, ačkoli dotyčný člověk ten den ještě prokazatelně neutratil nebo si nepůjčil ani korunu. Do jaké míry užasne nad touto událostí, záleží na tom, zda je připraven rozšířit svou identitu na všechny dny, měsíce a roky předcházející tomuto dni, nebo zda se chce identifikovat pouze s dneškem. V prvním případě ho nijak neudiví exekutorův příchod ani vlastní tělesný stav ani jiné životní okolnosti, kterým musí tento nový den čelit. Pochopí, že si nemůže uspořádat nový den, jak by chtěl, protože dosavadní kontinuita nebyla přerušena ani předchozí nocí a spánkem a zasahuje také do tohoto nového dne. Pokud snad bere přerušeni kontinuity nocí jako příležitost identifikovat se pouze s novým dnem a ztratil vztah k dosavadní cestě, musejí mu všechny zmíněné manifestace připadat jako obrovská nespravedlnost, jako náhodné, svévolné zkřížení jeho vlastních záměrů.

Nahradíme-li v tomto příkladu den jedním životem a noc smrtí, vyjeví se nám rozdíl mezi světovým názorem, který uznává reinkarnaci, a světovým názorem, který ji popírá. Reinkarnace zvětšuje rozměr nazírání, rozšiřuje pohled, a proto lze snáz rozeznat příslušný vzorec. Jestliže si člověk uvědomí, že tento život je pouze nepatrný úsek na jeho učební cestě, pak snáz uznává za zákonitá a smysluplná velmi rozdílná výchozí postavení, v nichž lidé začínají žít, než když se přiklání k domněnce, že každý život je jedinečná existence vznikající náhodným smíšením genů.

Vrátíme-li se k našemu tématu, stačí si uvědomit, že člověk přichází na svět sice s novým tělem, ale se starým vědomím. Tento stav vědomí je výrazem dosavadní získané zkušenosti. Člověk si tak s sebou přináší ale rovněž své specifické problémy a využívá pak okolní svět, aby je realizoval a zpracovával. Problém nemůže vzniknout v tomto životě, nýbrž se v něm pouze zviditelní.

Budiž poznamenáno, že problémy nevznikly přirozeně ani v dřívějších inkarnacích, neboť nevznikají vůbec ve formální oblasti. Problémy a konflikty jsou stejně jako vina a

hřích nepostradatelné výrazové formy polarity a proto existují a priori (předem). V jednom esoterickém naučném textu jsme kdysi našli tuto větu: „Vina je nedokonalost nezralého plodu.“ Dítě vězí v problémech a konfliktech stejně hluboko jako dospělý. Jenže děti mají většinou lepší kontakt s nevědomím, a proto také odvážně, ještě spontánně uskutečňují impulzy, jež z něj přicházejí – pokud jim k tomu „chytří dospělí“ poskytnou prostor. S postupujícím věkem se člověk stále víc odděluje od nevědomí, a tím se také stále víc utvrzuje ve vlastních normách a životních lžích, čímž se samozřejmě s lety zvyšuje náchylnost k příznakům chorob. V podstatě je ale nezdravá a nemocná každá živá bytost, která se podílí na polaritě.

To platí stejnou měrou také pro zvířata. I u nich se ale jasně projevuje korelace mezi nemocí a vytvářením stínu. Čím menší je diferenciací a tedy zabřednutí do polarity, tím nižší je náchylnost k onemocnění. Čím víc se živá bytost noří do polarity a rozvíjí si poznávací schopnost, tím náchylnější je k nemoci. Být člověkem je nejvyvinutější forma poznání, o které víme, a tím člověk prožívá napětí polarity nejsilněji; podle toho má v lidské říši také nejvyšší význam nemoc.

Fáze eskalace nemoci by měly zprostředkovat vjem podle toho, jak postupně zvyšuje a zintenzivňuje výzva svůj tlak. Nejsou žádné závažné nemoci nebo úrazy, které by přišly jako blesk z čistého nebe, nýbrž jen lidé, kteří příliš dlouho a křečovitě věří na čisté nebe. **Kdo se ale neklame, nemůže být zklamán!**

Vlastní slepota

Až budete číst následující klinické obrazy, zřejmě vám nesmírně pomůže, když si podle jednotlivých symptomů vyhledáte v mysli některého ze svých známých nebo příbuzných, který tímto symptomem onemocněl nebo jím trpí; získáte tak možnost ověřit si vyložené souvislosti. Na těchto případech si velmi brzy uvědomíte správnost výkladu. Kromě toho se skvěle pocvičíte ve znalosti lidí.

Nicméně to všechno provádějte pouze v mysli, rozhodně **neobtěžujte ostatní žádným výkladem! Koneckonců vám nic není ani do symptomu, ani do problému druhých a je neomalené říkat někomu věci, na které se neptal. Každý se má starat o své problémy – víc nemůže přispět ke zdokonalení tohoto univerza.** Když vám přesto doporučujeme, abyste si vyzkoušeli správnost klinických obrazů na příkladech druhých lidí, pak pouze proto, abyste se přesvědčili o správnosti metody a souvislostí. Když totiž budete posuzovat vlastní symptom, s vysokou pravděpodobností zjistíte, že v tomto „docela zvláštním případě“ výklad vůbec nesouhlasí, ba právě že je zcela opačný.

Zde je největší problém našeho podnikání: „provozní slepota ve vlastním domě“. **Teoreticky si lze tuto vlastní slepotu snadno uvědomit. Symptom přece prožívá princip chybějící ve vědomí – náš výklad tento princip pojmenovává a poukazuje na to, že je přítomen v člověku, ovšem leží ve stínu, a proto nemůže být viděn. Pacient však srovnává takovou výpověď vždy s vlastními vědomými obsahy a konstatuje, že tam tato výpověď není. To pak většinou považuje za důkaz, že výklad v jeho případě neplatí. Přitom přehlédne, že jde právě o to, aby neviděl, nýbrž se naučil vidět oklikou přes symptomy! To ovšem vyžaduje vědomě pracovat a vyrovnat se se sebou a nechtít všechno vyřešit jedním letmým pohledem.**

Když tedy nějaký symptom ztělesňuje agresi, má ho člověk právě proto, že buď u sebe agresi nevidí, nebo ji vůbec neprožívá. Dozví-li se tento člověk něco o výkladu agrese, bude se mu bránit stejně rozhodně, jako se od počátku bránil tomuto tématu – jinak by přece vůbec neleželo ve stínu. Nepřekvapí tedy, že u sebe neobjeví agresi. Kdyby ji u sebe zjistil, neměl by přece vůbec takový symptom. Na základě této vzájemné souvislosti lze utvořit pravidlo, podle něž lze z intenzity pacientovy dotčenosti vyčíst, jak je

výklad výstižný. Výstižné výklady vyvolávají v první řadě jakousi nelibost, pocit strachu, a tím i odpor. V takových případech zřejmě pomůže, když máme upřímného partnera nebo přítele, kterého se můžeme zeptat a který také má odvahu otevřeně vyslovit nedostatky, jež u nás pozoruje. Ještě jistější je vyslechnout si mínění a kritiku nepřátel – ti mají skoro vždycky pravdu.

5. pravidlo: Na koho se hodí nějaký poznatek, také se ho dotkne!

SHRNUTÍ CELÉ TEORIE

1. Lidské vědomí je polaritní. To nám na jedné straně umožňuje poznání, na druhé straně nás to ale činí ne-zdravými a ne-dokonalými.

2. Člověk je nemocný. Nemoc je výrazem jeho nedokonalosti a uvnitř polarity se jí nelze vyhnout.

3. Nemoc se u člověka projevuje symptomy. Symptomy jsou stinné části vědomí, jež poklesly do materiálu.

4. Člověk jako mikrokosmos má ve vědomí latentně obsahy všech principů makrokosmu. Protože se ale na základě své schopnosti rozhodovat stále identifikuje jen s polovinou všech principů, dostává se druhá jejich polovina do stínu a člověk si ji neuvědomuje.

5. Princip neprožitý ve vědomí si vynutí právo na bytí a na život oklikou přes tělesné symptomy. V symptomu musí člověk vždy prožívat a uskutečňovat to, co vlastně nechtěl. Tím symptomatika kompenzuje všechny jednostrannosti.

6. Symptom způsobuje, že člověk je poctivý!

7. Jako symptom má člověk to, co mu chybí ve vědomí!

8. Vyléčit se lze pouze tehdy, když si člověk uvědomí a integruje část stínu skrytou v symptomu. Když najde, co mu chybí, stává se symptom zbytečným.

9. Léčba směřuje k zdokonalení a jednotě. Člověk je zdrav, když našel své pravé já – Nadjá a splynul v jedno se vším, co je.

10. Nemoc nutí člověka, aby nesešel z cesty k jednotě proto je nemoc cesta k dokonalosti.

NEMOC A ZDRAVÍ – PRAKTICKÝ VÝKLAD

1. INFEKCE

Na infekci jsou nejčastěji založeny chorobné procesy v lidském těle. U většiny akutních symptomů jde o záněty, od nachlazení přes zápal plic až po cholera a neštovice. U latinských názvů nemocí nám koncovka – itis vždy prozradí, že jde o zánětlivý proces (colitis, hepatitis atd.). Na rozlehlejší poli infekčních chorob dosáhla školní medicína také obrovských úspěchů, a to díky antibiotikům (např. penicilin) a očkování. Dříve umíralo nejvíc lidí na následky nějaké infekce, a to je v zemích s vyspělým zdravotnictvím takřka výjimečné. Neznamená to, že bychom prodělávali méně infekčních onemocnění, nýbrž jen to, že máme k dispozici dobré zbraně, abychom je mohli zneškodnit.

Komu připadá tato (ostatně běžná) terminologie poněkud „vojenská“, neměl by přehlédnout, že zánětlivý proces skutečně vyvolává v těle „válečný stav“: Nebezpečně vzrůstající přesilu nepřátelských choroboplodných zárodků (bakterií, virů, toxinů) napadají a zneškodňují obranné systémy organismu. Toto střetnutí pak prožíváme prostřednictvím příznaků, jako jsou otoky, zrudnutí kůže, bolest a horečka. Když se tělu podaří zvítězit nad choroboplodnými vetřelci, člověk překoná infekci. Pokud zvítězí původci nemoci, pacient umírá. Na tomto příkladu si můžeme velmi snadno a rychle uvědomit analogii, tedy podobnost zánětu a války. Zde se tím myslí, že jak válka, tak také zánět – ačkoli spolu nijak kauzálně nesouvisejí – se vyznačují stejnou vnitřní strukturou a v obou se uskutečňuje tentýž princip, ovšem pouze na rozdílné úrovni manifestace.

Jazyk zná velmi dobře tyto vnitřní souvislosti. Slovo *zánět* už v sobě obsahuje proslulou „vzněcující jiskru“, která je schopna dovést k explozi celý sud střelného prachu. Příslušný anglický výraz *inflammation* znamená zápal. Tím se ale dostáváme k obrazným rčením, která používáme také pro válečné střety: *Opět vzplál závažný konflikt, kdosi zapaluje doutnák, zahrává si se sudem střelného prachu, Evropa se ocitla v plamenech* atd. Když je k dispozici tolik zápalných látek, většinou dříve nebo později dojde k výbuchu, při němž se náhle vybijí cosi nahromaděného. Tento jev můžeme pozorovat nejen ve válce, ale také ve svém těle, když praskne vřídek nebo také velký absces a ven se vyhrne hnis.

Pro naše další úvahy je důležité přidat ještě jednu analogickou rovinu, a to psychiku. Také člověk může *vybuchnout*. Když to ale říkáme, nemáme na mysli absces, nýbrž emocionální reakci, při níž se pokouší vysvobodit nějaký vnitřní konflikt. Dále budeme neustále synchronně pozorovat tyto tři roviny „psychika – tělo – národy“, abychom se naučili vidět přesnou analogii mezi konfliktem, zánětem a válkou, která je klíčem k pochopení nemoci jako takové.

Polarita vědomí nás nepřetržitě staví do konfliktu, do pásma napětí mezi dvěma možnostmi. Musíme se neustále rozhodovat, vzdávat se jedné možnosti, chceme-li uskutečnit druhou. Vždy nám tedy něco chybí, jsme věčně nezdraví. Blaze tomu, kdo si dokáže přiznat a cítí toto ustavičné napětí, tuto konfliktnost lidského bytí, neboť většina lidí má sklon věřit, že nejjistější způsob, jak se zbavit konfliktů, je žádný nevidět ani nevnímat. Stejně naivně věří malé děti, že je nikdo neuvidí, když zavrou oči. Jenže konflikty nezajímá, jestli je někdo vnímá, nebo ne – prostě jsou neustále přítomné. Kdo však není připraven unést, zpracovat a postupně dovádět k řešení konfliktu ve svém vědomí, tomu poklesnou na tělesnou úroveň a projeví se v podobě zánětu. *Každá infekce je zhmotnělý konflikt*. Když se někdo vyhýbá střetnutí v psýše (se všemi jeho bolestmi a nebezpečími), vynutí si toto střetnutí v tělesné rovině své právo na existenci v podobě zánětu.

Podívejme se na tento proces, jakož i na jeho obdoby na třech úrovních (zánět – konflikt – válka):

1. Podráždění

Původci choroby pronikají dovnitř. Může jít o bakterie, viry nebo jedy (toxiny). Tento průnik není závislý ani tak na výskytu původců – jak se domnívá spousta laiků – jako spíš na ochotě organismu vpustit je dovnitř. Medicína hovoří o špatné imunitě. **Problém infekce nespočívá – jak stále ještě věří fanatičtí stoupcí sterility – v existenci choroboplodných zárodků, nýbrž ve schopnosti s nimi žít.** Už tato věta se dá téměř doslova použít na úroveň vědomí, neboť ani zde nezáleží na tom, že člověk žije ve sterilním, tzn. bezproblémovém, bezkonfliktním světě, nýbrž na tom, zda je schopen žít s konflikty. Není snad třeba v této souvislosti dalekosáhle dovozovat, že imunitní situaci reguluje psychika, když se dokonce i ve vědeckém táboře v tomto směru zkoumá stále víc (výzkum stresu atd.).

Mnohem působivější ovšem je bedlivě pozorovat tyto souvislosti na vlastní osobě. Kdo tedy odmítá otevřít své vědomí konfliktu, jenž by ho velmi *podráždil*, musí otevřít své tělo *dráždivému* původci. Tito původci se usadí v určitých slabých místech těla, jimž se říká *loci minoris resistentiae* (místa s nižší odolností) a jež školní medicína považuje za vrozené, popř. zděděné slabiny. Kdo neumí myslet analogicky, zaplete se v této části většinou do neřešitelného teoretického střetu. Školní medicína redukuje náchylnost určitých orgánů k zánětům na tuto jejich vrozenou slabost, což zdánlivě znemožňuje další výklad neboli interpretaci. Psychosomatika však už dávno zjistila, že určité okruhy problémů se vztahují k určitým orgánům, dostala se však s touto koncepcí do rozporu se školně medicínskou teorií *loci minoris resistentiae*.

Tento zdánlivý rozpor však rychle pomine, když na spor nahlédneme z jiného, třetího hlediska. **Tělo je zjevný výraz vědomí, tak jako je dům zjevným vyjádřením architektova nápadu. Idea a manifestace si vzájemně odpovídají tak jako fotografický pozitiv negativu, aniž jsou stejné. Každá část a každý orgán těla tak odpovídají určitému psychickému obsahu, určité emoci a určitému okruhu problémů** (na těchto obdobích jsou založeny např. fyziognomie, bioenergetika, psychické masážní techniky apod.). **Člověk inkarnuje s určitým vědomím, jehož momentální stav je výrazem jeho dosavadní učební cesty. Přináší si s sebou určitý vzorec problémových okruhů, jejichž postupné výzvy, aby je řešil, utvářejí jeho osudovou cestu, neboť charakter + čas = osud. Charakter se ani nedědí, ani jej nevytváří okolí, nýbrž si ho člověk „přináší s sebou“ – je to výraz inkarnujícího vědomí.**

Tento stav vědomí spolu se specifickými problémovými konstelacemi a životními úkoly je to, co např. astrologie předkládá prostřednictvím měření časové kvality symbolicky v horoskopu. Jestliže ale tělo je výrazem vědomí, také v něm se znovu nacházejí příslušné vzorce. Znamená to ovšem rovněž, že zvláštní okruhy problémů mají svou tělesnou, popř. organickou odezvu v určité náchylnosti. Této souvislosti využívá např. diagnostika podle duhovky, aniž však dosud bere v úvahu možnou psychologickou korelaci.

Locus minoris resistentiae je onen orgán, který musí převzít učební proces na tělesné úrovni pokaždé, když člověk vědomě nezpracuje psychický problém odpovídající orgánu. V dalších kapitolách budeme v jednotlivých krocích postupně objasňovat, který orgán odpovídá kterému problému. Kdo pozná tyto obdoby, tomu se otevře docela nový rozměr skrytý za průběhem nemoci, o který se nutně připravují všichni ti, kteří se neodvážejí oprostít od systému kauzálního myšlení.

Když nadále pozorujeme průběh zánětu, aniž si zatím ještě vyložíme místo děje, vidíme, že původci nemoci pronikají v této první fázi (podráždění) do těla. Tomuto procesu odpovídá v psychické rovině výzva způsobená nějakým problémem. Impulz, s nímž jsme se dosud ještě nevyrovnávali, proniká obranou na pomezí našeho vědomí a *dráždí* nás. *Rozněcuje* napětí nějaké polarity, kterou od té chvíle prožíváme vědomě jako konflikt. Pokud funguje velmi dobře naše psychická obranyschopnost, nemůže zmíněný impulz

dorazit do vědomí – jsme imunní vůči výzvě, a tím také vůči prožitku a vývoji.

Také zde platí „buď, anebo“ polarity. **Jestliže se přestaneme bránit ve vědomí, zůstává zachována tělesná imunita – pokud je ale naše vědomí imunní vůči novým impulsům, tělo je připraveno přijmout dráždivé původce nemoci. Podráždění neujdeme, jen si můžeme vybrat, v jaké rovině k němu dojde.** Vyjádřeno vojenskými termíny, odpovídal by této první fázi podráždění průnik protivníka na území druhé strany (narušení hranic). Tímto útokem na sebe nepřátelští vetřelci samozřejmě přivolají veškerou pozornost vojenských a politických sil obránců – všichni překypují aktivitou, vrhají se se vši energií na nový problém, shromažďují bojové jednotky, mobilizují, poohlížejí se po spojencích – zkrátka a dobře soustřeďují se na ohnisko neklidu. V tělesné rovině se tomuto procesu říká exsudace.

2. Fáze exsudace

Dráždiví původci nemoci se uchytí a vytvářejí ložisko zánětu. Do něj odevšad proudí tkáňový mok, tkáň otéká a pocítujeme většinou napětí. Sledujeme-li svůj psychický konflikt do této druhé fáze, také v něm se zvyšuje napětí. Všechnu svou pozornost soustředíme na nový problém – nejsme schopni myslet na nic jiného – pronásleduje nás ve dne v noci – nemluvíme o ničem jiném – všechny naše myšlenky krouží nepřetržitě kolem tohoto problému. Téměř všechna naše psychická energie se tak vlévá do konfliktu – doslova vyživujeme problém, nafukujeme ho, až před námi ční jako nepřekonatelná hora. Konflikt zmobilizoval a upoutal na sebe všechny naše psychické síly.

3. Obranná reakce

Naše tělo si vytváří kvůli původcům (= antigeny) specifická antitělíska (v krvi a v míšním moku). Lymfocyty a granulocyty vybudují kolem choroboplodných zárodků tzv. granulocytový val a makrofágy je začnou požírat. Válka je tedy v tělesné rovině v plném proudu, protivníci jsou obklíčováni a napadáni. Když se konflikt nedá vyřešit na místní úrovni (lokální válka), dochází k všeobecné mobilizaci: do střetnutí se zapojuje veškeré „obyvatelstvo“ a zaměřuje na ně všechnu svou aktivitu. V těle prožíváme situaci, v níž se dostavuje horečka.

4. Horečka

Obranné síly ničí svým útokem původce nemoci a škodliviny, které se při tom uvolní, vyvolají horečku. Celé tělo při horečce odpovídá na lokální zánět zvýšením teploty. Míra látkové výměny se při zvýšení tělesné teploty o 1 °C zdvojnásobí, z čehož je patrné, jak mocně zintenzivňuje horečka obranné procesy. Proto také lidová moudrost praví, že horečka je zdravá. Výše teploty se tedy vztahuje k rychlosti průběhu nemoci. Proto bychom měli všechna opatření na snížení teploty omezit pouze na hraniční situace, kdy je ohrožen život, a ne v panické hrůze uměle snižovat jakoukoli nepatrně zvýšenou teplotu.

V psychické rovině konflikt v této fázi vyčerpá veškerou naši energii. Podobností mezi vysokou tělesnou teplotou a psychickým rozrušením je až nápadně hodně, takže můžeme mluvit rovněž o tom, že *horečně něco očekáváme* nebo že *hoříme zvědavostí*. Proto je nám horko, když se vzrušíme, stoupne nám srdeční tep, zrudneme (ať už láskou nebo zlostí...), když se potíme a chvějeme. Nic z toho není zrovna příjemné – je to ale zdravé. Nejen horečka je zdravá, ještě zdravější je, když se vyrovnáváme s konflikty, a přece se mnozí snaží udusit horečku i konflikty pokud možno v zárodku – a ještě jsou pyšní na toto umění útisku. (Jen kdyby potlačování nepůsobilo tolik radosti!)

5. Lysis (pozvolný ústup horečky)

Předpokládejme, že obranné síly organismu byly úspěšné. Zatlačily cizí tělíska, zčásti je pohltily (sežraly!) a jak obranná tělíska, tak vetřelci se rozpadají (ztráty jsou na obou stranách!) – výsledkem je žlutý hnís. Původci nemoci opouštějí tělo ve změněné, zneškodněné formě. Změnilo se tím také tělo, neboť nyní a) má informaci původců, tzn. že získalo „specifickou imunitu“, a b) všechny jeho obranné síly jsou vycvičené a posílené –

tomu říkáme „nespecifická imunita“. Vojenskou terminologií lze říct, že jedna strana zvítězila, avšak ztráty utrpěly strany obě. Vítěz ovšem vyšel ze střetnutí posílen, protože se „vyladil“ na nepřítele, zná ho a je schopen na něj v budoucnu specificky reagovat.

6. Smrt

Může se ale také stát, že zvítězí původci nemoci a pacient zemře. Fakt, že to považujeme za nepříznivější výsledek střetnutí, tkví pouze a jedině v tom, že nejsme nestranní. Je to jako při fotbale: záleží jen na tom, kterému týmu člověk fandí. Vítězství je vítězství a je jedno, která strana ho dosáhla – válka končí tak jako tak. Vítězný jásot není o nic halasnější – až na to, že se ozývá z druhé strany.

7. Chronicita

Když se nepodaří ani jedné straně vyřešit konflikt podle svého, dochází ke kompromisu mezi původci choroby a obrannými silami. Zárodky zůstávají dál v těle, i když neztvrdily (smrt), ale také nebyly zcela poraženy. Nastává přechod choroby do chronického stavu. Symptomaticky to je vyjádřeno stále zvýšeným množstvím lymfocytů a granulocytů, antitělisek a mírně zvýšenou sedimentací a teplotou. Ne zcela vyřešená situace vytvoří v těle ložisko, na něž se neustále váže energie, jež pak chybí v organismu jinde. Pacient se cítí malátný, unavený, bez chuti a bez nálady, apatický. Není úplně nemocný, ale ani úplně zdravý – neprobíhá skutečná válka, ale nevládne ani skutečný mír, došlo prostě ke kompromisu – a ten je stejně *prohnilý* jako všechny kompromisy na světě. Kompromis je vznešeným cílem zbabělců, „vlažných“, kteří se stále bojí následků svého jednání a odpovědnosti, již tím na sebe musejí brát. Kompromis však nikdy nic nevyřeší, neboť nenastolí absolutní rovnováhu mezi dvěma póly ani nemá sílu je sjednotit. Kompromis znamená trvalý spor a stagnaci. Vojensky řečeno je kompromis zákopový boj (viz první světová válka), který i nadále spotřebovává energii a materiál, a tím značně oslabuje, ochromuje všechny ostatní oblasti jako hospodářství, kulturu atd.

V psychické rovině odpovídá chronicitě trvalý konflikt. Uvzneme ve střetu a nenacházíme ani odvahu, ani sílu se rozhodnout. Každé rozhodnutí vyžaduje oběť – můžeme prostě současně udělat pouze jedno, *nebo* druhé – a tyto nutné oběti nahánějí strach. **Mnozí lidé tak ustrnou uprostřed konfliktu a nejsou schopni podpořit vítězství jednoho nebo druhého pólu. Neustále zvažují, které rozhodnutí by bylo správné a které chybné, a nechápou, že v abstraktním smyslu neexistuje nic, co je správné nebo chybné neboť k uzdravení potřebujeme oba póly. V rámci polarity je však nemůžeme uskutečňovat současně, nýbrž postupně – musíme se tedy rozhodnout pro jeden z nich. Rozhodněme se tedy konečně!**

Každé rozhodnutí osvobozuje. Chronický, trvalý konflikt ale jen nepřetržitě odčerpává energii, což také po psychické stránce vyvolává nechutenství, ochablost až rezignaci. Když se ale proboujeme k jednomu pólu konfliktu, cítíme rychle energii, jež se při tom uvolňuje. Stejně jako se posílí tělo, když překoná infekční chorobu, tak také psýcha vychází posílena z každého střetnutí, neboť se učí, když se vyrovnává s problémem, rozšiřuje v sobě hranice a uvědomuje si stále víc sebe, když se zabývá dvěma protikladnými póly. Z každého prožitého konfliktu získáváme informaci (dochází k uvědomění), která nám podobně jako specifická imunita umožňuje vyrovnat se v budoucnu zcela jistě se stejným problémem.

Kromě toho každý prožitý konflikt učí člověka celkově lépe a odvážněji čelit problémům, což v tělesné rovině odpovídá přibližně nespecifické imunitě organismu. Stejně jako v tělesné rovině znamená každé řešení nemalé oběti, především na protivníkově straně, tak také psychika musí při rozhodování draze platit: je třeba rozžehnat se s mnohými dosavadními názory a míněními, s oblíbenými životními postoji a zažitými zvyky. Nicméně všechno nové předpokládá zánik starého. Stejně jako větší zánětlivá ložiska zanechávají po sobě často v těle jizvy, tak také v duši mnohdy zůstanou jizvy, jež

nám připomínají hluboké zářezy do naší životní dráhy.

Dříve všichni rodiče věděli, že dítě po přestálé nemoci (všechny dětské choroby jsou infekční) udělalo další krok ve zrání, ve vývoji. Už nebylo stejné jako předtím. Nemoc je změnila, nechala je o krůček vyzrát. Zrání však umožňují nejen dětské choroby. Stejně jako tělo vychází posíleno z každé překonané infekční nemoci, tak člověk vychází zralejší z každého konfliktu. Neboť jen výzvy člověka posilují a otužují.

„Válka je matkou všech věcí,“ říká Hérakleitos, a kdo chápe tuto větu správně, ví, že vyjadřuje jednu z nejzákladnějších moudrostí. Válka, konflikt, napětí pólů dodávají životní energii a jen ony zajišťují pokrok a vývoj. Takové věty znějí nebezpečně a jsou mylně vykládány v době, kdy se vlci oblékli do beránců kůže a v tomto převleku vydávají své potlačené agrese za mírumilovnost.

Záměrně jsme postupně srovnávali průběh zánětu s válkou, neboť jsme tak chtěli vyostřit své téma a předejít možná i tomu, že by čtenáři ukvapeně přelétli tuto pasáž a jen souhlasně pokývali hlavou. Žijeme v kultuře, jež je až extrémně nepřátelská vůči konfliktům. Na všech úrovních se lidé snaží zabránit střetu, aniž chápou, že se tento postoj obrací proti jakémukoli uvědomění. Lidé se sice nemohou vyhnout funkčními opatřeními konfliktům uvnitř polaritního světa, avšak právě takové pokusy vedou ke stále komplikovanějším posunům výbojů v jiných rovinách, jejichž vnitřní souvislosti už dokáže stěží kdo rozeznat.

Lze to názorně ukázat na našem tématu, na infekční nemoci. Sice jsme souběžně sledovali strukturu konfliktu a strukturu zánětu, abychom rozeznali jejich společné prvky, přesto se obojí neodvíjí v člověku paralelně (nebo se to stává jen málokdy). Spíš jedna rovina nahrazuje druhou – „buď, anebo“. Podaří-li se impulzu proniknout obranou vědomí a způsobit, že si člověk uvědomí konflikt, probíhá načrtnutý proces zpracování konfliktu pouze v lidské psychice a zpravidla nedochází k somatické infekci. Pokud se ale člověk neotevře konfliktu a brání se všemu, co by mohlo zpochybnit jeho uměle udržovaný zdravý svět, potom se konflikt zřítí na tělesnou úroveň a je třeba ho zde prožít jako zánět.

Zánět je zhmotnělý konflikt. Proto bychom neměli posuzovat povrchně své infekční choroby a docházet k závěru, že „v tomhle mě vlastně netrápí žádné konflikty“. To je zásadní chyba. Onemocníme právě proto, že v sobě nevidíme žádný konflikt. Důkladně pátrat po příčinách od nás vyžaduje větší úsilí než jen letmý pohled – a navíc je třeba jasnozřivé upřímnosti, jež většinou vyvolá v duši stejně velkou nelibost jako infekce v těle. Právě tomu se ale snažíme pokaždé zabránit.

Jistě, konflikty vždycky bolí – je jedno, v jaké rovině je prožíváme, jde-li o válku, vnitřní svár, nemoc, krásné nejsou nikdy. Jenže zde nemůžeme argumentovat tím, že je něco *krásné* nebo *ošklivé*. Takto se vlastně ani nemůžeme ptát, když už jednou připustíme, že se nemůžeme ničemu vyhnout. Kdo si nedovolí „vybuchnout“ psychicky, tomu to exploduje v těle (absces) – lze se tedy ještě vůbec ptát, co je *krásnější* nebo *lepší*? Nemoc činí z člověka poctivce!

Poctivé jsou koneckonců také do nebe vychvalované současné snahy vymýtit konflikty na všech úrovních. Na základě toho, co jsme už uvedli, vidíme v novém světle patrně také potírání infekčních chorob. Boj proti infekcím je boj proti konfliktům v materiální rovině. Poctivý byl každopádně název zbraně: *antibiotika*. Tento výraz se skládá ze dvou řeckých slov *anti* = proti a *bios* = život. Antibiotika jsou podle toho „látky namířené proti životu“ – tomu se říká upřímnost!

Toto nepřátelství antibiotik vůči životu platí na dvou úrovních. Když si připomeneme, že **konflikt je vlastním motorem vývoje, tedy života, pak je každé potlačení konfliktu současně také útokem na dynamiku života jako takového.**

Životu nepřátelská jsou však antibiotika také v užším medicínském smyslu. U zánětů jde o akutní, avšak také rychlé a aktuální odstranění problému, kdy se hnisavým

procesem vyplavují z těla především toxiny. Když se pak tyto očistné procesy často, dlouhodobě přerušují, musí tělo někam ukládat nahromaděné toxiny (většinou do tkáně), což se může zvrhnout při překročené kapacitě ve zhoubné bujení. Dochází k „efektu popelnice“. Kontejner lze buď často vyprazdňovat (infekce), nebo v něm hromadit odpadky tak dlouho, až začnou žít vlastním životem a ohrozí celý dům (rakovina). **Antibiotika jsou cizorodé látky, které dotyčný člověk nezpracuje vlastním úsilím, a proto ho okrádají o vlastní plody onemocnění: informace získané ze střetnutí s chorobou.**

Z tohoto úhlu pohledu je třeba také alespoň krátce pojednat téma „očkování“. Známe dva základní druhy očkování: aktivní a pasivní imunizace. Při pasivní imunizaci se podávají obranné látky vytvořené v jiných organismech. K této formě očkování se sahá, když už nějaká nemoc propukla. V psychické rovině to znamená přibližně něco jako převzetí hotových řešení problémů, příkázání a morálních pravidel. Člověk získá cizí patentní recepty a vyhne se tak vlastnímu střetnutí a prožitku; je to pohodlná cesta, která vlastně ani není cestou, protože jí chybí *pohyb*.

Při aktivní imunizaci se podávají oslabené choroboplodné zárodky dráždící tělo tak, aby si mohlo samo vytvořit protilátky. K této formě patří všechna profylaktická séra (očkování), např. proti obrně, neštovicím, tetanu aj. Tato metoda odpovídá v psychice nácviku řešení konfliktů v simulovaných, neškodných situacích (manévry). Sem spadají rovněž mnohé pedagogické techniky a většina skupinových terapií. Lidé se mají ve zmíněných situacích naučit strategiím řešení konfliktů, aby byli schopni uvědoměleji čelit nejněžnějším konfliktům.

Žádnou z výše uvedených úvah nelze vykládat jako „návod“. Nejde zde o to, „zda se má člověk nechat očkovat, nebo ne“, ani o to, „zda má užívat antibiotika, nebo ne“. Koneckonců je naprosto lhostejné, co člověk dělá, dokud ví, co dělá! **Vědomost se jmenuje náš cíl, nikoli hotové zákazy a příkazy.**

Patrně se ještě naskýtá otázka, zda je průběh tělesné nemoci v zásadě schopen nahradit psychický proces. Odpověď na ni není jednoduchá, protože myšlenkové oddělení psýchy a těla je pouze teoretická pomůcka, ve skutečnosti nemůžeme prožívat duši a tělo tak jednoznačně odděleně. Cokoli se totiž děje nebo probíhá v našem těle, prožíváme také ve svém vědomí, ve své psýše. Když se uhodíme kladívkem do palce, řekneme: „Bolí mě palec!“ To ale není tak docela správné, neboť bolest se ozývá výhradně ve vědomí, nikoli v palci. Do palce si pouze promítáme psychický vjem „bolest“.

Právě proto, že bolest je jev vědomí, můžeme ji tak dobře ovlivnit: rozptýlením, hypnózou, narkózou, akupunkturou. Všechno, co prožíváme a čím trpíme v průběhu tělesné nemoci, se děje výlučně v našem vědomí. Rozlišení na „psychický“ a „somatický“ se vztahuje pouze k projekci. Když je někdo nemocný láskou, promítá si své pocity do něčeho netělesného, a to do lásky, zatímco ten, kdo ochoří angínou, si promítá své pocity do krku – oba však jsou schopni trpět jen ve své psýše. **Matérie – a tedy i tělo – může sloužit vždy jen jako projekční plocha, nikdy v ní ale nemůže vzniknout problém, a proto ho v ní nelze ani vyřešit. Jako projekční plocha může tělo být ideální pomůcka pro lepší poznání. Řešení však můžeme najít jen ve vědomí. Proto každý průběh tělesné nemoci znamená pouze symbolické zpracování a poučení z nemoci má obohatit vědomí. To je také důvod, proč po každé prožité nemoci následuje další krok ke zralosti.**

Vzniká tak určitý rytmus mezi tělesným a psychickým zpracováním problému. Jestliže nelze problém vyřešit pouze ve vědomí, používá se tělo jako materiální pomůcka, kdy se v symbolické formě dramatizuje nevyřešený problém a je vrácen zpátky do psychiky. Pakliže se psychice i přes získané zkušenosti stále ještě nedaří *po-chopit* problém, ten znovu klesá na tělesnou úroveň, aby se mohly nasbírat další

praktické zkušenosti. (Ne nadarmo označují výrazy *po-chopit* a *za-chytit* velmi konkrétní postoje těla!) Tato výměna se opakuje do té doby, než získané zkušenosti umožní vědomí konečně vyřešit problém nebo konflikt.

Můžeme si tento postup znázornit na následujícím příkladu: Žák se má naučit počítat z paměti. Zadáme mu úlohu (problém). Když ji nedokáže vypočítat z hlavy, dáme mu jako pomůcku do ruky počítadlo (matérie). On si promítne problém na počítadlo a může touto oklikou vyřešit zadanou úlohu (a pak to také zkusit z paměti). Poté mu zadáme další úlohu, kterou má opět vyřešit bez počítadla. Pokud se mu to nepovede, dostane znovu pomůcku – a to se opakuje tak dlouho, až se žák konečně obejde bez počítadla, protože si dokáže vypočítat úlohy z hlavy – bez materiální pomůcky. Nakonec žák počítá jen z paměti, už ne na počítadle – nicméně projekce problému na viditelnou úroveň usnadňuje učení.

Zabývali jsme se tímto bodem poněkud obšírněji proto, že teprve ze skutečného pochopení souvislosti mezi tělem a duší vyplyne závěr, který nepovažujeme vůbec za samozřejmý. **Tělo totiž není místo, kde lze vyřešit nějaký problém!** Celá školní věda však kráčí právě touto cestou! Všichni fascinovaně hledí na dění v těle a snaží se řešit nemoc na tělesné úrovni.

Zde však není co řešit. Bylo by to stejné jako pokoušet se přestavět počítadlo, vždycky když se zmíněnému žáku nepodaří vypočítat úlohu. **Lidské bytí probíhá ve vědomí a zrcadlí se v těle. Neustálé leštění zrcadla nezmění toho, kdo se v něm zhlíží.** (Kéž by to bylo tak jednoduché!) Měli bychom přestat hledat v zrcadle příčinu a řešení všech reflektovaných problémů a začít je používat tak, abychom poznali sami sebe.

Infekce rovná se zhmotnělý konflikt. Kdo často trpí záněty, snaží se vyhýbat konfliktům. Při infekčním onemocnění bychom si měli položit tyto otázky:

- 1. Jaký konflikt ve svém životě nevidím?**
- 2. Jakému konfliktu se vyhýbám?**
- 3. Jaký konflikt si nepřiznávám?**
- 4. Aby člověk zjistil, o jaký konflikt jde, měl by přesně zkoumat symboliku postižených orgánů nebo částí těla.**

2. OBRANNÝ SYSTÉM

Bránit něčemu znamená *nevpuštět dovnitř*. Protipólem obrany je láska. Tu lze definovat z nejrůznějších zorných úhlů a na nejrůznějších úrovních, přesto se dá každá forma lásky vždy znovu omezit na akt vpuštění. V lásce člověk otevírá své hranice a vpouští dovnitř něco, co bylo dosud mimo. Této hranici říkáme většinou *já* (ego) a vše, co leží mimo vlastní identifikaci, prožíváme jako *ty* (ne-já). V lásce se tato hranice otevírá a dovnitř je vpuštěno *ty*, aby splynulo s *já*. Všude tam, kde stanovíme hranice, nemilujeme – všude tam, kde je zrušíme, milujeme. Od Freudových dob používáme termín „obrné mechanismy“ pro ony hry vědomí, jež mají zabránit pronikání hrozivě působících obsahů z našeho podvědomí.

Na tomto místě je opět důležité, abychom neztráceli ze zřetele rovnici makrokosmos = makrokosmos, neboť každé odmítnutí manifestace z vnějšího světa, každý odpor vůči ní je vždy vnějším výrazem vnitřní psychické obrany. Každá obrana upevňuje naše ego, neboť zvýrazňuje hranici. Proto člověk pociťuje vždy mnohem příjemněji, když řekne „ne“, než když řekne „ano“. Každý odpor nám umožňuje pocítit vlastní *já*, zatímco při každém „souhlasu“ se tato hranice rozplizne – přestáváme cítit své *já*. Je těžké popsat obranné mechanismy, neboť to, co člověk snad dokáže popsat, rozezná v nejlepším případě u jiných lidí. Obranné mechanismy jsou souhrnem toho, co nám brání v dokonalosti! Cestu k

osvícení lze formulovat teoreticky jednoduše: Je dobré vše, co je. Buď srozuměn se vším, co je – a splyneš v jedno se vším, co je. To je cesta lásky.

Každé „ano, ale...“, které se nyní objeví, znamená obranu a překáží nám ve splynutí v jedno. Začínají rozmanité hry ega, které se neštítí zneužít nejzbožnější, nejchytřejší a nejušlechtilejší teorie k tomu, aby se vymezilo. A tak dál pokračujeme ve hře světa.

Jasnozřiví duchové možná namítnou, že když je dobré vše, co je, pak by měla být dobrá vlastně také obrana! Správně, obrana také dobrá je, neboť nám pomáhá pocítit tolik tření v polaritním světě, že se dostaneme poznáním dál. Vposledku je to ale jen pomůcka, která se nutně učiní zbytečnou, když se použije. Ve stejném smyslu má své oprávnění také nemoc, a přece ji chceme dříve nebo později proměnit, vyléčit.

Stejně jako se psychická obrana obrací proti *vnitřním* obsahům vědomí, jež považuje za nebezpečné, a proto jim odpírá výstup do vědomí, tak čelí tělesná obrana „vnějším“ nepřítelům, jimž se říká původci nemoci nebo toxiny. Jsme zvyklí až nestoudně kolem sebe šermovat vlastnoručně ukutěnými hodnotovými systémy, že většinou sami uvěříme v jejich absolutnost. Neexistuje však žádný nepřítel kromě toho, kterého jsme za nepřítele prohlásili. U některých lidí je originalita oněch subjektivních obrazů protivníka natolik nápadná, že jsme ochotni prohlásit je za nemocné. Máme na mysli alergiky.

Alergie

Alergie je přehnaná reakce na jednu z látek označených za nepřítele. Imunitní systém vytváří antigeny proti alergenům, a tím představuje – z tělesného hlediska – smysluplnou obranu proti nepřátelským vetřelcům. U alergika je tato sama o sobě rozumná obrana nezměrně přehnaná. Alergik podlehne horečnému zbrojení a stále rozšiřuje okruh svých protivníků. Prohlašuje za nepřítele stále víc látek, a proto čím dál usilovněji zbrojí, aby jim mohl účinně čelit. Avšak stejně jako ve vojenství je horečné zbrojení vždy známkou silné agresivity, tak také alergie je výrazem silné obrany a agresivity, která byla vytěsněna do těla. Alergik má problém s vlastní agresivitou, kterou ovšem u sebe nerozeznává, a proto ji ani většinou neprožívá.

(Abychom předešli nedorozumění, připomeňme ještě jednou toto: mluvíme o *potlačeném* psychickém aspektu, když ho dotyčný člověk sám o sobě vědomě nevnímá. Je však možné, že tento aspekt velmi dobře prožívá, a přesto jej u sebe nevidí. Možná ale také byla tato vlastnost natolik dokonale potlačena, že ji ani neprožívá. Svou agresi může potlačovat jak útočný, tak naprosto mírný člověk!)

U alergie klesla agrese z vědomí do těla a nyní v něm zuří: střídá se zde obrana a útok, bojuje se zde a vítězí. Aby tyto rozmarné hrátky rychle neskončily, protože není proti komu bojovat, jsou prohlašovány za nepřítele nejneškodnější objekty: květinový pyl, kočičí chlupy nebo koňské žíně, prach, prací prostředky, kouř, jahody, psi nebo rajčata. Výběr je neomezený – alergik se nezastaví před ničím, když je nouze, bojuje proti čemukoli, a přece většinou dává přednost několika symbolickým favoritům.

Je známo, jak úzce vždy souvisí agrese se strachem. Bojujeme vždy pouze proti tomu, čeho se bojíme. Když podrobněji zkoumáme „oblíbené“ alergeny, většinou brzy zjistíme, jaké oblasti života nahánějí dotyčnému alergikovi tak velkou hrůzu, že vášnivě potírá jejich symbolické zástupce. V první řadě jde o chlupy domácích zvířat, především pak kočičí. S kočičí srstí (stejně jako se srstí obecně) si lidé spojují mazlení a hlazení – je měkká a hebká, přilnavá, a přece „animální“. Je symbolem lásky a má i sexuální souvislost (srov. plyšová zvířátka, s nimiž chodí malé děti spát). Něco podobného platí také o králíčí srsti. U koně jsou silněji zdůrazněny pudové složky, u psa agresivní – tyto rozdíly jsou však jemné, nevýznamné, protože symbol nikdy nemá zřetelné hranice.

Totéž představují také pyly různých květin, oblíbené to alergeny všech těch, které

postihuje senná rýma. Pyl je symbolem oplodnění, rozmnožování, stejně jako „vrcholné“ jaro je roční období, kdy postižení sennou rýmou nejvíc „trpí“. Zvířecí chlupy stejně jako pyly coby alergeny nám ukazují, že témata jako „láska“, „sexualita“, „pud“ a „plodnost“ jsou úzce spojena se strachem, a proto jsou agresivně odmítána, tzn. nevpouštějí se dovnitř.

Docela podobně je tomu se strachem ze všeho špinavého, nečistého, který se projevuje v alergii na domácí prach. (Srovnejme si výrazy jako *špinavé triky*, *prát špinavé prádlo*, *vést neposkvrněný život* atd.) Stejně jako se alergik pokouší vyhnout alergenům, snaží se vyhýbat také příslušným životním sférám, v čemž mu ochotně pomáhají rovněž medicína a okolí. Mocenské hrátky nemocného ani zde neznají mezí: Domácí zvířata musejí pryč, nikdo nesmí v domě kouřit atd. Alergik tak nachází dobře maskované pole působnosti v tom, že tyranizuje okolí, a nepozorovaně si tak vybíjí potlačované agrese.

Metoda „desenzibilizace“ není v jádru špatná, jen by se neměla používat ve fyzické, nýbrž v psychické rovině, pokud chce někdo dosáhnout skutečných úspěchů. Alergik se může vyléčit jen tehdy, když se naučí vědomě vyrovnávat s oblastmi, kterým se vyhýbá nebo jež odmítá, když se mu podaří zcela je vpustit do svého vědomí a asimilovat je. Nijak alergikovi neposloužíme, když ho podporujeme v jeho obranných strategiích – musí se smířit se svými nepřáteli, naučit se je milovat. Skutečnost, že alergeny mají na postiženého výlučně symbolický, a nikdy ne chemický účinek, by měla být jasná i zarytému materialistovi, když se dozví, že alergie vždy potřebuje vědomí, aby se mohla projevit. Proto k alergii nedochází v narkóze a mizí také během psychózy. Naopak už pouhé obrázky, např. fotografie kočky nebo filmový záběr kouřící lokomotivy, vyvolávají u astmatika záchvaty. Alergická reakce je absolutně nezávislá na matérii alergenů.

Většina alergenů vyjadřuje cosi živého: sexualitu, lásku, plodnost, agresi, nečistotu – ve všech těchto sférách se projevuje život ve své nejvitálnější formě. Avšak právě tento výraz naléhavé životnosti nahání alergikům velký strach – neboť mají koneckonců nepřátelský vztah vůči skutečnému životu. Jejich ideál tkví ve sterilním, bezzárodečném, neplodném životě prostém pudů a agresí – tento stav si vlastně ani nezaslouží, aby byl nazýván „životem“. Proto také stěží někoho udiví, když se alergie může v mnohých případech zhoršit natolik, že se zvrhne v životu nebezpečné autoagresivní choroby, při nichž tělo (ach!) tak zjemnělých lidí svádí tak dlouho zuřivé bitvy, až se samo zničí. Obrana, uzavírání se světu, „zakuklování“ tak dosáhne nejvyšší formy a završením celého procesu je – rakev. Což je vlastně pravá sterilní, nealergická schránka...

Alergie rovná se zhmotnělá agrese. Alergik by si měl položit následující otázky:

- 1. Proč nestrpím svou agresi ve vědomí, proč ji nutím, aby pracovala v těle?**
- 2. Z kterých oblastí života mám takový strach, že se jim vyhýbám?**
- 3. Na která témata odkazují mé alergeny?**
- 4. Do jaké míry využívám své alergie k manipulaci s okolím?**
- 5. Jak jsem na tom se svou láskou, se schopností vpouštět dovnitř?**

3. DÝCHÁNÍ

Dýchání je rytmický děj. Skládá se ze dvou fází, z nádechu a výdechu. Dech je názorným příkladem zákona polarity: oba póly, vdech a výdech, se neustále střídají a vytvářejí rytmus. Jeden pól vyžaduje druhý, neboť po vdechu musí následovat výdech atd. Můžeme rovněž říct, že jeden pól žije z existence svého protipólu, neboť zlikvidujeme-li jednu fázi, zmizí také druhá. Jeden pól kompenzuje druhý a oba dohromady tvoří jeden celek. Dýchání je rytmus a rytmus je základem všeho živého. Oba póly dýchání můžeme také nahradit pojmy *napětí* a *uvolnění*. Tato souvislost vdechu-napětí a výdechu-uvolnění

se jasně projeví, když si povzdechne. Když si povzdechne při nádechu, dochází k napětí, když při výdechu, dochází k uvolnění.

V tělesné rovině jde u dýchání o proces výměny. Nadechnutím přivádíme kyslík obsažený ve vzduchu červeným krvinkám, při vydechování se zbavujeme oxidu uhličitého. Dýchání zahrnuje polaritu příjmu a výdeje, brání a dávání. Tím jsme objevili nejdůležitější symboliku dýchání. Goethe ji vyjádřil takto:

„V dýchání je požehnání dvojí,
nádech a za ním výdech stojí,
první osvěžuje, druhé stísňuje,
tak krásně života směs pluje.“

Ve starých jazycích se používá pro dýchání stejné slovo jako pro duši nebo ducha. Latinsky znamená spirare také dýchat a spiritus mimo jiné ducha – stejný kmen nacházíme opět ve slově inspirace, což znamená doslova vdech. Inspirace je tedy nerozlučně spojena s vdechováním, přijímáním. *Psýché* znamená v řečtině jak dech, tak duši. V sanskrtu nalézáme slovo *atman*, v němž snadno rozpoznáme podobnost s německým výrazem prodýchat *atmen*. V Indii se člověku, který dosáhl naplnění, říká mahátma, což doslova znamená jak „velká duše“, tak „velký dech“. Hinduistické učení nám rovněž říká, že dech je nositelem vlastní životní síly, které Indové říkají *prána*. V biblickém příběhu stvoření se dozvídáme, že Bůh obdařil zem, již stvořil, svým dechem a učinil tak z člověka „živou“ duševní bytost.

Tento obraz velmi názorně ukazuje, jak je materiálnímu tělu, formálnímu aspektu, vdechnuto cosi, co nepochází ze stvoření – božský dech. Teprve toto vdechnutí, jež pochází ze sféry mimo stvoření, činí člověka živoucí, oduševnělou bytostí. Zde se už značně blížíme tajemství dechu. **Dech nepatří nám, ani k nám. Dech není v nás, nýbrž my jsme v dechu. Prostřednictvím dechu jsme spojeni s něčím, co je mimo stvoření, mimo formu. Dech se stará o to, aby se nepřetrhlo toto spojení s metafyzickou sférou (doslova s tím, co leží za přírodou). Žijeme v dechu jako ve velké děloze, jež se rozprostírá daleko nad naším malým, vymezeným bytím – to ona je život, ono poslední velké tajemství, jež nelze vysvětlit ani definovat – toto tajemství se dá zažít pouze tehdy, když se mu zcela otevřeme a necháme se jím doslova zaplavit. Dech je v podstatě pupeční šňůra, již k nám proudí tento život. Dech nám zajišťuje toto spojení.**

V tom tkví jeho význam: Dech brání člověku, aby se zcela uzavřel, izoloval a zcela zneprostupnil hranici svého já. Jakkoli se člověk rád stále znovu zakukluje do svého ega – dech ho nutí udržovat spojení s ne-já. Uvědomme si, že stejný vzduch jako my dýchá také náš nepřítel. Je to stejný vzduch, jaký dýchají rovněž zvířata a rostliny. Dech nás nepřetržitě spojuje se vším. Ať se člověk vymezuje, jak chce – dech ho spojuje se vším a s každým. Vzduch, který dýcháme, nás všechny vzájemně propojuje, ať chceme nebo ne. Dýchání má tedy něco společného s „kontaktem“, „vztahem“.

K tomuto kontaktu mezi tím, co přichází zvenčí, a vlastní tělesností, dochází v plicích sklípcích (alveolách). Vnitřní povrch našich plic činí asi sedmdesát čtverečních metrů, zatímco naše kůže má rozlohu jen jeden a půl až dva čtvereční metry. Plíce jsou náš největší kontaktní orgán. Při bližším zkoumání rozeznáváme rovněž jemné rozdíly mezi plicemi a kůží, oběma kontaktními orgány člověka: Kontakt přes kůži je velmi těsný a přímý. Je závaznější a intenzivnější než kontakt zprostředkovaný plicemi a – podrobuje se naší vůli. Můžeme se někoho dotknout, ale také nemusíme. Kontakt zprostředkovaný plicemi je méně přímý, zato nutkavý. Nemůžeme mu zabránit, dokonce ani tehdy, když někoho *nemůžeme ani cítit*. Druhý člověk mi může *brát dech*. Symptom nemoci se často dá přemísťovat sem tam mezi oběma kontaktními orgány: potlačená kožní vyrážka se

může projevit jako astma, jež se může po léčbě změnit opět v kožní vyrážku. Astma, stejně jako kožní vyrážka, vyjadřuje tentýž problém: kontakt, dotek, vztah. Nevůle dostat se prostřednictvím dýchání do kontaktu s každým se např. projeví spazmou při výdechu, jak je tomu u astmatu.

Když se dále zaposloucháme do obrátů, jež mají něco společného s dýcháním nebo se vzduchem, zjistíme, že jsou situace, v nichž *lapáme po dechu* nebo *nemůžeme svobodně dýchat*. Tím se dotýkáme témat „svoboda“ a „omezování svobody“. S prvním nadechnutím začínáme žít a s posledním vydechnutím končí náš život. Spolu s prvním nadechnutím však také činíme první krok do vnějšího světa, když se oproštujeme od symbiotické jednoty s matkou – stavíme se na vlastní nohy, osamostatňujeme se, osvobozujeme se. Když se někdo nemůže nadechnout, projevuje se v tom často obava učinit první vlastní krok ke svobodě a samostatnosti. Svoboda mu pak *bere dech*, čímž se míní, že na ni není zvyklý, že v něm vyvolá strach. Stejná souvislost mezi svobodou a dýcháním se také projevuje u toho, kdo přejde ze stísněného prostoru do volného, v němž se cítí svobodný, nebo vůbec do volné přírody: První, co udělá, je, že se zhluboka nadechne – konečně může opět volně dýchat, může se *nadechnout*.

Také příslovečné *lapání po dechu*, které nás postihuje především ve stísněném prostředí, je výrazem lačnosti po svobodě a volném prostoru.

Dýchání rovná se asimilace života. Souhrnně řečeno dýchání symbolizuje především tyto tematické okruhy: rytmus ve smyslu „jak, tak“ / napětí – uvolnění / braní – dávání / kontakt – obrana / volnost – stísněnost. Při onemocněních souvisejících s dýcháním by si člověk měl položit následující otázky:

1. Co mi bere dech?
2. Co nechci přijmout?
3. Čeho se nechci vzdát?
4. S čím nechci přijít do styku?
5. Bojím se udělat krok do nové svobody?

Průduškové astma

Po všeobecných úvahách o dýchání se nyní obraťme ještě zvlášť ke klinickému obrazu průduškového astmatu (asthma bronchiale) – což je onemocnění, jež bylo odjakživa působivým příkladem psychosomatických souvislostí. „Jako průduškové astma označujeme záchvaty dušnosti s příznačným pisklavým vydechováním. Dochází při něm k zúžení malých bronchů a bronchiolů, jež může způsobit křeč hladkého svalstva, zánětlivé podráždění dýchacích cest a alergický otok a sekreci sliznice.“ (Bräutigam)

Pacient prožívá astmatický záchvat jako život ohrožující dušení, lapá po dechu, dýchá pisklavě, což se projevuje především při vydechování. U astmatika působí samočinně různé potíže, které z didaktických důvodů uvedeme odděleně, přestože jsou si obsahově blízké.

1. Braní a dávání

Astmatik se snaží brát příliš mnoho. Zplna se nadechuje – dochází k přeplnění plic a ke křeči při výdechu. Nabere si co nejvíc vzduchu a má ho plné plíce – a když se ho opět musí vzdát, nastává křeč. Zde vidíme jasné porušení rovnováhy; aby bylo možné navodit určitý rytmus, musejí si odpovídat polarity „braní“ a „dávání“. Zákon proměny vychází z vnitřní rovnováhy – tok se přeruší, jakmile převáží jedna strana. Tok dechu se u astmatika přeruší právě proto, že až příliš myslí na braní a vezme si příliš velké sousto. Pak nemůže dávat a následně ani znovu přijímat to, co by tak rád získal. Když vdechujeme, přijímáme kyslík, když vydechujeme, vylučujeme oxid uhličitý. Astmatik si chce všechno ponechat, a

tím se sám otravuje, protože se už nedokáže zbavit spotřebovaného. Když tedy bere, aniž dává, má doslova pocit, že se udusí.

Nepoměr mezi braním a dáváním, který se tak názorně somaticky projevuje při astmatu, se týká mnoha lidí. Pravidlo rovnováhy zní tak prostě, a přece právě na něm mnozí ztroskotají. Přitom nezáleží na tom, co chce člověk získat – zda peníze, slávu, nebo vědění, moudrost – v každém případě musí vyváženě brát a dávat, nechce-li se udusit tím, co přijal. **Člověk dostává přiměřeně tomu, co dává. Přestane-li dávat, přeruší tok a nic už nedostane. Jak politováníhodní jsou ti, kteří si chtějí vzít své vědění za každou cenu s sebou do hrobu! Úzkostlivě střeží to málo, co se jim podařilo urvat, a připravují se o hojnost, jež čeká na každého, kdo se naučil předat dál v pozměněné podobě to, čeho nabyl. Kéž by člověk přece jen pochopil, že všeho je pro každého do sytosti!**

Pokud někomu něco schází, pak jen proto, že se o to sám připravuje. Podívejme se třeba na astmatika: Lapá po dechu, ačkoli ho má kolem sebe takovou spoustu. Jenže mnozí prostě *nemají nikdy dost...*

2. Touha uzavřít se

Experimentálně lze přivodit astma každému člověku, když ho necháme vdechovat dráždivé plyny, jako např. čpavek. Při určité koncentraci plynu dochází u každého člověka k reflexivní obranné reakci způsobené současným stažením bránice, zúžením bronchů a hleněním. Říká se tomu Kretschmerův reflex. Tento reflexivní proces vyjadřuje uzavření – člověk se brání vpustit do sebe něco, co přichází zvenčí. Při vdechování čpavku jde o smysluplný, život zachovávající reflex. Astmatik má ovšem v tomto ohledu značně nižší práh. Pociťuje i ty nejneškodnější látky z vnějšího světa jako životu nebezpečné a okamžitě se před nimi uzavírá. V předchozí podkapitole jsme podrobně psali o významu alergie, takže nyní stačí pouze si vybavit celé téma obrany a strachu. Astma přece také bývá většinou spojeno s nějakou alergií.

Slovo astma pochází z řečtiny a znamená také *stísněnost*. Latinsky se těsný, tísnivý řekne *angustus* (viz rovněž německé slovo *Angst*). Latinské *angustus* nacházíme rovněž ve slovech *angína* (zánět hltanu) a *angina pectoris* (bolestivý srdeční záchvat způsobený zúžením zkornatělé věnčité tepny).

Povšimněme si rovněž neoddělitelné souvislosti mezi *úzkým* a *úzkostí*. Astmatická stísněnost má rovněž mnoho společného s úzkostí, s obavou připustit si určité sféry života, kterou jsme si ukázali už u alergiků. Touha uzavřít se u astmatika neustále zesiluje a může vyvrcholit nakonec i smrtí. Smrt je poslední možnost jak se uzavřít, zakuklit, oddělit se od všeho živého. (V této souvislosti je možná zajímavý tento postřeh: astmatika můžeme velmi rozzuřit, když mu naznačíme, že jeho záchvat není nikdy životu nebezpečný a že na něj nemůže nikdy zemřít. Příkladá totiž obrovskou váhu smrtelné nebezpečnosti své choroby!)

3. Touha po dominanci a malost

Astmatik velmi silně touží po dominanci, ale nepřiznává si ji, a tím ji „odsouvá“ do svého těla, což se pak opět projevuje v jeho „nafoukanosti“. Tato nafoukanost ukazuje působivě jeho aroganci a mocenské choutky, které pečlivě vytěsnil ze svého vědomí. Proto se také astmatik rád utíká k ideálu a formálnosti. Střetne-li se však s mocenskými a dominantními nároky druhého (zákon podobnosti), ochromí mu hrůza plíce a zarazí mu řeč – řeč, kterou moduluje právě dýchaný vzduch. Má potíže s výdechem – *a bere mu to dech*.

Astmatik zneužívá symptomů své nemoci k tomu, aby mocensky ovládal okolí. Domácí zvířata musejí pryč, je třeba odstranit sebemenší zrnko prachu, nikdo nesmí v jeho přítomnosti kouřit atd.

Tento mocenský nárok vrcholí v život ohrožujících záchvatech, k nimž dochází

přesně ve chvílích, kdy dotyčného astmatika upozorníme na zmíněný nárok. Tyto záchvaty mají vyděračský charakter a jsou pro nemocného opravdu nebezpečné, protože ho uvádějí do život ohrožujících situací, které mnohdy nedokáže zvládnout. Je vždy velmi působivé, kam až je nemocný schopen zajít v sebepoškození jen proto, aby uplatnil svou moc. Během psychoterapie je takový záchvat pro postiženého něco jako záchranný pás ve chvíli, kdy se spolu s terapeutem nebezpečně přiblíží pravdě.

Už ale v této blízkosti uplatňování moci a sebeobětování vycítíme cosi z ambivalence takové nevědomě prožívané dominance. Neboť spolu s budováním moci, se stále větším nadouváním a nafukováním roste úměrně také protipól – bezmoc a pocit malosti. Astmatik by se měl mimo jiné naučit realizovat a akceptovat ve vědomí každou takovou malost.

Trvá-li nemoc delší dobu, rozšiřuje se a zpevňuje hrudní koš – lékaři tomu říkají soudkovitý tvar hrudníku. Dodává mohutného vzhledu, avšak kapacita plic je nízká, protože hrudník není pružný. Zjevněji somatizovaný konflikt mezi nárokem a realitou si už ani nelze představit.

Vypínat prsa znamená dávat najevo slušnou dávku agrese. Astmatik se nikdy nenaučil vyjádřit své agrese patřičnými slovy. Rád by „nabral dech“, má pocit, že praskne, ale nedokáže si vybití agrese křikem nebo nadávkami, protože mu vzduch vázne v plicích. A tak tyto agresivní projevy ustoupí, přemístí se na tělesnou úroveň a vyjádří se kašlem nebo chrchláním. Vzpomeňme si jen na obraty *na někoho prskat, zlostí lapat po dechu, vykašlat se na někoho*.

Agrese se dále projevuje v alergických reakcích, jež jsou většinou spojeny s dýchavičností.

4. Obrana proti temným stránkám života

Astmatik miluje vše čisté, čistotné, jasné, sterilní a vyhýbá se všemu temnému, hlubokému, pozemskému, což se většinou vyjádří volbou alergenů. Nemocný by se rád usídlil ve vyšších sférách, nechce přijít do styku se spodním protipólem. Proto je také většinou přeintelektualizovaný (učení o elementech přiřazuje vzduch k myšlení). Sexualitu přináležející rovněž k spodnímu pólu přesouvá astmatik nahoru do hrudi, což vede k nadměrné sekreci hlenu – tento proces by vlastně měl probíhat v pohlavních orgánech. Astmatik vylučuje tento (příliš nahoře) vyprodukovaný hlen ústy – originalitu tohoto řešení pochopí ten, který vidí podobu genitálií a úst (k tomu se vrátíme v jedné z pozdějších kapitol).

Astmatik prahne po čistém vzduchu. Ze všeho nejráději by žil někde v horách (toto přání mu často splní „klimatická terapie“). Zde se cítí velmi dobře jeho mocenské choutky: stát na vrcholu hory a shlížet dolů na temné dění v hlubokém údolí, sledovat je z bezpečné vzdálenosti, povznést se do výšin, kde je ještě „čistý vzduch“, zvednout se z hlubiny plné pudovosti a plodnosti – stát na vrcholu hory, kde je život čirý jako minerál. Astmatik zde prožívá vytoužený vzlet k výšinám, jehož prospěšnost mezitím vědecky doložili pilní klimatologové. Jiné léčebné možnosti skýtá moře se slaným ovzduším. Také zde platí stejná symbolika: sůl, symbol pouště, minerálů, neživotného. To je sféra, po které baží astmatik – neboť se bojí životnosti.

Astmatik je člověk prahnoucí po lásce – chce ji mít, a proto se tak zhluboka nadechuje. Není však schopen lásku dávat – a proto má potíže při výdechu.

Co mu může pomoci? Jako **u všech symptomů** na to **existuje pouze jediný recept: vědomost a nemilosrdná upřímnost vůči sobě samému!** Když si někdo konečně přizná vlastní úzkosti, nesmí se vyhýbat oblastem, jež v něm vyvolávají strach, nýbrž se do nich musí vydávat tak dlouho, až je schopen je milovat a integrovat. Tento nutný proces je velmi pěkně symbolicky vyjádřen v terapii, kterou sice nezná školní medicína, která však patří v přírodním léčení k nejučinnějším v boji proti astmatu a

alergii. Jde o léčbu vlastní močí. Urinoterapie spočívá v tom, že se nemocnému vpravuje do svalů injekcí vlastní moč. Podrobíme-li tuto léčbu zkoumání z hlediska symboliky, zjistíme, že nutí pacienta přijmout zpátky to, co vyloučil, tedy *vnitřní odpad* a *nečistotu*, vede ho k tomu, aby se s tímto odpadem znovu vyrovnal a integroval ho! To léčí!

Otázky, které by si měl položit astmatik:

- 1. V jakých oblastech chci brát, aniž budu dávat?**
- 2. Dokážu si vědomě přiznat své agrese a jaké možnosti mám, chci-li je projevit?**
- 3. Jak přistupuji ke konfliktu „dominance/malost“?**
- 4. Kterých životních sfér si nevážím a odmítám je? Dokážu pocítit něco ze strachu, který se opevnil za mým hodnotovým systémem?**
- 5. Kterým oblastem života se snažím vyhnout, které považuji za nečisté, nízké, neušlechtilé?**
- 6. Nezapomeňte: kdykoli pocítíte stísněnost – je to strach! Jediným prostředkem proti strachu je rozšíření, kterého lze dosáhnout připuštěním toho, čemu se vyhýbáme!**

Nachlazení a chřipkové afekce

Než opustíme téma dýchání, rádi bychom se stručně zamysleli nad symptomy nachlazení, protože to nejčastěji a nejsilněji zasahuje dýchací orgány. Chřipka stejně jako nachlazení jsou akutní zánětlivé procesy, a proto víme, že také ony vyjadřují zpracování konfliktu. Pro náš výklad tedy zbývá jen pozorovat místa a oblasti, v nichž se projevuje zánětlivý proces. K nachlazení dochází vždy v krizových situacích, kdy je člověk *našňupnutý*, popř. *má něčeho po krk*. Možná zní leckomu termín „krizová situace“ příliš bombasticky. Přirozeně že tím nemyslíme žádné rozhodující životní krize, ty se projevují mnohem závažnějšími symptomy. Máme na mysli časté, nijak senzační, ale pro psychiku přece jen významné všednodenní situace, jež pociťujeme jako přetěžující a kvůli nimž si hledáme legitimní záminku, jak se uchýlit trochu do ústraní, protože jsou na nás kladeny příliš vysoké nároky. Jelikož nejsme momentálně schopni vědomě si přiznat výzvu obsaženou v těchto „drobných“ každodenních situacích a svou touhu uniknout, dochází k somatizaci: Naše tělo posléze reaguje plným nosem, jsme *našňupnutí* a máme chuť se na všechno *vykašlat*. Avšak i touto (nevědomou) cestou jsme dosáhli svého cíle, a dokonce jsme zvýhodněni, protože nyní každý naprosto chápe naši situaci, s čímž bychom mohli stěží počítat, kdybychom se snažili zpracovat konflikt vědomě. Nachlazení nám dovoluje na nějaký čas ustoupit před tíživou situací a obrátit se víc k sobě samým. Můžeme si plně prožít svou senzitivnost na tělesné úrovni.

Bolí nás hlava (za těchto okolností přece po nás nikdo nemůže chtít, abychom se dále s něčím vědomě vyrovnávali!), teče nám z očí, bolí nás celé tělo a jsme podráždění. Tato všeobecná citlivost může nakonec přerůst ve stav, kdy „nás bolí i kořínky vlasů“. Nikdo se k nám nesmí přiblížit, natož aby se nás dotýkal. Nos máme ucpaný, a to nám znemožňuje jakoukoli komunikaci (dýchání jako druh kontaktu!). Úspěšně si držíme všechny co nejdál od těla, když jim vyhrožujeme: „Nechod ke mně moc blízko, jsem nastydlý(á)!“ Tento odmítavý postoj můžeme ještě zdůraznit působivým kýčáním, neboť v tomto případě se výdech mění ve vskutku agresivní „obrannou“ zbraň. Škrábání v krku rovněž silně komplikuje řeč jako prostředek komunikace. Rozhodně je to málo na to, abychom se s něčím vypořádali. Kašel připomínající štěkot zní natolik výhrůžně, že radost z komunikace je vepsí.

Není divu, že v tomto stavu pracují na plné obrátky také mandle jako jeden z

nejdůležitějších obranných orgánů našeho těla. Zduří při tom tak, že člověk nemůže *všechno spolknout*. Tento stav by měl pacienta podnítit k sebekritické otázce, co všechno vlastně už nechce spolknout. Polykání je přece aktem přijímání, akceptace. Právě to ovšem nyní nechceme. To nám ukazuje nachlazení ve všech rovinách. Bolesti údů a pocit, že jsme jako zmlácení, které se dostavují při chřipce, ochromují každý náš pohyb a bolest v rameni nám dokonce naznačuje závažnost problémů, které nás tíží a které odmítáme déle snášet.

Nemálo těchto problémů se pokoušíme vypudit ven v podobě hnisavého hlenu, a čím víc se ho zbavíme, tím větší pociťujeme úlevu. Tuhý hlen, který zprvu všechno ucpal a přerušil tak veškerý tok a jakoukoli komunikaci, se musí rozpustit a zředit, abychom opět uvedli něco do pohybu. Každé nachlazení koneckonců opět uvádí něco do pohybu a signalizuje drobný pokrok v našem vývoji. Přírodní léčitelství spatřuje v nachlazení právem ozdravný, očištný proces, při němž se z těla vyplavují toxiny – a v souladu s tím na psychické úrovni problémy, které se rovněž „rozředí“ a vyloučí. Tělo a duše vyjdou z krize posíleny – a zůstane to tak do chvíle, kdy zase budeme mít chuť *na všechno se vykašlat...*

4. TRÁVENÍ

Při trávení probíhá něco velmi podobného jako při dýchání. Dýcháním přijímáme okolní svět, asimilujeme ho a to, co neasimilujeme, vracíme zpět. Totéž se děje při trávení, přičemž však trávicí proces zasahuje hlouběji do materiálnosti těla. Dýchání ovládá vzdušný živel, trávení přináležejí k pozemskému elementu, má materiálnější povahu. Na rozdíl od dýchání postrádá trávení jasný rytmus. Rytmus vstřebávání a vylučování živin ztrácí v tuhém pozemském elementu na čistotě a jasnosti.

Trávení vykazuje podobnost rovněž s funkcemi mozku, neboť mozek (popř. vědomí) zpracovává a tráví nehmotné vjemy tohoto světa (protože nejen chlebem živ jest člověk). Při trávení musíme zpracovávat hmotné vjemy tohoto světa. Trávení tedy zahrnuje:

1. Přijímání vnějšího světa v podobě hmotných vjemů.
2. Rozlišování mezi „stravitelným“ a „nestravitelným“.
3. Asimilaci stravitelných látek.
4. Vylučování nestravitelných látek.

Než se budeme blíže zabývat problémy, jež se mohou vyskytnout při trávení, vyplatí se podívat na symboliku potravy. Už podle potravin a jídel, jež nějaký člověk odmítá nebo jimž dává přednost, se dá poznat mnohé – řekni mi, co jíš, a já ti řeknu, kdo jsi! Je dobré procvičovat a bystřit si oko a vědomí tak, abychom poznali souvislosti také v nejvšednějších, nejběžnějších dějích, které se nacházejí za jevovými formami, jež nejsou nikdy náhodné. Má-li někdo chuť na něco určitého, vyjadřuje to docela určitou afinitu a ledacos to o dotyčném vypovídá. Když není něco „podle jeho chuti“, lze si tuto antipatii vyložit stejně přesně jako zaškrtnutí určité odpovědi v psychologickém testu. Hlad je symbolem touhy něco mít, přijmout, určité lačnosti. Jídlo je ukojením chťiče pomocí integrace, přijetí a nasycení.

Když někdo hladoví po lásce, aniž je jeho hlad adekvátně ukojen, poklesne jeho touha na tělesnou úroveň a projeví se mlsáním sladkostí. Nutkavá lačnost po sladkém a mlsounství jsou vždy výrazem neukojené milostné touhy. Dvojsmyslnost slov *sladký* a *mlsat* se názorně projeví, když mluvíme o *sladké* dívce, na které bychom si rádi *smlsli*. Láska a sladkost spolu úzce souvisejí. Když děti hodně mlsají, zřetelně to svědčí o tom, že se necítí dostatečně milovány. Rodiče rádi a ukvapeně protestují proti tomuto názoru a tvrdí, že „přece dělají pro své dítě všechno možné“. Jenže „dělat všechno možné“ a „milovat“ nemusí být nutně jedno a totéž. Kdo mlsá, touží po lásce a potvrzení. Tomuto pravidlu lze klidně věřit víc než vlastnímu hodnocení schopnosti milovat. Jsou také rodiče,

kteří zahrnují potomky spoustou sladkostí, a tím dávají najevo, že nejsou ochotni dát svému dítěti lásku. Proto se mu tento nedostatek snaží nahradit na jiné úrovni.

Lidé, kteří hodně myslí a pracují intelektuálně, touží po slané stravě a vydatných jídlech. Silně konzervativně založení lidé dávají přednost konzervované potravě, zvláště pak uzeninám, a rádi pijí silný hořký čaj (vůbec milují potraviny obsahující třísloviny). Ti, kteří mají v oblíbě kořeněné, ba dokonce hodně ostré pokrmy, dávají najevo, že hledají nové dráždivé podněty a vjemy. Jsou lidé, kteří milují výzvy, a to i tehdy, když jsou mnohdy těžko stravitelné a snesitelné. Docela jinak na tom jsou osoby, které pojídají dietní stravu – žádná sůl, žádná koření. Ty se *střeží* všech nových vjemů. Bázlivě se vyhýbají všem výzvám, bojí se jakékoli konfrontace. Tento strach se může ještě stupňovat a dotyční pak pojídají kašovitou stravu jako někdo, kdo trpí žaludečními potížemi. Jeho osobnost si zanedlouho probereme podrobněji. Kašovitou stravu dostávají malé děti – což jasně dokazuje, že ten, kdo má problémy se žaludkem, se vrací zpátky do nediferencujícího dětství, kdy není třeba umět něco rozlišit a rozložit a kdy člověk dokonce nemusí kousat a rozmělnovat potravu (ach, jak je to agresivní!). Takový člověk odmítá polykat tuhou potravu.

Mimořádný strach ze všeho ostrého, hranatého symbolizuje strach z agresí. Strach z jader svědčí o strachu z problémů – dotyčný velmi nerad dochází až k samotnému jádru určité věci. Máme tu ovšem i opačnou skupinu lidí: makrobiotiky. Ti vyhledávají problémy. Chtějí za každou cenu zjistit podstatu věcí, a proto rádi přijímají tvrdou stravu. Občas to zajde tak daleko, že u nich lze vycítit dokonce odmítání bezproblémových oblastí života: ke sladkým jídlům vyžadují makrobiotici ještě něco, do čeho by se mohli pořádně zakousnout. Tím na sebe prozrazují určitý strach z lásky a něhy, popř. sníženou schopnost přijímat lásku. Někteří lidé doženou své nepřátelství vůči konfliktům dokonce do takového extrému, že skončí na jednotce intenzivní péče, kde je musejí vyživovat intravenózně (nitrožilně) – to je bezpochyby nejbezpečnější způsob, jak se zničit vlastní lhostejností a být bez jakýchkoli konfliktů.

Zuby

Potrava přichází ze všeho nejdřív do úst a tam ji rozmělnují zuby. Zuby koušou a drtí potravu. Kousání je velmi agresivní akt, je to výraz schopnosti něčeho se zmocnit, něco uchopit a napadnout. Stejně jako pes cení zuby a dává tak najevo nebezpečnou agresi, tak také mluvíme o tom, že „někomu ukážeme zuby“, a myslíme tím své odhodlání se bránit. Špatné, popř. zkažené zuby svědčí o tom, že někomu činí obtíže vyjadřovat, popř. si vybíjet své agrese.

Tuto souvislost nezastře ani tvrzení, že dnes mají špatné zuby skoro všichni, což se dá prokázat už u malých dětí. To je jistě pravda, nicméně kolektivní symptomy značí zase jen kolektivní problémy. Z agrese se stal ve všech sociálně vyspělých kulturách naší doby ústřední problém. Vyžaduje se „sociální přizpůsobivost“, což nepokrytě znamená příkaz: „Potlač své agrese!“ Všechny tyto potlačené agrese našich milých, pokojných a sociálně přizpůsobených spoluobčanů se projevují opět jako „nemoci“ a ohrožují společenství v této pervertované formě koneckonců stejně jako ve své původní formě. Z klinik se proto stávají moderní bojiště naší společnosti. Potlačené agrese zde svádějí nemilosrdné bitvy s těmi, kteří je v sobě nosí. Lidé zde trpí vlastními zly, která se neodvážili po celý svůj život v sobě odkrýt a vědomě zpracovat.

Nemělo by nás udivit, když se při zvýšeném počtu chorob potýkáme také ve zvýšené míře s agresivitou a sexualitou. Obojí člověk naší doby potlačuje ze všeho nejvíc. Možná někdo namítne, že naší argumentaci protiřečí jak stoupající kriminalita a spousta násilných činů, tak sexuální vlna. Na to se dá zřejmě odpovědět, že jak absence, tak

výbuch agrese jsou symptomy potlačených agresí. Obojí jsou jen rozdílné fáze stejného procesu. Agresivní součást osobnosti lze vědomě integrovat teprve tehdy, když není třeba potlačovat agresi, a tím jí lze přidělit prostor, v němž se dají shromažďovat zkušenosti s touto energií. Pak máme integrovanou agresi k dispozici jako energii a vitalitu celistvé osobnosti, aniž dochází k výlevům nasládlé dobromyslnosti nebo k výbuchům divoké agrese. K tomuto stavu se však musíme nejprve dopracovat. Musíme mít ovšem možnost zrát prostřednictvím zkušeností. Potlačované agrese vedou pouze k vytváření stínu, s nímž se musíme tak jako tak vypořádávat ve zvrácené podobě nemoci. To, co jsme nyní uvedli, platí obdobně pro sexualitu, jakož i pro všechny ostatní psychické funkce.

Vraťme se ale zpátky k zubům, které představují ve zvířecím a lidském těle agrese a průbojnost (schopnost se něčím *prokousat*). Často se poukazuje na některé přírodní národy, jejichž příslušníci mají zcela zdravé zuby, což se kauzálně odvozuje od přirozeného způsobu jejich výživy. Na druhé straně se ale setkáváme u těchto národů s docela jiným přístupem k agresím. Odhlédneme-li od kolektivního problému, lze si vyložit stav chrupu rovněž naprosto individuálně. Kromě již zmíněné agrese zuby také dokazují naši vitalitu, životní sílu (agrese a vitalita jsou jen dva různé aspekty jedné a téže síly, přesto v nás oba pojmy vzbuzují rozdílné asociace). Vezměme si třeba ono proslulé: „Darovanému koni na zuby nekoukej.“ Toto rčení vychází z pradávného zvyku podívat se kupovanému koni do tlamy a ohodnotit podle stavu chrupu jeho stáří a vitalitu. Také psychoanalýza vykládá sny o vypadávání zubů jako známku ztráty energie a potence.

Jsou lidé, kteří v noci pravidelně *skřípou zuby*, někdy tak vehementně, že je třeba zabránit jim speciálními umělými sponami, aby si neobrousili chrup. Symbolika tohoto chování je zcela zjevná. *Skřípání zubů* je v našem pojetí jasným vyjádřením bezmocné agrese. Kdo si nedokáže ve dne přiznat přání zakousnout se, musí v noci skřípat zuby tak dlouho, až si obrousí a odře tyto nebezpečné nástroje...

Kdo má špatné zuby, tomu chybí vitalita, a tím také schopnost do něčeho se pustit, něčím se prokousat. Proto také stěží *přežvýkává* problémy nebo se jimi obtížně *prokousává*. Rovněž reklama na zubní pastu popisuje nezbytný cíl tímto sloganem: „...abyste se mohli znovu pořádně zakousnout!“

Takzvané třetí zuby umožňují navenek předstírat vitalitu a průraznost, kterou už nemáme. Stejně jako u každé protézy jde však o podvod. Je to, jako když si majitel bojácného, rozmazleného pokojového psíka umístí na plot tabulku s nápisem: „Pozor, zlý pes!“ Umělý chrup je tak pouze „koupená kousavost“.

Podklad zubů tvoří dásně, zuby jsou v ní uloženy. Obdobně tedy dásně symbolizuje základ vitality a agrese, prapůvodní důvěry a sebejistoty. Chybí-li nějakému člověku taková dávka prapůvodní důvěry a sebejistoty, nikdy se mu nepodaří vypořádat se aktivně, vitálně s problémy, nikdy nenajde odvahu rozlouskávat tvrdé oříšky nebo se bránit. Je to důvěra, která dodává této schopnosti potřebnou oporu, stejně jako dásně podpírá zuby. Toho ale není schopna citlivá, choulostivá dásně, která co chvíli krvácí. Krev je symbol života, a tak nám krvácející dásně naprosto jasně ukazuje, jak z prapůvodní důvěry a sebejistoty už při sebemenší výzvě vyprchává životní síla.

Polykání

Poté, co rozmělníme potravu zuby, spolkneme kašovitou hmotu. Polykáním integrujeme, přijímáme – polykat znamená přivtělovat si. Dokud máme něco v puse, můžeme to ještě vyplivnout. Když už ale něco spolkneme, lze to jen stěží zvrátit. Velká sousta se nám *špatně polykají*. Pokud je sousta příliš velké, nedokážeme je polknout vůbec. Mnohdy musíme v životě ledacos spolknout, aniž vlastně chceme, jako např. výpověď. Jsou špatné zprávy, které se dají jen těžko spolknout.

Právě v takových případech je snazší něco spolknout, když to zvláčníme nějakou tekutinou, zejména *hltem něčeho dobrého*. Alkoholici však většinou zapíjejí něco jiného, těžko stravitelného, aby alespoň dočasně zapomněli. Polykají alkohol, protože v jejich životě je něco jiného, co nedovedou nebo nechtějí spolknout. Proto také pitím nahrazují jídlo (nadměrná konzumace alkoholu vede k nechutenství) – místo aby polykali tvrdou, tuhou stravu, raději si přihnou z láhve a vpraví do sebe něco měkčího, klouzavějšího.

Existuje celá řada poruch polykání, jako např. když máme pocit, že máme v krku knedlík, nebo při bolestech v krku způsobených angínou, které v nás vyvolávají pocit, že nedokážeme nic spolknout. V takových případech by se měl postižený vždy zeptat: „Je momentálně v mém životě něco, co nedovedu nebo nechci spolknout?“ Mezi zmíněnými poruchami je jedna vsutku svérázná varianta, a to bezděčné polykání vzduchu neboli aerofagie (doslova „požírání vzduchu“). Sám termín říká jasně, co se v tomto případě odehrává. Člověk odmítá něco spolknout, pozřít, ale předstírá ochotu cosi přijmout tím, že „polyká vzduch“. Tento skrytý odpor vůči polykání se o něco později projeví plynatostí, která se odstraňuje říháním nebo bzděním-prděním (srov. obrat „něco mi nevoní“).

Nevolnost a zvracení

Když spolkneme potravu a odešleme ji dál do zažívacího traktu, může se projevit jako *stěží stravitelná* a zůstane nám ležet v *žaludku jako kámen*. Kámen je však – podobně jako jádro – symbolem problému (proto také mluvíme o *kameni úrazu*). Víme všichni dobře, jak umí nějaký problém ležet v žaludku a kazí nám chuť k jídlu. Ta závisí v nejvyšší míře na psychické situaci člověka. Mnohé obraty ukazují tuto analogii mezi psychickými a somatickými procesy: *To mi zkazilo chuť. To mě znechutilo. Je mi zle, když si na to vzpomenu. Dělá se mi špatně, jen když ho vidím*. Nevolnost signalizuje odmítání něčeho, co nechceme, a co nám proto *leží v žaludku*. Nevolnost nám může rovněž přivodit, když nezřízeně splácáme dohromady všemožná jídla. Tato nezřízenost se neprojevuje pouze v tělesné rovině – člověk si může také přeplácet vědomí spoustou nevhodného „materiálu“ a není mu z toho dobře, protože není schopen to strávit.

Vyšším stupněm nevolnosti je zvracení potravy. Člověk se zbavuje věcí a vjemů, které nechce požit, integrovat. Zvracení je masivní výraz obrany a odmítání. „Nemůžu toho přece sežrat tolik, kolik bych toho rád vyblil,“ prohlásil o politických a uměleckých poměrech po roce 1933 židovský malíř Max Liebermann.

Zvracet vlastně znamená „ne-akceptovat“. Zcela zjevně se tato souvislost projevuje také při známých těhotenských nevolnostech. Ty vyjadřují nevědomý odpor vůči ještě nenarozenému dítěti, popř. mužskému semenu, které si žena nechtěla „přivtělit“. Domyslíme-li to ještě dál, můžeme říct, že zvracení v těhotenství vyjadřuje rovněž odmítání vlastní ženské role (mateřství).

Žaludek

Dalším místem, kam dorazí naše – nezvrácená – potrava, je žaludek, který má v první řadě přijímací funkci. Přijímá všechny vjemy přicházející zvenčí, přijímá to, co je třeba strávit. Aby mohl přijímat, musí být otevřený, pasivní a ochotný ve smyslu oddaný. Těmito vlastnostmi reprezentuje žaludek ženský pól. Tak jako se mužský princip vyznačuje schopností vyzařovat a aktivitou (ohnivý element), tak ženský princip ukazuje ochotu přijímat, oddat se, nechat se ovlivnit a schopnost přijímat a ukrývat (vodní element). V psychické rovině je to schopnost cítění, svět pocitů (ne však emocí!), jež v ní uskutečňuje ženský prvek. Vytěsňuje-li člověk schopnost cítit ze svého vědomí, klesá na tělesnou úroveň a žaludek musí přijímat a trávit kromě tělesných vjemů potravy také psychické

vjemy. V tomto případě nejen *láska prochází žaludkem*, ale člověk se také *něčím užívá*, a to se později projeví v podobě *přejídání z trápení*.

Kromě schopnosti přijímat plní žaludek také ještě další funkci, kterou lze zřejmě přiřadit pro změnu k mužskému pólu. Je to tvorba a odvod žaludeční šťávy. Tato kyselá šťáva napadá, leptá a rozkládá stravu – je tedy jednoznačně agresivní. O člověku, kterému něco vadí a jde mu to proti srsti, se říká, že je *kyselý jako šťovík*. Když se mu nepodaří vědomě zvládnout zlost nebo ji také přeměnit v agresi a raději ji *spolkne*, potom se jeho agrese projeví somaticky, *překyselí* se mu žaludek, pálí ho žáha. Reaguje tím, že produkuje agresivní tekutinu na materiální úrovni, aby jí zpracoval a strávil nemateriální pocity – což je velmi obtížné a ledacos se tlačí zpátky, aby nám to připomnělo, že bychom raději neměli polykat pocity a přenechávat je ke strávení žaludku. Kyselá šťáva stoupá vzhůru a ráda by se projevila.

A právě to působí člověku s nemocným žaludkem potíže. Chybí mu schopnost vědomě zacházet se svou zlostí a svými agresemi a odpovědně tak řešit konflikty a problémy. Buď neprojeví svou agresi vůbec (a vnitřně se jí užívá), nebo naopak je jeho agresivní reakce přehnaná – ani jeden z extrémů mu však nepomůže správně vyřešit problémy, neboť jeho jednání není podloženo sebedůvěrou a pocitem bezpečí, jež tvoří základnu samostatného zvládnání konfliktů. O tom jsme se už zmínili, když jsme se zabývali tématem zuby-dáseň. Každý ví, že podrážděný, překyselený žaludek velmi špatně snáší nedostatečně rozžvýkanou potravu. Jenže kousání a žvýkání má agresivní povahu. Jestliže tedy chybí toto agresivní chování, zatěžuje se nadměrně žaludek, a ten opět produkuje víc šťávy.

Kdo trpí žaludečními chorobami, nechce žádný konflikt. Nevědomky touží vrátit se zpátky do bezkonfliktního dětství. Jeho žaludek prahne opět po kašovitě výživě. A tak pojídá stravu propasírovanou přes síto, profiltrovanou a tedy neškodnou. Nesmí v ní být jediný tvrdý kousek. Problémy ulpívají v sítu. Pacienti s žaludečními potížemi nesnášejí syrovou stravu – je příliš syrová, prapůvodní, nebezpečná. Potrava musí nejprve projít smrtelným, agresivním vařením, než se nemocný odváží ji sníst. Těžko stravitelný je pro něj také celozrnný chléb, protože v sobě skrývá spoustu problémů. Nadměrně ho dráždí příliš kořeněná jídla, alkohol, káva, nikotin a sladkosti. Život a jídlo je třeba zbavit všech výzev. Žaludeční šťáva vyvolává pocit tlaku, což brání dalšímu přijímání nových vjemů.

Když nemocný užívá antacida, většinou silně řihá, což mu ulevuje, protože říhnutí je agresivní projev namířený ven. Zbavíme se jím vzduchu a snížíme tlak v trávicím traktu. Obdobně se jeví také léčba pomocí trankvilizérů (např. valia), kterou velmi často nasazuje školní medicína: lékem se chemicky přeruší spojení mezi psychikou a vegetativem (tzv. zrušení psycho-vegetativní vazby); k tomuto kroku se u těžkých případů přistupuje také chirurgicky. Při operaci se pacientovi s peptickým vředem odříznou určitá nervová vlákna zajišťující produkci žaludeční šťávy (vagotomie fundu). Při školně medicínských zákrocích se přeruší spojení cit-žaludek, aby žaludek nemusel dále somaticky trávit pocity. Žaludek je pak izolován od vnějších vzruchů. Úzké spojení mezi psychikou a sekrecí žaludeční kyseliny je dostatečně známo od Pavlovových dob. (I. P. Pavlov dokázal současným podáváním krmení a zvoněním vyvolat u pokusných psů tzv. podmíněný reflex. Po určité době stačilo zazvonit a u psů se zvýšila sekrece žaludeční šťávy obvyklá při pohledu na potravu.)

Namířit základní postoj, cit a agresi ne ven, nýbrž dovnitř, proti sobě, nakonec vede ke vzniku žaludečního vředu, ulku (nejde o vřed ve smyslu novotvaru nebo nádoru, nýbrž o narušení žaludeční stěny). Když se tvoří vřed, místo vnějších vjemů se tráví vlastní žaludeční stěna – výstižně řečeno jde o jakési samožerství. Nemocný se musí naučit uvědomovat si své pocity, vědomě zpracovávat konflikty a vstřebávat vjemy. Dále by si měl uvědomit a přiznat vlastní touhu po infantilní závislosti, po bezpečné mateřské náruči a

přání být milován a opatrován i přesto – nebo právě proto – že jsou tyto touhy pečlivě skryty za fasádou nezávislosti, ctižádosti a průbojnosti. Také zde žaludek prozrazuje pravdu.

Při žaludečních a zažívacích potížích bychom si měli položit následující otázky:

- 1. Co nemohu nebo nechci spolknout?**
- 2. Užírám se něčím ve svém nitru?**
- 3. Jak vycházím se svými pocity?**
- 4. Co způsobuje mou nakyslost?**
- 5. Jak vycházím se svou agresí?**
- 6. Jak dalece se vyhýbám konfliktům?**
- 7. Mám v sobě potlačenou touhu po nekonfliktním dětském ráji, v němž mě všichni milují a opatrují, aniž se musím vším prokousávat osobně?**

Tenké a tlusté střevo

V tenkém střevu probíhá vlastní trávení štěpením na jednotlivé součásti (analýza) a asimilací. Nápadná je vnější podobnost mezi tenkým střevem a mozkem. Tenké střevo a mozek mají podobnou úlohu a funkci. Mozek tráví vjemy na nehmotné úrovni, tenké střevo pak tráví hmotné vjemy. Potíže v oblasti tenkého střeva by měly nastolit otázku, zda příliš neanalyzujeme, neboť funkci tenkého střeva charakterizuje rozklad, štěpení, zacházení do detailů. Lidé trpící potížemi tenkého střeva mají sklon přehnaně analyzovat a kritizovat, mají všemu co vytknout. Tenké střevo je také dobrý indikátor existenciálních úzkostí. Zhodnocuje, „zžitkovává“ se v něm potrava. Za silným důrazem na zhodnocení, zžitkování se ale vždy skrývá existenciální strach, obava, že z potravy nevytěžíme potřebný dostatek a zemřeme hladem. V mnohem vzácnějších případech mohou problémy s tenkým střevem upozorňovat na úplný opak – na nedostatek kritičnosti. To se stává u tzv. mastných stolic při insuficienci slinivky břišní.

K nejčastějším symptomům chybné funkce tenkého střeva patří průjem. Lidové rčení praví: *Podělal se strachy. Nadělal si strachem do kalhot.* Průjem se rovněž vztahuje k tématu strach. Když se někdo lekne, nemá čas analyticky se vyrovnávat s vjemy a nechá je projít nestráveně. Nic v něm neulpí. Uchýlí se na tiché, osamělé místo, kde *nechá věcem volný průběh.* Při průjmu se ztrácí hodně tekutiny, a ta je symbolem flexibility, jíž je zapotřebí, abychom posunuli dál hrozivou (tísňovou) hranici já, a tak překonali strach. Už předtím jsme uvedli, že strach má vždy něco společného se stísněností a zadržováním. Léčit strach znamená uvolnit a rozšířit, zpružnit a nechat věcem volný průběh! Průjem se většinou léčí pouze tím, že se postiženému podává velké množství tekutiny. Tím získává symbolicky onu flexibilitu, kterou potřebuje, aby posunul dál hranice, uvnitř kterých prožívá strach. Průjem – ať už chronický nebo akutní – nám vždy říká, že máme strach a zoufale se snažíme něco zadržet, a učí nás, abychom povolili a nechali všemu volný průběh.

V tlustém střevu už končí vlastní trávení. Zde se jen odvodňuje nestravitelný zbytek toho, co jsme požili. Nejrozšířenější poruchou v této části těla je zácpa. Už od Freuda si psychoanalýza vykládá stolici jako akt dávání, darování. Že lejno má symbolicky cosi společného s penězi, si každý rychle uvědomí, když si vzpomene třeba na rčení: *Čert kadí vždycky na větší hromádku.* Nebo také na pohádku, v níž oslík místo lejna trousí zlaťáky. Lidová tradice rovněž spojuje šlápnutí do psího výkalu s vyhlídkou na nečekané peníze. Tyto příklady by snad měly postačit, aby si každý bez dalekosáhlých teoretických zdůvodnění ujasnil symbolickou souvislost mezi výkalem a penězi, popř. mezi stolicí a *odevzdáváním.* Zácpa tedy vyjadřuje *neochotu něco dát, touhu něco zadržet,* a proto

souvisí s lakotou. Zácpa patří v naší době k velmi rozšířeným symptomům a trpí jí převážná většina lidí. Jasně dokládá přepjaté lpění na materiální a neschopnost něčeho se zbavit v materiální sféře.

Tlusté střevo však má ještě další symbolický význam. Stejně jako tenké střevo odpovídá vědomému, analytickému myšlení, tak tlusté střevo značí nevědomí, v doslovném smyslu „podsvětí“. Nevědomí je z mytologického hlediska říše mrtvých. Tlusté střevo je rovněž jakási říše mrtvých, neboť se v něm nacházejí látky, jež nebylo možné přeměnit v život, je to místo, kde může dojít ke kvašení. Kvašení je také hnilobný proces, umírání. Jestliže tlusté střevo symbolizuje nevědomí, noční stranu v těle, pak lejno odpovídá obsahům nevědomí. To nám však umožňuje názorně pochopit další význam zácpy. Je to strach vypustit na denní světlo nevědomé, potlačené obsahy. Duševní vjemy se hromadí a člověk nedokáže získat od nich opět odstup. Ten, kdo trpí zácpou, není schopen *vytrousit* tyto vjemy. Proto je pro psychoterapii velmi užitečné, když se nejprve uvolní tělesná zácpa, aby se analogicky vyplavily ven i obsahy nevědomí. Zácpa nám ukazuje, že máme potíže s dáváním a uvolněním, že zadržujeme jak materiální věci, tak obsahy nevědomí a nechceme, *aby vyšly na denní světlo*.

Colitis ulcerosa (ulcerózní kolitida) je původně akutní, posléze chronické zánětlivé onemocnění tlustého střeva, jež je spojeno s bolestmi břicha a krvavými, hlenovitými průjmy. Také zde prokazuje lidová mluva své hluboké psychosomatické znalosti. Všichni víme, kdo je to *slizoun*, který *leze druhým do zadku*, aby se *jim zalíbil* – musí za to ovšem obětovat svou vlastní osobnost, vzdát se osobního života, aby mohl spoluprožívat život někoho druhého (...jestliže někdo vlezte druhému do zadku, žije s ním v jakési symbiotické jednotě). Krev a hlen jsou látky znamenající život, jsou to prastaré symboly života. (Mýty některých přírodních národů líčí, jak se veškerý život vyvinul ze slizu.) Krev a hlen ztrácí ten, kdo se bojí vést vlastní život a prosazovat vlastní osobnost. Vést vlastní život však znamená vybudovat si vlastní postavení vůči druhému, což s sebou nese určitou osamělost (ztráta symbiózy). Toho se pacient s ulcerózní kolitidou ovšem obává. Ze strachu *potí krev a vodu* – střevem. Prostřednictvím střeva (= nevědomí) obětuje symboly svého vlastního života: krev a hlen. Pomůže mu jen poznání, že každý člověk musí být v životě odpovědný sám sobě – nebo nežije.

Slinivka břišní

K trávicímu ústrojí patří rovněž slinivka břišní, která plní především dvě funkce: exokrinní část produkuje důležité trávicí šťávy, jejichž činnost má jednoznačně agresivní charakter. Endokrinní část slinivky břišní, ostrůvkové buňky, produkuje inzulín. Snížená produkce inzulínu vede k velmi rozšířené chorobě – cukrovce (diabetes mellitus). Slovo *diabetes* pochází z řeckého *diabeinein*, které znamená *prohodit, projít*. Původně se této nemoci říkalo *úplavice cukrová*. Jde tedy o určitý průjem. Když si vzpomeneme na symboliku průjmu, mohli bychom *úplavici cukrovou* volně přeložit jako *úplavici milostnou*. Diabetici nemají dostatek inzulínu a nejsou s to asimilovat cukr přijatý z potravy – cukr prochází jejich vnitřnostmi a vylučuje se močí. Nahradíme-li slovo *cukr láskou*, máme celkem přesně vykreslen problémový okruh diabetika. Sladkosti slouží jako pouhá náhražka za jiná sladká přání umožňující *sladký život*, když se splní. A za diabetikovou touhou vychutnávat si sladké věci a současnou neschopností asimilovat cukr a vstřebat jej do vlastních buněk se skrývá nepřiznané prahnutí po naplněné lásce, spojené s neschopností přijímat lásku, vpustit ji zcela do sebe. Je příznačné, že diabetik musí mít „náhražkovou výživu“ – jako náhradu za svá skutečná přání. Cukrovka způsobuje překyselení celého organismu a posléze i kóma. My víme, že kyselina je symbol agrese. Stále znovu se setkáváme s polaritou lásky a agrese, cukru a kyseliny (v mytologii jsou to

Venuše a Mars). Tělo nás učí toto: kdo nemiluje, zkusne (?) nebo abychom to vyjádřili ještě výstižněji: kdo si neumí nic vychutnat, stává se brzy nechutným!

Lásku je schopen přijímat pouze ten, kdo ji umí také dávat – diabetik dává lásku jen v podobě nevstřebaného cukru v moči. Kdo se nenechá dostatečně zaplavit, tomu se vyplaví cukr z těla (úplavice cukrová). Diabetik touží po lásce (sladkosti), netroufá si ale pro to něco aktivně podniknout („...já opravdu nesmím nic sladkého!“). Přesto i nadále touží po sladkém („...hrozně moc bych chtěl, když ale nesmím!“) – nemůže však získat lásku, protože se nenaučil ji dávat – a tak jím láska jen tak projde: musí vyloučit nevstřebaný cukr. Pak není divu, že je kyselý jako šťovík!

Játra

Játra nám naše úvahy zrovna neulehčují, protože jde o orgán s nesmírně mnohostrannými funkcemi. Je to jeden z největších orgánů v lidském těle a centrální orgán intermediární látkové výměny – obrazně řečeno játra jsou jakási laboratoř člověka. Načrtněme si nyní stručně jejich nejdůležitější funkce:

1. Ukládání energie

Játra tvoří glykogen (škrob) a ukládají jej (asi pět set kilokalorií). Kromě toho se přijaté uhlohydráty mění v tuky, které se ukládají do příslušných „skladů“ v těle.

2. Produkce energie

Játra přijímají z potravy aminokyseliny a tuky a „vyrábějí“ z nich glykolýzou energii. Přichází do nich všechn tuk a lze ho v nich spálit a získat z něj energii.

3. Výměna bílkovin

Játra jsou schopna jak odbourávat aminokyseliny, tak syntetizovat nové. Jsou tak spojovacím článkem mezi bílkovinou (proteinem) z živočišné a rostlinné říše, z níž pochází naše strava, a bílkovinou lidskou. Oba druhy bílkovin jsou totiž zcela individuální, avšak stavební kameny, z nichž jsou složeny, tedy aminokyseliny, jsou univerzální (představme si zcela odlišné, individuální typy domů – bílkoviny – postavených ze stejných cihel – aminokyselin). Individuální odlišnost rostlinných, živočišných a lidských bílkovin tedy tkví v různé struktuře aminokyselin; pořadí aminokyselin je zakódováno v DNA.

4. Detoxikace

Játra inaktivují jak tělu vlastní, tak cizí jedy a mění je tak, aby byly rozpustné ve vodě. Posléze se tyto škodliviny vylučují žlučí nebo přes ledviny. Dále je třeba v játrech přeměnit bilirubin (odpadní produkt červeného krevního barviva hemoglobinu), aby jej bylo možné vyloučit. Porucha tohoto procesu způsobuje žloutenku. Játra rovněž syntetizují močovinu, která odchází přes ledviny.

Tolik tedy velmi stručný přehled nejdůležitějších funkcí všestranných jater. Začněme symbolický výklad u posledního bodu, u detoxikace. Schopnost jater zbavovat organismus škodlivin předpokládá schopnost rozlišovat a hodnotit, neboť kdo nedokáže od sebe odlišit, co je jedovaté a co ne, nemůže detoxikovat. Z jaterních poruch a onemocnění proto lze usuzovat na problémy s rozlišením a vyhodnocením, kdy dochází k chybnému posouzení, co je užitečné a co škodlivé (výživa, nebo jed?). Dokud totiž správně funguje hodnocení toho, co je vhodné a kolik z toho lze zpracovat a strávit, nikdy se nedostane do organismu víc látek, než je jich zapotřebí. Játra onemocní, kdykoli je všeho moc: tuku, jídla, alkoholu, drog atd. Nemocná játra svědčí o tom, že člověk přijímá víc, než dovoluje jeho zpracovací kapacita, ukazují na nemírnost, přehnanou touhu po expanzi a příliš vysoké ideály.

Játra dodávají energii. Člověk s nemocnými játry však ztrácí právě tuto energii a životní sílu: Ztrácí potenci, chuť k jídlu a pití. Ztrácí zájem o všechny oblasti spojené s životními projevy – a tak už sám symptom koriguje, kompenzuje jeho problém, který lze

vyjádřit jednoduše: Všeho moc škodí. Tělo reaguje na jeho bezuzdnost a velikášské představy a říká mu, aby upustil od tohoto „všeho moc“. Protože se nevytvářejí faktory ovlivňující srážlivost krve, je jeho životodárná tekutina příliš řídká, doslova mu odtéká pryč. Nemoc naučí pacienta umírněnosti, klidu a odříkání (sex, jídlo a pití) – velmi jasně můžeme tento proces pozorovat u hepatitidy.

Játra mají dále silnou symbolickou vazbu na světonázorové a náboženské obory, která možná není jen tak srozumitelná každému. Vzpomeňme si na syntézu bílkovin. Bílkovina je stavební kámen života. Buduje se z aminokyselin. Játra tvoří z rostlinných a živočišných bílkovin přijímaných v potravě lidskou bílkovinu tím, že mění prostorové uspořádání (strukturu) aminokyselin. Jinými slovy játra na jedné straně zachovávají jednotlivé stavební prvky (aminokyseliny), na druhé straně ale mění prostorovou strukturu a činí tak kvalitativní, popř. evoluční skok z rostlinné a zvířecí říše do říše lidí. Navzdory tomuto skoku však zůstává současně zachována identita stavebních kamenů, jež si tak i nadále ponechávají spojení se svým původem. Syntéza bílkovin je dokonale mikrokosmický obraz toho, čemu říkáme v makrokosmu evoluce. Přestavbou a změnou kvalitativního vzorce lze pak z neustále stejných „prapůvodních stavebních kamenů“ sestavit nekonečné množství forem. Stálostí „materiálu“ zůstává všechno vždy vzájemně propojené, a proto učenci tvrdí, že všechno je obsaženo v celku a celek je obsažen v části.

Další výraz pro tento poznatek zní *religio*, což mj. znamená víru, ohlédnutí, tedy jakousi „zpětnou vazbu“. Náboženství hledá zpětnou vazbu k prapůvodu všeho, k výchozímu bodu, k samo-jedinému, a také ji nachází, protože mnohost, jež nás dělí od jednoty, je koneckonců pouhá iluze (májá) – vzniká jen hrou rozdílného uspořádání stejného jsoucna. Proto také může najít cestu zpátky pouze ten, kdo prohlédne iluzi různých forem. Mnoho a jedno – v tomto napětovém poli pracují játra.

Při jaterních chorobách by si nemocný měl položit následující otázky:

- 1. V jakých oblastech jsem ztratil schopnost správného posouzení a zhodnocení?**
- 2. Kde už nedokážu rozlišovat mezi tím, co mi prospívá, a tím, co je pro mě „jedovaté“?**
- 3. Kde zacházím přes míru, kde chci příliš mnoho (velikášské představy), kde bezuzdně expanduji?**
- 4. Starám se o sféru svého „religia“, své zpětné vazby k prapůvodu, nebo mi mnohost zastírá vhléd? Zanedbávám ve svém životě světonázorová témata?**
- 5. Chybí mi důvěra?**

Žlučník

Žlučník shromažďuje žluč vyprodukovanou játry. Ta si však nemůže najít cestu, aby se zúčastnila trávení, jsou-li ucpany žlučovody, většinou kameny. To, že žluč odpovídá agresi, víme dobře z hovorového jazyka.

Říkáme, že někdo plive jed a žluč, že nám někdo hnul žlučí, a toho, který trpí žlučovitou, potlačovanou agresí, dokonce nazýváme „cholerik“.

Je nápadné, že žlučové kameny se častěji vyskytují u žen, zatímco muži trpí víc na ledvinové kameny (polarita). Žlučové kameny jsou navíc podstatně častější u vdáných žen s dětmi než u svobodných. Tyto statistické postřehy možná poněkud usnadní pochopení našeho výkladu. Energie chce téct. Když jí v tom něco zabrání, hromadí se. Pokud nemůže nahromaděná energie odtékat delší dobu, má tendenci se zahušťovat. Usazeniny a kameny v organismu jsou vždy výrazem „sražené“ energie. Žlučové kameny jsou zkamenělé agrese. (Energie a agrese jsou téměř identické pojmy. Měli bychom možná říct,

že slova jako např. agrese pro nás nemají vůbec negativní hodnotu – potřebujeme agresi stejně naléhavě jako žluč nebo zuby!

Proto málo překvapuje četnost výskytu žlučových kamenů u vdaných žen s dětmi. Tyto ženy prožívají svou rodinu jako strukturu, jež jako by jim bránila v tom, aby nechaly plynout svou energii a agresi podle vlastního zákona. Vnímají rodinné situace jako nátlakové a neodvažují se z nich vysvobodit – jejich energie se srážejí na kamení. Pacient s kolikou je nucen dohnat všechno, co se předtím neodvážil udělat: prudké pohyby a křik způsobí, že začne opět odtékat značná část energie. Nemoc činí z člověka poctivce!

Mentální anorexie

Chceme uzavřít naši kapitolu o trávení klasickou psychosomatickou chorobou, jež je stejně originální, jako nebezpečná. (Koneckonců na ni pořád ještě umírá dvacet procent postižených!) Je to mentální anorexie, chorobná touha po zhubnutí. Zvláště zřetelně se v ní projevuje ironie, jíž se vyznačuje každá nemoc: Člověk se zdráhá jíst, protože nemá chuť, a zemře, aniž by si vůbec uvědomil, že je nemocný. Příbuzní a ošetřující lékaři takových pacientů mají většinou obrovské problémy s tím, aby projevili svou velikost. Horlivě se snaží přesvědčit postižené o přednostech jídla a života a stupňují svou lásku k bližnímu tak, až musejí být pacienti hospitalizováni a dostávají umělou výživu (infuze). (Kdo není schopen vychutnat si nechtěnou komiku s tím spojenou, je špatným divákem velkého divadla zvaného svět!)

S mentální anorexií se setkáváme téměř výhradně u žen. Jde o typicky ženskou chorobu. Pacientky, většinou v pubertálním věku, jsou nápadné svéráznými stravovacími návyky, tedy vlastně zlovyky: odmítají přijímat potravu, zčásti vědomě, zčásti nevědomě, a motivuje je touha zachovat si štíhlost.

Striktní odmítání jídla se ale mezitím zvrátí v pravý opak: Když jsou postižené o samotě a nikdo je nevidí, začnou do sebe házet enormní porce všemožných pokrmů. V noci „vyluxují“ ledničku a snědí všechno, na co přijdou. Nechtějí však udržet potravu v sobě, a tak se postarají o to, aby ji zase všechnu zvrátily. Vymýšlejí si nejrůznější triky, aby zmátly své ustarané blízké, a zdatně zastírají své stravovací návyky. Většinou je nanejvýš obtížné vytvořit si patřičný obrázek o tom, co taková anorektička skutečně sní a co ne a kdy ukájí svůj šířavý hlad a kdy ne.

Když už nemocné něco snědí, pak dávají přednost věcem, které si stěží zasloužit označení „potrava“. Jsou to citrony, zelená jablka, kyselé saláty, tedy výhradně požitiviny s velmi nízkou výživnou hodnotou a jen nepatrně kalorické. Navíc většinou užívají projímadla, aby se co nejrychleji a nejjistěji zbavily toho mála, co požily. Rovněž pociťují obrovskou potřebu pohybu. Chodí na dlouhé procházky a shazují tak „sádlo“, které nikdy nenabraly, což je vskutku úžasné, když si vezmeme, v jakém zbědovaném celkovém stavu jsou. Nápadný je také jejich přepjatý altruismus, který často vrcholí tím, že rády a starostlivě vaří pro druhé. Vařit pro druhé, podstrojovat jim a dívat se na ně, jak si pochutnávají – nic z toho jim ani v nejmenším nevadí, pokud tedy nemusejí jíst samy. Jindy zase velmi touží po samotě a uchylují se do ústraní. U anorektiček často vynechá měsíční cyklus a téměř vždy trpí přinejmenším menstruačními problémy a poruchami.

Když si shrneme tento symptomatický obraz, najdeme v něm přepjaté chápání asketického ideálu. V pozadí stojí odvěký spor mezi duchem a hmotou, mezi „nahore“ a „dole“, mezi čistotou a pudovostí. Potrava buduje tělo a vyživuje říši tvarů. Když anorektičky odmítají jídlo, odmítají také tělesnost a všechny nároky vycházející z těla. Jejich vlastní ideál vysoko přesahuje sféru jídla: cílem je čistota a zduchovnění. Postižené by se rády zbavily vší tíže a tělesnosti. Chtějí uniknout sexualitě a pudovosti. Sexuální zdrženlivost a bezpohlavnost, to je hlavní cíl. Proto si musejí zachovat štíhlost. Jinak

vznikají na těle oblíny, které by anorektičku opět charakterizovaly jako ženu. To ale ona nechce.

Bojí se nejen oblých ženských tvarů, nýbrž jí také zakulacenější břicho připomíná, že by jednou mohla otěhotnět. Odpor vůči vlastní ženskosti a sexualitě se proto projevuje rovněž ve vynechávání pravidelné menstruace. Nejvyšším ideálem anorektiček je tedy odhmotnění. Pryč se vším, co má ještě společného s nižší tělesností.

Na pozadí takového asketického ideálu se postižená necítí ani trochu nemocná a nemá nejmenší pochopení pro jakákoli léčebná opatření, jež slouží jen tělu, z kterého chce právě utéct. A tak obratně uniká všem pokusům vyživovat ji uměle na klinice a vymýšlí si stále rafinovanější triky, jak nenápadně uklidit nepozřené jídlo. Odmítá jakoukoli pomoc a zarytě spěje ke svému ideálu zbavit se oduševněním všech tělesných sfér. Smrt nepocituje jako hrozbu, protože je to právě vše živoucí, co v ní vyvolává strach. Obává se všeho, co je oblé, amorfní, ženské, plodné, pudové a sexuální – bojí se sblížení a tepla. Proto také anorektičky nejedí ve společnosti. Sedět s ostatními a jíst v kruhu rodiny a přátel je ve všech kulturách prastarý obřad, při němž jsou si lidé blízko a cítí teplo. Právě to ale nahání anorektičkám hrůzu.

Tento strach je napájen ze stínu těchto pacientek, v němž lačně číhají na uskutečnění témata, jimž se tak důsledně vyhýbají ve vědomém životě. Anorektičky nesmírně hladoví po živoucím, jež se snaží vyhladit svým symptomatickým chováním z obavy, že je zcela ovládne. Občas je ale popadne tento potlačovaný, potíráný sžíravý hlad. A pak se potají přejídají a vzápětí se provinile pokoušejí napravit své „uklouznutí“ tím, že zvrací. Anorektička proto nenachází rovnováhu ve svém konfliktu mezi lačností a askezí, hladem a odříkáním, egocentričností a oddaností. Za jejím altruistickým chováním najdeme vždy silně přepjatou sebestřednost, kterou vycítí velmi brzy každý, kdo se s takto postiženými setká. Anorektička potají touží po přízni a snaží se vynutit si ji prostřednictvím své nemoci. Kdo odmítá jíst, má v rukou náhle netušenou moc nad ostatními, kteří vystrašeně, zoufale věří, že ho musí přimět, aby jedl a přežil. Pomocí tohoto triku tyranizují své rodiny už malé děti.

Lidem postiženým anorexií nelze pomoci umělou výživou, nýbrž nanejvýš tím, že je dovedeme k tomu, aby byli upřímní vůči sami sobě. Pacientka se v sobě musí naučit odhalovat a akceptovat vlastní sžíravý hlad po lásce a sexu, svou sebestřednost a ženskost se vší pudovostí a tělesností. Musí pochopit, že nezvládne pozemské sféry tím, že je potírá, potlačuje, nýbrž jen a jen tím, že je integruje, prožívá a tedy transmutuje. V tomto ohledu si mohou vzít z klinického obrazu mentální anorexie poučení také mnozí další lidé. Nejen ti, kteří trpí touto nemocí, mají sklon potlačovat nároky své tělesnosti, jež v nich vyvolávají strach, a omlouvat to vznešeně znějícími filosofickými odůvodněními. Nejen mentální anorektičky touží vést čistý, oduševnělý život. Takoví lidé snadno přehlížejí, že askeze většinou vrhá určitý stín – a tento stín se jmenuje lačnost.

5. SMYSLOVÉ ORGÁNY

Smyslové orgány jsou brány vnímání. Jejich prostřednictvím jsme spojeni s vnějším světem. Jsou to okna do naší duše, kterými se můžeme dívat ven – abychom vposledku viděli sami sebe.

To, čemu říkáme okolní nebo vnější svět, jsou zrcadlové obrazy naší duše. Zrcadlo nám umožňuje vidět a lépe poznat sami sebe, neboť ukazuje také naše sféry, jež bychom bez pomoci zrcadla nemohli vůbec spatřit. Náš „okolní svět“ je tedy velkolepá pomůcka na cestě k sebepoznání. Protože pohled do zrcadla nebývá vždy radostný – neboť odhaluje také náš stín – přijde nám velmi vhod, když od sebe oddělíme vnějšek a důrazně prohlásíme, že „s tímhle nemáme rozhodně nic společného“. Už jen v tom se skrývá

nebezpečí. **Promítáme si svou esenci ven a posléze věříme ve svébytnost své projekce. Zapomínáme vzít si tuto projekci zpátky** – a tak začíná věk sociální práce, v němž každý pomáhá každému, jen ne sobě. **Abychom mohli kráčet po cestě uvědomění, potřebujeme zrcadlení prostřednictvím vnějšku. Nesmíme však zapomínat stáhnout projekce opět zpátky do svého nitra, chceme-li se vyléčit.**

Židovská mytologie nám tuto souvislost osvětluje pomocí obrazu stvoření ženy. Dokonalému androgynnímu člověku je odňat bok (Luther hovoří o žeburu) a z něj je stvořeno cosi formálně svébytného. Adamovi tak chybí jedna polovina, kterou v projekci nachází jako protějšek. Byl zmrzačen a může se opět vyléčit, když se sjednotí s tím, co mu chybí. K tomu může dojít pouze oklikou přes *vnějšek*. A tak pokud člověk nezačne na své životní pouti krok za krokem znovu integrovat to, co vnímá zvnějšku, pak začne věřit a oddávat se lákavé iluzi, že vnějšek s ním nemá nic společného.

Vnímat znamená poznávat pravdu. K tomu může dojít pouze tehdy, když člověk poznává sám sebe ve všem, co vnímá. Když to nedělá, okna jeho duše, smyslové orgány, se pomalu zakalují a zneprůhledňují a nutí ho, aby nakonec obrátil vnímání do svého nitra. Podle toho, do jaké míry přestávají *řádně fungovat* jeho smyslové orgány, se člověk učí hledět a zaposlouchávat do svého nitra. Je nucen vmyslet se opět sám do sebe.

Oči

Oči nejen vpouštějí dovnitř vjemy, ale také vypouštějí cosi ven: Zračí se v nich pocity a nálady toho kterého člověka. Proto také pátráme v pohledech druhých lidí a pokoušíme se jim hledět hluboko do očí anebo si v nich číst. Oči jsou zrcadlem duše. Jsou to rovněž oči, které se mohou zalít slzami a zjevovat tak navenek vnitřní psychické rozpoložení. Diagnostika podle duhovky sice dodnes používá oči pouze jako *zrcadlo těla*, stejně dobře však v nich můžeme vyzorovat lidskou povahu a osobnostní strukturu. Také *zlý* nebo *magický pohled* nám ukazuje, že oko je orgán, který dokáže cosi propouštět nejen do lidského nitra, ale také ven z něj. Aktivovat zrak můžeme rovněž tehdy, když *po někom hodíme okem*. O někom, kdo se zamiluje, se v hovorové řeči říká, že se *zakoukal*. Už tato formulace prozrazuje, že zamilovaní nejsou schopni vidět jasně realitu – v tomto stavu se člověk velmi snadno zakouká, neboť *láska oslepuje* (...hlavně aby pak následky *nebily do očí!*).

K nejčastějším očním poruchám patří krátkozrakost a dalekozrakost, přičemž krátkozrakost se dostavuje především v mladém věku, zatímco dalekozrakost ve stáří. Je to pochopitelné, neboť mladí lidé vidí většinou jen své vlastní úzké okolí, a proto jim chybí přehled a rozhled. Starší lidé pak mají větší odstup od věcí. Obdobně se paměť starého člověka vyznačuje kromě zapomnětlivosti týkající se nedávných událostí vynikající schopností vybavit si s obdivuhodnou přesností to, co se stalo v daleké minulosti.

Krátkozrakost naznačuje přílišnou subjektivitu. Krátkozraký člověk pozoruje všechno přes *vlastní brýle* a má pocit, že se ho osobně dotýká každé téma. *Vidí si jen na špičku nosu* – a přece ho tento malý rozhled nepřivede k sebepoznání. V tom tkví problém, neboť člověk by si měl vztáhnout na sebe to, co vidí, aby se tak naučil lépe poznat sám sebe. Avšak tento proces se zvrhne v pravý opak, když člověk uvízne v subjektivitě. Konkrétně to znamená, že sice všechno vztahuje na sebe, zdráhá se ale v tom vidět a poznat. Subjektivita pak ústí jen do ukňourané ublíženosti nebo do jiných obranných reakcí, ale projekce se nerozplyne.

Krátkozrakost odhaluje toto nedorozumění. Nutí člověka, aby se blíž podíval na vlastní sféru. Posunuje bod nejostřejšího vidění blíž k vlastním očím, ke špičce vlastního nosu. Krátkozrakost tak ukazuje na tělesné úrovni vysokou subjektivitu – vyžaduje ale

sebepoznání. Pravé sebepoznání nutně vychází z vlastní subjektivity. Když někdo není schopen vidět (popř. vidí špatně), pak objasňující otázka zní: „Co *nechce* vidět?“ Odpověď zní vždy: „Sebe sama.“

Jak silně se člověk odmítá vidět takový, jaký je, si může zjistit podle počtu dioptrií na svých brýlích. Brýle jsou protéza a tedy podvod. Uměle jimi vyrovnáváme smysluplnou opravu osudu a tváříme se, že je všechno v pořádku. Mnohem závažnější je podvod v případech kontaktních čoček, protože ty ještě víc zastírají skutečnost, že jejich nositel „špatně vidí“. Představme si, že bychom všem lidem přes noc sebrali jejich brýle a kontaktní čočky – co by se potom dělo! Život by byl náhle mnohem poctivější. Okamžitě by se dalo poznat, jak kdo vidí svět a sebe a – což je mnohem důležitější – jak dotyční prožívají svou neschopnost vidět věci takové, jaké jsou. **Člověku prospěje jen taková vada, kterou také prožívá.** Leckterý z nás by si tak najednou mohl uvědomit, jak „rozostřený“ je jeho obraz světa, jak vidí všechno „rozmazané“ a jak úzký má rozhled. Možná by mu pak *spadly šupiny z očí* a začal by vidět věci ve správnějším světle. Jak může vůbec někdo získat *vhled*, když není schopen pořádně vidět?

Starý člověk by měl být na základě své životní zkušenosti moudrý a dalekozraký. Mnozí však vidí hodně daleko bohužel pouze na tělesné úrovni.

Barvoslepost nám ukazuje neschopnost vidět rozmanitost a pestrost života. Jsou jí postiženi lidé, kteří vidí všechno šedě a rádi uhlazují rozdíly – jsou zkrátka a dobře bezbarví.

Zánět spojivek (konjunktivitida) značí stejně jako kterékoli zánětlivé onemocnění konflikt. Způsobuje bolesti v očích, které poněkud poleví pouze tehdy, když je zavřeme. Zavíráme tedy oči před konfliktem, protože ho nechceme vidět.

Šilhavost: abychom viděli plasticky, potřebujeme dva obrazy. Kdo v tom nepoznává opět celý zákon polarity? Potřebujeme vždy dva způsoby nazírání, abychom byli schopni vidět a pochopit jednotu v celku. Pokud však nejsou oční osy rovnoběžné, člověk šilhá, tzn. že na sítnicích obou očí vznikají dva nestejně obrazy (dvojitě vidění). Než však stačíme upozorovat tyto dva divergentní obrazy, mozek se rozhodne jeden z nich zcela vyřadit – a to ten, který vznikne v šilhajícím oku. V tom případě jsme ve skutečnosti *jednoocí*, protože obraz z jednoho oka není předáván dál. Vidíme všechno ploše a ztrácíme tak smysl pro prostorovost, což vede k *jednostrannému vidění světa*.

Stejně tak je tomu s polaritou. Také při ní musí člověk umět vidět oba póly jako *jeden* obraz (např. vlnu a částici – svobodu a determinismus – zlo a dobro). Pokud to nedokáže a oba obrazy se přestanou překrývat, vypne (potlačí) jeden z nich a vidí vlastně *jednostranně*.

Zákal: u „šedého zákalu“ se kalí oční čočka, a tím také pohled. Postižený nevidí ostře. Dokud *vidí ostře*, mají viděné věci rovněž *ostré hrany* – znamená to, že také zraňují. Když však tuto zraňující ostrost vystřídá nezřetelnost, svět je méně nebezpečný a zraňující. Vidět neostře značí chlácholivě se distancovat od okolního světa – a tím také od sebe sama. „Šedý zákal“ působí, jako když stáhneme žaluzii, abychom neviděli, co nechceme vidět. Spustí se jako šupiny přes oči – a může skončit naprostým oslepnutím.

U „zeleného zákalu“ (glaukomu) dochází kvůli zvýšenému nitroočnímu tlaku k postupné ztrátě periferního vidění, jež může vyústit v „trubkovité“ vidění. Postižený pozoruje svět, jako kdyby měl klapky na očích. Ztrácí přehled – vnímá už víceméně jen jakýsi výřez. Skrývá se za tím psychický tlak nevyplakaných slz (nitrooční tlak).

Nejextrémnější formou *odmítání vidět* je slepota. Většina lidí hodnotí slepotu jako nejzávažnější tělesnou ztrátu. Obrat *někoho ranila slepota* používáme v přeneseném smyslu. Slepý člověk je s konečnou platností připraven o vnější projekční plochu, a to ho nutí, aby se zahleděl do sebe. Tělesná slepota je jen poslední manifestace vlastní slepoty – slepoty vědomí.

V USA byl na konci osmdesátých let minulého století navrácen novou operační metodou zrak určitému počtu mladých slepců. Výsledek nebyl jednoznačně radostný, většina operovaných se nedokázala vyrovnat se změnou a zorientovat se na tomto světě. Tuto zkušenost lze jistě analyzovat a pokusit se objasnit z nejrůznějších hledisek. Pro náš způsob nazírání je důležitý pouze poznatek, že určitými opatřeními se dají sice změnit funkce, nelze však odstranit problémy, jež se projevují jen v symptomech. Z této situace můžeme něco vytěžit, teprve když upustíme od názoru, že každý druh postižení je nemilá porucha, kterou je třeba rychle a pokud možno nenápadně znovu odstranit nebo kompenzovat. Musíme nejprve připustit, aby porucha skutečně narušila navykly běh našeho života, aby nás postižení skutečně postihlo, a teprve potom můžeme navázat na předchozí způsob žití se začleněním nového prožitku skrz tuto poruchu. Nemoc se tak promění v cestu vedoucí k vyléčení. Pak nás může např. slepota naučit správnému vidění a dovést k lepšímu vhledu.

Kdo má potíže s očima, popř. trpí poruchami vidění, měl by ze všeho nejdřív na jeden den odložit brýle (popř. kontaktní čočky) a vědomě si prožít poctivě navozenou životní situaci. Po takto stráveném dni si sepište jakousi bilanci, v níž vyhodnotíte, jak jste viděli a prožívali svět, co jste mohli dělat a co ne, co vám překáželo, jak jste se vyrovnávali s okolím atd. Tento zápis by vám měl dodat dostatek podnětů k tomu, abyste lépe poznali způsob, jakým se díváte na svět a sami na sebe. V zásadě byste se měli ještě také zabývat těmito otázkami:

- 1. Co nechci vidět?**
- 2. Překází mi subjektivita v sebepoznání?**
- 3. Zapomínám se poznávat v toku dění?**
- 4. Používám zrak k získání většího vhledu?**
- 5. Bojím se vidět věci v celé jejich ostrosti?**
- 6. Snesu vůbec vidět věci takové, jaké jsou?**
- 7. Kterou ze sfér své esence ochotně přehlížím?**

Uši

Uvedme si nejprve několik slov a obrátů, v nichž se obrazně používají uši nebo sluch: *Být jedno ucho. Propůjčit někomu sluch. Někomu naslouchat. Poslouchat. Poslušnost.* Vyplývá z nich, že uši se zřetelně vztahují k tématu *vpustění*, „pasivního bytí“ (naslouchat) a poslušnosti. Ve srovnání se sluchem je zrak mnohem aktivnější druh smyslového vnímání. Je také snazší uhnout očima nebo je zavřít než si zacpat uši. Schopnost slyšet je tělesný výraz poslušnosti a pokory. *Copak mě neslyšíš?* Ptáme se zlobivého dítěte. Kdo neslyší, nechce *poslouchat*. Takoví lidé prostě *přeslechnou*, co nechtějí slyšet. Je svým způsobem sobecké, když někdo odmítá propůjčit sluch druhému, když ho nevpustí do svého nitra. Chybí mu pokora a ochota *poslouchat*. Stejně tak tomu je u tzv. nedoslýchavosti způsobené hlukem. Neškodí sama o sobě hlučnost, nýbrž psychický odpor vůči hluku, „neochota vpustit dovnitř“ posléze přechází v „neschopnost vpustit dovnitř“. Časté záněty středního ucha a bolesti v uších spadají do období, v němž se děti vedou k tomu, aby se naučily poslouchat. Větší či menší nedoslýchavostí je postižena většina starých lidí. Nedoslýchavost patří stejně jako špatný zrak, strnulost a nepohyblivost k somatickým symptomům stáří, jež jsou všechny výrazem sklonu lidí stávat se s postupujícím věkem čím dál neohebnějšími a nepoddajnějšími. Starý člověk většinou ztrácí schopnost se přizpůsobit a pružnost a je stále méně ochoten poslouchat. Uvedený vývoj je pro stáří sice typický, nikoli však nevyhnutelný. Stáří jen poněkud karikuje neřešené problémy a vyvolává v lidech stejnou upřímnost jako nemoc.

Nenadále vzniklé závažné nedoslýchavosti až hluchotě, většinou jednoho vnitřního ucha (později lze ohluchnout i na druhé ucho), říkáme náhlá hluchota. Abychom si mohli objasnit náhlou hluchotu, je důležité přesně posoudit aktuální životní situaci postiženého. Náhlá hluchota vyzývá člověka, aby se zaposlouchal do sebe a uposlechl vnitřní hlas. Ohluchne pouze ten, kdo už dávno neslyší svůj vnitřní hlas.

Kdo má potíže s ušima, popř. se sluchem, necht' si položí tyto otázky:

- 1. Proč odmítám propůjčit někomu sluch?**
- 2. Co nebo koho nechci poslouchat?**
- 3. Jsou u mě v rovnováze oba póly – sebestřednost a pokora?**

6. BOLESTI HLAVY

Bolesti hlavy jsou známy teprve několik málo staletí, v dřívějších kulturních epochách se nevyskytovaly. Čím dál častěji jimi trpí obyvatelé civilizace vyspělých zemí, v nichž dvacet procent „zdravých“ lidí uvádí, že je bolívá hlava. Ze statistik vyplývá, že bolestmi hlavy jsou častěji postiženy ženy a příslušníci „vyšších vrstev“. Není to nijak překvapivé, když si zkusíme trochu *lámat hlavu* příslušnou symbolikou. Hlava se vyznačuje zjevnou polaritou k tělu. Je to nejvyšší instance naší tělesné soustavy. Představuje to, co je *nahoře*, zatímco trup to, co je *dole*.

Hlavu považujeme za sídlo soudnosti, rozumu a myšlení. Kdo jedná *bezhlavě*, jedná nerozumně. Můžeme někomu *zamotat hlavu*, nesmíme ale pak počítat s tím, že si *zachová chladnou hlavu*. Přirozeně že hlavu ohrožují především natolik iracionální city jako „lásky“ – většina lidí ji většinou ztratí (...a pokud ne, potom je pořádně bolí!). Najde se ovšem také několik zvlášť *tvrdohlavých* současníků, kterým nikdy nehrozí, že by *ztratili hlavu*, a to ani tehdy, když *jdou hlavou proti zdi*. A jsou i tací, kterým to nic neudělá, protože *mají dubovou palici* – to ale není vědecky prokázáno.

Tenze v hlavě je subakutně začínající difúzní bolest, většinou tísnivá, a může trvat celé hodiny, dny a týdny. Vyvolává ji pravděpodobně příliš vysoký tlak v cévách. Současně s tenzní bolestí se dostavuje silné pnutí svalstva hlavy, jakož i svalů v oblasti ramen, zátylku a krční páteře. Tenzní bolest hlavy se často vyskytuje v životních situacích, v nichž je člověk vystaven obrovskému výkonostnímu tlaku, nebo v kritických chvílích, kdy je povýšen a hrozí mu nebezpečí, že své postavení nezvládne.

Tento „vzestup“ snadno vede k přílišnému zdůraznění horního pólu, hlavy. Hlava bolí často ctižádostivce a perfekcionisty, kteří se snaží prosadit svou vůli (*jdou hlavou proti zdi*). Příliš snadno jim v takových případech *stoupne do hlavy* ctižádost a touha po moci. Kdo totiž jednostranně věnuje pozornost hlavě, kdo akceptuje a prožívá pouze racionálně, rozum a logično, brzy ztratí „vztah k dolnímu pólu“, a tím i své kořeny, které mu mohou jediné poskytnout oporu v životě. Má z toho pak *těžkou hlavu*. Nicméně nároky těla a jeho většinou nevědomé funkce jsou z hlediska historického vývoje starší než schopnost rozumně myslet, kteroužto vymoženost získal člověk mnohem později, až když se u něj vyvinula velká kůra mozková.

Člověk má dvě centra. Srdce a mozek – cit a myšlení. Člověk naší doby a kultury má mimořádně vyvinutý mozek, a proto mu nepřetržitě hrozí, že bude zanedbávat své druhé centrum, srdce. Jenže tento problém nelze řešit ani tím, že hned zatratíme myšlení, rozum a hlavu. Žádné ze dvou řešení není ani lepší, ani horší. Člověk se nesmí rozhodnout pro jedno a zavrhnout druhé – musí usilovat o rovnováhu.

Ti, kteří „preferují břicho“, jsou stejně nezdraví jako preintelektualizovaní jedinci, kteří přetěžují hlavu. Nicméně naše kultura posílila a vyvinula horní pól natolik, že většinou zanedbáváme dolní.

K tomu se druží další problém. K čemu využít soudnost? Většinou se snažíme myslet racionálně, abychom zabezpečili své já. Pomocí vzorců kauzálního myšlení se snažíme stále lépe obrnit proti osudu a budovat dominanci svého ega. Tato snaha je však nakonec vždy odsouzena k zániku. V nejlepším případě způsobí zmatek (vzpomeňme si jen na stavbu babylonské věže!). Hlava se nesmí osamostatnit a pokoušet se kráčet bez těla, bez srdce. Když se myšlení oddělí od *spodku*, odtrhne se od svých kořenů. Příkladem takového vykořeněného myšlení je třeba funkcionalistické vědecké myšlení – chybí mu zpětná vazba k prapůvodu, religio. Člověk, který se řídí jen svou hlavou, se vyšplhá do závratných výšek, ale není zakotven dole – pak není divu, když se někomu *zatočí hlava*. Hlava spustí poplach.

Hlava reaguje na bolest nejrychleji ze všech orgánů. V těch musí proběhnout nejprve mnoho hlubokých změn, než se dostaví bolest. Hlava je náš nejcitlivější varovatel. Když nás začne bolet, dává nám najevo, že uvažujeme nesprávně, že nesprávně používáme své myšlení, že sledujeme pochybné cíle. Hlava vyhlašuje poplach, kdykoli si ji lámeme jalovými úvahami a „všemi myslitelnými“, avšak neexistujícími jistotami. Člověk není schopen získat žádnou jistotu v rámci své materiální existence – ve skutečnosti se jen zesměšní, kdykoli se o to pokusí.

Člověk si vždy láme hlavu absolutně nedůležitými věcmi – až mu z toho *bzučí v hlavě*. Napětí odstraníme uvolněním. Uvolnit ale lze vyjádřit rovněž jiným slovem: *upustit*. Pokud hlava bolestí vydává poplašný signál, je nejvyšší čas upustit od úzkoprsého „já chci“, od vší ctižádosti, jež nás pohání výš a výš, od vší tvrdohlavosti a zarputilosti. Je třeba shlédnout dolů a rozpomenout se na své kořeny. Nelze pomoci těm, kteří otupují tento výstražný signál po celá léta analgetiky – *riskují hlavu i krk*.

Migréna

Při migréně (hemikranii) jde o opakované záchvaty bolestí hlavy (většinou jedné poloviny), často provázené poruchami zraku (světloplachost, scintilující skotom), žaludečními a střevními potížemi, jako jsou zvracení a průjem. Tento záchvat obvykle trvá několik hodin a je charakterizován depresivní, podrážděnou náladou. Když vrcholí, postižený si naléhavě přeje být sám a uchýlit se do temné místnosti nebo do postele. Na rozdíl od tenzních bolestí hlavy dochází u migrény po úvodních spazmech k silnému rozšíření mozkových cév. Řecké označení migrény *hemikranie* (*kranion* = lebka) znamená doslovně *polohlavost* a poukazuje přímo na jednostrannost myšlení, s níž se setkáváme u pacientů trpících migrénami v docela podobné formě jako u těch, které souží tenzní bolesti hlavy.

Vše, co jsme uvedli v souvislosti s tenzními bolestmi hlavy, platí rovněž pro migrénu, nicméně se od sebe obě poruchy liší v jednom podstatném bodě. Zatímco pacient trpící tenzními bolestmi se snaží oddělit hlavu od těla, ten, kdo má časté migrény, si přesouvá do hlavy téma „břicho“ a pokouší se je prožívat zde. Tímto tématem je sexualita. Migréna je vždy sexualita přesunutá do hlavy. Hlava funguje jako podbřišek. Tento posun není ani trochu scestný, protože genitálie a hlava spolu analogicky souvisejí. Jde o části těla, na nichž se nacházejí všechny otvory lidského těla.

Tělesné otvory mají v sexualitě nadřazený význam (láska = vpuštění – to lze na tělesné úrovni učinit pouze tam, kde se tělo může otevřít!). Lidová mluva odnepaměti spojuje ústa ženy s její pochvou (např. suché pysky!) a nos muže s jeho údem a snaží se z jednoho vyvozovat druhé. Vztah podbřišku a hlavy a jejich „zaměnitelnost“ jsou víc než zjevné také při orálním pohlavním styku. Podbřišek a hlava jsou polarity a za jejich protikladností se skrývá jejich sounáležitost – jak nahoře, tak dole. Jak často slouží hlava jako náhražka podbřišku, vidíme jasně na tom, když zrudneme. V trapných situacích, jež

mají skoro vždycky více či méně skrytou sexuální povahu, se nám nahrne krev do hlavy a zčervenáme. Přitom se děje nahoře to, co by se mělo vlastně stát dole, neboť při sexuálním vzrušení proudí krev normálně do genitálií. Pohlavní orgány duří a rudnou. Stejný přesun sexuality z genitálií do hlavy nacházíme také u impotentních mužů. Čím víc muž při pohlavním styku namáhá svou hlavu, tím jistěji mu chybí potence v podbřišku, což mívá osudné následky. Tentýž přesun sexuality používají sexuálně neukojení lidé, kteří si vynahrazují nedostatek sexu zvýšeným přejídáním. Mnozí se tak snaží ukojit *hlad po lásce* prostřednictvím úst – a nemohou se nikdy nabažít. Všechny tyto odkazy by měly postačovat, abychom si uvědomili analogii mezi podbříškem a hlavou. Ti, kteří trpí migrénou (většinou jsou to ženy), mají vždy problémy se sexualitou.

Jak jsme v jiné souvislosti už několikrát zdůraznili, jsou v zásadě dvě možnosti, jak přistoupit k nějakému okruhu problémů: Buďto můžeme tyto problémy odsunout a potlačit (vytěsnit), nebo je naopak demonstrativně, přehnaně kompenzovat. Obě možnosti sice vypadají na první pohled velmi rozdílně, jde ale jen o polaritní vyjádření jedné a té samé potíže. Když má člověk strach, může se třást, nebo kolem sebe divoce mlátit rukama – obojí je výraz slabosti. Proto mezi pacienty trpícími migrénou najdeme jak lidi, kteří zcela vypudili sexualitu ze svého života („...s něčím takovým nemám nic společného“), tak ty, kteří se snaží stavět na odiv svůj „uvolněný přístup k sexu“. Obojí chování má jedno společné: tito lidé mají problém se svou sexualitou. Když si člověk nepřizná tento problém, dělá to buď proto, že mu sex beztak nic neříká, nebo proto, že – jak každý může vidět – nemá se sexem nejmenší potíže. Přesune si zmíněný problém do hlavy, a ten se ohlásí znovu jako migréna. Zde lze nyní zpracovat problém *na vyšší úrovni*.

Záchvat migrény je orgasmus, k němuž dojde v hlavě. Průběh je stejný, jen místo, kde k němu dochází, leží o něco výš. Tak jako proudí krev při sexuálním vzrušení do oblasti genitálií a v okamžiku vyvrcholení napětí vystřídá uvolnění, tak probíhá také migréna: Krev se hrne do hlavy, dostaví se pocit tlaku, napětí se zvyšuje a přechází do fáze uvolnění (dilatace cév). Záchvaty migrény mohou vyvolat všemožné *vzruchy*: světlo, hluk, průvan, změna počasí, rozčilení atd. Pro migrénu je také charakteristické, že postižený člověk má po záchvatu určitou dobu výrazný pocit úlevy a je mu skvěle. Když záchvat vrcholí, chce být pacient nejraději v temné místnosti a v posteli – ovšem sám.

To vše naznačuje sexuální tematiku, jakož i obavu probrat toto téma na patřičné úrovni s jiným člověkem. Již v roce 1934 popsal E. Gutheil v jednom psychoanalytickém časopise nemocného, u něž ustávaly záchvaty migrény poté, co dosáhl sexuálního vyvrcholení. Mnohdy musel dospět k několika orgasmům, než se mu ulevilo a pominul záchvat migrény. Do našich úvah zapadá rovněž poznatek, že k průvodním symptomům migrény patří v první řadě poruchy trávení a zácpa: pacient je dole uzavřený. Nechce vidět nic z nevědomých obsahů (výkaly), a proto se uchyluje zpátky nahoru k vědomým myšlenkám – až mu z toho *bzučí v hlavě*. Manželé a manželky migrény, za niž často označují zcela obyčejnou bolest hlavy, zneužívají také k tomu, aby se vyhnuli pohlavnímu styku.

Když to vše shrneme, zjistíme, že u pacientů trpících migrénou jde o konflikt mezi pudem a myšlením, mezi „dole“ a „nahore“, mezi podbříškem a hlavou. To má za následek, že se pokoušejí používat hlavu jako jakousi výhybkovou plošinu nebo cvičiště, aby v ní mohli řešit problémy, jež lze vyjádřit a řešit pouze na docela jiné úrovni (tělo, sex, agrese). Už Freud označil myšlení za zkušební jednání. Myšlení se člověku jeví jako méně nebezpečné a nezávazné než jednání. Nicméně myšlení nesmí nahrazovat jednání, nýbrž jedno musí podporovat druhé. Člověk dostal tělo jako nástroj, aby se jeho pomocí uskutečňoval (stal skutečným). Jen skrze uskutečnění nepřestávají téct energie. Proto také není náhoda, že slova jako např. něco *chápat*, *pochopit*, *ustát* popisují zcela jasně tělesné projevy. Soudnost a chápavost člověka jsou zakořeněny v tom, že používá nohy,

ruce, tedy tělo. Když se přeruší tato souhra, dochází ke stále většímu hromadění a zahušťování energie, které se projeví jako nemoc prostřednictvím různých skupin symptomů. Přibližme si to v následujícím přehledu.

Stupně eskalace zablokované energie:

1. Jestliže se zablokuje aktivita (sex, agrese) v *myšlení*, dostaví se bolesti hlavy.

2. Jestliže se zablokuje aktivita v rovině *vegetativních orgánů*, tzn. na tělesné funkční úrovni, způsobuje to vysoký krevní tlak (hypertenzi) a symptomatickou dystonii.

3. Jestliže se zablokuje aktivita na *nervové úrovni*, vede to např. k roztroušené skleróze.

4. Jestliže se aktivita zablokuje v *muskulární oblasti*, setkáváme se s chorobami pohybového ústrojí (např. revmatismus a dna).

Toto dělení odpovídá různým realizačním fázím jednání. Ať už jde o úder pěstí nebo o pohlavní styk, všechny aktivity začínají fází představy (1), během níž si aktivitu připravujeme v mysli. Tato úvodní fáze přechází posléze ve fázi vegetativní přípravy těla (2), projevující se zvýšeným prokrvením určitých potřebných orgánů, zvýšeným srdečním tepem atd. Nakonec se představa prostřednictvím nervů (3) a svalů (4) promění v čin. Kdykoli se však představa neuskuteční, zablokuje se energie nutně v jedné ze čtyř oblastí (*myšlení – vegetativní orgány – nervy – svaly*) a po čase vyvolá příslušné symptomy.

Pacient trpící migrénou se nachází na začátku této stupnice – blokuje svou sexualitu už v představách. Měl by se naučit vidět svůj problém tam, kde skutečně je, aby posléze svedl to, co mu *stouplo do hlavy*, zpátky tam, kam to patří – tedy dolů. Vývoj začíná vždy dole a cesta vzhůru je zdlouhavá a namáhavá – když po ní kráčíme s poctivými úmysly.

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

1. Čím si lámu hlavu?
2. Ovlivňují se u mě ještě vzájemně aktivně hořejšek a dolejšek?
3. Nesnažím se stoupat nahoru příliš usilovně? (ctižádost)
4. Mám tvrdou hlavu a pokouším se prorazit jí zed'?
5. Snažím se nahradit myšlením jednání?
6. Přistupuji poctivě ke svým sexuálním problémům?
7. Proč přesouvám orgasmus do hlavy?

7. KŮŽE

Kůže je největší orgán lidského těla. Plní nejrůznější funkce, z nichž nejdůležitější jsou:

1. Vymezení a ochrana
2. Dotek a kontakt
3. Výraz a zobrazení
4. Sexualita
5. Dýchání
6. Vylučování (pot)
7. Tepelná regulace

Všechny tyto rozmanité funkce kůže však značí jedno společné téma, jež osciluje mezi dvěma póly, mezi vymezením a kontaktem. Pociťujeme kůži jako svou vnější materiální hranici a současně jsme jejím prostřednictvím ve spojení s vnějškem, dotýkáme

se jí svého okolí. V kůži se ukazujeme světu – a nemůžeme se *svléct z kůže*. Zrcadlí naši esenci, vyzařuje ji ven, a to dvojím způsobem. Kůže je zaprvé reflexní plocha všech vnitřních orgánů. Každá jejich porucha se promítne do kůže. Zadruhé se každé podráždění nějakého místa na kůži odvádí dovnitř až k odpovídajícímu orgánu. Na této souvislosti jsou založeny terapie reflexních zón, jež přírodní léčitelství používá odedávna, z nichž však školní medicína zná jen několik málo (např. Headovy zóny). Zde je možné uvést především masáž reflexních zón na nohou, léčbu zádových zón příkládáním baněk, terapii nosních reflexních zón, akupunkturu uší a mnoho dalších.

Zkušený praktik pozná vizuálně a podle pohmatu stav orgánů a léčí je také na jejich příslušných projekčních místech kůže.

Ať už se s kůží děje cokoli, když třeba zarudne, zanítí se, objeví-li se na ní otok, piha, pásový opar, absces – nic z toho není náhodné, nýbrž to ukazuje na příslušný vnitřní proces. Dříve existovaly vypracované systémy, jež se pokoušely vykládat povahu člověka třeba z polohy jaterních skvrn. Věk osvícenství zavrhl tyto metody jako „zjevné nesmysly“, ubohé pověry – nicméně pomalu, ale jistě se opět blížíme k pochopení těchto věcí. Je skutečně tak těžké pochopit, že za vším, co se stalo, se ukrývá neviditelná struktura, která se jen vyjádří v materiální oblasti? Vše viditelné je pouze podobenství neviditelného, tak jako je umělecké dílo viditelný výraz neviditelné umělcovy ideje. Ze zjevného můžeme usuzovat na nezjevné. To provozujeme v každodenním životě neustále. Vstoupíme do obývacího pokoje a z toho, co spatříme, vyvodíme, jaký má vkus majitel bytu. Se stejným vkusem bychom se ale mohli setkat i v jeho šatníku. Je lhostejné, kam se podíváme – když má někdo špatný vkus, projeví se to v celém jeho bytě.

Proto se celková informace objeví vždy všude. V každé části nalezneme celek (Římané tomu říkali *pars pro toto*). Je tedy zcela lhostejné, jakou část těla u nějakého člověka pozorujeme. Všude rozeznáváme stejný vzorec, který dotyčný reprezentuje. Najdeme ho v oku (diagnostika podle duhovky), v uchu (francouzská ušní akupunktura), na zádech, na nohou, v meridiánových bodech (diagnostika podle terminálních bodů), v každé kapce krve (krystalizační test, kapilární dynamolýza, holistická diagnostika krve), v každé buňce (humánní genetika), v ruce (chirologie), v obličeji a v tělesné stavbě (fyziognomie). A také na pokožce – tímto tématem se nyní budeme zabývat.

Smyslem této knihy je naučit čtenáře, aby pomocí symptomů chorob poznali člověka. Je jedno, kam se díváme – když se umíme dívat, dojdeme ke správnému výsledku. Pravda se nachází všude. Kdyby se odborníkům podařilo upustit od (zcela neplodné) snahy dokázat kauzalitu souvislosti, kterou objevili, byli by schopni rázem nahlédnout, že všechno se vším souvisí analogicky jak nahoře, tak dole, jak uvnitř, tak vně.

Kůže však nejen ukazuje navenek stav našich vnitřních orgánů, nýbrž také se na ní a v ní projevují veškeré naše psychické procesy a reakce. Ledacos z toho vyjde najevo tak zřetelně, že si toho může všimnout každý: Zčervenáme, když se stydíme, zbledneme, když se vylekáme, potíme se strachem nebo rozčilením, vlasy se nám ježí hrůzou nebo nám naskakuje husí kůže. Vnějškově neviditelná je elektrická vodivost kůže, lze ji však změřit patřičnými přístroji. První experimenty a měření prováděl už C. G. Jung, který po této souvislosti pátral pomocí „asociativních pokusů“. Dnes je díky moderní elektronice možné zesílit a znázornit nepřetržitě nepatrné změny elektrické vodivosti kůže tak, že si lze s lidskou kůží „povídat“, neboť reaguje na každé slovo, téma, na každou otázku okamžitou nepatrnou změnou elektrické vodivosti (psychogalvanický reflex).

To vše nám potvrzuje, že kůže je jedna velká projekční plocha, na niž se neustále zviditelňují také psychické procesy a děje. Jestliže však kůže ukazuje navenek tolik z našeho nitra, není vůbec od věci rozhodnout se, že o ni nebudeme nijak přehnaně pečovat ani manipulovat s jejím zjevem. Této podvodné péči se říká kosmetika a lidé jsou ochotni

do ní investovat velmi slušné částky. Nemáme v úmyslu zde proklínat zkrášlovací kosmetické triky, přesto se podívejme, jaká lidská snaha se skrývá za pradávnoú tradicí pomalovávat si tělo. Jestliže je kůže vnějším výrazem nitra, pak je nutně nečestný jakýkoli pokus uměle zkrášlovat tento výraz. Snažíme se něco retušovat, popř. předstírat něco jiného. Klamně vyjevujeme navenek něco, co uvnitř vůbec není. Budujeme falešnou fasádu a obsah se přestává shodovat s formou. Je rozdíl, když někdo „je krásný“ a „krásně vypadá“, jde tu o rozdíl mezi jsoucnem a zdáním. Pokus ukazovat světu falešnou masku začíná u make-upu a končí groteskně u plastické operace. Někdo si nechá natáhnout kůži na tvářích – je zvláštní, jak málo se tihle lidé bojí, že ztratí tvář!

Za všemi těmito pokusy stát se někým jiným se skrývá problém – člověku se málokdo protiví víc než sám. Milovat sám sebe, to je jeden z nejobtížnějších úkolů. Každý, kdo se domnívá, že se má rád, docela jistě zaměňuje „sama sebe“ se svým malým egem. Většinou věří tomu, že se má rád, ten, který se vůbec nezná. Protože nesnášíme sami sebe jako celek, včetně našeho stínu, snažíme se ustavičně měnit a dotvářet svůj zevnějšek. Jde však jen o kosmetické úpravy, dokud se člověk nezmění uvnitř, tedy ve svém vědomí. (Tím samozřejmě nechceme ani v nejmenším popírat, že lze také změnami formy spustit proces směřující dovnitř, jak se o to snaží třeba hathajóga, bioenergetika a podobné metody. Tyto metody se však liší od kosmetiky tím, že si uvědomují svůj cíl!) Už při zběžném kontaktu nám kůže člověka prozradí leccos o jeho psychice. Pod velmi citlivou kůží se také skrývá velmi citlivá duše (*hned vyletí z kůže*), zatímco odolná pevná kůže svědčí spíš o tom, že někdo má *hroší kůži*; vyrazí-li našemu protějšku na kůži pot, znamená to, že je nejistý a vystrašený, zčervenání kůže prozrazuje zase vzrušení. Kůží se vzájemně dotýkáme a vstupujeme spolu do styku. Ať už jde o ránu pěstí nebo něžné pohlazení – kontakt vždy zprostředkuje kůže. Kůže se může protrhnout buď zevnitř kvůli nějakému onemocnění (zánět, vyrážka, absces), nebo zvenčí (zranění, operace). V obou případech je zpochybněna tato naše hranice. Ne vždy vyjdeme ze všeho se zdravou kůží.

Kožní vyrážky

Při kožní vyrážce cosi prorazí hranici, chce se dostat ven. Nejjednodušeji lze pochopit tuto myšlenku na příkladu akné. V pubertě se v člověku dere do popředí sexualita současně je ale většinou bázně potlačována. Puberta je vůbec dobrý příklad konfliktní situace. V období zdánlivého klidu se náhle z hlubin nevědomí vynoří nový nárok a snaží se vši silou získat prostor ve vědomí a v životě člověka, avšak ono nové, co tak mocně dotírá, je neznámé a nezvyklé a vzbuzuje obavy. Ze všeho nejraději bychom to zase sprovodili ze světa a vrátili se zpátky do dřívějšího navyklého stavu. Jenže to už nejde. Nelze vrátit zpátky něco, co už se dalo jednou do pohybu.

A tak se ocitáme uprostřed konfliktu. Zmítáme se v něm, protože nás nové na jedné straně přitahuje a na druhé straně stejně silně děsí. Podle tohoto vzorce probíhá každý střet, mění se pouze téma. To se v pubertě jmenuje sexualita, láska, partnerství, vzrůstá touha po protipólu, po „ty“. Rádi bychom se spojili s tím, co nám schází – a přece si netroufáme. Zjevují se nám sexuální fantazie – a stydíme se za ně. Je nejspíš evidentní, že takový konflikt se projeví jako kožní zánět. Kůže přece tvoří hranici já, kterou je třeba přestoupit, chceme-li najít ty. Současně je kůže orgán, s jehož pomocí se dá nalézt kontakt, lze se jí dotýkat druhých a hladit je. Aby nás druzí milovali, musíme se jim také líbit ve vlastní kůži.

Kvůli tomuto *horkému* tématu se zapaluje kůže dospívajících a ukazuje jednak to, že cosi by rádo prorazilo dosavadní hranice, že by se chtěla vyřinout nová energie, jednak pokus zadržet nové, strach z nově probuzeného pudu. Bráníme se pomocí trudovitosti, protože nám ztěžuje pohyb a omezuje naši sexualitu. Vzniká ďábelský kruh: neprožitá

sexualita se manifestuje jako vřidky na kůži – a vřidky současně brání sexu. Potlačené přání dráždit se promění v podrážděnou kůži. Jak úzké je spojení mezi akné a sexem, vyplývá zcela jasně z toho, na jakých místech se uhry objevují. Ponejvíce v obličejí a u dívek navíc v horní části hrudníku (a někdy i na zádech). Jinde se nevyrážejí, protože by to ani nemělo smysl. Stud za vlastní sexualitu se přeměňuje ve stud za akné.

Mnozí lékaři léčí akné poměrně úspěšně tabletkami. Symbolické pozadí tohoto účinku je zjevné: pilulka vyvolá v organismu klamný pocit těhotenství, současně ale také pocit, že se „to“ už stalo – uhry zmizí, neboť už nemusejí ničemu bránit. Díky opalování a pobytu u moře trudovitost většinou hodně ustoupí, ale objeví se ve zvýšené míře, čím víc se zahaluje tělo. Když říkáme oblečení *druhá kůže*, podtrhujeme tím vymezení a nedotknutelnost, zatímco svlékání je první krok k *otevření se* a Slunce pak neškodným způsobem nahrazuje vytoužené a současně obávané teplo jiného těla. Každému je známo, že nejlepším prostředkem proti akné je prožívaná sexualita.

Vše, co jsme si řekli o pubertální trudovitosti, platí zhruba pro téměř všechny kožní vyrážky. Vyrážka vždy dosvědčuje, že něco, co bylo dosud zadržováno (potlačováno), by rádo prorazilo hranici, jež ho utiskuje, zviditelnilo se a dostalo do vědomí. Ve formě vyrážky *se ukazuje cosi*, co nebylo dosud zjevné. Patrně je tedy pochopitelné, proč se skoro všechny dětské nemoci jako třeba spalničky, spála, zarděnky projevují prostřednictvím kůže. Při každé nemoci se dere do života dítěte něco nového, a proto nemoc většinou s sebou přináší určitý vývojový skok. Čím silnější je kožní eflorescence, tím rychlejší má dětská nemoc průběh, a tím spíš se podaří průlom. Když kojencům šupinatí kůže, reagují na matky, které se jich málo dotýkají, popř. je citově zanedbávají. Šupinatění kůže je zjevný výraz této neviditelné zdi a pokus dostat se z izolace. Tento ekzém matky často zneužívají k tomu, aby si kauzálně ospravedlnily svůj vnitřní odpor vůči dítěti. Většinou jsou to mimořádně „esteticky“ založené matky, které přikládají čisté kůži příliš velkou váhu.

Jednou z nejčastějších dermatóz je psoriáza neboli lupénka. Ta se projevuje ostře ohraničenými zánětlivými papulami a plaky, pokrytými stříbřitě bílými šupinami. Při lupénce se nesmírně zintenzivňuje jinak přirozené rohovatění kůže. Připomíná to tvorbu krunýře (srov. tvrdé rohy u zvířat). V tomto případě se změnila přirozená ochranná funkce kůže – došlo k jejímu ztvrdnutí; pacient se vymezuje v každém směru. Odmítá cokoli vpustit a vypustit. Reich nazval výsledek psychické obrany a zakuklování velmi výstižně „charakterový pancíř“. Za každou obranou se skrývá strach ze „zranění“. Čím urputněji se člověk brání a čím tlustší má krunýř, tím se zvětšuje jeho niterná citlivost a strach ze zranění.

Je to jako ve zvířecí říši. Když odstraníme z korýše ulitu, objevíme bezbranné měkké zranitelné cosi. Nejcitlivější jsou ve skutečnosti lidé, kteří odmítají připustit k sobě cokoli a kohokoli. Tuto zkušenost potvrzuje také rčení, že „pod tvrdou slupkou vězí měkké jádro“. Pokus chránit si zranitelnou duši krunýřem však má v sobě určitou tragiku. Krunýř sice chrání proti ublížení a poranění, současně ale také „chrání“ před vším, tedy i před láskou a přízní. Otevřít se by znamenalo zpochybnit oprávněnost obrany. A tak krunýř izoluje duši od živoucího toku, stísňuje – a kvůli strachu se zpevňuje ještě víc. Je pak čím dál těžší prorazit tento ďábelský kruh. Dříve nebo později člověk tak jako tak utrpí ránu na duši, již se tolik bál, a zjistí, že duši to vlastně příliš neublíží. K tomuto kroku dochází pouze pod vnějším tlakem, který na něj vyvine buď osud, nebo psychoterapie.

Trochu obšírněji jsme zde rozvedli souvislost mezi snadnou zranitelností a tvorbou krunýře proto, že nám ji na tělesné úrovni přesvědčivě ukazuje lupénka, neboť způsobuje otevřené rány, praskliny a krvácející trhliny v kůži. Tím se zvyšuje nebezpečí kožní infekce. Na tomto případě vidíme, jak se extrémny skoro dotýkají, jak choulostivá a naopak zrohovatělá kůže vyvolává konflikt mezi touhou po blízkosti a obavou z ní. Lupénka se

často objevuje nejdřív na loktech. Lokty se člověk prosazuje, a také se o ně opírá. Právě v těchto partiích se projevuje ztvrdnutí a zchoulostivění kůže současně. Při lupénce dosahují vymezení a izolace extrémních poloh a pacient je nucen se alespoň tělesně znovu „otevřít a stát se zranitelnější“.

Svědění (pruritus)

Svědění je průvodní jev mnohých kožních onemocnění (např. urtikárie, kopřivky). Svědění může člověka přivést až k zoufalství; musí se neustále škrábat na nejrůznějších částech těla. Svědění je pociťováno jako „dráždění“. Jak svrbění, tak dráždění má v sobě silný sexuální náboj, přesto bychom zde neměli pro samou sexualitu přehlížet jiné významy, jež probleskují v těchto slovech. Dráždit lze také, abychom v někom vyvolali agresi (např. zvíře), ale příjemně dráždivá může být také večerní nálada. Když nás něco dráždí, něco to v nás stimuluje, ať už sexualitu, agresi, náklonnost nebo lásku. Dráždění nemá pro člověka vyhraněný význam, prožívá je ambivalentně. Nevíme jistě, zda je máme pociťovat příjemně, nebo na ně reagovat zlostně. Ať je to, jak chce, dráždění vzrušuje. Také latinské slovo *prurigo* znamená nejen svědění, nýbrž také vilnost, chtíč a příslušné sloveso *prurire* svědit.

Tělesné svrbění ukazuje, že něco dráždí také psychiku. Jenže jsme to na této úrovni zjevně přehlédli nebo odmítli vnímat, jinak by se to nemuselo somatizovat jako svědění. Za svrběním se skrývá vášeň, vnitřní oheň, žár, který chce prorazit ven, zviditelnit se. Proto nás svědí a nutí nás, abychom se škrábali. Škrábání je mírná forma hrabání a kopání. Tak jako hrabeme a kopeme půdu, abychom něco našli a vynesli to na denní světlo. Člověk, kterého svědí kůže, se škrábe, aby symbolicky našel to, co ho svrbí, kouše, dráždí a rozčiluje. Svědění tedy ohlašuje vždy něco, co nás *nenechává chladnými*, co nás *pálí na duši*: palčivou touhu, plamenné nadšení, žhavou lásku nebo také ohnivý hněv. Není divu, že svrbění bývá často provázeno kožními vyrážkami, rudými skvrnami a palčivými exantémy. Výzva je jasná: měli bychom se tak dlouho „škrábat“ ve vědomí, dokud nenajdeme, co nás svědí – a bude to velmi *dráždivé!*

Při kožních potížích a vyrážkách bychom se měli zabývat těmito otázkami:

- 1. Nevymezují se příliš?**
- 2. Jak je to s mou schopností stýkat se s ostatními?**
- 3. Skrývá se za mým odmítavým postojem potlačená touha po blízkosti někoho druhého?**
- 4. Co chce prorazit hranici a zviditelnit se (sexualita, pud, vášeň, agrese, nadšení)?**
- 5. Co mě svědí ve skutečnosti?**
- 6. Izolují se samovolně od ostatních?**

8. LEDVINY

Ledviny symbolizují v lidském těle partnerství. Ledvinové bolesti a nemoci se vyskytnou vždy, když někdo vězí v partnerských konfliktech. Partnerstvím zde nemíníme sexuální partnerství, nýbrž zcela zásadní způsob styku s druhými lidmi. Specifický přístup k druhému člověku se nejzřetelněji projevuje právě v partnerství, lze ho však přenést i na kteroukoli jinou kontaktní osobu. Abychom lépe pochopili souvislost mezi ledvinami a partnerstvím, bude možná vhodné, když se nejprve podrobněji podíváme na psychické pozadí partnerství.

Polarita vědomí způsobuje, že si nejsme vědomi své úplnosti, nýbrž se vždy

identifikujeme pouze s určitým výřezem ze jsoucna. Říkáme mu já. To, co nám chybí, je náš stín, který neznáme. Cesta člověka je cestou k většímu uvědomění. Člověk je neustále nucen zpřítomnit si dosud nevědomé součásti stínu a integrovat je do své identifikace. Tento učební proces nemůže skončit dřív, než dosáhneme dokonalého uvědomění – než se „uzdravíme“. Tato jednotka zahrnuje celou polaritu v její ne-oddělitelnosti, tedy také mužskou a ženskou.

Dokonalý člověk je androgynní, tzn. mužské a ženské aspekty u něj splývají v duši v jedno („chemická svatba“). Androgynní stav se vztahuje samozřejmě na psychickou úroveň, tělo si zachovává své pohlaví. Vědomí se s ním ale neidentifikuje (podobně jako malé dítě, které má sice také pohlaví, ale neztotožňuje se s ním). Cíl androgynie nachází svůj vnější výraz také v celibátu a v oblečení kněží a mnichů. Být mužem znamená identifikovat se s mužským pólem své duše, čímž se ženská součást dostává automaticky do oblasti stínu; podle toho být ženou analogicky znamená identifikovat se s ženským pólem své duše a zatlačit do stínu mužský pól. Naším úkolem je uvědomit si svůj stín. To ale můžeme pouze pomocí projekce. Musíme hledat a najít, co nám schází, oklikou přes vnějšek, třebaže je to ve skutečnosti stále v našem nitru.

Zní to zpočátku paradoxně – a právě proto to bývá jen vzácně pochopeno. Poznání vyžaduje nejprve oddělení subjektu od objektu. Např. oko může sice vidět, nedokáže však vidět samo sebe – k tomu potřebuje projekci na zrcadlovou plochu. Stejně jsme na tom i my. Jen tak jsme schopni poznat sami sebe. Muž je schopen si uvědomit ženskou součást své duše pouze projekcí na nějakou konkrétní ženu; totéž platí obráceně pro ženu. Můžeme si představit, že stín je navrstvený. Jsou v něm velmi hluboké vrstvy, jež v nás vyvolávají děs, a jichž se proto bojíme – a jsou vrstvy ležící poblíž povrchu, které čekají, až je zpracujeme a uvědomíme si je. Když potkám člověka prožívajícího oblast, jež u mě leží v horní části stínu, zamiluji se do něj. To lze vztáhnout jak na jiného člověka, tak také na součást vlastního stínu, neboť obojí je koneckonců totéž.

To, co milujeme nebo nenávidíme na druhém člověku, se koneckonců nachází vždy v nás samých. Mluvíme o lásce, když někdo druhý reflektuje oblast stínu, kterou bychom si v sobě rádi uvědomili, a říkáme tomu však *nenávisť*, když někdo zrcadlí nějakou velmi hlubokou vrstvu našeho stínu, s níž se vůbec nechceme setkat. Shledáváme opačné pohlaví přitažlivým, protože nám schází. Často z něj máme strach, protože si je neuvědomujeme. **Setkání s partnerem je setkání se součástí vlastní duše, kterou si neuvědomujeme. Jestliže je tento mechanismus zrcadlení vlastních oblastí stínu v druhém zcela jasný, uvidíme všechny partnerské problémy v novém světle. Všechny problémy, které máme s partnerem, jsou problémy, které máme sami se sebou.**

Náš vztah k vlastnímu nevědomí je vždy ambivalentní – přitahuje nás a bojíme se ho. Stejně obojaký je většinou náš vztah k partnerovi – milujeme a nenávidíme ho, chceme ho beze zbytku vlastnit a nejraději bychom se ho zbavili, připadá nám báječný a odporný zároveň. **Ve všech aktivitách a třenicích vyplňujících náš vztah vždy zpracováváme svůj vlastní stín.** Proto se sdružují vždy poměrně protikladní lidé. *Protivy se přitahují* – to ví každý, a přesto to každého stále znovu udivuje. „Proč se dali dohromady zrovna tihle dva, vždyť se k sobě vůbec nehodí?“ Hodí se k sobě tím víc, čím větší jsou protiklady, neboť každý prožívá stín druhého nebo, výstižněji řečeno, každý nechá partnera prožívat svůj vlastní stín. Partnerství mezi dvěma hodně podobnými lidmi sice vypadají méně nebezpečná a také pohodlnější, většinou ale příliš nepřispívají k rozvoji zúčastněných: v druhém se zrcadlí pouze vlastní vědomá oblast prvního a naopak; je to nekomplikované a nudné. Oba partneři si připadají báječní a promítají společný stín

do okolního světa, kterému se pak společně vyhýbají. V partnerském vztahu jsou plodné jen třenice, neboť **oba partneři** se mohou sblížit pouze tehdy, když **si pomocí druhého zpracovávají vlastní stín**. Tím by snad mělo být jasné, že cíl tohoto zpracování spočívá ve vlastní celosti.

V ideálním případě by měli být na konci partnerského vztahu dva lidé, kteří se stali v sobě celými nebo alespoň – odhlédneme-li od ideálu – zdravějšími, protože v sobě prosvětlili nevědomé součásti duše a mohli je tak integrovat do vědomí. Na konci tedy není párek cukrujících hrdliček, kdy jedna nemůže žít bez druhé. Tvrzení, že jeden nemůže žít bez druhého, ostatně jen ukazuje, že někdo z čiré pohodlnosti (dalo by se říct zbabělosti) využívá druhého k tomu, aby ho nechal žít vlastní stín, aniž se pokouší zpracovat a vzít si zpátky projekci. V takových případech (a je jich většina!) také jeden partner nedovolí druhému dál se rozvíjet, protože by se tím zpochybnily zaběhnuté role. Když někdo absolvuje terapii, nezřídka si pak jeho partner stěžuje na to, jak se dotýčný hrozně změnil... („Chceme vlastně jen, aby zmizel symptom!“)

Partnerství dosáhne svého cíle tehdy, kdy jeden už nepotřebuje druhého. Jen v takovém případě byl vážně míněn slib „věčné lásky“. Láska je akt vědomí a znamená otevřít hranici svého vlastního vědomí tomu, co má člověk rád, a splynout s tím v jedno. To se stane až tehdy, když člověk přijme do své duše všechno to, co reprezentoval partner – nebo jinými slovy když člověk stáhne zpátky všechny projekce a sjednotí se s nimi. Osoba jako projekční plocha se tím vyprázdnila – je prostá přitažlivosti a odporu – láska se stala věčnou, tzn. nezávislou na čase, protože byla uskutečněna ve vlastní duši. Takové úvahy vyvolávají vždy strach v lidech, kteří svými projekcemi pevně tkví v materiálu. Ti vážou lásku na jevovou formu, a ne na obsahy vědomí. Při tomto postoji se z pomíjivosti pozemského stává hrozba a člověk pak doufá, že se shledá s „milými blízkými“ opět na onom světě. Přitom nevidí, že „onen svět“ je přítomen neustále. Je to sféra ležící za materiálními formami. Stačí pouze transmutovat vše zjevné ve vědomí a ocitneme se za formami. Vše zjevné je jen podobenství – proč by to mělo být u člověka jinak?

Musíme se postarat, aby se zjevný svět stal zbytečným, to platí i pro naše partnery. Problémy nastávají pouze tehdy, když dva lidé různě „využívají“ svůj partnerský vztah, kdy jeden zpracovává a bere zpátky své projekce, zatímco druhý ve svých projekcích zcela uvízne. V tom případě dříve nebo později nastane okamžik, kdy se jeden z partnerů vymaní ze závislosti na druhém, a tomu to pak zlomí srdce. Zůstanou-li však obě části v projekci, zažíváme lásku až do hrobu – a posléze obrovský smutek, když jedna polovina schází! Blaze tomu, kdo pochopí, že nikomu nelze vzít pouze to, co v sobě uskutečnil. Láska vyžaduje sjednocení, nic víc. Nedosáhne svého cíle, dokud se zaměřuje na vnější objekty.

Je důležité přesně poznat vnitřní strukturu partnerského vztahu, abychom byli schopni pochopit analogie s procesy probíhajícími v ledvině. V těle nacházíme jak singulární orgány (např. žaludek, játra, slinivku břišní, slezinu), tak párové, jako např. plíce, varlata, vaječníky a ledviny. Zkoumáme-li párové orgány, zjistíme, že všechny se vztahují k tématu „kontakt“ a „přátelství“. Plíce přitom představují oblast nezávazného styku a nezávazné komunikace, zatímco varlata a vaječníky reprezentují jako pohlavní orgány sexualitu. Ledviny naproti tomu značí partnerství ve smyslu úzkého mezilidského styku. Tyto tři sféry ostatně také odpovídají třem starořeckým termínům pro lásku: *philia* (přátelství), *eros* (sexuální láska) a *agape* (postupné sjednocení).

Všechny látky, jež tělo přijímá, se nakonec dostávají do krve. Ledviny plní funkci jakési centrální filtrační stanice. Proto musejí být schopny rozlišit, které látky organismu prospívají a lze je zhodnotit a které je třeba vyloučit jako odpadní produkty a škodliviny. Není to snadný úkol a ledviny mají k dispozici různé mechanismy, které zde kvůli jejich

fyziologické komplexnosti zjednodušíme a zredukujeme na dvě základní funkce: V první fázi dochází k filtraci, jež probíhá na principu mechanického síta, v němž se zachycují částice od určité velikosti. Hustota tohoto síta je nastavena tak, aby zadrželo i tu nejmenší bílkovinnou molekulu (albumin). Druhá, mnohem složitější fáze, je založena na spojení osmózy (vzlínání) a principu protiproudu. Osmóza v podstatě spočívá ve vyrovnávání tlaku a koncentračního spádu dvou tekutin oddělených od sebe průlinčitou buněčnou stěnou. Protiproud se při tom stará o to, aby k sobě byly neustále přiváděny obě tekutiny různé hustoty. Při tomto osmotickém vyrovnávání jde koneckonců o to, aby tělo dostávalo životně důležité soli, na nichž je závislá mj. acidobazická rovnováha.

Medicínský laik si většinou vůbec neuvědomuje, jak životně důležitá je tato acidobazická rovnováha, jež se číselně vyjadřuje hodnotou pH. Na stabilní hodnotě pH (povoleny jsou jen nepatrné výchylky) závisí všechny biochemické reakce (např. získávání energie, bílkovinná syntéza). Krev se tak udržuje přesně uprostřed mezi zásaditým a kyselým pólem, mezi jin a jang. Obdobně znamená každý partnerský vztah pokus vytvořit harmonii obou pólů, mužského (jang, kyselý) a ženského (jin, zásaditý). Tak jako ledvina zajišťuje, aby vládla rovnováha mezi kyselinou a zásadou, partnerství se analogicky stará o to, aby jeden člověk spojením s druhým prožívajícím jeho stín směřoval k dokonalosti, k celosti. Druhá (neboli „lepší“) polovička při tom kompenzuje svou esencí to, co schází první.

Ze všeho nejvíc ovšem ohrožuje partnerský vztah vždy víra, že tento vztah nejvíc zatěžuje problematické, rušivé chování toho druhého, kterým se však nevyznačuji já. V tomto případě člověk uvízne v projekci a nerozezná nutnost a prospěšnost zpracování oblastí vlastního stínu reflektovaných partnerem, které mu umožňuje uvědoměním růst a zrát. Když se tento omyl somatizuje, propouštějí také filtrační systémy ledvin životně důležité látky (bílkoviny, soli), a ztrácejí tak částice významné pro vlastní rozvoj a vztahující se k vnějšímu světu (např. při glomerulonefritidě). Ukazují tak na stejnou neschopnost rozeznat důležité látky jako vlastní, jakou se vyznačuje psychika jednoho partnera, když nedokáže rozlišit jako vlastní důležité problémy a přenechává je druhému. Stejně jako se člověk musí poznat v partnerovi, tak i ledviny musejí být schopny rozpoznat zvenčí přicházející „cizí“ látky jako důležité pro vlastní vyrovnání se a rozvoj.

Jak silnou mají ledviny vazbu na téma „partnerství“ a „schopnost kontaktu“, lze také velmi dobře vyzorovat na určitých zvycích z každodenního života. Při všech příležitostech, kdy se lidé scházejí, aby se spolu dostali do kontaktu, hraje hlavní roli pití. Není divu, vždyť pití stimuluje „kontaktní orgán ledvinu“, a tím také psychickou schopnost navázat kontakt. Ten se naváže mnohem rychleji, když si všichni společně přiřknou plnými sklenicemi a půllitry. Člověk se může sblížit s druhými, aniž působí dotěrně. Také přechod od odtažitého vykání k tykání bývá téměř vždy spojen s přípitkem – lidé zapíjejí sbratření. Navazování kontaktů by bylo prakticky nepředstavitelné bez společného popíjení – ať už jde o večírek, družné posezení nebo o lidovou slavnost – všichni pijí, aby našli odvahu sblížit se s ostatními. S patřičným podezřením pak hledí taková parta na někoho, kdo nepije nebo jen tak usrkává, neboť tím dává najevo, že odmítá povzbudit své kontaktní orgány a chce si zachovat odstup. Při všech těchto příležitostech dávají lidé jednoznačně přednost silně močopudným nápojům, kávě, čaji, alkoholu, jež pořádně „nabudí“ ledviny. (Hned druhou významnou roli hraje při společenských událostech kouření. To totiž stimuluje jiný náš kontaktní orgán, plíce. Je všeobecně známo, že člověk většinou víc kouří, když je ve společnosti než o samotě.) Kdo hodně pije, dává tím najevo svou touhu po kontaktu – vystavuje se ovšem nebezpečí, že uvízne na úrovni náhražkového uspokojení.

Ledvinové kameny vznikají vysrážením, krystalizací určitých látek vyskytujících se v

nadměrném množství v moči (např. kyselina močová, fosforečnan vápenatý, šťavelan vápenatý). Kromě příslušného vlivu prostředí úzce souvisí nebezpečí tvorby kamenů s množstvím vypité tekutiny; velké množství ředí příslušnou látku a zvyšuje její rozpustnost. Když však vznikne kámen, narušuje průtok a může způsobit koliku. Renální kolika je vlastně smysluplný pokus organismu vypudit ven překážející kámen peristaltickými pohyby močovodu. Bolesti, které se při těchto rytmických stazích dostávají, lze srovnat s porodními bolestmi. Způsobují extrémní neklid a silné puzení se pohybovat. Když s kamenem nepohne kolika, vyzve lékař dokonce pacienta, aby navíc ještě skákal, a uvolnil tak kámen. Urychlit vypuzení kamene se navíc pokouší léčba, především pomocí uvolnění, tepla a vydatného pití.

Obdobné procesy na psychické úrovni jsou zcela zjevné. Blokuující močový kámen je složen z látek, jež měly být vlastně vyloučeny, protože nemohou ničím přispět k vývoji těla. V psychické rovině to odpovídá nahromadění témat, jichž se měl člověk rovněž už dávno zbavit, protože nijak nenapomáhají jeho rozvoji. Pokud ale zadržuje nedůležitá, přežitá témata, překážejí plynulému vývoji a způsobují ucpání. Kolikový symptom pak nutí člověka k pohybu, jemuž chtěl svým zadržováním vlastně zabránit. A psychiatr správně doporučuje pacientovi opět skákat. Teprve odskok ze starého může znovu rozproudí vývoj a osvobodit člověka od toho, co je zastaralé (kámen).

Ze statistik vyplývá, že muži onemocní častěji ledvinovými kameny než ženy. Muž řeší témata „harmonie“ a „partnerství“ obtížněji než žena, která je jim od přírody blíž. Ženě naopak činí větší potíže agresivní průbojnost, protože tento princip je bližší muži. Statisticky se to projevuje v již zmíněné větší četnosti výskytu žlučových kamenů u žen. Léčebná opatření u renální koliky už sama o sobě výstižně popisují zásady, jež pomáhají řešit problémy s harmonií a partnerstvím. Teplá jako výraz náklonnosti a lásky, uvolnění křečovitě se stahujících trubic jako známka otevření a vývoje a nakonec přívod tekutin, které všechno opět rozproudí.

Svraštělá ledvina – umělá ledvina

Když zcela selžou všechny funkce ledviny, musí převzít životně důležitou úlohu propírání krve přístroj, umělá ledvina (dialýza). Z ní se pak stává partner, když člověk není ochoten aktivně řešit problémy s živými partnery. Jestliže není pro někoho žádný partner dost dokonalý a spolehlivý nebo když příliš nutkavě touží po svobodě a nezávislosti, nachází v ledvině ideálního, perfektního partnera, protože ledvina nemá vlastní nároky ani potřeby a věrně a spolehlivě dělá, co se po ní chce. Zato je na ní člověk zcela závislý: Nejméně třikrát týdně musí za ní dojít na kliniku nebo – pokud si může dovolit vlastní přístroj – spí umělá ledvina noc co noc věrně po jeho boku. Nesmí se od ní příliš vzdálit a možná nepřímo pozná, že neexistují dokonalí partneři – dokud ještě není dokonalý dotyčný člověk sám.

Máme-li potíže s ledvinami, měli bychom si položit tyto otázky:

- 1. Jaké problémy mám v oblasti partnerských vztahů?**
- 2. Mám sklon uvíznout v projekci a považovat partnerovy chyby pouze za jeho vlastní problém?**
- 3. Zapomínám odhalovat se ve všem, jak se partner chová?**
- 4. Zadržuji staré problémy a bráním tak průtok, vývoji?**

Močový měchýř

Močový měchýř je sběrná nádrž, v níž čekají všechny látky vyloučené ledvinami na to, až budou moct opustit tělo. Stoupající tlak způsobený postupně se zvyšujícím množstvím moči nás po určité době nutí, abychom si ulevili. Ze zkušenosti ale všichni víme, že puzení močit velmi často až nápadně souvisí s určitými situacemi. Vždy jde o situace, v nichž je člověk pod psychickým tlakem, ať už je to zkouška, léčba nebo podobné události spojené s úzkostným očekáváním nebo stresem. Tlak prožitý nejprve psychicky se přemístí dolů do měchýře a je pociťován jako tlak tělesný.

Tlak nás vždy vybízí, abychom se uvolnili, abychom něco vypustili. Když se to nedaří na psychické úrovni, musíme tak učinit fyzicky prostřednictvím močového měchýře. Tato oklika nám dává citelně najevo, jak velký je ve skutečnosti tlak způsobený určitou situací, jak dokáže být bolestivé, když se člověk nevyprázdní, a naopak jakou úlevu přináší, když to udělá. Somatizace také dále umožňuje přeměnit pasivně pociťovaný tlak v aktivní, když můžeme přerušit nebo zmanipulovat každou situaci tím, že se omluvíme a zajdeme si na toaletu. Kdo si musí odskočit, cítí tlak a současně tlak vykonává – to ví každý školák stejně dobře jako pacient, a proto také tento symptom nevědomě, nicméně cíleně používá.

Tato zde zvlášť zjevná souvislost mezi symptomem a výkonem moci hraje nezanedbatelnou roli rovněž u všech ostatních symptomů. Každý pacient má sklon používat symptomy své choroby jako mocenské prostředky. Tím se dotýkáme jednoho z největších tabu dnešní doby. Výkon moci je základní lidský problém. Dokud má člověk nějaké já, usiluje o dominanci a čím dál větší moc. „Ale já to tak chci!“ Tento výkřik vyjadřuje zcela jasně snahu o dominanci ega. Protože termín „moc“ má na druhé straně velmi negativní zabarvení, lidé mají dojem, že jsou nuceni stále lépe maskovat své mocenské hrátky. Poměrně málo z nás najde odvahu a otevřeně hlásá a prožívá svůj mocenský nárok. Většina se pokouší prosadit potlačené mocenské touhy nepřímo, určitými oklikami. K tomu využívají v současné době především nemoc a nízké sociální postavení. V těchto rovinách jsou si poměrně jistí, že je nikdo neodhalí, protože projekce viny na funkční procesy a vnější svět, kterou vysvětlují vlastní bídu, jsou všeobecně přijímané a legalizované.

Jelikož tohoto triku zneužívají pro své mocenské strategie téměř všichni lidé, nemá nikdo zájem, aby jej odhaloval, a každý pokus v tomto směru druzí rozhořčeně odmítají. V našem světě lze vydírat pomocí nemoci a smrti. Prostřednictvím nemoci se dá skoro vždy dosáhnout toho, čeho by člověk nikdy nedosáhl nebýt symptomů: náklonnosti, účasti, peněz, volného času, pomoci a ovládnutí ostatních. Tento druhotný zisk z nemoci vznikající použitím symptomu jako mocenského nástroje nezřídka brání vyléčení.

Názorně lze předvést téma „symptom jako projev moci“ také při nočním pomočování (enuresis nocturna). Jestliže je dítě přes den vystaveno silnému tlaku (ze strany rodičů, školy) a nemůže se uvolnit ani hájit vlastní nároky, vyřeší noční pomočování hned několik problémů najednou: poskytne úlevu jako odpověď na prožitý tlak a současně je to příležitost, jak odsoudit jindy tak mocné rodiče do role bezmocných ubožáků. Bezpečně maskováno symptomem může dítě opět předat zpátky všechn tlak, kterému je vystaveno ve dne. Zároveň by se neměl přehlížet vztah nočního pomočování k pláči. Obojí slouží vypuštěním k vybití a odlehčení vnitřního tlaku. Proto by se mohlo noční pomočování také označit jako „pláč spodku“.

Dosud zmíněné tematické okruhy se rovněž podílejí na všech ostatních poruchách močového měchýře. Trpí-li někdo zánětem močového měchýře, svědčí pálení při močení zcela jasně o tom, jak bolestně prožívá pacient, vypouštění. Častější puzení, kdy současně nevytéká ven žádná, nebo téměř žádná moč, vyjadřuje absolutní neschopnost

vyprázdnit se i přes tlak. Při všech těchto symptomech by se nemělo přehlížet, že látky, popř. témata, jichž je třeba se zbavit, jsou přežilé a představují pouze zbytečnou zátěž.

Onemocnění močového měchýře vyvolávají následující otázky:

1. Na kterých oblastech lpím, přestože se přežily a čekají na to, až je vypudím?

2. Kde se sám vystavuji tlaku a přenáším jej na druhé: zkouška, nadřizený?

3. Kterých opotřebovaných témat bych se měl(a) zbavit?

4. Kvůli čemu pláču?

9. SEXUALITA A TĚHOTENSTVÍ

Sexualita je nejrozšířenější úroveň, na níž se lidé vyrovnávají s tématem polarity a cvičí se v něm. Každý zde pocítuje svou *neúplnost* a hledá, co mu schází. Tělesně se spojuje se svým protipólem a ve sjednocení prožívá nový stav vědomí, jemuž říká orgasmus. Tento stav vědomí pocítuje jako ideál štěstí. Tento ideální stav však má pouze jednu nevýhodu: nedá se udržet trvale. Tuto nevýhodu se člověk pokouší vyrovnat četností. Jakkoli je tento okamžik štěstí pokaždé krátký, ukazuje nám, že vědomí má k dispozici ještě stavové formy, jež jsou kvalitativně vysoce nadřazeny našemu „normálnímu“ vědomí. Tento pocit štěstí také nakonec nedá člověku odpočinout a mění ho v hledajícího tvora. Sexualita tu odhaluje hned první polovičku tajemství: když spojíme dva póly tak, aby splynuly v jedno, dostavuje se pocit štěstí. Štěstí je tedy „jednota“. Chybí nám už jen druhá polovička tajemství, jež by nám prozradila, jak by se dalo setrvat v tomto stavu vědomí natrvalo. Odpověď je prostá: dokud bude probíhat sjednocení protikladů jen v materiální rovině (sexualita), bude vždy časově omezený také výsledný stav vědomí (orgasmus), neboť tělesná úroveň podléhá zákonu času. Od času se ale oprostíme pouze tím, že sjednotíme protiklady rovněž ve vědomí – pokud se mi podaří sjednocení na této úrovni, dosáhnou věčné, tedy nečasové *blaženosti*.

Tento poznatek stojí na začátku esoterické stezky, jíž se na Východě říká také jóginská cesta. Jóga je odvozeno ze sanskrtského slovesa „yuj“ a znamená tolik co jho, jařmo (srov. latinský výraz jugum = jho). Jařmo vždy spojuje dvojí v jedno: dva voly, dvě vědra atd. Jóga je umění sjednocovat dvojnost. Protože sexualita v sobě obsahuje základní vzorec cesty, znázorněný navíc na úrovni přístupné všem lidem, byla odjakživa s oblibou používána k analogickému zobrazení cesty. Dodnes leckterý turista užasle zírá na – podle něj pornografické – výjevy ve východních chrámech. Na nich se však sexuální spojení dvou božích postav používá k symbolickému znázornění velkého tajemství *conjunctio oppositorum*, spojení protikladů.

Patří k zvláštnostem křesťanské teologie, že během svého vývoje občas ztratila tělesnost, a tím také sexualitu natolik, že jako potomci křesťanstvím poznamenané kultury považujeme sex a *duchovní cestu* vykonstruovaně za dva obrovské, nesmiřitelné protiklady (...přirozeně že sexuální symbolika nebyla křesťanům vždy cizí). Toto myšlení o protikladnosti těla a ducha se stále ještě horlivě pěstuje v mnohých skupinách, jež se považují za „esoterické“. V těchto kruzích se *transmutace* zásadně zaměřuje za *potlačování*. I zde by stačilo správně pochopit esoterický princip „jak nahoře, tak dole“. Z toho rovněž plyne: co člověk nemůže *dole*, nikdy nedokáže *nahoře*. Kdo má tedy sexuální problémy, měl by je také řešit na tělesné úrovni, místo aby hledal spásu v útěku – sjednotit protiklady lze na „vyšších“ úrovních ještě mnohem obtížněji!

Z tohoto hlediska je zřejmě pochopitelné, proč Freud zredukoval téměř všechny lidské problémy na sexualitu. Tento postup byl naprosto oprávněný, ale má pouze jednu *formální chybu*. Freud (a všichni stejně smýšlející) neučinil poslední krůček z roviny konkrétní manifestace k principu nacházejícímu se za ní. Sexualita je prostě pouze jedna

možná výrazová forma principu „polarity“, popř. „sjednocení protikladů“. V této abstrahované formě by snad mohli i Freudovi kritici souhlasit s tím, že všechny lidské problémy lze zredukovat na polaritu a na pokus spojit protiklady (tento krok nakonec učinil C. G. Jung). Správné je rozhodně tvrzení, že většina lidí poznává, prožívá a zpracovává problémy polarity nejprve na úrovni sexuality. To je také důvod, proč jsou pro člověka největšími zdroji konfliktů sexualita a partnerství: je to také tak obtížné téma „polarity“, jež člověka dohání k zoufalství tak dlouho, až najde bod sjednocení.

Poruchy menstruace

Měsíčky jsou výrazem ženskosti, plodnosti a schopnosti přijímat. Žena je tomuto cyklu vydána na milost a nemilost. Musí se mu podrobit se všemi omezeními, jež jí přináší. Touto *povolností* se dotýkáme ústředního tématu ženství: schopnosti oddat se. Když zde hovoříme o ženskosti, máme na mysli obsáhlý princip ženského pólu ve světě, kterému např. Číňané říkají jin, který alchymisté zpodobňují jako Lunu a hlubinná psychologie vyjadřuje symbolem vody. Každá žena je z tohoto hlediska jen konkrétní jevovou formou archetypického ženství. Ženský princip by se dal definovat schopností přijímat. „Cesta tvůrce činí mužské, cesta příjemce pak ženské,“ píše se v *Knize proměn (I-ťing)*. A dál se říká také: „To, co přijímá, je nejoddanější ze všeho na světě.“

Schopnost oddat se, je hlavní vlastností ženství; je to základ všech dalších schopností – otevření, přijetí, početí, uschování. Schopnost oddat se znamená současně vzdát se aktivního činění. Podívejme se na archetypické symboly ženskosti, na Měsíc a vodu. Ani jeden z těchto symbolů sám o sobě nic nevyzařuje ani nevydává jako jejich protipóly Slunce a oheň. Proto jsou schopny přijímat, vpouštět do sebe a reflektovat světlo a teplo. Voda se vzdává vlastních nároků na tvar – přijme jakýkoli. Přizpůsobuje se, poddává se.

Za polaritou „Slunce – Měsíc“ a „oheň – voda“ se neskrývá žádné hodnocení. Bylo by to také naprosto nesmyslné, neboť **každý pól je sám o sobě jen poloviční a nedokonalý – k úplnosti mu přece chybí druhý pól**. Této úplnosti však lze dosáhnout jen tehdy, když oba póly zcela reprezentují svůj specifický svéráz. Leckterá emancipační argumentace snadno přehlídí tyto archetypické zákony. Je prostě hloupé, když si voda stěžuje na to, že nemůže hořet a svítit a odvozuje z toho svou méněcennost. Právě proto, že nemůže hořet, může přijímat, což je zase odepřeno ohni. Jedno není o nic lepší ani horší než druhé, jen prostě jiné. Z této jinakosti pólů vzniká napětí, kterému se říká „život“. Nivelizací (vyrovnání rozdílů, ale též ochuzení výrazových vlastností originálu) pólů se protiklady nesjednotí. Žena, která plně akceptovala své vlastní ženství a prožívá ho, se nikdy necítí „méněcenná“.

Tato „nesmířenost“ s vlastním ženstvím se však skrývá za poruchami menstruace, popř. za mnoha dalšími symptomy v sexuální oblasti. Oddanost, *svolnost* vždy činí člověku potíže, vždyť od něj vyžadují, aby se vzdal svého „já chci“, dominance svého ega. Musíme obětovat něco ze svého ega, kus sebe, dát kus sebe – přesně jak si to žádá od ženy pravidelný měsíční cyklus. Neboť spolu s krví obětuje žena něco ze své životní síly. Měsíčky jsou těhotenství, porod v malém. Ve stejné míře, v jaké nějaká žena nesouhlasí s touto „pravidelností“, pak dochází k menstruačním poruchám a potížím. Ukazují, že se nemíní podvolit nějaká (často nevědomá) instance dotyčné ženy – a to menstruaci, sexu, muži. Přesně, cíleně se na toto bouřící se „já ale nechci“ obrací reklama na menstruační vložky a tampony. Slibuje, že žena údajně získá nezávislost, když bude používat nabízený produkt, a že si bude moct dělat, co chce, přestože bude mít své *dny*. Reklama tak obratně útočí na konflikt odehrávající se v mnohých ženách. Ty sice chtějí být ženami, ale odmítají se smířit s tím, co s sebou nese jejich ženství.

Žena, která bolestivě prožívá menstruaci, prožívá bolestivě i svou ženskost. Z menstruačních potíží lze vždy také usuzovat na sexuální problémy, neboť protest proti oddanosti projevující se při poruchách menstruace brání rovněž uspokojivému sexuálnímu životu. Když žena dokáže správně prožít orgasmus, je schopna bez problémů zvládnout i menstruaci. Orgasmus je stejně jako usínání taková „malá smrt“. Za malou smrt lze označit také pravidelné měsíční krvácení, neboť odumírá tkáň, a proto je vypuzována ven z těla. Umírání není ale nic jiného než výzva, abychom se zbavili svého křečovitého já, upustili od jeho mocenských hrátek a nechali věcem volný průběh. Smrt hrozí vždy jen egu, nikdy ne člověku samotnému. Kdo se pevně drží ega, prožívá umírání jako boj. Orgasmus je malá smrt, neboť také vyžaduje, abychom se rovněž oprostili od svého já. Orgasmus je přece splynutí já a ty v jedno, což předpokládá otevření hranice já. Kdo lpí na svém já, neprožívá žádný orgasmus (totéž platí i pro usínání – viz dále). Sounáležitost smrti, orgasmu, menstruace je snad jasně vyjádřena schopností oddat se, ochotou obětovat kus vlastního ega.

Proto je pochopitelné, že anorektičky nemají většinou žádné měsíčky nebo trpí závažnými poruchami menstruace, jak jsme už uvedli. Jejich potlačovaná touha dominovat je příliš silná, než aby mohly k něčemu svolit. Bojí se svého ženství, mají strach ze sexuality, plodnosti a mateřství. Je známo, že k vynechávání periody dochází velmi často v situacích velkých hrůz a nejistot, při katastrofách, ve vězení. Menstruaci neměly pravidelně rovněž ženy uzavřené v pracovních a koncentračních táborech (sekundární amenorea). Žádná z těchto situací není přirozeně vhodná pro „oddanost“, spíše vyžadují od ženy, aby se „vzmužila“, stala se aktivní a prosazovala se.

Nesmíme přehlédnout ještě další aspekt menstruace: měsíčky jsou výrazem schopnosti mít děti. Pravidelný měsíční cyklus prožívají ženy velmi rozdílně, podle toho, zda si přejí mít dítě, nebo ne. Pokud žena touží po miminku, naznačuje jí menstruace, že to „zase jednou nevyšlo“. V těchto případech pociťuje před začátkem periody a v jejím průběhu především nevolnost a má špatnou náladu. Krvácení vnímá jako „bolestivé“. Tyto ženy také dávají přednost méně bezpečným antikoncepčním metodám – je to výraz kompromisu mezi nevědomým přáním mít dítě a jakýmsi alibi. Když se žena bojí otěhotnět, zpravidla se nemůže dočkat, až se dostaví měsíčky. Právě to ale může obratem způsobit, že se opozdí. A často pak trvá menstruace velmi dlouho a může posloužit jako záminka k odmítání pohlavního styku. V zásadě to lze – jako každý symptom – zneužít jako mocenský nástroj, ať už k obraně proti sexu nebo k získání náklonnosti a něhy.

Menstruace je regulována tělesně, a to souhrou ženského hormonu estrogeneru a mužského hormonu gestagenu. Tato souhra odpovídá „sexualitě na hormonální úrovni“. Pokud dojde k poruše této „homonální sexuality“, zpravidla nastane také porucha menstruace. Tyto poruchy se dají obtížně léčit podáváním hormonálních přípravků, neboť hormony jsou pouze hmotní zástupci mužských a ženských duševních součástí. Léčit lze pouze tím, že se žena smíří s vlastní sexuální rolí, neboť jen tak může v sobě uskutečnit a posléze jednou realizovat pól opačného pohlaví.

Nepravé těhotenství (pseudogavidita)

Velmi názorně můžeme sledovat somatizaci psychických procesů u nepravého těhotenství. Ženy nejenže subjektivně pociťují patřičné příznaky jako roztodivné chutě, nasycenost, nevolnost, zvracení, nýbrž dochází také k typickému zvětšení ňader, pigmentaci prsních bradavek a dokonce i k sekreci mateřského mléka. Některé cítí pohyby plodu a břicho mají vystouplé jako žena ve vysokém stupni těhotenství. Za tímto nepravým těhotenstvím – známým už od starověku, ale přece jen poměrně vzácným – se skrývá konflikt mezi extrémně silnou touhou po dítěti a nevědomým strachem z odpovědnosti.

Když jde o zdánlivou graviditu u svobodné ženy, která žije sama, může být ve hře také konflikt mezi sexualitou a mateřstvím. Tato žena by ráda splnila *ušlechtilou* mateřskou úlohu, aniž by pro ni měl nějaký význam *neušlechtilý* sex. U pseudogravidity ale každopádně tělo opět prozrazuje pravdu: nadme se, aniž v sobě něco má.

Potíže v těhotenství

Potíže v těhotenství ukazují vždy na odmítání dítěte. Toto tvrzení budou dozajista nejrozhořčeněji odmítat ty ženy, jichž se to týká nejvíc. Jestliže nám ale jde o pravdu, jestliže usilujeme o skutečné poznání, pak se musíme nejprve oprostít od běžných hodnotových měřítek. Právě tato hodnotová měřítko totiž nejvíc překážejí naší upřímnosti. Dokud jsme přesvědčeni, že musíme zaujmout pouze jeden určitý postoj nebo se chovat pouze jedním určitým způsobem, abychom byli *dobří*, nutně potlačíme všechny podněty, jež se nehodí do uvedeného schématu. Tyto potlačené podněty se však posléze projeví jako tělesné příznaky a znovu uvedou věci na pravou míru a nastolí rovnováhu.

Rádi bychom opět zdůraznili tuto souvislost, aby se čtenářky ukvapeně neklamaly a netvrdily, že se jich to rozhodně netýká. Rození dětí přece patří k vysoce hodnoceným tématům, a proto se leckterá nepoctivost může proměnit v symptom. Samovolný potrat značí, že se žena chtěla zbavit dítěte – jde o jakési nevědomé přerušování těhotenství. V mírnější podobě se odmítání dítěte projevuje v těhotenství (téměř běžnou) nevolností a především zvracením. Tento příznak se vyskytuje zvláště často u velmi křehkých a štíhlých žen, neboť těhotenství u nich způsobí prudké zvýšení hladiny ženských hormonů (estrogen). A právě v těchto ženách s nízkou ženskou identifikací vyvolává tento (hormonální) průnik ženskosti strach a obranné reakce, jež se projevují nevolnostmi a zvracením. Všeobecná četnost nevolností během těhotenství jen svědčí o tom, že očekávání potomka vyvolává nejen radost, ale také odpor. Je to zcela pochopitelné, dítě přece znamená obrovskou změnu dosavadního životního způsobu a převzetí odpovědnosti, jež zprvu snadno vyvolává obavy. Tělo však odmítá nový život čím dál méně podle toho, jak je tento konflikt ne-vedomě zpracováván.

Těhotenská gestóza

Rozlišujeme rannou (6. – 14. týden) a pozdní gestózu, již se říká také těhotenská toxikóza. Gestóza se projevuje vysokým krevním tlakem, úbytkem bílkovin vylučovaných ledvinami, křečemi (těhotenská eklampsie), nevolnostem a ranním zvracením. Celkový obraz svědčí o odporu vůči dítěti a o zčásti konkrétních, zčásti symbolických pokusech zbavit se plodu. Bílkovina, kterou vylučují ledviny je vlastně maximálně důležitá pro plod. Když ji ale žena *ztrácí*, nepřivádí se k plodu – žena se snaží bránit jeho růstu, když ho připravuje o významnou stavební látku. Křeče znamenají pokus vypudit plod (srov. porodní bolesti). Všechny tyto poměrně časté symptomy ukazují na již popsany konflikt. Podle jejich síly a nebezpečnosti lze poznat, jak intenzivně žena odmítá dítě nebo jak se propracovává k tomu, aby je přijala. U pozdní gestózy se setkáváme už s mnohem extrémnějším obrazem. Je vážně ohrožen nejen plod, ale také matka. Při této nemoci je enormně sníženo prokrvení placenty. Ta má plochu dvanáct až čtrnáct čtverečních metrů. Při gestóze se smrskne asi na sedm čtverečních metrů, při čtyřech a půl čtverečních metrech plod umírá. Placenta je lůžko, kde dochází ke kontaktu matky a dítěte. Pokud je nedostatečně prokrvována tento kontakt ochabuje. Insuficience placenty tak vede k úmrtí plodu v jedné třetině všech případů. Když novorozenec přežije pozdní gestózu, je většinou velmi malý, podvyživený a vypadá jako stařec. Pozdní gestóza je pokus zahubit plod a matka při něm riskuje vlastní život.

Lékaři považují za ohrožené gestózou především diabetičky, ženy trpící ledvinovými chorobami a zvláště pak otlé rodičky. Když se podíváme na tyto tři skupiny ohrožených, zjistíme, že mají jeden společný problém: lásku. Diabetičky nejsou schopny přijímat lásku, a tím také ji dávat, ty, které mají ledvinové potíže, mají problémy v partnerském vztahu a adipózní rodičky svou žravostí ukazují, že se pokoušejí vynahradiť si nedostatek lásky jídlem. Proto nikoho ani neudiví, že ženy, které mají potíže s tématem „láska“, se také jen obtížně otvírají dítěti.

Porod a kojení

Všechny problémy, které zpozdňují nebo komplikují porod, svědčí koneckonců o tom, že žena se pokouší podržet si dítě, že odmítá se ho vzdát. Tento odvěký konflikt mezi matkou a dítětem se opakuje ještě jednou později, když dítě chce opustit rodičovský dům. Jde dvakrát o stejnou situaci na různých úrovních: při porodu opouští dítě bezpečí dělohy a později bezpečí rodičovského domu. Obojí má často za následek „těžký porod“, než se konečně podaří přetrhnout pupeční šňůru. Také zde jde znovu o téma „vypuštění“.

Čím hlouběji pronikáme do klinických obrazů chorob, a tím i do problémů člověka tím jasněji vidíme, že lidský život osciluje mezi dvěma póly, mezi „vpuštěním“ a „vypuštěním“. Prvnímu pólu často také říkáme „láska“, druhému v jeho konečné podobě „smrt“. Žít znamená naučit se rytmicky vpouštět a vypouštět. Člověk dokáže často pouze jedno, ale ne druhé, leckdy nedokáže ani to, ani ono. Při pohlavním styku je žena vyzývána, aby se otevřela a rozšířila a vpustila do sebe *ty*. Při porodu je opět vyzývána, aby se otevřela a rozšířila tak, aby vypustila část svého bytí, a ta se mohla stát *ty*. Když se to nepovede, dochází při porodu ke komplikacím a je třeba přistoupit k císařskému řezu. Přenosení novorozenci spatří světlo světa často až pomocí tohoto zákroku, přičemž ono přenášení tentokrát vyjadřuje „nevůli se oddělit“. Stejný problém vyjadřují také jiné důvody, kvůli nimž se provádí císařský řez: Žena má strach, že je příliš úzká, bojí se roztržení hráze nebo toho, že přestane být přitažlivá pro muže.

Opačný problém vidíme u předčasného porodu, který často započne předčasnou rupturou vaku blan (odtoku plodové vody). To je způsobeno většinou předčasnými porodními bolestmi a tlakem. Je to pokus *vyhodit dítě ven*.

Když matka kojí své maličké, jde při tom o mnohem víc než o pouhé krmení. Mateřské mléko obsahuje antitělíska, která chrání novorozence po dobu půl roku. Když dítě nedostává mateřské mléko, nemá ani tuto ochranu, a to v mnohem rozsáhlejším smyslu, než ji vykonávají pouze antitělíska. Není-li dítě kojeno, schází mu hlavní kontakt s matkou; a tedy i ochrana zprostředkovaná „přivinutím“. Jestliže matka nekojí, není ochotna své děťátko vyživovat, chránit, převzít za ně osobní odpovědnost. Tento problém potlačují mnohem hlouběji matky, které nemají mléko, než ty, které se otevřeně přiznávají k tomu, že odmítají kojit.

Sterilita (neplodnost)

Když žena nepočne, přestože si přeje mít dítě, ukazuje to, že se tomu buď nevědomě brání, nebo je její přání motivováno neupřímně. K neupřímné motivaci patří např. naděje, že si prostřednictvím dítěte udrží partnera nebo zatlačí do pozadí stávající partnerské problémy. V těchto případech tělo reaguje velmi často poctivěji, prozíravěji. Stejně tak svědčí neplodnost muže o jeho strachu ze svazku a z odpovědnosti, jež by nastala, až by mu vstoupilo dítě do života.

Menopauza a klimakterium (přechod)

Stejně jako první menstruace představuje také ztráta měsíčního cyklu zásadní změnu v životě ženy. Menopauza signalizuje ženě, že přichází o rozmnožovací schopnost, a tím také o jednu specificky ženskou výrazovou formu. Závisí na dosavadním postoji k vlastnímu ženství a na sexuálním naplnění v dosavadním životě, jak žena prožívá tuto cézuru a jak na ni reaguje. Kromě průvodních emocionálních reakcí, jako jsou úzkostlivost, podrážděnost, únava a pasivita, jež všechny dohromady značí, že žena vstupuje do nového životního období a prožívá je jako krizi, známe ještě řadu spíš somatických symptomů. Známé jsou návaly horkosti, jež mají signalizovat vlastně „sexuální horkost“. Jde o pokus demonstrovat, že se ztrátou měsíčního cyklu nemizí současně ženskost v sexuálním smyslu – a tak žena dává najevo, že má v sobě ještě žár, že je pořád ještě *žhavá*. Menstruace, která se často opět dostaví, znamená pokus předstírat mládí a plodnost.

Nakolik závažné jsou problémy a potíže provázející klimakterium, závisí na tom, jak intenzivně prožívala dotyčná žena dosud své ženství. Jinak se v této fázi nahromadí všechna nenaplněná přání, žena se bojí, že něco zameškala, podléhá panice a má potřebu všechno dohonit. Rozpaluje ji jen to, co neprožila. Do tohoto období většinou také spadá častý výskyt nezhoubných nádorů ve svalové tkáni v děloze, takzvaných myomů. Tyto nádory v děloze symbolizují těhotenství, v děloze se nechá vyrůst něco, co se operací opět vyjme jako při porodu. Myomy by měly být důvodem k pátrání po nevědomých přáních otěhotnět.

Frigidita (anorgasmie) a impotence

Za všemi sexuálními potížemi se skrývá strach. Už jsme hovořili o spřízněnosti orgasmu a smrti. Orgasmus ohrožuje naše já, neboť uvolňuje sílu, kterou už nedokážeme řídit ani kontrolovat svým egem. Všechny extatické, opojné stavy – je lhostejné, zda sexuální, nebo náboženské povahy – vyvolávají v člověku vždy úchvatné vzrušení a obrovský strach zároveň. Strach převažuje v té míře, v jaké je člověk zvyklý se kontrolovat. Extáze je ztráta kontroly.

Naše sociálně akcentovaná společnost hodnotí sebekontrolu jako vysoce pozitivní vlastnost, a proto se také pilně vštěpuje dětem odmalička („...koukej se ovládnout!“). Jsme-li schopni řádně se kontrolovat, nesmírně nám to usnadňuje sociální soužití, současně to ale svědčí o neuvěřitelné prohanosti této společnosti. Sebekontrola přece neznamená nic jiného, než že vytěsňujeme do nevědomí všechny podněty nežádoucí pro společenství. Impulz sice zprvu zmizí a přestane být vidět, je ale otázka, co se s ním děje dál. Protože každý podnět má ve své povaze potřebu se uskutečnit, snaží se opět zviditelnit. A tak člověk musí neustále vynakládat určitou energii, aby dál potlačoval a kontroloval vytěsněné impulzy.

Je proto zřejmé, proč se člověk tolik bojí ztráty sebekontroly. Extatická nebo opojná situace současně nadzvedává „pokličku nevědomí“ a zviditelňuje vše, co bylo doposud tak pečlivě potlačováno. V té chvíli je člověk svým způsobem poctivý, upřímný a většinou je mu to trapné. „In vino veritas – ve víně je pravda“, to věděli již staří Římané. V opojení vyhřejnou z mírného beránka divoké agrese, zatímco „tvrďas“ se zničehonic rozpláče. Je to sice velmi upřímné, ale společensky vpravdě povážlivé – a „proto by se člověk měl umět ovládat“. V těchto případech činí z člověka poctivce nemocnice.

Když se někdo bojí, že se neudrží, a proto se denně procvičuje v sebeovládání, činí mu náhle potíže vzdát se při sexu kontroly svého já a nechávat věcem volný průběh. Orgasmus prostě odfoukne malé já, na něž jsme vždycky tak pyšní. Já při orgasmu umírá

(...bohužel jen na kratičkou dobu, jinak by bylo osvícení mnohem jednodušší!). Kdo ale lpí na já, brání se vyvrcholení ze všech sil. A ještě menší naději na úspěch přináší, když se já pokouší navodit orgasmus záměrně. Většina lidí si neuvědomuje závažnost tohoto zákona, přestože je všeobecně známý. Dokud něco chce já, nelze toho dosáhnout. Přání formulované já se nakonec vždy zvrátí v pravý opak. Chceme-li za každou cenu usnout, bdíme, chceme-li být za každou cenu potentní, stávají se z nás impotenti. Dokud chce být osvíceno já, nikdy nelze dosáhnout cíle! Orgasmus znamená vzdát se já, jen to umožní „splynutí v jedno“. Když totiž stále ještě zbývá kousek já, existuje také ne-já, a do té doby existujeme ve dvojnosti. Od muže stejně jako od ženy se vyžaduje, aby se uvolnili a nechali věcem volný průběh, chtějí-li prožít orgasmus. Nicméně kromě tohoto společného tématu musejí muž a žena uskutečnit ještě rozdílná témata specifická pro to které pohlaví, má-li zavládnout v sexualitě harmonie.

Hovořili jsme už podrobně o schopnosti oddat se jako o ženském principu. Frigidita značí, že žena se nechce zcela oddat, nýbrž se sama chce stát mužem. Odmítá se podřídit, nechce být „poddaná“, chce dominovat. Takové touhy po dominanci a mocenské představy jsou výrazem mužského principu, a proto brání ženě v dokonalé identifikaci s ženskou rolí. Tyto posuny přirozeně narušují už tak citlivý polaritní proces, jakým je sexualita. Tuto souvislost potvrzuje také to, že některé ženy jsou schopny dosáhnout poměrně snadno vyvrcholení masturbací, ale při pohlavním styku s partnerem jsou zcela frigidní. Při masturbaci odpadá problém „dominance, nebo oddání se“ – žena je sama a nemusí nic a nikoho vpouštět, vyjma svých vlastních fantazií. Já, jež neohrožuje žádné ty, snáz a dobrovolně ustoupí do pozadí. Ve frigiditě se většinou také projevují obavy žen z vlastní pudovosti, zvláště pak tehdy, když existují přísná klišovitá kritéria *slušné ženy, děvky* atd. Frigidní žena odmítá cokoli vpustit a vypustit, nýbrž chce zůstat *chladná*.

Mužský princip spočívá v *činění, tvoření a uskutečňování*. Jang je aktivní, a tedy agresivní. Potence vyjadřuje a symbolizuje moc, impotence bezmoc. Za impotencí se skrývá strach z vlastní mužnosti a agrese. Dotyčný se bojí *osvědčit své mužství*. Impotence je rovněž výrazem strachu z ženskosti jako takové. Ženskost je prožívána jako hrozba, jako snaha pohltit muže. Projevuje se v tomto ohledu jako pohlcující pramáti, popř. čarodějnice. Muži se vůbec nechce vstoupit do „čarodějnické jeskyně“. Také v tom se projevuje nízká identifikace s mužstvím, a tím i s atributy moci a agrese. Impotent se identifikuje spíše s pasivním pólem a podřízenou rolí. Bojí se výkonu. Také zde vzniká ďábelský kruh, když se někdo pokouší dosáhnout potence chtěním a úsilím. Čím vyšší je výkonnostní tlak, tím bezvýchodnější doufat v erekci. Impotence by se měla stát spíše východiskem k tomu, aby se muž vypořádal se svými vztahy k tématům moci, výkonu a agrese a s nimi spojenými úzkostmi.

Při posuzování všech sexuálních problémů bychom neměli nikdy zapomínat, že v každém člověku je obsažen jak ženský, tak mužský duševní aspekt a že každý, ať muž nebo žena – v sobě musí plně rozvíjet oba tyto aspekty. Tato namáhavá cesta však začíná tím, že dosáhneme dokonalé identifikace s onou částí, již prezentujeme skrze svou tělesnou pohlavnost. Teprve když dokážeme plně žít svůj pól, nic nám nebrání v tom, abychom v sobě setkáním s opačným pohlavím probudili a vědomě integrovali také duševní protipól.

10. SRDCE A KREVŇÍ OBĚH

Nízký krevní tlak (hypotonie) – vysoký krevní tlak (hypertonie)

Krev symbolizuje život. Je to materiální nositel života a výraz individuality. Krev je „velmi zvláštní šťáva“ – je to šťáva života. V každé kapce krve je obsažen celý člověk –

proto má krev obrovský význam při všech magických praktikách. Proto hermetikové používají kapku krve jako mumii, proto je možné stanovit z jedné kapky krve celkovou diagnózu.

Krevní tlak vyjadřuje dynamiku člověka. Vzniká z měnícího se vzájemného působení tekoucí krve a vymezujících cévních stěn. Kdykoli zkoumáme krevní tlak, neměli bychom ztrácet ze zřetele ani jednu z těchto antagonistických složek: na jedné straně máme tekoucí a tekutou krev a na druhé straně vymezující a odpor kladoucí cévní stěny. Jestliže krev odpovídá vlastnímu bytí, pak cévní stěny odpovídají hranicím, jimiž se řídí rozvoj osobnosti, a zábranám, jež se staví tomuto rozvoji do cesty.

Člověk s nízkým krevním tlakem (hypotonik) tyto hranice nijak nepokouší. Vůbec se nesnaží se prosadit, nýbrž uhne, jakmile narazí na odpor – nikdy nejde až na samu mez. Když je postaven před konflikt, rychle ustoupí – analogicky ustoupí rovněž jeho krev tak, až upadne do bez-vědomí, je tedy bezmocný, vzdá se (zdánlivě!) veškeré moci, stáhne se stejně jako jeho krev, složí se, a tím složí i svou odpovědnost. Když omdlí, stáhne se zpátky z vědomí do nevědomí, a nemá tak už nic společného s žádným z problémů, které se mu stavějí do cesty. Prostě se vytratí. Představme si operetní situaci, kterou všichni dobře známe: jistou dámu načapá její manžel v choulostivé situaci – a ona bezvládně klesne na zem, načež se všichni zúčastnění horlivě snaží ji přivést zpátky k vědomí vodou, čerstvým vzduchem a čichacími solemi. Neboť k čemu je i ten nejkrásnější konflikt, když se osoba, která se o něj zasloužila největší měrou, stáhne zpátky na jinou úroveň, a tím se rázem zbaví veškeré odpovědnosti?

Hypotonik doslova nedovede stát na vlastních nohou. Neustojí obtížnou situaci, ničeho se nezastane, chybí mu statečný, přímý postoj. Zhrouť se, kdykoli se ocitne tvář v tvář nějaké výzvě, a okolí mu honem zvedá nohy, aby se mu nahnula krev zpátky do hlavy, do jeho mocenského centra, aby se znovu ujal vlády nad sebou a mohl převzít odpovědnost. Také sexualita patří většinou k oblastem, jimž se člověk trpící nízkým tlakem vyhýbá, neboť je vysoce závislá na krevním tlaku.

U hypotonika často zjišťujeme také ještě anémii, její nejčastější forma se vyznačuje nedostatkem železa v krvi. Tím je narušena přeměna kosmické energie (prány), kterou vdechujeme ze vzduchu, na tělu vlastní energii (krev). Chudokrevnost značí odpor přijmout příslušnou část životní energie a přeměnit ji v činnou sílu. Také zde hypotonik používá nemoc jako alibi pro vlastní pasivitu. Chybí mu potřebný tlak.

Je příznačné, že všechna smysluplná léčebná opatření na zvýšení krevního tlaku jsou bez výjimky spojena s dodáváním energie a působí přesně tak dlouho, jak dlouho se pacient řídí pokyny a absolvuje koupele, kartáčování, šlapání vody, pohybová cvičení, tělocvičné lesní stezky a Kneippovu léčbu. Všechny tyto metody zvyšují krevní tlak, protože pacient něco dělá, a tím přeměňuje energii v činnou sílu. Jejich účinek však pomine v okamžiku, kdy s nimi skončí. Trvalé úspěchy lze očekávat pouze tehdy, když pacient změní vnitřní postoj.

Protipólem nízkého tlaku je vysoký krevní tlak (hypertonie). Z experimentálních vyšetření víme, že srdeční frekvence a krevní tlak se zvyšují nejen při tělesné zátěži, ale také už při pouhé její představě. Krevní tlak rovněž stoupne, když se hypertonik blíží v rozhovoru k nějaké konfliktní situaci, klesne však opět, když sám o konfliktu hovoří, a tím verbalizuje svůj problém. Tento experimentálně získaný poznatek umožňuje pochopit pozadí vysokého krevního tlaku. Když se neustálou představou výkonu zrychlí krevní oběh, aniž se tato představa kdy promění v motorickou aktivitu a vybijí se, dostavuje se doslova „trvalý tlak“. Člověk je v tomto případě svou představou trvale vzrušený a systém krevního oběhu toto trvalé rozčilení udržuje v očekávání, že se promění v jednání. Když se pak nic nestane, je člověk pod trvalým tlakem. Ještě důležitější pro nás je, že stejná souvislost platí také v rovině konfliktu. Protože víme, že tlak zvýší už samo konfliktní téma,

ale sníží ho, když o něm hovoříme, vidíme zřetelně, že hypertonik se neustále drží v blízkosti konfliktu, aniž dospěje k jeho řešení. Stojí vedle konfliktu, ale nepostaví se mu. **Zvýšený krevní tlak má svůj fyziologický smysl právě v tom, že krátkodobě dodává víc energie potřebné pro ráznější řešení nadcházejících úkolů a sporů. Když k tomu dojde, řešení spotřebuje onen přebytek energie a tlak klesne opět na normální hodnotu. Hypertonik ale své konflikty neřeší, tím nespotřebuje přetlak.** Pak se uchyluje k vnějšíkové činnosti a snaží se usilovnou aktivitou ve vnějším světě odlákat sebe a ostatní od výzvy vrhnout se na konflikt.

Vidíme, že jak hypotonik, tak hypertonik se vyhýbají konfliktům, i když každý z nich používá rozdílnou taktiku. Hypotonik utíká před konfliktem do nevědomí, hypertonik odvede sebe i okolí od konfliktu přehnanou aktivitou a dynamikou. Uniká do jednání. V souladu s touto polaritou se setkáváme s nízkým krevním tlakem častěji u žen a naopak s vysokým krevním tlakem častěji u mužů. Vysoký tlak dále značí zadržovanou agresi. Nevraživost zůstane ve fázi představy a připravená energie se nevybije činem. Člověk říká tomuto postoji *sebe-ovládání*. Agresivní podnět způsobuje hypertenzi, sebeovládání kontrakci cév. Tak lze získat kontrolu nad tlakem. Tlak krve a protitlak cévních stěn způsobují hypertenzi. Ještě uvidíme, jak tento postoj ovládané agrese vede přímo k srdečnímu infarktu.

Známe také ještě hypertenzi podmíněnou věkem, která souvisí s kornatěním cévních stěn. Cévy tvoří systém, jehož úkolem je zprostředkování, komunikace. Když ve stáří ubývá pružnosti, elasticity, ustne komunikace a stoupá vlastní tlak.

Srdce

Srdeční tep je dalekosáhle autonomní proces, který nelze bez určitého nácviku (např. biofeedback) ovlivnit vůlí. Tento sinusoidní rytmus je výrazem přísné tělesné normy. Srdeční rytmus se podobá rytmu dýchání, přičemž dýchání lze mnohem snáz svévolně ovlivnit. Srdce bije v přísně uspořádaném, harmonickém rytmu. Když při tzv. poruchách rytmu náhle klopýtne nebo zrychlí tep, znamená to narušení řádu, popř. vykolejení z normativní rovnoměrnosti.

Zamyslíme-li se nad některými z mnoha rčení, v nichž se vyskytuje slovo srdce, uvidíme, že jsou vždy spojena s emocionálními situacemi. Emoce je něco, co člověk projevuje navenek, co vychází ven z jeho nitra (lat. *emovere* = vyloučit, odstranit). Říká se: *Srdce mi poskočilo radostí. Hrůzou mi spadlo srdce do kalhot. Srdce mi puká žalem. Srdce mi bije až v krku. Mám něco na srdci. Beru si něco k srdci.* Když někomu chybí tato emocionální sféra nezávislá na rozumu, potom máme dojem, že *nemá srdce*. Když se do sebe zamilují dva lidé, říká se: *Jejich srdce se našla*. Ve všech těchto obratech symbolizuje srdce centrum člověka, jež neřídí intelekt ani vůle.

Není to ale jen tak *ledajaký*, nýbrž *skutečný* střed těla; leží přibližně uprostřed, jen mírně posunutý na levou (citovou) stranu (odpovídá pravé mozkové hemisféře). Nachází se tedy přesně tam, kam si člověk namíří prst, chce-li ukázat na sebe. Jak vypovídají mnohá rčení, je srdce úzce spojeno s citem, ba co víc – s láskou. Když má někdo rád děti, *má pro ně srdce*. Když někdo někoho *pojme do svého srdce*, otevírá se mu a vpouští ho dovnitř. Člověk *se srdcem na dlani* se umí otevřít, je vstřícný. Naopak uzavřený člověk *nedá na hlas svého srdce, má chladné srdce*. Nikdy by se *nepodělil o své srdce*, protože by musel darovat sám sebe; právě naopak si dává velký pozor, aby kvůli někomu *neztratil srdce*. *Měkkosrdcatý* člověk naproti tomu riskuje, že bude druhého milovat *z celého srdce*, bezmezně a nesmírně. Tyto city jasně míří ven z polarity, neboť ta na všechno potřebuje hranice a konec.

Srdce symbolizuje jak polaritu, tak jednotu: naše anatomické srdce je rozděleno

srdeční přepážkou, stejně jako tluče v jakémsi dvojhlasu. Když se dítě narodí, současně se vstupem do polarity prvního nádechu a výdechu se reflexně uzavře srdeční přepážka a z jedné velké komory a jednoho krevního oběhu se náhle stanou dva, což novorozenec také často prožívá velmi nepříjemně. Na druhé straně zachází symbol srdce – jak by ho namalovalo snad každé dítě – ještě dál, obě oblé komory se spojují do jedné špičky. Z dvojnosti vyrůstá jednota. A proto nám také srdce symbolizuje lásku a jednotu. To máme na mysli, když říkáme, že *matka nosí dítě pod srdcem*. Z anatomického hlediska je toto tvrzení nesmyslné – srdce zde slouží jako podobenství centra lásky, a tak ani nevádí, že se nachází v horní části těla, zatímco plod roste mnohem níže.

Dalo by se rovněž říct, že člověk má dvě centra, horní a dolní: hlavu a srdce, rozum a cit. Od *celého* člověka čekáme, že mu funguje obojí, a to harmonicky, vyváženě. Čistě rozumný člověk působí jednostranně, chladně. Ten, který žije jen svým citem, nám připadá často poněkud nečitelný, neuspořádaný. Člověk na nás působí celostně, teprve když se obě funkce vzájemně doplňují a obohacují.

Mnohé obraty, v nichž se vyskytuje slovo srdce, nám dosvědčují, že to, co vyvádí srdce z navyklého přiměřeného rytmu, je vždy nějaká emoce, ať už je to úlek, kdy nám bije srdce jako splašené, nebo se nám naopak zastaví, nebo radost či láska, jež nám zrychluje tep tak, že cítíme a slyšíme, jak nám srdce tluče až v krku. Při poruchách srdečního rytmu se děje totéž, jen není zjevná příslušná emoce. Právě v tom ale tkví problém: poruchami srdečního rytmu trpí lidé, kteří se nedají vyvést ze své normativní rovnoměrnosti „nějakými city“. Srdce se zblázní, protože si člověk netroufá nechat se *pobláznit* emocemi. Drží se své soudnosti a normy a není ochoten nechat se strhnout pocity a emocemi. Odmítá nechat se znepokojovat emocionálními výbuchy ve svém harmonickém, rovnoměrném způsobu života. V těchto případech se však emoce somatizuje a srdce začíná dotýčného člověka zneklidňovat. Srdeční tep začne být nepravidelný, a nutí tak člověka doslova, aby *poslechl hlas svého srdce*.

Normálně tep svého srdce nevnímáme – slyšíme a cítíme ho teprve vlivem nějaké emoce nebo choroby. Tep dorazí do našeho vědomí až ve chvíli, kdy nás něco rozčilí nebo když se něco změní. Zde máme hlavní klíč k pochopení všech symptomů srdečních nemocí: nutí člověka, aby opět poslouchal své srdce. Kardiaci jsou lidé, kteří chtějí poslouchat jen svou hlavu a v jejichž životě přichází srdce velmi zkrátka. Zvláště zjevné je to u srdeční neurózy. U této poruchy jde o somaticky neodůvodněný strach z toho, co se odehrává v srdci. Postižený až chorobně přehnaně pozoruje své srdce. Obává se infarktu natolik, že je ochoten kvůli tomu změnit celý svůj život.

Podíváme-li se na toto chování z hlediska symboliky, zjistíme opět, s jakou velkolepou moudrostí a ironií pracuje nemoc. Srdeční neurotik je nucen neustále pozorovat své srdce a *podřizuje jeho potřebám celý svůj život*. Přitom má ale ze svého srdce nesmírný strach – a ve skutečnosti velmi oprávněný – bojí se, že se jednoho dne zastaví a on zůstane bez něj. Neuróza postiženého přinutí znovu posunout srdce do středu svého vědomí – kdo by se ze *srdce* nezasmál?

To, co se u srdeční neurózy odehrává zatím v psychice, to u anginy pectoris klesá už na tělesnou úroveň. Tepny ztvrdly a zúžily se, takže srdce nedostává dostatek živin. Zde není co vysvětlovat, neboť každý ví, co si má představit pod výrazy *zatvrzelé* nebo *zkamenělé srdce*. Angina znamená doslova svírání, úzkost a angina pectoris analogicky *úzkost srdce*. Zatímco neurotik prožívá tuto úzkost ještě přímo jako strach, u pacienta s anginou pectoris se tato úzkost projevuje konkrétně. Originální symboliku zde dosvědčuje školní medicína: při záchvatu se podávají nemocnému nitroglycerinové kapsle (např. nitroligal) – tedy v podstatě trhavina. Léky mají za úkol roztrhat úzkost a vytvořit srdci v pacientově životě opět prostor. Kardiaci se bojí o své srdce – a právem!

Leckterý z nich přesto nechápe tuto výzvu. Když obava ze svíravého pocitu vzroste

tak, že dotyčný důvěřuje už jen absolutní normě, nechá si voperovat kardiostimulátor. Živoucí rytmus je tak řízen jakýmsi chronometrem udávajícím takt! (Takt se má k rytmu jako *mrtvé k živému!*) To, co dosud vykonával cit, nyní zajišťuje stroj. Člověk sice přichází o pružnost a přizpůsobivost srdečního rytmu, zato mu už nehrozí skoky živého srdce. Koho „svírá“ srdce, ten se stal obětí sil svého já a jeho mocenských choutek.

Každý ví, že vysoký krevní tlak je jedna z příčin srdečního infarktu. Už jsme se přesvědčili, že hypertonik je člověk, který sebeovládáním zadržuje své agrese. Nahromadění agresivní energie se vybíjí v infarktu: dotyčnému se roztrhne srdce. Srdeční mrtvice je souhrnný následek všech neuštedřených úderů. Co se týká infarktu, člověku se působivě potvrzuje prastará moudrost, že se odřezáváme od toku živoucího, když přeceňujeme síly já a dominuje naše chtění. Zlomit se může pouze tvrdé srdce!

Slabost pojivové tkáně – křečové žíly – trombóza

Pojivová tkáň (mezenchym) sdružuje všechny specifické buňky, podpírá je a sestavuje jednotlivé orgány a funkční jednotky v jeden vyšší celek, který označujeme jako postavu. Slabá pojivová tkáň značí u člověka nedostatek opory, tendenci k poddajnosti a nedostatek vnitřního pnutí. Lidé se slabou pojivovou tkání jsou zpravidla snadno zranitelní a jen tak snadno nezapomenou na něčí ústrk. Na těle se projeví tato vlastnost modřinami, jež si tito lidé přivodí už při sebemenším nárazu.

Se slabostí pojivové tkáně je úzce spojen sklon trpět křečovými žilami. Krev poklesne do povrchových nožních žil a nevrací se dostatečně zpátky do srdce. Hlavní váha krevního oběhu tedy spočívá v dolním pólu člověka. Značí silný vztah člověka k zemi a je výrazem určité zahálčivosti a těžkopádnosti. Dotyčnému schází napínací síla a pružnost. Ve velké míře i zde platí to, co bylo řečeno už v souvislosti s anémií a nízkým krevním tlakem.

Při trombóze dochází k ucpání žíly krevní sraženinou. Vlastní nebezpečí trombózy spočívá v tom, že se sraženina opět uvolní, dostane se do plic a tam způsobí embolii. Problém skrývající se za tímto symptomem se dá poznat snadno. Krev, která by měla být tekutá a proudit, zhoustne, koaguluje, srazí se a celý krevní oběh se zastaví.

Tok vždy předpokládá schopnost změny. V míře, v jaké se člověk přestane proměňovat, se také v jeho těle projevují symptomy, jež přiškrcují nebo blokují to, co teče. Vnější pohyblivost předpokládá vnitřní pohyblivost. Když je člověk líný ve svém vědomí a jeho názory se zahušťují v neměnné soudy, srazí se brzy v jeho těle také to, co by vlastně mělo proudit. Je známo, že když je někdo upoután na lůžko, zvyšuje se u něj nebezpečí, že onemocní trombózou. Upoutanost na lůžko však velmi zřetelně ukazuje, že už není prožíván pól pohybu. „Vše plyne,“ řekl Hérakleitos. V jedné polaritní formě bytí se život manifestuje jako pohyb, změna. Každý pokus lpět pouze na jednom pólu vede nakonec ke stagnaci a smrti. Nezměnitelné, věčně jsoucí nacházíme mimo polaritu. Abychom se tam dostali, musíme se svěřit proměně, neboť jen ta nás donese až k nezměnitelnému.

Při poruchách a onemocněních srdce bychom se měli zamyslet nad těmito otázkami:

- 1. Mám v harmonické rovnováze hlavu a srdce, rozum a cit?**
- 2. Poskytuji svým citům dostatek prostoru a mám odvalu je vyjadřovat?**
- 3. Žiji a miluji z celého srdce, nebo jen polovičatě?**
- 4. Plyne můj život v živém rytmu, nebo jej stěsnávám do neměnného taktu?**
- 5. Naslouchám svému srdci?**

11. POHYBOVÉ ÚSTROJÍ A NERVY

Postoj

Mluvíme-li o postoji nějakého člověka, není zcela zřejmé, zda máme na mysli jeho tělesný nebo vnitřní postoj. Přesto tato významová dvojznačnost nevede k nedorozuměním, neboť vnější postoj odpovídá vnitřnímu postoji. To se ve vnějšku pouze zrcadlí vnitřek. Hovoříme-li např. o *rovném, přímém člověku*, ani si většinou neuvědomíme, že tím současně popisujeme tělesný akt, který měl rozhodující význam v dějinách lidstva. **Zvíře nemůže být rovné, protože se ještě nenarovalo. Jenže člověk učinil tento obrovský skok už v šerém dávnověku, napřímil se, zvedl pohled k nebi, a tím se mu nabídla možnost stát se bohem – současně tím však na sebe přivolal hrozbu, že se bude zpupně považovat za boha. Nebezpečí a šance, tkvící ve vzpřímení, se projevují rovněž na tělesné úrovni. Měkké části těla, které má čtyřnohé zvíře díky svému postoji dobře chráněné, jsou u vzpřímeného člověka vydány napospas okolnímu světu. Tato bezbrannost spojená s vyšší zranitelností však s sebou polaritně nese větší otevřenost a schopnost přijímat. Stát vzpřímeně nám umožňuje především páteř. Díky ní je člověk rovný a pohyblivý, dodává mu oporu a ohebnost. Má tvar dvojitého S a tlumí nárazy a otřesy. Pohyblivost a ohebnost zajišťuje polarita pevných obratlů a měkkých meziobratlových plotének.**

Řekli jsme si už, že vnitřní a vnější postoj mají mnoho společného. A také to vyjadřuje mnoho slov a obrátů. Máme *rovné* lidi, ale také ty, kteří se jen *hrbí*; známe *tvrdšíjně* lidi, ale také ty, kteří se rádi *plazí*; leckomu chybí nejen *postoj*, ale také *opora*. Člověk se ale může také pokoušet ovlivnit a změnit vnější postoj uměle tak, aby předstíral určitý vnitřní postoj. „Stoupni si rovně! To nemůžeš konečně sedět zpřímá!“ křičí rodiče na děti. A tak začíná nepoctivá hra už v raném věku.

O něco později pak důstojník řve na vojáky: „Postavte se do pozoru!“ Je to groteskní. Voják má navenek zaujmout přímý postoj, ačkoli uvnitř si nesmí žádný dovolit. Na vojně se odnepaměti driloval vnější postoj, ačkoli je to ze strategického hlediska čirá pitomost. Ani parádní krok, ani stání v předpisovém pozoru ještě nikomu nepomohly v bitevní vřavě. Drezura držení těla je zapotřebí pouze proto, aby se narušila přirozená korespondence mezi vnitřním a vnějším postojem. Vnitřní nezúčastněnost vojáků se také okamžitě hroutí v době osobního volna, po vítězství a při podobných příležitostech. Partyzáni se nevyznačují žádným vzorným vnějším postojem, protože se vnitřně identifikují se svými činy. S vnitřním postojem zřetelně stoupá účinnost a klesá, když je vnější postoj navozen jen uměle. Srovnejme si strnulý postoj vojáka s napnutými údy a kovboje, který by nikdy neomezil svou pohyblivost stáním v pozoru. S otevřeným postojem, vycházejícím z vlastního středu člověka, se setkáváme rovněž u cvičení tchaj-či.

Ihned poznáme nepřirozený postoj neodpovídající vnitřnímu ustrojení nějakého člověka, stejně snadno ale poznáme také přirozený postoj. Když nemoc přinutí člověka k určitému postoji, který by dobrovolně nezaujal, ukáže nám tento postoj neprožívaný vnitřní postoj, ukazuje nám, čemu se člověk vzpírá.

Když pozorujeme nějakého člověka, musíme rozlišit, zda se identifikuje se svým vnějším postojem, nebo ho zaujímá proti své vlastní vůli. V prvním případě zrcadlí jeho postoj vědomou identifikaci. V druhém případě se v chorobně pozměněném postoji projevuje oblast stínu, s níž nechce mít dobrovolně nic společného. Člověk, který se drží zpřímá a kráčí se zvednutou hlavou, vyjadřuje určitou nepřístupnost, hrdost, vznešenost a upřímnost. Takový člověk se ovšem také dokáže velmi dobře identifikovat se všemi těmito vlastnostmi, určitě je nebude popírat.

Jiné je to např. u morbus Bechtěrev, kdy páteř nabude typického tvaru bambusové

tyče. Zde se somatizuje nevědomě prožívaný nárok ega a neohebnost, kterou pacient nevidí. Při Bechtěrevově nemoci zvrápenatí páteř časem jako celek, záda strnou a hlava se posune vpřed, esovitě zakřivení páteře zanikne nebo se páteř prohne úplně opačně. Pacient zjistí, jak je ve skutečnosti ztuhlý, nepoddajný a neohebný také uvnitř. Zcela podobná problematika je vyjádřena v kulatých zádech nebo hrbu; v hrbu se manifestuje neprožitá pokora.

Meziobratlové ploténky a ischias

Chrupavčité ploténky mezi obratly, zvláště pak bederními, tlakem vyhřeznou do strany a tlačí na nervy, což způsobuje různorodé bolesti, dostavuje se např. ischias, lumbágo apod. Problém tohoto symptomu se jmenuje přetížení. Kdo si toho nakládá na svá bedra příliš a vědomě to nerealizuje, pociťuje tento tlak v těle jako bolest způsobenou ploténkami. Ta ho nutí ke klidu, neboť ji vyvolává každý pohyb, každá aktivita. Mnozí se snaží potlačit tuto smysluplnou regulaci analgetiky, aby se mohli nerušeně věnovat obvyklým činnostem. Přitom by ale měli tuto příležitost spíš využít k tomu, aby si v klidu promysleli, proč si na sebe naložili tolik. Když si člověk na sebe vezme příliš velké břemeno, pokouší se vždy působit navenek velkolepě a zdatně a kompenzovat tak činy vnitřní pocit malosti.

Za velkými výkony se vždy skrývají sebepochyby a pocit méněcennosti. Člověk, který našel sám sebe, už nic nevykonává, prostě je. O všechny velké (a malé) činy a výkony však usilují vždy ti, jež vnitřní pocit malosti dohnal k vnějškové velikosti. Chtějí svým konáním něco dokázat světu, ačkoli od nich ve skutečnosti nikdo tyto důkazy nepožaduje ani neočekává – tedy až na ně samotné. Takový člověk chce vždy dokázat jen něco sám sobě. Otázka ale zní: co? Kdo koná hodně, měl by si možná co nejdříve položit otázku, proč to dělá, aby se zanedlouho těžce nezklamal. Kdo je k sobě upřímný, vždy najde odpověď: dělá to proto, aby si získal uznání a lásku. Hledání lásky je sice jediná známá motivace výkonu, nicméně výsledek této snahy je vždy neuspokojivý, neboť zmíněného cíle nelze nikdy dosáhnout touto cestou. Láska postrádá účel, lásku si nelze zasloužit. „Budu tě milovat, když mi dáš deset tisíc dolarů“, nebo: „Budu tě milovat, když se z tebe stane nejlepší fotbalista“ – to jsou absurdní požadavky. Tajemství lásky spočívá právě v tom, že si nikdo neklade žádné podmínky. Prototyp lásky proto nacházíme v lásce mateřské. Objektivně viděno znamená miminko pro matku jen břemeno a nepohodlí. Přesto to tak necítí, protože své maličké miluje. Proč? Na to neexistuje odpověď. Kdyby existovala, nebyla by to žádná láska. Každý z nás touží – vědomě či nevědomě – po této bezpodmínečné, čisté lásce, jež je věnována pouze jemu a není závislá na žádných vnějších okolnostech, na žádném výkonu.

Pocit méněcennosti dovádí člověka k domněnání, že jeho vlastní osobu nemůže nikdo milovat takovou, jaká je. Proto se snaží za každou cenu se zalíbit tím, že je čím dál chytřejší, zdatnější, bohatší, slavnější apod. Chce pomocí všech těchto cetek vnějšího světa dosáhnout toho, aby ho druzí milovali – když se mu to ale podaří, nemůže se zbavit pochyb, zda to snad ostatní nedělají „jen“ kvůli tomu, co dokázal, kvůli jeho výkonu, slávě, bohatství atd. Sám si tak zahradi cestu k pravé lásce. Uznání výkonu neuspokojí touhu, jež ho k tomuto výkonu dohnala. Proto je prospěšné se včas vědomě vypořádat s pocitem méněcennosti a malosti – kdo to však odmítá vidět a nakládá si na sebe další a další úkoly, ten se jen tělesně skutečně ještě zmenší. Skřípnutím meziobratlových plotének a bolestí se poněkud zhroutí, zkříví a nahrbí. Tělo vždy vyjeví pravdu.

Meziobratlové ploténky mají zajistit tělu pohyblivost a pružnost. Když jednu chrupavku sevrou, popř. skřípnou do sebe zaklesnuté obratle, strneme, nemůžeme se

pohnout a často zaujmeme prapodivný postoj. Stejně souvislosti známe také v psychické sféře. Když je někdo „stísněný“, schází mu jakákoli otevřenost a pohyblivost: je strnulý a fixovaný na svérázný vnitřní postoj. Skřípnuté ploténky uvolní chiropraktik, když náhlým trhnutím nebo tahem vyprostí do sebe zaklíněné obratle a umožní jim, aby našly opět přirozenou vzájemnou polohu („solve et coagula“).

Napravit nebo *uvést do správné polohy* se dají nejlépe stejnou metodou také uskřínuté duše: je třeba je náhlým mocným škusnutím vymknout z jejich dosavadní polohy, aby se mohly nově zorientovat a najít. Tohoto škusnutí se stísnění lidé bojí stejně jako pacienti chiropraktického zákroku. Hlasité lupnutí věští v obou případech úspěch.

Klouby

Klouby zajišťují pohyblivost člověka. Mnohé symptomy bolestivě zanítí klouby a následně omezují pohyb a vedou až ke ztuhlosti. Ztuhne-li nějaký kloub, značí to, že postižený se *zasekl*, že si něco umínil. Ztuhlý kloub ztrácí svou funkci – stejně tak přestaneme fungovat, když se zasekneme na nějakém tématu nebo v nějakém systému. Tvrdý, strnulý zátylek prozrazuje tvrdošijnost u dotyčného člověka. Většinou stačí pořádně poslouchat, jak se o symptomu mluví, abychom se o něm dozvěděli, co potřebujeme. Klouby se mohou nejen zanítit a ztuhnout, ale také vymknout, pohmoždit, narazit a může se na nich potřhat vazivo. Také řeč těchto symptomů je jasná, vybavme si jen několik příkladů: *Něco přetáhnout, zajít příliš daleko, doba se vymkla z kloubů, někdo je přetažený, úplně ztuhne* apod. A lze *napravit* nebo *uvést do správné polohy* nejen kloub, nýbrž také určité situace, události a vztahy.

Při napravování se kloub často uvede do extrémní polohy nebo se dosavadní extrémní poloha přežene ještě víc, aby si kloub na základě tohoto extrému našel nový střed. Také tato technika má své obdoby v psychoterapii. Uvázne-li někdo v extrémní poloze, lze ho zahnat do ještě většího extrému, až dosáhne bodu obratu, z kterého pak je schopen najít opět střed. **Nejrychleji se lze vyprostít z nějaké polohy tak, že pronikneme co nejdál do příslušného pólu.** Většinu lidí brání v tomto totálním průniku zbabělost, a proto uváznou kdesi uprostřed cesty. Většina lidí dělá všechno jen polovičatě, a proto uváznou ve svých názorech a způsobech chování a příliš málo se proměňují. Každý pól však má svou mezní hodnotu, v níž se pak převrací ve svůj opak. Lze tak z vysokého napětí velmi snadno přejít v uvolnění (Jakobsenův trénink). Proto fyzika jako první z exaktních věd objevila metafyziku, proto se mírová hnutí proměňují v militantní. **Ke středu se člověk musí namáhavě dopracovat – když se pokouší dostat k němu okamžitě, uvázne v prostřednosti.**

Nicméně také pohyblivost lze přehnat tak, že se převrátí v nepohyblivost. Tuto mez často stanoví mechanické změny na kloubech, značí nám, že jsme „licitovali“ s jedním pólem nebo směrem tak vysoko, že se sám zpochybňuje. Pak jsme zašli příliš daleko, něco jsme přehnali a měli bychom se nyní obrátit k druhému pólu.

Moderní medicína umožňuje vyměnit různé klouby a umělé náhrady, zvláště často se to stává u kyčelního kloubu (endoprotéza). Jak jsme už zdůraznili u chrupu je protéza vždy podvod, neboť uměle navozuje dojem něčeho, co neexistuje. Když je člověk vnitřně strnulý a nepohyblivý, avšak navenek předstírá pohyblivost, donutí ho potíže s kyčelním kloubem k větší poctivosti. Tento nátlak pak eliminuje umělý kloub, tedy nová lež, pomocí které člověk i nadále předstírá, že je tělesně pohyblivý.

Abychom si učinili správný obraz o nepoctivosti, kterou umožňuje medicína, představme si třeba tuto situaci: předpokládejme, že by bylo možné mávnutím kouzelného proutku rázem zbavit lidi všech umělých protéz a náhražek, že by přišli o brýle a kontaktní čočky, naslouchací přístroje, umělé klouby, zuby a nataženou kůži v obličeji a vypadali by

jako předtím, že by zmizely všechny hřeby v kostech a kardiostimulátory jakož i vše ostatní z ocele a plastu, co bylo uměle zabudováno do lidského těla. Naskytl by se nám vskutku příšerný pohled!

A nyní dalším kouzlem zrušme všechny medicínské úspěchy, jež zachránily lidi před smrtí, a ocitneme se uprostřed mrtvol, mrzáků, kulhavců, poloslepých a polohluchých ubožáků. Byl by to děsivý obraz – ale poctivý! Byl by to viditelný výraz lidských myslí. Díky lékařskému umu jsme ušetřeni strašlivého pohledu, lidská těla jsou „restaurována“ a doplněna protézy nejrůznějšího druhu, takže nakonec vypadají skoro jako pravá a živá. Co se ale stalo s myslí? Na nich se nic nezměnilo – jsou i nadále mrtvé nebo slepé, hluché, strnulé, zkroucené křeččí, zmrzačené, my to ale nevidíme. Proto se tolik bojíme upřímnosti. Je to příběh *Obrazu Doriana Graye*. Vnějšími triky lze na určitou dobu uměle získat krásu a mládí – avšak jak obrovské je naše zděšení, když pak spatříme pravdivý obraz svého nitra! Neustálá starost o mysl by měla být mnohem důležitější než jednostranná péče o tělo, neboť to je na rozdíl od vědomí pomíjivé.

Revmatické choroby

Revmatismus je ne zcela přesně vymezený souhrnný pojem pro skupinu symptomů bolestivých změn tkáně, jež se projeví především v kloubech a ve svalstvu. Vždy je s ním spojen zánět a může mít akutní nebo chronickou povahu. Při revma dochází k otokům tkáně a svalů, k znetvořením a ztvrdnutím kloubů. Bolest omezuje pohyblivost tak silně, že může vést až k invaliditě. Kloubní a svalové potíže se dostávají nejčastěji po klidových fázích a lepší se, když pacient hýbe kloubem. Inaktivita má po čase za následek úbytek svalstva a dochází k vřetenovitému zduření postižených kloubů.

Nemoc začíná většinou ranní ztuhlostí a bolestivostí kloubů; jsou oteklé a kůže v příslušných místech často zarudlá. Klouby jsou postižovány obvykle symetricky a neduh se přemísťuje od menších okrajových k velkým kloubům. Choroba má chronický průběh a ke ztuhnutí kloubů dochází nárazově.

Klouby jsou postupně čím dál ztuhlejší a znetvořenější. Přesto si polyartritidní pacienti stěžují jen málo, spíš projevují obrovskou trpělivost a překvapivou lhostejnost vůči svému utrpení.

Klinický obraz polyartritidy zvláště výrazně poukazuje na ústřední téma všech onemocnění pohybového ústrojí: pohyb/klid, popř. pohyblivost/strnulost. V anamnézách téměř všech pacientů trpících revmatismem najdeme nadměrnou aktivitu a pohyblivost. Aktivně sportovali, věnovali se i bojovému umění, hodně pracovali doma i na zahradě, vyznačovali se neúnavnou čínorodostí a udělali toho nemálo pro druhé (na svůj úkor). Jde tedy o aktivní, čiperné a neklidné lidi, jež postihuje polyartritida strnulostí a nepohyblivostí tak dlouho, až je přinutí konečně se zklidnit, když z nich učiní mrzáky. Působí to dojmem, jako kdyby ztuhlost korigovala příliš mnoho pohybu a aktivity.

Možná předchozí řádky někoho na první pohled udiví, když jsme dosud vždy poukazovali na nutnost změny a pohybu. Souvislost začne být jasná ve chvíli, kdy si opět vzpomeneme na tvrzení, že tělesná nemoc vyvolává poctivost. To v případě polyartritidy zřejmě znamená, že postižení jsou ve skutečnosti strnulí. Nadměrná aktivita a pohyblivost, již se před onemocněním téměř vždy vyznačují, se bohužel vztahuje pouze na tělesno a kompenzuje vlastní nepohyblivost ve vědomí. Už sám výraz *ztuhlý* navozuje atmosféru *nehybnosti, smrti*.

Předchozí charakteristika se velmi dobře hodí na typ pacienta trpícího polyartritidou, jehož osobnostní profil je velmi dobře znám, neboť psychosomatika vyšetřuje tuto skupinu pacientů už půl století. Dosud se všichni výzkumníci shodují v tom, že „charakter pacientů s polyartritidou se vyznačuje nutkavou, přehnanou svědomitostí a perfekcionismem, jakož

i masochisticko-depresivním rysem se silnou potřebou sebeobětování a přepjatou vůlí pomáhat, spojenou se sklonem k depresi“. (Brautigam) Tyto povahové vlastnosti svědčí o vlastní strnulosti a zarytosti, ukazují, jak málo pružné a pohyblivé je vědomí těchto lidí. Tuto vnitřní nepohyblivost přehnaně kompenzují sportovními činnostmi a tělesným neklidem, což slouží jen jako jakýsi obranný mechanismus odstraňující nutkavou strnulost.

Skutečnost, že se tyto pacienti nápadně často věnují bojovým sportům, nás přivádí k další hlavní oblasti jejich problémů: k agresi. Revmatik zabraňuje své agresi na motorické úrovni, tedy blokuje energii ve svalstvu. Měření elektrických svalových potenciálů u revmatiků jednoznačně prokázalo, že vzruchy všemožného druhu způsobují zvýšené svalové napětí, zvláště pak v okolí kloubů. Tato měření jen potvrzují logické podezření, že revmatik nutkavě ovládá své agresivní impulzy, jež se snaží projevit tělesně. Nevybitá energie tak zůstává nespotřebována ve svalstvu v okolí kloubů a tam se proměňuje v bolestivý zánět. Jakákoli bolest vyvolávaná onemocněním původně patřila někomu jinému. **Bolest je vždy výsledek agresivního jednání. Když ponechám volný průběh své agresi a někoho udeřím, cítit bolest má oběť. Pokud ale potlačím agresivní impulz, obrátí se proti mně a cítím bolest já (autoagrese). Kdo trpí bolestmi, měl by se zamyslet nad tím, komu vlastně byly určeny.**

K revmatickým potížím patří jeden zcela zvláštní symptom. Je to chronická epikondylopatie, při níž se ruka svírá v pěst v důsledku zánětu šlach předloketního svalstva. Obraz „ruky sevřené v pěst“ zcela jasně ukazuje na zadržovanou energii a potlačené přání „konečně jednou bouchnout pěstí do stolu“. Podobná tendence svírat ruku v pěst se projevuje u Dupuytrenovy kontraktury, kdy už nelze otevřít ruku. Otevřená ruka je ale symbolem mírumilovnosti. Když někomu máváme na pozdrav, jde vlastně o pradávny zvyk ukazovat druhému otevřenou ruku, aby viděl, že v ní nadržujeme žádnou zbraň a přicházíme v pokojném úmyslu. Stejná symbolika také platí, když někomu „podáváme ruku“. Stejně jako otevřená ruka vyjadřuje pokojné, smířlivé záměry, značí dodnes ruka sevřená v pěst nepřátelství a agresi.

Revmatik nemůže podporovat své agrese, jinak by je přece nepotlačoval a neblokoval; protože už je ale jednou má, vyvolávají v něm silnou nevědomou provinilost, a proto také nesmírně ochotně pomáhá druhým a obětuje se pro ně. Vzniká zde tak svérázná kombinace altruistické služby a současného ovládnutí druhého, což je postoj, který už Alexander skvěle označil za „dobře míněnou tyranii“. Nemoc se často objeví právě tehdy, kdy nemocný nemá možnost kvůli vnější životní změně kompenzovat pocity viny službou druhým. Také paleta nejčastějších průvodních příznaků nám dokládá ústřední význam zadržovaného nepřátelství; jsou to především žaludeční a střevní potíže, srdeční symptomy, frigidita a poruchy potence, jakož i úzkosti a deprese. Rovněž skutečnost, že polyartritidou trpí dvakrát více žen než mužů, by se dala vysvětlit tím, že ženy pocítují více zábran, když mají vědomě prožívat své nepřátelské impulzy.

Přírodní léčitelství zdůvodňuje revmatismus ukládáním toxinů v pojivové tkáni. Usazené toxiny symbolizují z našeho pohledu nezpracované problémy, popř. nestrávená témata, jež se neřeší, nýbrž *odkládají* do nevědomí. Na tom je také založen terapeutický účinek půstu.

Kvůli totálnímu odepření výživy zvnějšku se musí organismus vyživovat sám, a je tak nucen spálit a zpracovat i vlastní „odpadkový koš“. Tomuto procesu odpovídá na psychické úrovni zpracování a uvědomění si dosud odsouvaných a potlačovaných tematických okruhů. Revmatik ale odmítá přistoupit ke svým problémům. Na to je příliš strnulý a nepohyblivý – zasekl se. Má příliš velký strach pociťově zkoumat vlastní altruismus, ochotu sloužit a obětavost, morální normy a poddajnost. Jeho egoismus, nepohyblivost, nepřizpůsobivost, touha ovládat a agrese tak zůstávají v oblasti stínu a somatizují se jako viditelná strnulost a nepohyblivost, jež nakonec učiní přítrž také falešné

ochotě sloužit.

Motorické poruchy: strnutí šije, křeče v prstech

Společným znakem těchto poruch je, že pacient částečně ztrácí kontrolu nad motorickými funkcemi, které jinak podléhají volnému ovlivňování. Určité funkce se vymknou kontrole jeho vůle a selhávají zvláště ve chvílích, kdy má pocit, že je pozorován, popř. když se ocitne v situacích, v nichž chce sdělit ostatním určitý svůj dojem. Při spastické torticollis (svalové strnutí šije) se hlava nakloní pomalu nebo náhle ke straně a může se zvrátit úplně dozadu. Většinou se po několika vteřinách vrátí opět do normální polohy. Nápadné je, že pacientovi usnadní udržet hlavu zpříma určité pomocné hmaty, třeba když si opře bradu o prsty nebo když si o něco opře zátylek. Na držení krku má ale vliv především vlastní subjektivní umístění v prostoru. Stojí-li pacient opřený zády o zeď a může-li si o ni opřít i hlavu, většinou ji dokáže bez problémů udržet zpříma.

Skutečnost, že tyto zvláštní symptomy závisí na zvláštních situacích (přítomnost ostatních lidí), nám už sama o sobě ukazuje, v čem spočívá jejich hlavní problém. Krouží kolem pólů jistota/nejistota. Motorické poruchy, jinak bezděčné pohyby, k nimž patří všechny druhy tiků, prozrazují demonstrativní sebejistotu, kterou vystavuje nějaký člověk na odiv okolí, a svědčí o tom, že dotyčný nejenže postrádá sebejistotu, ale dokonce se ani neovládá. Bylo odjakživa známkou odvahy a statečnosti hledět někomu pevně a zpříma do obličeje a neuhýbat očima jeho pohledu. Ale právě v těchto situacích, kdy je třeba dát najevo kuráž, se člověku trpícímu spastickou torticollis stává, že z vlastní vůle nakloní hlavu do strany. Bojí se pak čím dál víc setkávat s důležitými lidmi nebo chodit, do společnosti – a tento strach je neličený. Takto postižený se kvůli svému symptomu vyhýbá určitým situacím, které jsou pro něj nepříjemné. Snaží se nevidět své konflikty a nechává jednu stranu světa bez povšimnutí.

Vzprímené držení hlavy nutí člověka čelit z očí do očí požadavkům a výzvám světa a dívat se na ně zpříma a nezprostředkovaně. Když však někdo odvrátí hlavu, vyhýbá se takové konfrontaci. Začne být „jednostranný“ a uhýbá před tím, s čím se nechce střetnout. Začne vidět věci „křivě“ a „ze špatné perspektivy“, a to mu, jak známo, *zamotá hlavu*. Taková psychická taktika rovněž způsobí, že oběť ztratí vládu nad směrem svého pohledu a bez vlastní vůle následuje zrakem i myšlenkami druhého.

Docela podobné pozadí mají křeče v prstech, které se dostavují při delším psaní a které velmi dobře znají také klavíristé a houslisté. V osobnosti těch, kteří jimi trpí, nacházíme vždy extrémní tížádnost a nadměrně vysokou náročnost. Dotyčné osoby cíleně usilují o společenský vzestup, ale navenek vystupují velmi skromně. Chtějí zapůsobit pouze svým výkonem (krásné písmo, hudba). Symptom tonických křečí v ruce však mluví upřímně: ukazuje celkovou „křečovitost“ snah a výkonů a naznačuje, že ve skutečnosti „nemají co sdělit“.

Okusování nehtů

Okusování nehtů sice nepatří k motorickým poruchám, přesto bychom se o něm rádi zmínili, protože má s nimi čistě vnější podobnost. Také okusování nehtů prožívá člověk jako jakési nutkání, které vítězí nad čistě volní kontrolou rukou. Tímto obtížně vyléčitelným symptomem trpí dočasně nejen děti a mladiství, ale také dospělí, a ti nezřídka i celá desetiletí. Psychické pozadí je zde však naprosto jednoznačné a poznání příslušných souvislostí třeba pomůže mnohým rodičům, jejichž děti si okusují nehty, neboť není nejvhodnější reagovat zákazy, vyhrůžkami nebo tresty.

To, čemu u člověka říkáme nehty, jsou u zvířete drápy. Drápy slouží v první řadě k

obraně a k útoku, jsou to nástroje agrese. Výraz *vystrčit drápy* používáme v podobném smyslu jako *vycenit zuby*. Drápy značí připravenost bojovat. Většina vyšších dravců používá drápy a zuby jako zbraně. Okusování nehtů tedy znamená kastraci vlastní agrese! Kdo si kouše nehty, má strach ze své agrese, a proto si symbolicky otupuje příslušné zbraně. Už okusováním spotřebujeme trochu agrese, ta je ale namířena výhradně vůči nám samým: ukusujeme si svou vlastní agresi.

Ženy si okusují nehty nejvíc, zvlášť proto, že závidí jiným ženám jejich dlouhé rudě nalakované nehty. Dlouhé drápy s martovskou rudou barvou jsou přece také mimořádně krásný, zářivý symbol agrese – ty, které si je takto lakují, dávají otevřeně najevo svou útočnost. Je logické, že jim pak závidí ženy, které se neodvážejí přiznat se ke své agresi, a tím i ke svým zbraním. Touha mít dlouhé rudé nehty je jen vnější výraz skrytého přání moct se jednou projevit otevřeně, agresivně.

Když si okusuje nehty dítě, nachází se v období, kdy si netroufá projevit navenek svou agresi. V tom případě by se měli rodiče zamyslet nad tím, jak dalece by měli při výchově nebo ve vlastním chování potlačit nebo negativně zhodnotit vlastní agresi. Je třeba se pokusit poskytnout dítěti životní prostor, v němž najde odvahu vybit si své agrese, aniž by trpělo pocity viny. Takové chování obvykle vyvolá v rodičích obavy, neboť jejich dítě by si přece neokusovalo nehty, kdyby oni neměli problém s agresi. A tak by prospělo celé rodině, kdyby všichni začali zpochybňovat své nečestné, pokrytecké chování a naučili se vidět, co se skrývá za touto fasádou. Až se dítě jednou naučí bránit, místo aby respektovalo obavy svých rodičů, brzy si přestane okusovat nehty. Dokud ale nejsou rodiče ochotni se sami změnit, neměli by si alespoň stěžovat na poruchy a symptomy svých potomků. Sice na nich nenesou přímou vinu, nicméně děti reflektují ve svých poruchách problémy svých rodičů!

Koktání

Řeč je cosi plynulého – hovoříme o *proudu řeči*. Koktající člověk nemluví plynule. Kouskuje věty, trhá je a oklešťuje. Má-li něco téct, vyžaduje to šíři – kdybychom chtěli přimět řeku, aby protékala tryskou, hromadila by se a voda by v nejlepším případě z trysky vystříkovala, ale rozhodně nevytékala plynule. Koktavý člověk brání proudy řeči zúžením hrdla. Už předtím jsme si řekli, že úzkost a strach vždy patří k sobě. U koktala sídlí strach v krku. Krk sám o sobě je (beztak úzký) spojovací průchod mezi trupem a hlavou, mezi dole a nahoře.

Na tomto místě bychom si měli připomenout vše, co jsme si řekli o migréně a o symbolice „nahoře“ a „dole“. Koktavý člověk se snaží zúžit krk coby průchozí branku co nejvíc, aby mohl zvlášť dobře kontrolovat, co vystoupá zdola nahoru, tedy analogicky, co se chce dostat z podvědomí do vědomí. Jde o stejný obranný princip, s nímž se setkáváme u starých pevností, v jejichž zdech jsou jen malé průchody, jež se dají dobře hájit. Tyto úzké vstupy a vchody (hranice, dveře sálů aj.) vždy způsobí zácpu a brání toku. Koktal kontroluje krk, neboť se bojí toho, co stoupá zdola a chce se stát vědomým; přiškrcuje to v hrdle.

Známe výraz *podpásový*, který vlastně označuje „odpornou a nečistou“ oblast sexuality. Úroveň pasu slouží jako hranice mezi nebezpečnou dolní sférou a povolenou, čistou horní sférou. Koktavý člověk si však tuto hranici posunul až na úroveň krku, neboť pociťuje jako nebezpečné celé tělo a za jasnou a čistou považuje pouze hlavu. Podobně jako ten, který trpí migrénou, také koktal přemísťuje sexualitu do hlavy, a je proto křečovitě sevřený jak nahoře, tak dole. Nechce povolit, nechce se otevřít tělesným požadavkům a pudům, jejichž tlak sílí a děsí ho tím víc, čím déle se je snaží potlačit. Koktavost se nakonec vysvětluje jako *příčina* kontaktních a partnerských problémů – a ďábelský kruh se

uzavírá.

Podle stejně pokřiveného principu se vykládají zábrany koktavých dětí jako následek jejich vady. Avšak koktání je pouze výrazem zábran – dítě je stísněné, a to se projeví koktáním. Má strach, že ze sebe vyhrlí cosi, co se řine ven, že tomu ponechá volný průběh. Brání proudu řeči, aby jej mohlo snáz kontrolovat. Je lhostejné, zda tomuto přívalu budeme říkat sexualita a agrese, nebo u dítěte použijeme raději jiné výrazy. Koktavý člověk prostě neříká volně, co mu přijde na jazyk. Řeč je výrazový prostředek, když ale vyvineme protitlak na něco, co se dere zevnitř ven, co se snaží vyjádřit, dáváme najevo, že z toho máme strach. Už nejsme otevření. Když se koktavému člověku jednou podaří doopravdy otevřít, vyřine se z něj mohutný proud sexuálně a agresivně laděné řeči. Také v tomto případě hovoříme o *slovním průjmu*. Když pak vysloví nevyslovitelné, nemá nejmenší důvod dál koktat.

12. NEHODY A ÚRAZY

Mnozí lidé reagují nesmírně udiveně, když vykládáme nehody a úrazy stejným způsobem jako jakákoli jiná onemocnění. Domnívají se, že nehody a úrazy jsou něco docela jiného – přicházejí přece koneckonců zvenčí, člověk za ně přece vlastně nemůže. Tyto dokola opakované argumenty svědčí o tom, jak silně přizpůsobujeme myšlení a teorie svým nevědomým přáním. **My všichni pocítujeme jako nanejvýš nepříjemné, když máme převzít odpovědnost za celé své bytí a za vše, co v něm zažíváme. Neustále hledáme možnosti, jak promítnout vinu kamsi ven.** A rozzlobíme se pokaždé, když někdo nějakou takovou projekci odhalí. Většina vědeckého úsilí slouží tomu, aby teoreticky zdůvodnilo a legalizovalo zmíněné projekce. Z „lidského“ hlediska je to všechno víc než pochopitelné. Protože ale píšeme tuto knihu pro lidi, kteří hledají pravdu a vědí, že k ní lze dospět pouze poctivým sebepoznáním, nesmíme se zbaběle zastavit ani před tématem, jako jsou „nehody a úrazy“.

Musíme jasně vidět, že vždy se najde něco, co na nás zdánlivě přichází zvenčí, a že to také můžeme vždy vykládat jako „příčinu“. Tato kauzální interpretace je však pouze jedna možnost, jak nahlížet na souvislosti, a my jsme se rozhodli, že v této knize nahradíme, popř. doplníme tento obvyklý způsob nazírání jiným možným zorným úhlem. **Když pohlédneme do zrcadla, dívá se na nás náš obraz zdánlivě také zvnějšku, a přece není příčinou toho, jak vypadáme.** Když se nastydneme, dostávají se do nás bakterie zvenčí a spatřujeme v nich příčinu svého onemocnění. Když nám nedá přednost v jízdě podnapilý řidič a srazí se s námi, hned v něm spatřujeme příčinu nehody. Na funkční úrovni lze všechno vždy vysvětlit. To nám však nebrání, abychom se pokusili vyložit událost v obsahové rovině.

Zákon rezonance zajišťuje, abychom nemohli nikdy přijít do styku s něčím, s čím nemáme nic společného. Funkční souvislosti jsou pokaždé hmotné médium, jehož je zapotřebí pro manifestaci na tělesné úrovni. Abychom namalovali obraz, potřebujeme plátno a barvy – nic z toho však nezapříčiní vznik obrazu, jde pouze o materiální prostředky, s jejichž pomocí umělec formálně uskutečňuje vnitřní obraz. Bylo by hloupé smést ze stolu výklad výpovědi nějakého obrazu argumentem, že barva, plátno a štětec jsou vlastními příčinami jeho vzniku.

Vyhledáváme si vlastní úrazy a nehody, stejně jako si hledáme vlastní „nemoci“, a přitom se neštítíme využít jakékoli „věci“ a označit ji za „příčinu“. Jenže my sami neseme odpovědnost za všechno, co se nám v životě přihodí. V tomto ohledu neexistuje žádná výjimka – a proto bychom měli přestat hledat výjimky. **Když někdo trpí, trpí vždy jen sám sebou** (což ovšem nepopírá tíhu utrpení!). **Každý je pachatel a oběť v jedné osobě. Dokud člověk v sobě neobjeví pachatele a oběť zároveň, nemůže se uzdravit. Z**

intenzity, s níž lidé proklínají navenek promítnuté „pachatele“, lze snadno vyčíst, do jaké míry ještě potírají skutečné pachatele v sobě. Chybí jim *vhled*, který jim umožňuje vidět v sobě oba, pachatele i oběť, jako jednotu.

Poznání, že nehody a úrazy jsou motivovány nevědomím, není nijak nové. Už Freud ve své *Psychopatologii všedního dne* popsal vedle chybných úkonů, jako jsou sliby, zapominání, zakládání předmětů, také nehody a úrazy jako výsledek nevědomého záměru. Od té doby mohl psychosomatický výzkum prokázat také statisticky tzv. osobnost náchylnou k úrazům. Tou rozumíme zvláštní osobnostní strukturu, jež má sklon zpracovávat své konflikty formou nehod a úrazů. Už v roce 1962 uveřejnil německý psycholog K. Marbe ve své *Praktické psychologii nehod a provozních škod* svůj postřeh, že člověk, který utrpěl úraz, má mnohem větší pravděpodobnost, že ho postihnou další maléry, než ti, kteří se nikdy nestali oběťmi nehody.

V základním Alexanderově díle o psychosomatické medicíně, jež vyšlo v roce 1950, najdeme k tomuto tématu následující komentář: „Při jednom výzkumu autonehod v Connecticutu bylo možné prokázat, že v období šesti let se podílela na 36,4 % všech nehod pouze nepočtená skupina 3,9 % všech zúčastněných řidičů. V jistém velkém podniku zaměstnávajícím mnoho řidičů kamionů jednoho dne zjistili, že mají příliš vysoké náklady na uhrazení škod způsobených autonehodami. Nechali si zjistit příčiny nehod, aby snížili jejich četnost. Kromě jiných opatření také prozkoumali nehodovost jednotlivých řidičů a poté přeřadili na jinou práci ty, kteří se podíleli na největším počtu nehod. Takto se jim jednoduše podařilo snížit počet nehod na pětinu původní hodnoty. Na tomto výzkumu je zajímavé, že řidiči s vysokou nehodovostí si zachovali svůj sklon k nehodám i v nových zaměstnáních. To nesporně značí, že existuje jakýsi typ *člověka náchylného k nehodám* a že si tito jedinci ponechávají tuto vlastnost při jakémkoli zaměstnání a ve všedním životě.“ (Alexander, *Psychosomatická medicína*)

Alexander dále soudí, že „ve většině nehod a úrazů je obsažen záměrný prvek, ačkoli si ho stěží někdo uvědomuje. Jinými slovy je většina nehod motivována nevědomě“. Tento výlet do starší psychoanalytické literatury měl mj. ukázat, že náš pohled na nehody a úrazy není v žádném případě nový a jak dlouho trvá, než určité (nepříjemné) poznatky proniknou do obecného povědomí (pokud se jim to vůbec kdy podaří).

V dalších úvahách nám nejde ani tak o popis jedné určité osobnosti náchylné k úrazům, nýbrž především o význam nehody, jež se nám může v životě stát. I když člověk nepatří k „nebetyčným smolařům“, případná nehoda mu přesto něco sděluje – musíme se naučit ji vyušit. Jestliže se nějakému člověku přihodí více úrazů a nehod, značí to jen, že dosud vědomě nevyřešil své problémy a výstrahy se množí. Skutečnost, že určitý člověk provádí změny sebe sama především prostřednictvím nehod a úrazů, odpovídá tzv. locus minoris resistentiae druhých lidí. Nehoda přímo a náhle zpochybní způsob jednání, popř. nastoupenou cestu určitého člověka. Je to jakási cézura v životě a bylo by třeba se nad ní jako takovou zamyslet, posoudit celý její průběh, zhlédnout ho jako divadelní kus, pokusit se pochopit přesnou strukturu jejího průběhu a přenést ji na vlastní situaci. Nehoda je karikatura vlastních problémů – stejně výstižná a bolestná jako každá jiná karikatura.

Dopravní nehody

„Dopravní nehoda“ je natolik abstraktní obecný pojem, že není možné jej vyložit. Musíme přesně vědět, co se při té které nehodě odehrálo, abychom mohli říct, o čem vypovídá. Jakkoli obtížný, či dokonce nemožný je všeobecný výklad, o to snazší je většinou, jde-li o konkrétní událost. Je třeba jen bedlivě naslouchat, když někdo líčí její průběh. Dvojsmyslnost naší mluvy prozradí všechno. Bohužel se stále znovu přesvědčujeme, že mnohým lidem schází sluch pro tyto jazykové souvislosti. A proto často

vyzýváme pacienta, aby opakoval určitou větu ze svého vyprávění tak dlouho, až si něco ujasní. Při této příležitosti lze zas a znovu žasnout, jak nevědomě člověk zachází s řečí nebo jaké má zjevně dobré filtry, když má vyličít vlastní problémy.

Tak lze v životě stejně jako v silničním provozu např. *sjet z cesty, uklouznout, ztratit oporu, ztratit kontrolu, vylétnout z dráhy, někoho sjet* atd. Co se na tom dá ještě vůbec vykládat? Stačí jen poslouchat. Někdo zrychlí tak, že už nedokáže *zabrzdit, a přiblíží se k* člověku před sebou natolik, že ho *nabourá*, a tím vlastně dojde k velmi intimnímu kontaktu. (Ne bezdůvodně někteří lidé říkají, že *do toho buší*, když mluví o souloži!) A řidiči do sebe často nejen najedou auty, ale *vjedou si* posléze do vlasů.

Mnohdy přinese základní odpovědi už otázka, kdo zavinil nehodu: „Neubrzdil jsem to,“ tvrdí ten, který v životě urychlí nějaký vývoj (např. v zaměstnání) tak, že ho tento vývoj zanedlouho ohrozí. Měl by nehodu pochopit jako výzvu, aby si propříště dobře rozmyslel, kdykoli má v úmyslu v životě něco urychlit, a případně včas snížil tempo. Odpověď: „Prostě jsem ho neviděl!“ značí jasně, že dotyčný přehlíží také něco důležitého ve svém životě. Pokud někdo nabourá, když chce předjet druhého, měl by co nejdříve důkladně prověřit všechny své „předjíždějící manévry“ v životě. Kdo usíná za volantem, měl by co nejrychleji procitnout rovněž v životě, ještě dřív, než bude probuzen mnohem nešetrněji. Když někdo zůstane ležet v noci na silnici, měl by pečlivě prozkoumat, které věci na noční straně duše ho k tomu asi dovedly. Někdo to *stříhne* kolem druhého, druhý *prorazí* omezení a svodidla, jiný zase *musí tahat svou káru z bahna*. Člověk náhle přestane jasně vidět, přehlíží stopky, mění směr, naráží na překážky. Dopravní nehody vedou téměř vždy k velmi intenzivnímu kontaktu s druhými lidmi – většinou až moc blízkému – nicméně tento kontakt je vždy příliš agresivní.

Podívejme se nyní společně na jednu konkrétní dopravní nehodu, abyste snáz pochopili způsob našeho uvažování. Nejde o smyšlenou událost a současně reprezentuje velmi častý typ dopravních nehod. Na neznačené křižovatce s předností zprava do sebe narazí dva osobní vozy tak prudce, že jedno je odhozeno na chodník a přistane na střeše. Je v něm uvězněno několik osob a křičí o pomoc. Z auta duní hudba z rádia puštěného na maximum. Okolo jedoucí řidiči postupně vyprostí všechny cestující z havarovaného automobilu a záchranka je odveze do nemocnice se středně těžkými zraněními.

Průběh nehody připouští následující výklad: všichni účastníci nehody se nacházeli v situaci, v níž chtěli pokračovat uvedeným směrem přímo po cestě svého života. To souhlasí s přáním a pokusem jet rovně po silnici. Jenže nejen na silnici, ale také v životě jsou křižovatky. Rovná silnice je norma v životě, něco, čím se řídíme ze zvyku. Skutečnost, že přímočarou jízdu všech zúčastněných náhle přerušila nehoda, dokládá, že všichni přehlédli nutnost změnit svou cestu. Každý směr, každá norma v životě se jednou automaticky přežije, a to si vyžádá změnu. Vše, co je správné, se časem mění v nesprávné. Lidé většinou hájí své normy poukazem na to, že se osvědčily v minulosti. To ale není žádný argument. Pro kojence je normální dělat do plenek, a je to tak správné. Ti, kteří se pomočují v noci ještě v pěti letech, by tím ovšem neměli ospravedlňovat svou poruchu.

V lidském životě je velmi obtížné včas vystihnout nutnost změny. Účastníci dopravní nehody to zcela jistě nepoznali. Snažili se pokračovat rovně po dosavadní (osvědčené) cestě a potlačili požadavek, aby opustili normu, změnil směr, „vyskočili“ ze stávající situace. Tento impulz je ale přítomen přestože si ho neuvědomujeme. Nevědomě tušíme, že už není správná cesta, po které jdeme. Chybí nám však odvaha vědomě ji zpochybnit a sejít z ní. Změny vzbuzují obavy. Vlastně bychom to chtěli udělat – ale netroufáme si. Může jít o přežilý partnerský vztah nebo o neaktuální povolání, jindy zase o zastaralý světový názor. Společné je jim jedno, potlačují přání vymanit se skokem ze zvyku. Toto nežité přání hledá realizaci prostřednictvím nevědomé touhy po tom, aby se něco stalo,

kterou vědomí vždy prožívá jako přicházející „zvenčí“. Jsme vyhozeni z dráhy – v našem příkladu prostřednictvím autonehody.

Kdo je vůči sobě poctivý, je schopen po nějaké události zjistit, že ho v nejhlubším nitru už delší dobu neuspokojovala jeho dosavadní dráha a že ji vlastně chtěl opustit už dříve, ale nenašel k tomu odvahu. Člověku se přihodí vždy jen to, co vlastně chce. **Nevědomé realizace jsou sice úspěšné, mají ale tu nevýhodu, že nakonec nevyřeší problém zcela. To je prostě dáno skutečností, že jakýkoli problém lze vyřešit vždy jen vědomým krokem a že nevědomé uskutečnění má vždy jen materiální povahu. Může podnítit řešení, informovat o problému, nikdy ho ale nevyřeší úplně.**

V našem příkladu autonehoda sice způsobí, že se účastníci vymaní z navyklé dráhy, současně ale také podlehnou nové, ještě větší nesvobodě, když jsou uvěznění v automobilu. Tato nová, netušená situace vyjadřuje nejen nevědomost děje, ale také ji lze současně chápat jako výstrahu, že opuštění dosavadní dráhy nepřináší vytouženou svobodu, nýbrž novou nesvobodu. Křik raněných uvězněných ve voze málem přehlušila hlasitá hudba z autorádia. Kdo je zvyklý prožívat všechny děje a manifestace jako zjevná podobnoství, spatřuje také v tomto detailu vyjádřený pokus odhlédnout od svého konfliktu prostřednictvím vnějších událostí. Hudba přehlušuje vnitřní hlas, který volá o pomoc a chce, aby ho v jeho nouzi vyslyšelo vědomí. Vědomí se však rozptyluje něčím jiným, odmítá poslouchat, a tak tento konflikt a touha po svobodě myslí zůstávají nadále uzamknuty v nevědomí. Nemohou se vysvobodit samy, musejí počkat, až je vyprostí vnější události. Nehoda je v tomto případě taková „vnější událost“, jež otevřela nevědomým problémům propust a umožnila jim, aby se vyjádřily. Volání myslí o pomoc se dostalo do rozsahu slyšitelnosti. Člověk se stává poctivým.

Úrazy doma a v zaměstnání

Podobně jako je tomu u dopravních nehod, dochází k mnoha nejrůznějším úrazům v domácnosti a při práci. Příliš se neliší ani jejich symbolika, a proto je třeba vždy důkladně pátrat po příčinách jednotlivých případů.

S bohatou symbolikou se setkáváme u popálenin. Mnohá rčení používají spálení a oheň jako symboly psychických procesů: *Spálit si pusy, pálit si prsty, hrát si s ohněm, skočit pro někoho do ohně* atd.

Oheň zde znamená vždy asi tolik co nebezpečí. Popáleniny podle toho signalizují, že někdo správně neodhadl nebezpečí, popř. že je přehlédl. Na nějakém tématu možná ani nevidíme, jak je *horké*. Popáleniny nás tedy upozorňují na to, že si zahráváme s nějakou hrozbou. Kromě toho se ale oheň také ještě vztahuje velmi zřetelně k tématu lásky a sexuality. Mluvíme o *žhavé, horoucí, palčivé lásce, o někom, kdo vzplál láskou jako vích slámy, kdo shořel láskou* apod. Najde se i muž, který říká své přítelkyni *Plamínek*. Tuto sexuální symboliku ohně lze zřetelně vyčíst z výrazu pro vzrušenou vaginu *rozpálená pícka*.

Popáleniny se týkají především kůže, tedy orgánu, který vymezuje člověka. Toto narušení hranice znamená vždy rovněž zpochybnění já. Prostřednictvím já se vymezujeme, a přesně to překáží lásce. Abychom mohli milovat, musíme otevřít hranici svého já, musíme vzplanout, vznítit se o milostný žár a spálit své meze. Kdo to nedokáže, tomu se může stát, že místo vnitřního žáru popálí vnější oheň jeho zevní hranici, kůži, a tím ho otevře a učiní zranitelným.

Podobnou symboliku najdeme téměř u všech poranění, jež také postihnou nejprve vnější hranici, kůži. Mluvíme rovněž o *psychických* poraněních nebo o tom, že někoho *zraní* nějaká poznámka. Nemusíme ovšem jen zraňovat druhé, můžeme také *říznout do vlastního masa*. Průhledná je rovněž symbolika „pádu“ nebo „zakopnutí“. A tak leckdo

uklouzne na náledí nebo sletí ze schodů, protože klopýtne. Když má pak otřes mozku, důkladně se „otřese“ a zpochybní i jeho myšlenkový systém. Když se někdo snaží sedět zpříma, mívá bolesti, a tak si hned zase lehne. Tím připraví hlavu a mysl o dosavadní dominanci a ucítí na vlastním těle, jak myšlení bolí.

Zlomeniny

Kosti se lámou mechanickým vnějším účinkem téměř bez výjimky v situacích, kdy člověk vykonává extrémní pohyb (vypadnutí z auta, pád z motocyklu, pád při sportu). Zlomenina znamená dlouhodobější vynucený klid (upoutání na lůžko, sádrové obvazy). Každá zlomenina naruší dosavadní pohyblivost a aktivitu a nutí ke klidu. Z této vynucené pasivity a zklidnění by měla pokud možno vzejít nová orientace. Zlomenina zřetelně ukazuje, že člověk přehlédl nutný konec nějakého vývoje a v těle došlo ke *zlomu*, k rozchodu se starým, který umožňuje *průlom* novému. Přerušuje dosavadní cestu, jež se vyznačovala přehnanou aktivitou a pohyblivostí. Dotyčný přeháněl pohyb a zátěž. Zátěž nebo pohyb se počítá tak dlouho, až povolí nejslabší bod a dojde ke zlomenině.

Kost reprezentuje v těle princip pevnosti, podpůrné normy, ale také ustrnutí (zkostnatění). Převáží-li v kosti ztuhlost (vápník), snadno se zláme, a proto už nemůže plnit svou funkci. Podobně je tomu se všemi normami. Mají sice poskytovat oporu, když ale příliš zkostnatí, už toho nejsou schopny. Na psychické úrovni zlomenina značí, že člověk nezachytil nadměrné ustrnutí normy v psychickém systému. Příliš zkostnatí, ustrne a stává se nepoddajným. Obdobně jako má člověk s přibývajícím věkem sklon pevně lpět na svých zásadách a ztrácí postupně psychickou přizpůsobivost, také kosti tvrdnou čím dál víc a vzrůstá nebezpečí, že se zlomí. Protipólem je malé dítě s pružnými, ohebnými kostmi, které se téměř nemohou zlomit. Malé dítě navíc nemá ani žádné normy, žádná měřítka, v nichž by mohlo ustrnout. Když je však někdo v životě příliš tvrdší, napraví tuto jednostrannost zlomenina obrátě. Tomu se lze leckdy vyhnout, když se dobrovolně ohne!

13. PSYCHICKÉ SYMPTOMY

V této kapitole pojednáme o několika častých poruchách, jež se obvykle označují jako „psychické“. Při tom snad vyjde najevo, jak málo smyslu dává toto označení v rámci našeho způsobu nazírání. Ve skutečnosti není možné narýsovat jasnou dělicí čáru mezi somatickými a psychickými symptomy. Každý symptom má nějaký psychický obsah a každý se projevuje prostřednictvím těla. Také úzkosti nebo deprese využívají ke své realizaci tělo. Takové somatické korelace však poskytují školní psychiatrii základnu pro její farmakologické zásahy. Slzy depresivních pacientů nejsou o nic „psychičtější“ než hnus nebo řídká stolice. Zmíněné rozlišování vypadá oprávněně v nejlepším případě na koncích kontinua, kdy srovnáváme degeneraci nějakého orgánu s psychotickou změnou osobnosti. Čím víc se však blížíme od těchto konců ke středu, tím větší nám činí potíže najít tuto dělicí čáru. Nicméně přísně vzato ani pozorování extrémů nijak neospravedlňuje rozlišení na „somatický“ a „psychický“, protože rozdíl tkví pouze ve způsobu, jakým se vyjadřuje symbol. Astma se svými projevy se liší od amputované nohy úplně stejně jako od schizofrenie. Třídění na „somatický“ a „psychický“ s sebou nese spíš nedorozumění než řád.

Nepovažujeme toto rozlišování za nezbytné, protože naši teorii lze použít jednotně na všechny symptomy a není třeba uchýlovat se k výjimkám. **Symptomy mohou sice nabýt nejrůznější výrazové formy, všechny ale využívají tělo, aby skrze ně zviditelnily skrytý obsah vědomí.** Symptom se ovšem prožívá už opět ve vědomí, ať už

jde o smutek nebo bolavou ránu. V první části *Nemoc a zdraví – Teorie* jsme poukázali na to, že vše individuální je symptom a že o *nemoci* nebo *zdraví* rozhoduje pouze subjektivní hodnocení. Obdobně to platí také v takzvané psychické sféře.

Zde bychom se měli rovněž oprostít od představy, že existuje *normální* a *nenormální* chování. Normalita vypovídá cosi o statistické četnosti, a proto ji nelze použít ani jako klasifikační pojem, ani jako hodnotové měřítko. Normalita sice tlumí strach, přiči se ale individuální jedinečnosti. Obhajoba normalnosti je obrovský dluh tradiční psychiatrie. Halucinace není ani nereálnější, ani reálnější než jakýkoli jiný vjem. Pouze jí chybí potlesk kolektivu. „Psychicky nemocný“ člověk funguje podle stejných psychologických zákonů jako všichni ostatní lidé. Paranoik, který má pocit, že ho pronásledují a ohrožují vrazi, promítá svůj vlastní agresivní stín do okolního světa úplně stejně jako vážení občané, kteří požadují těžší tresty pro zločince nebo se bojí teroristů. Každá projekce je šílená, a proto je zbytečné se ptát, kdy je šílenství ještě normální a kdy už chorobné.

Psychicky nemocný a psychicky zdravý člověk, to jsou teoretické konečné body kontinua, které vzniká ze hry vědomí a stínu. U tzv. psychotika zažíváme v nejextrémnější formě výsledek úspěšného potlačování. Když jsou absolutně bezpečně uzavřeny všemožné kanály a oblasti, v nichž lze prožívat stín, dojde dříve nebo později ke změně dominance a stín se ujímá totální vlády nad osobností. Psychotik přitom většinou stejně absolutně potlačuje dosud vládnoucí část vědomí a energicky dohání to, co si druhá část člověka zatím netroufla žít. Počestní moralisté se pak proměňují v obscénní exhibicionisty, bázlivé, jemnocitné povahy v divoká, bezuzdně řádící zvířata a plaší břídilové v megalomany.

Také psychóza vyvolává upřímnost, neboť s intenzitou a absolutností, jež nahánějí hrůzu okolnímu světu, dohání to, co pacient dosud zanedbával. Zoufale se pokouší opět vyvážit prožívanou jednostrannost – hrozí mu však nebezpečí, že už nenajde cestu zpátky z neustálého střídání extrémů. Obtíž najít střed a rovnováhu se zračí obzvlášť jasně v maniodepresivní psychóze. Při psychóze prožívá člověk svůj stín. Šílenství vzbuzuje u diváků odnepaměti obrovskou hrůzu a bezmoc, neboť jim připomíná vlastní stín. Šílenec nám otvírá bránu do pekla vědomí, jež se nachází v nás všech. Zuřivé potírání a potlačování těchto symptomů, vyvolané zmíněným strachem, je sice pochopitelné, pramálo se však hodí k vyřešení problému. Vždyť zásada potlačovat stín vede právě k jeho mohutné explozi – když znovu potlačíme stín, jen odložíme problém, vyřešíme ho jen dočasně, ale nevyléčí, nespasí nás to.

I zde je třeba učinit první nezbytný krok opačným směrem a poznat, že symptom má smysl a oprávnění. Když stavíme na tomto náhledu, můžeme pak rozvíjet úvahy o tom, jak lze příznivě podpořit zaměření symptomu na léčbu.

Myslíme, že těchto několik málo poznámek k tématu psychotických symptomů by mělo stačit. Obsáhlé závěry nejsou v této oblasti prakticky k ničemu, protože psychotik rozhodně není natolik otevřený, aby bylo možné ho náležitě vyložit. Nesmírně se bojí stínu, a většinou ho proto zcela promítá navenek. Zaujatý pozorovatel si pak snadno poradí s výkladem, když bude mít na paměti obě zásady opakovaně uváděné na těchto stránkách: 1) Vše, co pacient prožívá ve vnějšku, jsou projekce jeho stínu (hlasy, útoky, pronásledování, hypnotizéři, vražedné úmysly atd.). 2) Psychotické chování jako takové je vynucené uskutečnění neprožitého stínu.

Psychické symptomy se koneckonců nedají vysvětlit vůbec, protože už přímo vyjadřují problém a nepoužívají k realizaci žádnou jinou rovinu. Proto zní banálně všechno, co lze říct o problematice psychických symptomů, neboť chybí jeden krok – převod. Přesto uvedeme v této souvislosti ještě tři příklady symptomů, protože jsou velmi rozšířené a většinou se počítají k psychické sféře. A tyto symptomy jsou – deprese,

nespavost a chorobné závislosti.

Deprese

Deprese je souhrnný pojem pro symptomatický obraz, který sahá od skleslosti a pasivity až po tzv. endogenní depresi spojenou s celkovou apatií. Vedle totálního ochromení veškeré aktivity a tísnivé nálady nacházíme u deprese také bezpočet tělesných průvodních symptomů, jako jsou únava, poruchy spánku, nechutenství, zácpa, bolesti hlavy, bušení srdce, bolesti v kříži, poruchy menstruace u žen a snížený tělesný tonus. Člověka postiženého depresí souží silné pocity viny a sebevýčitky a neustále usiluje o nápravu. Slovo deprese je odvozeno od latinského slovesa *deprimo*, které znamená „snížit, potlačit“. Nabízí se otázka, čím se člověk v depresi cítí být tísněn nebo co vlastně potlačuje. Odpověď mohou poskytnout tyto tři tematické okruhy:

1. Agrese

Už dříve jsme uvedli, že navenek nevybitá agrese se promění ve fyzickou bolest. Toto tvrzení by bylo možné doplnit o větu, že potlačená agrese vede v psychické sféře k depresi. Agrese, jež je blokována a neprojeví se navenek, se zaměří dovnitř a z toho, kdo ji vysílá, se stává její příjemce. Na vrub potlačené agrese jdou nejen pocity viny, nýbrž také mnohé somatické průvodní symptomy s charakteristickými difúzními bolestmi. Už jinde jsme konstatovali, že agrese je jen zvláštní forma životní energie a aktivity. Kdo proto bázně potlačuje své agrese, potlačuje současně svou energii a aktivitu. Psychiatrie se horlivě snaží zapojit depresivního pacienta opět do nějaké činnosti, ten ji ale prožívá jako hrozinou. Nutkavě se pak vyhýbá všemu, co se neseťkává s veřejným uznáním, a pokouší se bezvadným způsobem života zamaskovat své agresivní, destruktivní impulzy. Nejvýrazněji se agrese namířená proti vlastní osobě projevuje v sebevraždě. Má-li někdo sebevražedné sklony, měl by se vždy ptát, komu vlastně jsou určeny jeho vražedné úmysly.

2. Odpovědnost

Agrese je – odhlédneme-li pro jednou od sebevraždy – nejextrémnější formou odmítnutí odpovědnosti. Člověk postižený depresí už nejedná, pouze živoří, je víc mrtvý než živý. Přes veškeré odmítání aktivně se vyrovnávat se životem je však konfrontován i nadále s tématem odpovědnosti, jež se k němu vplíží zadními vrátky v podobě pocitů viny. Strach převzít odpovědnost pak stojí v popředí všech depresí, jež se dostaví právě tehdy, kdy by měl pacient vstoupit do nové životní fáze. Zjevné je to např. u poporodní deprese.

3. Rezignace – samota – stáří – smrt

Tyto čtyři úzce spolu související pojmy by měly ohraničovat podle našeho názoru nejdůležitější tematický okruh. Depresivní pacient je násilím nucen vypořádávat se s protipólem života – se smrtí. Je připraven o vše živé, jako je pohyb, změna, družnost a komunikace, a zjevuje se mu protipól živoucího: apatie, strnulost, osamělost, myšlenky na smrt. Sféra smrti, jež se tak působivě uplatňuje v depresi, to je stín dotyčného pacienta.

Příslušný konflikt je založen na skutečnosti, že člověk v depresi má stejně velký strach ze života jako ze smrti. Aktivní život s sebou přináší vinu a odpovědnost – a právě tomu se chce pacient vyhnout. Převzít odpovědnost ale také znamená vzdát se projekcí a přijmout samotu. Depresivní osobnost se toho bojí, a proto potřebuje někoho, k němuž by se mohla upnout. Rozvod s takovou vlivnou, blízkou osobou nebo její smrt se pak často může stát vnějším faktorem, který vyvolá depresi. Člověk je přece tak sám – a odmítá žít osaměle a převzít odpovědnost. Bojí se smrti, a proto nechápe podmínky stanovené životem. Deprese vyvolává poctivost: Zviditelní neschopnost žít a zemřít.

Nespavost

Počet lidí, kteří trpí kratší či delší dobu nespavostí, je velmi vysoký. Stejně vysoká je proto rovněž spotřeba prášků na spaní. Podobně jako jídlo a sex je také spánek základní pud člověka. V tomto stavu strávíme přibližně třetinu života. Ústřední význam má pro zvíře i pro člověka bezpečné, pohodlné místo na spaní. Unavená zvířata (a to platí i pro lidi) jsou schopna uběhnout notný kus cesty, aby si vyhledala vhodné místo k odpočinku. Poruchy spánku neseme velmi nelibě a odnětí spánku pociťuje člověk jako jednu z největších hrozeb. Kvalitní spánek bývá většinou spojen s mnoha zvyky: Potřebujeme určitou postel, spíme v určité poloze, v určité dobu atd. Porušení těchto zvyklostí může často narušit náš spánek.

Spánek je jedinečný jev. Všichni umíme spát, aniž nás to někdo učil, a přece nevíme, jak to vlastně se spánkem je. Trávíme v tomto stavu vědomí třetinu svého života, a přece o něm nevíme téměř nic. Toužíme po spánku – a přece často cítíme, že nás ohrožuje cosi, co přichází ze světa spánku a snu. Snažíme se odbývat tyto obavy zlehčujícími poznámkami, jako např.: „Vždyť to byl jenom sen.“ „Sny vyšumí jako pěna.“ Jsme-li však vůči sobě upřímní, musíme si přiznat, že sen prožíváme se stejným citem pro realitu, jakým se vyznačujeme ve dne. Kdo se zamyslí nad touto souvislostí, možná dojde k názoru, že svět našeho denního vědomí je stejná iluze jako naše noční vidina a že oba světy existují pouze v našem vědomí.

Odkud se bere víra, že život, který vedeme přes den, je reálnější, skutečnější než život v našich snech? Co nás opravňuje tvrdit, že něco je *jen* sen? Každá zkušenost, kterou učiní naše vědomí, je vždy hned skutečná – a je jedno, zda ji nazýváme realitou, snem nebo fantazií. Možná je užitečné přepólovat obvyklý pohled na denní a snový život, abychom si mohli představit, že vedeme ve snu kontinuální život, jenž je rytmicky přerušován spánkovou fází odpovídající našemu všednímu životu. „Wangovi se zdálo, že je motýl. Sedával mezi stébly trávy na květiny. Poletoval sem tam. V tom se probudil a nevěděl, zda je Wangem, jemuž se zdá, že je motýl, nebo motýlem, jemuž se zdá, že je Wang.“

Podobná přepólování nám umožní poznat, že samozřejmě ani jedno, ani druhé není skutečnější nebo reálnější. Bdění a spánek, denní a snové vědomí jsou polarity a vzájemně se kompenzují. V analogii odpovídá bdění, život, aktivita, světlo dne a noci zase tma, klid, nevědomí a smrt.

Podle této archetypické analogie označuje lidová mluva spánek za malého bratra smrti. Pokaždé, když usneme, nacvičujeme si umírání. Usnutí od nás vyžaduje, abychom se vzdali vší kontroly, záměrnosti, aktivity. Vyžaduje od nás oddanost a prapůvodní důvěru, vpuštění neznámého. Právě proto si nelze usnutí vynutit násilím, nebo sebeovládáním, vůlí ani přemáháním. Kdykoli chceme aktivně přivolat spánek, je to nejjistější způsob, jak ho odeženeme. Nemůžeme udělat víc, než vytvořit spánku příznivé podmínky – pak ale musíme trpělivě čekat a spolehnout se na to, že se *to* stane, že na nás dolehne spánek. Vlastně nám ani není dovoleno pozorovat, jak spánek přichází – kdybychom to udělali, neusnuli bychom.

Nic z toho, co od nás žádá spánek (a smrt), nepatří zrovna k přednostem člověka. My všichni sídlíme příliš blízko pólu aktivity, jsme hrdí na své skutky a činy, příliš závislí na svém intelektu a na své nedůvěřivé kontrole, než abychom byli zvyklí chovat se oddaně, důvěřivě a povolně. Proto nesmí nikoho udivit, že nespavost (vedle bolestí hlavy!) se počítá k nejčastějším zdravotním poruchám naší civilizace.

Naše kultura je jednostranná, a proto má potíže se svými protilehlými oblastmi, jak lze snadno vyčíst z uvedeného seznamu analogií. Bojíme se citu, iracionálna, stínu, nevědomí, zla, tmy a smrti. Až chorobně lpíme na intelektu a denním vědomí, o nichž se

domníváme, že nám pomáhají všechno prohlédnout. Když pak jsme vyzváni, abychom něco „pustili“, vynoří se strach, neboť ztráta se nám jeví jako příliš vysoká. A přece toužíme po spánku a cítíme, že ho potřebujeme. Stejně jako patří ke dni noc, tak také k nám patří stín a k životu smrt. Spánek nás denně zavádí na tento práh mezi tímto a oním světem, do nočních, stínových sfér naší duše, nechává nás ve snu prožít neprožité a opět nám vrací rovnováhu.

Ten, kdo trpí nespavostí, nebo přesněji řečeno poruchami spánku, se obtížně a s obavami vzdává vědomé kontroly a svěruje svému nevědomí. Dnešní člověk prakticky nedělá žádnou přestávku mezi dnem a nocí a bere si s sebou myšlenky a aktivity do sféry spánku. Prodlužujeme si den na úkor noci – stejně jako chceme pomocí metod denního vědomí analyzovat také noční stranu své duše. Chybí nám cézura, v níž vědomě měníme póly a přemísťujeme se.

Nespavec by se měl ze všeho nejdřív naučit vědomě uzavřít den, aby se mohl cele oddat noci a jejím zákonům. Dále by se měl naučit pečovat o své nevědomé sféry, aby vypátral, odkud se vynořuje strach. Důležitá jsou pro něj témata pomíjivosti a smrti. Schází mu prapůvodní důvěra a schopnost se oddat. Příliš se identifikuje s rolí „vykonavatele“ a nedokáže se vydat napospas. Jde zde o téměř stejná témata, s jakými jsme se seznámili, když jsme se zabývali orgasmem. Spánek a orgasmus jsou malé smrti a člověk silně identifikovaný s já je prožívá jako hrozbu. Jistý uspávací prostředek je tedy smíření s noční stranou života.

Staré známé uspávací triky, jako je třeba počítání oveček, jsou úspěšné, jen když se oprostíme od intelektu. Každá monotonie unavuje levou polovinu mozku a nutí ji vzdát se své dominance. Tuto zákonitost využívají všechny meditační techniky; ukládají soustředit se na jeden bod nebo na dýchání, opakovat mantru nebo koan, aby došlo k přepnutí z levé na pravou hemisféru, z denní strany na noční, z aktivity na pasivitu. Ten, komu činí toto přirozené rytmické střídání potíže, by se měl věnovat odmítanému pólu, jemuž se vyhýbá. Totéž přece chce také symptom. Poskytuje člověku určitý čas, aby se vyrovnal s děsivostí a úzkostmi noci. Také zde symptom vyvolává poctivost: Všichni nespavci se bojí noci. Taková je pravda.

Nadměrná spavost nasvědčuje opačnému problému. Kdo má po dostatečném spánku zásadní potíže probudit se a vstát z postele, měl by se zamyslet nad strachem z požadavků dne, z aktivity a výkonu. Procitnout a zahájit den znamená vyvinout aktivitu, jednat a převzít za své jednání odpovědnost. Ten, komu připadá těžké vstoupit do denního vědomí, utíká do světa snů a do nevědomosti dětství, chce se vyhnout nárokům a odpovědnostem života. V těchto případech jde o únik do nevědomosti. Stejně jako se usínání vztahuje ke smrti, tak se procitání rovná malému porodu. Narození a uvědomění tedy mohou vyvolávat stejný strach jako noc a smrt. Problém tkví v jednostrannosti – řešení tkví ve středu, v rovnováze, v „jak, tak“. Teprve v této souvislosti je zjevné, že narození a smrt jedno jsou.

Poruchy spánku – nespavost by měly vyvolat následující otázky:

1. Do jaké míry závisím na moci, kontrole, intelektu a pozorování?
2. Dokážu se oprostit?
3. Do jaké míry se ve mně vyvinula schopnost se oddat, prapůvodní důvěra?
4. Pečuji o noční stranu své duše?
5. Jak moc se bojím smrti – vyrovnal(a) jsem se s ní dostatečně?

Nadměrná potřeba spánku vzbuzuje tyto otázky:

1. Utíkám před aktivitou, odpovědností a uvědoměním?
2. Žiji ve světě snů a mám strach probudit se v realitě?

Chorobné závislosti

Téma zvýšené potřeby spánku nás přivádí přímo k závislostem, neboť i u nich tkví hlavní problém v útěku. **Záviset znamená hledat. Závislí cosi hledají, nicméně se předčasně zastaví a zůstanou jen u náhražek. Hledání by mělo vyústit v nalezení, a tedy i ve spásu.** Ježíš Kristus řekl: „Člověk, který hledá, ať nepřestává hledat. Když najde, bude otřesen, bude se divit a stane se pánem veškerenstva.“ (Apoštol Tomáš)

Hledají všichni velcí mytologičtí a literární hrdinové: Odysseus, Don Quijot, Parsifal, Faust; nepřestávají však hledat, dokud nenaleznou, co hledali. Na této cestě čekají na takového hrdinu mnohé nástrahy, zmatky, zoufalství a tma. Když však najde, co hledal, jeví se mu to nicotné oproti všemu úsilí, jež věnoval hledání. Každý člověk bloumá sem tam a dostává se do nejroztodivnějších zákoutí mysli – neměl by však nikde ulpět ani ustrnout, nesmí ustát v hledání, dokud nenalezne.

Hledejte a naleznete..., říká se v evangeliu. **Kdo se však nechá odradit zkouškami, nebezpečími a zmatky provázejícími cestu, přestane hledat a získává závislost. Promítá svůj cíl do něčeho, co už našel po cestě, a přestane hledat. Integruje náhradní cíl a nedokáže se nasytit. Pokouší se ukojit hlad stále větším množstvím „stejně“ náhražkové potravy a nezaznamená přitom, že s jídlem roste chuť. Získal závislost a nedokáže si přiznat, že se zmýlil v cíli a že by měl hledat dál. Strach, pohodlnost a zaslepenost ho pevně drží ve své moci. Závislost může vyvolat každé zastavení na cestě.** Všude číhají Sirény a snaží se zadržet poutníka a připoutat ho k sobě – vyvolat v něm závislost.

Závislost způsobují všechny formy, když je neprohlédneme: peníze, moc, sláva, majetek, vliv, vědění, zábava, jídlo, pití, askeze, náboženské představy, drogy. Ať už je to cokoli – všechno má své oprávnění jako zkušenost a všechno se také může změnit v prostředek vyvolávající závislost („drogu“), když se od toho opět neoprostíme. Závislost je zbabělost, strach z nových zkušeností. Kdo chápe svůj život jako cestu a neustále po ní kráčí, ten hledá, ale nezávisí na ničem. My všichni máme své „drogy“, jež otupují stále znovu naši mysl. Problém ale nezpůsobují tyto „návykové jedy“, nýbrž naše vlastní pohodlnost, neochota hledat dál. Tyto postřehy nám jasně ukazují dominantní téma, po kterém člověk touží. Náš pohled přitom začne být mírně jednostranný, jestliže pustíme ze zřetel všeobecně uznávané prostředky vyvolávající závislost (bohatství, píše, úspěch, vědění atd.). Přesto zde heslovitě popíšeme pouze ty „drogy“, které jsou obecně považovány za patologické.

Žravost

Žít znamená učit se. Učit se znamená integrovat a přijmout do vědomí principy dosud pocíťované mimo já. Neustálý příjem nového vede k rozšiřování vědomí. „Duchovní potravu“ lze nahradit „materiální“ a toto požívání vede jen k „rozšíření těla“. Když není hlad po životě ukájen prožitkem, poklesne na tělesnou úroveň a projeví se jako tělesný hlad. Tento hlad však nelze ukojit, neboť vnitřní prázdnota se nedá vyplnit jídlem.

V jedné z předchozích kapitol jsme uvedli, že láska je otevření, vpuštění – chorobně žravý člověk prožívá lásku pouze v těle, protože jí není schopen ve vědomí. Touží po lásce, neotvírá ale hranici svého já, nýbrž jen svou pusou, a *sežere všechno*. Výsledkem je *otylost z trápení*. Žravý člověk prahne po lásce, potvrzení, odměně – bohužel ale na nesprávné úrovni.

Alkohol

Alkoholik touží po bezkonfliktním, krásném, zdravém světě. Cíl by to nebyl tak špatný, jenže on by k němu chtěl dospět tím, že se vyhne všem sporům a potížím. Není ochoten vědomě vstoupit do konfliktnosti života a řešit spory prací. Proto otupuje své konflikty a problémy a pomocí alkoholu si vykouzluje neposkvrněný svět. Většinou také vyhledává lidskou blízkost. Nicméně alkohol svým způsobem karikuje tuto blízkost, když odbourává zábrany a omezení, stírá stavovské rozdíly a umožňuje rychlé sbratření, jež však postrádá hloubku a závaznost. Pití je pokus ukojit touhu hledat zdravý, bezkonfliktní a bratrský svět. Je třeba *spláchnout* vše, co stojí v cestě tomuto ideálu.

Kouření

Kouření se nejvíc vztahuje k dýchacím cestám a plicím. Připomeňme si, že dýchání souvisí především s komunikací, kontaktem a svobodou. Kouření je pokus stimulovat a uspokojovat tyto oblasti. Cigareta se stává náhražkou skutečné komunikace a svobody. Reklama na cigarety míří cíleně a obratně na tyto lidské touhy: volnost kovboje, překonávání všech letových omezení, cesta do vzdálené země a pospolitost veselých lidí – všechny tyto touhy já lze ukojit cigaretou. Člověk putuje velmi daleko – proč? Možná kvůli ženě, příteli, svobodě – nebo si vynahrazuje všechna tato přání prostřednictvím cigarety, jejíž kouř mu zamlžuje skutečné cíle.

Drogy

Hašiš nebo marihuana se vztahují k podobné tématice jako alkohol. Člověk utíká před problémy a konflikty tím, že se uvádí do povzneseného stavu. Hašiš otupuje „ostří“ života, jeho tvrdost. Všechno je náhle měkčí a výzvy ustupují do pozadí.

Kokain (a podobné povzbuzovací prostředky jako captagon) má opačný účinek. Enormně zvyšuje výkonnost a může částečně přispět k ještě většímu úspěchu. Zde je třeba se zamyslet nad tématem „úspěch, výkon a uznání“, neboť droga je pouze prostředek, jak mocně podpořit tvořivost. Hledání úspěchu je vždycky hledání lásky. Proto je kokain tak velmi rozšířený např. v šoubyznysu a ve filmové branži. Hlad po lásce je specifický problém právě v těchto povoláních. Exhibující umělec touží po lásce a doufá, že tuto touhu ukojí přízní publika. (Okolnost, že to nejde, způsobuje, že je sice na jedné straně neustále „lepší“, na druhé straně ale také čím dál nešťastnější!) Ať už používá povzbuzující drogy nebo ne, vlastní „návyková látka“ je pro něj úspěch, který mu má nahradit skutečnou touhu po lásce.

Heroin umožňuje nejtotálnější únik před povinnostmi vypořádat se s tímto světem.

Od dosud uvedených drog se velmi ostře odlišují psychedelické látky (LSD, meskalin, houby aj.). Za jejich zneužíváním se skrývá (více či méně vědomý) záměr získat nové vědomé zkušenosti a pokročit dál v transcendenci. Psychedelické drogy také nezpůsobují závislost v užším slova smyslu. Nelze jednoznačně odpovědět na otázku, zda jde o legitimní prostředky umožňující objevit nové rozměry vědomí, protože problém netkví v droze samotné, nýbrž ve vědomí člověka, který je užívá. Tomu patří vždy jen to, co si sám vydobude. Proto je většinou vskutku obtížné skutečně si osvojit nový prostor objevený pomocí drog a nenechat se jím zaplavit. Čím dál někdo pokročí na této cestě, tím nebezpečnější jsou pro něj tyto látky – tím méně je ale také potřebuje. Vše, čeho lze dosáhnout pomocí drog, se dá získat i bez nich, jen to trvá déle. A spěch je nebezpečná návyková látka na cestě!

14. NÁDORY (MALIGNOMY)

Abychom pochopili podstatu nádoru, je mimořádně důležité myslet analogicky. Měli bychom si uvědomit skutečnost, že každý námi pociťovaný nebo definovaný celek (jednota mezi jednotami) je totiž na jedné straně částí vyššího celku a na druhé straně se současně skládá z mnoha jiných celků. Tak např. les (jako definovaný celek) je jak součástí většího celku „krajina“, tak také sestává z mnoha „stromů“ (menší celky). Totéž platí pro jeden „strom“. Ten je částí lesa a skládá se z kmene, kořenů a koruny. Kmen je tak ve stejném vztahu ke stromu jako strom k lesu nebo les ke krajině.

Jeden člověk je částí lidstva a sestává z orgánů, jež jsou součástmi člověka a zároveň se skládají z mnoha buněk, jež jsou zase částmi orgánu. Lidstvo očekává od jednotlivce, že se bude chovat pokud možno tak, aby to co nejlépe posloužilo vývoji a přežití lidstva. Člověk očekává od svých orgánů, že budou fungovat tak, aby přežil. Rovněž orgán očekává od buněk, že budou plnit své povinnosti tak, aby přežil.

V této hierarchii, jež se dá ještě rozšířit do obou stran, se každý jednotlivý celek (buňka, orgán, člověk) nachází vždy v konfliktu mezi vlastním životem a podřízeností zájmům nejbližší vyšší jednotky. Každá komplexní struktura (lidstvo, stát, orgán) vyžaduje, aby se co možná nejvíc jejích součástí podřídilo společné myšlence a sloužilo jí, má-li fungovat. Každý systém běžně přečká, opustí-li ho několik málo článků, aniž je ohrožen jako celek. Nicméně existuje jistá hraniční hodnota, jejíž překročení ohrožuje existenci celku.

Stát si tedy může dovolit určitý počet občanů, kteří nepracují, chovají se asociálně nebo jsou v opozici vůči němu. Jestliže však vzroste skupina těch, kteří se neztotožňují s cíli státu, může to při jejich určitém počtu znamenat vážné nebezpečí pro stát, a když získají převahu, je přímo ohrožena jeho existence jako celku. Stát se sice po celou dobu snaží bránit takovému vývoji a hájit svou existenci, když se mu to ale nepodaří, docela jistě se zhroutí. Nejnadějněji vypadá možnost zapojit včas tyto nepočtené skupinky občanů odchylojících se od systému zpátky do společného řádu, když se jim učiní přitažlivá nabídka podílet se na postupu ke společným cílům. Stát se většinou snaží mocensky potlačit nebo zlikvidovat jinak smýšlející občany, ale to nemá z dlouhodobého hlediska nikdy naději na úspěch, spíš to urychluje vývoj směřující k chaosu. Stát spatřuje v opozičních silách nebezpečné nepřátele, kteří neusilují o nic jiného, než zbořit starý dobrý řád a nastolit chaos.

Tento zorný úhel je správný – avšak pouze z tohoto jediného hlediska státu. Kdybychom se zeptali lidí bouřících se proti pořádku, uslyšeli bychom docela jiné argumenty, jež jsou rovněž správné – z jejich zorného úhlu. Jisté je, že se tito lidé neztotožňují s cíli a názory svého státu, nýbrž proti nim staví vlastní názory a zájmy a rádi by viděli, jak se uskutečňují. Stát vyžaduje poslušnost, odbojné skupiny chtějí svobodu, aby mohly uskutečnit své vlastní představy. Lze chápat obě strany, není však lehké uskutečnit současně jejich zájmy tak, aby nedošlo k obětem.

V žádném případě není smyslem těchto řádek rozvíjet politické nebo společenské teorie, nýbrž představit si průběh bujení na jiné úrovni a poněkud tak rozšířit většinou úzký úhel, pod nímž se hledí na nádory. U rakoviny nejde o žádný izolovaný děj, který probíhá pouze v příslušných formách nádorových onemocnění. Spíš v ní nacházíme velmi diferencovaný, inteligentní proces, který zaměstnává lidi stejným způsobem jako ve všech ostatních rovinách. Téměř při všech ostatních onemocněních zažíváme, jak se tělo pokouší vypořádat vhodnými opatřeními s neduhem ohrožujícím jeho funkčnost. Když se mu to podaří, hovoříme o vyléčení (jež může být více či méně úplné). Pokud se mu to nepovede a přes veškeré úsilí podlehne, mluvíme o smrti.

Jenže u nádorového děje jsme svědky něčeho zcela jiného: organismus přihlíží, jak

stále víc jeho buněk mění své chování a pilným dělením zahajují proces, který sám o sobě nevede k žádnému konci, nýbrž jen nachází svou mez ve vyčerpání svého hostitele (živné pudy). Nádorová buňka není nic, co by přicházelo zvnějšku jako např. bakterie, viry nebo toxiny, jež ohrožují organismus, nýbrž je to buňka, která dosud vkládala veškerou svou aktivitu do služeb orgánu, a tím i do služeb celého organismu, aby měl optimální šance na přežití. Její smýšlení se ale náhle mění a opouští společnou identifikaci. Začíná si stanovovat vlastní cíle a bezohledně je také uskutečňuje. Přestane sloužit orgánu, jemuž přináleží, a jde jí jen a jen o vlastní rozmnožování. Nechová se už jako člen mnohobuněčné živé bytosti, nýbrž upadá zpátky k ranému evolučnímu stupni bytí a stává se z ní jednobuněčný organismus. Vypoví členství ve svazku ostatních buněk a rychle a bezohledně bují chaotickým dělením, přičemž opomíjí všechny morfologické meze (infiltrace) a buduje si všude opěrné body (tvorba metastáz). Zbývající buňky, z jejichž svazku se vymanila, využívá pro svou vlastní výživu jako hostitele. Růst a bujení nádorových buněk probíhá tak rychle, že část z nich nelze zásobovat cévami. A tak přestávají „vdechovat“ kyslík a přecházejí na primitivnější formu kvašení. Dýchání je závislé na společenství (výměna), kvašení si může zajistit každá buňka sama.

Toto velmi úspěšné nádorové bujení končí až tehdy, když doslova stráví člověka, kterého si nádor proměnil v živnou půdu. Nádorová buňka dřív nebo později ztroskotá na zásobovacích potížích. Do té doby je její chování úspěšné.

Zbývá jen otázka, proč to všechno takhle kdysi tak poslušná buňka dělá! Její motivace je ale nejspíš snadno pochopitelná. Jako poslušný člen mnohobuněčného organismu jménem člověk musela vykonávat pouze předepsanou činnost a sloužit mu k přežití. Byla jedna z mnoha, které musely vykonávat nepřitažlivou práci „pro jiného“. A dlouhou dobu to také prováděla. V jedné chvíli však organismus ztratil svou atraktivitu jako rámec pro vlastní vývoj buňky. Jednobuněčný organismus je svobodný a nezávislý, může si dělat, co se mu zlíbí, a dosáhnout nesmrtelnosti bezmezným rozmnožováním. V rámci mnohobuněčného organismu byla buňka smrtelná a nesvobodná. Je proto tak udivující, když se buňka rozpomene na dřívější svobodu a vrátí se zpět k jednobuněčnému bytí, aby se stala nesmrtelnou takřikajíc na vlastní pěst? Podřídí dosavadní společenství svým vlastním zájmům a začne si bezohledným chováním dobývat svobodu.

Je to zdařilý postup, chyba v něm ukrytá se projeví až mnohem později – a to tehdy, až buňka zaznamená, že si obětováním druhého (organismu) a jeho přeměnou v živnou půdu přichystala svou vlastní záhubu. Chování nádorové buňky je úspěšné jen do té doby, dokud žije její hostitel – člověk. Jeho konec znamená také konec nádorového procesu.

V tom tedy spočívá drobný, ale závažný omyl v koncepci uskutečňování svobody a nesmrtelnosti. Buňka vypovídá poslušnost starému společenství a příliš pozdě zjišťuje, že je přesto potřebuje. Člověka sice nijak nenadchne představa, že obětuje život kvůli životu nádorové buňky, ale buňka také nebyla předtím nijak nadšená, že obětovala život pro člověka. Nádorová buňka má stejně pádné argumenty jako člověk, ale nahlíží na celou věc z opačné strany. Jak člověk, tak buňka chtějí žít a uskutečnit své zájmy a představy o svobodě. Jsou ochotni obětovat kvůli tomu jeden druhého. Když jsme hovořili o státu, nešlo o nic jiného. Stát chce žít a uskutečňovat své představy, několik jinak smýšlejících lidí chce rovněž žít a uskutečnit své představy. Proto se stát nejprve pokouší obětovat rozvratníky. Když se mu to nepodaří, obětují revolucionáři stát. Ani jedna strana nebere nejmenší ohledy na druhou. Člověk operativně odstraňuje, ozařuje a otravuje nádorové buňky, dokud to jde – když však zvítězí buňky, obětují člověka. Je to konflikt, který probíhá v přírodě odedávna: Sežrat, nebo být sežrán. Člověk sice vidí bezohlednost a také krátkozrakost nádorových buněk. Vidí ale také, že se sám chová úplně stejně, že my lidé se pokoušíme zajistit si přežití podle téže koncepce nádorových buněk?

A zde se nachází klíč k pochopení nádorového onemocnění. Není náhodné, že

rakovina souží lidi právě v naší době, jakkoli proti ní zarytě, avšak bezúspěšně bojují. (Výzkumy amerického vědce Hardina B. Jonese ukázaly, že předpokládaná délka života neléčených pacientů s nádorovými onemocněními je, jak se zdá, vyšší než u léčených pacientů!) Rakovina je výraz naší doby a našeho kolektivního světového názoru. Prožíváme jako nádor v sobě jen to, co prožíváme rovněž my sami. Náš věk se vyznačuje bezohlednou expanzí a prosazováním vlastních zájmů. Lidé se v politickém, hospodářském, „náboženském“ a soukromém životě snaží nemilosrdně, bez ohledu na („morfologické“) hranice posouvat dál své cíle a zájmy, zakládat opěrné body svých zájmů (metastázy) a uznávají pouze vlastní představy a cíle a pokoušejí se při tom přimět všechny ostatní, aby sloužili k jejich prospěchu (parazitní princip).

My všichni argumentujeme jako nádorové buňky. Náš růst je tak zdařilý a rychlý, že ho ani nestačíme patřičně zásobovat. Máme vybudovány komunikační systémy po celém světě, nedaří se nám ale komunikovat se sousedy nebo s partnery. Člověk má hodně volného času a neví, co si s ním počít. Produkuje a ničíme potraviny, abychom manipulovali s cenami. Můžeme pohodlně cestovat po celém světě, neznáme ale sami sebe. Filosofie naší doby nezná jiný cíl než růst a pokrok. Pracujeme, experimentujeme, bádáme – proč? Kvůli pokroku! Lidstvo je na „tripu“, který nemá cíl. Proto si musí nepřetržitě stanovovat nové cíle, aby nepropadlo zoufalství. Slepota a krátkozrakost současných lidí si v ničem nezadá se zaslepeností nádorové buňky. Abychom popohnali hospodářskou expanzi, používali jsme celá desetiletí přírodu jako živnou půdu a hostitele, abychom dnes „s úžasem“ zjistili, že smrt hostitele znamená i náš vlastní zánik. Považujeme za svou živnou půdu celý svět: rostliny, zvířata, suroviny. Všechno tu je jen a jen pro to, abychom se mohli bezmezně rozlézt po celé Zemi.

Odkud berou lidé, kteří se tak chovají, odvahy a nestoudnosti stěžovat si na to, že je sužuje rakovina? Ta je přece pouze naším zrcadlem – ukazuje nám naše chování, argumenty a také konec této cesty.

Nad rakovinou nemusíme zvítězit – musíme ji jen pochopit, abychom se naučili rozumět sami sobě. Že lidé ale pořád chtějí rozbít zrcadlo, když se jim nelíbí jejich obličej! Lidé mají nádory, protože oni sami jsou nádory.

Rakovina je naše obrovská šance, můžeme v ní objevit své vlastní ideové chyby a omyly. Pokusme se proto odhalit slabiny koncepce světového názoru, který máme stejný jako rakovina. Nádor koneckonců ztroskotává na polarizaci „já, nebo společenství“. Vidí pouze „buď, nebo“, a rozhoduje se tedy pro vlastní přežití nezávislé na okolí, a příliš pozdě zjišťuje, že přece jen na okolí závisí. Chybí mu vědomí vyšší jednoty, která jej zahrnuje. Vidí jednotu jen ve svém vlastním vymezení. Toto nepochopení jednoty s ním mají lidé společné. Také člověk se vymezuje ve svém vědomí, a teprve tím vzniká rozštěp mezi já a ty. Myslíme v „jednotkách“, aniž si uvědomujeme, jak je tento pojem nesmyslný. Jednota je souhrn všech bytí a nezná nic kromě sebe. Když ji rozložíme, vzniká mnohost, ale i ta zůstává nakonec součástí jednoty.

Čím víc se vymezuje ego, tím víc ztrácí cit pro celek, jehož je pořád pouhou součástí. Podléhá iluzi, že může něco udělat „samo“. Ale i zde platí vše v jednom, jednota všeho. Nic a nikdo se ve skutečnosti nemůže vydělit ze zbytku univerza. Naše já si to může pouze namlouvat. Podle toho, nakolik se já uzavírá do sebe, člověk ztrácí „religio“, zpětnou vazbu na prapůvod svého bytí. Ego se pokouší uspokojovat své potřeby a přikazuje nám, kudy máme jít. Přitom je mu milé vše, co slouží dalšímu vymezení, odlišení, neboť se cítí tím zřetelněji, čím ostřeji je stanovena hranice. Bojí se pouze, že se stane vším v jednom, neboť to by znamenalo jeho smrt. Proto usilovně, chytře a přesvědčivě hájí svou existenci a staví do svých služeb nejposvátnější teorie a nejušlechtilejší úmysly – jde mu hlavně o to, aby přežilo.

Takto také vznikají nepravé cíle. **Pokrok jako cíl je absurdní, protože nemá**

konec. Pravý cíl může spočívat vždy jen ve změně dosavadního stavu, ne v pouhém pokračování toho, co už tu jednou beztak je. My lidé se nacházíme v polaritě – co si máme počít s cílem, který je jen polaritní? Jmenuje-li se však tento cíl „jednota“, potom to znamená naprosto jinou kvalitu bytí, než jakou prožíváme v polaritě. Nabízet uvězněnému člověku jinou věznicí nemá smysl, i když by v ní měl třeba trochu víc pohodlí – důležitý kvalitativní skok ale učiníme, když mu dáme svobodu. Nicméně cíle jménem „jednota“ můžeme dosáhnout jen tehdy, když obětujeme já. Dokud totiž existuje já, existuje také ty, a do té doby jsme v polaritě. „Znovuzrození v duchu“ vždy předchází smrt a tato smrt se týká já. Islámský mystik Rzmi velkolepě zachytil toto téma v následujícím krátkém příběhu: „Jistý muž přišel ke dveřím své milé a zaklepal na ně. ‚Kdo je tam?‘ ozval se něčí hlas. ‚Já‘ odpověděl. ‚Tady není dost místa pro mě a pro tebe.‘ A dveře zůstaly zavřené. Po roce samoty a odříkání přišel muž znovu a zaklepal. ‚Kdo je tam?‘ zeptal se ho zevnitř hlas. ‚Ty,‘ odpověděl muž. A vzápětí se mu dveře otevřely.“

Dokud naše já usiluje o věčný život, ztroskotáme pokaždé stejně jako nádorová buňka. Ta se liší od normální buňky přeceňováním svého ega. Buněčné jádro je jakýsi mozek buňky. U nádorové buňky stále roste význam jádra, a proto se také zvětšuje (nádor se diagnostikuje podle morfologické změny buněčného jádra). Tato změna odpovídá přílišnému zdůrazňování egocentrického racionálního myšlení, jímž se vyznačuje rovněž naše doba. Nádorová buňka hledá věčný život v materiálním rozmnožování a v expanzi. Jak rakovina, tak člověk ještě nechápe, že hledají v materii něco, co tam nelze najít, a sice život. Zaměňují obsah a formu a snaží se zmnožením formy získat vytoužený obsah. Už ale Ježíš řekl: „Kdo chce získat svůj život, ten jej ztratí.“

Všechny zasvěcovací školy proto učí už od pradávna obrácenou cestu spočívající v tom, že obětujeme formální aspekt, abychom se dostali k obsahu, neboli jinými slovy: Já musí zemřít, abychom se mohli znovuzrodit v uvědoměném já. Budiž poznamenáno, že *uvědomělé já není mé já, nýbrž já jako takové*. Je to všudypřítomný střed. Uvědomělé já nemá žádné zvláštní bytí, protože zahrnuje všechno jsoucí. Zde konečně odpadá otázka: „Já, nebo druzí?“ Uvědomělé já nezná druhé, neboť je všechno v jednom. Cíl znovu se zrodit v uvědoměném já působí na ego nebezpečně a málo přitažlivě. Proto bychom se neměli divit, když ego zkouší všechno možné, aby vyměnil tento cíl splynutí v jedno za cíl dosáhnout jednoho velkého, silného, moudrého a osvíceného ega. Většina poutníků po esoterické i religiózní cestě ztroskotá na tom, že se pokoušejí dospět ke spáse a osvícení se svým já. Jen velmi málo z nich vůbec uvažuje o tom, že nikdy nelze osvítit nebo spasit já, s nímž se stále ještě identifikují.

Vykonat velké dílo vždy znamená obětovat já, usmrtit ego. Nemůžeme spasit své já, můžeme se od něj jen odpoutat a pak dojdeme spásy. To, že se v této chvíli začneme bát, že přestaneme existovat, jen svědčí o tom, jak silně se identifikujeme se svým já a jak málo víme o svém uvědoměném já. Právě v tom ale tkví možnost, jak řešit problém rakoviny. Teprve až se naučíme pomalu, postupně zpochybňovat strnulost svého já a své vymezení, začneme se prožívat jako část celku, a tím také převezmeme odpovědnost za celek. Potom také pochopíme, že blaho celku a blaho naše jedno jsou, protože jako část jsme současně zajedno s celkem (*pars pro toto*). Každá buňka obsahuje veškerou genetickou informaci organismu – jen by měla pochopit, že je skutečně celek! „Mikrokosmos rovná se makrokosmos,“ učí nás hermetická filosofie.

Chybná je idea rozlišování mezi já a ty. Navozuje iluzi, že by se dalo obzvlášť dobře přežít jako já tím, že se obětuje ty a použije se jako živná půda. Ve skutečnosti však nelze oddělit osud já a ty, části a celku. Smrt, kterou nádorová buňka přivodí organismu, se stává také její vlastní smrtí, stejně jako nás může zabít třeba zánik vnějšího světa. Jenže nádorová buňka věří ve vnějšek, který je od ní přísně oddělený, stejně jako v tento vnějšek

věří lidé. Tato víra je ale zhoubná. A příslušný lék se jmenuje láska. Láska uzdravuje, přináší spásu, neboť ruší vymezení a vpouští dovnitř ono druhé, aby mohlo dojít ke sjednocení. **Kdo miluje, nestaví na první místo své já, nýbrž prožívá větší celek. Kdo miluje, pocituje předmět své lásky jako sebe sama.**

To platí nejen pro lásku mezi lidmi, neboť kdo miluje nějaké zvíře, není v žádném případě schopen nahlížet na ně jako na potravu a předmět hospodářského využití. Nemáme přitom na mysli žádnou sentimentální pseudolásku, nýbrž onen stav vědomí, který skutečně cítí cosi ze společenství všeho jsoucího. Nemáme na mysli časté chování, kdy se někdo snaží „dobročinností“ nebo přehnanou „láskou ke zvířatům“ kompenzovat svou nevědomou provinilost za vlastní potlačené agrese.

Nádor neznačí nežitou lásku, nádor je zvrácená láska: Láska překonává všechny meze a překážky. V lásce se spojují a roztávají protiklady. Láska je sjednocení se vším, rozšiřuje se na všechno a nezastaví se před ničím. Láska se nebojí ani smrti – neboť láska je život. Kdo neprožívá tuto lásku ve vědomí, ocitá se v nebezpečí, že jeho láska poklesne do tělesnosti a zde se pokusí uskutečnit své zákony jako nádor. Také nádorová buňka překonává všechny hranice. Nádor ruší individualitu orgánů. Také rakovina se šíří na všechno a nezastaví se před ničím (metastázy). Ani nádorová buňka se nebojí smrti.

Rakovina je láska na nesprávné úrovni. Dokonalost a sjednocení se dají realizovat pouze ve vědomí, ne uvnitř matérie, neboť matérie je stín vědomí. Uvnitř pomíjivého světa forem nemůže člověk vykonat to, co přináší k nepomíjivé úrovni. Přes všechny snahy nápravců nebude tento svět nikdy zdravý, nekonfliktní a bezproblémový, prostý třenic a svárů. Nikdy nebude existovat zdravý člověk, prostý nemoci a smrti, nikdy nebude existovat všezahrnující láska, neboť svět forem má své hranice. Avšak ke všem zmíněným cílům může dospět kdokoli a kdykoli, když prohlédne formy a osvobodí se ve svém vědomí. V polaritním světě vede láska k ulpívání – v jednotě k šíření. Nádor je symptom nepochopené lásky.

15. AIDS

V roce 1983 vtrhl do středu veřejného zájmu s děsivou prudkostí nový symptom. Tento novodobý mor symbolizují čtyři písmena: AIDS; je to zkratka pro „Acquired Immune Deficiency Syndrome“, což lze přeložit jako „syndrom získané imunodeficiency“. Hmotným původcem této nemoci je nepatrný, nanejvýš citlivý virus HTLV-III/LAV, který dokáže přežít jen ve velmi specifickém prostředí. Potřebuje k přenosu nezbytně, aby se do krevního oběhu druhé osoby dostaly čerstvé krevní buňky nebo spermie nakaženého. Mimo lidský organismus virus odumírá.

Za přirozený zdroj viru vyvolávajícího AIDS (HIV) jsou považovány určité druhy středoafričských opic (zvláště pak kočkodani). Poprvé byl zjištěn koncem sedmdesátých let u jednoho newyorského narkomana. Kvůli společnému používání jehel se virus šířil nejprve v kruzích drogově závislých, odtamtud ale pronikl i mezi homosexuály, kde se dále přenášel pohlavním stykem. Dodnes představují homosexuálové rizikovou skupinu číslo jedna, patrně proto, že při často praktikovaném análním styku dochází zhusta k poraněním citlivé sliznice konečníku (vaginální sliznice je naproti tomu mnohem méně zranitelná). Tudy pak mohou spermie obsahující virus proniknout do krevního oběhu.

AIDS se objevil právě ve chvíli, kdy se podstatně zlepšilo a legitimizovalo společenské postavení homosexuálů v Americe. Mezitím se sice přišlo na to, že virus HIV je ve střední Africe hodně rozšířený rovněž mezi heterosexuály, přesto živnou půdu pro šíření tohoto moru poskytly homosexuální kruhy v Americe a v Evropě. AIDS značně ohrožuje veškerou současnou sexuální svobodu a toleranci – jedni toho litují, druzí v tom

spatřují spravedlivý trest boží. Jisté je, že z AIDS se stal všeobecný problém – netýká se jednotlivce, ale nás všech.

Když se nejprve podíváme na symptomatiku AIDS, vyniknou zvláště tyto body:

1. AIDS způsobuje zhroucení obranných sil organismu, to znamená, že tělo přestane být schopno se bránit vůči choroboplodným zárodkům přicházejícím zvenčí. Toto nevratné oslabení imunitního systému pak má za následek, že nakažené osoby jsou náchylné k infekcím (a některým nádorovým onemocněním), jež nemohou v žádném případě ohrozit zdravé lidi s neporušenou imunitou.

2. Protože virus HTLV-III/LAV má velmi dlouhou inkubační dobu – mezi okamžikem nákazy a propuknutím vlastní choroby může uplynout i několik let – má v sobě AIDS cosi děsivého. Odhlédneme-li od možnosti testování (ELISA – enzymová imunoanalýza), pak nevíme, kolik lidí vůbec je infikováno virem a zda se to netýká náhodou i nás. Tím se z AIDS stává „neviditelný nepřítel“, kterého lze velmi obtížně potírat.

3. Protože AIDS můžeme dostat pouze přenosem, a ten je opět vázán na krev a spermie, přestává být tato nemoc soukromým, osobním problémem a působivě nám připomíná závislost na druhých.

4. Nakonec zbývá hlavní téma v souvislosti s AIDS – sexualita. Právě při pohlavním styku dochází nejčastěji k přenosu viru, pokud odhlédneme od obou dalších možností – používání již upotřebených injekčních jehel a prostřednictvím krve nakaženého dárce – protože tyto dva zdroje nákazy se dají poměrně jednoduše odstranit. AIDS tak získal status „pohlavní choroby“ a sexualitu zastihuje „strach ze smrti“.

Došli jsme k přesvědčení, že AIDS jako kolektivní hrozba je důsledné pokračování procesu, který se zviditelnil v případě nádorových onemocnění. **Rakovina a AIDS mají obsahově mnoho společného a lze je spojit pod souhrnný pojem „ochotě lásky“.** Abyste skutečně pochopili, co máme na mysli, nejspíš je třeba se ještě jednou krátce dotknout tématu „lásky“, popř. připomenout to, co jsme k němu uvedli v předchozích kapitolách. V kapitole Dobro a zlo jsme se seznámili s láskou jako instancí, jež je sama o sobě schopná překonat polaritu a spojit protiklady. Protože protiklady jsou ale vždy definovány hranicemi – dobro/zlo, vnitřek/vnějšek, já/ty – láska překonává, lépe řečeno boří hranice. Tím definujeme lásku mj. jako schopnost se otevřít, vpustit do sebe „ono druhé“, obětovat hranici vlastního já.

Oběť vycházející z lásky má dlouhou, bohatou tradici v básnictví, mytologii a náboženství; naše kultura ji zná z obrazu Ježíše Krista, který z lásky k člověku na sebe vzal kříž a zemřel mučednickou smrtí, a tím nastoupil cestu všech synů božích. **Když hovoříme o „lásce“, máme na mysli duševní proces, a ne tělesný akt; kdykoli myslíme „tělesnou lásku“, mluvíme o sexualitě.**

Když se držíme tohoto rozlišení, patrně velmi rychle zjistíme, že v naší současnosti a kultuře máme s „láskou“ obrovský problém. **Láska míří v první řadě na duši druhého, ne na jeho tělo; sexualita chce tělo druhého. Obojí má své oprávnění; nebezpečná je – jako vždy – pouze jednostrannost. Život je rovnováha, vyváženost mezi jin a jang, dole a nahoře, vlevo a vpravo.**

Vztáhneme-li toto tvrzení na naše téma, znamená to, že sexualitu je třeba vyvažovat láskou, jinak sklouzneme do jednostrannosti – a každá jednostrannost je „zlá“, tedy nezdravá a nemocná. My už si stěží uvědomujeme, jak přehnaně jsou v naší době zdůrazňovány síly ega, a tím i vymezování, protože považujeme tento způsob individualizace za naprosto samozřejmý. Když si třeba zpřítomníme, jakou hodnotu mají vlastní jména v průmyslu, reklamě a umění, a srovnáme to např. s antickou, v níž zůstávala většina umělců v naprosté anonymitě, pak bude možná jasné, co myslíme, když hovoříme o zdůrazňování ega. Tento vývoj se projevuje také v jiných životních sférách, jde např. o přechod od velkých rodin k malým, popř. k „nejnovější“ formě „single“ (kdy lidé žijí sami).

Móda malých bytů je vnější výraz naší rostoucí osamělosti a izolace.

Moderní člověk se snaží čelit tomuto jednoznačnému vývoji především dvěma způsoby: komunikací a sexualitou. Rozvoj komunikačních prostředků je až překotný: tisk, rádio, televize, počítače s internetem, mobilní telefony atd. Všichni se čím dál tím víc propojujeme pomocí kabelů a elektronických sítí. Elektronická komunikace ovšem zcela zjevně neřeší problém individualizace a osamělosti, neboť je příliš nezávazná – na druhé straně však rozvoj moderních elektronických systémů velmi názorně ukazuje lidem, jak je nesmyslné a nemožné, když se chtějí vymezovat, nechávat si něco pro sebe nebo prosazovat nároky svého ega. (S postupujícím rozvojem elektroniky lze stále obtížněji utajovat, chránit data a autorská práva a je to také čím dál nesmyslnější!)

Sexuální svoboda, tak zní druhé zaklínadlo: **každý může, smí a chce se stýkat s každým a dotýkat se ho – aniž se ho to dotkne duševně**. Proto nijak neudiví, že se do služeb sexuality staví rovněž nové prostředky komunikace: počínaje „kontaktními inzeráty“ v tisku až po telefonní a počítačový sex, jež patří k oblíbeným zábavám. **Sexualita tak slouží pouze k ukájení rozkoše, a to především vlastní – „partner“ nebo „partnerka“ jsou vlastně jen jakási pomůcka**. Člověk vůbec nepotřebuje druhého, slast si lze přivodit také prostřednictvím telefonu nebo v naprosté samotě u počítače (masturbace).

Láska naproti tomu znamená skutečné setkání s druhým člověkem; setkání s „druhým“ také ale současně vzbuzuje obavy, neboť zpochybňuje vlastní esenci. Setkáme-li se s druhým člověkem, setkáme se rovněž se svým vlastním stínem. Proto je partnerství tak obtížné. Láska má víc společného s prací než s rozkoší. Ohrožuje hranice našeho ega a žádá po nás, abychom se otevřeli. Sexualita slouží lásce jako velkolepá pomůcka k překonání mezí a prožitku sjednocení také na tělesné úrovni. Když se ale vzdáme lásky a žijeme pouze sexualitou, není sexualita schopna sama o sobě plnit tento úkol.

Jak jsme se už zmínili, **naše doba maximálně zdůrazňuje ego a enormně se vzpírá všemu, co si klade za cíl překonat polaritu. A tak se křečovitě snažíme zdůrazňováním sexuality zastírat a nahrazovat neschopnost opravdově milovat – naše současnost je plná sexuality, ale chybí jí láska. Láska se dostává do stínu. Načrtnutý problém se týká naší doby a veškeré západní kultury; je to kolektivní problém.**

Tento problém ovšem zvláštním způsobem vykrytalizoval mezi homosexuály. Nejde zde přitom o rozdíl mezi homosexualitou a heterosexuální, nýbrž o jednoznačný vývoj na homosexuální scéně, která se odvrátila od trvalého partnerství s jednou jedinou blízkou osobou a přiklonila se k promiskuitě, kdy není nijak výjimečné, že někdo vystřídá za jediný víkend deset až dvacet sexuálních partnerů. Budiž poznamenáno, že stejný vývoj probíhá a tytéž problémy se objevují také u heterosexuálů, nicméně homosexuálové pokročili mnohem dál a zacházejí do větších extrémů než heterosexuální populace.

Čím víc nahrazuje lásku sexualita a čím úporněji cílí sex pouze k ukojení vlastní rozkoše, tím rychleji se otupují sexuální vzruchy. To vede k nekonečnému zvyšování hladiny dráždivosti; vzruchy musejí být čím dál originálnější, výstřednější a rafinovanější, aby lidi vydráždily. Z toho pak plynou velmi extrémní sexuální praktiky, které ve své konkrétní struktuře názorně ukazují, jak málo je při nich důležitý druhý člověk a jak je stále více degradován na roli pouhého stimulátoru.

Domníváme se, že tyto letmo nahozené závěry postačí k pochopení klinického obrazu AIDS.

Jestliže se už neprožívá ve vědomí láska ve smyslu duševního setkání a vyrovnání s druhým člověkem, upadá do stínu a nakonec na tělesnou úroveň. Láska je princip zpochybnění hranic a otevření se tomu, co přichází zvnějšku, a splynutí s ním. Imunitou organismus brání právě tuto hranici, jež je přirozeně potřebná k tělesné existenci, neboť každá forma podmiňuje vymezení, a tím také ego. Pacient

trpící AIDS prožívá na tělesné úrovni lásku, otevřenost a s nimi spojenou dotknutelnost a zranitelnost, jíž se ze strachu vyhnul v duševní rovině.

Tematika AIDS se velmi podobá tematicce rakoviny, a proto také oba symptomy označujeme výrazem „uchořelá láska“. Rozdíl však spočívá v tom, že rakovina má „soukromější“ charakter než AIDS; tím máme na mysli, že se víc dotýká samotného nemocného, že je nepřenosná. AIDS nám naproti tomu zřetelně připomíná, že nejsme na světě sami, že jakákoli izolace je iluzorní, a tím také, že ego je šílené. AIDS nám umožňuje poznat, že jsme stále součástí společenství, většího celku, a tím také neseme odpovědnost za všechny ostatní. Pacient trpící AIDS zničehonic pocítí prudký náraz této odpovědnosti a musí se rozhodnout, jak s ní naloží. Tato nemoc nutí koneckonců k odpovědnosti, ohledům a opatrnosti vůči ostatním – což jsou témata, která zatím opomíjeli právě lidé nakažení virem HIV.

AIDS dále nutí člověka zcela se vzdát jakékoli agrese v sexualitě. Jakmile totiž teče krev, lze nakazit partnera nebo partnerku. Používáním kondomů (a gumových rukavic) se uměle buduje „hranice“, kterou AIDS boří na tělesné úrovni. Když pacient upustí od agresivního sexu, má šanci naučit se jemnosti a něžnosti a navíc se setkává s tématy slabosti, bezmoci, pasivity, kterým se dosud vyhýbal – stručně řečeno objevuje svět svých citů.

Velmi snadno lze zjistit, že všechny oblasti, jež AIDS potlačuje (agrese, krev, bezohlednost...) sídlí v mužském pólu (jang), zatímco témata, jež tato nemoc přivolává (slabost, bezmoc, něha, jemnost, ohledy...), jsou podřízena ženskému pólu (jin). Proto příliš neudivuje, že AIDS se tak dominantně vyskytuje u homosexuálů, neboť *homosexuálně* se vyhýbá především střetnutí s ženstvím. (Nijak tomu neprotiřečí skutečnost, že homosexuální muž se chová velmi zženštile, protože už to je příznačné!)

K hlavním rizikovým skupinám patří především narkomani a homosexuálové. Obě tyto skupiny jsou ve společnosti poměrně zřetelně ohraničené. Často odmítají, nebo dokonce nenávidí zbytek společnosti, a tím také na sebe přivolávají odpor a nenávisť. Při AIDS nemocné tělo prožívá a učí pravý opak nenávisť: vzdává se obrany, a tím dospívá k vše-lásce.

AIDS konfrontuje lidstvo s hluboko uloženou oblastí stínu. Je to jakýsi posel z „podsvětí“ – a to ve dvojnásobném smyslu, protože také vstupní brány pro původce nemoci se nacházejí v tělesném „podsvětí“ člověka. Virus sám se dlouhou dobu ukrývá ve „tmě“, zůstává nepozorován a nepovšimnut, až posléze začne pomalu pronikat do pacientova vědomí churavěním a úpadkem jeho organismu. V této fázi vybízí nemoc k obratu, k metamorfóze. AIDS nás děsí, neboť působí ze skrytu, z neviditelnosti, z nevědomí – je to „neviditelný protivník“, soupeř, který smrtelně poranil už Amforta, krále svatého grálu.

AIDS má symbolickou (a tím také časovou) souvislost s hrozbou radioaktivity. Poté, co se „moderní“ člověk pracně odvrátil od všeho „nezjevného, nehmatatelného, božího, od nevědomých světů“, tyto světy, jež prohlásil za „neexistující“, mu to nyní oplácejí; nahánějí mu opět prapůvodní hrůzu, stejnou, jakou v něm budili už v pradávných časech démoni, přízraky, běsi, rozzuření bohové a příšery z říše nezjevného.

Sexuální síla člověka je, jak známo, obrovská, „strašlivá“ – je schopna uvolňovat a poutat – podle toho, na jaké úrovni působí. Jistě není naším úkolem opět zatracovat a potlačovat sexualitu – určitě však musíme vyvážit čistě tělesně chápanou sexualitu s „duševní schopností styku“, jíž zkráceně říkáme „láska“.

Shrňme to: Sexualita a láska jsou dva póly jednoho tématu, které se jmenuje „sloučení protikladů“. Sexualita se vztahuje k tělesnosti, láska k duši druhého. Sexualita a láska by měly být v rovnováze, měly by se tedy vzájemně vyvažovat. Psychický styk (láska) může být však prožíván jako nebezpečný a děsivý, neboť zpochybňuje hranice vlastního já. Jednostranné, přehnané zdůrazňování tělesné

sexuality vrhá lásku do stínu. V těchto případech má sexualita sklon být agresivní a zraňovat (místo psychických hranic já jsou porušeny tělesné hranice – teče krev). AIDS je konečný stav lásky uvržené do stínu. Ruší v těle hranice já a umožňuje tělesně prožít psychický strach z lásky. Takto je rovněž smrt nakonec jen tělesná výrazová forma lásky, neboť uskutečňuje naprosté odevzdání se a rezignaci na zvláštní bytí já (srov. křesťanství). Smrt je ale také jen počátek proměny, metamorfózy.

16. CO JE TŘEBA DĚLAT?

Po vši té spoustě úvah a pokusů vysvětlit poselství symptomů zbývají nemocnému ještě tyto zásadní otázky: „Jak se dokážu nyní uzdravit, když tohle všechno vím? Co musím udělat?“ Máme na ně vždy jedinou odpověď: „Pozorně se dívat!“ Tato výzva se každému zprvu jeví jako banální, prostinká a bezcenná. Člověk chce koneckonců proti tomu něco podniknout, změnit se, udělat něco jinak – co zmůže tím, že se bude jen „pozorně“ dívat? V naší neustálé „touze po změně“ se skrývá jedna z největších nástrah naší cesty. Ve skutečnosti není vůbec co měnit – tedy až na způsob našeho nazírání. Proto také doporučujeme jen „pozorně se dívat“.

Člověk nemůže v tomto univerzu nikdy udělat víc než se naučit dívat – je to ovšem to nejtěžší, co existuje. Už sám vývoj je založen na změně zorného úhlu – všechny vnější funkce jsou vždy jen výrazem nového vidění. Když si srovnáme třeba stupeň vývoje naší technicky vyspělé doby se stupněm vývoje ve středověku, zjistíme, že se od sebe liší v tom, že jsme se v mezidobí naučili vidět určité zákonitosti a možnosti. Ty zde ale byly už před desetitisíci lety – jen je tehdy nikdo neviděl. Člověk si rád namlouvá, že vytváří něco nového, a proto tak hrdě hovoří o svých vynálezech. Přitom přehlíží, že pokaždé může něco pouze *nalézt*, nikoli *vy-nalézt*. Všechny nápady a ideje jsou zde potenciálně přítomné pořád – člověk jen potřebuje určitý čas, aby je integroval.

Ať už to možná zní tvrdě vůči všem, kteří chtějí zlepšit svět: na tomto světě se nedá nic vylepšit nebo změnit kromě vlastního pohledu. I ty nejsložitější problémy se tak redukuje stále znovu na starou poučku: Poznej sám sebe! To je vsutku velmi tvrdé a obtížné natolik, že se ochotně pokoušíme stále znovu vyvíjet ty nejpropracovanější teorie a systémy, abychom poznali a změnili druhé lidi, poměry a okolní svět. Stojí nás to nemalé úsilí, a proto není divu, že je k zlosti, když všechny tyto naduté teorie, systémy a snahy smete ze stolu a nahradí jednoduchý pojem „sebepoznání“. Jakkoli se tento pojem zdá jednoduchý, skutečně poznat sama sebe není vůbec jednoduché.

Jean Gebser v této souvislosti píše: „Nezbytných změn světa a lidstva nelze v žádném případě dosáhnout pokusy o nápravu; ti, kteří chtějí zlepšit svět, se ve svém boji vyhýbají úkolu vlastní nápravy; hrají obvyklou lidskou, avšak podvodnou hru, když žádají od ostatních, aby udělali něco, nač jsou oni příliš pohodlní; zdánlivé úspěchy jichž takto dosáhnou, je ale nezbavují viny, spočívajíc v tom, že zradili nejen svět, ale také sami sebe.“ (*Verjal und Teilhabe*)

Zlepšit sám sebe ale znamená jen umět se vidět takový, jaký jsem! Poznat sám sebe neznamená poznat své já. Naše já se má k uvědomělému já jako sklenka vody k oceánu. Vlastní já nás zraňuje, uvědomělé já léčí. Cesta léčby a spásy je pak cestou od vlastního já k uvědomělému já, ze zajetí ke svobodě, z polarity k jednotě. Když mi určitý symptom sdělí, co mi (kromě jiného) ještě chybí k jednotě, pak se musím naučit vidět ono chybějící a tím je zahrnout do své vědomé identifikace. Svým výklady chceme zaměřit pozornost na to, co bychom jinak přehlédli. Když už někdo něco vidí, stačí, aby to nespouštěl ze zřetele a díval se na to čím dál pozorněji. Pouze nepřetržité, soustředěné pozorování překoná překážky a dá vzejít lásce nutné k tomu, aby se dalo integrovat nově

nalezené. **Hledět na stín znamená ho prosvítit.**

Naprostu chybná – avšak velmi častá – reakce je, že se chceme co možná nejdříve zbavit principu obsaženého v symptomu. Ten, kdo v sobě konečně objeví nevědomou agresi, se možná zděšeně zeptá: „Jak se zase zbavím téhle děsivé agrese?“ Odpověď zní: „Nijak – těšte se z toho, že ji máte!“ Právě tím, že něco odmítáme, si přece vytváříme stín a poškozujeme si zdraví – vidět přítomnou agresi uzdravuje. Komu to připadá nebezpečné, zapomíná, že princip nezmizí, když se díváme někam jinam.

Neexistuje žádný nebezpečný princip – nebezpečná je pouze nevyvážená síla. Každý princip je neutralizován svým protipólem. Stává se nebezpečným, jestliže je izolován. Samotné horko je stejně životu nebezpečné jako samotný chlad. Izolovaná mírnost není o nic ušlechtilější než izolovaná přísnost. Klid nastává pouze tehdy, když jsou síly v rovnováze. Rozdíl mezi „světem“ a „mudrci“ spočívá v tom, že svět se snaží stále uskutečnit *jeden* pól, zatímco mudrci dávají přednost středu mezi póly. Kdo jednou pochopil, že člověk je mikrokosmos, postupně se přestává bát toho, že se také v něm nacházejí *všechny* principy.

Objevíme-li v nějakém symptomu princip, který nám schází, stačí to už k tomu, abychom se naučili daný symptom milovat, neboť realizuje to, co nám schází. Kdo neustále netrpělivě pošilhává po symptomu a přeje si, aby zmizel, zatím ještě nepochopil koncepci, kterou zde předestíráme. Symptom žije princip stínu – když tento princip vítáme, můžeme stěží současně bojovat proti symptomu. V tom je klíč. Tím, že akceptujeme symptom, způsobíme, že se stane zbytečným. Jakýkoli odpor vyvolá protitlak. Symptom zmizí nejpozději ve chvíli, kdy ho pacient začne považovat za lhostejný. To značí, že pochopil a přijal platnost principu, který se manifestoval v symptomu. Toho všeho lze dosáhnout pouze „pozorným sledováním“.

Pro ještě větší srozumitelnost zde použijeme tento příběh:

Bylo nebylo, za sedmero horami, sedmero řekami a moři, vedla nevedla temným lesem cesta života. Po okrajích cesty bujelo divoce jedovaté býlí (v tibetštině je toto slovo názvem pro jedovaté rostliny i negativní nebo neintegrované pocity). A jak cesta vedla nevedla dál a hlouběji do srdce temného lesa, jedovaté býlí bujelo hustěji a hustěji, zarůstalo cestu, až ji v nejužším místě zarostlo neproniknutelnou hradbou.

Jednou šel po cestě necestě mladý mnich s vyholenou hlavou. Když dorazil k hradbě, kterou jedovaté býlí cestu zarostlo, chvíli přešlapoval na místě, otočil se a vrátil se na kraj lesa. Tam sroubil poustevnu, z níž se stal slavný klášter. Kolem později vyrostlo ještě slavnější tržiště, kde mnoho poutníků ukončilo cestu.

Až jednou přijel k hradbě jedovatého býlí chrabří rytíř. Rozhodl se jít dál. Tasil meč a začal prosekávat cestu. Jakmile se však utáté býlí dotklo země, povstali z něj odporní démoni s upířími zuby, hnílobným dechem a natahovali své krvavé pařáty po rytířově hrdle. Rytíř ale měl pro strach uděláno a břitkým mečem ťal jednoho démona po druhém. Každým úderem meče ale zasadil ránu i sám sobě. Jeho krev chytali démoni do dlaní, a jak ji mlsně chlemtali, sílili a rostli až k oblakům. Strašlivou ránou, kterou chtěl zmučený rytíř zasadit nejhnusnějšímu monstru, rozťal se od hlavy až do pasu. Démon mu s jásotem vyrval ještě horké srdce z hrudi, zahryzl se do něj a s ostatními démony začal dupat a tančit po stydnoucím těle.

A tančil a dupal by tam až dodnes, kdyby k nim nedošel zestárlý, obyčejný muž. „Rozdupeme tě taky, paznechte!“ řvali démoni a házeli po něm kusy masa vyrvané z rytířova těla. Muž se však nedal na útěk ani do boje. Jen se třikrát zhluboka nadechl a vydechl, pevně se podíval démonům do očí a řekl: „I když mě klame zrak, vím, že nejste venku, ale ve mně. Prosím, sdělte mi, co máte na srdci a poučte mne, neučeného.“ V tom

okamžiku nejmenší z démonů zmizeli.

Větší démoni se rozzuřili ještě víc, obkličovali ho ze všech stran a řvali: „Chceme tě rozdupat a rozsápat! Chceme tvou krev!“ Muž se démonům uklonil až k zemi a poděkoval jim, že se mu zjevili, aby ho poučili. Než se narovnal, démoni a monstra se rozplynuli – až na největší a nejstrašnější zrůdu. Místo vlasů se jí na hlavě ježili jedovatí hadi, ze syfilitických nozder tekla krvavý sliz, z natažených pařátů se odlupovalo shnilé masa a z úst šel tak odporný puch, že muž málem omdlel. Démon děsivě zařval a popadl ho za hrdlo. Muž se vzchopil a s láskou a soucitem objal jeho tělo poseté rakovinovými boulemi a ranami s klubky červů, něžně ho políbil na malomocná ústa. V tom okamžiku se z démona stal anděl strážný. Anděl ho vzal za ruku a vedl nad propastmi nitra až do středu jeho bytí, středu prázdnoty a jasu, oka tajfunu zvaného nirvána.

Pocitům, které v sobě potlačím, neuteču. Prožiju je nepřímo. Promítnou se ven na lidi nebo události. Svět se tak stává obrazovkou, na níž vidím své podvědomí. Svou „křivou hubu“. A to, jak ji koukám rozbít nebo před ní utíkám, vytváří můj osud: karmu. Jestliže tedy moji démoni nejsou venku, ale uvnitř, nemohu od nich utéct, ani s nimi bojovat, protože bojuji sám se sebou a mé vítězství je zároveň mou smrtí. Uvnitř nejsou nepřátelé. A když nejsou uvnitř, nejsou ani venku. Jakmile to opravdu pochopím, nebude už tak těžké judo, které učil Kristus: Miluj i své nepřátele, jinak nevstoupíš do království nebeského...

Abychom na tomto místě předešli případným nedorozuměním, opětovně poukážeme na to, že zde hovoříme o obsahové rovině nemoci a nijak nepředepisujeme, jak se má nemocný chovat na funkční úrovni. Pátrání po obsahové stránce symptomů nevylučuje nutně určitá funkční opatření, nebrání jim ani je nečiní zbytečnými. Náš přístup k polaritě snad dostatečně ukázal, že každé „buď, nebo“ nahrazujeme „jak, tak“. Když tedy praskne žaludeční vřed, neptáme se, zda máme vykládat, jak k tomu došlo, nebo operovat. Jedno nevylučuje druhé, obojí si ovšem vzájemně propůjčuje smysl. Nicméně operace je sama o sobě nesmyslná, když pacient nepochopil smysl – a výklad jako takový pak ztrácí smysl, jestliže pacient zemře. Na druhé straně by se nemělo přehlížet, že obrovská spousta symptomů neohrožuje život, a proto není tak naléhavé hledat funkční opatření.

Funkční opatření se nikdy netýkají tématu „uzdravení“, a je jedno, zda jsou účinná nebo ne. **Otevřené zůstává** v jednotlivém případě, **zda pacient začne být poctivý vůči sobě nebo ne**. Zkušenost nás nutí ke skepsi. Dokonce i ti, kteří po celý život usilovali o uvědomění a sebepoznání, jsou často až dojemně slepí vůči určitým věcem. V tom se také v jednotlivém případě táhne hranice možností, jak využít výklady uvedené v této knize ve svůj prospěch. Nezřídka bude nezbytné podrobit se náročnějším, důraznějším procesům, aby člověk narazil na to, co zprvu nechtěl vidět. Procesům bořícím vlastní slepotu se dnes říká psychoterapie.

Považujeme za důležité vypořádat se se starým předsudkem, že psychoterapie je metoda léčby psychicky narušených lidí nebo psychických symptomů. Tento pohled možná do jisté míry platí pro metody silně zaměřené na symptom (např. terapie chování), je ale zcela jistě nevhodný, pokud jde o hlubinné psychologické a transpersonálně orientované směry. Od dob psychoanalýzy je cílem psychoterapie sebepoznání a zpřítomnění nevědomých obsahů. Z psychoterapeutického pohledu neexistuje člověk, který by byl „natolik zdravý“, aby nepotřeboval příslušnou psycholéčbu. Gestaltista Erving Polster napsal: „Terapie je příliš cenná, než aby byla vyhrazena pouze nemocnému.“ My vyjádříme stejné mínění o něco tvrdšími slovy: „Člověk je nemocný jako takový.“

Jediným prožitelným smyslem naší inkarnace je uvědomění. Je úžasné, jak málo lidí se zajímá o toto jediné důležité téma jejich života. Nepostrádá určitou ironií, kolik péče a pozornosti lidé stále věnují svému tělu, ačkoli je zcela jisté, že

jednoho dne padne za obět' červům. Přitom už by snad mělo být známo, že se jednoho dne budeme muset rozžehnat se vším, co jsme si vydobyli (rodinu, peníze, dům, slávu). Jediné, co přetrvá až za hrob, je vědomí – a o to se staráme nejméně. Uvědomění je cíl našeho bytí – pouze tomuto cíli slouží celé univerzum.

Už v pradávných časech se lidé pokoušeli vyvinout si pomůcky pro obtížnou cestu uvědomění a sebenalezení. Stačí si připomenout jógu, zen, sufismus, kabalou, magii a další systémy a cvičení – používají sice různé metody, ale mají stejný cíl: zdokonalení a osvobození člověka. Jako nejmladší dívka z této rodiny vzešly ze západního, vědecky orientovaného světového názoru psychologie a psychoterapie. Oslněna zpočátku arogancí a pýchou vlastního mládí přehlédla psychologie, že začala zkoumat něco, co už dávno existovalo pod jiným jménem. Tak jako žádnému dítěti ale nelze upřít vlastní vývoj, také psychologie musela nejprve učinit vlastní zkušenosti, než si pomalu našla cestu do společného proudu všech velkých učeních zabývajících se lidskou duší.

Průkopníky se při tom stali psychoterapeuti, neboť každodenní praktická práce koriguje teoretické jednostrannosti mnohem rychleji než statistika a teoretické testy. A tak se dnes setkáváme v aplikované psychoterapii se silným splýváním myšlenek a metod všech kultur, směrů a dob. Všude odborníci usilují o novou syntézu mnohých starých, ctihodných zkušeností získaných na cestě k uvědomění. Nemělo by nikoho odradit, že při tak bouřlivých procesech vzniká také mnoho odpadu.

Psychoterapie se stává pro čím dál víc našich současníků vhodnou pomůckou k získání vědomých zkušeností a k lepšímu poznání sebe sama. Psychoterapie neprodukuje žádné osvícence – ale to nedokáže žádná technika. Vlastní cesta, jež vede k cíli, je dlouhá a náročná a může ji absolvovat jen několik málo z nás. Avšak dobrý je každý krok k většímu uvědomění a slouží zákonu vývoje. Neměli bychom tedy očekávat od psychoterapie zázraky, na druhé straně ale bychom měli vidět, že v současné době představuje jednu z nejlepších metod, jak dospět k většímu uvědomění a k větší poctivosti.

Když mluvíme o psychoterapii, nemůžeme se nezmínit o „reinkarnační léčbě“. Proto považujeme za vhodné vysvětlit několika slovy podstatu reinkarnační léčby, aniž bychom se pouštěli do konkrétních podrobností.

Reinkarnační léčba odvozuje svůj název od skutečnosti, že v ní zaujímá nemalý prostor uvědomění a prožívání minulých inkarnací.

Podrobně jsme rozvedli tezi, že problém toho kterého člověka se vždy nachází v jeho stínu. Setkání se stínem a jeho postupná asimilace je proto také hlavní téma reinkarnační léčby. Tato technika ovšem umožňuje setkání s velkým, karmickým stínem, který značně převyšuje biografický stín tohoto života. Vyrovnat se s tímto stínem není věru lehké – je to však někdy jediná cesta, jež nakonec vede k vyléčení ve vlastním slova smyslu.

Nepracujeme se vzpomínkami, nýbrž s tím, že inkarnace se zpřítomňují v prožitku. To lze provést proto, že čas neexistuje mimo naše vědomí. Čas je *jedna* možnost, jak pozorovat děje. Z fyziky víme, že čas se dá proměnit v prostor – neboť prostor je *jiný* způsob sledování souvislostí, použijeme-li tuto proměnu na problém po sobě jdoucích inkarnací, stane se z posloupnosti současná koexistence, neboli jinými slovy z časově zřetězených životů se stávají současné, prostorově paralelní životy. Budiž poznamenáno, že prostorová interpretace inkarnací není o nic správnější ani chybnější než časový model; oba způsoby nazírání jsou legitimní subjektivní úhly pohledu lidského vědomí (srov. u světla vztah vlna-částice). Každý pokus prožít prostorovou současnost promění prostor opět v čas. Příklad: V jednom prostoru se nachází vedle sebe spousta různých rozhlasových programů. Kdybychom si je však chtěli poslechnout všechny současně, nejde to, musejí následovat po sobě. Postupně ladíme na přijímači různé frekvence a přístroj nám podle různých rezonančních vzorců umožňuje kontakt s různými programy.

Představíme-li si místo radiopřijímače naše vědomí, manifestují se v každém rezonančním vzorci vždy příslušné inkarnace.

Při reinkarnační léčbě je klient veden k tomu, aby se přechodně odpoutal od dosavadní frekvence (= identifikace) a poskytl tak prostor jiným rezonancím. V téže chvíli se manifestují jiné inkarnace, jež jsou prožívány se stejným dojmem skutečnosti jako život, s nímž se klient dosud identifikoval. Protože „jiné životy“ neboli identifikace existují paralelně a současně, mohou být také vnímány všemi smyslovými kanály. „Třetí program rozhlasu“ není o nic vzdálenější než „první“ nebo „druhý“; momentálně jsme sice schopni vnímat pouze jeden z nich, můžeme ale libovolně přepínat. Podobně přepínáme „frekvenci vědomí“ a měníme při tom úhel dopadu a rezonanci.

Při reinkarnační léčbě se vědomě hraje s časem. Čas se „napumpuje“ současně do jednotlivých struktur vědomí, které se tak nadmou a zviditelní, potom se čas opět odčerpá, aby bylo možné prožívat, že vše nyní patří do „teď a tady“. Mnohdy je slyšet kritika, že reinkarnační léčba je jen nesmyslné přehrabování se v minulých životech a přitom je třeba řešit problémy „teď a tady“. Ve skutečnosti ale právě dochází k rušení iluzi času a kauzality a klient je konfrontován s věčným „teď a tady“. Neznáme žádnou jinou terapii, která tak nekompromisně odnímá všechny projekční plochy a přenáší na jednotlivce odpovědnost za všechno.

Reinkarnační léčba se snaží spustit psychický proces, přitom je důležitý proces sám, ne intelektuální zařazení nebo interpretace děje.

Kdo se naučil vnímat, jak se v každém tělesném procesu a symptomu vyjadřuje psychický děj, ten také ví, že problémy, jež se zviditelňují v těle, mohou řešit pouze procesy vědomí. Proto neznáme v psychoterapii žádné indikace ani kontraindikace. Známe jen lidi, kteří jsou nemocní a jejichž symptomy je pomáhají uzdravovat. Úkolem terapie je pomáhat člověku v tomto procesu vývoje a proměny. Proto se také terapeut spolčuje během léčby s klientovými symptomy a pomáhá jim dospět do cíle neboť tělo má vždy pravdu. Školní medicína dělá pravý opak, spolčuje se s pacientem proti symptomu. Terapeut stojí vždy na straně stínu a pomáhá mu dostat se na světlo. Nebojuje proti nemoci a jejím příznakům, snaží se využít ji jako jakési točny a nasměrovat klienta k uzdravení.

Nemoc je pro člověka obrovská šance, je to jeho nejcennější statek. Nemoc je osobní učitel a vůdce na cestě k uzdravení. Nabízí se několik cest k tomuto cíli, většinou obtížných a složitých, nicméně tu nejlogičtější a nejindividuálnější nemoc většinou opomíjíme. Na této cestě jsme však nejméně náchylní k sebeklamům a iluzím. Proto je zřejmě také tak neoblíbená. Jak při terapii, tak také zde na těchto stránkách jde o to, vyzvednout nemoc z obvyklého úzkého rámce nazírání a vyjevit její skutečné vztahy k lidskému bytí. Kdo není schopen vstoupit s námi do tohoto jiného vztahového systému, nemůže v žádném případě porozumět ani jednomu z našich závěrů. Kdo se však naučí chápat nemoc jako cestu, tomu se otvírá svět nových náhledů. Náš přístup k nemoci neučiní život ani snadnějším, ani zdravějším. Spíš nám jde o to dodat lidem odvahu, aby poctivě pohlíželi na konflikty a problémy tohoto polaritního světa. Snažíme se odhalit iluze tohoto světa nepřátelského konfliktům, jenž se domnívá, že lze vybudovat ráj na zemi na nepoctivém základu.

Hermann Hesse řekl: **„Problémy tu nejsou od toho, aby se řešily, jsou to jen póly, mezi nimiž vzniká napětí nutné pro život.“** Řešení spočívá mimo tuto polaritu, abychom se tam ale dostali, musíme sjednotit tyto póly, smířit protiklady. Toto náročné umění slučovat protiklady ovládne pouze ten, kdo poznal oba póly. K tomu musí být ochoten prožít a odvážně integrovat všechny póly. „Solve et coagula“, je psáno ve starých spisech: Rozvaž a svaž. Nejprve musíme rozlišit a prožít oddělení a rozštěp, než se můžeme odvážít na velké dílo „chemické svatby“, sloučení

protikladů. Člověk tak musí nejdřív sestoupit hodně hluboko do polarity materiálního světa, do tělesnosti, nemoci, hříchu a viny, aby v nejtemnější noci duše a v nejhlubším zoufalství našel světlo, které mu umožní nahlédnout cestu utrpením a trýzní a poznat ji jako smysluplnou hru, jež mu pomohla najít se tam, kde byl vždy: v jednotě.

Poznal jsem dobro a zlo,
hřích a ctnost, právo a bezpráví;
soudil jsem a byl jsem souzen;
prošel jsem zrozením a smrtí,
radostí a utrpením, nebem a peklem;
a na konci jsem seznal, že jsem ve všem a vše je ve mně.
Hazrat Inayat Khan

HESLÁŘ PSYCHICKÝCH ANALOGIÍ ORGÁNŮ A ČÁSTÍ TĚLA

Dáseň – Prapůvodní důvěra
Genitálie – Sexualita
Játra – Hodnocení, světový názor, náboženství
Kolena – Pokora
Kosti – Pevnost, dodržování norem
Krev – Životní síla, vitalita
Krk – Strach
Kůže – Vymezení, normy, kontakt, něha
Ledviny – Partnerství
Měchýř – Upustit tlak
Nehty – Agrese
Nohy – Porozumění, pevnost, zakořenění, pokora
Nos – Moc, hrdost, sexualita
Oči – Vhled
Penis – Moc
Plíce – Kontakt, komunikace, svoboda
Pochva – Oddanost
Ruce – Pochopení, akceschopnost schopnost
Srdce – Schopnost milovat, emoce
Svaly – Pohyblivost, flexibilita, aktivita
Tenké střevo – Zpracování, analýza
Tlusté střevo – Nevědomí, lačnost
Údy – Pohyblivost, flexibilita, aktivita
Ústa – Schopnost přijmout
Uši – Schopnost přijmout, poslušnost
Vlasy – Svoboda, moc
Žáda – Vzpřímenost
Zuby – Agrese, vitalita
Žaludek – Cit, schopnost přijmout
Žluč – Agrese