

## Sóma, Self a zdroj

*David Boadella*

### 1. Sóma a krunýř

Každý zná rozdíl mezi zdravím a nemocí. Když jsme zdraví, cítíme se v těle doma, jsme integrováni, sjednoceni se sebou samými, nejsme chyceni ve vnitřním konfliktu. V nemoci jsme napjatí, stažení, plní nevyřešených emočních stavů, bojujeme se sebou či s druhými, jsme nešťastní, neurotičtí. Může to dokonce vést k tomu, že si přivodíme fyzickou nemoc.

Fyzické tělo kromě genetického dědictví a vlivů přijímaných z prostředí představuje kódované uložisko pro všechny emoce, myšlenky, pocity a hodnoty, které ztělesňujeme. V denním životě lze jen obtížně oddělovat tato rozličná pole vlivu, a proto se stal oblíbeným termín „tělo-duše“ (body-mind). Vyjadřuje jednotu myšlení, cítění a jednání. V němčině nese tento význam slovo „leib“, kontrastující s čistě fyzickým „körper.“ V řečtině znamená slovo „sóma“ něco, co je blíže tvaru. Navzájem se překrývající a propojená tvarová pole těla ustavují naše sóma. V Novém Zákoně používá sv. Pavel slovo sóma také pro nefyzické tělo, světelné tělo či „tělo vzkříšení“.

Sóma se tak zdá být významově blízko duši; slovo „duše“ je překladem řeckého slova „psýché“. Lidé po tisíciletí hloubali o vztahu mezi „tělem“ a „duší“. Z různých zmíněných úhlů pohledu vystihuje nejlépe sňatek mezi fyzickým tvarem a poli vědomí, která rozpoznáváme na různých úrovních duše, Reichova „psycho-somatická identita a antiteze“. Zážitky klinické smrti podporují představu, že za jistých okolností se tento sňatek končí a že tato pole vědomí si mohou podržet vlastní tvar, i když je tělo mrtvé. Možná by bylo nejlepší chápat tělo jako konkretizaci našeho sóma, našeho tvaru.

„Krunýř“ je termín, který použil Wilhelm Reich k popisu fyziologické a psychické obranné krusty, kterou budujeme ve stavech nerovnováhy, ztráty kontaktu a bazální nešťastnosti. Krunýř znamená snížení pulzace a přílišné napětí či povolení tkání, porušení synchronizace myšlení, naladění a konání. Reich a mnozí další navrhli vícero teorií, jež vysvětlují vznik svalového krunýře. Když se objevuje krunýř, člověk se obrací proti sobě samému, kultura se dostává do rozporu s přirozeností a emoční život vyprahne

jako poušť. Následně pak vzniká poušť vnější: ekologická noční můra, která ohrožuje celou naši planetu.

Důležitý není původ tohoto procesu „privace“ (vybudování rigidních zdí, které uzavírají komunikaci mezi částmi celku), nýbrž jasné rozlišení mezi dvěma říšemi zkušenosti: říší zdravého sóma, jež je elegantně zakoreněno v přirozených procesech a v rytmu se sebou samým a s druhými, a tělem zatuhlým v krunýři, jež se odštěpilo od hlubšího pocitu propojení a zaobalilo do rubáše neurotických obranných formací. Proud života je pak v těle zablokován a stagnuje.

Toto základní rozlišení popsal Reich jako *primární* a *sekundární* vyjádření. Primární vyjádření jsou původní, nepokřivená, jasná a dobře fungující; sekundární jsou omezená, uzavřená, zadržovaná, zmatená, porušená a často destruktivní. Reich přidal třetí kategorii, kterou nazval terciální. Ta se vztahuje ke snaze zamaskovat tuto porušenou a patologickou sekundární vrstvu a ukazovat falešnou fasádu.

Stanley Keleman zasvětil svou životní práci studiu našich formativních procesů a popsal deformace (či urážky formy), které se u nás rozvíjejí během akulturace, jež probíhá vadným způsobem. Mluvil o ztělesnění jako o propojenosti s vlnami a rytmy pohybů vnitřních tekutin, které námi proudí, s mořem protoplazmy, které vytváří duši buňky. Reich definoval neurózu jako ztrátu protoplasmatického jiskření; terapie je tedy cestou ke znovuzožehnutí tohoto jiskření.

## 2. Ani hmota, ani mysl

Jestliže nelze redukovat mysl na mozek, jak tvrdil přední neurofyziolog sir John Eccles, žijeme v uni-duálním vesmíru. Mozek a mysl mohou být spojovány (jednota a „identita“), můžeme je však také rozlišovat (dualita a antiteze). Mnoho důkazů poukazuje k závěru, že zatímco mozek představuje vysoce organizovaný kus přírody, který zaujímá určitou oblast prostoru a času chráněnou kostěnou čapkou lebky, mysl je nelokální a působí za hranicemi čtyřrozměrného vesmíru prostoru a času. Důkazy pro to již více než století poskytuje parapsychologický a parafyzický výzkum. Významně to též podporuje moderní kvantová fyzika, která nachází působení stejné uni-duálnosti v základech přírody, v komplementaritě vlnění a částice. Ve knize *Quantum Self* je rozvinut tento vztah duality mezi vlněním a částicí subatomární reality do modelu vztahu mozku a mysli.

Kvantová fyzika, zkoumající nejnvtřnější tajemství hmoty, klopýtá na té neredukovatelné skutečnosti, že vlastnosti hmoty se nerozlučně pojí s vlastnostmi vědomí. Jedná se o takzvaný problém „pozorovatele“ interpretujícího kvantové děje, který zůstává jako nerozluštěný kóan. Fyzici s ním a s jeho filosofickými implikacemi zápasí již šedesát let. Různá řešení, všechna si vzájemně odporující, shrnul Nick Herbert ve své knize *Quantum Reality*.

Anglický fyzik David Bohm, Einsteinův kolega, navrhl model, v němž figurují dva rozdílné řády přírody, jež nazval explikátní a implikátní. Přišel s představou spektra hustoty, ve kterém se hmotné tvary rozvinuly z implikátního řádu, v němž byl jejich potenciál zavínut. To znamená, že na přírodu hledí tak, že hmota, tak jak ji můžeme pozorovat a měřit, představuje manifestaci něčeho jemnějšího, co můžeme tušit, postulovat, či dokonce kolem toho vytvořit matematiku, ale co se nachází za hranicemi říše pěti fyzických smyslů a jakýchkoliv nástrojů, které umíme vyrobit, abychom zvětšili jejich mohutnost či je zjemnili.

Irský meditační mistr Bob Moore ve svém Psychic Centre na západním pobřeží Jutska vedl mnoho let kurzy vnitřního rozvoje, jež zcitlivovaly intuitivní uvědomování si těchto jemných dimenzí bytí, které čím dál tím víc fyziků začíná přijímat. Světoznámý kosmolog a astrofyzik Roger Penrose nedávno podpořil závěry knihy *Quantum Self* tvrzením, že vědomí samo je kvantovým jevem.

David Bohm v rozhovoru s Dalajlamou vyjádřil své stanovisko takto:

„Když hmotu zkoumáte více do hloubky, ukáže se, že má další a další jemné vlastnosti... Podle mě z fyziky vyplývá, že příroda je tak jemná, že může být téměř živá či inteligentní.“

Bohm dále rozvedl své myšlenky a vyjádřil uni-duálnost jemné a husté formy pomocí termínu „význam sóma“ (soma-significance). Sóma tvarujeme skrze významy, s nimiž jsme v kontaktu, skrze intencionalitu, hodnoty a kvality bytí. Následně tyto samé hodnoty podporuje či brzdí, rozvíjí či inhibuje naše somatická životní zkušenost. Existuje vztah a souhra mezi vnějším základem zážitků denního života v poli jednání a existenciální cestou, jež se odehrává v konkrétním těle v konkrétním století v konkrétním městě, a vnitřním základem osobního mýtu, archetypální paměti, vize, snu a doménou mytické reality, která transcenduje prostor a čas.

Tyto dvě říše rozlišuje Jung jako říši ega a říši Self. Hamíd Ali mluví o člověku světa a člověku ducha. Stuart White ve své knize, která udělala takový dojem na Junga, že se jí zabýval ve svých dopisech, popisuje vztah

mezi „zablokovaným“ vesmírem husté hmoty, světem, jak jej známe, a „nezablokovaným“ vesmírem, jenž v latenci leží za tím vším, co je manifestováno.

Biolog Rupert Sheldrake pobouřil vědeckou komunitu svou hypotézou, že růst tvaru neovládají jen dobře známé biochemické a fyzikální procesy, ale také nelokální morfické pole, které nenesou žádnou detekovatelnou energii, ale sdělují vzory, vzhled a informaci. Je-li tato morfická hypotéza správná, podporuje to náhled mnoha světových náboženství, že jemné úrovně bytí organizují ty husté, stejně jako vlna obsahuje potencialitu částice. Brazílský psychofyzik Hernani Andrade přinesl několik let před Sheldrakem podobný model, který nazval „biologická organizační matrice“. Jedná se o jemné informační pole, které organizuje a řídí utváření fyzického těla, jež genetika sama neumí dostatečně vysvětlit.

Biologové rozlišili „vzhůru směřující příčinnost“, při které nižší organizuje vyšší, a „dolů směřující příčinnost“, při které vyšší organizuje nižší.

Uniduálnost mezi těmito dvěma řády přírody, které nazýváme jemný a hustý, se vyskytuje také ve spisech Longčhenpy, který mluví o „této straně“ a „druhé straně“. Možná máme co do činění s dvěma stranami „luxonové zdi“, na jedné straně je subliminální svět studovaný vědou, na druhé superluminální svět synchronicity a nelokálnosti.

### 3. Matrice esence a celosti

V předcházejících oddílech jsme zkoumali dvě různé a odlišné polaritu, polaritu mezi primárním a sekundárním vyjádřením života a polaritu mezi jemnými a hustými řády přírody. Neschopnost rozpoznat rozdíl mezi těmito dvěma kontrastujícími polaritami vytvořilo mnoho zmatku. Tento zmatek působí ve všech formách biospirituální práce s lidmi, neboť mnoho lidí interpretuje spiritualitu jako způsob, jak se dostat pryč od těla nebo nad něj, a mnoho náboženství bylo interpretováno tak, že jejich učení hlásá, že svět je past.

Můžeme se pokusit rozuzlit toto zmatení tím, že vytvoříme jednoduchou matici se dvěma osami, které spolu svírají pravý úhel. Vertikální osa představuje spektrum hustoty, horizontální osa polaritu mezi celostí a fragmentaritou.

Uvidíme, že pro horní a dolní část vertikální osy existuje mnoho metafor. Zde jsou nějaké příklady:

Jemný	Hustý	(kvantová fyzika, Bohm, buddhismus)
Nezablokovaný	Zablokovaný	(Stuart White citovaný Jungem)
Implikátní	Explikátní	(kvantová fyzika, Bohm)
Orfické	Energetické	formativní biologie Ruperta Sheldraka
Dolů směřující příčinnost	Vzhůru směřující příčinnost	(Donald Campbell)
Vnitřní základ	Vnější základ	(biosyntéza)
„Nebesa“	„Země“	(čínská akupunktura)
Esence	Existence	(filosofie)
„imaginární“	„reálný“	(komplexní relativita, Jean Charon)
Nebeský	Pozemský	(súfismus, Henry Corbin)
Purůša	Prakrti	(hinduistická filosofie)
Vědomí	Prostoročas	(neognostická fyzika)
Nelokální	Lokální	(Bellův teorém)
Druhá strana	Tato strana	(Longchenpa)

Druhou polaritu můžeme jednoduše znázornit řadou párů opozit:

Primární a sekundární	(Reich, Longchenpa)
Esence a ego	(súfismus: Hamíd Ali; neognostické křesťanství)
Rozvíjení a zavíjení	(biosyntéza)
Jádro a charakter	(energetika jádra)
Sóma a krunýř	
Vertikální a horizontální	(neognostická psychologie)
Proudy života a past	(Wilhelm Reich)
Louka a pódium	(Wilhelm Reich: kosmická superimpozice)
Celost a fragmentárnost	(holonomie: David Bohm)
Nebe na zemi; peklo na zemi	(křesťanství)
Oceán – poušť	(planetární ekologie, Wilhelm Reich)
Řád – neuspořádanost	(teleonomie, termodynamika)
Negentropický – entropický	(Herbert Guenther)

## 4. Utváření duše a hraní rolí

Když mně bylo 17 let, udělala na mě velký dojem poezie a filosofie anglického básníka Johna Keatse. Měla na mě silný formativní vliv v rozhodujícím stádiu adolescence předtím, než jsem přišel do kontaktu s terapeutickým procesem či Wilhelmem Reichem.

Keats popisuje svět jako „údolí utváření duše“. Duši definuje jako hlubinné centrum osoby, kterému dáváme tvar mezi zrozením a smrtí.

James Hillman ve své archetypální psychologii, jež představuje rozvinutí psychologie Jungovy, také odvozuje od Johna Keatse způsob, jímž používá slovo „duše“.

Každý termín, který použijeme pro popis emočních, mentálních a transmentálních polí lidské bytosti, může být vždy zmaten, neboť to samé slovo bývá v rozdílných tradicích používáno k poukazování na protikladné zážitky, nebo protikladná slova mohou různí pisatelé užít ke sdělení stejného významu. Bude nutné každý takový termín pečlivě definovat, a vyjasnit, v jakém smyslu je či není používán.

Anglický výraz pro duši (soul) je překladem řeckého slova „psýché“ a latinského slova „anima.“ Zde jsou některé příklady použití:

Duše	a) psýché
	b) nevědomí (personální, prepersonální, transpersonální )
	c) nadvědomí
	d) mysl
	e) nesmrtelný duch
	f) vědomí obecně
	g) vědomí konkrétně
	h) Anima mundi, duše světa
	i) protiklad těla
	j) život těla
	k) duch, přízrak
	l) hloubka, jako v „soulové hudbě,“ „vrah duší“



Já budu toto slovo používat ve smyslu, ve kterém je používal John Keats, jako utváření hlubokého smysluplného středu v průběhu naší životní cesty. V tomto smyslu nemůžeme během svého vtělení oddělovat duši od somatické roviny našeho bytí. Blíží se významu termínu „osobnost“, například u existenciálních filosofů jako Mounier, Tillich, Tournier a podobně, stejně jako u Gabriela Marcela. Avšak termín „osobnost“ bývá používán velmi zmatečně.

Slovo osoba v angličtině – person – pochází z latinského „personare“, znít skrze. V tomto smyslu, když mluvíme plně z hloubky naší zkušenosti a vyslovíme ze srdce své vnitřní pocity v komunikaci s někým druhým, máme „duši“, jsme přítomní ve své celosti. Hamíd Ali mluví o tomto ztělesnění naší bytosti ve světě jako o „osobní esenci“. „Duše,“ píše Aristoteles, „představuje primární jednání fyzického těla schopného života.“

Avšak v angličtině to samé slovo osobnost – personality – je spojeno s řeckým slovem „persona“ označujícím masku, která skrývala tvář mluvícího člověka, jenž zpoza ní mluvil z role, již hrál v dramatu. U Junga slovo persona značí masku, která zakrývá skutečnou osobnost. V pracích Gurdžijeva představuje osobnost synonymum pro falešné vzorce chování, jež vznikly jako náhražkové kontakty, což je téměř identické s Reichovým užíváním slova „charakter“ (z řeckého vkládat do formy, schematizovat), značícím fixovanou množinu našich obranných vzorců, náš psychický krunýř.

Osoba a osobnost definované tímto způsobem představují dva póly v rámci spektra celosti, neboť osoba je organizujícím středem celosti, duší systému, základní individualitou, jež nemůže být rozdělena; zatímco osobnost se velmi lehce štěpí do podosobností, které jsou jako role, jež hrajeme, abychom zakryli svou pravou povahu.

Život jako údolí utváření duše je cestou osobního vývoje, v němž se naše vnitřní potenciály a kvality mohou postupně aktualizovat a realizovat, navzdory – a někdy skrze – síly, které působí směrem k blokaci, utrpení a fragmentaci.

Další pojem, který vnáší do psycho-spirituální práce velký zmatek, je EGO.

Toto jsou některé z významů slova ego:

„Já“, můj pocit sebe sama	Freud, německy
Psychický aparát, část mysli	Freud, překlad z němčiny
Střed egoismu	Obecná mluva
Něco, co je třeba posílit	Ego psychologie
Něco, čeho je třeba se zbavit	Duchovní nauky
Organizující střed celosti	Blanck a Blancková
Základní příčina fragmentace	Neognostická psychologie
Obraz sebe sama, ego obraz	Buddhistická psychologie, sufismus

Jak najít smysl v těchto navzájem odlišných a protikladných významech?

Transakční analýza popisuje osobu tak, jako kdyby se sestávala z různých stavů ega. Ty se zdají být podobné podosobnostem, rolím, do nichž upadáme. Tento význam bere za svůj Berne, když užívá slova „hry“ pro rozličné obranné interakce, které se u lidí mezi stavy ega objevují. Berne také přišel s představou scénářů, internalizovaných sdělení, jež přehráváme a jež jsou vzdálena potřebám našeho skutečného já. V psychodramatu se celý terapeutický přístup zakládá na uvědomování si skrytého hraní rolí.

Wilhelm Reich užíval pro polaritu primárních a sekundárních pudů metafory louky a jeviště. Na louce život běží přirozeně, vše je v rovnováze. Na jevišti se stále opakuje umělé, zamaskované drama neskutečnosti. Drama můžeme nahlížet ze dvou perspektiv: jako život proměněný v divadelní výstup, v němž se skutečné schovává za předváděným. To značí Reichovo „jeviště“. Nebo můžeme drama vidět jako příležitost pro vyjádření základních kvalit lidského usilování, které možná ztratilo skutečný kontakt s realitou v nesnázích každodenního života. Takovou úlohu mělo řecké drama. Mýty o původu a jejich schopnost přivodit katarzní uvolnění pohřbených emocí u lidí v hledišti, raná egejská podoba „terapie“. Musíme však nahlédnout do složitostí a zmatků kolem slova „ego“.

## 5. Já, ego a Narcis

Bruno Bettelheim ukázal, že slovo „ego“ se objevilo v psychodynamické literatuře coby překlad německého „ich“ znamenajícího „já“. Namísto jednoduchého a lidského slova používaného Freudem, jež každý ihned pochopí



a může se s ním ztotožnit, máme „ego“, psychický aparát, který si nárokuje jistou objektivitu.

Egopsychologie usiluje o posilování ega v tom smyslu, že chce podpořit rozvoj osobního „já“ založeného na bezpečných vztazích, neboť bez kontaktu mezi já a ty se nemůže já vyvíjet zralým způsobem. Slabá a silná ega jsou osoby, které mají slabě či silně rozvinutý pocit své individuality a jednoty svého uspořádání. To znamená, že osoba s dobrým vývojem ega v psychologickém smyslu má silný pocit osobního já, empirického já, které zná své vlastní hranice a může dobře fungovat ve skutečném světě a ve světě vztahovosti.

Ve svém článku „Smrt ega“ jsem poukázal na rozlišení, které Krišnamurti vytyčil mezi tím, co nazýval „funkční ego“, vymezené výše, a „statusové ego“, které má co do činění s pocitem přehnané důležitosti sebe sama a samolibosti a s prosazováním sebe sama ve snaze předstihnout ostatní.

Jung používal termín ego ve funkčním smyslu a stavěl ho do protikladu s tím, co nazýval Self, což bylo já v hlubším smyslu. Tomuto hlubšímu smyslu já se budeme věnovat v další části této přednášky.

V rámci procesu vývoje pocitu já se objevuje proces, jenž Freud nazval „zdravý narcismus“. Představuje hrdost na vlastní úspěchy, zjev a bytí a pojí se s radostí z toho, že žijeme. Je ve vztahu ke všem podobám péče o sebe samotného a sycení sebe samotného. V křesťanství se po nás žádá, abychom „milovali bližního svého jako sebe sama“, v buddhismu cvičení soucitu začíná soucitem k sobě samému; bez něj soucit s druhými není možný.

Sekundární narcismus představuje neurotický proces, při němž se štěpí spojení jedné osoby s druhou osobou či lidí s jejich okolím. Zahrnuje všechny podoby lidského dobývání přírody, pohání mnoho lidských sporů, vyživuje nacionalismus, úzkoprsost, války a megalomanií.

Spirituální tradice usilují o zmenšení moci ega, snaží se nás osvobodit od pastí egoismu, jehož jedním vyjádřením je charakterový krunýř.

Ken Wilber popsal poučným způsobem různé úrovně narcismu. Ke každému stupni vývoje patří zdravý vývoj já a expanze vědomí, která se k němu váže. Každý stupeň má také svůj negativní aspekt, neboť to, co bylo na jednom stupni zdravé, může na dalším vyvolávat potíže.

Některé z nejlepších příkladů patologického narcismu můžeme nalézt v duchovních hnutích, které často vedou charismatičtí a narcističtí vůdci (viz „Pád Světlohoše“, David Boadella in *Self & Society*, London). Mohou vznikat hierarchie podle stupně vývoje jednotlivých lidí a v soupeření s druhými o to, kdo nejvíce přesáhl své ego, může být přítomno ohromné

množství egoismu. Jes Bertelsen popsal podobná nebezpečnosti inflace v knize „Energie a vědomí“ a Chögyam Trungpa věnoval celou knihu popisu „Protnutí duchovního materialismu“.

Když budeme termínem „já“ odkazovat na zdravé formy sebevyjádření a termínem ego na patologické narcistní jednání, které zahrnuje stupňující se devalvací druhých, uvidíme, že v rámci výše uvedeného schématu tvoří esence a ego polaritu. Esence odpovídá Longčhenpovu dokonalému stavu, který zahrnuje i zdravý vývoj osobního já; „ego“ odpovídá pochybenému stavu, v němž se zmenšuje a omezuje naše schopnost kontaktu, což vede k narůstající izolaci, odcizení či k náhradním kontaktům vydávaným za skutečnou komunikaci. Do ega se halíme jako do pláště. Vytváří to, co Longčhenpa trefně nazývá „pevnost falešného bytí“.

## 6. Self a stín

Mnoho světových náboženství, třeba hinduismus a křesťanství, hlásá nesmrtelnost ducha. Co to znamená být nesmrtelný? Smrtelnost znamená smrt těla, rozpad explikátního řádu přírody, konec empirické existence konkrétního časového a prostorového rámce. Nesmrtelnost tuto zkázu přesahuje. Když vyhasne hustá úroveň bytí, zůstává jemná rovina, jejímž vyjádřením hustá rovina byla. Implikátní řád přetrvává. Morfická pole nemusí zmizet s fyzickou smrtí.

Slovo duše jsme si vyhradili pro vyjadřování a manifestaci své vlastní hlubiny v kontextu našeho jedinečného života. Jak nazývat tuto hlubinu samu o sobě, hlubinu, která je nezničitelná? Křesťanství používá slovo „duch“ znamenající „dech“, živel vzduchu, který je neviditelný. Hinduismus užívá termín „átman“, který původně také znamenal „dech“, ale začalo se jím označovat Self. Pataňdzali užívá termín „ten, kdo vidí“, tj. kdo si je vědom nejen světa, nýbrž i obsahů své mysli. Svědek, který vidí vše z perspektivy osvícení. V sufismu se vyskytuje termín esence znamenající skutečnost přítomnou za naší existencí. Hamíd Ali používá termín „esenciální Self“ k označení naší identity, která stojí za proudem manifestací.

Nejdříve si však ujasněme nejednoznačnosti, jež se váží k významu slova „Self“.

- a) já (běžný význam)
- b) Self status ega (jako v „jsem sobecký“)
- c) nižší Self (negativní emoční impulsy vůči druhým, Pierrakos)

- d) střední Self (používáno v huně: dospělé vědomí)
- e) nižší Self (používáno v huně: tělo se svými energiemi)
- f) vyšší Self (střed vědomí)
- g) pravé Self (Winnicott: vychází ze srdce)
- h) falešné Self (Winnicott: obranná osobnost)
- i) skutečné Self (odpovídá buď pravému Self, nebo vyššímu Self)
- j) větší Self (Durkheim: transcendentní Bytost)
- k) empirické Self (funkční ego)
- l) esenciální Self (hlubina naší bytosti)
- m) Self (transpersonální archetyp, Jung)
- n) Self (hinduismus: Bůh, átman = Brahman)

Slovem Self s velkým „S“ budu označovat naši základní esenci, větší Já, které přesahuje naši osobní individualitu. Indický mystik Ramana Maharishi zavedl cvičení, jež na západě vešlo ve známost pod jménem „intenzivní praxe“. Jedná se o silný skupinový zážitek, během něhož si lidé kladou otázku „kdo jsem já“ a setkávají se s různými vrstvami odpovědí. Když člověk odpoví na otázku tím, že řekne, kým není, začne se vynořovat jeho hlubší identita. V psychoanalýze se to nazývá procesem desidentifikace. Nemám se identifikovat se jménem v pase, jsem něco víc než toto jméno. Jsem také víc než tělo. To představuje kanál pro vyjádření mých kvalit. Jsem víc než mé emoce, jež mi mohou zastřít rozum. Jsem víc než rozum, který může zatemnit mé světlo.

Buddhismus přinesl nauku o „anattá“, o neexistenci já. Avšak kdo je tím já, které není, které umírá a podléhá zániku? A existuje-li já, které přetrvává, jsem to „já“? Můžu si toto Self nárokovat jako své auto či dokonce tělo, nebo je toto „já“ tak, že není jen mým „já“, které mě odděluje od druhého, nýbrž i tím „já“, jež je přítomno v hlubokém vztahu dvou, kteří sdílí společné já?

Self, jímž jsem, jež je mou esencí, semínkem, květem a plodem mých kvalit, je zároveň tvým Self, semínkem, květem a plodem tvých kvalit. Můžeme se odlišovat tím, jak jsou namíchány naše různé kvality. Kvality samé nás však budou spojovat. Kvality lidí si můžeme představit jako jednotlivé barvy světla. Část aury či energetického pole vztahující se k našim kvalitám, kterou může vidět jasnovidec jako záři kolem každého člověka, má rozličné barevné odstíny. Každý odstín může být jedinečný. Avšak základní barevné spektrum je dáno a vše vzniklo z jednoho světla. V jakém smyslu můžeme považovat esenciální kvality, jež představují potenciál každého člověka, za své vlastní?

R. D. Laing má ve své sbírce KNOTS báseň, jejíž část zní:

- Co je mé, nejsem já.
- Co jsem já, není mé.
- Co nejsem, je mé.
- Co není mé, jsem já.

Laingovy epigrafy jsou západními kóany. Konfrontují intelekt s tím, že racionální chápání končí, když člověk pronikne dosti hluboko do tajemství skutečnosti. Kvantová fyzika dochází k podobnému kóanu, když se snaží pochopit propojenost mezi pozorovatelem a skutečností, vidoucím a viděným. Zenový koncept ne-mysli (wu-šin) není o prázdnotě, nýbrž o nejbohatší možné plnosti přítomnosti. Abychom objevili svou nejhlubší identitu, musíme zřejmě opustit své obvyklé identity, což představuje paradox srovnatelný s poučením, které dal Ježíš svým žákům: kdo si chce život zachovat, musí jej ztratit.

Co bylo vyloučeno ze světla, setrvává ve stínu. Stín je temným dvojčetem, které zapomnělo na světlo. Stín vytváří iluzi, že Self neexistuje, že existuje toliko ego. Z temnot se rodíme, do temnot umíráme. Známe jen přechod z prázdnoty do prázdnoty. Stín je hlasem zoufalství, temný mrak na srdci, strach a třes na hraně existence, o němž mluví Kierkegaard. Jak zjistil Jung, tento stín nezmizí. Můžeme jej ignorovat, zapomenout na něj či jej popírat. Světlo beze stínu je umělým světlem. Stín povstává, když zadržíme světlo. Stín je vším tím, co stojí mezi naší esencí a jejím vyjádřením v každodenním životě. Velkou část svých životů žijeme v zatmění. Stín však potřebuje být viděn, prahne po světle. Když se osvítlí to, co leží ve stínech, projeví se jemná alchymická přeměna, strach se změní ve vzrušení, vztek v kreativní práci, temná noc zoufalství v jemnou vůni naděje. A něco víc. Stín nám může ukazovat cestu: je to prst ukazující na blok, který je třeba odstranit, prst, jenž ukazuje dále za onen blok ke světlu, které bylo zatemněno. Když prodloužíte směr, jímž stín ukazuje, zjistíte polohu Slunce. Změřte délku stínu a budete znát denní dobu.

Krišnamurti říkal: chcete-li vyřešit problém, přestaňte se jej snažit změnit. Usadte se v samém jeho středu a s opravdovostí si jej prohlížejte. Dejte mu světlo. Tibetský buddhista Čhime Rinpoče bere za předmět své meditace něco tak základního, jako jsou protivy denního života.

## 7. Zdroj a rozštěpení

Celé své dějiny se člověk snažil pochopit svůj původ, ať již upíral náboženským způsobem svou pozornost dovnitř a meditoval, nebo hleděl vně po způsobu vědy. V tomto století se tyto dvě cesty spojují. Indičtí učitelé doby upanišad dospěli k tomu, že átman je Brahman, Self je Bůh, ten vidoucí ve Stvořiteli. O Brahmanu upanišady říkají: „ve vnitřním světě představuje Brahman vědomí, ve vnějším světě prostor“.

Je to obraz základního Zdroje za dualitou mysli a hmoty, prapůvod jich obou. Když vědci zkoumali svými teleskopy a elektronovými mikroskopy tajemství subatomárního a ultragalaktického světa, od kvarků až ke kvasarům, mnoho z nich nezávisle na sobě začalo věci nahlížet překvapivě podobným způsobem. Fred Hoyle, britský astronom, jenž objevil proces vzniku uhlíku ve hvězdách, postuloval „tvůrčí pole“ coby původní zdroj, z něž vznikl vesmír. V pozdějších knihách mluvil o „inteligentním vesmíru“ a onomu tvůrčímu poli zcela jasně připisoval jistý druh kosmického vědomí. Známý kvantový fyzik David Bohm mluví o „celohybu“, o poli skutečnosti, jež zahrnuje hmotu i mysl, viděné i vidoucího. Chápal celohyb jako nejhlubší základ bytí všeho existujícího, jako jistý druh superimplikátního řádu. Francouzský kosmolog Jean Charon pokračoval v Einsteinově práci a vyvinul rovnice vystihující komplexní relativitu, jež zahrnují jak „skutečná“ (tj. hustá), tak takzvaně „imaginární“ (jemná) universa skutečnosti. Přišel s konceptem uniduality, která stojí za oběma druhy univers, a nazval ji jednoduše „Ê tre“, Bytí. Fyzici se snaží objevit jednotící pole přírody. Zdá se čím dál tím jasnější, že je nenaleznou, dokud budou od výpočtů oddělovat své vědomí. Gödelův teorém nás poučil o tom, že každý systém bude vždy nekompletní, neboť nemůže obsáhnout sebe sama.

Tento zdroj, ať už si jej jakkoliv představujeme či tušíme (navzdory pokřivenému kontaktu s původním Jedním v degenerovaných náboženstvích), nám dává ponětí o tom, co je to Celost. Hrot vertikální osy matrice esence nám může zobrazovat počáteční bod horizontální osy. Celost můžeme nalézt u kořenů subatomární struktury hmoty. Tuto celost na vlastní nebezpečí štěpíme a vytváříme tak Hirošimu či Černobyl. Celost se rozkládá v patnácti tisících milionů světelných let viditelného vesmíru. Někteří astronomové si myslí, že to *vše* je třeba, aby vznikla *jedna* planeta nesoucí život. Když vyšleme dva elektrony do vesmíru v opačných směrech, jsou bezprostředně propojeny nelokálním způsobem, který naše sub-kóanová mysl nechápe. Tuto celost můžeme tušit v rovnováze mysli

a hmoty, kultury a přírody, lidí a zbytku vesmíru. David Wasdell poukázal na to, jak rozštěpení mezi plodem a dělohou, dítětem a matkou představuje prototyp rozpolcení mezi Židy a Araby, západem a východem, severem a jihem.

Lidé jsou tak infikováni sklonem k rozštěpování věcí, že jakmile díky vizi celistvosti a díky ideji jednoho společného domova zmizela železná opona a geopolitické rozdělení mezi západem a východem, objevuje se nové rozštěpení (růst nacionalismu a vnitřních konfliktů v rámci dříve jednotných zemí či skupin zemí).

Opakem Zdroje je Rozštěpení, rozbití kosmického vejce, iluze oddělenosti. V realitě jsou totiž dokonce i oddělené části částmi celku. Základní Rozštěpení představuje kosmickou verzi toho, co Michael Balint nazývá Základní chyba a Longchenpa Vada. Z toho vzniká zapomnění na Zdroj, ztráta kontaktu s Celostí. V buddhismu se to popisuje jako ztráta Bytí, v sufismu ztráta Esence a v křesťanství ztráta Milosti. Samotné bytí však ztratit nemůžeme, můžeme ztratit jen kontakt s Bytím. Když prožijeme černou díru beznaděje nějakým novým způsobem, může se změnit v bílou díru, skrze níž se vynoříme v odlišném stavu vědomí, jak jsem se to pokoušel naznačit v kapitole „Lúno, hrob a duch“. Esenci ztratit nemůžeme. Je nezničitelná. Když Edmund Husserl mluvil o transcendentálním já, tvrdil, že by existovalo dokonce i poté, co by byl zničen celý vesmír.

Můžeme ztratit kontakt s milostí, nebo si jej zachovat – to nezávisí na vnějších podmínkách. Nelson Mandela vyšel z vězení po 27 krutých letech bez hořkosti v srdci. Dívka umírající v koncentračním táboře napsala: „Každý den hledím na strom, co roste venku, a důvěřuji životu.“

## 8. Nádech a výdech

Porod končí prvním nádechem, smrt začíná posledním výdechem. Život je rovnováhou mezi anabolismem a katabolismem. Přijímáme výživu a rozkládáme ji v odpad. Obraz výživy a vylučování ve skutečnosti přesahuje fyzickou rovinu. Musíme metabolizovat své zážitky, strávit je, napít se jejich šťávy a přitom eliminovat emoční a psychická rezidua, jež pro nás již nejsou smysluplná.

Terapie často představuje cestu, jak se vzdát starých vzorců, pustit napětí, vyjádřit pohřbené pocity a opustit falešné identifikace. Léčení můžeme chápat jako hledání kontaktu se zdroji výživy na fyzické, emocionální,



mentální a spirituální rovině. Zbavit se starého harampádí moc nepomůže, jestliže neotevřeme kanály, kterými by mohl přijít čerstvý vzduch, inspirace, nová naděje a více světla. Když je organismus zacpán bloky a není schopen je asimilovat, těžko nalezne výživu. Terapie a léčení představují katabolismus a anabolismus osobnostní změny; potřebují se navzájem, jako výdech a nádech.

To je jejich polaritou, jejich dualitou. Rozvíňte pouze jednu polaritu a ocitnete se v potížích. Jestliže duchovní práce rozvíjí vyšší centra vědomí a opomíjí či potlačuje ty nižší, stane se z ní pyramida bez stability, která se rozpadne a změní v hromadu písku. Když se terapeutická práce soustředí jen na stržení obran a odhalení bolestí minulosti, budeme svým životem dál kráčet poranění.

Za dualitou leží jednota. Slovo terapie se odvozuje od řeckého kořene, který znamená „starat se o někoho, něco“. Léčení (healing) vychází ze stejného kořene jako „celý“ (whole). Starat se o někoho znamená napomoci mu, aby objevil svou celistvost, která je zdravím. Být celistvý znamená starat se o sebe, své sousedy a svou planetu.

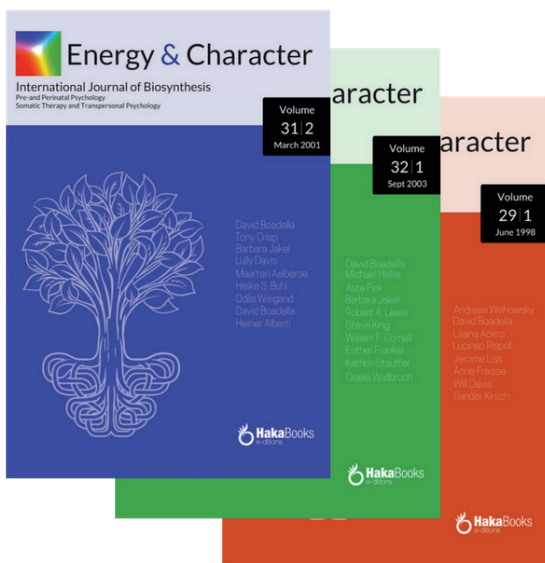
Cesta vývoje je cestou z toho, v čem jsme zabaleni. Na cestě na nás čeká mnoho pastí. Může nás zlákat manipulativní terapeut, jenž nás chce nutit k tomu, abychom se proměňovali způsobem, který si on vymyslel. Můžeme upadnout do zajetí exotického meditačního systému, který nás nakonec uzavře do nadpozemského kokonu. Pravá cesta je ta, která nám pomáhá přinést své světlo na zem, zakusit světlo země, spiritualitu těla a vtělení ducha. Pak při své cestě údolím utváření duše budeme mít nohy na zemi. Sóma, které po cestě vykultivujeme, si bude pamatovat zdroj svého Self a srdce bude víc a víc ovlivňovat naše jednání ve světě.

## Literatura




- Reich, Wilhelm: *The Murder of Christ*, Rangeley 1952.  
 Aleman, Stanley: *Embodying Experience*, Berkeley 1987.  
 Eccles, Sir John; Popper, Karl: *The Self and its Brain*, London 1977.  
 Zohar, Danah: *The Quantum Self*, London 1989.  
 Herbert, Nick: *Quantum Reality*, London 1985.  
 Bohm, David: in: *Dialogues with Scientists and Sages*, ed. Renee Weber, London 1986.  
 Almaas, A.: *The Pearl of Great Price*, Berkeley 1988.  
 White, Stuart: *The Unobstructed Universe*, New York 1940.  
 Sheldrake, Rupert: *The Presence of the Past*, London 1988.  
 Andrade, Hernani: *Teoria corposcular do spirito*, Sao Paulo, 1959.  
 Longchenpa: *Kindly bent to ease us. Vol. II*, ed. Herbert Guenther, Berkeley 1976.

- Keats, John: *Collected Letters*, London 1945.
- Hillman, James: *Revisioning Psychology*, London 1975.
- Aristotele: *De Anima*, London 1986.
- Reich, Wilhelm: „Homo normalit & the child of the future“ in *Orgonimic Functionalism* Vol. 1, No. 1, Rangeley 1990.
- Berne, Eric: *Games People Play*.
- Reich, Wilhelm: *Cosmic Superimposotion*, Rangeley 1952.
- Bettelheim, Bruno: *Freud and Man's Soul*, London 1982.
- Boadella, David: „The Death of the Ego“ in *Energy & Charakter*, Vol. 11, Weymouth 1980.
- Wilber, Ken: *Transformations of Consciousness*, Boston 1986.
- Bertelsen, Jes: *Energi og Bevidsthed*, Kopenhagen 1984.
- Trungpa, Chogyam: *Cutting through Spiritual Materialism*, Boulder 1973.
- Boadella, David: „The Fall of the Light-Bearer“ in *Self and Society*, London.
- Patanjali: *Yoga Sutras* (ed. Georg Feuerstein), Orchester 1979.
- Laing, Rd.: *Knots*, London 1975.
- Krishnamurti, Jiddu: *First & last freedom*, London 1964.
- Kierkegaard, Soren: *Fear and Trembling*.
- Hoyle, Fred: *The Intelligent Universe*, London 1983.
- Charon, Jean: *Complex Relativity*, New York 1988.
- Wasdell, David: „Foundations of Psycho-Social Analysis,“ in *Energy & Charakter*, Vol. 14, No. 2, Vol. 16, No. 2, 1983, 1985.
- Balint, Michael: *The Basic Fault*, London 1952.

Free Article



If you wish to receive more information about the reissue of the journal, we invite you to visit our website [www.energyandcharacter.com](http://www.energyandcharacter.com), where you can get information about how and where to buy them.

-  [www.energyandcharacter.com](http://www.energyandcharacter.com)
-  [journal@energyandcharacter.com](mailto:journal@energyandcharacter.com)
-  +34 680 457 788 - 620 012 111