

Artho S. Wittemann

INTELIGENCE DUŠE

*JAK PŘIJÍT NA KLOUB
JEJÍMU SKRYTÉMU ŘÁDU*

Druhé vydání



MAITREA

INTELIGENCE DUŠE

Artho S. Wittemann

INTELIGENCE DUŠE

*JAK PŘIJÍT NA KLOUB
JEJÍMU SKRYTÉMU ŘÁDU
Druhé vydání*

Přeložila Alena Ságlová-Veit



KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Wittemann, Artho Stefan

[Intelligenz der Psyche. Česky]

Intelligence duše : jak přijít na kloub jejímu skrytému řádu / Artho S. Wittemann;
z německého originálu Die Intelligenz der Psyche ... přeložila Alena Ságlová-Veit. --
Druhé vydání v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2016. -- 217 stran
ISBN 978-80-7500-223-5

128/129 * 165.242.1 * 159.923.2

– lidská duše

– sebepoznání

– pojednání

122/129 - Speciální metafyzika [5]

Artho S. Wittemann

Intelligence duše

Die Intelligenz der Psyche

Copyright © Artho Stefan Wittemann, 2002

Translation © Alena Ságlová-Veit, 2016

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2016

ISBN 978-80-7500-223-5

Obsah

V labyrintu psýché	1
Vrzení do světa, do těla, do psýché	1
Děti Země dospívají	3
Zdánlivý řád v chaosu	5
Linearita	6
Řád ve zdánlivém chaosu	7
Psýché není stroj	9
Jak patří větev ke stromu	13
Překvapivé setkání	14
Hlídač, dítě a dveře	17
Pět rovin osoby	21
Struktury v chaosu psýché	27
Zajímavý večer	27
Svéhlavost a vědomí	33
Pět kontinentů psýché	38
Ztotožnění a ochrana	42
<i>Zranitelnost: vnitřní dítě</i>	<i>44</i>
<i>Hlavní hlasy: mocní specialisté</i>	<i>47</i>
Andrea	52
<i>Ztotožnění a identita</i>	<i>62</i>
<i>Dvojí stabilita</i>	<i>64</i>
<i>Rovný rovného si hledá</i>	<i>66</i>
<i>Menší zlo</i>	<i>69</i>

<i>Protiklady se přitahují</i>	<i>71</i>
<i>Proměna</i>	<i>72</i>
<i>Dvě děti a Nic</i>	<i>77</i>
<i>Vědomé já</i>	<i>85</i>
<i>Bolest</i>	<i>94</i>
<i>Porozumění a odreagování</i>	<i>95</i>
Malá příručka pro expedice do lidských systémů	101
Pozice v systému	103
Pozice 1: Hlavní hlas a potlačený hlas	104
Pozice 2: Ohnisko a periferie	111
Pozice 3: Směr svět a směr osoba	127
Pozice 4: Kontakt a izolace	138
Pozice 5: Povrch a hloubka	141
Shrnutí	150
Magie „správného“ místa v místnosti	153
Pět kontinentů psýché: Žena, Muž, Dítě, Zvíře a Bůh	157
Kontinent 1: Žena	159
Kontinent 2: Muž	164
Kontinent 3: Dítě	170
Kontinent 4: Zvíře	174
Kontinent 5: Bůh	179
Shrnutí	183
Základní energetické kvality vnitřních osob	185
Základní kvalita 1: osobní – neosobní	187
Základní kvalita 2: otevřený – stažený	190

Základní kvalita 3: ano – ne	193
Základní kvalita 4: děláni – bytí	197
Základní kvalita 5: kompenzovaný – rezignovaný	200
Shrnutí	205
Chaos a řád: věčný tanec přírody	207
Tři stupně psychického řádu	208
Přežití nebo rozvoj	214
Poděkování	217

Věnováno Veetě

V labyrintu psýché

Vržení do světa, do těla, do psýché

Člověk žije v absurdní situaci. V noci, když je jasná obloha a můžeme vidět nekonečnost, krásu a lhostejnost vesmíru, si uvědomíme svou situaci v celé její absurditě: řítíme se na malé kouli nekonečným, nepochopitelným prostorem.

Jsmе vrženi do světa, kterému nerozumíme. Trvalo to tisíciletí, než se člověk naučil chápat a ovládat základní věci na této živé malé kouli. Než se naučil používat luk a šíp, rozdělat oheň a zase ho uhasit, postavit dům a obdělávat pole. Po celou dobu nevěděl, kde je: sledován očima boha slunce, který ráno vstával na jedné straně světa, večer se za obzorem ukládal ke spánku a druhý den zase vstával na druhé straně. Na placce uprostřed oceánu?

Člověk se v nesčetných mýtech pokoušel vysvětlit si svět a učinit tak nepochopitelnost a absurditu své situace snesitelnější. A ještě daleko více než nepochopitelnost jeho bytí utvářel člověka jeho boj o holé přežití.

Jsmе vrženi do těla, které se do tohoto světa nehodí. Na rozdíl od zvířat, která přicházejí na svět téměř zcela „oblečená“ do srsti nebo perí, se ocitáme v těle, které neustále požaduje přístřeší, oděv a teplo.

Představte si, že byste byli jen po tři dny vystaveni přírodě bez obydlí a oděvu. Docela jistě byste byli na pokraji zoufalství, možná i blízko smrti. Něco podobného platí o potravě: rostliny, které rostou bez našeho přičinění, jsou pro nás z větší části nepoživatelné. Tráva a listy, kterými se živí zvířata, nám nejsou potravou.

Ačkoli jsme přesto dokázali přežít díky tomu, že svět, do něhož se nehodíme, tak dlouho měníme, až se jakž takž hodí k nám, očekává nás nevyhnutelné stárí a smrt. A protože stejně tak jako naši prapředci nevíme, kde přesně jsme, vede naše poslední cesta znovu do neznáma.

Jsmo tedy ve vesmíru, který nechápeme, v těle, jehož přežití příroda tisícinásobně zpochybňuje. To je svět, do něhož jsme vrženi. Ale to je jen vnější polovina světa. Druhá polovina je v nás: náš vnitřní svět, naše psýché.

Většinou chápeme svůj vnitřní svět jako něco samozřejmého. Vyhýbáme se tomu seznámit se s ním hlouběji nebo se dokonce pokusit mu porozumět. Život venku je dostatečně namáhavý a komplikovaný a my jsme rádi, když se nám podaří vést co možná úspěšný život jako normální lidé.

Ale někdy to nefunguje. Zmocní se nás vnitřní neklid, napětí nebo ochromení. Někdy se cítíme prázdni a mrtví. Navenek se všechno zdá normální – a přece zároveň beze smyslu. Cítíme, že tu musí být ještě něco víc.

Potom se znovu přihlásí psýché. Posílá nám sny, které nás děsí, hlubokou touhu, která už nás neopouští, vnitřní rozervanost a nálady, které jsou jen těžko snesitelné – pro nás či pro ostatní.

Jak často si už každý z nás předsevzal změnit se, stát se lepším člověkem, trpělivějším, přátelštějším, laskavějším. Nebo jsme se pevně odhodlali být konečně rozhodnější, dávat jasněji najevo,

kde jsou naše hranice, prosadit se. A jak často jsme si přáli, aby se člověk nám blízký změnil a konečně si uvědomil, jak nám jeho chování vadí a zraňuje nás. A jak často jsme si museli přiznat, mnohdy po dlouhých bojích a hádkách, že nemá smysl chtít někoho změnit – dokonce ani sám sebe.

Rezignace člověka vydaného všanc vlastní psýché je hluboce zakořeněná. O to více se bráníme blíže se na ni podívat. Vnitřní svět je natolik nepolapitelný a prchavý, tak matoucí, mnohotvárný a rozporuplný, že se nám zdá lepší držet se vnějších pořádků a jistot, dokud to jde. Ale ať jdeme kamkoli a děláme cokoli, svůj vnitřní svět si neseme s sebou: *jsme vrženi do sebe sama*.

Toto vržení do sebe sama určuje náš život od začátku až do konce. Ale většina lidí žije, aniž by si kdy položila otázku nebo pochopila, co toto „Já“ vlastně je, jak funguje a co potřebuje, aby vzkvétalo.

Děti Země dospívají

Od té doby, co Země zrodila člověka, jí člověk byl vydán na milost a nemilost. Uctívání hromu a blesku, stromů a hor jako božstev bylo nejenom výrazem lásky a respektu, ale bylo rovněž výrazem bezmoci tváří v tvář obrovským, nevypočitatelným silám. Člověk byl vždy *dítětem Země*.

Člověk měl v podstatě jen dvě možnosti, jak se s touto situací vyrovnat. Jsou to tytéž síly, které i dnes působí mezi každým dítětem a jeho rodiči. Ta první je přijímat lásku, víru a důvěru od rodičů, Země, bohů a poslušností je svádět k dobrotě – z toho vznikla náboženství. Druhá pak je s pomocí přijatých sil sám dospět, vyvinout vlastní sílu, stát se samostatným – z toho vznikly vědy.

Obojí je člověku vlastní. Zůstaneme vždy dětmi Země a přitom budeme dospívat.

Naše dospívání začíná, když začínáme klást otázky a zpochybňovat obdržené odpovědi. Tak nalezneme nové odpovědi, které nás dovedou dál.

Ve starém Řecku si zvědaví lidé položili otázku, z čeho se skládá svět. Jeden mínil, že svět se skládá z měnící se sestavy čtyř základních prvků: ohně, vzduchu, vody a země. Další byl toho názoru, že musí existovat nějaký základní stavební prvek, něco nedělitelného: atom.

Tyto dvě myšlenky obsahují základní pravdy moderní fyziky a chemie a po tisíci dalších, čím dál hlouběji mířících otázkách vyústily do poznání o stavbě a chování atomů a molekul.

To bylo revoluční pro náš život, protože nám to umožnilo utvářet svět tak, aby se k nám hodil. Učinilo nás to dospělými v materiální rovině. V psychické rovině leží tento krok ještě před námi.

Otázky ale zůstávají tytéž: Z čeho se skládá psýché? Co jsou její stavební prvky? A jak k sobě patří?

Kdybychom mohli tyto otázky zodpovědět jen zčásti tak přesně, jako je zodpovídají moderní přírodní vědy pro materiální svět, kdybychom nebyli vlastní psýché – v dobrém i zlém – tak vydání napospas, byli bychom jako lidé skutečně dospělí. A možná bychom pak také dokázali vyřešit problémy, které vznikly teprve tím, že jsme ovládli přírodu – neboť mnohé z těchto problémů jsou zrcadlem našeho vlastního vnitřního nepořádku.

Tato kniha vám chce ukázat, jak se naučit vyznat v tom často tak nepostižitelně, divoce a proměnlivě působícím světě ve svém nitru. Chce ukázat, že to není vůbec tak těžké se v něm orientovat, známe-li stavební prvky a víme, jak na sebe působí.

Zdánlivý řád v chaosu

Racionální myšlení, na němž jsou založeny přírodní vědy, vytváří řád a strukturu. Za matoucími, mnohotvárnými jevy světa objevuje společné rysy, pravidla a zákony. Hledí-li rozum na přírodu, není naplněn radostí jako dítě ani nezmlkne v bázni jako mystik, ale ptá se: Z čeho se to skládá? Jak to k sobě patří? Jak to funguje? Rozkládá věci, dokud nepozná jejich stavební kameny. Tak rozložil rozum oheň, vzduch, vodu a zemi a našel molekuly. Rozložil molekuly a našel atomy. Rozložil atomy a zjistil, z čeho se skládají. Teď dokáže dokonce skládat molekuly, které předtím neexistovaly – protože zná jejich zákony.

Jak je ale možné, že rozum, který takto proniká do těch nejmenších struktur hmoty a zároveň zkoumá nesmírné prostory vesmíru, rozumí tak málo tomu, co *jsme* nejvíce: našemu vnitřnímu světu? Jak je možné, že to, co je nám nejbliž, je méně prozkoumáno a pochopeno než oběžná dráha Uranu, naše genetická struktura a stravovací návyky praobyvatel Papuy-Nové Guiney?

Právě *nevypočitatelnost*, proměnlivost a komplexnost lidské psýché znesnadňují vědcům její opravdové pochopení. Jak je možné zkoumat něco, co podléhá neustálému kolísání a náladám, co se zdánlivě skládá z čistě subjektivních vjemů a pocitů a co je zároveň tak plné vnitřních rozporů a protikladů?

Vědci, kteří se zabývají vnějšími jevy, to vždy měli daleko jednodušší. Není náhoda, že základy vědy, jak ji dnes známe, vznikly zkoumáním oběžné dráhy planet – tedy tak daleko od našeho vnitřního světa, jak je jen možné.

Když Isaac Newton v 17. století vysvětlil zákony pohybu těles v prostoru, slavila racionální věda velký úspěch: Newton nejenom dokázal předpovědět, po jakých drahách se planety budou pohybovat, ale i v kterém bodě se budou nacházet v určitém okamžiku.

Následně se ukázalo, že tytéž zákony mohou být v materiálním světě mnohonásobně aplikovány.

Vysvitla naděje, že nyní absurdita a nepochopitelnost našeho bytí ustoupí smysluplnému a vysvětlitelnému řádu a že skončí obtížnost našeho boje o přežití, jelikož bude usnadněna kontrola přírody. Konečně tedy bude nalezeno východisko z našeho uvržení do této existence: rozumové pochopení a rozumné jednání.

Tato naděje nás žene kupředu ještě dnes a denně je podněcována neuvěřitelnými výdobytky vědy a techniky. Zároveň jsou ovšem čím dál zřejmější hranice tradičního vědeckého myšlení.

Linearita

Když Newton, Galilei, Descartes a mnozí další začali objevovat základní fyzikální zákony hmoty, dopustili se, opojeni svými vynikajícími úspěchy, těžkého omylu: domnívali se, že kdyby jen měli dostatek času a přesnější přístroje, mohli by svými metodami vysvětlit *celý* svět. Byli pevně přesvědčeni, že by mohli koneckonců celý vesmír popsat řadou matematických vzorců, ba dokonce možná jedním jediným světovým vzorcem. V jejich očích se svět podobal obrovskému hodinovému stroji, který je jen třeba rozložit na součástky, abychom pochopili, jak funguje. Zcela se spolehli na zákon příčiny a důsledek, který při svých výzkumech objevili. Tento zákon zní: *Příčina a důsledek jsou v proporcionální souvislosti*. Malá příčina, malý důsledek – velká příčina, velký důsledek. Takovéto chování nazýváme také *lineární*.

Znáte tento princip z jízdy autem: očekáváte, že vaše auto pojeďte rychleji, čím více šlapete na plyn. Nebo že vaše rádio bude hrát o to hlasitěji, čím více otáčíte knoflíkem.

Připusťme, že existují daleko složitější příklady lineárního chování, ale pro naše účely stačí pochopit princip. Linearita znamená

koneckonců vypočitatelnost: znám-li příčinu, mohu předpovědět důsledek.

Naštěstí se ve většině oblastí, které chceme ovlivnit, abychom si usnadnili život, můžeme na tento zákon spolehnout. Pokud by tomu tak nebylo, museli byste stále počítat s tím, že vaše lednička bude střídavě chladit, tát a mrazit nebo že vaše pokojová lampa bude neustále blikat a nakonec praskne žárovka. Nemohli bychom si být jisti stabilitou našich mostů a domů nebo tím, že naše telefony a televizory budou produkovat jasné zvuky a obrazy.

Není tomu tak dávno, co vědci začali chápat, že lineární procesy jsou v přírodě velkou *výjimkou*. Mělo se za to, že mnohé přírodní procesy jako například počasí, zemětřesení, změny vodních toků a lidská psýché zkrátka ještě nejsou dostatečně pochopeny, a proto je nemůžeme přesně předpovídat – až někteří vědci pochopili, že zde mají co do činění se systémy, které jsou *ve své podstatě nevypočitatelné*. Pojmenovali tyto systémy *chaotické*.

Takové systémy jsou ale chaotické jen na první pohled. Za zdánlivým chaosem se skrývá řád. Nikoliv mrtvý a zcela vypočitatelný řád hodinového stroje nebo statistiky o konzumním chování průměrného Západoevropana v lednu, nýbrž *živý řád*, jak jej nalézáme všude v přírodě.

Pokud tedy akceptujeme, že lidská psýché je součástí přírody, neboť z ní vzešla, a pokud se pokusíme ji pochopit jako systém, který funguje podobně jako jiné živé systémy, můžeme dospět ke zcela novému chápání sebe sama.

Řád ve zdánlivém chaosu

V přírodě existuje princip, který je nám tak známý a je tak samozřejmý, že mu zpravidla nevěnujeme ani myšlenku. Tento princip zní: *Příroda tvoří celky*.

Hvězdy v naší galaxii, planeta Země a na ní moře a kontinenty, rostliny, zvířata a lidé, a nakonec všechno, co člověk vytvořil: to všechno jsou jevy, které jsou ve vzájemném vztahu – ale ve vzájemném *vztahu* mohou být jen proto, že tvoří *oddělené celky*.

To rozhodně není samozřejmé. V okamžiku vzniku vesmíru, velkého třesku, panoval po jediný nepatrný moment naprostý chaos: neexistovala žádná struktura nebo řád. Teplota byla příliš vysoká a hmota příliš hustá, než aby dovolily vznik atomů. Vědci ale předpokládají, že už za několik sekund po velkém třesku došlo k vytvoření prvních subatomárních struktur a asi za jednu minutu k vytvoření jednoduchých atomových jader. To znamená, že stav naprostého chaosu existoval jen několik málo okamžiků. Hned nato se hmota začala organizovat a tvořit celky.

Trvalo to pak sice ještě asi 300 000 let, než teplota klesla natolik, že se atomová jádra mohla spojit s elektrony, a vytvořit tak první atomy. Ale vznik oddělených celků nezvratně započal. Mnozí vědci se domnívají, že mezi různými fyzikálními procesy, které jsou podle přírodních zákonů možné, vznikl jakýsi evoluční konkurenční boj, v němž se některé procesy „množily“ rychleji než jiné. V procesu, který trval miliardy let, tak vznikly základní atomární struktury hmoty, jak je známe dnes, a planetární systémy našeho vesmíru.

Sledujeme-li tento proces dál, narazíme na skutečnost, která je ještě podivuhodnější než samotné utváření celků:

Celky vykazují tendenci vytvářet čím dál komplexnější nové celky.

Z atomů se tvoří molekuly, které se spojují s jinými molekulami. Vznikají *systémy* komplexních látek, které reagují s jinými komplexními systémy.

Rozhlédneme-li se po živé přírodě, objevíme, že nic se neskládá pouze z jedné jediné substance. Všechny živé organismy od prvoků přes nejjednodušší rostliny až po obratlovce a člověka se skládají z nesčetných navzájem komplexně spojených látek.

Jedna jediná buňka lidského těla je už sama o sobě zázrak complexity a organizace. Obsahuje jádro, v němž jsou uloženy veškeré genetické informace člověka, a malou elektrárnu, v níž je přijímaná potrava přeměňována v energii. A obsahuje ještě řadu dalších „orgánů“, které jsou stejně jako celé tělo obklopeny kůží, jež je drží pohromadě a chrání. Buňka, která představuje základní jednotku lidského těla, je tedy sama o sobě komplexním útvarem, který společně s ostatními buňkami vytváří ještě komplexnější útvary: tělesné orgány. Ty spolu s ostatními orgány tvoří ještě komplexnější útvar, samotné tělo.

Tento příklad je ilustrací následujícího obecného principu:

Každý komplexní systém se skládá z menších komplexních systémů a je sám součástí většího systému.

Nebylo by divné, kdyby se psýché jako jeden z nejdiferencovanějších a nejkomplexnějších systémů, které se na Zemi vyvinuly, tímto organizačním principem neřídila? Je tedy nasnadě očekávat, že uvnitř psýché nalezneme struktury, které mají podobnou komplexitu jako psýché ve svém celku a které jsou stavebními prvky většího „systému psýché“.

Psýché není stroj

Teprve počátkem našeho století si psychologové troufli na úkol systematicky hledat v chaosu psychických jevů souvislosti a struktury.

Ti nejznámější a nejvlivnější z nich byli Sigmund Freud a Carl Gustav Jung.

C. G. Jung byl nejprve žákem a pak sedm let spolupracovníkem Sigmunda Freuda. Oba pracovali na klinikách jako psychiatři a oba byli vedeni přáním porozumět zvláštnímu a matoucímu chování, projevům a vnímání svých pacientů. Pevně věřili, že se v tom skrývá určitý smysl.

C. G. Jung ve svých vzpomínkách píše: „V popředí mého zájmu a mého bádání byla palčivá otázka: Co se odehrává v nitru duševně chorých? To jsem tehdy ještě nechápal a mezi mými kolegy se o tento problém nikdo nestaral. Výuka psychiatrie spočívala v tom, že se takříkajíc abstrahovalo od nemocné osobnosti a dostačovaly diagnózy, popis symptomů a statistika. Z takzvaného klinického hlediska, které tehdy převládalo, nešlo lékařům o duševně nemocného jako o člověka, jako o individualitu, nýbrž byl ošetřován pacient č. X s dlouhým seznamem diagnóz a symptomů. Byl ,opatřen nálepkou‘, orazítkován diagnózou, a tím byl případ z největší části vyřízen. Psychologie duševně chorého nehrála vůbec žádnou roli. Za této situace pro mě nabyl Freud zásadního významu... Jeho pojetí mně ukázalo cestu k dalším výzkumům a k pochopení individuálních případů.“ (Vzpomínky, sny, myšlenky, Atlantis, 1998, str. 112, překlad Karel Plocek)

Z tohoto popisu je zjevné, jak byl pokus racionální vědy vysvětlit svět *lineárním* způsobem přenesen rovněž na svět psýché. Co udělá vědec tváří v tvář znepokojivě komplexnímu, proměnlivému a nepochopitelnému jevu, jako je „duševně nemocný“ člověk? Pokusí se zkrotit komplexní chaotický fenomén lineárními pojmy. Je jasné, že pokud chce vůbec něco udělat, musí vnést do věcí určitý řád. Musí najít *celky*, které mu pomohou s problémem zacházet.

Již jsme řekli, že komplexní systémy se skládají z podsystémů, které jsou podobně komplexní jako větší systém. Vědec, pro něhož jsou komplexní systémy poněkud hroživé, problém obejde tím, že za střed svého uvažování zvolí nikoli komplexní systém – v tomto případě „duševně nemocného“ člověka – nýbrž abstraktní pojem – zde „duševní chorobu“. Díky tomuto triku elegantně přejde z chaotického systému do lineárního.

Nyní může pohodlně dále pracovat v lineárních souvislostech, aniž by to bylo zvlášť nápadné. K tomu patří například symptom. Symptomy je možné pozorovat, popisovat a katalogizovat. Další logicky z toho vyplývající větší jednotka je diagnóza, která nepředstavuje nic jiného než označení pro určitou skupinu symptomů. K diagnóze se ještě přiřadí určitý stupeň závažnosti onemocnění. Pak máme určitý případ určité závažnosti, který budeme léčit určitým postupem s určitým účinkem. Perfektní lineární systém.

Tentýž pohyb od chaotického systému k lineárnímu činí statistika. Tím, že se nesoustředí na skutečné chování jednotlivé, nevypočitatelné jednotky, nýbrž na abstraktní pojem pravděpodobnosti, vykouzlí z klobouku lineární, daleko lépe předvídatelné systémy.

I dnes jsou učebnice psychiatrie ještě plné matoucí spousty popisů symptomů, k nimž jsou přiřazeny určité léčebné metody. Stále ještě, o sto let později, nemáme takový model psýché, který by mohl souhrnně smysluplně vysvětlit všechny psychické jevy – ať už u člověka psychicky zdravého, nebo nemocného.

Předvídatelnost, vypočitatelnost, kontrola – zkrátka linearity – jsou báječná věc. Linearita může podstatně zmírnit hrůzu z nepostižitelnosti psýché a závislosti na nepochopitelných silách, jímž je zdánlivě naše blaho srdečně jedno. Musíme si ovšem

uvědomit, jakou cenu za ni platíme: cenu naší individuality, naší jedinečnosti.

Individualita a jedinečnost možná v mnoha oblastech nepředstavují žádnou mimořádnou hodnotu. Například každá sněhová vločka je jedinečná, ale stačí, když řekneme „sníh“. V jedné oblasti ovšem nepostradatelné jsou: v zacházení s lidskou psyché. Pokud se nám nepodaří najít systém, který by nám pomohl vnést řád do chaosu psyché a *zároveň* respektovat její individualitu a jedinečnost, nedostáli jsme úkolu, kterým sami sobě jsme.

Jak patří větev ke stromu

BYL JEDNOU JEDEN PTÁK, který žil nad hranicí stromů, ve výšinách majestátních hor. Hnízdo si zbudoval ve výklenku strmé skalní stěny. Jeho mocné perutě ho nesly vzduchem bezpečně a rychle a jeho bystrým očím nic neuniklo. Rád kroužil nad vrcholky hor a někdy zalétal i daleko nad moře.

Jednoho dne, brzy ráno, když se za jedním vrcholem objevily první sluneční paprsky, znovu rozprostřel své perutě a nechal se bez jediného mávnutí křídly unášet do dálky čerstvým ranním větrem. Bez námahy přeletěl horský hřeben a údolí ležící za ním. Tu se ocitl nad krajinou, kterou dosud nikdy neviděl. Před ním se k jeho údivu rozprostíralo obrovské moře. Bylo to zelené moře, nedozírný oceán listů, větví a květů. Rozhodl se, že to zvláštní moře prozkoumá.

Opatrně, poněkud nejistý v novém prostředí, se spustil na vlny ze zelených listů tak, jako to už dříve udělal na oceánu. Ke svému překvapení ucítil pod nohama něco pevného.

Podobně jako ten velký pták se cítíme i my, když se blížíme neznámému světu psýché.

Jako první nalezneme moře, velký šum myšlenek, vzpomínek, nálad, impulzů, emocí, pocitů, obrazů a snů. Toto velké šumění někteří nazývají „proud vědomí“ – ačkoli to není přesné, protože se to prostě děje, ať si toho jsme vědomi, nebo ne.

Něco z toho nám připadá známé, provází nás to už možná celý život, je nám to tak blízké, že už to ani nevnímáme. Mnohé leží v polotmě, spíše to tušíme než vidíme. Něco jiného je cizí a hrozné a když se to objeví, rychle odvracíme zrak.

Ale jak máme my, kdo se chystáme tomuto tajemnému světu porozumět, začít vnášet řád do zmatku? Zrovna tak jako velký pták

vidíme nekonečnou rozmanitost, ale nevíme, co znamená a jak spolu vše souvisí.

Možná už tušíte, že náš pták sedí na vrcholku stromu uprostřed velkého deštného pralesa. Ale protože sedí uprostřed moře listů, nemůže to chápat. Vidí jen nekonečnou změň listů, květů a větví.

Když přemýšlíme o psýché, jsme ve stejné situaci: vnímáme své nekonečně přicházející, odcházející a vracející se myšlenky, nálady, vnitřní obrazy a pocity a pokoušíme se je chápat. To jistě není špatně, ale také to nestačí, neboť podle téhož principu by pták mohl tvrdit, že „moře“, na kterém právě přistál, se skládá z obrovské hory listů, květů a větví. Tím sice řekl něco o jednotlivých částech, které vnímá, ale nic o způsobu, jakým jsou tyto části spojeny, organizovány. A vy byste mu ihned namítli: „Ty listy, květy a větve, které vidíš, jsou *stromy*.“

Stromy jsou menší systémy, z nichž se skládá větší „systém les“. Pokud známe systémy, z nichž se skládá nejbližší větší systém, můžeme lépe porozumět *celému* systému. Tak se lesník může pořádně starat o svůj les, až když ví, co potřebují jednotlivé stromy, aby se jim dařilo. To je u lesa – ve srovnání s psýché – ještě relativně jednoduché: stromy jsou jako základní jednotky lesa na první pohled rozeznatelné, nemění se tak rychle jako myšlenky nebo pocity a nechávají se navzájem poměrně v klidu.

Co ale jsou jednotky, které působí v psýché?

Překvapivé setkání

Bylo slunečné odpoledne v Los Angeles v dubnu 1972.

V klidné postranní ulici měl ve starším, příjemném domě už mnoho let svou psychoterapeutickou praxi dr. Hal Stone.

Byl Jungův stoupenec a bral své povolání velice vážně. Po studiu psychologie pracoval několik let jako klinický psycholog v americké

armádě. Poté několik měsíců studoval na Jungově institutu v Curychu a hluboce se tam ponořil do světa symbolů, snů, mýtů a archetypů. Tyto zkušenosti a několikaletá analýza z něj učinily přesvědčeného přívržence tohoto psychoterapeutického směru.

Dr. Stone nebyl toho dne sám. Byla s ním žena, dr. Sidra Winckelmanová, rovněž psycholožka. Ti dva spolu už téměř rok žili a protože sdíleli stejnou vášeň pro výzkum nekonečných a tajemných světů psýché, trávili valnou část svého společného času tím, že si vzájemně pomáhali dešifrovat své sny a vyjasňovat různé aspekty svého vztahu.

Onoho památného odpoledne Sidra svému partnerovi právě vyprávěla sen z minulé noci. Seděli v prvním patře domu v ordinaci dr. Stona, jejíž stěny byly ozdobeny obrazy mytologických postav, jež místnosti propůjčovaly tajemnou, téměř zakletou atmosféru. Sidra Halovi vyprávěla, že se jí zdálo o malá holčičce, která ještě neuměla mluvit, ale již se ve snu cítila velice blízko.

Hal, který za léta dosáhl určité brilantnosti v analýze snů, zamýšleně potahoval z dýmky. Ale místo aby začal delší výklad, jak by se snad dalo očekávat, zeptal se, poslušen náhlého popudu: „Sidro, kdyby ta malá holčička ze snu byla teď tady v místnosti, kde by byla?“

Přestože Sidra byla touto neobvyklou otázkou překvapena, bez zaváhání ukázala na pohovku, která stála u zdi kousek dál za ní. Hal, rovněž překvapený jednoznačností odpovědi, se rozhodl sledovat stopu, přestože neměl nejmenší tušení, kam ho povede. „Mohl bych se s tou holčičkou setkat?“ zeptal se. Sidra beze slova vstala, lehla si na pohovku a stočila se pod dekou do klubíčka jako embryo. Okamžitě se ocitla ve stavu velké citlivosti. Nemohla ani myslet, ani mluvit, ale se seizmografickou přesností cítila atmosféru v místnosti. Hal byl jako očarováný. Instinktivně cítil,