

Kvantová duše

02/2023

**Časopis pro lidi,
které zajímá
tajemství života,
rádi přemýšlejí,
baví se, neberou
sebe ani svět
příliš vážně.**

**Psýché
Obecná teorie relativity
Nemoc a tělo v lidových rčeních
Lucidní snění
Sci-fi První psychonaut
Pohádka: Spící princ
Poradna – snová terapie**

VÁŽENÍ ČTENÁŘI

Dovolte, abych uvedl druhé letošní číslo elektronického časopisu **Kvantová duše**, na němž spolupracuji s paní psychologkou Markétou Jurištovou.

Náš časopis je zaměřen na záhadu existence lidské duše a vědomí. Je určen pro lidi, kteří rádi přemýšlejí, zajímají je velká tajemství života, kladou si otázku, proč tu jsme a jaký je smysl našeho života.

V našem časopise se zabýváme možnostmi existence lidské duše a její fyzikální podstaty. Snažíme se změnit pohled na to, co je vědomí. Vědomí není produkt složité interakce neuronů v našem mozku, ale je to něco, co souvisí s podstatou naší existence.

Bez vědomého pozorovatele by neexistovala realita, neexistovala by minulost ani budoucnost. Bylo by jen teď, v němž by bylo obsaženo všechno. Všechny možné podoby vesmíru by se překrývaly a vytvářely beztvaré nic.

Jak už říkal Albert Einstein:

Jediný důvod pro existenci času je, aby se všechno nestalo najednou.

Náš časopis vám nabízí trochu jiný obraz světa, než jste se učili ve škole, a také jiný, než se prezentuje v televizi. Chceme toto paradigma změnit.

Nechceme, abyste věřili všemu, co si zde přečtete. Chceme jen, abyste o tom přemýšleli. Berte vše s rezervou, ale přemýšlejte a hledejte pravdu, smysl toho všeho kolem nás. Nespokojte s vysvětleními, které vám nějaká autorita ve škole či televizi řekla.

Náš časopis není jen o vážných tématech, ale také o troše odlehčení. Proto zde, kromě článků, najdete i povídku, pohádku a snovou poradnu, jak tomu bylo i v předchozích číslech.

Na závěr časopisu naleznete elektronický odkaz na předchozí číslo tohoto časopisu. Takže pokud jste minulá čísla neviděli, nečetli jste články a povídky, v tomto časopisu uvedené, můžete to napravit.

Pokud se rozhodnete přispět do našeho časopisu, budeme rádi.

Rostislav Szeruda a Markéta Jurištová



<https://pixabay.com/cs/photos/budoucnost-evoluce-armageddon-konec-3499887/>

KVANTOVÁ DUŠE

Rostislav Szeruda

3. Psýché

Slovo $\psi\upsilon\chi\eta$ (psýché – psyché) pochází z řečtiny a odpovídá českému slovu duše. V řecké mytologii bývá Psýché zpodobňována jako krásná dívka s motýlími křídly. Řecký výraz $\psi\upsilon\chi\omega$ (psycho) znamená vanout, dýchat. Psyché se tedy mytologicky vztahuje k dechu, který opouští v okamžiku smrti lidské tělo. Tento dech doprovází jedince celý život, dává mu život, mysl a vědomí. Podle Homéra, když psyché, jako motýl, opustí tělo s posledním výdechem umírajícího, získává samostatnou existenci.



https://commons.wikimedia.org/wiki/File:1802_-_West,_Benjamin,_Eagle_Bringing_cup_to_Psyche.jpg

Na mysl a vědomí se často pohlíží jako na témata pro vědu nevhodná. Proč? Protože je prý nelze objektivně zkoumat. Při své práci zkoumají fyzikové tajemství hmotného světa, ale fenomén duše a vědomí z něho raději vyseparují. Hmotný svět lze zkoumat. Hmotné věci lze měřit, vážit, pozorovat. V existenci duchovního světa je ale prý možno pouze věřit nebo nevěřit.

Přesto, že dnešní věda má k dispozici sofistikované metody pro zkoumání činnosti mozku, dosud se jí ani v nejmenším nepodařilo vysvětlit podstatu myšlení a vědomí. Nezdá se dokonce, že by se k tomuto vysvětlení blížila. Výzkum umělé inteligence možná povede k vytvoření dokonalých řídicích systémů a robotů pro velmi složité činnosti a operace, ale ani náhodou se nepřibližuje vytvoření umělého vědomého organismu.

Existují indicie, že lidská duše – psýché nemusí být pouhou fantazií nebo jen pojmem sloužícím pro popis našich duševních schopností, ale něčím reálně existujícím. Pokud je na nich zrnko pravdy, může to zcela radikálně změnit náš pohled na svět a jeho smysl.

Naše mysl existuje ve světě, o němž věda tvrdí, že se skládá výhradně z fyzikálních částic bez myslí a významu. Je proto otázkou, kde dochází k vzniku nové kvality, jíž naše mysl a vědomí bezesporu je. Kde se vzalo to, co nazýváme psýché? Je to produkt nějakých elektrochemických reakcí? Lze ho simulovat výpočtem? Nebo je to spíše vlastnost, která musí být ve své latentní formě nějak svázána s fyzikální podstatou světa?

Existuje-li lidská duše, existuje způsob, jak ji popsat, a to nejen pomocí náboženských či psychologických pojmů. Nemusí to být něco nehmotného, abstraktního a existujícího mimo přírodní zákony, ale může to být něco, co odráží fyzikální realitu tak, jak ji dosud neznáme. Zkoumáním tajemství lidské psýché, možná pochopíme podstatu vesmíru, která nám dosud unikala. Podstatu, která dává existenci vesmíru i naší hlubší smysl a vzájemně je propojuje.

Jediný způsob, jak by mohla unikat odhalení, je, že váží tak málo, že její lokalizace na určitém místě není dost dobře možná. Její hmotnost musí být tak malá, že se chová jako objekt kvantového mikrosvěta. Znamená to tedy, že duši tvoří nějaké tajemné fyzikům dosud neznámé částice – mentiony či psychony? Pokud by interagovaly s běžnou hmotou, už by byly objeveny. Pokud s ní neinteragují, jen těžko mohou ovlivňovat činnost mozku.

Můžeme si lidskou mysl představit jako kvantový počítač. Ten by teoreticky mohl dokázat simulovat i neurčité procesy, které se v ní odehrávají. Představa mozku jako kvantového počítače ale nic neříká o tom, že by mohla existovat lidská duše ve smyslu, jak si ji představují světová náboženství. Tedy duše schopná samostatné na mozku nezávislé existence.

Naše psýché nemusí být produktem kvantového superpočítače jménem mozek, ale může být sama o sobě kvantovou strukturou, která je vázaná na náš mozek za našeho života, ale v nějaké formě existence je schopna existovat i po jeho smrti. Nejedná se zřejmě o shluk nějakých tajemných částic, ale spíše o tvar v kvantovém poli.

Existují nějaké indicie či důkazy, že tomu tak je? Je-li naše duše kvantovou strukturou, nejspíš můžeme tento svět navštívit či zažít, jako svého druhu psychonauté. Naše vědomá mysl se pohybuje v oblasti toho, co jsme schopni reálně pozorovat – toho, co nazýváme realitou. Naše podvědomá a nevědomá mysl však má blíže ke kvantové realitě. Svědčí o tom například naše sny. Jsou neurčité, rozmazané, proměnlivé a časová souslednost jim nic neříká.

Pokračování příště.

Podle knihy: [Nový pohled na lidskou duši a vědomí \(tiskem 2016\)](#)

OBEČNÁ TEORIE RELATIVITY

Rostislav Szeruda

Jakmile dokážeš přijmout vesmír jako hmotu rozplnající se do něčeho, která je něčím, je nošení proužků s kostkovaným vzorem snadné.

Albert Einstein

V roce 1916 dokončil Albert Einstein obecnou teorii relativity (OTR). Podle této teorie geometrické vlastnosti prostoru jsou přímo určeny rozložením a pohybem hmoty. Hmota zakřivuje prostor a ovlivňuje plynutí času. Čas se stává čtvrtým rozměrem. To znamená, že žijeme v zakřiveném prostoročase a vzdálenosti jsou určeny prostoročasovým intervalem mezi dvěma body v tomto prostoru. Vesmír, podle obecné teorie relativity, může být konečný a uzavřený.

Obecná teorie relativity je založena na předpokladu ekvivalentnosti gravitačních sil a sil působících při zrychlení. Kosmonaut, jenž se nachází v uzavřené raketě na, pro něj, neznámém místě v prostoru, není schopen rozlišit, zda ho k podlaze přitlačuje přitažlivá síla nějaké hvězdy nebo planety nacházející se pod ním, nebo zda ho k podlaze tlačí setrvačné síly vyvolané zrychleným pohybem jeho rakety.

Speciální teorie relativity popisovala fyzikální zákony pouze pro inerciální vztažné soustavy a nemožovala důsledný popis gravitace. Obecná teorie popisuje i fyzikální procesy v neinerciálních vztažných soustavách (soustavy se zrychleně se pohybujícími tělesy) a v gravitačním poli. Obecný princip relativity říká, že všechny fyzikální zákony mají stejný tvar v libovolné vztažné soustavě.

Základním přínosem obecné teorie relativity je poznání, že prostor a čas tvoří sjednocené prostoročasové kontinuum. **Neexistuje nic než prázdny prostoročas, veškerá hmota, pole i náboje jsou projevem geometrických a topologických vlastností prázdneho prostoru.**

Gravitace, jak vyplývá z důsledků obecné teorie relativity, má velmi zajímavou vlastnost a to, že lokalizace její energie není možná. Energie gravitačního pole je jevem globálním, nikoliv lokálním a fyzikální význam mají (a to ještě ne vždy!) pouze integrální hodnoty energie, hybnosti a momentu hybnosti. Energetické gravitační pole je soustavou lokálních oblastí bez gravitace a energie.

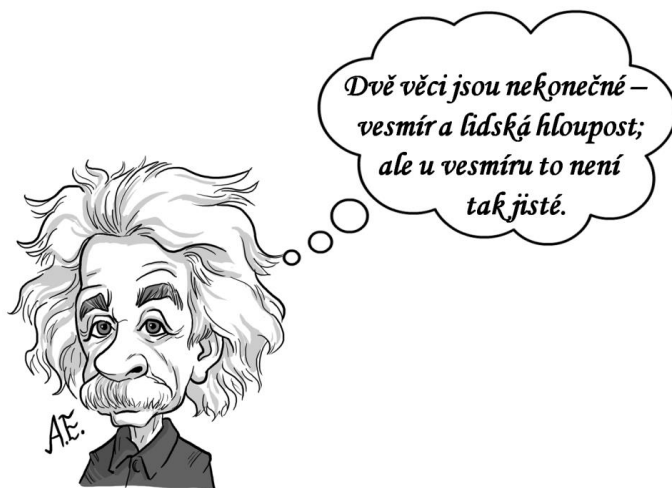
Einsteinova teorie relativity změnila náš pohled na fyzikální realitu. Prostor a čas už není něco, co existuje samo o sobě nezávisle na přítomnosti hmoty. Prostor a čas už není neměnný. Přítomnost hmoty a rychle se pohybujících objektů ho zakřivuje, činí ho

elastickým. Prostor a čas získává tvar, který se velmi odlišuje od toho, jak ho známe ze zkušenosti.

Vše, co existuje, představuje pouze zakřivení prázdneho prostoru. Celá fyzika by se tedy měla dát zredukovat na geometrii a veškerá fyzikální měření na geometrické měření v prostoročase. Význam mají pouze vzdálenosti v prostoročase a jeho zakřivení. V principu můžeme tedy měřit všechny fyzikální veličiny v jednotkách délky.

Mohl bych tedy o sobě napsat, že měřím 1,71 m, vážím $1,2E-26$ m (poloměr černé díry, která by tu po mně zbyla) a aktuálně jsem starý $5,2E17$ m (55 světelných let). Lidé si pod výrazem, že je něco hmotné, představují, že je to složené z malých částic a částice si představují jako malá zrnka písku.

Pokud bychom se ale vydali na cestu do mikrosvěta, zjistili bychom, že náš hmotný svět je velmi děravý. Je to hromada prázdnoty a mezi tím sem tam něco, a to něco se navíc rozplyne, když se k tomu pokusíme přiblížit.



Hmota existuje jako pole, které je neviditelné, a přesto spojuje dohromady jednotlivé částice – „zrnka písku“, které vytvářejí tento svět. Pole je základ všeho hmotného a částice, které se z něj vynořují, jsou jen malé kousky ledu plavoucí po ohromném oceánu. Je-li něco hmotné, neznamená to, že to musí vypadat jako kus skály či hromada písku. To, že je něco hmotné, znamená, že to zakřivuje prostor a čas.

Na světě není nic kromě prázdneho zakřiveného prostoru. Hmota, náboj, elektromagnetismus a další pole jsou pouze projevy zakřivení prostoru.

John Archibald Wheeler

Pokračování příště.

Podle knihy:

[Schrödingerova kočka a nový pohled na svět](#)

(Ilustrace: Petr Vyoral, tiskem 2022 – [Amazon](#))

KVANTOVÉ LÉČENÍ

Rostislav Szeruda

Nemoc a tělo v lidových rčeních

Někdy si neuvědomujeme, jak moc to, co prožívá naše duše, se promítá do našeho těla a působí nám pak různé zdravotní problémy. Přitom naše řeč o tom hovoří jasně. Poslechněte si pár příkladů rčení, které používáme v běžném životě:

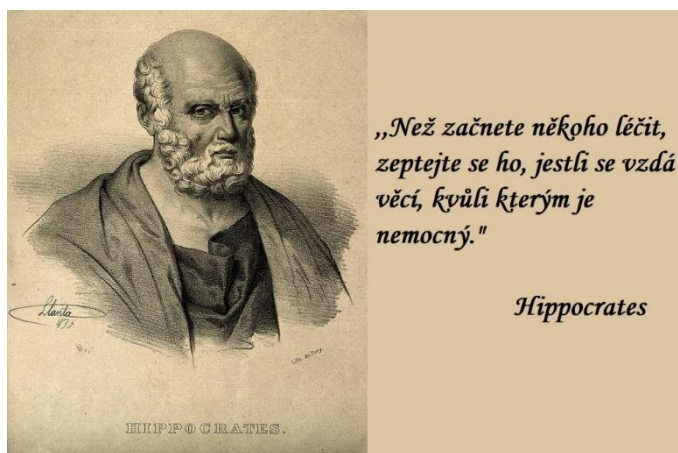
- Rozbolela ho z toho hlava. Má z toho těžkou hlavu. Ztratil hlavu (pro někoho). Má toho plnou hlavu.
- Leze mu to na nervy. Nemá na to nervy. Ztratil nervy. Má nervy v kýblu.
- Strachem mu zešedivěly vlasy. Starostmi mu vypadaly vlasy. Rve si vlasy.
- Dělá mu to vrásky (starosti).
- Zčervenala (studem).
- To nechci vidět (vědět)! Vidím to bledě. Viděl rudě. Je to krátkozraký přístup. Nevidí si na špičku nosu.
- Co oči nevidí, to srdce nebolí.
- Nemůže ho ani cítit. Má na to čuch.
- Nechce to slyšet.
- Zkazilo mu to chuť k jídlu. Je bez chuti.
- Kašle na to. Kašle na něj.
- Starostmi ho rozbolely zuby. Vzteky skřípal zuby. Je bezzubý (chtěl by, ale neublíží). Nedokáže to skousnout.
- Nemůže to polknout. Vzpříčilo se mu to v hrdle. Strachem se mu sevřelo hrdlo. Zatrnulo mu.
- Nese velkou tíhu na ramenou. Tíží ho vina. Tíží ho starosti.
- Pokřivilo mu to páteř (pokřivený charakter). Drží si rovná záda (nechce se nechat pokřivit). To mě to loupe v kříži!
- Bolí ho (u) srdce (z lásky, ze ztráty). Ranilo to jeho srdce (city). Má srdce jako zvon (a příčinou byl on). Má velké srdce. Nemá srdce.
- Dusí se v tom vztahu. Ta práce ho dusí. Nemůže tam dýchat. Nemůže se nadechnout. Je tam těžký vzduch.
- Bolí ho na hrudi. Sevřel ho strach. Cítí tíhu na prsou. Tíží ho to. Život ho skřípnul.
- Třese se jako osika (strachy). Třese se vzteky. Trásl se vzrušením. Roztrásl se mu ruce (nohy). Když ho vidí, dostává tik.
- Má horkou krev. Je chladnokrevný. Má místo krve vodu. Je to holka krev a mlíko.
- Necítí se ve své kůži. Nechtěl bych být v jeho kůži. Má z toho husí kůži. Má hroší kůži.

- Naskákaly mu z toho uhry. Má z něj vyrážku. Má na něj alergii.
- Vysálo to z něj všechnu energii. Unavilo ho to. Pije mu krev. Je bez energie. Lépe: Je plný energie.
- Udělalo se mu z toho pohledu blbě od žaludku. Je mu z toho na nic. Nemá na to žaludek. Chce se mu z toho (z něj) zvracet. Láska prochází žaludkem.
- Hnula mu žlučí.
- Je po... – pokakaný strachy! Kroutí mu to střevy. Má toho plnou pr...
- Pozitivně: Smál se, až se za břicho popadal.
- Má koule. Nemá na to koule.
- Není schopen zplodit myšlenku. Nemá na to pomyslení. Bolí ji hlava (když on má na to pomyslení).
- Je to... (orgán – vyberte si gender)!
- Je to zkostnatělý člověk. Má zkostnatělé myšlení.
- Padl na kolena. Srazili ho na kolena. Na stará kolena.
- Cítím to v kloubech.
- Nemůže už dál. Nohy ho odmítají nést. Jít v něčích šlépějích.
- Je chudý, sláb, nemocen. Cítí se na osmdesát. Lépe: Cítí se mlád.
- Poznamenalo ho to (situace, která se stala).
- Je z toho celý jako na trní.
- Život ho omrzel. Nebaví ho to. Přál si umřít.

Poučení:

Naše problémy se promítají do nemoci určité části těla. Pokud se nám třeba kazí zrak, zamysleme se, zda v našem životě či okolí není něco, co nechceme vidět. Jdeme tam, kde se nám líbí, kde je radost dívat se kolem sebe.

Pokud nás stihne vážná nemoc, zvažme, zda jsme si nepřáli umřít, vzdát to. Zda to není volání našeho těla po změně: „Změň se nebo zemři!“ Otázkou však je, zda se chceme změnit, vyléčit, zda jsme ochotni pro to něco udělat nebo jen chceme pozornost.



LUCIDNÍ SNĚNÍ

Markéta Jurištová

Výzkum lucidního snění

V předchozí kapitole jsem zmínila, že nebyla použita objektivní metoda pro potvrzení lucidity. Znamená to, že existuje způsob, jak objektivně zjistit, jestli si zkoumaná osoba nevymýšlí, případně nemá falešný pocit probuzení do snu. Víte, jak se to pozná? No přece na očích! Ty neumějí lhát.

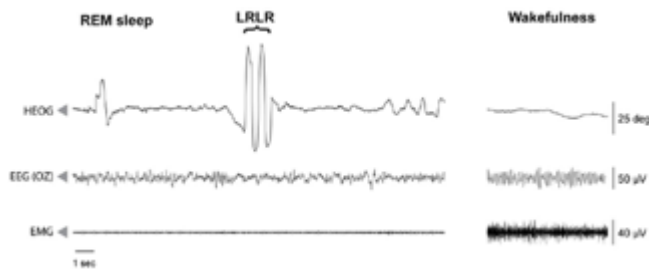
Dej mi signál očima

Pojem „lucidní snění“ vymyslel a v dubnu roku 1913 použil při své přednášce pro členy Společnosti pro parapsychologický výzkum nizozemský psychiatr Frederik van Eeden. V minulém století sice vyšla řada populárních knih zabývajících se lucidním sněním, ale tato tematika zůstala stranou seriózního vědeckého zájmu.

Situace se ale obratem změnila díky americkému psychologovi a lucidnímu snílkovi Stephenu LaBerge, který se začal v sedmdesátých letech věnovat systematickému výzkumu lucidních snů na Stanfordově univerzitě v rámci své doktorské disertace. Přelom způsobil návrh metody, jak spolehlivě určit, že testovaná osoba skutečně lucidně sní.

LaBerge využil toho, že oční svaly jsou svým způsobem výjimečné, nejsou totiž ve spánku paralyzovány (jak jsem zmínila v minulé kapitole). Pokud se probudíte do lucidního snu, můžete plnit předem dohodnuté úkoly. Testované osoby byly proto požádány, aby při dosažení lucidity daly výrazné oční signály, které budou rozeznatelné od pravidelných pohybů očních bulv v REM spánku. V podstatě jde o výrazné a rychlé pohyby doprava, doleva, nahoru, dolů a doprostřed v různém, předem dohodnutém pořadí.

Tento oční pohyb se dá dobře registrovat a zaznamenávat přístrojem, kterému se říká elektrookulogram EOG (zaznamenává rozdíl potenciálů mezi elektrodami umístěnými na kůži v blízkosti očí). Potvrzení lucidity pomocí očních signálů tedy výrazně přispělo k uznání lucidního snění jako specifického stavu vědomí vědeckou komunitou a mohl začít jeho výzkum. Kromě toho se také na Stanfordské univerzitě začalo říkat jedincům schopným lucidně snít oneironauti.



Zdroj: Benjamin, Baird, Sergio, A. Mota-Rolim, Martin, Dresler (2019). The cognitive neuroscience of lucid dreaming. *Neurosci Biobehav*

Na obrázku můžete vidět ukázkový signál pohybem očí doleva-doprava-doleva-doprava-doprostřed (LRLR) během polysomnograficky ověřeného REM spánku. Účastníci signalizují, že jsou si vědomi toho, že sní, rychlým pohybem zcela doleva (jako kdyby na ucho), poté zcela doprava dvakrát po sobě a poté nazpět doprostřed bez zastavení. Signál LRLR lze jednoduše rozeznat na výstupu z elektrookulogramu (EOG), má specifický tvar čtyř po sobě následujících pohybů očí v plném rozsahu vyšší amplitudy než u typického REM spánku.

Na dalším řádku je záznam z vysokofrekvenčního elektroencefalogramu (EEG) a pod ním je vidět minimální amplituda elektromyogramu (EMG) kvůli svalové atonii charakteristické pro REM spánek (nalevo) ve srovnání s bdělým stavem (vpravo). EMG je záznam elektrické aktivity svalů. Tento záznam pomáhá při upřesnění jednotlivých fází spánku.

Sportování ve snu

Díky výzkumům dnes víme, že činnosti, které člověk vykonává v lucidním snu, jsou zaznamenávány mozkiem, jako by se doopravdy děly. Pokud v lucidním snu třeba zatínáte svaly na ruku, aktivují se příslušné části mozkové kůry zodpovědné za vnímání tohoto pohybu. Bylo také zjištěno, že i tělo reaguje na pohyby ve snu fyziologicky, například při snovém sprintu zvýšeným srdečním tepem a rytmem dýchání. Hned mě napadá, že by se to dalo využít při nedostatku pohybu v bdělém stavu. Co si tak v lucidním snu zaběhnout rovnou maraton nebo vyšplhat na nějakou horu?

Tak jde čas

Možná jste někdy měli sen, ve kterém jste prožili několik dní nebo i let. Jako kdyby ve snové realitě čas plynul jinak. Ale je to jen zdání. Díky testování časových úseků v lucidních snech vědci zjistili, že čas ve snu ubíhá zhruba stejně jako v bdělé realitě. Pokud se nám tedy zdá, že jsme ve snu prožili delší dobu, než by bylo možné, je to zřejmě způsobeno tím, že se

sen odehrává v obrazech, podobně jako když sledujeme film nebo divadelní představení.

Představa a sen

Když člověk myslí na něco, co nemá v dohledu, může zavřít oči a představit si to. Představujeme si konkrétní věci, situace, ale můžeme i vymýšlet co by, kdyby. Jak je to se snem? Taky je to naše představa v mysli, nebo spíš něco skutečně vidíme? Bylo zjištěno, že zrakové zpracování informace v lucidním snu je mnohem blíže skutečné percepci (vnímání) než pouhým představám při bdění.

Lucidní sny a nemocní lidé

Nejrozsáhleji zkoumaná aplikace lucidního snění je léčba opakujících se nočních můr. Americká společnost pro spánkovou medicínu již dokonce zařadila lucidní snění mezi možné terapie u těchto poruch spánku. Dalším onemocněním, u kterého lucidní snění pomáhá, je narkolepsie, geneticky podmíněná neurologická porucha, která se projevuje záchvaty denní spavosti, slabostí svalů, hypnagogickými halucinacemi a spánkovou obrnou. Postižení trpí často také nočními můrami a z nějakého důvodu se u nich objevuje zvýšená frekvence lucidních snů. Proč, to zatím vědci nedokázali zodpovědět. Sami pacienti uvádějí, že při přechodu do lucidních snů je jim lépe. Ale nejen títo nemocní zažívají lucidní sny. Náhlá schopnost probudit se do snu potkala totiž i pacienty po talamické mrtvici. Tato schopnost pak asi po měsíci stejně náhle ustoupila.

Od dalších výzkumů lucidního snění si vědci slibují odpovědi na otázky, které budí právě takové případy. Navíc další výzkum může pomoci zlepšit diagnostiku a monitorování pacientů, kteří nereagují kvůli traumatickému poškození, afázii nebo motorickému poškození. Protože kromě toho, zda postižený vidí, slyší a pociťuje bolest, je k volbě terapie a stanovení prognózy nutné vědět, zda si je vědom sebe sama a svého stavu. Důležité je identifikovat spolehlivé znaky mozkové aktivity pro vnímání sebe sama, a právě toto by se dalo zjistit při studiu a porovnávání fyziologie lucidního a nelucidního snění.

Jinou medicínskou oblastí, kde by výzkum lucidního snění mohl pomoci, jsou psychiatrické poruchy, u kterých nemá postižený reálný náhled na svůj stav, zkrátka si svoji nemoc neuvědomuje. Například 50–80 % pacientů trpících schizofrenií nemá dostatečné povědomí o své nemoci, což vede k většímu počtu relapsů, hospitalizací a snižuje to úspěšnost terapie. Absence náhledu na aktuální stav je také typická pro jejich snění, s výjimkou lucidního. Proto by lucidní sny mohly být použity jako model pro některé poznávací procesy směřující k tomuto

náhledu. V uvedeném kontextu je velice zajímavé, že historické přístupy k psychózám používaly pojem „lucidní“ jako označení povědomí pacienta o svém zdravotním stavu.

Lucidní sny a zvládání náročných životních situací

Zajímavý kvalitativní výzkum, který probíhal u nás v České republice, ukázal, že lucidní sny souvisejí se strategiemi zvládání různých životních situací. V rámci tohoto zkoumání bylo identifikováno několik typů lucidních zkušeností, které pomáhaly jednotlivým testovaným osobám při řešení osobních problémů. Jeden z těchto typů se vyskytl jako reakce na ztrátu blízkého člověka a truchlení, v dalším případě byl sen využit na přemodelování negativní situace nebo ke zvládnutí tenze – napětí při prožívání strachu. Lucidní snění bylo použito také jako prostor k meditaci a aktivní imaginaci.

Mě osobně nejvíce zaujal typ lucidního snu jako „přenos vědomé dovednosti“, v tomto konkrétním případě snící osoba aplikovala léčebnou metodu reiki na svého nemocného otce. S podobnými příběhy se totiž setkávám v literatuře, která se lucidním sněním zabývá, celkem často. Autoři uvádí případy, kdy lucidně snící osoba úspěšně léčila ve snu buď sebe, nebo i jinou osobu. Řeknu vám, že takové potencionální využití lucidních snů se mi moc líbí.

Pokračování příště.

Podle knihy: Bílá kniha lucidních snů – Průvodce

www.bilakniha.cz



Obrázek nakreslila Jana Delgerová

PRVNÍ PSYCHONAUT

První záchranná mise bez těla

Sci-fi povídka (psycho-fantasy)

Rostislav Szeruda

5. V zajetí šilence

„Přeji vám dobré ráno,“ probral mě z hlubin nevěděni chladný známý hlas. Ztratil jsem představu o čase. Od chvíle, co jsem byl „vypnut“, jsem o sobě nevěděl. Nazval bych ten stav tupým bezvědomím. Nezdály se mi žádné sny. Nějaké střípky vzpomínek či představ mi sice bloudily myslí, ale bylo to jako pomatené blouznění v horečce. Byl to jenom chaos bez účasti řádu a vědomí. Bylo mi z toho pěkně blbě.

„Nechte mě umřít,“ požádal jsem zdrceně strojovým hlasem.

„Jste mrtvý,“ připomenul mi hlas.

„Myslím doopravdy. Nechte mě jít tam, kam duše po smrti chodívají...“

„To nejde,“ pravil můj věznitel trochu mň tvrdě. „Ještě vás potřebujeme.“

„K čemu?“ povzdychl jsem.

„Jste voják. Máme pro vás ještě jednu misi.“

„Nejsem voják. Jsem jen armádní technický poradce,“ odporoval jsem.

„To je jedno,“ vrátil se vědci do hlasu odměřený tón. „Potřebujeme vás.“

„Ale proboha proč?!“

„Jste jediný!“

„Jak jediný?“

„Jediný, který se zatím nezbláznil,“ vyřkl hroznou skutečnost. Ten člověk, ta zrůda v bílém plášti, dělal pokusy na lidech. Možná je i zabíjel – jen proto, aby se pokusil uvěznit jejich duši ve svém pochybném stroji. Dostal jsem se do rukou šíleného génia a psychopata.

„Nemračte se!“ řekl, jako by na nějakém displeji či obrazovce bylo napsáno, jak se cítím.

„Jste nejspíš blázen, profesore Keiji Yamamoto!“ přeslabikoval jsem jeho jméno z vizitky na plášti. Připadal mi, že by mohl klidně velet na nějaké japonské letadlové lodi při útoku na Pearl Harbor za druhé světové války, být členem sebevražedné letky kamikadze nebo třeba mučit zajatce v nějakém koncentračním táboře. Fanatici zřejmě ještě nevymřeli.

„Potřebujeme vaši spolupráci a pomoc,“ řekl profesor náhle o dost lidštěji.

„Probaha v čem?“ ironicky jsem se v duchu ušklíbl. „Kolik lidí jste už zabil?“

„Dva,“ vyrazil mi dech přiznáním. „Byli to vědci – dobrovolníci. Věřte mi, nelovím lidi, abych si jejich dušičky schovával do hrníčků pro svoji potěchu.“

Nevěřil jsem mu. Začala se mi točit hlava – řekl bych, kdybych nějakou měl. Svět si mi začal mlžít, jako bych ztrácel vědomí...

„Je vám dobře?“ zeptal se profesor polekaně. Zřejmě se bál, že přijde i o svou poslední dušičku. „Raději vás vypnu!“ řekl a odpálil mě opět do říše temného chaosu.

6. Nové informace

„Petře!“ uslyšel jsem pro změnu ženský hlas. Byl mi o dost milejší než profesorům. Měl jsem pocit, že je to má přítelkyně. Ta mě ale opustila už před pár měsíci – prý jsem na ni pro svou práci neměl čas a také se nechtěla pořád bát, že mě někde zabijí. Měla pravdu – zabili mě. Jen nevěděla, že to není to nejhorší...

„Ano?“ odpověděl jsem.

„Dobrý den. Jsem doktorka Martina Robinsonová – behaviorální psychologka. Pomáhám lidem vystaveným velmi traumatizujícím okolnostem,“ představila se. Byla celkem pěkná. Mohlo jí být maximálně třicet. Blond vlasy měla stažené do drdolu snad, aby zapadla do tohoto chladného prostředí. Určitě by však vypadala velmi sexy, kdyby si je rozpustila. Také její postava skrytá pod sterilně bílým pláštěm vypadala dobře.

„Těší mě, paní doktorko,“ usmál bych se na ni, kdybych měl čím.

„Pokusím se vám trochu vysvětlit situaci, v níž se nacházíte. Vaše tělo bylo výbuchem těžce zraněno. V kritickém stavu jsme vás převezli na naše výzkumné pracoviště. Zde jste následně tak říkajíc vypustil duši, a byl byste se už vydal na cestu na onen svět, kdybychom vám v tom našimi přístroji nezabránili.“

„To vám pěkně děkuji,“ pomyslel jsem si.

„Původně se naše pracoviště zabývalo zkoumáním činností jednotlivých center lidského mozku, jejich funkcí a dysfunkcemi, které je vlivem různých nemocí a zranění mohou někdy postihnout. Snažili jsme se proniknout do tajemství lidského myšlení, vědomí a nevědomí. V naší spánkové laboratoři jsme se snažili pokusným subjektům navodit stavy mimo-tělního vnímání podobné stavům, které člověk může zažívat v blízkosti smrti. Zjistili jsme, že je lze navodit nejen určitými psychologickými metodami, ale také vlivem speciálně modulovaného elektromagnetického pole.“

Byli jsme úspěšní. Skutečně se nám podařilo vyvolat u určitých subjektů stavy a zážitky podobné těm při umírání. Zjistili jsme, že se nejedná o halucinace, ale o skutečné vnímání bez využívání smyslů

biologického těla. Bohužel naše snaha poznat víc, než co známe z výpovědí umírajících, vedla k tragédiím. Subjekty, jež jsme udržovali ve stavu mimo tělo příliš dlouho s cílem poznat, co je za onou hranicí mezi životem a smrtí, se nám už nepodařilo oživit. Proto byl náš výzkum oficiálně ukončen.“

„Tak umřeli ti dva vědci, o nichž mluvil profesor?“

„Ano,“ potvrdila mi. Pak pokračovala. „Po určité době, když tyto nešťastné události upadly trochu v zapomenutí, byl náš výzkum znovu v tichosti a tajně otevřen za peníze vlády. Dostali jsme i nové úkoly v oblasti využití umělé inteligence pro vojenské účely. Někteří lidé totiž pochopili, že umělá inteligence nikdy, a to z principu, nedosáhne úrovně lidské, pokud nedostane stroj duši, jakou má člověk. Mozek není totiž to, co v nás vnímá a myslí. Sebedokonalejší umělý mozek proto taky nikdy sám o sobě nebude myslet. Zato stroj, do něhož by šla nějakým způsobem přenést lidská duše, by byl pro armádu neocenitelný.“

„Aha, tak o to jde,“ došly mi souvislosti. Jako poradce pracující pro armádu jsem věděl, že pokud jde o nové zbraně, je armáda schopna financovat cokoli. Poslouchal jsem proto dál. Teď už dokonce se zájmem.

„Takové zařízení by mohlo vypadat jako válečný robot ze sci-fi filmů. Mohlo by se třeba nacházet uvnitř tanku nebo stíhačky. Také by mohlo vypadat úplně běžně, jako PC, auto či nevinná dětská hračka.

Ve chvíli, kdy by se aktivovalo řízení lidskou myslí, dokázalo by způsobit nepříteli obrovské škody, než by vůbec pochopil, s kým či čím bojuje. Když by to zařízení nakonec zničil, nenašel by uvnitř žádný usvědčující software, a duše řídící onen stroj zkázy by se vrátila zpět do těla speciálně vycvičeného psycho-průzkumníka. Bylo by to mnohem efektivnější než ovládnání stejného zařízení vysílačkou.“

„To věřím,“ zamumlal jsem spíše pro sebe. „Proč jste ke mně tak otevřená? Určitě mi prozrazujete tajné informace.“

„Protože vy už to nikomu neprozradíte, a navíc potřebujeme vaši spolupráci,“ byla ke mně upřímná.

„A co když nepřítel získá stejnou technologii a vyrobí psycho-roboty jako první?“

„To se nesmí nikdy stát,“ objevil se za ní profesor.

„Aha, až mi doma vybuchne někdy televize, budu vědět, že se v ní nejspíš odpálil, nějaký psycho-terorista,“ pomyslel jsem si a hned poté mě napadlo, že mi tato situace už naštěstí asi nehrozí, což mě ale moc neuklidnilo.

„Tak pokračujte,“ vyzval jsem pro změnu profesora, zvědav, co se ještě dovím. „Jak je možné, že dokážete uvěznit duši, která je nehmotná?“

„Prostě proto, že nehmotná není,“ zabručel...

Pokračování příště.

Podle knihy: [První psychonaut](#).



(Ilustrace: Petr Vyoral)

RYTÍŘI SLAVELONU

Spící princ – pohádka

Rostislav Szeruda

5. Nic pro hrdiny

„Škoda, že je naše doba tak nudná,“ posteskl si Richard jednoho dne po Teodorově návratu.

„Proč myslíte, princí?“ zeptal se Teodor.

„Dnes už se po světě nepohybují žádná strašidla, zlí čarodějové, čerti ani obři. No, řekni, Teodore, kdy se v našem království naposledy objevil nějaký drak?“

„Myslím, že tomu bude minimálně sto padesát let,“ souhlasil Teodor. „A proč vám to tak vadí princí? Buďte rád, že obludy všeho druhu již vymřely nebo alespoň někam zalezly.“

„Chtěl bych vykonat nějaký statečný čin,“ přiznal se Richard. „Chtěl bych přemoci draka, zlého obra nebo alespoň prohnat nějakého zlého čaroděje, jenž dokáže proměnit lidi v kámen či začarovat člověka v nehezké zvíře.“

„No, jednoho čaroděje jsme tu ještě před několika lety měli.“ vzpomněl si Teodor.

„Vážně? A uměl lidi měnit v kámen?“

To zrovna ne, ale prý uměl uhranout dobytek, přivolat na někoho nějakou škaredou nemoc nebo i neštěstí.“

„A co se mu stalo?“ zajímal se Richard.

„Tvůj strýček Osvald ho vyplatil holí a vyhnal z království. Než ho ale strýček vyhnal, stačil ten čaroděj na něho seslat strašnou kletbu.“

„Jakou?“

„Těžko říci, co se mu přesně stalo, ale cestou zpět na hrad dostal strýček hrozné křeče, že se ani nemohl udržet na koni. No hrůza!“

„To se občas může stát každému,“ neviděl v tom Richard nic magického. Kdyby byl nevěděl, že strýčka hned tak něco neskolí, že ten ve zdraví přežil ve zdraví i nečekané setkání s osamělou medvědicí v hradním příkopu, možná by se byl o jeho život i bál. Přece jen však byl zvědavý, jak to bylo dál. Kývl tedy, aby Teodor pokračoval.

„Lord Osvald seskočil v nouzi nejvyšší z koně a utíkal k lesu v podivném předklonu. Střídavě se přitom držel za nafouklé břicho a svůj ctěný zadek. Na poslední chvíli zalezl do nejbližšího křoví. Sotva zmizel z očí, ozval se tak hrozný řev, že celé jeho družině naskočila husí kůže. Takový řev nemohlo vydat ani smrtelně raněné zvíře natož chrabří rytíř, jakým lord Osvald jistě byl.“

„To vypadá opravdu na hrozné prokletí,“ připustil princ. „Tak už mě nenapínej a řekni, co se strýčkovi tehdy vlastně stalo?“

„Jeho muži mu samozřejmě hned spěchali na pomoc. Našli ho stát v křoví se staženými kalhotami držícího se za zadek. Pod ním na zemi leželi dva středně velcí ježci.“

„To on je jako?“ princ váhal s otázkou. Představil si, jak si strýček dřep, zatlačil a pak se jeho již tak velké oči začaly údivem ještě rozšiřovat, jeho knír se zachvěl, až nakonec z jeho úst vyrazil úděsný ryk. „Ne, ne, to by nemohl ve zdraví přežít,“ zavrhl nahlas svou představu.

„Samozřejmě že ne,“ usmál se Teodor. „On je chudák v tom spěchu přehlédl a svou obrovskou zadnicí přičapl.“

To už Richard nevydržel a začal se smát. Jeho první představa mu přišla natolik strašlivá, že se mu zdálo neslušné se strýčkovu utrpení smát. Pravda ale princovy zábrany uvolnila a on se smál, až mu tekly slzy: „Jak je možné, že jsem nikdy ten příběh neslyšel?“

„Strýček Osvald celé své družině přísně zakázal, aby se o tom utrpení a potupě, která ho stihla, někdy, někde třeba jen slůvkem zmínil. Ale to víte, princí, že se na hradě a v podhradí nic dlouho neutají. Tak co, ještě stále máte zájem o hrdinství?“

„Ani ne,“ smál se dál princ.

„Kdybyste ale chtěl být hrdina a proslavit se, mohl byste požádat svého otce, aby vyhlásil nějakou válku. Třeba ten namyšlený král ze západu se prý nedávno dost nelichotivě vyjádřil o vaší výsosti,“ zkoušel ho Teodor.

„Děkuji, válka je pro hlupáky,“ odbyl ho Richard. „Ať si o mně říká, kdo chce, co chce. Já si radši počkám na nějakého toho opravdového čaroděje, obra či nejlépe draka. A kalhoty si raději nechám natažené.“

„Dobře, princí,“ pochválil ho Teodor. „Jen s těmi draky bych byl opatrný. Nikdy nevíte, kde se ještě nějaká taková potvora ukrývá.“

6. Jedna číše vína neuškodí

Mohu tě pozvat na číši dobrého vína?“ obrátil se jednou po společném klání hrabě Vilém na Richarda. Poprvé za dlouhou dobu, co spolu trénovali souboj mečem, ho nechal vyhrát.

„Co ta náhlá vstřícnost, Viléme?“ zeptal se překvapeně princ, protože nebyl zvyklý na to, že je k němu Vilém milejší víc, než bylo nutné z hlediska dvorní etikety.

„Jako tvůj dlouholetý přítel musím ocenit, jak ses zlepšil v práci s mečem. Dokonce jsi mě dnes i porazil,“ pochválil ho Vilém a v duchu si pomys-

lel, že takové nemehlo porazí vždy a všude i se zavázanýma očima. „Navíc se již brzy staneš novým králem a stojí přece zato si na to připít,“ dodal.

„Tak dobře,“ řekl Richard a přijal číši, kterou mu podlý přítel s úsměvem na tváři podal. „Jeden pohár nám udělá dobře. Potěší jazyk, tělo i duši.“

„Na zdraví budoucího krále!“ zvolal Vilém s trochu pokryteckým tónem v hlase, který však princ nepostřehl.

„Na zdraví nás všech i celého našeho království!“ pozvedl princ číši a přitukl si s Vilémem. Kdyby jen tušil, že jeho víno je trochu jiné než Vilémovo.

„Myslím, že lepší víno jsi ještě nepil, Richarde,“ poznamenal Vilém.

„Máš pravdu. Je skvělé!“ ocenil Richard chuť rudě červeného vína z nejlepších hroznů, které dozrály ve slunci vzdálené jižní země.

„Myslím, že už lepší pít ani nikdy nebudeš,“ usmál se v duchu Vilém. Rozloučil se s princem a spokojeně zamířil za svým otcem, aby mu sdělil, že se stalo to, co se podle jejich vůle stát mělo.

Uběhlo sotva pár dní a princ se začal cítit nesyť. Nejprve si myslel, že se o něho pokouší obyčejné nachlazení. Den ode dne se však cítil slabší a malátnější. Musel ulehnout na lože a jedl čím dál méně. Král povolal k princovi své nejlepší doktory, ale ani ti nebyli schopni říct, jaká nemoc sužuje princovo tělo a mysl. Princ začal blouznit a stále častěji upadal do spánku připomínajícího bezvědomí.

Lékaři se obávali, že princova choroba může být nakažlivá. Jen oni a Teodor podávali proto princovi léky, jídlo a pití. I přes riziko nákazy chodili svého syna navštěvovat také král a královna. Byli z jeho nemoci zoufalí. Syn jim chřadl před očima. Situace byla tak vážná, že se král rozhodl odložit plánované oslavy princových narozenin a vyslal

nové posly, aby pozvané pány a dámy o princově nemoci informovali.

„Princi, probudte se!“ lomcoval Teodor Richardem.

„Nechte mne, nechte mne!“ snažil se Richard setřást ruce, které se ho dotýkaly. Vůbec nechápal, co se děje. Měl vysokou horečku a sužovaly ho divoké zlé sny. Jeho mysl byla jako zamlžená, a i ve chvílích, kdy se ho podařilo probudit, vše kolem něj v něm vyvolávalo různé fantazijní představy, jako by v bdělém stavu snil. I teď měl potíže pochopit, že ten, kdo s ním cloumá, je jeho přítel Teodor, a ne hromada krvelačných nepřátel.

„To jsem já, princ. Teodor.“

„Ach, to jsi ty,“ konečně se princ probрал k vědomí.

„Musíte něco sníst, princ, jinak umřete!“ prosil Teodor.

„Díky, nemám hlad,“ zakroutil Richard odmítavě hlavou a zdálo se, že opět ztratí vědomí.

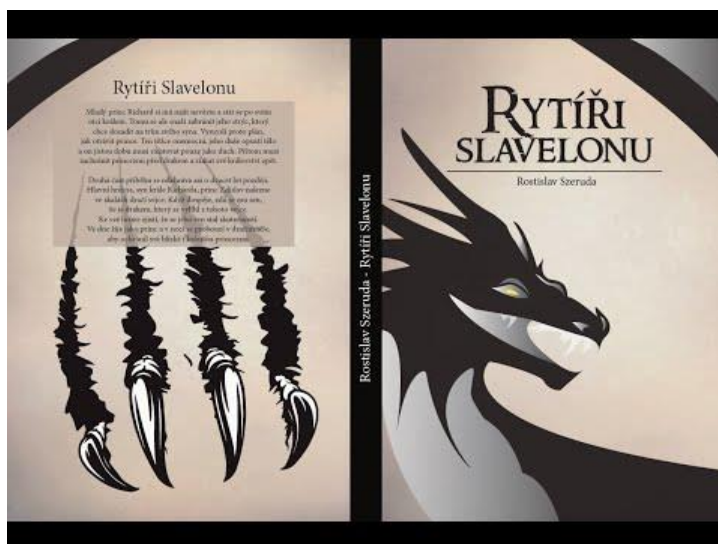
„Aspoň trochu polévky, princ,“ snažil se mu Teodor vnutit trochu husté, horké tekutiny. Lžice však jen stěží prošla mezi rty okoralými horečkou a polovina polévky z ní stekla princovi po bradě. To už opět ztrácel vědomí.

„Teodore,“ zašeptal. Jeho srdce náhle sevřela obrovská tíseň a měl pocit, že na jeho hrud' spadl obrovský kámen. „Zavolej mé rodiče!“

„Princi, prosím, neumírejte!“ prosil ho starý rádce se sepjatýma rukama. Celé dny a noci se modlil za princovo uzdravení, ale zdálo se, že to nebylo nic platné. Pochopil, že nastala chvíle, které se tak obával. Po tváři se mu rozkutálely slzy velké jako hrách.

Pokračování příště.

Podle knihy: [Rytíři Slavelonu](#)



(Trailer k první části knihy Rytíři Slavelonu – Spící princ)

PORADNA

Markéta Jurištová

Snová terapie

Jak už jsem psala v minulém čísle tohoto časopisu, moje poradna je jiná, než na jaké jste možná zvyklí. Terapeutem totiž nejsem já, ale vaše nevědomí, které vám terapii poskytuje bezplatně a pravidelně každou noc. Já vám mohu pomoci identifikovat pravděpodobné příčiny konkrétní snové terapie (jednoduše, proč se vám zdá právě to, co se vám zdá), její význam a můžeme se společně pokusit ještě více optimalizovat její působení (jednoduše, jak využít to, co se vám sen snaží říct... a že se někdy snaží).

I když si někdy můžete myslet, že vaše sny jsou nesmyslné, hloupé, někdy i obtěžující, nebo bolestivé, domnívám se, že VŽDY jsou sny právě takové, jaké mají být. Proč si to myslím? Protože je režiruje nevědomí a nevědomí je příroda. Znáte snad lepšího režiséra?

Sny jsou v určitém smyslu jako mateřské mléko, jeho složení se vždy přizpůsobuje potřebám dítěte, stejně tak sny se přizpůsobují našim aktuálním fyziologickým a psychologickým potřebám. Napište mi děj svého snu, může být i v sérii (v případě že máte nějaký problém, který potřebujete vyřešit, je série snů důležitá). Popište své emoce po probuzení, nakreslete případně obrázek, pokuste se zformulovat své vlastní vysvětlení, ale nenuťte se do něj. Jste pouze zvědaví, co vaše sny znamenají, chcete se naučit jim porozumět, nebo vás něco trápí?

Sen o vnitrobloku

Měla jsem velice jasný, živý sen, který mě zaujal a překvapil hlavně svou jasností. Byla jsem na nákupu v supermarketu, chtěla jsem koupit víno, ale neměli ho, tak jsem se rozhodla jít do jiného obchodu. Ale najednou jsem se ocitla ve vnitrobloku na malém prostranství a nemohla jsem najít východ zpět na ulici. Vždycky když jsem nějakou cestu našla, najednou z ní byla polo rozbitá chodba, kterou se nedalo projít, a navíc tam byli nějakí cizí oškliví a špinaví dělníci. Nakonec jsem objevila nějaké tři ženy, cizinky, které neuměly ani německy ani anglicky, myslím, že mluvily francouzsky, ale potom jsem se probudila. Těším se na analýzu. J.

Rozbor

Emoce, které tento sen řeší je touha vyjít z nějakého uzavřeného prostoru ven, zpět, na ulici, na otevřené prostranství. Patrná je snaha překonat

nějakou bariéru. Vnitroblok mezi domy, to by mohlo symbolizovat jedince mezi dalšími lidmi, ve společnosti. Ve společnost, kde není něco, co snící požaduje. Víno je symbolem radosti, ale i duchovnosti, možná že právě tyto vlastnosti J. ve společnosti postrádá. Dům (obydlí, stavba, kde se dá bydlet) totiž většinou znamená osobnost jedince (snícího) = jeho integritu, území, prostor, kde sídlí všechny jeho osobnosti. Snící se snaží uniknout ze společnosti, která ji zklamala, proniknout ven, zpět, na otevřené prostranství-ulici, na svobodu. Bohužel se chodby, kterými uniká bortí, potkává v nich nějaké muže, nechce se k nim přiblížit, jsou špinaví – primitivní. Nakonec potkává tři ženy, cizinky, které mluví francouzsky, ženský prvek je tak ještě více zvýrazněn atraktivitou jazyka.

Závěr

Snící J. prožívá úzkost z nemožnosti úniku ze společnosti, která se stala příliš svazující, bez radosti a duchovna. Snaha proniknout ven na ulici a najít jiný obchod je touha po svobodě, po úniku někam, kde je to lepší. Je zajímavé, že samotný výraz „vnitroblok“ je sám o sobě lingvisticky vlastně informací o nějaké blokaci uvnitř. Chodby jsou cesty úniku, v jedné jsou primitivnější komponenty – pudy, ty ale nejsou pro snící lákavé, jsou to zvířecí instinkty: útěk, boj, agrese, – a jsou přiřazeny k typicky mužskému chování (k Animovi).

Objevují se tři cizinky, které spolu s J. doplňují počet postav do čtveřice (celosti), převládá nevědomá komponenta. Ženský princip je nevědomý a zvýrazněný, měl by přinést zklidnění, úlevu, možná naznačuje i nějaké řešení. Tyto tři ženy by mohly symbolizovat bytostné Já, které se objevuje na konci snu (obrazu) jako nápomocná síla z nevědomí. Myslím, že by J. mohla očekávat další zajímavé sny, které jí pomohou překonat pocit zklamání.



Závěrem

Jestli vás tento časopis zaujal a rádi byste s námi spolupracovali, podělili se o vaše postřehy, názory, zkušenosti či neobvyklé zážitky, neváhejte nás kontaktovat na mailové adrese:

quantum.psyche@seznam.cz

Najdete nás také na:

<https://www.szerudashop.cz/> (e-shop, blog)
<https://www.facebook.com/R.Szeruda/>
<https://www.facebook.com/groups/kvantovaduse>
<https://www.instagram.com/r.szeruda/?hl=en>
<https://www.instagram.com/lucidnisen/?hl=en>
<https://www.aboutdreams.cz/>

Pokud vás nějaké téma z našeho časopisu zaujalo, můžete nám napsat a my se pokusíme odpovědět na váš dotaz v nějakém z dalších čísel. Bude-li váš dotaz více osobní a nebudete chtít, abychom vám odpověděli skrze časopis, napište nám a můžeme si domluvit konzultaci on-line.

Chcete-li nám poslat nějaký osobní příspěvek na uveřejnění, prosím, udělejte to. Příspěvek posoudíme a pokud se bude hodit do našeho časopisu, rádi ho uveřejníme.

Máte-li zájem se podílet na přípravě časopisu, napište nám a můžeme navázat spolupráci.

Můžete se s námi také spojit, budete-li mít zájem inzerovat nějakou vaši službu či produkt v našem časopise.

Tento časopis nabízíme svým čtenářům ke stažení zdarma. Přesto, aby tento časopis mohl vycházet, je pro nás důležitá vaše podpora, a to i finanční.

Jak nás můžete podpořit?

1. Platbou 57 Kč nebo 157 Kč na QR kódy:



QR platba
57 Kč

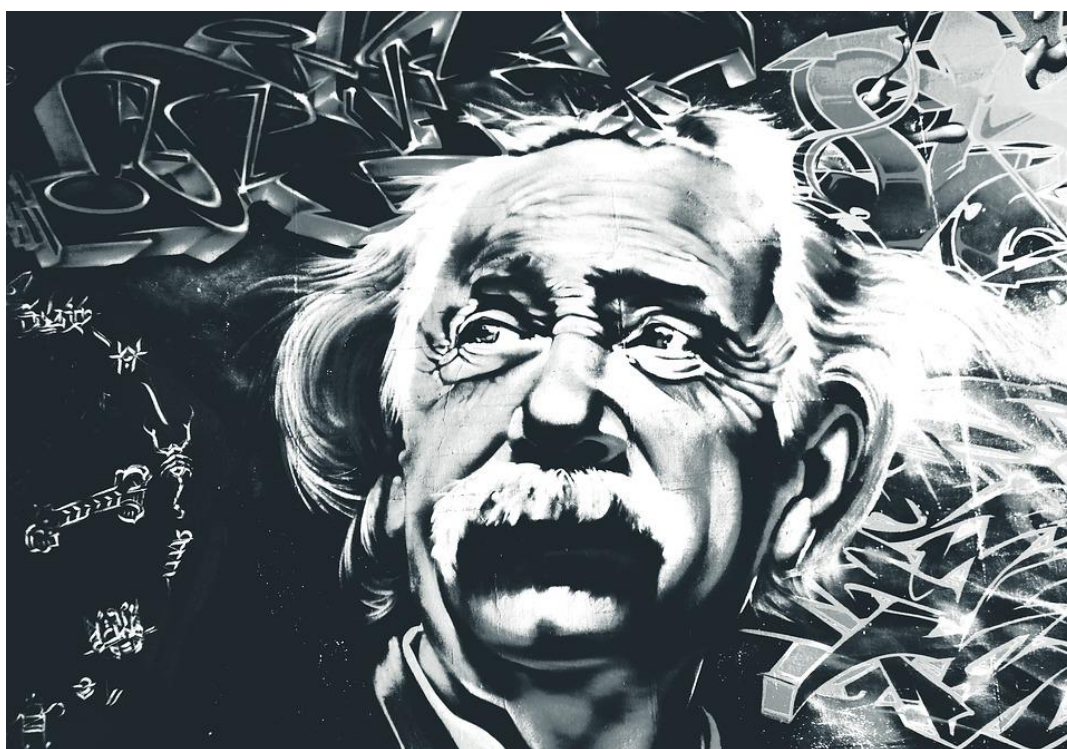


QR platba
157 Kč

2. Kupte si tento časopis nebo nějakou z e-knih z e-shopu www.szerudashop.cz.

Doufám, že budeme schopni postupně zvyšovat kvalitu tohoto časopisu a poskytovat vám, našim čtenářům zajímavé a užitečné informace.

Předchozí čísla časopisu naleznete zde:



<https://pixabay.com/cs/photos/einstein-albert-einstein-street-art-2197302/>