

Kvantová duše



04/2023

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

**Vnímání okolního světa
Experiment s odloženou volbou
Moc přítomného okamžiku
Jak začít lucidně snít
Sci-fi První psychonaut
Pohádka: Spící princ
Poradna – snová terapie**

VÁŽENÍ ČTENÁŘI

Dovolte, abych uvedl dubnové číslo elektronického časopisu **Kvantová duše**, na němž spolupracuji s paní psycholožkou 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 možností 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.

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.

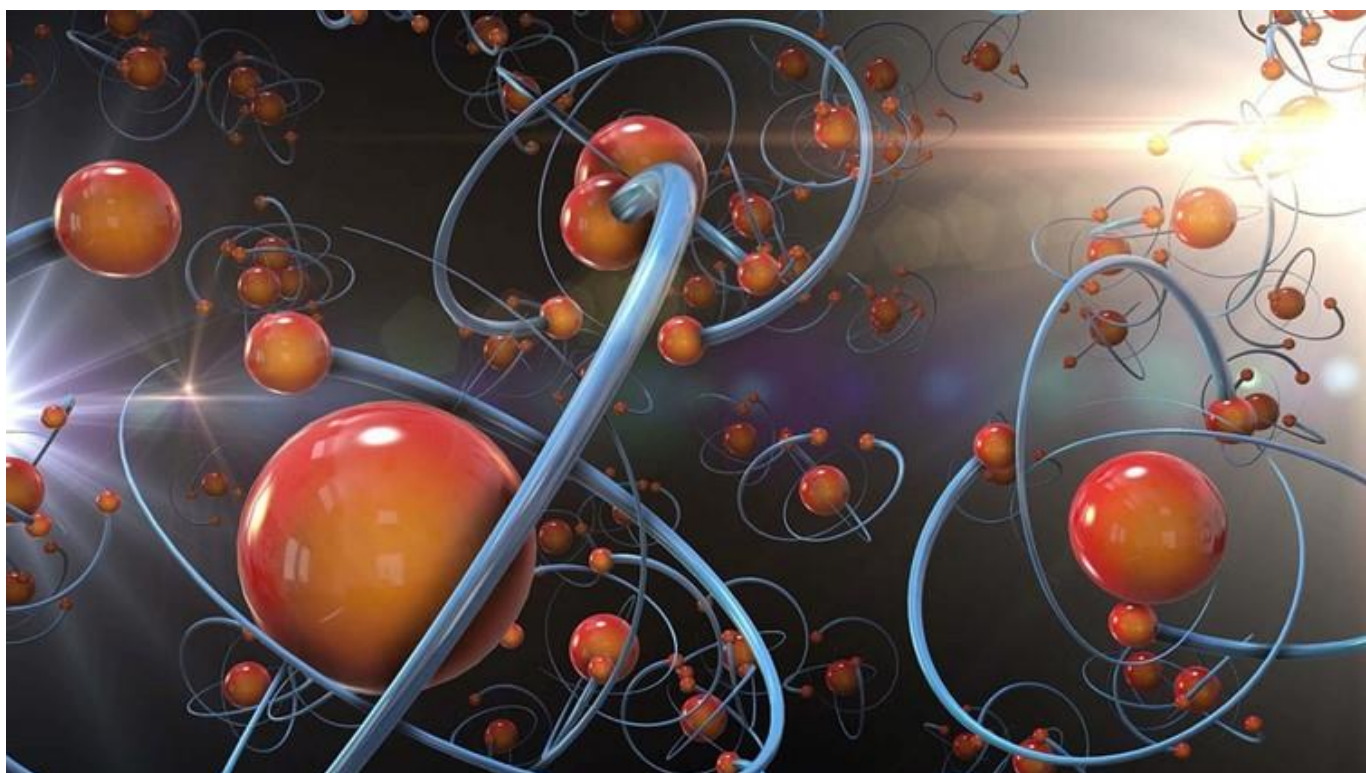
Pokud se rozhodnete přispět do našeho časopisu, budeme rádi.

Rostislav Szeruda a Markéta Jurištová

Citát pro duben:

Jen málokdo ví, kolik toho člověk musí vědět, aby věděl, jak málo toho ví.

Werner Heisenberg



<https://pixabay.com/cs/illustrations/atomy-molekula-5064796/>

KVANTOVÁ DUŠE

Rostislav Szeruda

Vnímání okolní reality

Mozek zpracovává signály, které do něj ve formě nervových signálů přicházejí z celého těla. Informují ho o procesech, které se odehrávají uvnitř i vně organismu. Mozek na tyto podněty reaguje a řídí tělové funkce. Podněty, které proniknou do našeho vědomí, vytvářejí naši představu o světě kolem nás i v nás.

Máme pět základních, které nám podávají informaci o dění kolem nás. Snad nejdůležitějším zdrojem informací o vnějším světě je pro nás vidění – zrak. Systém vidění je složitý. Jeho základním prvkem je oko. Tvoří je čočka s proměnnou ohniskovou vzdáleností, proměnný vstupní otvor – zornice, sítnice, sklivec, fotoreceptory – tři druhy čípků a tyčinky, gangliové buňky, zrakový nerv a další části.

Čočka zaostřuje převrácený obraz zorného pole na sítnici. Fotoreceptory se nacházejí na vnější straně sítnice. Tyčinky nám umožňují vidět při slabém světle. Čípky fungují jen při jasném světle, ale dávají nám možnost vidět barevně. Existují tři typy čípků citlivé na modré, zelené a červené světlo. Kombinací signálů od nich získáváme vjem různých barev a jejich odstínů.

Gangliové buňky na vnitřní straně sítnice vysílají signály do mozku. Buňky na pravé polovině sítnice vysílají informace do pravé mozkové hemisféry, a naopak buňky nacházející se v levé polovině sítnice vysílají informace do levé mozkové hemisféry. Obě hemisféry mozku jsou propojeny několika svazky nervových vláken, z nichž největší je tzv. svorové těleso. Tak je zabezpečeno spojitě vidění.

Existují dva základní systémy vidění. Starší z nich pracuje rychle, nerozlišuje barvy, dobře ale rozlišuje pohyby a prostor. Je spojen hlavně s temenními oblastmi mozkové kůry. Mladší pracuje pomaleji, rozlišuje barvy a jemné podrobnosti. Je svázán především s kůrou týlních a spánkových laloků. Oba tyto systémy vytvářejí náš zrakový vjem.

Zraková mozková kůra se rozlišuje na „nižší“ a „vyšší“ zrakovou oblast. Do „nižší“ dospěje zraková informace ze sítnice a mezimozku jako první. Zpracovává jednoduché zrakové podněty. Předá je do „vyšší“ korové oblasti, kde je z těchto základních dat složena informace například o podobě obličeje pozorované osoby, kterou pak dokážeme rozpoznat. Při poruše této funkce může dojít k tomu, že postižený přestane rozeznávat tváře svých blízkých, přestože dokáže poznat, že se dívá na tvář. Ztratí schopnost vnímat citový výraz tváře.

Existují lidé, kteří trpí tzv. korovou slepotou. Oči mají v pořádku, ale jsou postižena jejich korová centra. Tito lidé říkají, že předmět, který mají před sebou, nevidí, ale přesto jsou schopni uspořádat dlaň a prsty tak, aby jej správně uchopili do ruky. Informace o předmětu není schopna proniknout do jejich vědomí. Tomuto jevu se říká „vidění slepých“.

Vědci zabývající se zkoumáním tajemství mozku již vědí, že v něm existuje řada zrakových oblastí, z nichž každá analyzuje zrakové vjemy komplexně i specificky. Nelze však vymezit v mozku žádnou oblast, jejíž aktivita neuronů by odpovídala obrazu světa, který vidíme před sebou. Chápeme, jak mozek obrazy promítnuté na sítnici dokáže rozkládat, ale nechápeme, jak je opět dokáže složit do vjemu, který vidíme před sebou.

Vidíme, jako bychom vnímali přímo obraz promítnutý na sítnici oka. Přitom nejprve musí dojít k chemické reakci na světlo citlivých buňkách, a pak je tento obraz přenášen formou nervových impulsů do mozku, kde je dál zpracováván. Jak se v mozku vytvoří obraz, který se nachází na sítnici? Kdo a kde se na něj uvnitř mozku kouká?

Okolní svět vnímáme pomocí obrazů, které se smyslovými kanály přenášejí do mozku a rozvinují se v naší mysl. Díváme-li se na nějaký objekt, energie jeho obrazu není větší než energie fotonů, které tento obraz zprostředkovávají. Slyšíme-li nějaký zvuk, jeho energie není větší než energie zvukových vln, které ho vytvářejí.

Obraz podnětu není někde uvnitř naší hlavy, ale jako by se rozvinul v místě, kde se podnět nachází. Naše ruka automaticky zamíří k místu, kde se v naší psýché nachází obraz šálku čaje. Naše hlava se automaticky otočí směrem, odkud přichází zvuk. Obrazy okolní reality vnímáme trojrozměrně. Existují jakoby mimo nás – v myslí přesahující hranice našeho mozku a promítající se do okolního prostoru.

Obraz okolní reality se před námi rozvíjí prostorově jako virtuální kvantová struktura. Existuje tak dlouho, jak dlouho proudí našimi smyslovými kanály energie, která ho vytváří. Pak obraz odeznívá. Svinující se obraz rozvíjí obrazy uložené v naší paměti a na základě podobnosti s nimi interferuje. To nám umožňuje ztotožnit viděné se známým.

Smyslové cesty našeho organismu představují „okna“ jimiž psýché proniká do okolního prostoru. Pro psýché není žádné vně. Vše, co vnímáme, existuje – je rozvinuto v naší mysl. To naše mysl je „tam vně“ a je i „tam uvnitř“. Je jen iluze, že existuje něco mimo naši mysl. Vše je uvnitř.

Pokračování příště.

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

EXPERIMENT S ODLOŽENOU VOLBOU

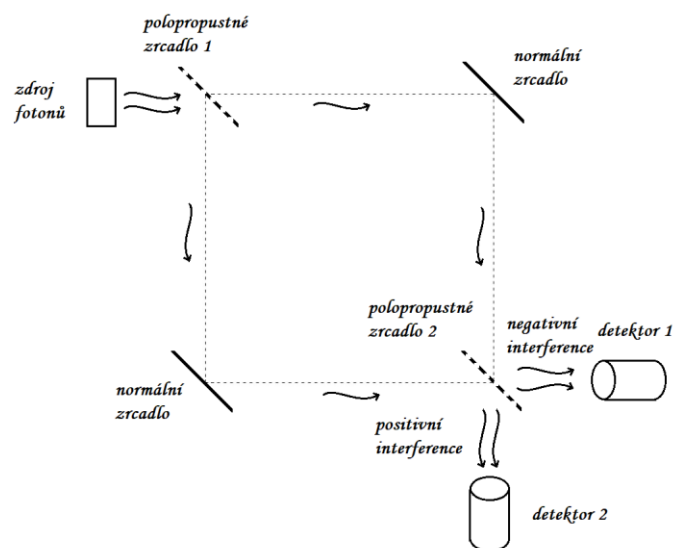
Rostislav Szeruda

Celý vesmír existuje jen proto, že se na něj někdo dívá.

John Archibald Wheeler

Autorem tohoto experimentu je americký fyzik John Archibald Wheeler, který se zabýval především teorií relativity a astrofyzikou. Zabýval se ale rovněž vlivem pozorování na pozorované objekty a realitu. Byl zastáncem silné verze tzv. [Antropického principu](#).

Představme si, zařízení pro demonstraci částicových a vlnových vlastností fotonů. Ze zdroje fotonů vyšleme paprsek světla do zařízení. Ten nejprve dopadne na polopropustné zrcadlo 1. Polovina ho projde skrz a polovina se na něm odrazí, jak zobrazuje obrázek níže. Obě poloviny paprsku jsou po odrazu od klasických zrcadel nasměrovány do stejného místa, kde je čeká polopropustné zrcadlo 2, které rozloží poloviny paprsku opět na poloviny. Ty interferují s polovinami druhého paprsku.



Polopropustné zrcadlo 2 je nastaveno tak, že v jednom směru se paprsky interferencí vyruší a v druhém se interferencí zesílí. Výsledek je ten, že detektor 1 nezaznamenává žádné prošlé fotony a pouze detektor 2 registruje průchod fotonů. Tato interference nám demonstruje vlnový charakter světla.

Když polopropustné zrcadlo 2 ze zařízení odstraníme, budou oba detektory registrovat přilétající fotony. Když zaregistruje foton detektor 1, víme, že prošel zařízením tak, že se odrazil doprava od polopropustného zrcadla 1. Když ho zaregistruje detektor 2, prošel skrz polopropustné zrcadlo 1 rovněž. To demonstruje částicový charakter světla.

Představme si, že dokážeme polopropustné zrcadlo 2 vložit do zařízení ve velmi krátkém čase. Vložíme ho do zařízení až ve chvíli, kdy paprsek světla se bude nacházet za polopropustným zrcadlem a mělo by už být jednoznačně dáno, kterou cestou se foton vydal. Přesto detektory nezaznamenají částicový, ale vlnový výsledek ve formě interference. Nedokážeme tedy „oklamat“ kvantové zákony.

Wheelerův experiment zpožděné volby funguje i v kosmickém měřítku. Rozhodnutí o tom, kterou cestou se k nám foton vesmírem před milióny let vydal, nebo zda se vydal všemi možnými směry, lze našim pozorováním učinit až poté, co foton ze vzdáleného kvazaru prošel gravitační čočkou kolem celé galaxie. Naše pozorování fotonu na konci jeho dráhy vesmírem vytváří jeho minulou milióny let dlouhou historii.

Minulost vzniká, až na základě pozorování, které se ale může odehrát až ve vzdálené budoucnosti.



Pokračování příště.

Podle knihy:

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

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

KVANTOVÉ LÉČENÍ

Rostislav Szeruda

Moc přítomného okamžiku

Před pár lety jsem byl na dovolené v Bulharsku. Je zajímavé, že okamžik, který se mi vryl nejvíce do paměti bylo, když jsem poprvé vlezl do hotelového bazénu a udělal prvních pár temp. Voda byla trochu studená ale ten pocit byl naprosto skvělý. Byl jsem daleko od pracovních i rodinných starostí i povinností. Na chvíli jsem neměl ani žádné starosti týkající se budoucnosti. Minulost byla pryč, budoucnost byla daleko a já jsem se nacházel v dokonalé přítomnosti. Nirvána. Bohužel, dlouho mi ten pocit nevydržel. Už za pár dnů jsem přemýšlel, co budu všechno muset udělat, až se vrátím z dovolené.

O tom to je. Máme neustále tendenci přemýšlet o nepříjemných věcech, které jsme prožili před hodinou, před týdnem, před měsícem, před roky. Některé věci jako by nechtěly umřít. Neustále se nám přehrávají v mysli. Neustále musíme na ně myslet. Minulé nepříjemnosti v nás vyvolávají strach z budoucnosti. Musíme myslet na to, co bude. Co když přijdeme o práci? Co, když nás partner opustí? Co, když onemocníme? Co ty naše děti?

Výsledkem je, že pro nás přítomnost prakticky neexistuje. Naše mysl se neustále zabírá minulými nepříjemnostmi a obavami z budoucnosti. Teď jako by neexistovalo. Je jen minulost a nejistá budoucnost. Znáte ty bezesné noci, kdy se převalujete v posteli a nemůžete usnout? Vaše mysl se zabírá včerejškem nebo zítřkem namísto toho, abyste právě teď klidně spali a nabírali sílu a energii?

Myšlenky na minulost a budoucnost už vás natolik vyčerpaly, že na přítomnost nemáte sílu? Nejste schopni mít radost z maličkostí, že venku svítí slunce a děti jsou zdravé? Kdy se budete cítit dobře? Až budete na dovolené? Až vám v práci přidají? Až si najdete novou práci? Až vyhraje milion korun – sto milionů korun? Až se uzdravíte? Nikdy? Potěším vás, asi už opravdu nikdy. Líp už bylo. Pokud nebude líp právě teď, tak už nebude nikdy.

Pokud se na to podíváte z fyzikálního hlediska. Nemusí existovat jedna konkrétní minulost. Minulost může existovat ve všech verzích, které povedou k aktuální přítomnosti. Budoucnost může existovat ve všech verzích, které mohou vzniknout z aktuální přítomnosti. Minulost ani budoucnost objektivně neexistují. Pokud si myslíte opak, dokažte to! Minulost vytváříme až pozorováním. Dříve neexistuje.

Žijeme-li minulostí a obavami z budoucnosti, měníme realitu tak, aby se naše obavy v budoucnosti potvrdily. Proč? Odebírá nám to energii a nějakým

způsobem to směřuje náš život. Naše představy se mají tendenci realizovat – ty pozitivní i ty negativní. Větší pravděpodobnost, že se stane skutečností, bude mít vždy ta představa, s níž spojíme víc emocí.

Nemusíme se cítit dobře právě teď, ale proč bychom se nemohli cítit v příští minutě už o něco lépe? Je to jen otázka našeho rozhodnutí. Když nebudeme mít tendenci cítit se lépe již příští minutu, proč bychom se měli cítit lépe za hodinu, za měsíc či za rok? Když zapomene v běhu od minulosti k budoucnosti na současnost, kdy se budeme cítit lépe?

Nečekejme, že nás čeká skvělá budoucnost automaticky či zázrakem. Mohli bychom strávit život očekáváním na chvíli až vyhraje ve Sportce, až přijede ten Rytíř na bílém koni či až se objeví ta Pravá nebo až Blaničtí rytíři nám vyjedou na pomoc. Když se máme cítit v budoucnu líp, proč se necítit líp už v příští sekundě? Možná venku leje a my jsme promočení na kost. To je přeci dobrý důvod uvařit si teplý čaj a cítit se lépe.

Když vysvitne slunce, je skvělé užít si ten okamžik. Jdeme-li přírodou, nemusíme myslet na to, co nás špatného potkalo v práci. Všimněte si krásy kolem sebe! Vnímejte barvy, hru světla a stínu. Než se nadějete, svět se začne jevit jasnější a barevnější. Dodá vám to energii. Chcete-li se cítit lépe, začněte se cítit lépe právě teď! Určitě se najde někdo nebo něco, co vám zase energii odebere. Když se naučíte po každém pádu zase vstát, bude lépe.

Měl jsem v práci kolegu. Propustili ho – z hodiny na hodinu, i když byl šikovný a schopný. Prostě se znelíbil. Viděl jsem, že je mu do pláče. Potkal jsem ho asi za měsíc. Byl to úplně jiný člověk – v pohodě a vysmátý. Získal práci blíže bydliště za víc peněz. Za odstoupné ze starého zaměstnání si koupil nové auto. Sám by se k této změně nikdy neodhodlal. Ne vždy, to, co nám připadá špatné, musí pro nás špatně skončit. Ne vždy, to, co nám připadá dobré, nám musí přinést štěstí. Může se nám klidně stát, že z té vytoužené výhry ve Sportce dostaneme infarkt.

Propuštěných schopných kolegů v práci jsem už poznal víc. I mě už to potkalo. Člověk má vždycky šanci proměnit to špatné v lepší či dokonce dobré, nevzdá-li se v přítomnosti tomu, co ho potkalo v minulosti, či obavám z budoucnosti. Vše důležité musíte udělat právě nyní – tu práci, co vás posune dál, i rozhodnutí cítit se lépe okamžik po okamžiku, vzpamatovat se z toho špatného i z těžké nemoci.

Jste si jisti, že existovala nějaká minulost? Jste si jisti, že existuje nějaká budoucnost? Jste? Tak to dokažte! Jediné, čím si můžeme být úplně jisti, že to, co existuje, je přítomnost.

Rozdíl mezi minulostí, přítomností a budoucností je jen tvrdošíjně přetrvávající iluze.

Albert Einstein

LUCIDNÍ SNĚNÍ

Markéta Jurištová

Jak začít lucidně snít?

Jak to udělat, aby se vám podařilo přechytračit utlumenou prefrontální kůru a ve spánku si uvědomit, že to, co prožíváte, je sen?

Chce to být dobře připraven na určitý mentální souboj se svým mozkiem. Vzpomeňte si na nějaký sen, byly v něm zcela jistě nelogické momenty, věci, které neexistují, podivnosti, které byste v bdělém stavu považovali za úplně nesmysly. Problém spočívá v odhalení těchto nesmyslů, čemuž se říká testování reality. Jakmile ve snu poznáte, že něco nesedí, že takhle to nefunguje, že je to jinak, uvědomíte si: „Vždyť já spím!“ a v ten okamžik se probudíte do snu. Víte, jak se říká: „Štípněte mě někdo, jestli se mi to nezdá!“ Tak to je hodně podobné, pouze jste na pomyslné štípání sami.

Mám několik poznávacích znamení neboli testů reality. Především jsou to ruce, protože ty máte po ruce vždycky. Když se totiž ve snu podíváte na ruce, mohou se různě deformovat, třeba se prodlužují prsty, nebo rovnou celé paže. To by vám mohlo být divné, ne? Zkuste prostrčit ruku nějakým pevným povrchem, třeba zdí, nebo křeslem. Pokud se vám to podaří, je taky jasné, že sníte. Může se stát, a mě se to občas stává, že testování selže. Vaše ruka prostě narazí a ten náraz i pocítíte, ale když už to jednou zkoušíte, nevzdáte se tak lehce. Jsou i další testovací předměty jako například telefon. Je tam kde má být? V dnešní době vždy před spaním bezpečně víte, kde jste ho zaparkovali (většinou do nabíječky). Kromě toho nevím jak vám, ale můj telefon ve snu nefunguje, prostě si z něj nezavolám. Můžete zkusit levitovat nebo přímo létat, to je také spolehlivý test reality. Když se vznášíte u stropu nebo chodíte po stěnách jako pavouk, nejste akční hrdina, ale prostě sníte. Dalším znamením, že je něco jinak, může být třeba starý potah na sedačce nebo okno či dveře na jiném místě. Musíte být ve střehu. Také když ve snu potkáte někoho, kdo nežije, zbystřete a zkuste se pořádně rozhlédnout okolo. Pro mě to často bývá impulz k probuzení do snu. Obecně ale postavy v nelucidních snech při testování reality příliš nepomáhají, mají v sobě velký emoční náboj, který hodně znesnadňuje uvažování.

Testování reality

Jenže je tady zásadní problém. Vůbec si ve snu vzpomenout a pokusit se o testování reality. Pokud ještě nemáte s lucidními sny nějaké zkušenosti, tak vás to nenapadne ani náhodou. Proto je dobré v bdělé

realitě často uvažovat o svých snech, o jejich obsahu, významu a zkusit si vzpomenout právě na ty momenty, kdy jste si mohli uvědomit, že se vám to jen zdálo. Pomáhá také o snech mluvit třeba s kamarádkou, kamarádem nebo partnerem i s dalšími lidmi. Můžete si také občas během dne sami pro sebe testovat realitu například pohledem na ruce, aby se vám tato činnost více zapsala do mysli. O tom je nakonec celá tato knížka. Snažím se vás přimět k tomu, abyste o svých snech přemýšleli, mluvili, zkoušeli si je znovu vybatvit. Jen tak se vám může podařit si v některém dalším snu vzpomenout na svůj záměr a otestujete realitu. V poslední době se mé lucidní sny většinou odehrávají až v ranních hodinách, a často dokonce mezi odloženým zvoněním budíku. Popíšu vám typický krátký ranní lucidní sen.

Jdu po ulici, mám těžké nákupní tašky, vím, že musím donést nákup a uvařit pro celou rodinu. Zatím se jedná o standardní, nelucidní sen. Kolem projede starodávná dřevěná tramvaj a v tu chvíli si uvědomím, že jsem ve snu, sen se tedy mění v lucidní. S úlevou odhazuji tašky na zem a vyletím k obloze, letím vysoko nad stromy a užívám si krásnou scenerii z ptáčích perspektivy. Začne drobně sněžit, ale sněhové vločky nestudí, slétnu níž a prohlížím si zblízka křehké třešňové květy s bílým popraškem, který se zvolna mění na kapky vody. Je to skutečně nádherné, chtěla bych si tento pohled uchovat v paměti co nejdéle.

Pravému probuzení do snu může předcházet i určitá „příprava“. Napřed se vám třeba podaří ve snu prosadit vlastní vůli a tento okamžik si během dne připomínáte. Nebo si ve snu vzpomenete na testování reality, zkontrolujete ruce, ale nevidíte žádnou změnu (neprodlužují se ani jinak nemění), proto neidentifikujete, že sníte. Ačkoli se test reality v podstatě nezdařil, jen tato příprava je opravdu velký pokrok a znamení, že se bezpochyby zanedlouho dokážete do snu probudit.

Několik prvních úspěšných testů reality je často provázeno tak velkým emočním zážitkem a radostí, že se pak člověk zpravidla rychle vzbudí a první lucidní sen si nestačí užít. To ale nevadí, protože se vám to jistě podaří znovu. Je ale potřeba hodně vnitřního klidu a trpělivosti. Jen díky občasným konverzacím na téma snění se dokázal můj manžel během tří let dostat do stadia, kdy si kromě lucidního létání už dokáže i povídat se snovými postavami. Dokonce to vypadá, že na nácvik lucidního snění není nikdy pozdě. Moje sedmdesátiletá maminka donekdávna tvrdila, že se jí sny moc nezdaří, a dnes už dokáže opakovaně a úspěšně testovat realitu. A tady bych si dovolila menší spekulaci. Mám totiž takový pocit, že by lucidní sny mohly být i určitou prevencí

proti Alzheimerově chorobě, a to díky tomu, že specificky stimulují paměť.

Před pár dny jsem měla sen, ve kterém mě můj manžel nečekaně „unesl“ na ostrov Mauricius. Byla jsem velice nadšená, i když jsem věděla, že je to jen na víkend. Dívala jsem se z okna hotelového pokoje a těšila jsem se, jak půjdeme na pláž. Náhle jsem si uvědomila, že je pandemie a že bychom měli mít negativní testy na coronavirus a být dva týdny v karanténě (podle mauricijských předpisů), než budeme moci z hotelu odejít. Docela jsem se vyděsila a manžel také, říkali jsme si, že nás bez testů asi hned zavřou do izolace. Byli jsme bezradní. Naštěstí mě napadlo, že se mi to možná zdá. Odešla jsem na chodbu a zkusila levitovat. Napodruhé se mi to podařilo a sen se změnil na lucidní. Odletěla jsem za manželem a oznámila: „ Jsme zachráněni, protože je to jenom sen!“ Pak jsem proletěla oknem ven a uslyšela mohutný potlesk. Před hotelem byla travnatá stráž, kde sedělo spousta lidí, kteří mi mávali a tleskali. Byly tam také stoly s občerstvením, snesla jsem se k nim a vzala si nějakou jednohubku. Vůbec jsem nechápala proč mi ti lidé tleskají. Někakou dobu jsem létala nad krajinou, která se ale změnila. Ocitla jsem se v krásném zalesněném údolí, plném dubů. Zeptala jsem se proto nějakého muže, který byl opodál a skládal dřevo, kde vlastně jsem. Odpověděl, že jsme v Rakousku. Sice tam bylo hezky i počasí bylo fajn, jenže jsem se cítila zklamaně (Mauricius je Mauricius) a za chvíli se probudila.

Později mě napadlo, že ten potlesk byl možná proto, že jsem si vzpomněla na testování reality a probudila se do snu. Co myslíte?

Počítání oveček

Pokud jste si ale vybrali druhý způsob a chcete se pokusit usnout lucidně přímo, doporučuji využít náhodného, nebo pravidelného nočního probuzení. Mimochodem, víte, že dříve, v předindustriální době, lidé v noci spali dvoufázově? Budili se zhruba po čtyřech hodinách a pak znovu usínali po hodinové až dvouhodinové pauze. A představte si, že se během ní bavili mimo jiné o svých snech.

Můžete si zase nastavit budík stejně jako u předcházející metody. Zvoneční budíku, pokud zvuk není příliš stresující, nezabrání dalšímu usnutí. Někomu se po přerušení spánku usíná lépe, někomu hůře. Pokud jste spíše ten druhý případ a nejde vám lehce usnout, měli byste se pokusit co nejvíce uklidnit, uvolnit postupně celé tělo a hlavně svaly v obličeji. Snažte se na nic nemyslet, nehýbat se a jen uvolněně dýchat. Mě pomáhá si v duchu opakovat: “ Nádech, výdech, nádech, výdech “. V usínání vám může pomoci malá lžička medu, vůně levandule nebo škraboška na spaní (nebo všechno najednou).

Tak, hezky usínejte a soustřed'te se na následující techniku.

V knize Stephena LaBerge Lucidní snění jsem pro vás našla návod, který nápadně připomíná naše staré známé počítání oveček.

„Před pěti lety jsem objevil jednoduchou techniku k udržení vědomé pozornosti během přechodu mezi bděním a spánkem. Její podstatou je během usínání s jistou dávkou ostražitosti počítat jedna, jsem ve snu, dvě, jsem ve snu atd. Výsledkem je, že si v určitém okamžiku – řekněme „čtyřicet osm, jsem ve snu“ – najednou uvědomíte, že už skutečně jste ve snu! Fráze „jsem ve snu“ pomáhá zapamatovat si, co máte v úmyslu dělat, ale není nutně nezbytná. Pouhé počítání pravděpodobně stačí k udržení dostatečné pozornosti a rozeznání snových obrazů jako takových, až se objeví.“

Při vstupu do snu z bdělého stavu zpravidla vzlétnu přímo z postele rovnou ke stropu. Je to proto, že si stále uvědomuji, kde usínám, a létáním si hned otestuji realitu, jestli už je to „ono“. Velice často se totiž stává, že první snové obrazy kopírují skutečnost. Takže se vám v nich zdá, že jste ve své ložnici a někdy máte pocit, že vstáváte do reality. V podstatě se dá říct, že i když se pokoušíte vstupovat do snu jako pozorovatel, musíte být ve střehu. Opět je to hlavně o odhalení nesrovnalostí.

Pokračování příště.

Podle knihy: Bílá kniha lucidních snů – Průvodce

www.bilakniha.cz



Ilustrace: Jana Delgerová

PRVNÍ PSYCHONAUT

První záchranná mise bez těla

Sci-fi povídka (psycho-fantasy)

Rostislav Szeruda

9. V zajetí primitivů

Ghor nemohl uvěřit, co se mu stalo. Zajala ho primitivní cizí rasa. Ocitnul se uzavřen v nějaké temné schránce. Ti tvorové už pochopili, že uvnitř jejich těl existuje cosi jako duše a není to jen nějaká psychologická abstrakce, ale něco skutečného – fyzikálního a hmotného. Už nejspíš pochopili, jak fungují jejich mozky a jejich technologie byla natolik vyspělá, že dokázali vytvořit elektronické mozky schopné nikoliv samostatného myšlení, ale fungovat jako past na duše.

Byli to ale stále primitivové, protože uvěznit cizí duši bylo považováno na Ghorově planetě za zločin nejhoršího druhu. Ani nejtěžší zločinci by nemohli být vystaveni takovému trestu a ponížení. Na jeho planetě stále přebývaly duše ve fyzických tělech, ale byly je schopny i opouštět dle potřeby, přenášet se na vzdálená místa a v případě potřeby cestovat i vesmírem v duši podobných lodích.

To, že byli schopni opouštět svá těla a stýkat se s jinými dušemi v netělesné podobě jejich civilizaci velmi sblížilo a posunulo na vyšší duchovní úroveň. Věděli, jak se cítí ti druzí. Nebyli již izolováni svými těly od bolesti a utrpení jiných. Mohli je prožívat stejně jako své vlastní pocity. Bylo tedy výhodnější, aby se cítili všichni co nejlépe. Jejich empatie překračovala hranice a omezení jejich těl.

Ghor odhadoval, že tyto tvorové, mezi nimiž se proti své vůli ocitnul, jsou tak o pět set až tisíc let oproti nim pozadu ve vývoji. Byli jim dokonce dost podobní. Kvantový základ – forma se dokáže přenášet přes celý vesmír, jako by prostor a čas neexistovaly. Tvar, který se již jednou někde ve vesmíru osvědčil, bude mnohem snadněji využit i na opačném konci vesmíru. Je tedy logické, že kosmický cestovatel, nenarazí na jiné životodárné planetě na inteligentní ještěry či hlavonožce, ale spíše na tvory, kteří jsou mu velmi podobní.

Když mu tyto bytosti, umožnili skrze mechanické zařízení jejich primitivního zobrazovacího systému, vyhlédnout z jeho silové klece, viděl, že jsou dva. Sameček a samička, jak je podle rozdílu ve stavbě těl vyhodnotil. On byl starý, ona mladá. Nepochyboval ale o tom, že někde jinde je podobných tvorů mnohem víc. Možná mimo budovy tohoto vězení jich žijí tisíce nebo dokonce milióny.

Samička vypadala přijatelně i na poměry na jeho planetě. Zato ten sameček vypadal hrozně. Ghor poprvé v životě viděl, jak vypadá staré opotřebované tělo. Vůbec se mu nelíbilo. Bylo nějaké scvrklé a vrásčité. Ten tvor mu byl vyloženě odporný. Tak oni umí chytit a uzavřít duši do temné elektronické pasti, ale neumí skrze ni vyléčit své tělo?

I na Ghorově planetě existovalo stárnutí a smrt, ale už dávno jejich věk nehrál žádnou roli. Prostě jste žili ve svém těle. Většinu nemocí, které je v minulosti obtěžovaly, bylo možno hned na počátku vyléčit tím, že obnovili energetickou rovnováhu ve svém těle. Každý postupy znal, a tak slovo lékař už skoro zmizelo z jejich slovníku. Stárnutí to byla jen forma nemoci dána nárůstem neuspořádanosti v jejich těle.

Když už se cítili ve svém starém těle nepohodlně, prostě se narodili v novém těle těm, kdo jim byli blízcí. Někakou dobu si nic nepamatovali, ale jak dospívali, rozpomínali se na to, kým byli v minulosti. To, co se naučili v minulém životě, mohli dál rozvíjet a zdokonalovat ve svém novém životě. Bylo to, jako odjet na dovolenou a zase se vrátit.

Ghor nechápal, jak tvorové na této planetě, mohou nechat proces stárnutí zajít tak daleko. Bylo to nechutné. Navíc ten nehezky přestárlý tvor, nebyl vrásčitý jen z vnějšku, ale i zevnitř. Ghor mu to viděl na očích. To, že byl muž nevzhledný navenek, na to by si asi zvyknul, ale to, že byl stejně škaredý i uvnitř, mu nahánělo hrůzu.

Stroj, v němž se nacházel, mu umožňoval nejen vidět část prostoru kolem něj, ale umožňoval mu i svým způsobem komunikovat zvukem. Jeho hlas zněl hodně zkresleně, ale alespoň ta žena se tvářila, že jí zní melodicky a libozvučně. Pokoušela se s ním komunikovat pomocí matematických symbolů a obrázků. Moc si nerozuměli, ale přece jen k sobě získávali nějaký vztah. Bylo to, jako by se pokoušel dorozumět s neandrtálcem.

Starého muže nesnášel. Když se objevil, chvíli komunikoval s tou ženou. Občas vztekle rozhazoval rukama a pak ho prostě vypnul. Jako by byl jen věc – duch ve stroji. Nikdy nevěděl, jak dlouho byl mimo. Ztratil pojem o čase. Ani sny se mu už skoro nezdály. Až jednoho dne měl pocit, že je tam s nimi v místnosti ještě někdo další – někdo, kdo byl blíže jemu než jim.

10. Útěk do neznáma

V následujících pár dnech jsem trénoval. Zní to možná podivně, ale opravdu jsem cvičil přechod z jednoho umělého mozku do druhého. Nebylo to zatím v kosmickém měřítku, ale jen z jedné místnosti laboratoře do druhé. Zvládnout tuto proceduru bylo nutné i k tomu, abych se setkal s oním návštěvníkem z jiného světa.

Přišla chvíle k prvnímu přeskoku – doslova ke kvantovému skoku. Doktorka Martina se na mě usmála a přátelsky mi zamávala do kamery. Pak zmáčkla tlačítko...

Stěny mého vězení se náhle rozestoupily. Tunelové vidění dané pohledem skrz kameru se rozšířilo. Najednou jsem viděl vše, co jsem vidět chtěl. Překvapilo mě, že jsem viděl, i když jsem neměl oči ani kameru. Viděl jsem dokonce ostřeji než kdy dřív. Také barvy byly živější a jasnější. Má duše byla schopna nějak vnímat světlo, které skrz ni procházelo. Profesor měl pravdu, když říkal, že nejprve existovala schopnost vidění, a teprve pak se vyvinuly oči, aby duše uvězněná v těle získala zpět svou ztracenou schopnost.

Má duše i vše, co bylo obsahem mého vědomí, se chtělo rozpínat. Také čas expandoval alespoň, co se týkalo mne. Moje sekunda trvala možná stokrát déle než sekunda na hodinkách krásné doktorky. Chtěl jsem se k ní přiblížit a obejmout ji alespoň svýma vzdušnými rukama. Má duše se smrštila a zamířila k doktorce. V té chvíli se i můj čas srovnal s časem existujícím kolem. Pocítil jsem přítomnost nějakého pole, které mě strhlo dozadu – pryč od Martiny. Než jsem se nadál, byla kolem mě opět tma.

„Do prd... Zase jsem v tom,“ zamžikal jsem kamerou v jiné místnosti se stejně nechutně sterilními stěnami.

„Výborně!“ projevila Martina dětskou radost, že hračka funguje podle návodu v příručce.

„Jste chlapík!“ usmál se mi do kamery i Yamamoto, který kontroloval přenos z místnosti, kam jsem se přenesl. Pohled do jeho špatně oholeného vrásčitého ksichtu mě znechutil.

„Do háje!“ ulevil jsem si. „Chvíli jsem byl svobodný...“ Stačilo jen se přestat vázat na tuto pozemskou realitu – konkrétně na doktorku Robinsonovou. Nějak podvědomě jsem tušil, že kdyby se mé vědomí rozepnulo jen o trochu víc, ta věc zvaná umělý mozek by mě už neměla sílu stáhnout zpět a já bych byl volný, cokoliv to znamenalo...

„Budeme muset pokus ještě párkrát zopakovat,“ navrhl profesor a já jsem tentokrát neměl nic proti. Cítil jsem konečně svou šanci uniknout z jeho moci.

„Nenecháme ho raději trochu odpočinout?“ zeptala se doktorka starostlivě.

„Není potřeba,“ odmítl jsem nabídku.

„Dobře. Vrátime ho do Mozku L01,“ řekl profesor.

„Sbohem,“ pomyslel jsem si, když dal pokyn k zahájení přenosu.

Opustil jsem laboratoř tak rychle, jako by mě vystřelili z praku. Byl jsem najednou větší než celá Země. Jako bych byl bublina nafouknutá kolem ní. Obsáhl jsem i Slunce, ale to nade mnou mělo

podivnou moc. Měl jsem pocit, že mě příjemně hřeje. To teplo mě však tahalo zpět. Přesto jsem měl na okamžik pocit, že se nacházím mezi galaxiemi v zářivé noci hvězd, jako bych chtěl v jednom bezrozměrném okamžiku obsáhnout celý vesmír. Nebyla to pro mě jen hromada neživé hmoty, ale cítil jsem, že pulsuje životem, jako by do něj něco vdechovalo život a vědomí. Bylo mi, jako bych právě prožil nirvánu – spojení s láskou a všehomírem.

Náhle mě něco strhlo zpět. Byl jsem opět malý něco pohlížející z výšky na matičku Zemi. Prostor kolem mě se zdeformoval a já jsem konečně uviděl to světlo, které láká poutníky do světa mrtvých. Bylo jiné než to sluneční, i když mělo stejnou podstatu. Tohle mě hrálo více na duši. Zamířil jsem k němu do časoprostorového tunelu, kterým přicházelo. Dal jsem se do pohybu, jako bych letěl obrovskou rychlostí někam... Už jsem byl skoro u cíle a doufal jsem v rozřešení svého života a poznání, co je za ním.

Jak rychle jsem se blížil ke světlu, tak rychle mě odvrhlo. Jako by mě nechťelo. Nebo mě nechťelo ještě teď. Už jsem měl pocit, že vidím postavy stojící ve světle. Jejich gesto však bylo výmluvné. Běž pryč! Ty sem nepatříš! Pocítil jsem zmatek a zklamání, jaké jsem dosud ještě nepocítil. Byl jsem odvržen. Poslán zpět na Zemi...

„Nebud'te smutná, Martino!“ zamrkal jsem kamerou. „Jsem zpět.“

„To není možné!“ pohlédla mým směrem. Viděl jsem, že má trochu zarudlé oči a po tváři jí stéká slza. Rychle ji utřela.

„To kvůli mně?“ zeptal jsem se.

„Ne,“ zavrtěla hlavou. „Profesor...“ odmlčela se.

„Asi se trochu namíchl, že jsem zdrhl,“ odhadl jsem.

„Velmi se rozčílil a řekl, že je to kvůli mně. Že za to můžu a že jsem neschopná...“ opět se odmlčela.

„Je to namyšlený blbec,“ řekl jsem a doktorka Martina se poprvé za celou dobu na mě usmála. Byla opravdu krásná, když opustila svou vědeckou strohost.

„Uděláme dohodu,“ řekl jsem. „Já zaletím navštívit Malou Calypso a vy dáte výpověď. Ta práce není pro vás. Profesor si vás nezaslouží.“

„Jak víte, že nejsem stejná jako on?“

„Věřte mi. Když jsem opustil tuto schránku, pokusil jsem se k vám přiblížit. Senzibilové by řekli, že jsem cítil vaši auru. Hrála mě,“ vysvětlil jsem. „Vy nejste jako on.“

„Škoda, že jsem vás nepoznala, dokud jste byl ještě naživu,“ smutně na mě pohlédla. „Musel jste být milý muž.“

„Ani ne,“ zavrtěl jsem kamerou. „Berete mou nabídku?“

„Ano,“ kývla hlavou. „Mám pocit, že vám můžu věřit.“

„Jak najdu Calypso a tu sondu?“

„Mozek L01 byl naladěn podle vašich mozkových vln, dokud vaše mozková aktivita ještě zcela nevyhasla. Mozek L02 dostal kopii tohoto nastavení. Proto vaši psýché do sebe vtáhl ihned po uvolnění z Mozku L01. Mozku S02 umístěnému na sondu byla tato kopie již také poslána. Bude vás k sobě přitahovat. Až se dostanete dost blízko, Mozek S02 vás nasaje jako vysavač prach.“

„Pěkné přirovnání,“ pomyslel jsem si. „A Mozek S01 je kde?“ zeptal jsem se, protože mi jedno číslo v řadě chybělo.

„Ten byl na první sondě, ale byl zničen spolu s ní,“ vysvětlila mi Martina. „Vůbec nechápu,“ jak jste nám unikl. „Zřejmě má psýché větší moc, než jsme si mysleli.“

„Síla spočívá ve slabosti,“ vypustil jsem filozofickou moudrost.

„Zavolám profesora, že jste se vrátil,“ prohlásila Martina.

„Dobře, udělejte to. Já si zatím odpočinu,“ souhlasil jsem.

Pokračování příště.

Podle knihy: [První psychonaut.](#)



(Ilustrace: Petr Vyoral)

RYTÍŘI SLAVELONU

Spící princ – pohádka

Rostislav Szeruda

9. Příjezd princezny Abigail

Bylo ráno. Teodorovi chvíli trvalo, než svou ženu přesvědčil, že se už cítí opět dobře a aby ho nechala dokončit čestnou stráž u těla prince. Když konečně odešla, snažil se zbytkem vody otírat princovu tvář i rty, ale Richard se už nepohnul, jako by to všechno, co Teodor v noci zažil, byl pouze bláznivý sen stárnoucího muže.

„Co se to děje?“ probral se jen chvíli poté, co se o něj po probdělé noci začala pokoušet dřímota. Nebyl to však princ, co ho probudilo, ale fanfáry ohlašující, že přijíždí nějaká vzácná návštěva.

Teodor vyšel z tmavé hradní kaple do oslnivého slunečního svitu. Zamířil k hradbám, aby zjistil, co za návštěvu míří na hrad, když zde vládne smutek. „Ó propána,“ pomyslel si, když spatřil velkou jezdeckou družinu doprovázející nádherný kočár ozdobený výsostnými znaky aragonského krále. Přijela aragonská princezna. Posel se s princeznou a jejím doprovodem zřejmě minul a nestačil předat zprávu o zrušení oslav princových narozenin.

Král s královnou byli překvapeni stejně jako baron Teodor. Trochu s rozpaky sešli dolů na nádvoří a se vši důstojností přivítali princeznu Abigail a její doprovod.

Abigail byla velmi půvabná dívka. Její obličej lemovaly vlnité černé vlasy dlouhé skoro až po pás. Na sobě měla cestovní šat z bohatě zdobené červené látky, který jí nijak neubral na půvabu. Když šla, zdálo se, že při chůzi tančí. Působila vznešeně a kultivovaně jako dívka, které se dostalo nejlepšího vychování a vzdělání. Mluvila plyně několika jazyky.

Princezna byla zdrcena, když se dozvěděla, co strašného se princovi stalo. Neodmítla ale pozvání, aby si na hradě po dlouhé cestě několik dnů odpočinula. „Jsem hluboce ořesena ztrátou, která vás potkala,“ řekla. „Velmi jsem se těšila, že poznám vašeho syna. Baron Teodor mi o něm pověděl mnoho pěkného, když nás přijel pozvat na oslavu jeho narozenin. Děkuji za vaše pozvání, ráda si u vás pár dní odpočinu.“

„To je velmi krásná panna,“ pomyslel si Vilém, když i on vyšel na nádvoří a spatřil princeznu Abigail. „Byla by to skvělá královna. Tu bych hned pojal za ženu.“

„Ta panna by byla pro tebe skvělou ženou,“ prohlásil kníže Vladislav, jako by četl synovy

myšlenky. „Její otec je nesmírně bohatý a mocný. Získat jeho zemi věnem by nebylo marné. Pak bychom mohli spojit síly a ovládnout i okolní země,“ uvažoval dále trochu pragmatičtěji než jeho syn. „Musíme tě představit jako budoucího krále.“

„Vzácná princezno!“ zvolal Vilém, aby si ho všimla dříve, než se odebere do komnat pro hosty. „Dovolte, abych se poklonil vaší kráse a vznešenosti. Jsem hrabě Vilém. Pokud budete cokoliv potřebovat, jsem k vašim službám.“

„Je nám ctí,“ princezna se na mladého hraběte přívětivě usmála. Docela se jí líbil. Byl to hezký, dobře stavěný mladý muž a na první pohled vznešeného původu. „Bude-li to potřeba, ráda využiji vaše služby.“

„Hrabě se po smrti prince stal novým dědicem trůnu,“ poznamenal jakoby mimochodem komoří, který přišel odnést princeznina zavazadla do jejich komnat tak, jak mu to kníže Vladislav nařídil.

„Opravdu?“ usmála se sama pro sebe princezna. Snad sem přece jen nejela zbytečně.

Baron Teodor se zachmuřil. Pozoroval zpovzdálí, jak se hrabě Vilém snaží vetřít do přízně princezny Abigail. Vůbec se mu to nelíbilo. Najednou pochopil, že na hradě někdo mohl mít na smrti prince zájem. Princova slova, že musí zůstat mrtvý, aby zůstal naživu, mu nyní začala dávat smysl.

„Chlapče, to nebude tak jednoduché, jak si myslíš,“ poznamenal potichu Teodor na adresu mladého hraběte. „Ty nemáš ani tušení, že princezna je již zadaná. A tím nemám na mysli našeho chudáka prince.“



10. Noční návštěva princezny

Princ se znovu přenesl do let, kdy probíhal jeho výcvik na rytíře. Stál proti svému sokovi – hraběti Vilémovi připraven na jeho útok. Vilém udělal výpad, přišla jedna rána, druhá a on se válel na zemi. Byl to obraz z minulosti. Jeho duch se na chvíli ztotožnil s jeho starým tělem, ale nenásledoval ho k zemi. Cítil proud energie, který útok Viléma provázal. Protože ho vnímal, dokázal se vyhnout útoku a dostal se z nebezpečné zóny.

„Kdybych měl meč a uhnul jsem se tak, jak jsem to udělal teď, byl bych to nyní já, kdo by měl volnou cestu k ráně a vítězství,“ pomyslel si a přitom sledoval, jak jeho mladší já se těžko zvedá ze země. Znovu se spolu s ním postavil proti Vilémovi a opět pocítil sílu, která lehce vyvedla jeho ducha pryč ze zóny nebezpečí, zatímco jeho hmotné já leželo bezmocně na zemi. Tak princ v duchu prošel všemi souboji s Vilémem i s ostatními svými soupeři včetně posledního souboje, kdy ho hrabě Vilém nechal vyhrát.

„Už vím, jak na tebe, ty mizero,“ pomyslel si. „Nepřej si, abychom se znovu setkali v boji!“

Najednou jako by na Richarda padla hrozná tíha a táhla ho někam dolů do tmavého prostoru. „Sakra, že by tohle byla smrt?“ Cítil se těžký, bylo mu špatně a bolelo ho celé tělo. „Ale já nemám žádné tělo,“ uvědomil si. „Nebo snad ano?“

„Princi, probudte se!“ omýval Teodor jeho bledou tvář vlhkým šátkem. Zdálo se, že to nemá žádný efekt, ale pak se přece jen princova víčka zachvěla a jeho oči se ztěžka otevřely. Unaveně pohlédly na Teodora, jako by říkaly: „Proč mě budíš, ty starej blázne, když se mi tu tak dobře spalo.“

„Přijela aragonská princezna,“ informoval Teodor Richarda. Nezdálo se ale, že by ho to zaujalo víc, než kdyby se právě dozvěděl, že se na hradě přemnožily myši.

„To je ta krásná princezna, o které jsem vám princovi vyprávěl,“ pokračoval Teodor. „Její otec je bohatý a mocný, přesto se o svou dceru velmi obává. Nechal popravít jednoho jejich mága a věštce, který škodil jemu i jejich zemi. Zášť toho čaroděje byla tak veliká, že proklel jeho dvě dcery. Probudil tisíciletého draka, jenž do té doby odpočíval v pouštních horách. Starší princeznu Rosu drak unesl a zahubil. Až bude Abigail osmnáct let, drak se jí vydá hledat a nevrátí se do svého doupěte v horách, dokud ji nenajde a nezahubí. Přitom zničí každého a vše, co se mu odváží postavit do cesty. Legenda říká, že je ten drak tak mocný, že ho nedokáže přemoci žádné vojsko.“

„Pít,“ pohnul princ sotva znatelně suchými rty. Teodor mu lehce nadzvedl hlavu a vpravil pár

kapek vody mezi suché rty. „Pohádka,“ zašeptal princ sotva se mu podařilo pohnout jazykem, aby vyjádřil svůj názor na příběh, který mu právě jeho přítel vyprávěl.

„Možná ano, možná ne. V každém případě aragonský král poslal svou dceru za tebou, do naší země s nadějí, že zde ji drak nenajde, a když najde, tak ji jako moudrý a statečný muž dokáže ochránit. On sám se svým vojskem se draku postaví přímo uprostřed pouště.“

Teodor si najednou uvědomil, že ho princ už neposlouchá. Opět ztratil vědomí a upadl do nehybné strnulosti připomínající smrt. Richard naopak cítil, jako by se mu teprve teď vrátilo čisté vědomí a myšlení a spadla z něho tíha fyzického bytí. Jeho volný duch se teď mohl vydat za princeznu, aby se podíval, zda je skutečně tak krásná, jak mu Teodor popisoval po návratu ze své cesty po světě.

Způsob, jak se nyní pohyboval, mu připomínal sny o létání, které se mu občas zdávaly. Zemská tíha nad ním neměla moc. Stačilo se jen trochu odrazit a už letěl jako pták svobodně vzduchem. Proletěl tlustou zdí kaple a vyletěl ven do tmavé noci. Vojáci, kteří stáli stráž před vstupem do hrobky, se otráslí, jako by je právě ofoukl chladný vítr. Princ se rozletěl po hradním nádvoří, zakroužil nad hradbami a střemhlav se vrhl dolů do údolí. Pocit rychlosti byl tak neuvěřitelně opojný, že se ho nemohl nabažít. Pak si přece jen uvědomil, proč kapli opustil a zamířil zpět ke hradu.

Doletěl až k hradní věži, kde byly pokoje pro vznešené hosty. Viděl, že se tam v jednom okně svítí. Podél hradní zdi vystoupal až k oknu, aby nahlédl dovnitř. Na chvíli se zastavil, protože si uvědomil, že dělá něco nepatřičného. Byl zvědavý na princeznu, ale zároveň cítil, že je neslušné někoho – krásnou ženu tajně pozorovat. Co kdyby... Jeho zvědavost ale byla silnější. „Kdyby něco, tak hned zmizím,“ řekl si a vznesl se až k oknu.

„Teodor nelhal. Je opravdu velmi krásná. Někoho mi připomíná,“ pomyslel si princ, když spatřil princeznu. „Už vím, připomíná mi moji průvodkyni. Jak je to ale možné?“

Abigail byla právě zabraná do hovoru se svou komornou. Litovala, že nemohla prince poznat a že ho stihl tak hrozný osud. Kdyby tak věděla...

„Sáá...“ ozvalo se z rohu komnaty. Princ se podíval tím směrem a spatřil šedivé kotě, jak tam stojí s nahrbeným hřbetem a naježenými chlupy. Malý perský kocourek koukal přímo na prince, jako by ho byl schopen vidět, a zdálo se, že se mu jeho přítomnost vůbec nelíbí.

„Co ten kocour blbne?“ podivila se komorná.

„Mňau,“ vydal kocourek bojový pokřik a vyrazil přímo na prince. Jako chlupatá dělová koule zdolal tři-čtyři metry tygřími skoky. Pak se ještě jednou odrazil k obřímú skoku. Chvilí letěl vzduchem přímo na prince s vytaženými dráčky připravenými zabodnout je do vetřelce, pak s udiveným výrazem prolétl skrz prince, a nakonec se zastavil o velké benátské zrcadlo za ním. Se žalostným „mňauuu“ sklouzl po zrcadle dolů na zem a rozplácl se jak dlouhý, tak široký na podlaze.

„Pobrete chiquito. Chudáčku malinký,“ politovala Abigail svého kocourka a zvedla ho do náruče. „Tobě se něco škaredého zdálo, že?“

„Žádný chudáček, blbeček to je,“ poznamenala komorná pro sebe.

Princ pochopil, že je na čase princeznu opustit a vrátit se ke svému tělu dřívě, než se její malý ochránce opět vzpamatuje. Zamířil ke dveřím, prošel jimi jako máslem a pak letěl rychle jako vít hradními chodbami a ani si nevšiml, že vzduch za ním víří, hýbe závěsy, otáčí obrazy na stěnách a strhává lehčí předměty na stolech a skříních. Služebnictvo, které se v této době ještě pohybovalo po chodbách, tyto podivné jevy vylekaly. Druhý den se pak šířila zpráva, že na hradě straší.

„Princi, nevíte o tom něco?“ zeptal se baron Teodor, když se mu prince druhý den brzo ráno opět povedlo přivést k vědomí. Měl velkou radost, že se princ začíná zotavovat. Nejenže byl schopen

otevřít oči a pohnout prsty na rukou, byl také schopen se napít a spolýkat pár lžiček polévky, když ho Teodor trochu podepřel.

„O čem?“ zeptal se nechápavě princ. Slova mu šla přes rty ještě poněkud ztuha, ale jak se snažil, jeho schopnost mluvit se zlepšila.

„O strašení na hradě,“ nadzvedl obočí Teodor.

„Na hradě straší?“ podivil se princ.

„Na chodbách prý poletovaly předměty, obrazy se otáčely a jedna služebná prý potkala bezhlavého rytíře.“

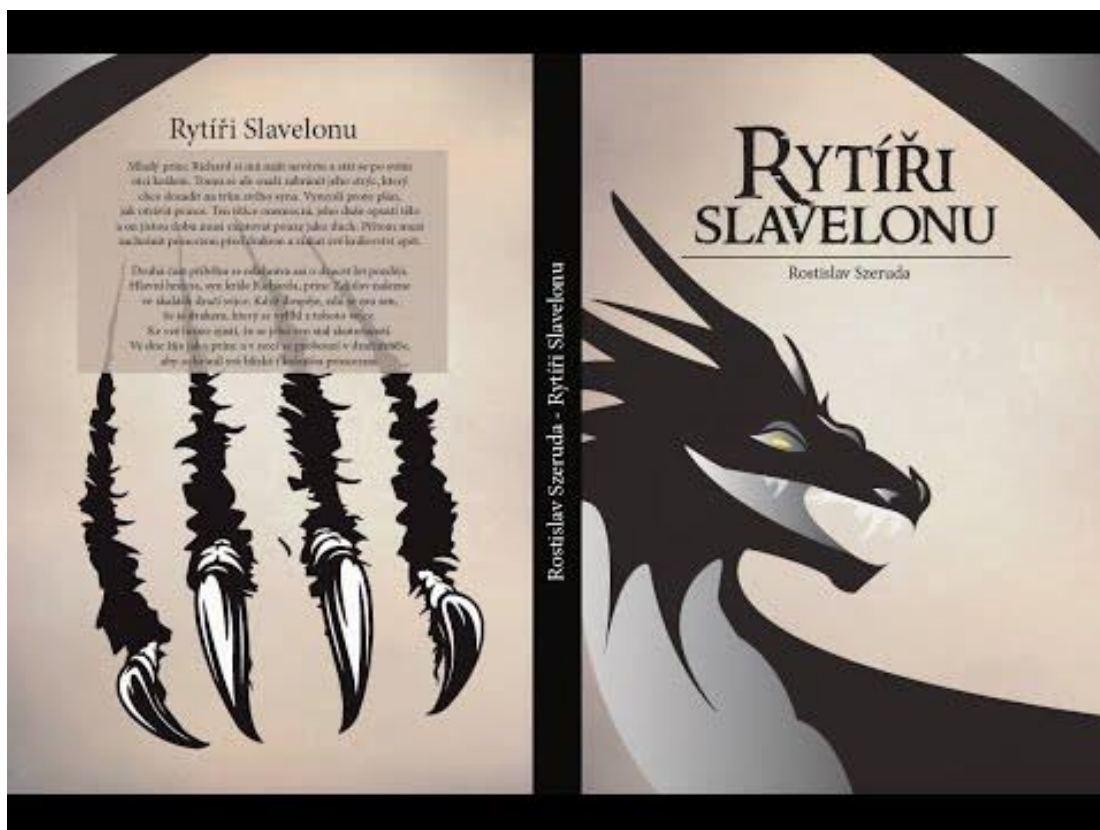
„V hradu jsem skutečně byl, po chodbách jsem se pohyboval, ale bezhlavého rytíře jsem nepotkal,“ vzpomínal princ.

„Myslel jsem si to,“ poznamenal Teodor. „Ta ženská je trochu hysterka. Jedině, že byste nechtěně probudil vašeho prapradědečka z matčiny strany. Tomu nechal váš prapradědeček z otcovy strany setnout hlavu, protože si přivydělával jako loupeživý rytíř. Od té doby prý občas na hradě straší, ale posledních minimálně padesát let o něm nikdo neslyšel.“

Princ svého přítele poslouchal, trochu ho to však unavilo, a tak za chvíli opět převrátil oči v sloup a raději se zase odebral do říše slastného bezvědomí.

Pokračování příště.

Podle knihy: [Rytíři Slavelonu](#)



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

PORADNA

Markéta Jurištová

Snová terapie

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 (proč se vám zdá právě to, co se vám zdá), její význam a můžeme se společně pokusit ještě více optimalizovat její působení.

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 režíruje nevědomí a nevědomí je příroda. Znáte snad lepšího režiséra?

Napište mi děj svého snu, může být i v sérii. Popište své emoce po probuzení, nakreslete případně obrázek, pokuste se zformulovat své vlastní vysvětlení, ale neňte se do něj. Jste jen zvědaví, co vaše sny znamenají, chcete se naučit jim porozumět, nebo vás něco trápí?

Dnes budu analyzovat svůj vlastní sen. Je to zvláštní typ snu, vlastně to není ani sen, je to snová vize, která má základ ve změněném stavu myslí, v takzvaném lucidním snu. Tento stav vědomí nastane, když si ve snu naprosto jasně uvědomíte, že to, co prožíváte je sen, a to co vás obklopuje je snová realita. Následující "sen-nesen" ještě souvisí s fenoménem skryté inteligence (což je pravděpodobně kolektivní nevědomí), znamená to, že jsem požádala snový prostor o vizi na určité téma. Tímto tématem byla synchronicita.

Výraz "synchronicita" zavedl slavný rakouský psychiatrik a zakladatel analytické psychologie, C. G. Jung jako hypotetický vysvětlující faktor, který je rovnocenný výrazu "kauzalita", což je příčinná souvislost. Synchronicita je shlukování "nenáhodných" náhod, které nějak souvisí s konkrétním psychickým nastavením člověka. Je to vlastně akauzalita – příčinně nevysvětlitelná.

Představte si, že se už nějakou dobu rozhodujete, jestli pořídíte dětem pejška. Ráno vstanete a jedete do práce. Na křižovatce si všimnete auta, které má espézetku s textem PES-007. V práci vás čeká v e-mailové poště spam, který nabízí levné psí granule, zazvoní telefon a ozve se: "To je útluk pro psy?" (Nepracujete v útulku pro psy.) Vzápětí v rádiu slyšíte písničku od kapely Žlutý pes a vzpomenete si, že večer jdete do divadla na představení "Báječná léta pod psa". Nakonec se otevřou dveře a váš šéf vám představí nového kolegu, pana Voříška.

Možná i vám se čas od času něco podobného děje. Já mám tendenci tyto "náhody" vnímat pozitivně. Jako znamení, že se rozhoduji správně. V jednom z lucidních snů mě napadlo, že bych mohla požádat, aby mi na nějaké snové vizi nevědomí ukázalo, jak vlastně synchronicitu vnímá.

Sen o synchronicitě

"Mohla bych, prosím, vidět, jak vypadá synchronicita?" Bylo tedy mé přání, které jsem adresovala nevědomí a ve svém lucidním snu ho hlasitě vyslovila do prostoru. Pocítila jsem vzápětí couvání a propadání prostorem. Dostala jsem se do nějakého útulného přízemního domku, kde byla spousta dřevěných prvků. Byl vzdušný, otevřený a měl velká okna. Venku to vypadalo, jako by krajina byla obrovská LCD obrazovka, kde se odehrává fotbalový zápas. Připadalo mi, že dům je malinký a stojí na obrovském fotbalovém hřišti, které ale není skutečné a promítá se jako film. Uvnitř domu bylo příjemně, i když zde vládl velký nepořádek, všude se válelo nějaké oblečení, knihy a papíry. Celkově ale tento chaos působil tak nějak sympaticky. Během prohlídky domu jsem narazila na staršího, kulatého pána s brýlemi, který mi oznámil, že se mám převléknout a pak spolu půjdeme na nějakou důležitou konferenci. Myslela jsem si, že to bude vědecká konference o synchronicitě. Pán mi řekl, že je potřeba, abych si oblékla kostkované sako. Jenže já jsem se do něj nemohla dostat, protože jsem na sobě měla moc vrstev oblečení. Jakmile jsem si něco sundala, hned se objevilo něco dalšího. Naštvalo mě to a všimla jsem si, že ten brýlatý pán už odchází pryč s mým mladším já. Mé mladší já bylo samozřejmě bez saka, mělo lehké letní šaty na ramínka a omluvně se na mě ode dveří usmívalo. Tím scéna skončila. Poděkovala jsem Přívodci, i když jsem z toho vůbec, ale vůbec nic nepochopila.

Rozbor:

Analyzovat vlastní sny je těžké, protože, jak říkal Carl Gustav Jung, vždy jsou o krok napřed. Ale tím, že je tento sen lucidní mám trochu výhodu, protože vím, k jakému tématu se váže. Malý dřevěný dům jsem já sama, je to stav mé duše včetně toho nepořádku. Víím, že v hlavě mám opravdu hromadu knih, poznámek, notýsků, výpisků a náčrtů v takovém neurčitém, jen pro mě srozumitelném, chaosu. Samozřejmě jako každá žena, každý den přemýšlím, co na sebe, takže se přiznávám i k tomu poházenému oblečení. Malý domeček na obrovském fotbalovém hřišti ve mě vyvolává vzpomínku na knihu Alenka v říši divů (občas mám pocity jako Alenka) a představa okolního prostoru, který se promítá jako film je docela vystihující. Svět jako obrovské fotbalové hřiště, lidé-hráči se ženou za míčem, sem a tam a uprostřed já(malý dřevěný domeček)....je fakt, že mě ta hra až tak moc nezajímá. Zajímá mě, co se děje v domečku.

V malém domě potkávám kulatého pána s brýlemi. Kdo by to mohl být? Pojem synchronicitarazil C. G. Jung už od počátku svých výzkumů na poli nevědomí. Pokud zapátráte, najdete černobílé fotografie důstojného pána s knírkem v saku, s kulatým obličejem a kulatými brýlemi (zcela typově odlišného od rozšířené podobizny Junga z pozdějších období – starého muže s ostře řezanými rysy). Kulatý pán – Jung po mě požaduje abych se převlékla do kostkovaného saka. Já ale nemohu, mám na sobě příliš mnoho vrstev, nejsem připravena. Jung proto odchází i s mojí mladší osob-

ností, mým mladším já. Zde je vidět další synchronicita – Jung byl Švýcar a mluvil německy, odešel tedy s mým "junges Ich".

Závěr:

V lucidním snu mi nevědomí ukázalo vizi, na které byla synchronicita poměrně dobře vysvětlena a to za přítomnosti slavného psychologa. Přiznám se, že analýza tohoto snu proběhla až po dvou letech, nebyla jsem dříve schopná identifikovat v čem vlastně synchronicita spočívala. Nálezem fotky C. G. Junga v mladším provedení ale bylo náhle vše jasné.



Obrázek: Wikipedie

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/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:

