AKROPOLITÁN

LISTOPAD 2026

č. 196



SVĚTOVÝ DEN
FILOZOFIE

AI GENERATED

NOVÁ AKROPOLIS
ŠKOLA FILOZOFIE

AKROPOLITÁN

FILOZOFIE – KULTURA – DOBROVOLNICTVÍ

Elektronický časopis č. 196, listopad 2026

Filozofie, kterou navrhujeme, je způsob života dostupný všem, což znamená uplatňování učení velkých mudrců v praxi.
Kultura je uskutečňování lidských hodnot v životě, čímž se stává aktivní, využívá kvality každého člověka a rozšiřuje obzory.
Dobrovolnictví je plodem vůle vložené do služby ostatním. Neexistuje větší bohatství, než je ochota.

BRNO
www.akropolis.cz/brno
HRADEC KRÁLOVÉ
www.akropolis.cz/hradec
LIBEREC
www.akropolis.cz/liberec
OLOMOUC
www.akropolis.cz/olomouc
OSTRAVA
www.akropolis.cz/ostrava
PLZEŇ
www.akropolis.cz/plzen
PRAHA
www.akropolis.cz/praha
ZLÍN
www.akropolis.cz/zlin

Šéfredaktorka
Slavica Kroča
Odpovědná redaktorka
Ivana Hurytová
Redakce a grafická úprava:
Eva Bímová,
Martina Flaitingrová, Ondřej Aksamít,
Jana Aksamítová, Petra Pavlíčková,
Samuel Bíma, Aleš Gabriel

Nová Akropolis se nemusí plně ztotožňovat s obsahem uveřejněných textů, odpovídají za ně výhradně jejich autoři.
Všechna práva vyhrazena.
Tento časopis nebo jakákoli jeho část nesmí být reprodukovány v jakékoli formě bez předchozího písemného svolení vydavatele.

6



EXISTUJE SVOBODNÁ VŮLE?



9

FILOZOFICKO-MÝTICKÝ A VĚDECKÝ JAZYK

12



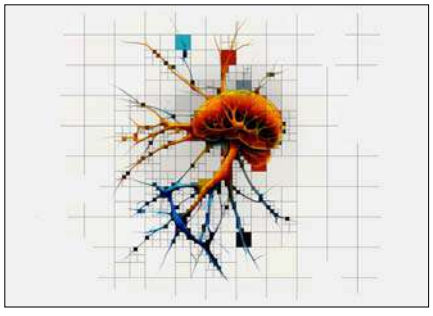
DUNHUANG



17

MATEMATIKA JAKO JAZYK PŘÍRODY

19



TAJEMSTVÍ BLOUDIVÉHO NERVU NEBOLI MOUDROST TĚLA

© NOVÁ AKROPOLIS z.s., Varšavská 19, 120 00 Praha 2, tel. 222 515 152, e-mail: nova@akropolis.cz

SLOVO ÚVODEM

V roce 2002 UNESCO poprvé vyhlásilo *Světový den filozofie*, který se od té doby slaví každý rok *třetí čtvrtek v listopadu*. Při této příležitosti vyšel v našem tištěném časopise *Nová Akropolis* článek s titulem Úvahy o řecké filozofii, který jsme znovu uveřejnili v elektronickém bulletinu v roce 2016. Záměrem bylo nejen tento den připomenout veřejnosti, nýbrž i to, aby se slovo filozofie dostalo do jejího povědomí.

Když se mluví o filozofii, považuji za základní a nutné nejprve vysvětlit význam samotného slova pocházejícího ze starořeckého *phílos*, láska, a *sophía*, moudrost. Je to tedy ***láska k moudrosti***, a jak říká prof. Livraga ***„Tato Láska, tato potřeba Moudrosti předpokládá hledání.“***

Přestože je spojována s Řeckem, musím zdůraznit, že filozofie není produktem řecké kultury, neboť i ostatní civilizace měly své silné, stejně kvalitní a dobré filozofické kořeny. Koneckonců, často se mluví o tom, že do Řecka se v období nazývaném *„předfilozofické“* nebo *„období mysterického náboženství“* poznatky přenesly z Egypta.

Jak tedy vzniklo slovo *filozofie*? Existuje o tom mnoho teorií. Někteří ho připisují Hérakleitovi, ale nejznámější je příběh o Pythagorovi, kterému jeho učedníci řekli *Učiteli, ty jsi tak moudrý (sophos)*, na což jim tento odpověděl *Nikoli, já jsem pouze milovník moudrosti (philo sophos).*

Později toto slovo převzal Platón, který vysvětluje, že filozof miluje Moudrost, protože ji nevlastní, a právě proto, že ji nevlastní, ji hledá a snaží se ji získat všemi prostředky: ptá se, analyzuje odpovědi, avšak nevlastní moudrost. Není Sophos, není na konci své cesty.

Prof. Livraga pokračuje s vysvětlením: *„Filozofie jako Věda a jako Způsob Života představují dvě formy chápání tohoto hledání, které se střídaly během Dějin. Je však málo těch, kteří pochopili Filozofii jako dvě věci:* ***vědění a aplikaci tohoto vědění****. Většinou se z těchto dvou věcí vytvořily protiklady: ti, kteří se věnovali čistě teoretické části, a ti, kteří se věnovali pouze části praktické.“*

A má pravdu, protože jsem se setkala s lidmi, kteří si myslí, že filozofie je nudný obor skládající se z mnoha metrů knih, které si často protiřečí a nedávají žádné odpovědi. A také s těmi, kteří se zabývají pouze teorií filozofie nebo její historií, aniž by kdy ve svém životě uplatňovali rady, které poskytuje, nebo žili to, co učí.

V Řecku tedy vzniklo slovo filozofie, které předtím neexistovalo. Bylo nutné ho vytvořit, aby se popsala láska k moudrosti, kterou cítí lidé toužící se stát lepšími, duševně a duchovně se rozvíjet, pochopit svět, v němž žijí, stejně jako i své vlastní místo, které v něm zaujímají.

Dnes ve fyzickém světě vznikají mnohá slova, která předtím neexistovala, protože je mnoho technických vynálezů, které jsme kdysi neměli a které je nutné pojmenovat. Mě však zajímá pojmenování transformací a transmutací odehrávajících se v lidském nitru. A když už mluvíme o řecké filozofii, uvedu základní příklad.

Řekové mluvili o tom, že člověk se skládá z těla, duše a ducha. Často říkáme, že někdo je *oduševnělý*, což znamená, že má pestrý vnitřní duševní život a projevuje ho navenek. Musím se tedy zeptat, a co je s člověkem, který žije bohatým duchovním životem? Potřebujeme slovo i pro tuto úroveň, a není nic lepšího, než takového člověka nazvat *oduchovnělým*. Ať vám tedy světový den filozofie otevře brány k vaší vlastní oduchovnělosti.

Slavica Kroča

PODOBENSTVÍ O MOUDROSTI



Podobenství

Na břehu divoké řeky stála od nepaměti malá vesnice. Život v ní nebyl lehký, protože řeka se často vylévala z břehů a brala úrodu. Žili zde tři muži, které všichni považovali za moudré, ale každý z nich se choval jinak.

Prvnímu muži říkali Učenec. Celé dny seděl ve své chalupě obklopen starými svitky, mapami a knihami. Znal nazpaměť historii všech povodní, věděl, z jakých hor řeka pramení, a dokázal přesně spočítat, kolik stromů roste v lese. Když vesničané přišli s obavami, že voda stoupá, Učenec rozvinul své mapy a řekl:

Podle mých propočtů a historických záznamů dosáhne voda vrcholu za tři dny a zatopí patnáct procent vesnice v neobydlené části. Buďte v klidu, statisticky to vaše domy neohrozí.

Lidé odcházeli ohromeni jeho vědomostmi, ale v srdcích měli stále strach, protože nevěděli, co mají dělat.

Druhému muži říkali Strážce. Ten neseděl nikdy doma. Každý den chodil kolem řeky, sledoval proud, zpevňoval břehy těžkými kameny a kácel stromy, které by mohly spadnout a zablokovat koryto. Když přišla bouře, Strážce běhal od domu k domu, pomáhal lidem stěhovat majetek do patra a stavěl provizorní hráze. Lidé ho milovali, protože byl vždy tam, kde bylo potřeba přiložit ruku k dílu. Jakmile jedna povodeň skončila, Strážce začal okamžitě opravovat škody a připravovat se na další. Celý jeho život byl nekonečným bojem s řekou.

Třetímu muži říkali tichý Poutník. Neměl ani knihovnu jako Učenec, ani sílu jako Strážce. Většinu času trávil tím, že procházel krajinou nebo z kopce nad vesnicí pozoroval, jak

teče voda, kam fouká vítr, kde rostou nejpevnější stromy a kudy utíkají lesní zvířata, když vycítí nebezpečí.

Jednoho dne zasáhla vesnici stoletá bouře. Učenec ve své chalupě zběsile listoval v knihách a křičel:

To není možné! Tabulky s takovým množstvím srážek vůbec nepočítají, to je anomálie!

Když voda zatopila i jeho knihovnu, musel utéct na střechu, odkud ho s nasazením života zachraňoval Strážce. Ten sám byl vyčerpaný, jeho kamenné hráze se pod tlakem vody zhroutily a on poprvé v životě propadl zoufalství, protože proud byl silnější než on.

V tu chvíli se objevil Poutník. Nekrotil řeku ani necitoval knihy. Klidným hlasem všem řekl:

Pojďte se mnou. Ukážu vám cestu.

Zavedl je na mýtinu hluboko v lese, kterou léta pozoroval. Bylo to místo chráněné skálou, kam voda nikdy nedosáhla, půda tam byla úrodná a stromy poskytovaly dokonalé závětří. Zvířata tam už dávno našla svůj úkryt. Vesničané tam přečkali to nejhorší. Když voda opadla, pochopili, že se už nechtějí vrátit dolů na nebezpečný břeh. Rozhodli se postavit novou vesnici na mýtině, kterou jim ukázal Poutník.

Učenec tehdy zavřel své staré knihy a začal kreslit nové mapy tohoto bezpečného místa. Strážce přestal bojovat s dravou řekou a využil svou sílu na stavbu pevných domů na kopci. A Poutník dál putoval mezi lidmi a krajinou, tiše pozoroval zákony života a učil všechny žít s nimi v harmonii. ❑





Otázka svobodné vůle je jednou z nejstarších a nejzásadnějších otázek, kterým lidstvo čelí. Staří Řekové se jí zabývali ve svých tragédiích – například v Oidipovi – kde se zdálo, že osud hrdiny byl předurčen, bez ohledu na to, jaké činy podnikne, aby jej odvrátil či změnil. Řekové a jejich kulturní dědicové, Římané, si představovali tři Sudičky, které předly a tkaly osudy smrtelníků a přestřihly nit jejich životů v předem určeném okamžiku.

Na Východě pomáhaly nauky o dharmě, karmě a reinkarnaci objasnit tuto otázku jasněji. Dharma je zákon, podle kterého má každá bytost svůj osud vycházející z její vlastní podstaty. Semeno dubu se stane dubem a lidská bytost se bude vyvíjet do své nejúplnější podoby v průběhu času…, velkého množství času (a odtud pochází nauka o reinkarnaci). Karma je pak zákonem příčiny a následku, podle kterého má každá naše akce, na jakékoli úrovni (včetně neviditelných rovin, jako je mysl nebo emoce), svůj následek, v závislosti na tom, zda je naše jednání v souladu s přírodními zákony života, či nikoli. Tímto způsobem si vytváříme karmu – „dobrou" nebo „špatnou" – která nám přinese hořké nebo sladké plody našich minulých skutků. Účelem tohoto procesu je a) pomoci nám poznat zákony života, b) zajistit spravedlnost a c) zajistit bezpečnost celého systému, protože neomezená svoboda jednání bez následků by vedla k rozpadu univerzálního řádu.

Tento přístup v sobě implicitně nese jak představu řídící inteligence, tak prvek svobodné vůle u aktérů na jevišti divadla života. Východní filozofové by řekli, že Oidipus se ke své tragédii dopracoval nahromaděním předešlé karmy – ať již své vlastní, nebo své rodiny a kultury, jejíž byl součástí. Co však leží v dosahu jeho svobodné vůle, je způsob, jakým na svůj tragický osud reaguje: zda s důstojností a ušlechtilostí, nebo s hořkostí, hněvem a nenávistí.

Stoičtí filozofové starověkého Říma, jako například Epiktétos a Marcus Aurelius, zastávali velmi podobný přístup. Tvrdili, že mnoho vnějších okolností života leží mimo naši kontrolu, například rodina či země, do které se narodíme, naše zdraví, pověst, bohatství a tak dále. Některé z těchto faktorů lze do jisté míry ovlivnit vlastním jednáním, jiné však nikoli – například pokud byste se ve středověku narodili jako nevolník na feudálním panství, vaše šance na únik z tohoto života by byly minimální. Nebo pokud byste byli nespravedlivě uvězněni v policejním státě, nemohli byste s tím téměř nic udělat. Naše svobodná vůle je tedy

v těchto vnějších aspektech omezená, ale podle stoiků je neomezená, pokud jde o náš vnitřní život a naše vlastní činy. Nikdo nás nemůže nutit, abychom uvažovali určitým způsobem, ani abychom jednali určitým způsobem; vždy máme svobodu říci „ano“ nebo „ne“ (nebo dokonce „možná“) k volbám, které nám život nabízí (přičemž přijímáme důsledky svých rozhodnutí), a právě v tom spočívá naše svobodná vůle.

Pro některé myslitele je však naše svobodná vůle nejen omezená, ale dokonce neexistující. Ve středověké křesťanské a islámské filozofii se vedla rozsáhlá diskuse o tom, zda má člověk svobodnou vůli, a našli se dokonce i někteří smělejší myslitelé, kteří zpochybňovali, zda lze o Bohu, zdroji všeho, říct, že má svobodnou vůli.

Na jedné straně byli ti, kteří tvrdili, že jsme zcela závislí na Bohu, všemocném stvořiteli, na němž závisí vše, co se děje. Na druhé straně byli ti, kteří zastávali názor, že Bůh dal člověku svobodu rozhodnout se, zda se vydá cestou dobra, či zla, a že kdyby tuto možnost volby neměl, život by postrádal smysl.

V renesanci měla idea svobodné vůle rozhodně navrch. Lidskou duši prostupoval pocit sebevědomí a optimismu a panovalo přesvědčení, že člověk je pánem svého osudu a může dosáhnout čehokoli – to vše se odráží v nádherném umění a kultuře tohoto období.

O několik století později se prosadila pesimističtější filozofie. David Hume (1711–1776) zastával názor, že lidé jsou navzdory své schopnosti uvažovat zcela podřízeni svým vášním a nejsou tak svobodní, jak by si rádi mysleli. Stejnou myšlenku nacházíme i ve Freudově pojetí člověka – ovládaného instinktivními pudy, které lze sice kontrolovat společenskými omezeními, ale které jsou vždy na pokraji toho, aby vybuchly na povrch, pokud nejsou udržovány na uzdě. Zdálo se, že správnost tohoto názoru potvrdila krvavá jatka první světové války a znovu ji potvrdily hrůzy druhé světové války. Jakých krutostí byl údajně civilizovaný člověk schopen, jakmile byla odstraněna povrchní fasáda civilizace?

Jaká je tedy skutečnost ohledně naší svobodné vůle? V současnosti existují vědecké experimenty, které tvrdí, že svobodná vůle neexistuje. Musíme však mít na paměti, že věda v minulosti vyslovila mnoho tvrzení, která se později ukázala jako nesprávná. Domnívám se tedy, že budeme na jistější půdě, pokud se na tuto záležitost podíváme z filozofického hlediska. Je možné na tuto otázku dát definitivní odpověď? Vědecký argument lze vnímat pouze jako nový projev starého deterministického postoje. Faktem je, že oba postoje (determinismus i svobodná vůle) jsou částečně platné, jak naznačuje učení o dharmě a karmě. Existuje determinismus karmy či osudu (ať už upřednostňujeme kterýkoli termín), ale existuje také svobodná vůle rozhodovat se a jednat v rámci daných okolností.



Novoplatónský filozof Plótínos (204–270 n. l.) řekl, že důvodem, proč nás tak zaměstnává otázka svobodné vůle, je to, že „jsme sužováni nutkáními, násilnými návaly vášní, které drtí duši, cítíme se těmito prožitky ovládáni, jdeme tam, kam nás vedou, a jsme vůči nim jako otroci [podobně jako v Humeově pojetí] … A tak pochybujeme, zda vůbec něco jsme a zda máme nad čímkoli moc." „Ano, v tom je ten háček," jak řekl Hamlet. Jsme vůbec něco? Jsme skuteční, nebo jsme, jako ve filmu *Matrix*, výplodem nějaké ďábelské počítačové simulace vytvořené bezcitnou inteligencí? Plótínos říká, že abychom na tuto otázku odpověděli, musíme se vrátit k samému zdroji všech věcí, jímž podle něj logicky musí být nějaký jediný první princip, příčina bez příčiny. Měl tento princip, který indičtí filozofové nazývali jednoduše „To"(ani bytí, ani nebytí), svobodnou vůli, nebo byl celý vesmír vytvořen automaticky, buď náhodou, nebo tím, že první princip byl nutností „donucen" stvořit celý vesmír, protože nemohl jinak než jednat v souladu se svou vlastní přirozeností?

V prvním případě Plótínos ukazuje, že „náhoda" nemůže předcházet prvnímu principu, ale musí z něj nutně vycházet, stejně jako vše ostatní. A v druhém případě nemůže být první princip podřízen nutnosti, protože všechny zákony, včetně nutnosti, z něj rovněž musí vycházet a bylo by absurdní si myslet, že něco, co je nejvyšším dobrem, k němuž vše směřuje, by mohlo být podřízeno čemukoli. V tak krátkém článku, jako je tento, se nemohu pokusit podrobně popsat Plótínovy argumenty, ale zájemce odkazuji na kapitolu v jeho vrcholném díle *Enneady* s názvem „O svobodné vůli a Jednom".

V Plótínově filozofii vzniká svět prostřednictvím emanace: z Jednoho vzniká z „čiré hojnosti" druhý princip či druh bytí, nazývaný „Intelektuální princip", a ten zase vytváří „Duši". Duše sdílí vlastnosti Intelektuálního principu a v konečném důsledku i Prvního principu. Proto i my jako účastníci Duše musíme mít podíl na skutečném bytí; jinými slovy, v odpovědi na Plótínovu dřívější otázku můžeme říct, že jsme skuteční, nebo alespoň že existuje část nás, která je skutečná.

Pokud tomu tak je, pak skutečně máme svobodnou vůli, protože díky tomu, co je v nás skutečné, můžeme jednat nezávisle na všech okolnostech. V praxi to znamená, že pokud se ráno probudíme ve špatné náladě kvůli zlému snu, zažívacím potížím, hádce s partnerem nebo neúspěchu v práci, můžeme uplatnit svou vůli, nejvyšší projev naší bytosti, a rozhodnout se, že té špatné náladě nepodlehneme; a obecně nepodlehneme únavě ani ničemu, co by nás připravilo o naši lidskou důstojnost.

Víra ve svobodnou vůli nevylučuje existenci náhody či determinismu v určitých oblastech života; tyto dva faktory mohou existovat vedle sebe, pokud umíme jednat moudře. ❑



FILOZOFICKO-MÝTICKÝ A VĚDECKÝ JAZYK



Ivana Hurytová

Ačkoli se filozoficko-mytický a vědecký jazyk někdy staví proti sobě jako dva nesmiřitelné světy, oba představují zásadní způsoby, jakými lidstvo v průběhu dějin vnímalo a popisovalo realitu. Lineární vnímání dějin a vývoje je umístilo za sebe a mnozí badatelé mluví o vědeckém myšlení jako o dalším vyšším stupni následujícím po tom mýtickém. Ve skutečnosti je vývoj spíše cyklický než lineární a rozvoj vědeckého myšlení rozhodně nezpůsobil, že by lidstvo zapomnělo na mýtus. I když se modernímu člověku může zdát, že exaktní věda ten starší, mytický způsob vyjadřování, zcela nahradila, oba tyto jazyky mají v naší kultuře své nezastupitelné místo a vzájemně se doplňují.

Mýtický jazyk

Tento jazyk je nejstarším způsobem, jakým lidstvo popisovalo svět i člověka. Nezaměřuje se na izolovaná fakta, ale na smysl a celistvost. Je založen na metafoře, symbolech, archetypech a personifikaci. Když se v mýtu vypráví o bouři, nepopisuje se atmosférický tlak a elektrické výboje, nýbrž se v mýtickém příběhu představuje kosmický zápas řádu s chaosem. Současně lze řadu mýtů interpretovat rovněž na individuální úrovni. Například hrdina proplouvající bouří představuje člověka, který se nachází v obtížné situaci, bojuje s nepřízní osudu, hledá další směr, vybírá si snadnější nebo náročnější cestu apod.

Mýticko-filozofický jazyk

Klasická filozofie na tento mýtický způsob vyjadřování plynule navázala, jak je možné vidět v myšlenkách mnohých presokratických filozofů stejně jako u velkého antického myslitele Platona a pozdějších neoplatoniků. Když chtěl Platon přenést ostatním své hluboké učení o světě Idejí, jehož je náš svět pouhým odrazem a stínem, nepoužil matematický vzorec, ale podobenství neboli mýtus o jeskyni. Filozof popisuje vězně spoutané v temné jeskyni, kteří vidí pouze před sebe. Na stěně před nimi jsou promítány stíny věcí a lidí, kteří se nacházejí za jejich zády,

lidé ovšem tyto stíny považují za jedinou realitu. Teprve když se jeden z nich osvobodí, odhalí původ stínů, a vyjde dokonce ven z jeskyně na slunce, spatří Skutečný svět v jeho plné kráse. Platon použil tento mytický obraz jako filozofický jazyk: slunce zde symbolizuje pravdu a nejvyšší dobro. V jeho textech najdeme více takových příkladů, zejména když se snaží přiblížit člověku metafyzickou skutečnost.

Filozofický jazyk také rozvinul logické myšlení (logos) a současně využívá i mýtické myšlení (mythos), uchoval si tak schopnost pracovat s abstrakcí, intuicí a mnohoznačností. Filozoficko-mytický jazyk je vnitřní, snaží se jít k neviditelným kořenům toho viditelného. Neodpovídá pouze na otázku „jak věci fungují?“, ale spíše „proč tu jsou?“ a „jaký to má smysl?“. Umožňuje nám mluvit o tom, co nelze změřit – o spravedlnosti, kráse, duši, morálce či (ne)konečnosti lidského života.

Vědecký jazyk

S nástupem novověku a vědecké revoluce se zrodil zcela nový typ řeči, který se snaží popsat svět jako měřitelný mechanismus. Vědecký jazyk je záměrně zbaven emocí, mnohoznačnosti a básnických prostředků. Jeho cílem je maximální přesnost, jednoznačnost a objektivita. Slova jsou zde nahrazována přesně definovanými termíny nebo matematickými rovnicemi a vzorci.

Vědecký jazyk nehledá za přírodními jevy skrytý morální význam. Zkoumá kauzalitu (příčinu a následek) a snaží se o empirickou ověřitelnost a replikovatelnost. Když věda popíše jev, měl by tomu rozumět vědec kdekoli na světě naprosto stejně. Tento jazyk nám umožnil létat do vesmíru, léčit dříve smrtelné nemoci a digitálně propojit planetu. Daň za tyto výdobytky je však ztráta subjektivního rozměru. Vědecký jazyk ze své podstaty neumí popsat lidskou zkušenost štěstí nebo prázdnoty.



Dvě strany jedné mince

Věda je organizované vědění, moudrost je organizovaný život. (Immanuel Kant)

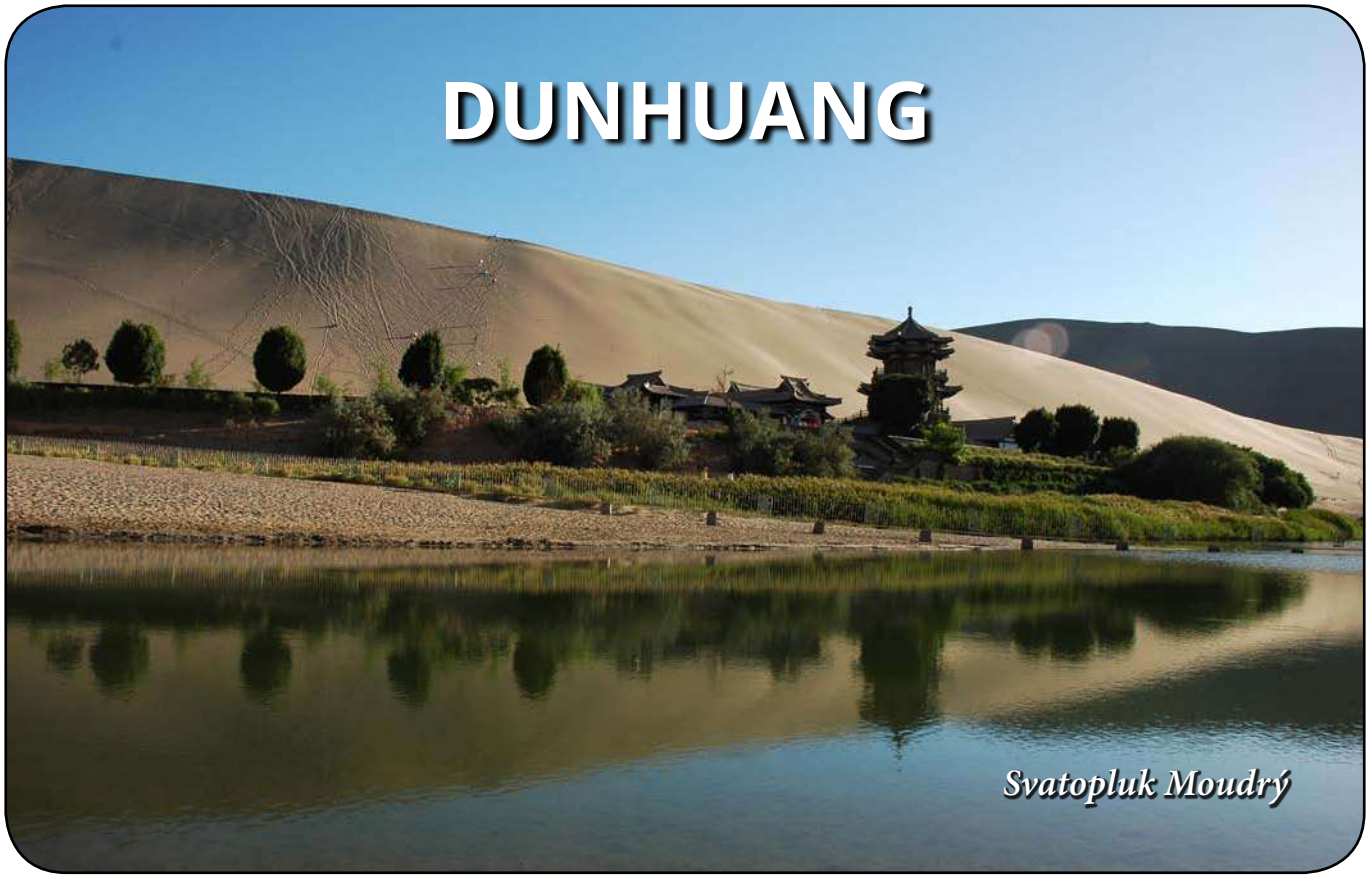
Problém nastává, když tyto jazyky spolu bojují a ti, kteří mluví jedním, odmítají ty druhé. Vědecké texty v dnešní době potřebujeme, rozvoj vědy, která slouží člověku, nám v životě velmi pomáhá. Na druhé straně ale nemohou nahradit mýty a filozofické rozpravy. Vědecký jazyk je některými vnímán jako jediný legitimní způsob popisu reality. Ale člověk přece nežije v laboratoři, je ponořen v příběhu. Potřebujeme vědět, jak funguje naše srdce (věda), ale stejně tak potřebujeme vědět, co to znamená milovat a trpět (filozofie a mýtus).

Filozoficko-mytický a vědecký jazyk bychom tedy neměli vnímat jako nepřátele. Věda nám dává nástroje a znalosti k ovládání vnějšího světa. Filozofie a mýtus nám poskytují moudrost a hodnotový rámec, abychom tyto nástroje nepoužili k vlastní zkáze, což je zejména v dnešní době velkého technického rozmachu nanejvýš aktuální. Dokonalé porozumění životu vyžaduje schopnost používat oba tyto jazyky, schopnost měřit i schopnost vnímat vnitřníma očima. ❑

Z použité literatury:

Kerényi, K. a Jung, C. G.: *Věda o mytologii*. Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno, 1993.
Kratochvíl, Z. a Bouzek, J.: *Od mýtu k logu*. Herrmann a synové, Praha,1994.
Platón: *Ústava*. OIKOYMENH, Praha, 1996.





Příběh setkávání civilizací na Hedvábné stezce

Dunhuang (v tradiční české transkripci Tun-chuang) není pouze jedním z největších buddhistických poutních míst světa. Je především jedním z nejpozoruhodnějších dokladů kulturní výměny mezi Východem a Západem. Po více než tisíc let se zde na Hedvábné stezce setkávali obchodníci, poutníci, učenci, mniši i vyslanci mnoha říší. Spolu se zbožím putovaly také myšlenky, náboženství, umění, vědecké poznatky i literární tradice. Místo se stalo prostorem jejich vzájemného dialogu. Překladatelé převáděli buddhistické texty do čínštiny, čínští umělci přetvářeli indické ikonografické vzory a středoasijští obchodníci přinášeli nové náboženské i filosofické podněty. Výsledkem nebylo prosté soužití kultur, ale jejich tvůrčí prolínání.

Dunhuang – místo setkání tradic a kultur

Na západě provincie Gansu (v tradiční české transkripci Kan-su) leží oázové město Dunhuang. Bývalo branou, kterou poutníci ze Západu vstupovali na čínské území. Dunhuang byl mimořádně významným městem, protože byl posledním velkým čínským městem před pouští Taklamakan. Odtud se Hedvábná stezka směrem na západ rozdělovala na severní a jižní větev. Právě toto město bylo po staletí branou mezi čínskou civilizací a Střední Asií. Odtud vedly cesty do Indie, Persie i dál na západ a právě zde se setkávaly buddhistické, taoistické, konfuciánské, manichejské i křesťanské tradice. V době největšího rozkvětu městem procházela nejvýznamnější část obchodu na Hedvábné cestě. Dunhuang se řadil mezi nejbohatší města Asie a žilo v něm přes 100 000 obyvatel (dnes jen kolem 20 000). Za dynastie Chan byl v okolí Dunhuangu vybudován systém pohraničních pevností, bran a strážních věží, který navazoval na obrannou soustavu Velké čínské zdi.

Mniši staví jeskyně

Přes Dunhuang do Číny přicházeli ze středoasijských království buddhističtí mniši a misionáři. Už od prvního století našeho letopočtu vznikaly v oblasti Dunhuangu první buddhistické komunity tvořené především příchozími buddhisty ze západu. Tato společenství se stala základem pro vzestup buddhismu na čínském území, který nastal od 3. a 4. století. Dunhuang se stal hlavním buddhistic-

kým centrem a poutním místem v Číně. Mnohé z těchto komunit byly nečínského původu. Dobovou zvláštností je, že byly bohatě podporovány místními správci. V době od 4. do 14. století budovali mniši jeskyně. V této době bylo v Mogao (v tradiční české transkripci Mo-kao) vybudováno velké množství jeskyní, včetně dvou velkých soch Buddhy v areálu. Jeskyně Mogao se staly místem uctívání a poutí také pro širokou veřejnost.

Hloubení jeskyní Mogao začalo pravděpodobně někdy ve 4. století n. l. Podle knihy *Fokan Ji* (*Zápis o buddhistických svatyních*) měl v roce 366 n. l. na tomto místě buddhistický mnich jménem Le Zun (Yuezun) vizi tisíce buddhů zalitých zlatým světlem, což ho inspirovalo k vybudování první jeskyně právě zde. Jeskyně zpočátku sloužily pouze jako místo meditace pro poustevnické mnichy, ale postupně se rozvinuly tak, aby sloužily klášterům, které vyrostly v okolí.

Jeskyně byly vytesány do úbočí útesu dlouhého téměř dva kilometry. Bývalo jich zde více než tisíc, ale v průběhu času mnoho z nich zaniklo. V současnosti je jich známo pouze 735. V jižní části útesu se nachází 487 převážně zdobených jeskyní, které sloužily jako svatyně a poutní místa. Dalších 248 v severní části sloužilo především jako obytné prostory, meditační komory a pohřebiště mnichů. Jeskyně v jižní části jsou zdobené, zatímco ty v severní části jsou většinou prosté.

Architektura, sochy i malby, jež tvořily bohatou výzdobu jeskyní, sloužily jako pomůcky k meditaci, jako vizuální znázornění hledání osvícení a jako výukové nástroje k seznámení negramotných s buddhistickými naukami a příběhy. Jejich výtvarná podoba dokládá mimořádnou otevřenost zdejšího prostředí. V ikonografii i architektuře se prolínají indické, středoasijské, perské i čínské výtvarné tradice. Jeskyně Mogao jsou proto nejen galerií buddhistického umění, ale také kronikou kulturních kontaktů napříč Asií.

Místní guvernéři byli štědrými podporovateli početných mnišských společenství. Hlavní jeskyně byly financovány mecenáši, jako byli významní duchovní, místní vládnoucí elita, zahraniční hodnostáři i čínští císaři.

Tři názvy jedné lokality

Komplex Mogao zahrnuje 735 dochovaných jeskyní. Z nich je přibližně 492 zdobených jeskynních chrámů s asi 45 000 m² nástěnných maleb a více než 2 000 malovanými sochami. Nachází se 25 km jihovýchodně od centra města Dunhuang, oázy ležící na náboženské a kulturní křižovatce na Hedvábné stezce v čínské provincii Gansu. V letech 1988 až 1995 bylo severně od 487 jeskyní, které byly známy již od počátku 20. století, objeveno dalších 248.

Pro lokalitu se používají tři názvy. Číňané je běžně označují jako Jeskyně tisíce buddhů. Tento název pravděpodobně pochází z legendy o jejich založení, kdy měl mnich Yuezun na tomto místě vidění tisíce buddhů. Pojmenování však může být také odvozeno od velkého počtu soch Buddhy nebo z miniaturních postav namalovaných na jejich stěnách, kterým se zde lidově říká „tisíc buddhů“. Další používané pojmenování lokality je Jeskyně Mogao odvozené od názvu správního okresu používaného už během dynastie Tang, a tak se dnes jmenuje i blízké městečko. Třetí pojmenování je dunhuangské jeskyně podle nejbližšího města Dunhuang. Toto označení se však používá i v širším smyslu jako souhrnný termín pro všechny jeskyně nacházející se v oblasti Dunhuangu nebo v jejím okolí.

Objev Knihovní jeskyně

Na přelomu devatenáctého a dvacátého století se postupně zvyšoval zájem západních badatelů o starodávnou Hedvábnou stezku a ztracená města Střední Asie. V oblasti Dunhuangu začali badatelé objevovat jeskyně s nástěnnými malbami, sochami a dalšími artefakty. Dnes se odhaduje, že v jeskyních se nachází až půl milionu čtverečních stop náboženských nástěnných maleb. Jedná se o jedno z největších úložišť buddhistického umění na světě. V oblasti se nacházejí tisíce buddhistických jeskyní a zejména Knihovní jeskyně s desítkami tisíc textů.

Největší objev učinil čínský taoistický mnich jménem Wang Yuanlu. Na přelomu století sám sebe ustanovil strážcem těchto chrámů a snažil se získat finanční prostředky na opravu soch. Část jeskyní byla v té době zasypána pískem. Wang se pustil do odklízení písku a pokusil se také o restaurování tohoto místa. Když dne 25. června 1900 pracoval v jeskyni číslo 16, všiml si skrytých zazděných dveří, které vedly do další jeskyně, později pojmenované č. 17 neboli „Knihovní jeskyně". Tam nalezl dosud neobjevený sklad s tisíci starověkých rukopisů.

Byly zde nalezeny dokumenty a předměty pocházející přibližně ze 4. až počátku 11. století. Samotná komora byla zazděna kolem roku 1000 nebo na počátku 11. století. Spisy byly naskládány v těsně stlačených vrstvách. Nacházelo se zde 1 100 svazků svitků, dále přes 15 000 papírových knih a kratších textů, včetně hebrejské kajícné modlitby. Nalezené texty jsou staré svitky z konopného papíru v čínštině a mnoha dalších jazycích, tibetské *pothi* (palmové listy), malby na konopí, hedvábí nebo papíře. Odhaduje se, že uvnitř bylo objeveno 50 000 starověkých dokumentů z oblastí literatury, filozofie, umění a medicíny. Knihovní jeskyně obsahovala také textilie, jako například hedvábné prapory, oltářní závěsy, obaly na rukopisy a mnišské roucho, dále také četné poškozené sošky buddhů a další buddhistické předměty. Malby na textiliích jsou odrazem tehdejšího čínského stylu, ale mnohé z nich také odrážejí indické, tibetské a ujgurské malířské styly. Většina svitků se týká buddhismu, ale další obsahují širokou paletu témat. Nacházíme tu buddhistická kanonická díla, originální komentáře, apokryfní spisy, cvičebnice, modlitební knihy, konfuciánské, taoistické, zoroastrijské texty i křesťanské a nestoriánské texty, spisy čínské vlády, správní dokumenty, antologie, glosáře, slovníky a kaligrafická cvičení. Řada z těchto rukopisů byla badatelům neznámá nebo se považovaly za ztracené. Právě jejich rozmanitost činí Knihovní jeskyni jedinečnou. Tak rozsáhlá sbírka dokládá, že Dunhuang nebyl uzavřeným náboženským centrem, ale kosmopolitním místem, kde se po staletí setkávaly a vzájemně ovlivňovaly nejrůznější kulturní a duchovní tradice Eurasie.

Vedle čínštiny jsou rukopisy psány například tibetsky, sanskrtsky, sogdsky, chotánsky a v různých turkických jazycích; dochovaly se také ojedinělé hebrejské texty. Je patrné, že stejně jako později v bagdádském Domě moudrosti nebo dříve v Alexandrijské knihovně vznikalo i v Dunhuangu prostředí intenzivní překladatelské činnosti. Překlady nebyly pouze jazykovým převodem textů, ale zároveň přizpůsobováním cizích myšlenek domácím kulturním tradicím. Dunhuangský soubor textů je také cenným zdrojem poznání různých starověkých technik knižní vazby.

Nejstarší datovaná tištěná kniha na světě

Mezi texty nalezenými v Knihovní jeskyni patří nejstarší datovaná tištěná kniha, Diamantová sútra z roku 868, která je dnes uložena v Britské knihovně. K dalším pozoruhodným nálezům patří křesťanské dokumenty tradice Jingjiao, dunhuangský manuál ke hře go, starověké hudební partitury a Dunhuangská hvězdná mapa. Texty zaznamenávají vývoj buddhismu v Číně, dokumentují politický a kulturní život té doby a poskytují záznamy o světských záležitostech, které umožňují vzácný vhled do života obyčejných lidí těchto epoch.

Kde jsou dnes knihy z Knihovní jeskyně?

Jednotlivé texty byly levně rozprodány prvním badatelům, kteří se podíleli na jejich zkoumání, další jsou uchovány v místních muzeích. Britsko-maďarskému archeologovi Aurelu Steinovi se v roce 1907 podařilo získat rozsáhlý soubor rukopisů, maleb a textilií výměnou za finanční příspěvek na opravu jeskyní. Další tisíce textů a předmětů získala francouzská expedice pod vedením Paula Pelliota v roce 1908, a poté japonská expedice pod vedením Otaniho Kozuiho v roce 1911 a ruská expedice pod vedením Sergeje F. Oldenburga v roce 1914. Obsah knihovny byl rozptýlen po celém světě a největší soubory dunhuangských památek jsou dnes uloženy v institucích v Pekingu, Londýně, Paříži, Petrohradě a Berlíně. Rukopisy Pelliotovy expedice uchovává zejména Národní knihovna Francie, zatímco významné soubory maleb a dalších uměleckých předmětů se nacházejí také v pařížském Musée Guimet. V Londýně jsou sbírky rozděleny především mezi Britskou knihovnu a Britské muzeum.

Kvůli koordinaci a shromažďování vědeckých prací o těchto rukopisech byl založen Mezinárodní projekt Dunhuang. V současné době se pracuje na zpracování a záchraně těchto památek, probíhají práce na digitální rekonstrukci rukopisů z Knihovní jeskyně. Jeskyně Mogao se v roce 1987 staly jednou z památek světového dědictví UNESCO. Dnes jsou oblíbenou turistickou destinací, ale počet návštěvníků je kvůli jejich ochraně omezen.

Dunhuang jako tvůrčí dialog kultur

Dunhuang není pouze buddhistické poutní místo. Patří k nemnoha místům na světě, kde lze téměř hmatatelně sledovat, jak se různé civilizace navzájem ovlivňovaly. Ve výtvarném umění, náboženské ikonografii, překladatelství i filozofickém myšlení se zde projevuje kulturní eklekticismus, tvůrčí výběr a nové spojování prvků rozličných tradic. Dunhuang představuje mimořádné svědectví o tom, že velké civilizace nevznikají v izolaci. Jejich rozvoj je výsledkem dlouhodobého dialogu, vzájemného předávání poznatků a tvůrčího přejímání myšlenek. Knihovní jeskyně není pouze pokladnicí buddhistických rukopisů, ale také jedním z nejvýznamnějších dokladů kulturní výměny mezi Východem a Západem. Připomíná, že dějiny lidstva nejsou příběhem oddělených kultur, ale především příběhem jejich neustálého setkávání, vzájemné inspirace a tvořivého prolínání. ❑

Z použité literatury:

Hybner, J.: *Knižní vazby z Dunhuangu*. UMPRUM, Praha, 2011.
International Dunhuang Project [cit. 2026-11]. Dostupné z: https://web.archive.org/web/20080508034327/https://idp.bl.uk/



POZNEJ LÉPE SEBE SAMA, Delia Steinberg Guzmán

SNADNÉ A OBTÍŽNÉ

Mluvíme o obtížných pracích, o obtížných látkách, o obtížných psychických situacích, o obtížných úkonech nebo okolnostech, o obtížných osobách, o obtížných obdobích… Seznam by mohl být nekonečný a my v tomto krátkém článku nemáme v úmyslu ho doplňovat ani přinášet řešení pro každý jednotlivý případ.

Naopak, chceme zaměřit pozornost na vnitřní postoj toho, kdo musí čelit čemukoliv obtížnému.

Téměř všichni uznávají, že existují věci snadné: všeobecně jsou to ty, které uskutečňují ostatní, a několik málo z těch, které dokáže uspokojivě zvládnout každý jednotlivec, kterého se týkají. Nevím, proč si většina lidí myslí, že „ostatní" – „ne jeřábi" z Platonova mýtu – mají k uskutečnění snadné věci a že život nakládá těžkosti pouze na jednoho, a ne na ty ostatní. Je to snad tím, že většina lidí se nedokáže opravdu vžít do situace druhých.



Z druhé strany každý člověk ví, že v jistých situacích může čestně obstát; každý člověk ví, že má schopnosti na to, aby některé úkoly vykonal dobře nebo dokonce výborně. K těm se připojují mnohé další situace, které se zdají být neřešitelné nebo jako nedosažitelné cíle.

Zamysleme se trochu. Snadné samo o sobě neexistuje. Pokud se zeptáme různých lidí, co považují za snadné, každý odpoví jiným způsobem.

Existuje to, co umíme a můžeme udělat, a to, co neumíme a nemůžeme udělat. Snadné je to, čemu jsme se už naučili, to, co jsme už ovládli a snadno to uskutečňujeme. Kdy, kde a jak jsme se to naučili…? Jisté je, že to, co je naučené a asimilované, se odráží jako jistá výhoda při jednání v životě.

Stejně tak to těžké neexistuje samo o sobě. Záleží na člověku a na jeho nashromážděných znalostech. To, co neví, to, co se mu jeví jako něco nového, nese masku těžkého. Je pravděpodobné, že pokud někdo neumí vyřešit určitou situaci, bude po mnoho let nazývat „těžkou" stejnou věc, která už není tak neznámá ani nová, nýbrž je opakující se a obávaná… Prožitý strach a obavy z nového nejsou tím, co nás vede k překonání těžkostí. Právě proto, abychom se vyhnuli těžkostem, je nutné vyhnout se jakémukoli zdání obav.

Je přirozené, že život je plný obtížných věcí. Všichni jsme přišli na tento svět, abychom se učili, abychom připočetli nové poznatky… Pokud by někdy bylo všechno snadné, mělo by to upoutat naši pozornost: buď stagnujeme v tom, co už víme, nebo jsme se stali tak neuvědomělými, že nerozpoznáváme nové schody…

Těžké je to, co nás staví před to, co nám náleží získat v tomto okamžiku, před to, co se může zdát jako tvrdé pokušení, a přesto je nezbytnou zkouškou, aby si zkušenosti prorazily cestu do vědomí…

VĚDĚT KDO JSME

Evoluce prochází nevyhnutelným poznáním sebe sama… Poznat se znamená opravdu vědět, kdo jsme a s čím v sobě můžeme počítat, abychom podnikli své vlastní dobytí. Jaké jsou naše ctnosti…? Jaké jsou naše nedostatky…? Jak nahradit své nedostatky svými ctnostmi? Jak vykořenit jednotvárnost opakujících se úkonů? Jak pochopit ty, kteří nás obklopují, aniž bychom upadli do pohodlného a lhostejného postoje, který všechno shledává správným, abychom o tom nemuseli diskutovat? Jak pochopit a odpustit, aniž bychom přestali být silní a šlechetní? Jak spíše napravovat chyby vlastní než chyby ostatních?

www.vecnakrasa.cz
NOVÁ AKROPOLIS
ATELIÉR MINERVA



Člověk dokáže s velkou přesností vypočítat, kdy nastane zatmění Slunce, dlouhé roky předtím, než se na obloze objeví první náznak této události. Matematické vztahy rozvíjené v lidské mysli a zapsané na papíře mu umožní předvídat pohyb vzdálených nebeských těles. Zvykli jsme si na podobné úspěchy natolik, že nám sotva připadají zvláštní. Přesto stojí za to se zeptat: proč by vůbec mělo dění v kosmu odpovídat matematickým vztahům, které jsme schopni formulovat?

Souvislost mezi číslem a světem zaujala již antické pythagorejce. V hudbě nacházeli spojení mezi harmonií a jednoduchými číselnými poměry. Zkrátíme-li například kmitající část struny na polovinu při zachování jejího napětí, zazní tón o oktávu vyšší. Z jednoho C se stane další, vyšší C. Něco, co jasně vnímáme sluchem, lze vystihnout jednoduchým vztahem mezi čísly. V podobných souvislostech nacházeli pythagorejci oporu pro představu, že základem řádu světa jsou čísla. Hudba jim tak nabízela působivý příklad toho, že za rozmanitostí smyslové zkušenosti může stát jednoduchý matematický řád.

O mnoho století později přirovnal Galileo Galilei vesmír ke knize psané jazykem matematiky. Číst v ní se člověk učil pozorováním, měřením a hledáním vztahů. Isaac Newton pak ukázal, že pád kamene a oběh Měsíce mají společné gravitační vysvětlení. Měsíc vlastně také stále padá k Zemi, ale díky svému pohybu do strany ji míjí. Jeden zákon spojil děje, které našim smyslům připadají docela odlišné. Země a nebe se tím staly o něco bližšími.

Moderní fyzika šla ještě dál. Z Einsteinovy obecné teorie relativity vyplynula předpověď gravitačních vln, tedy šířícího se vlnění samotného prostoru a času, které při průchodu mění vzdálenosti mezi tělesy. V roce 2015 je přístroje observatoře LIGO poprvé přímo zachytily. Pocházely ze splynutí dvou vzdálených černých děr, k němuž došlo před více než miliardou let. Od Einsteinovy matematické předpovědi uplynulo téměř sto let, než přístroje gravitační vlny skutečně zaznamenaly. Matematické vztahy tak ukázaly cestu k jevu dávno předtím, než jej lidé dokázali přímo pozorovat.

Část tohoto úspěchu lze pochopit. Matematiku jsme rozvíjeli také při počítání předmětů, měření polí a sledování oblohy. Příroda byla od počátku její učitelkou. Vědci navíc své modely neustále opravují a zpřesňují podle toho, co v praxi naměří. Přesto tím otázka není vyčerpána. Proč se opakovaně ukazuje, že vztahy osvědčené v jednom okruhu zkušeností tak dobře fungují i daleko za jeho hranicemi?

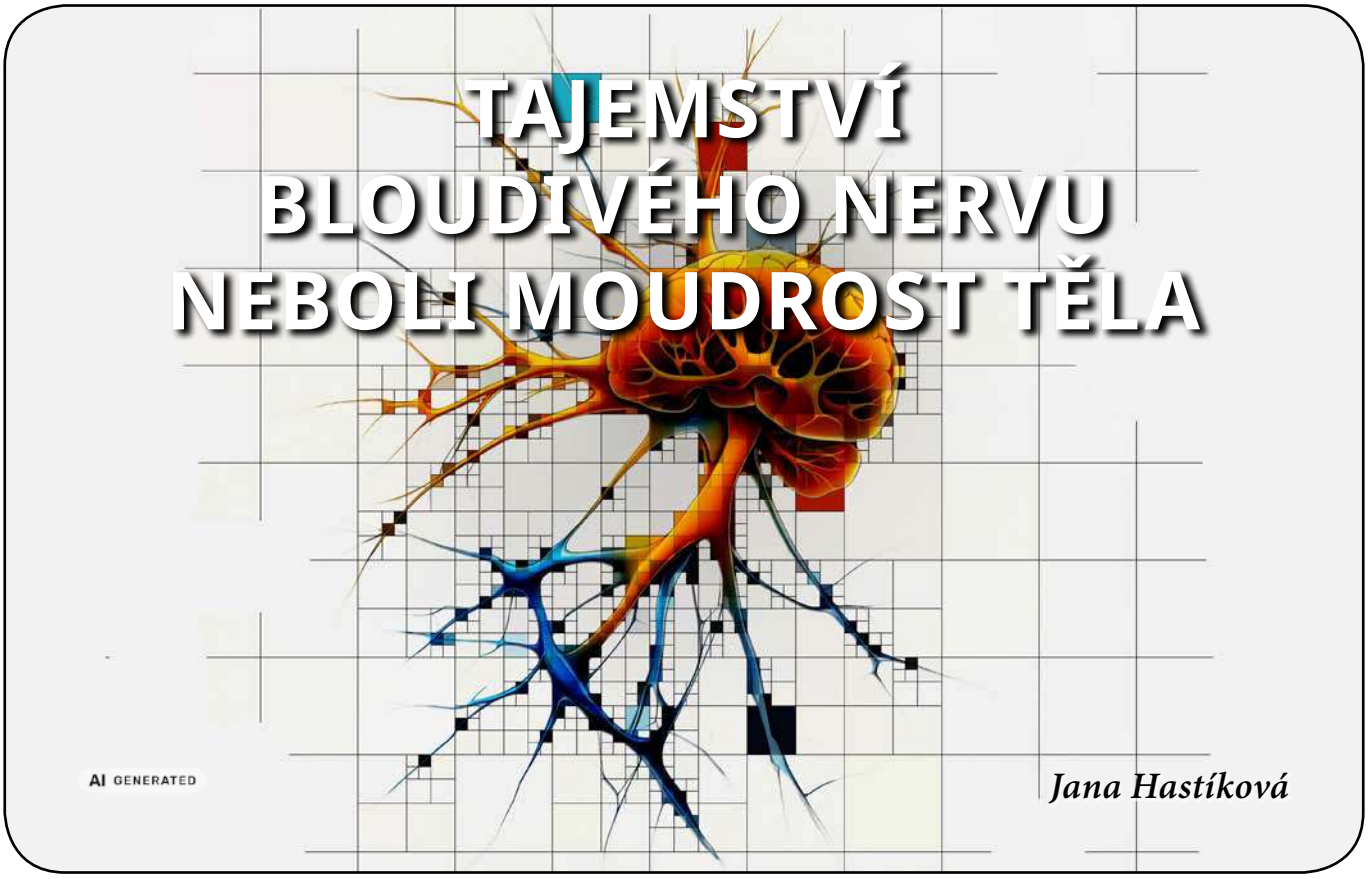
Zde se věda setkává s filozofií. Objevujeme matematický řád, který ve světě existuje nezávisle na nás, nebo vytváříme způsob, jak si svět uspořádat v mysli? Není snadné obě možnosti oddělit. Číslice a značky jsme si zvolili sami a sami také rozhodujeme, které vlastnosti bude náš model zachycovat. Struna však nezmění svůj tón podle toho, jak její délku zapíšeme. A předpověď se může ukázat jako chybná, i když se nám rovnice zdá krásná. Naše tvořivost se tu setkává s něčím, o čem sami nerozhodujeme. Matematický popis proto může být lidským výtvorem, a přitom zachycovat skutečné vztahy.

Fyzik Max Tegmark nabízí v knize Matematický vesmír odvážnější odpověď. Podle jeho hypotézy matematického vesmíru je fyzická skutečnost sama matematickou strukturou: její podstata spočívá ve vztazích, které matematika odhaluje. Úspěšnost našich rovnic by pak vyplývala z povahy samotného kosmu. Je to podnětná myšlenka, která připomíná dávné pythagorejské hledání. Zůstává však hypotézou. Ani mimořádná přesnost matematického popisu sama o sobě nedokazuje, že popisovaná skutečnost je matematickou strukturou.

Nemusíme tuto otázku definitivně rozhodnout, abychom v úspěchu matematiky našli něco filozoficky cenného. Obyčejný padající kámen a vzdálený Měsíc na obloze patří do stejného příběhu. Právě zde vidíme živou podobu dávného hledání jednoty: v možnosti porozumět různým částem světa prostřednictvím společných vztahů.

Člověk sám je přitom nepatrnou součástí přírody, jejíž řád se snaží poznat. Jeho myšlení se utvářelo v malém koutě kosmu, přesto může odhalovat zákonitosti, které sahají v čase i prostoru daleko za hranice jeho bezprostřední zkušenosti. Možná je na matematice nejpozoruhodnější právě tato možnost: svým rozumem poznávat řád nesmírného světa, jehož jsme sami jen drobnou součástí. ❑





Možná jste již narazili na záhadně znějící slova *bloudivý nerv*, latinsky *nervus vagus* a s tím související termín *polyvagální teorie*. Co má tento přístup k nervovému systému společného s filosofií? Je to společný cíl, který definuje nápis nad vstupem do Apollónova chrámu v Delfách: Poznej sám sebe.

V roce 1994 zveřejnil v USA polyvagální teorii neurovědec a profesor psychiatrie doktor Stephen Porges. Objasnil funkci autonomního nervového systému (ANS). V našem těle máme různé nervové sítě – motorický nervový systém řídí naše svaly, a tedy pohyb. Senzitivní nervový systém umožňuje citlivost. Co dělá ANS, si neuvědomujeme, protože pracuje automaticky, a to je naše štěstí, protože jinak bychom pravděpodobně nepřežili. Řídí všechny naše orgány: srdce, krevní oběh, dýchání, trávení, vylučování, rozmnožování… mnoho komplikovaných procesů, které probíhají najednou a navzájem se ovlivňují. Tyto funkce byly známy již dříve. Dr. Porges přinesl nový pohled na strategie ANS v okamžicích stresu, nebezpečí, ohrožení života. Umožňuje nám přežití spuštěním reakce: boj, útěk nebo zamrznutí. Pokud jim však porozumíme a dokážeme je rozpoznat, učiníme velký krok na cestě k poznání sebe sama a lepší kontrole vlastních reakcí.

První pilíř polyvagální teorie - autonomní hierarchie

Tělo se reorganizuje, když se cítí v bezpečí. (Stephen W. Porges)

ANS má dvě hlavní větve: sympatický nervový systém (SNS) a parasympatický nervový systém (PNS) a jeho nejdůležitější částí je nervus vagus, bloudivý nerv, který svými vlákny skutečně bloudí téměř po celém těle. Tyto dvě větve pracují v tandemu a udržují rovnováhu fyziologických reakcí celého organismu. Můžeme si je představit jako jin a jang, nebo projev polarit v živém systému. Sympatikus zrychluje naše tělesné funkce (srdeční akci, dýchání) mobilizuje nás, a v případě nebezpečí spouští reakci boj nebo útěk. Parasympatikus je ten, který nás naopak zpomaluje. Dělí se na dvě části, vývojově nejstarší část celého systému je dorzální vagus. Při ohrožení způsobuje zamrznutí, někdy na tělesné úrovni, ale stejně tak na úrovni psychické. Nejmladší část je ventrální vagus, který umožňuje zvolnit, když jsme v bezpečí, budovat dobré sociální vazby a vztahy, mít kvalitní spánek a obnovit svou vitalitu.

Druhý pilíř polyvagální teorie – neurocepce

Naslouchej větru – ševelí. Naslouchej tichu – promlouvá. Naslouchej svému srdci – ono ví.
(Indiánské přísloví)

Tato funkce ANS detekuje nebezpečí. Probíhá na třech úrovních: uvnitř těla (sleduje stav našich orgánů), vně těla (signály z okolního prostředí) a mezi těmito dvěma rovinami (vzájemné vztahy mezi lidmi). Nebezpečí spouští sympatikus, to znamená boj nebo útěk. Signály ohrožení života vedou k aktivaci dorzálního vagu (zamrznutí, znehybnění, kolaps). Pocit bezpečí nám umožňuje návrat do ventrálního vagu. Hlad, teplota, prostření, úsměv nebo křik, všechny vjemy prostřednictvím neuroregulace vyvolávají autonomní odpověď.

Třetí pilíř polyvagální teorie – koregulace

Má-li civilizace přežít, musíme rozvíjet vědu o mezilidských vztazích. (Franklin D. Roosevelt)

Koregulace je proces, díky kterému můžeme zklidnit svoji nervovou soustavu prostřednictvím dalšího člověka nebo komunity lidí. Příslušnost ke skupině nebo kmeni byla v průběhu evoluce naší strategií přežití. Propojení s dalšími lidmi je biologická nezbytnost zakódovaná v našem těle. Izolace fyzická i sociální oslabuje naši schopnost regulovat autonomní stavy a zhoršuje naši fyzickou i psychickou pohodu. Ve vzájemných vztazích se náš systém dokáže dysregulovat i koregulovat.

Celek je víc než součet jeho částí. (Aristoteles)

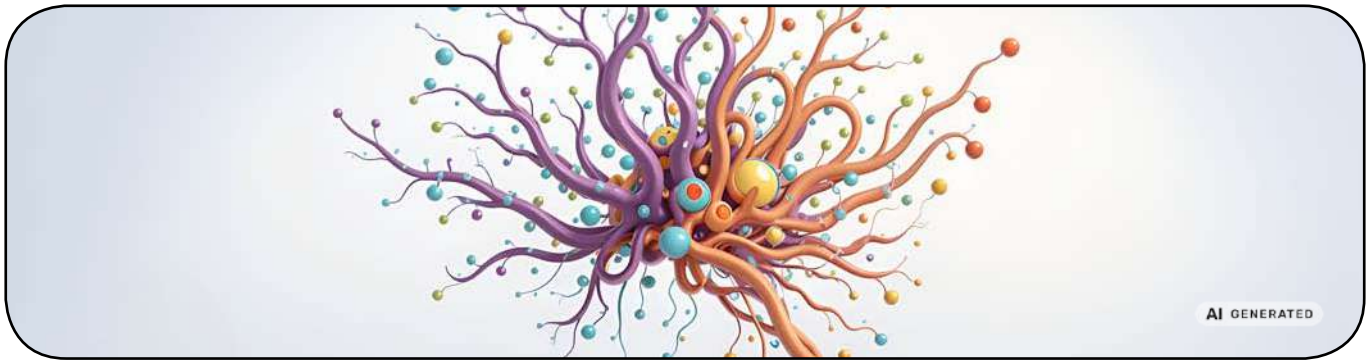
Pokud pocit ohrožení přetrvává, naše tělo se dostává do stále výraznějšího sympatického nastavení, boj nebo útěk. Podobáme se přetíženým pojistkám, jsme nervózní, podrážděni, máme strach, křičíme, nebo naopak mlčíme, pláčeme, jsme smutní, musíme vydržet tlak, kterému jsme vystaveni, ale nedokážeme to změnit. Pokud to trvá příliš dlouho, přejdeme do dorzálního vagu a zamrzneme. Přestaneme cítit emoce, které jsou příliš zraňující a objevují se psychosomatické obtíže v našem těle. Není to nemoc, ale kontrolka ukazující skrytý problém. Vypínáme pozornost, abychom zabránili dalšímu přetěžování a zahlcování systému, přichází chronická únava, nespavost, mozková mlha, poruchy paměti, pozornosti, deprese.

Vydej se po nějaké cestě, jakkoli úzké a klikaté, po které můžeš kráčet s láskou a úctou.
(Henry David Thoreau)

Nežijeme v bezpečném světě a vše, co se nám děje, má nějaký smysl a řešení. Jsou to strategie přežití. A pokud přežijeme, jsou to vítězné strategie. Otázka zní, jestli chceme jen přežívat, nebo skutečně Žít. Vnímání našich autonomních stavů nám umožní najít jádro problému, a ten pak vyřešit. Nemusíme se vyhýbat náročným životním situacím, ani to nelze, ale je důležité najít si bezpečný čas a prostor, který nám umožní obnovu a regeneraci našich sil. Život je úžasné dobrodružství, které nás může zavést na nečekaná místa. Někdy to vypadá, že nás potkávají jen potíže, problémy a traumata. Můžeme se na ně však podívat jako na výzvy a pokušení, kterým čelíme, a díky kterým se učíme. Pokud se nám nelíbí směr, kterým kráčíme, můžeme ho změnit.

Když se změní pocit, změní se i autonomní stav. (Stephen W. Porges) ❑

K tomuto tématu se vrátíme i v dalších číslech našeho časopisu v navazujících článcích.



PROGRAM AKTIVIT

LISTOPAD

Sokrates neboli jak nezradit sám sebe
Večer u příležitosti Světového dne filozofie

Noc s filozofií pro moderního člověka „Leonardo jako vědec a umělec“
Pořádáme u příležitosti Světového dne filozofie

C. G. Jung – filozofie a psychologie
Kurz

Praktická rétorika
Kurz

Historie Zlína od antiky po současnost
Divadelní představení u příležitosti Světového dne filozofie

INSPIRATIVNÍ POSLECH NA YOUTUBE

KLIKNĚTE NA NÁZEV:

Filozofie jako způsob života | rozhovor s PhDr. Slavicou Kroča

Klid v chaosu: Jak udržet hlavu nad vodou díky filozofii | Světový den filozofie

Filozofie spojuje: O vztazích, které mají hloubku | Světový den filozofie

Tvůj život, tvoje stopa: Jak žít aktivně a smysluplně | zamyšlení ke Světovému dni filozofie

SLEDUJTE NÁS

@NovaAkropolisCR
Nova.Akropolis.Ceska.republika
Nova.Akropolis_Ceska.republika

více na www.akropolis.cz

KURZ FILOZOFIE PRO ŽIVOT

Kurz praktické filozofie shrnuje myšlení nejvýznamnějších filozofů Východu i Západu. Stopy, které zanechali v dějinách, nás mohou každý den inspirovat na cestě rozvoje vlastních potenciálů a smysluplného života. Studium má srovnávací charakter a zkoumá filozofické dědictví lidstva prostřednictvím různých myslitelů a směrů.

Kurz FILOZOFIE PRO ŽIVOT

PROGRAM KURZU

Přírodní filozofie a záhada života
Člověk a jeho přirozenost
Moudrost Indie: správné jednání
Tibetská mystéria: ovládání mysli
Buddhova filozofie: vnitřní síla
Starověká Čína: věda o harmonii
Výzva života ve společnosti
Platon a mýtus o jeskyni: probouzení duše
Aristoteles: hledání štěstí
Plotin: neoplatonická škola
Důležitost výchovy
Egypt: spravedlnost jako kolektivní impuls
Řím a stoikové
Filozofie dějin: paměť a zkušenost
Dějiny a mytologie
Historické cykly
Svoboda a osud

a... praktická cvičení

Nedílnou součástí kurzu jsou cvičení pro rozvoj přirozených schopností každého člověka, jako je pozornost, koncentrace, paměť, imaginace, ovládání emocí a vůle, která vycházejí z tradičních učení a témat kurzu.

více na www.filozofieprozivot.cz

SVĚTOVÝ DEN

FILOZOFIE

Kam zmizela praktická
část filozofie?
Kam zmizelo to, že filozof,
ať už zastává jakékoliv názory,
je milovníkem pravdy?
Jéže pravdy, o které přemýšlí,
o které mluví a podle níž jedná.
Filozofie je láska k moudrosti
a filozof je člověk, který ji žije.

Slavica Kroča

NOVÁ AKROPOLIS
FILOZOFIE · KULTURA · DOBROVOLNICTVÍ



www.akropolis.cz