

# Vesmír jako hra

## transpersonální filosofie v pojetí Stanislava Grofa

Honza Šípek, FHS UK

Stanislav Grof, představitel transpersonální psychologie a spoluvůrce metody holotropního dýchání za svůj život osobně vedl více než čtyři tisíce psychologických sezení s využitím halucinogéních drog. Se svou ženou Christinou byli svědky přibližně třiceti tisíc sezení holotropního dýchání. K dispozici má navíc dokumentaci k dvěma tisícovkám dalších drogových sezení uskutečněných jejich kolegy.

Tahle čísla teď nemají za cíl omračovat. Jde spíše o to, zda se mezi těmito zážitky nedá vypořádat souvislost, objevit jevy, které převyšují běžnou lidskou zkušenost a existenci. Stanislav Grof tvrdí, že ano a pokusil se tyto nadosobní (transpersonální) zkušenosti systematizovat a shrnout do filosofického systému v knize „Kosmická hra“ (The Cosmic Game). Ve své práci použiju pouze autorovu argumentaci a pominu všechny výhrady a kritiku.



## Holotropní stavy

Grofův zájem o psychedelické drogy započal kupodivu v totalitním Československu. Jako čerstvý absolvent pražské lékařské fakulty se v roce 1956 přihlásil k dobrovolnému experimentu s tehdy nepříliš známou látkou LSD. V té době nemělo ještě LSD punc „drogy užívané kontrakulturou v USA“, přemýšlelo se spíše o jeho vojenské aplikaci (známý je experiment, kdy bylo vojenskému velicímu štábu podáno LSD. Závěr: štáb nebyl schopen vedení války). Pro psychiatry byly tyto stavy zajímavé zvláště jako uměle navozené dočasné psychózy. Experimenty u nás probíhaly celých dvacet let až do polovičky let sedmdesátých. Následovalo dlouhé ticho. Teprve v posledních měsících se o československém experimentu a jeho výsledcích začíná mluvit. (V Klubu



Jelení proběhlo letos setkání některých zúčastněných lékařů i experimentálních osob, spojené s výstavou výtvarných dílek vytvořených pod vlivem těchto zážitků.)

Ve stavech po požití LSD se pokusným osobám zjevovaly dramatické a často traumatické obrazy z jejich osobního života, někdy znovuprožívaly svůj vlastní porod, ale prožívaly i situace mimo svoji osobní minulost, jakoby z života minulého. Kromě toho se objevovaly i zážitky božské či archetypální – mytologické výjevy, setkání s různými božskými postavami, vhled do přírodních dějů, splynutí s vědomím živých i neživých věcí nebo se samotnou podstatou Vesmíru.

Grof vypožoroval, že tyto stavy směřují k celistvosti. K celistvosti jedince skrze znovuprožívání a pochopení zablokovaných traumat i k celistvosti s Vesmírem skrze pochopení jeho principů. Nazval je proto *holotropními* od řeckých slov *holos* – celek a *terpein* – směřující k něčemu.



Po vlně zneužívání psychedelických drog ve Spojených státech a politizaci tohoto problému („*Amerika se ... stala světovým vůdcem v rozvoji nových forem fašistického útlaku: kontroly nad myšlenkami prostřednictvím kontroly nad substancemi způsobujícími změny vnímání,*““ hlásal Timothy Leary, guru psychedelické generace [2]) došlo postupně k omezení LSD psychoterapie. Stanislav se svojí ženou Christinou však zjistili, že holotropní stavy se dají přivodit i bez zásahu chemických látek – za pomoci intenzivního dechu (hyperventilace), evokativní hudby a práce s tělem (bodywork). Tuto techniku nazvali holotropní dýchání. [3]

Třetím zdrojem zážitků použitých k sestavení tohoto filosofického systému byly psychospirituální krize – procesy duchovní proměny, které samovolně zasáhnou do života člověka, aby ho posunuly v jeho vývoji, psychiatry často diagnostifikované jako psychózy. I v těchto stavech přicházejí hluboké vhledy do podstaty světa.

Prameny nám jsou tedy situace, kdy se individuální vědomí vzdává kontroly. Situace jsou to dostatečně rozdílné: jedna chemicky navozená, druhá vyvolaná záměrným překysličením mozku a třetí přirozeně vzniklá. Množství materiálu a Grofova snaha o empiričnost a pokus o srovnání s jinými náboženskými a filosofickými systémy by nám mohly dávat záruku kvality takového systému. Těžko zjistíme, zda nám zmíněné informace přicházejí od Boha, jsou přímým a skutečným prožitkem z nadlidských úrovní, prožitým obsahem kolektivního nevědomí, či se načítají ze síťového disku v simulaci reality tohoto světa – prostě jsou to věci, které se vynořují v naší myslí.

## Karma a inkarnace

Prvním prvkem, kterým holotropní zkušenosti narušují současné paradigma, jsou určitě výjevy z minulých životů. Pokud se člověk dostane do traumatizující situace a nezvládne ji plně zpracovat, zůstává trauma v jeho duši a stále se vrací. Je proto třeba ho odstranit. V tom souhlasí i běžná západní psychoterapie. Osoby v holotropních stavech opravdu procházejí různými událostmi z vlastní biografické sféry a znovuprožívají je, aby se tato traumata posléze uvolnila. Prožítí vlastního porodu jako traumatu vytržení z klidného lůna matky do „cizího zlého světa“ by se dalo také pochopit.

Ale zarážející je, že se prožívající ocitají v jiných historických epochách, na jiných místech a v jiných rolích. I tyto příhody bývají často dramatické, týkají se zrození, smrti, bojů, nenávisti, žárlivosti, lásky... Často jsou jejich protagonisty i osoby z našeho současného okolí a mají k nám podobné vztahy, či s nimi řešíme podobné problémy jako nyní. Jakobychom si nevyřešené problémy přenesli z minulých životů a byli před ně stavěni znovu a znovu. I to však může skeptik jednoduše označit za projekci či metaforu, podobně jako se nám může zdát sen, v němž vidíme svého krutého nadřízeného jako otrokáře s bičem.

Podstatou holotropních zážitků však bývá pochopení a skutečné vyřešení problémů. To se často zdaří a přitom se v našem „běžném“ světě objevují synchronicity jinak nevysvětlitelné.

Stanislav Grof to ukazuje na svém osobním příběhu. Velice intenzivně se zamiloval do jedné ženy, láska na první pohled, skoro ztělesnění jeho animy. Pocit byl oboustranný a vzniklo mezi nimi silné pouto. Bouřlivou lásku narušoval jen její bratr, který Stanislava odpočátku naprosto bezdůvodně nenáviděl a na sestru v tomto směru zřetelně silně působil. Aby si ujasnil svůj vztah, uskutečnil Grof sezení s LSD. Ve vizi se dostal do starého Egypta, kde byli společně s jeho přítelkyní i bratrem dětmi významné aristokratické rodiny. Právě Stanislav jako prvorozený si vzal svou sestru, což vyvolávalo u bratra silnou nenávist. Nyní proti bratrovi stál tvář v tvář. Telepaticky mu sdělil: „Cestuji v čase z dvacátého století, kde jsem požil silnou látku měnící vědomí. Jsem velmi nešťastný z napětí, které mezi námi panuje a udělám vše, abych je odstranil.“ Rozpřáhl ruce a telepaticky mu sdělil: „Tady je všechno, co mám! Udělej prosím cokoli je třeba abys nás vysvobodil z tohoto otroctví, abychom byli oba svobodní!“ Doslova fyzicky na něj teď dolehla bratrova nenávist a ničila ho, bolest trvala velmi dlouho. Když přestala, cestovali napříč časem a viděli se v mnoha epochách, podobách a situacích, neustále v napjatém trojúhelníku.

V reálném světě mezi tím došlo k velkým změnám. Na Stanislavovu přítelkyni přišlo neobyčejně silné a nezvladatelné emocionální vzrušení, které ustoupilo teprve po skončení sezení. Její bratr se k Stanislavovi jako psychologovi přišel za několik dní s důvěrou radit o intimních záležitostech...

V indickém pojetí se tento jev označuje jako karma. Pro Inda je přirozená myšlenka, že si své špatné skutky nese na hřbetě napříč vtěleními (inkarnacemi), dokud je nevyřeší nebo neodčiní. A kvalita současného života ovlivňuje výchozí pozici v následujícím vtělení.

Přesvědčení o převtělování je základem pro většinu východních náboženství: hinduismus, buddhismus, džinismus, skihismus,

zarathuštrismus, tibetská vadžrajána, japonský šintoismus i čínský taoismus. Ale podobné myšlenky najdeme i v kulturách geograficky vzdálených jako u afrických a amerických kmenů, u předkolumbovských kultur, u Keltů. Křesťanství je výjimkou. Jak píše Arthur Schopenhauer: „Kdyby se mne Asiat zeptal na definici Evropy, musel bych odpovědět takto: To je ona část světa, ve které straší neuvěřitelný blud, že člověk byl stvořen z ničeho a že jeho současné narození je jeho prvním vstupem do života.“ Pro křesťany existuje posmrtný život v podobě ráje plného radostí, kterému se ovšem každý snaží co nejdéle vyhýbat. A přitom můžeme usuzovat, že víra v reinkarnaci byla součástí gnostického křesťanství, než byla roku 553 prohlášena za kacířskou doktrínu.

Pravdivost teorie o převtělování dokazuje Grof i empiricky – historická fakta získaná z holotropních sezení se mu vícekrát podařilo ověřit. Vzpomínky malých dětí, které si upamatovaly na „minulý život“ systematicky a úspěšně ověřoval Ian Stevenson, profesor psychologie na University of Virginia.

O tom, že se převtěluje tedy podle Stanislava Grofa může pochybovat jen zaslepený materialista. Jak ale tyto poznatky interpretovat? Nejprostší možností je řetězec inkarnací, v nichž se každé Já stává po smrti opět samo sebou, pouze dočasně ztrácí paměť.

Hinduismus ale tvrdí, že i karmický cyklus a všechny rozdíly mezi osobnostmi jsou jen produktem další

úrovně iluze (mája) a že jsme všichni různé projevy Jediného, Brahmy. Pouze naše nevědomost o této jednotě nás udržuje v představě, že jsme „my někým byli v minulém životě“.

Christopher Bache zase zdůrazňuje Nadduši (Oversoul), která shromažďuje a integruje zážitky z mnoha inkarnací. Smyslem neustálého vtělování a převtělování Nadduše je získávání osobních zážitků. Abychom se mohli zapojit do života, musíme se od Nadduše oddělit a v okamžiku smrti se do ní zase vracíme. Zanecháváme pak po sobě jen nezpracované obtížné zážitky. Ty se pak přiřadí jinému vtělení, aby je zpracovalo a uvolnilo tak místo pro další život. Skutečná kontinuita jednotlivce potom neexistuje.

## My, z Podstaty vzešlí, od Ní odervaní

Ať se to s reinkarnací má jakkoliv, podstatou duchovnosti je, že toužíme po spojení s principem, z něhož jsme vzešli. Kde jsou ale příčiny



Ilustrace vesmírných vizí pocházejí z archívu Stanislava Grofa.

našeho oddělení od něj? Grof si vybírá vysvětlení blízké mahájánovému buddhismu, podle nějž nás do neustálého převtělování a utrpení nutí „tři jedy“ – *nevědomost* symbolizovaná vepřem, *chtíč* a touha vedoucí k připotanosti představovaná kohoutem a *agresivita* či hněvivost zastupovaná hadem. Holotropní stavy vědomí by nám měly umožnit tyto jedy pomocí sebezkoumání pochopit a překonat.

Nejjasnějším příkladem je právě překonání nevědomosti. Nemyslí se jí jen nedostatek informací, ale i základní nepochopení charakteru skutečnosti a naší vlastní podstaty. holotropní vhledy o fungování nás samotných, prožitky na úrovni přírodních i vesmírných procesů nás v tomto směru mohou velmi obohatit.

Agresivitu analyzuje Grof velmi neotřelým způsobem. Domnívá se, že agrese nepramení jen z frustrace zažité během dětství a života, ale že jejím výrazným zdrojem jsou perinatální zážitky – tedy zážitky kolem porodu. Všímá si studie Lloyda de Mause, průkopníka oboru psychohistorie, která aplikuje metody hlubinné psychologie na historické události. Mause studoval projevy politických a vojenských vůdců z dob válek a revolucí a překvapil ho neobyčejně častý výskyt obrátů, metafor a obrazů souvisejících s porodem. Porod a smrt – hraniční zkušenosti života – jsou podle Grofa velmi podobné (a blízké je jím také sexuální spojení, ve kterém je obsažen i potenciál zrození i dočasné rozpuštění hranic ega). Trauma, s nímž vstupujeme do života pak může živit agresivitu na celý život. Přestože jsme jedním z mála živočišných druhů, který je schopen vraždit, aniž by mu předtím šlo o přežití či potravu a agresivita je jedním z našich rysů, nemyslí si Grof, že je naší podstatou. Spíše je tím, co nás od té podstaty odděluje. Pod závojem instinktů nalézáme v nás samých jádro „spíše božské než zvířecí“.

Podobně z perinatální sféry pochází i naše chamtivost, touha po vlastnění. Při znovuprožívání porodu totiž zjistíme, že nespokojenost a strach se objevují při prvním kontaktu s vnějším světem. Tahle děsivá a tísnivá vzpomínka v nás zůstává celý život. Když se přiblíží k vědomí, cítíme se nespokojení, ale přesně nevíme proč. Pak se domníváme, že nám třeba chybí moc, prostředky, věhlas, vědomosti... Řešení hledáme v uspokojování těchto potřeb. A to v budoucnosti – stejně jako plod snažící se dostat porodním kanálem ven a doufá v „lepší budoucnost“. To má za následek že nikdy nežijeme spokojeně a naplno v přítomnosti a náš život je jen chystáním se na „lepší příští“. Když je nám dopřán zážitek vhledu, uvědomíme si, že nás celou dobu životem poháněly nevědomé síly založené na klamu.

## Jednota

Výsledky putování a zkoumání v změněných stavech vědomí nám ukazují, že náš svět pevné hmoty, trojrozměrný prostor, lineární čas a kauzalita nejsou nezávisle existující. Jsou spíš výtvoři Absolutního Vědomí, či Vesmírného Tvůrčího Principu. I s ním můžeme prožít jednotu. Kromě toho, že je absolutně všeobjímající a zároveň prázdný o něm ale těžko můžeme něco říci. „Jméno, které lze vyslovit, není pravé Jméno.“ Proč ale Dokonalost a Jednota tvoří něco nedokonalého, odtrženého a nevědomého? Následující zážitek ženy při psychedelickém sezení zapadá přesně do mozaiky zážitků:

*Nalézala jsem se v dimenzi, která zřejmě byla mimo prostor a čas, jak je známe. Když na to teď myslím, uvědomuji si koncepci hyperprostoru, jak o něm hovoří moderní fyzici. Tento technický termín však nemůže popsat můj hluboký pocit svatosti, onen ohromující pocit posvátné bázně provázející můj zážitek. Uvědomila jsem si, že jsem nadlidská bytost obrovských rozměrů, asi bytost překračující všechny meze nebo bytost, která existovala ještě předtím, než meze vešly ve známost. Neměla jsem tvar, byla jsem pouhé vědomí s obrovskou inteligencí kdesi v absolutním prostoru. Nebyl tam sice žádný světelný zdroj, ale ani nemohu tvrdit, že jsem byla v úplné tmě.*

*Sdílela jsem onen prostor se třemi dalšími bytostmi. Byly sice čistě abstraktní a zcela amorfní jako já, ale jasně jsem cítila jejich přítomnost a komunikovala jsem s nimi složitým telepatickým způsobem. Bavili jsme se navzájem různými duchaplnými intelektuálními hříčkami – ohňostroje mimořádných myšlenek mezi námi jen sršely. Komplexnost, složitost a imaginativní úroveň těchto her značně převyšovaly cokoli známého mezi lidmi. Byla to ryzí zábava, l'art pour l'art, protože s ohledem na to, jaký tvar jsme měli, nic z toho nemělo žádné praktické uplatnění.*

*(...) Jedna z těchto bytostí přišla s fascinující myšlenkou. Navrhla, abychom se putili do hry; v níž šlo o realitu s mnoha různými bytostmi všech možných velikostí a tvarů. Budou se zdát pevné a hmotné a budou existovat ve světě plném předmětů různých tvarů, struktur a konzistence. Tyto bytosti vzniknou, budou se vyvíjet, budou se mezi nimi vyvíjet složité vzájemné vztahy a dobrodružství a pak zaniknou. Budou to skupiny stvoření různých řádů a každé z nich bude existovat ve dvojí formě – mužské a ženské – a budou se doplňovat a zúčastňovat reprodukce.*

*Tato realita bude ohraničena jasným prostorem a časem danými souřadnicemi. Čas ukáže svůj závazný tok z minulosti přítomností do budoucnosti a pozdější události budou důsledkem předchozích. Půjde o dlouhé historické periody a každá z nich se bude lišit od ostatních. Bude nutno cestovat z jednoho místa na druhé, a to nejrůznějšími způsoby. Všechny události v tomto světě, jak tomu je s každou hrou, bude řídit pestrá paleta přísných omezení, pravidel a zákonů. Vstup do této reality a zaujímání různých rolí v ní bude znamenitá, svým způsobem jedinečná zábava.*

Mezi bytostmi tento nápad vyvolal spor. Jak by bylo možné stvořit něco tak omezeného prostorem, časem, vědomím i intelektuálními schopnostmi?

*Došlo k vášnivě intelektuální výměně názorů. Původce tohoto plánu měl odpověď na všechny naše námítky a trval na tom, že projekt je dokonale uskutečnitelný. Byl přesvědčen, že stačí, aby scénář byl dostatečně složitý a propracovaný a důsledně se spojily určité situace s přesvědčivými zážitky a pečlivě se zakryly všechny mezery. Polapí účastníka do složité sítě iluzí a tímto trikem ho přiměje, aby uvěřil, že hra je skutečná. Ty všechny možnosti nás stále fascinovaly a nakonec jsme byli přesvědčeni, že projekt je schůdný. Souhlasili jsme se vstupem do inkarnační hry; protože nás nadchl příslib mimořádných dobrodružství vědomí.*

# Mnohost jako projev Jednoho

Svět je podle tohoto konceptu hra.

Hra, kterou rozehrává Tvůrčí Princip, aby se naplnil. Hra s kulisami tak rafinovanými, že si je už ani neuvědomujeme.

Hra, v níž každý hrajeme svou roli. Role může být tak dokonalá, že zapomeneme na to, že se jedná o hru a iluzi. I dokonalý herec či herečka někdy splynou s postavou, kterou představují. Pak je božské obsaženo úplně ve všem. A všechno je božské a dokonalé. Albert Einstein je jistě obdivuhodný. A Saddám Husajn? A žralok lidožravý? Bůh hraje dokonale roli Saddáma Husajna či žraloka stejně jako Bůh dokonale naplňuje roli Alberta Einsteina. Tyto vhledy nás vedou k toleranci a úctě k všemu živému. Přesto toužíme po opětovném sjednocení s Absolutnem. A můžeme ho dojít.

Přítom si ale uvědomíme, že tento absolutní princip není koncem naší pouti, ale zároveň jejím začátkem. Zároveň přitahuje jednotlivosti do svojí celistvosti (holotropní síla) a zároveň je pro svoji potěchu z mnohosti, z realizace odděluje (hylotropní síla). Jednotlivost je to, co dává absolutnu konkrétní podobu. „*Řečeno terminologií kabaly: Lidé potřebují Boha a Bůh potřebuje lidi.*“

Podobně se řeší i problém duality dobra a zla. V našem světě si neumíme představit jedno bez druhého (a proto nám vyjádření celého jednoho filosofického směru nám stačí jednoduchý černobílý obrázek). Tvůrčí Princip proto stvořil dobro i zlo, ale v podstatě jsou dobro i zlo Jedno. „*Ve všech situacích, v nichž se uplatňuje prvek zla, jako jsou nenávisť, krutost, násilí, bída a utrpení, hraje tvůrčí princip sám se sebou sloužitou hru. Agresor je totožný s napadeným, diktátor s utlačovaným, násilník se znásilněným a vrah se svou obětí.*“

Všechny zmíněné poznatky jsou získány z holotropních stavů vědomí. Jak může vypadat vzhled objasňující právě téma dobra a zla si můžeme na závěr ukázat na zápisu ze sezení s profesorem filosofie a religionistiky:

*Jako ústřední se vynořilo téma sexu. nejprve v příjemné formě vzájemné rozkoše a erotického uspokojení, ale brzy se změnilo v násilnou formu jako znásilnění, ublížení a utrpení. Síly sexuálního násilí se rodily také v propletené síti lidských vztahů. Čelil jsem těmto brutálním silám a za mnou bylo dítě. Snažil jsem se chránit je před nimi, zadržet je a zabránit jim, aby se k němu dostaly. Hrůza se zvýšila, jakmile se z dítěte vyklubala moje milovaná tříletá dcera. Byla to ona a zároveň to byly všechny děti světa.*

*Stále jsem usiloval o to, abych zadržel útok, který pronikal skrz mé vlastní tělo, a přitom mi bylo jasné, že nakonec budu poražen. Čím déle jsem síly odrážel, tím více mohutněly. Mé „já“ nebylo pouze mé osobní „já“, nýbrž tisíců a tisíců lidí. ta hrůza předčila všechno, co dovedu popsat. Za sebou jsem cítil vyděšenou nevinnost, ale náhle k tomu přibyl nový prvek – síla mystického objetí. Nad dítětem se tyčilo Primární ženství, sama Bohyně matka. Pokynula mi, abych ji objal, a já jsem instinktivně vytušil, že nemůže existovat nic sladšího než její náruč.*

*Tím, že jsem se bránil násilnému sexuálnímu napadení, bránil jsem se zároveň i mystickému objetí bohyně, ale nedovedl jsem se přinutit, abych své dítě znásilnil nebo zabil, navzdory sladkému příslibu splynutí. Šílenství se stupňovalo, až jsem se začal otáčet. Neustále jsem se bránil vražednému útoku. Nyní jsem hleděl do tváře své oběti drcen mlýnskými kameny vášně*

*na straně jedné a touhy ochránit dítě na straně druhé. Oběť byla současně moje bezbranná, nevinná, křehká dceruška i Primární žena lákající mě k sexuálnímu splynutí kosmických rozměrů.*

Holotropní procesy směřují k celistvosti, stejně tak tento a tak je lepší jim nevzdorovat. Poté, co onen profesor svůj náročný boj vzdal, dostavilo se samo rozuzlení:

*Bez ohledu na to, jak usilovně jsem se bránil, musel jsem popustit uzdu své zuřivosti. S hrůzou a zaslepeným chťčem jsem se chystal napadnout, znásilnit a zabít a přece jsem se tomu ze všech sil vzpíral. Zápas neustále nabýval na intenzitě, až se náhle cosi zlomilo a já jsem si s hrůzou uvědomil, že se chystám zabít a znásilnit sebe sama.*

Nebyl to podvědomý pokus o sebedestrukci. Uvědomil si, že je zároveň agresorem i obětí, násilníkem i znásilněnou, zabijákem i zavražděnou.

*„A provádím to sám sobě. Po celé dějiny lidstva jsem to páchal sám sobě. Bolest lidských dějin je mou bolestí. Nebylo obětí, nic nikdy mimo mne mi ji nepůsobilo. To já jsem zodpovědný za všechno, co prožívám, za všechno, k čemu kdy došlo.*

*Dával jsem se do tváře svého vlastního stvoření.“*

## Literatura

- [1] Stanislav Grof: *Kosmická hra. Zkoumání hranic lidského vědomí*. Perla, Praha, 1998.
- [2] Timothy Leary: *Chaos a kyberkultura*. Dharma Gaia; Matě, Praha, 1997.
- [3] Stanislav Grof: *Dobrodružství sebeobjevování*. Gemma89, Praha, 1992.