

SNĚNÍ

NAVRACÍ DUŠI

Léčba šamanským sněním



ROBERT MOSS



MAITREA

SNĚNÍ

NAVRACÍ DUŠI



SNĚNÍ

NAVRACÍ DUŠI

Léčba šamanským sněním

ROBERT MOSS



MAITREA

2014

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Moss, Robert

Snění navrací duši : léčba šamanským sněním / Robert Moss ; [z anglického originálu ... přeložila Jana Žlábková]. -- 1. vyd. v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2014. -- 262 s.

Název originálu: Dreaming the soul back home

ISBN 978-80-7500-000-2 (brož.)

2-183.5 * 159.9.016.1 * 615.851 * 159.963.3 * 13 * 615.852+615.851.8 * 133.4:2-382

- duše

- duše a tělo -- duchovní aspekty

- uzdravování -- duchovní aspekty

- sny -- duchovní aspekty

- duchovní léčení

- šamanismus

- populárně-naučné publikace

159.96 - Zvláštní duševní stavy a procesy [17]

Robert Moss

Snění navrací duši

Dreaming the Soul Back Home

Copyright © Robert Moss, 2012

Translation © Jana Žlábková, 2013

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2014

ISBN 978-80-7500-000-2

*Jen ten, kdo poznal duši,
jež skrze něj promlouvá,
jen ten může učit.*

RALPH WALDO EMERSON

z promluvy v Harvard Divinity School, r. 1835

Obsah

Úvod: Snící duše	9
1. Snící šamani	23
2. Šamanské snění	43
3. Pochopení ztráty duše	61
4. Sněním k celistvosti	77
5. Královská cesta k uzdravení duše	95
6. Strom duše	111
7. Jeskyně a vyhlídka	121
8. Větrný kůň	129
9. Léčebný dům	137
10. Setkání s duší duše	151
11. Uzdravování předků	161
12. V tajné knihovně	177
13. Snová archeologie a léčení duše společnosti	191
14. Duše v multiverzu	207
15. Následujte svého Merlina	225
Doslov: Návrat	234
Poděkování	237
Poznámky	238
Doporučená literatura	245
Další zdroje	252
Rejstřík	254

Úvod

Snící duše

*Přijde čas,
kdy radostně
uvítáte sami sebe
u prahu svých dveří
a v zrcadle se na sebe usmějete.*

DEREK WALCOTT, Láska po lásce

Podstatné věci bývají většinou velmi jednoduché. Jsou to odhalená tajemství a v jejich poznání si bráníme jen my sami.

Tato kniha se zaměřuje na prostou realitu tvořící samotný základ lidského žití. Jsme víc než tělo a mozek. Jsme též duše. Ale lidé jsou zapomnětliví tvorové. Zapomínáme, že našemu současnému životu předchází určitý příběh. Neuvědomujeme si, že jsme na tento svět přišli s posláním a identitou, jež předchází současnému životu a neskončí tím, že opustíme své současné tělo. Zapomínáme, kdo jsme a jaký úkol má naše duše v tomto světě, čímž si sami způsobujeme řadu problémů. A situace je ještě horší, pokud vlivem nepříjemných událostí ztratíme něco ze své základní životodárné podstaty, takže část našeho bytí chce opustit tělo a někdy se jí to skutečně podaří. Šamani tomu říkají ztráta duše a psychiatři to nazývají disociace.

Lakotský šaman Chromý jelen před touto situací varoval, když řekl: „Lidé dospěli k bodu, kdy už vůbec nevědí, proč vlastně existují... Nevyužívají poznání, jež do nich vložil duch... a slepě se potácejí po cestě, jež nikam nevede – jdou vydlážděnou cestou, kterou sami vytvořili a je tak hladká, že se po ní dostanou mnohem rychleji k prázdné jámě čekající

na konci, aby je spolkla. Je to pohodlná dálnice, ale já vím, kam vede. Byl jsem tam ve své vizi, a když jsem o tom přemýšlel, celý jsem se rozechvěl.“¹

Tato kniha je protilek na onu situaci. Vznikla na základě dlouholetých životních zkušeností, nezávislého studia a praxe trvající už čtvrt století. V rodné Austrálii jsem v raném dětství ztratil svou vitální duši, když jsem byl těžce nemocný, smutný a osamělý. Od tří do jedenácti let jsem trávil převážnou část života na ošetřovnách, protože jsem měl dvanáctkrát oboustranný zápal plic a třikrát jsem nejevil známky života, což je stav, kterému se dnes říká prožitek blížký smrti. V pubertě jsem uprostřed noci ve snu rozmlouval s návštěvníkem v podobě úžasného mladíka, jenž zjevně pocházel z východní části helénistického světa. Řekl mi, že opravdové poznání přichází k lidem prostřednictvím anamnézy. Toto tajemné řecké slovo doslovně znamená „rozpomínání“. V novoplatónské filozofii má zvláštní nádech: označuje rozpomínání na to, co nám náleželo na úrovni duše či mysli předtím, než jsme vstoupili do současného těla a objevili se na této dobré zemi. Je to rozpomenutí na duši.

Když jsem se ve středním věku přestěhoval na farmu v Hudson Valley ve státě New York, abych žil dál od ruchu velkoměsta a zmírnil rychlé tempo svého života, dostalo se mi významné lekce na toto téma. Uprostřed noci, kdy jsem byl v polobdělém stavu, jsem si uvědomil, že vystupuji z těla a létám jako pták nad podřimující krajinou. Měl jsem pocit, že letím jako jestřáb červenoocasý, který je právě v té zemi tak slavný. Můj spontánní noční let mě zavedl přes jezera a lesy do chaty, která stála v lesích kdesi poblíž Montrealu. A tam mě uvítala starodávná domorodkyně, jejíž řeč měla stejnou kadenci jako jezerní vodopád. Mluvila domorodým jazykem a já jsem jí nerozuměl až do doby, kdy jsem po několika následných setkáních objevil Mohawky, kteří mi přeložili slova, jež jsem foneticky zaznamenal. Řekli mi, že je to řeč jejich kmene, ale ve velmi archaické podobě. „Mluvíte tak, jak jsme mluvili asi před třemi sty lety, a jsou v tom ještě slova pocházející z huronštiny.“

Postupně mi docházelo, že jsem snil s ženou posházející z předků, kteří kdysi žili na místě, kam jsem se přestěhoval. Onu domorodkyni jsem

nazval Ostrovanka, což je hrubý překlad jednoho z jejích mohawských jmen. Dozvěděl jsem se, že patří mezi *atetsence*. Toto slovo v mohawštině znamená „ten, kdo sní“. A také znamená „šaman, léčitel, doktor“. Tradice kmene Ostrovanky říká, že chcete-li se někým takovým stát, musíte umět snít. Toto slovo má ale v mohawštině jiné zabarvení než v současné angličtině. Sny atetsenců jsou nesmírně silné. Takže ona žena dokáže procházet časem. Umí snít za druhé a vstoupit do jejich snů, aby je mohla léčit. Je schopna objevit způsob, jakým získá informace, jež mohou být zcela zásadní pro jejich přežití. Když sní, putuje do jiných dimenzí reality, kde získává různá učení a zasvěcení. Dokáže snít s promlouvající zemí a je mluvčí stromů a hor. Sní se zvířaty a ptáky a může na sebe vzít jejich podobu nebo je vysílat jako své prostředníky či posly. Na snových poutích potkává duše živých i zesnulých a může je zachránit.

Mé setkání s Ostrovankou mi připomnělo různé způsoby vidění, bytí a léčení, jaké používali naši předkové. A uvědomil jsem si, že všechny vedou k duši. Při našich prvních rozhovorech používala Ostrovanka podivné slovo, které přibližně znělo *on-dí-núk*. Ve spise, který kolem roku 1600 napsal v chatrči nedaleko Huronského jezera jeden jezuitský misiónář, jenž musel snášet žár ohně a chlad sněhových bouří, jsem našel slovo *ondinnonk*. Jezuita svým nadřízeným hlásil, že *ondinnonk* má pro „divoškou“ mysl obrovský význam. A vysvětlil, že *ondinnonk* je „tajné přání duše, jež se zjevuje hlavně ve snech“. Dále uvedl, že ve vesnicích lidu, z něhož pocházela Ostrovanka, patřilo sdílení snů mezi nejvýznamnější rituály komunity. Sny sloužily jako klíče k budoucnosti a také jako zprávy ze světa duchů. A především se zkoumaly z hlediska promluv duše. Když měl někdo sen, shromáždila se kolem něj celá komunita a všichni mu pomáhali odhalit přání duše zjevená ve snu, a pak se podnikly konkrétní kroky k jejich uctění.²

Tento postup byl považovaný za samotný základ léčení. Pokud popíráme přání své duše, duše tím trpí a neposílá do našeho života vitální energii. A pak jsme náchylní k nemocem a potkávají nás jen samé nepříjemnosti. Ale když se naopak řídíme tajnými přáními své duše, můžeme se navrátit na přirozenou energetickou cestu a obnovit vitalitu, takže

jsme zdraví a prožíváme příznivé věci. Tento proces může započít hned, jak začneme sdílet své sny a vytvoříme prostor, v němž vnímáme proudění energie snu, místo abychom o něm jen mluvili. Lidé z komunity, z níž pochází Ostrovanka, při líčení snů nikdy dlouho neseděli. Jak jen to šlo, začali pomocí mimiky a gest předvádět obsah snů a také zpívali a tleskali rukama. Duše to má ráda.

Koncem 80. let jsem začal vést kurzy zaměřené na snění a právě tam jsem měl možnost ověřit si věci, které jsem se naučil od Ostrovanky. A zjistil jsem, že opravdu fungují. Brzy jsem se přesvědčil, že snění je nesmírně magické, protože je to umění přenášet dary z jiného světa do světa, v němž teď žijeme. Účastníci kurzů byli nadšeni, protože při líčení svých snů zjišťovali, že se napojují na rozsáhlejší příběhy svého života a zároveň navazují kontakt se silami snění. S radostí pozoruji, jak si naše dětské já – které se celá desetiletí nemohlo projevit – začíná s námi hrát, jakmile změním sny v divadlo nebo ve spontánní expresivní umění, když usedneme na zem a malujeme pastelkami nebo fixy. A zároveň se tak dozvídáme mnohem víc o své snící duši.

Sny nám neodhalují jen přání duše, ale také ukazují, kam duše zmizela. Například se nám opakovaně zdá o určitém místě, třeba o domě babičky, střední škole nebo o domě, v němž jsme bydleli s bývalým partnerem. Takové sny říkají, že jsme tam v dané fázi života zanechali část své vitální energie a identity. Nebo se nám zdá o mladém člověku stejného pohlaví a zjistíme, že sníme o mladším aspektu svého já, který postrádáme, protože se staly nějaké nepříjemnosti nebo jsme učinili nesprávné životní rozhodnutí a část našeho bytí s ním nesouhlasila, a proto se odpojila. Nebo se nám zdá o hladovějícím koni, spící lvice, rozruženém medvědovi, což může znamenat, že sníme o nějakém zvířecím duchu, který nás může léčit a dodávat nám sílu, pokud se ho naučíme vyživovat, necháme ho procitnout ve svém těle a jsme ochotni se vzchopit. Nebo se nám zdá o zemi pokrevních předků či o zemi rozsáhlejší duchovní rodiny zahrnující více kultur a jsme vyzváni, abychom zastupovali něčí duši nebo sami léčili stejným způsobem jako dávní předci, a předali tak jejich umění další generaci. Ve snech nás neustále sleduje naše vyšší neboli větší

Já a dává nám šanci navazovat spojení, jež do našeho těla vnese tolik ducha, že se budeme cítit úplně jinak než dřív.

Největším přínosem takových šamanů, jako je Ostrovanka, pro současnou medicínu a léčení je poznání, že každý člověk v průběhu života utrpí do určité míry ztrátu duše – ztrátu části vitální energie a identity – a chceme-li být opět celiství a zdraví, musíme najít prostředky k obnově své duše.

Všichni lidé instinktivně tuší, jak může dojít k této ztrátě. Něco nás bolí, prožíváme trauma a cítíme velký zármutek, vinu nebo se za něco stydíme a část našeho bytí zmizí, protože nechce zůstat ve světě, který je tak nelítostný a krutý. Jsme nuceni provést bolestné životní rozhodnutí, opustit partnera, práci nebo domov a část našeho bytí tomu vzdoruje, opustí naši dominantní osobnost a lpí na bývalém vztahu či místě. Ztráta duše je ještě hlubší, když propadneme depresi nebo škodlivým návykům nebo činíme kompromisy s okolním světem a vzdáváme se velkých snů svého života. Nemáme dost odvahy a sebedůvěry, abychom učinili zásadní krok, a nespěříme se lásce do ochrany a místo toho se podvolíme strachu a obavám – a tak zmizí náš jasný duch, který je tím vším znechucený.

Dobří psychoanalytici a terapeuti nám mohou pomoci rozpoznat, jaké části svého já jsme dosud potlačovali a odmítali, a to včetně pověstného stínu, což je termín používaný hlavně jungovci, kteří jím označují vše, co se snažíme odkládat do sklepa osobního vědomí, protože bychom tyto části svého bytí raději neměli. Šamanské pojetí ztráty duše však sahá mnohem dále. Říká, že léčba duše nespočívá jen v rozpoznání a integrování aspektů, které jsme potlačili a odmítli, ale zároveň je třeba znovu získat části duše, jež nám chybí a my je musíme objevit a přesvědčit, ať se navrátí a opět sídlí v těle, kam patří.

Během své praxe jsem stanovil pět typů ztráty duše neboli odpojení, které je třeba léčit. A dosud jsem nepotkal jediného člověka, kterého by nic z toho nikdy nepotkalo.

ZTRÁTA ŽIVOTNÍ ENERGIE. Trpíte chronickou únavou. Jste málátní, neteční a nechce se vám vylézt z postele. Život je jednotvárný,

šedivý a neradostný. Imunitní systém nefunguje tak, jak má, a vy chytáte všechny bacily, které kolem vás proletí. Cítíte, že vám něco chybí, a snažíte se onu díru zaplnit cukrem nebo alkoholem.

ZTRÁTA MLADŠÍHO JÁ. Ztratili jste svou mladší verzi – malé dítě s úžasnou imaginací a plné energie nebo romantika, kterého v pubertě někdo zranil a zradil, nebo vnitřního básníka či podnikatele, jenž chtěl provádět jiná životní rozhodnutí, než jste učinili. Tato mladší já nabízí dary a energii, jež můžete teď ve svém životě využívat, ovšem pokud je objevíte a zjistíte, jak je získáte zpátky.

ZTRÁTA ZVÍŘECÍCH DUCHŮ. Dávni domorodí šamani věděli, že všichni lidé jsou spojeni se světem zvířecích sil, a jestliže vnímáme a posilujeme vztahy se zvířecími duchy, objevíme přirozené fungování své energie. A přesto mnozí z nás toto základní spojení ztratili nebo ho považují za okrajovou a symbolickou věc, jakou si můžeme vyhledat v knihách a kartách a nemusíme ji denně udržovat a posilovat.

ZTRÁTA DUCHA PŘEDKŮ. Tato záležitost je značně dvojsečná. Pokud nevnímáme fakt, že jsme neustále v přítomnosti předků – jak těch pokrevních, tak předků země, v níž žijeme, a všech, s nimiž jsme v širším slova smyslu duchovně spřízněni – stáváme se nejen hračkou, ale často i obydlím entit, jež opravdu nemusíme mít ve své blízkosti. Jakmile procitneme a začneme vnímat ducha předků, jsme připraveni navázat spojení s udržovateli a ochránci moudrosti, kteří nám pomáhají obnovit psychické zdraví a zbavit se všeho, co nám nepatří.

ZTRÁTA SPOJENÍ S VYŠŠÍM JÁ. A nakonec je třeba uzavřít příměří se všemi aspekty svého bytí a vydat se po cestě opravdové duchovní evoluce tím, že navážeme nebo spíš obnovíme přímé a vědomé spojení s Já na vyšší úrovni – a toto Já nám není nijak cizí. Jakmile pročistíme prostor v nitru svého ztělesněného já, jsme připraveni na hluboké a krásné projevy rozvoje duše. V tomto případě mluvíme o „dosazení duše

na trůn“, při němž se v těle ožíví vyšší Já, které prozáří celý náš život a umožní nám činit správná rozhodnutí.

Jak můžeme posílit svou duši, obnovit přerušená spojení a vydat se na cestu k celistvosti a vyššímu Já? Při obnově kontaktu se zvířecími duchy a navrácení ztracených částí duše nám může pomoci šaman, který je naším zástupcem při obnově duše. Většinou to probíhá tak, že šaman přivolá své duchovní spojence a vydá se místo nás na cestu, aby objevil sílu určitého zvířete a s jeho pomocí našel chybějící části duše. Ty pak přivede zpátky a umístí je do těla, nejčastěji fouknutím do srdce nebo hlavy, protože duch (jak už samo slovo naznačuje) putuje pomocí dechu.

Novodobá moudrá šamanská učitelka Sandra Ingermanová ve své podnětné knize *Navrácení duše* (Soul Retrieval) zdůrazňuje, že to není technika, jakou bychom mohli provádět sami. Zahrnuje značná rizika a je výzvou jak pro toho, kdo ji provádí, tak pro člověka, kterému je třeba pomoci. Základní podmínkou úspěšného návratu duše často bývá odstranění nežádoucích entit a energií, jež pronikly do toho, kdo ztratil části duše, a tím vznikl určitý prázdný prostor. Během navrácení duše se šaman většinou potýká s vetřelci, kteří se nechtějí dobrovolně vzdát ukořistěné duše, a musí nad nimi zvítězit. Návrat duše někdy vyžaduje putování na velmi temná místa nacházející se ve zvláštních realitách, kam by nikdo z vlastní vůle nevstoupil, a patří sem i říše mrtvých, v níž musí poutník skrývat svoje světlo.

Pro toho, kdo potřebuje navrátit duši, bývá častou výzvou integrování vzpomínek na traumata z minulosti. Hrozí zde riziko (jako při každé terapii), že vznikne přílišná závislost na člověku, který mu pomáhá. A pokud jde o praxi, šamani bývají všelijací. Může se stát, že začnete pracovat s někým, kdo není schopný rozpoznat, co je a co není opravdu vaše, nebo nevnímá vlivy různých osobních energií, takže vám předá něco nežádoucího.

Uzdravení duše je jiná praxe než navrácení duše, protože si při ní navzájem pomáháme stát se šamanem a samoléčitelem své vlastní duše. Musíme být hodně odvážní a překonat předchozí limity. Neznamená to, že si před ostatními budeme hrát na šamany, a velkou výhodou je,

že nejsme na nikom závislí a nehrozí nebezpečí, že přijmeme něco, co nám nepatří. Víme, kdy je dobré vydat se na cestu, protože máme vnitřní vedení, které nám to včas sdělí. A také víme, jaké dveře máme otevřít, protože nám jsou ukázány ve snech a osobní imaginaci.

Tato kniha se zaměřuje na různé techniky vědomého snění, které pomáhají navrátit chybějící části duše zpátky do těla, abyste vy i ostatní byli opět celiství. Pokud se naučíme sdílet s druhými své sny, vytvoříme bezpečný prostor, v němž se přiblížíme svému mladšímu a jasnějšímu já, a zároveň začneme budovat komunitu duchovních přátel. Když umíme využívat sen jako bránu, kterou můžeme projít a putovat – při šamanském vědomém snění – dál do hlubšího prostoru, dostaneme se tam, kde objevíme ztracené části duše, a máme tak možnost znovu je získat zpátky. A navíc si při tomto procesu můžeme navzájem pomáhat.

Tato kniha vám ukáže, jak je možné stát se šamanem vlastní duše a zároveň pomáhat druhým, aby dokázali uzdravit svůj život. Jsem přesvědčený, že tato cesta je otevřena všem lidem, kteří jsou ochotni pracovat se svými sny, a to i v případě, že poslední sen, který si pamatují, se jim zdál před třiceti lety (i o tom tu bude řeč). Máme-li dost vůle, většinou si cestu najdeme. A když máme sny, třeba hodně dávné, máme i mapy a základní vybavení k podniknutí cesty za obnovou a uzdravením duše. Jakmile se vydáme do lesa snů se záměrem najít léčbu, žádáme tím o podporu sil hlubšího světa. Jak říkají šamani, duchy tahle práce baví.

Uzdravení duše je v podstatě samoléčba, ale v žádném případě to není běžná technika samoléčení. Velmi brzy zjistíte, že musíte překonat určitý bod a dostat se mimo běžné já – vydat se k vyššímu, většímu Já, k bohu či bohyni a promlouvat s nimi – a také se spojit s duchovními spojenci. Budete navazovat přátelství na mnohem hlubší úrovni a stanete se částí komunity duchovně spřízněných přátel, kteří se navzájem podporují při osobním rozvoji a uzdravování duše. A poznáte to, co tak výstižně vyjádřil Lao-c': „Když vás někdo upřímně miluje, dodává vám sílu, a když vy někoho upřímně milujete, dodává vám to odvalu.“ Jakmile si vybudujete okruh duchovních přátel a vstoupíte mezi ně, pocítíte touhu pomáhat druhým při vytváření nových přístupů k celistvosti a léčení.

V Adirondackém pohoří ve státě New York se nedaleko řeky North River nachází hora, která má velmi příznivé účinky na duši. Jezdím tam dvakrát do roka, na jaře a na podzim, na zvláštní víkendové shromáždění lidí, kteří umějí vědomě snít. Přijedou autem nebo přiletí letadlem ze všech koutů země, aby se podělili o svá dobrodružství a spojili se s duchy hory. Je to hora rudého ohně, protože její srdce je z granátu. Na tom místě je cítit ohromně silná léčivá energie jelena a občas tam můžete spatřit draky.

Shromáždíme se u velkého ohniště a změníme své sny v tanec a divadlo, v divokou frašku a drama o třech jednáních, jež se odehrávají ve volné přírodě mezi borovicemi a stříbrnými břízami. Putujeme společně jako soudržná skupina po šamanských cestách podle předem stanoveného itineráře. Už jsme prozkoumali vnitřní buněčnou strukturu těla, abychom zjistili, jak ho máme léčit, a tímto způsobem jsme i stanovili diagnózu. Podnikli jsme skupinové výpravy do jiných kultur, jiných časů a jiných dimenzí. Právě tam často testuji nové techniky, například proces bleskového snění, který je rychlou a zábavnou metodou, jakou můžeme využívat při každodenním sdílení snů, a vždy vede k určité činnosti, jež poskytuje vedení a energii přenášenou ze světa snů do běžného života.³

Když jsem přemýšlel o tématu této knihy – o využívání techniky vědomého snění k navrácení částí duše do těla, abychom byli opět celiství jedinci – uvědomil jsem si, že je nesmírně důležité vnést toto téma do rodiny duchovně spřízněných lidí, s nimiž se scházím na naší magické hoře.

Poté, co se všichni shromáždili ve společenské místnosti, jsme se odebrali k jasně planoucímu ohništi, kde jsme podnikli cestu, jejímž cílem bylo obnovit spojení s duchy země, které jsme chtěli požádat o požehnaní naší práci. Pak jsem skupině oznámil, že se vydáme na putování zaměřené na objevování nových technik a zdrojů napomáhajících uzdravení duše. Začal jsem bubnovat a třicet pět lidí si lehlo na zem nebo se pohodlně usadilo na židli a všichni se zahalili do plédů a zavřeli oči. Cítil jsem uvnitř obrovské vzrušení. Udržoval jsem rytmus a pozoroval skupinu, ale moje vědomí se zčásti nesmírně rychle přesunulo jinam a já jsem vnímal výjevy odehrávající se mimo fyzický prostor.

Pak jsem ucítil jemný dotek na pravé paži. Měl jsem zavřené oči a soustředil se na bubnování a dál jsem prožíval své vize. Potom se mě znovu někdo dotkl. Myslel jsem, že je to Carol, která seděla vedle mě a tímto způsobem se mnou putovala přes dvacet let. Napadlo mě, že se snaží upoutat mou pozornost nebo je natolik ponořená do svých vizí, že přestala vnímat fyzický prostor a tělo. Ale když jsem po chvíli otevřel oči, zjistil jsem, že Carol sedí nehybně po mé pravici a je naprosto ponořena do svého putování.

Zavřel jsem oči. A znovu jsem ucítil jemný dotek na paži, ale tentokrát byl naléhavější. Nebyla to ruka, takže je možné, že by to bylo... křídlo? V tu chvíli se dostavil vnitřní vhled. Spatřil jsem křídlo a za ním se postupně objevovalo celé tělo jestřába červenoocasého. Náhle tam byl v celé své kráse a roztáhl křídla. Jak vzlétal, ucítil jsem zvláštní chvění v ramenou. Jestřáb mi opět propůjčil křídla. Začal jsem stoupat vzhůru v jemném energetickém těle, zatímco moje fyzické tělo dál bubnovalo a část mého vědomí pozorovala skupinku.

Velmi rychle jsem se přemístil do severních lesů na místo, které dobře znám. Právě tam jsem byl před čtvrt stoletím povolán při noční cestě na křídlech jestřába. A znovu jsem se ocitl v přítomnosti starodávné Ostrovanky, která umí snít a má zvláštní schopnosti.

Uvědomil jsem si, že stojím v záři bílého světla. Byl tam Bílý vlk. Severně od zdroje světla jsem spatřil úžasnou podobu Mírotvorce, který měl na hlavě velké paroží připomínající živý svícen.

V tu chvíli ke mně začaly v rychlých záblescích proudit informace. Věděl jsem, že jestřáb mě sem přivedl, abych zúročil vše, co jsem se dozvěděl během předchozích setkání s Ostrovankou. Bylo to poznání, že sny odhalují tajná přání duše, a také skutečnost, že v duchovně živé komunitě se scházejí lidé kolem těch, kteří mají sny, jež jim pomáhají rozpoznat, po čem duše touží, a patřičně to ocenit. UVědomil jsem si, že nestačí jen sedět a povídat o snech, protože duše chce tleskat a zpívat. Chceme vyjadřovat svoje sny pomocí zpěvu a hry a tance – jakoukoli formou spontánního kreativního projevu.

V mé mysli začaly ožívat úžasné příběhy lidu Ostrovanky. Jsou to šifry k léčení duše v běžném životě a v tomto světě. Jeden vypráví o stvoření světa a další líčí jeho spásu.

Kmen Irokézů má příběh o stvoření světa, v němž První žena spadne – nebo je tam spíš postrčena – dírou do svého světa nazývaného Země na obloze. A tím zmizí vše, co důvěrně znala a přinášelo jí to pocit jistoty a bezpečí. Má strach, protože víří prostorem, padá dolů a vidí, že pod ní je beztvary vodní chaos. Příšerně se bojí a náhle v děsivé temnotě nalezne pomocníky. Přijde ji podpořit Ptačí lid. V původní verzi to jsou velké modré volavky. Přiletí k ní a svými křídly vytvoří jakýsi živý koberec. Ten na chvíli zarazí její pád, ale pak znovu začne padat dolů a nevidí pod sebou pevnou půdu. A náhle se jí dostane další pomoci. Zvířecí duchové se dohodnou, že ji obdaří počátkem nového světa. Postupně se noří do vodního chaosu a nakonec se jedno zvíře – nejmenší a nejskromnější – vrátí zpátky a v tlapce má kousíček vlhké hlíny. Všichni jsou rozpačití, protože takhle začátek nového světa většinou nevypadá. A kam by ho měli umístit? Otázku lokace vyřeší Velká želva. Vynoří se z hlubin a nabídne jim, že základem může být její krunyř. A tam První žena rozetře kousek hlíny. Pak tančí na nové zemi, která se při každém jejím kroku zvětšuje při vířivém tanci stvoření. První žena tančí tak dlouho, dokud nestvoří celý svět.

Tento úžasný příběh nám dodává odvalu a směr ve chvílích, kdy se zamyslíme nad tím, jaké by to bylo, kdybychom ztratili svůj svět a přišli o všechny jistoty. Když propadnete dírou ve svém světě, vstanete a tančíte, dokud nevznikne nový svět. Chcete-li bezpečně přistát na nové zemi, musíte navázat spojení se svými zvířecími duchy.

Lid Ostrovanky má překrásný příběh o spáse světa – příběh o Hiawathovi a Mírotvorci. Než se Hiawatha stal mluvčím a oblíbencem Mírotvorce, žil velmi uboze. Klesl tak hluboko, že se z něj stal kanibal požírající své bližní. Jeho přerod nastal ve chvíli, kdy spatřil svou pravou tvář odrážející se na hladině vody v nádobě, v níž se chystal uvařit orgány nepřítele, kterého zabil. Jakmile uviděl zářící krásu svého vyššího Já, vzdal se svých zvyků a vydal se na cestu srdce. Stal se z něj „člověk dobré mysli“ a vyvedl svůj lid z Temných časů.

Když Hiawatha přemohl nejstrašnějšího nepřítele, tyranského čaroděje, nezabil ho, ale vyčesal z jeho vlasů hady zla. Po této duchovní očistě vyzval svého bývalého protivníka, ať se připojí k lidem dobré mysli tvořícím skupinu nazývanou *rotiyaner*, které matky kmene označily za tradiční vůdce Lidu dlouhého domu neboli Irokézů, do něhož patří Mohawkové strážící východní bránu.⁴

Stěží jsem zadržel slzy, když do mé mysli proudila pravda o cestě Ostrovanky, protože jsem ji vnímal naplno vnitřními smysly. Nejdůležitější poznání se dostaví, jakmile se navrátíme k touhám vlastní duše.

Setkání s Ostrovankou mi ukázala různé způsoby, jakými nám dávní předci předávají svou moudrost. Má-li do tohoto světa a do našeho života vstoupit klid a mír, musíme se k ní navrátit a začít ji opět využívat, nejlépe hned teď.

Zde je několik věcí, které objevíte nebo se vám vybaví během cesty, jež se v této knize právě otevírá:

- Základem šamanského putování a léčení je schopnost vědomě snít. Tuto sílu můžeme využívat i v současném běžném životě, když sníme a víme, jak máme se svými sny zacházet. Pokud chcete být šamanem, začněte u jídelního stolu a vyprávějte své sny členům rodiny a přátelům.
- Sny odhalují úrovně a aspekty duše, které jsou v bdělém stavu skryty nebo úplně chybí. Zároveň nám poskytují mapy, podle nichž můžeme cestovat tam, kde nalezneme části své životní podstaty a navrátíme je zpátky domů. Královská cesta k uzdravení duše probíhá ve snu, který je branou k osobní cestě. Sen je putování a zároveň je to i určité místo. Ve snech se vzdalujete tomu, co znáte v běžném životě. Nicméně místa, kam putujete, vám nejsou cizí, takže cestu najdete velmi snadno.
- Základním krokem k uzdravení duše je vytvoření prostoru k pročišťování nitra i vnějšího okolí. Naučíte se jednoduché a praktické techniky duchovní očisty včetně metody uvolnění těžkých a nežádoucích energií, jež nejsou vaše, ale našly si cestu dovnitř, když se vytvořila díra ve vašem bytí.

- Po cestě snění nemusíme putovat sami. Jakmile zvládneme dovednosti stopařů snů, můžeme doprovázet přátele na jejich cestách za obnovením duše. Jsme duchovně spříznění společníci, a proto dokážeme překonat strach i lítost.
- V říši imaginace si můžete založit a postupně budovat léčebný dům, do něhož se budete kdykoli navracet.
- Snící lidé putují časem. Můžete procházet časem a poznávat a řešit záležitosti týkající se různých osob z minulosti i budoucnosti. A také můžete ve svých současných prožitcích putovat k mladším verzím svého já a vnímat je tady a teď. Dodáte svému mladšímu já odvalu a poradíte mu ve chvílích, kdy cítí nesnesitelnou bolest a setkává se s příliš velkými výzvami. Pro obě strany je to úžasný zdroj léčivé síly, kterou můžeme využívat ve své přítomnosti.
- Většinou příliš nemyslíme na své předky, ale oni myslí na nás. Ať se nám to líbí, nebo ne, jsme propojeni s předky svých biologických rodin, kteří ovládají naše návyky a chování tak dlouho, než si to uvědomíme a skončujeme s tím. Zároveň jsme spojeni s předky země, v níž žijeme. Chceme být otevření a udržovat přínosné spojení s moudrými předky a svými drahými zesnulými, ale mají-li tyto vztahy vzkvétat, musíme se nejprve zbavit nezdravých dědictví a všeho, co na nás ulpělo z hlediska energií.
- Můžete se vydat do tajné knihovny, kde máte přístup ke všem informacím, jež vás zajímají, a můžete poznávat věci, které upoutaly vaši pozornost. Máte tam také možnost navázat kontakt s mistry. Můžete nahlédnout do své Knihy života, jež vám pomůže lépe poznávat sebe a odhalovat spojení s osobami z minulých i budoucích životů i tajné vzorce svých současných vztahů. Máte-li dost odvahy, můžete dokonce prozkoumat posvátnou úmluvu obsahující úkoly, které jste přijali, než jste vstoupili do svého přítomného života se všemi jeho podmínkami a závazky.
- Při vědomém snění se dostáváme do jiných dob a získáváme přímé informace, které můžeme dál zkoumat a ověřovat. Pomáháme tím učencům a vědcům při jejich snaze postoupit dál

a rozvíjet dosavadní poznatky. Můžeme autentickým a přínosným způsobem obnovovat nejlepší dávné tradice a rituály. A tím napomáháme uzdravení kulturní a kolektivní duše.

- Ze všech průvodců a učitelů, kteří se objevují v našem životě, bývá často nejdůležitější ten, koho nepoznáváme, protože jsme zapomněli, že existuje, a mylně ho považujeme za někoho jiného. Je to spřízněná duše, jež nám nikdy nelže a nikdy nás neposuzuje. Je to Já sídlící na vyšší úrovni než běžné já. Je to tvář, kterou nám odhalí vyšší Já, když jsme ochotni pozorně se dívat. Naučí vás, jak máte obnovit a udržovat spojení s tím, co súfisté krásně nazývají duší duše.

Proto je tak důležité uchovávat duši v těle a pochopit, že jsme jedineční a naše životní příběhy se neodehrávají jen jednou – odehrávají se stále, v přítomném okamžiku. Je třeba dbát o rozvoj duše, protože jen tak se staneme něčím víc. Budeme stále víc ztělesněním vyššího Já. To však vyžaduje ochotu učinit tvůrčí skok a vnést do svého života a našeho světa něco nového. Mýtus, který znovu oživíme ve své mysli a životě, nám přináší kreativní sílu a slouží duši. Díky snění objevíme mýty, podle nichž můžeme žít. Nalezneme příběhy, jež postaví duši ke kormidlu loď vydávající se na dlouhou vzrušující plavbu.



1. kapitola

Snící šamani

Musel jsem mít sny, abych mohl jednat.

ISAAC TENS, šaman kmene Gitxan

Kdo je šaman? Podle antropologů pochází toto slovo od Tunguzů žijících na Sibiři. Jeho původní význam je častým tématem diskusí. Někteří vědci tvrdí, že znamená „kněz“, ale šamani, kteří mají přímé vhledy, se v ničem nepodobají kněžím, strážcům přejatých doktrín a rituálů. Slovo *šaman* se začalo běžně používat po vydání klasického díla *Šamanismus a nejstarší techniky extáze* (Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy), kterou napsal Mircea Eliade. Líčí v ní, že šaman je duchovní člověk ovládající umění putovat mimo tělo a komunikovat s duchy, provádět živé i mrtvé a léčit je.

Zde jsou hlavní charakteristiky šamanů pojímané z širšího kulturního hlediska:

Dokážou z vlastní vůle putovat do skrytých dimenzí reality.

Pracují se zvířecími silami a duchovními pomocníky.

Sférou jejich působení je péče o duši a její vedení.

Dostali se do dimenzí mimo smrt a navrátili se.

Společnost si váží jejich schopností a služeb.

U národů Střední Asie je hlavní pomůckou při šamanském putování bubínek s jednoduchým rámem, jaký používáme ve skupinách vědomého snění. Burjati (jedna z etnických skupin Mongolů) mají příběh vyprávějící, jak tento šamanský bubínek získal svou podobu. Před dávnými časy si Smrt stěžovala Bohu, že jeden mocný šaman narušuje vyváženost věcí.

Ten šaman byl tak úspěšný v navracení duší mrtvých zpátky do těla, že Smrt přicházela o svůj podíl. Bůh sáhl dolů z nebes, vytáhl vitální duši z těla naprosto zdravého člověka, dal ji do láhve a seděl na svém trůně čekal, jak se šaman zachová. Rodina nešťastníka, který ležel na zemi a nejevil známky života, se vydala za šamanem, jenž vyskočil na svůj buben – kterému říkal „kuň“ – a vydal se do dolního a středního světa, aby našel ztracenou duši. Aby mohl splnit své poslání, musel nakonec putovat výš než kdy jindy, až do horního světa, kde spatřil Boha, jak sedí na trůně a v ruce drží láhev s uvězněnou duší. V tu chvíli by to vzdali i ti nejodvážnější šamani. Ale tento šaman byl odhodlaný dokončit svou misi. Proměnil se ve vosu a bodl Boha do čela. Pro Boha to byl takový šok, že bolestí upustil láhev. Šaman popadl zajatou duši a kvapem s ní spěchal do své vesnice. Rozlíčený Bůh po něm metl ohnivý blesk, který roztal buben na dvě poloviny a dal mu klasickou podobu, jakou známe dnes.

Na tomto značně divokém pradávnmém příběhu je názorně vidět několik základních aspektů šamanské praxe. Šaman pracuje s dušemi. Má schopnost putovat o své vůli třemi vrstvami vesmíru – dolním, středním a horním světem – jež přecházejí v mnohorozměrný kosmos. Šaman ovládá umění převtělování a je v úzkém kontaktu se smrtí. Vždy je ochotný zkoumat limity možností. A slouží společnosti.

Tato tvrzení se týkají opravdových šamanů a platí v mnoha společnostech. Jeden inuitský šaman neboli *angakok* řekl badateli Knudovi Rasmussenovi tuto větu: „Na člověku je důležitá jenom jeho duše.“ Dávní čínští taoisté popsali základ své šamanské praxe jako „umění vznést se na nebe za plného denního světla“ a snažili se zvládnout techniku „letu na jeřábovi“ – putovat k nebi na křídlech jeřába, divoké kachny, draka nebo létajícího tygra.¹ Když se jungovský psychoanalytik Robert Bosnak zeptal jednoho domorodého šamana, jak léčí lidi, odpověděl mu: „Stanu se orlem.“² Holger Kalweit vypožoroval, že šaman se vždy pohybuje na okraji smrti. Zná cesty posmrtného života, protože po nich sám kráčel: „Skutečně umírá a skutečně se znovu narodí.“³

V domorodých kulturách se často stává, že šaman pochází z určité rodové linie a prochází rituálním výcvikem, zkouškami a zasvěcením.

Ale většinou se člověk stává šamanem ve vysoce vypjatých životních krizích, jako je například závažná nemoc nebo prožitek blízký smrti. Nejčastěji se tato výzva objevuje ve snech a vizích. Tradice kmene Odžibvejů uvádí, že „volání“ – toto posláni duše má různé názvy – bývá často darem snového průvodce neboli *pawauganuka*.

Šamani bývají popisováni jako léčitelé a průvodce duší a říká se, že procházejí mezi světy a vyjednávají s duchy, ale vždy se objevuje jeden základní prvek, který nebývá příliš zdůrazňovaný a někdy je dokonce zcela opomíjený. Šaman je především ten, kdo sní. K šamanům přicházejí výzvy ve snech a bývají zasvěcováni v době snění. Základem jejich praxe je záměrné putování do snů. Vyvolávají sny, aby mohli diagnostikovat pacienta a zvolit vhodnou léčbu. Putují – v bdělém stavu a zcela při smyslech – ve snovém těle, aby našli ztracené duše, vyjednávají s duchy, bojovali s čaroději a vedli duše zesnulých po správné cestě.

Je pravda, že v některých částech světa, hlavně v Jižní Americe, jsou pro šamanskou tradici charakteristické určité halucinogeny či entheogeny. Nicméně opravdu zkušený šaman si vytvářejí v těle vlastní chemické látky, takže žádné halucinogeny nepotřebují. Já osobně jsem je při své praxi nikdy nepoužíval, protože jsem k ní byl vyzván prostřednictvím snů už v raném dětství, a realitu jiných světů jsem objevoval v době, kdy mě nemoci dovedly na pokraj života a smrti, ale v žádném případě neoduzují ty, kteří vyhledávají určitou pomoc, aby rozšířili své vize.

Šamani nebyvají povoláni pouze ve snech, přestože snění tvoří základ jejich praxe. Na západní polokouli se šamanům běžně říká „ten, kdo sní“. Už jsem se zmínil, že v jazyce kmene Mohawků je slovo *atetšenc*, které má i ženskou podobu *znějící ratetšenc*. I toto slovo znamená „ten, kdo sní“ a označuje člověka, který má hodně mocné a pravdivé sny a dokáže ve snu putovat a léčit druhé ve snovém prostoru. A zároveň znamená „doktor“ a „léčitel“. Dávné tradice říkají, že kdo chce být šaman, doktor, léčitel, musí se vyznat ve světě snů.

Pro Daury žijící v centrálním Mongolsku je šaman (*jadgan*) ten, kdo je schopný snít a bezpečně a účinně putovat ve snech po cestách duší, tedy tam, kde by se jiní lidé ztratili. Pokud šaman usoudí, že jde o ztrátu

duše, použije zvláštní sen (*soolong*), v němž se mu zjeví pravda. „Sny zvané soolong jsou hlavní metodou divinace před šamanskou seancí a umožňují šamanovi určit, jaký duch byl v tomto případě aktivní, kde se nacházel ve vesmíru a kdy je vhodné požádat o usmíření.“⁴ Šamani si svou schopnost snít chrání, stejně jako ostatní lidé ochraňují svůj vzácný majetek, a mohou odmítnout vědomě snít, pokud jim druzí nedají odpovídající dary a neprojeví patřičný respekt. Když se někdo nachází na pokraji smrti, členové rodiny požádají šamana, ať „pozoruje svůj sen“ a určí, zda je třeba podniknout noční putování (*dolbor*), a pokud ano, jakou cestou by se měl vydat.⁵ Daurský šaman vyžaduje od svých pacientů, aby také snili. Jeden mongolský šaman řekl návštěvníkovi, který si stěžoval na bolesti žaludku: „Nemáte-li sen, pak není možné provést rituál.“⁶ Je zajímavé, že mongolské slovo *soolong* označující šamanské sny má stejný kořen jako slovo *solongo* znamenající „duha“. Je to náznak, že sen může být duhovým mostem spojujícím světy.

Tradice australského kmene Worora říká, že „když šaman rozmlouvá s dušemi mrtvých, musí jeho duše opustit ve spánku tělo“. Šaman se setká se „stínem“ zesnulého a ten ho odvede do říše mrtvých a pak ho zase vyvede ven. Šaman se navrací s posvátnými tanci a písňemi.⁷

Australští domorodci z Walcottské zátoky věří, že hadí bůh Unggud svolává pomocí snů mocné šamany. Jejich iniciace závisí na schopnosti projít mnoha značně děsivými zkouškami, a pokud je zvládnou, zrodí se v novém těle s novým mozkem plným světla. Poté je šaman schopný dvojnásobně projektovat své sny. Jeho síly se nazývají *miriru*. A. P. Elkin v knize *Domorodci na vysoké úrovni* (Aboriginal Men of High Degree) vysvětluje, že *miriru* je v podstatě „schopnost léčitele dostat se do snového stavu a transu a využít všechny jeho možnosti“.⁸ Řečeno jazykem dávných obyvatel země, je to poznání, že zdrojem šamanových sil je jeho schopnost snít.

ZPÍVAJÍCÍ ŠAMAN POVOLANÝ SOVOU A SNY

Jedno z klasických líčení způsobů, jakými bývají šamani prostřednictvím snů povoláni ke své praxi, pochází od Isaaca Tense, šamana (*halaaity*) z kmene Gitxan žijícího na severozápadním pobřeží Pacifiku. Kanadský učenec Marius Barbeau zaznamenal v roce 1920 v Hazeltonu v Britské Kolumbii jeho vyprávění a písně. Je to divoký příběh, v němž sny pronikají do fyzického světa a ptáci a zvířata se chovají jako duchové (protože šaman ví, že to tak opravdu je).

Tens líčí, jak třicet let po jeho narození k němu přiletěla obrovská sova ve chvíli, kdy při soumraku štípal dříví, aby připravil ohniště. „Ta sova mě popadla za hlavu a snažila se mě vynést vzhůru.“ Tens ztratil vědomí. Když přišel k sobě, zjistil, že leží ve sněhu a z úst mu teče krev. Svět byl náhle jiný než dřív. Když se potácel domů, měl pocit, že stromy se nad ním sklánějí a pak ho obtáčejí jako hadi. Když ulehl do postele, vůbec nechápal, co se děje. Měl pocit, jako by spadl do divokého víru.

Jeho rodina přivedla dva šamany, kteří v této podivné situaci rozpoznali možnou výzvu. Řekli, že Isaac Tens by se měl stejně jako oni stát šamanem. On o tom ale nechtěl ani slyšet. Zotavil se a vydal se na lov. Když zabil a stáhl z kůže několik vodních zvířat, spatřil další obrovskou sovu. Střelil po ní a pozoroval, jak padá k zemi. Ale když šel pro její tělo, nebylo po ní ani stopy. Vracel se tedy domů a měl pocit, jako by ho pronásledoval dav duchů. Byl v transu a upadl na zem.

Když se mu podařilo dojít přes zamrzlou řeku domů, celé jeho tělo hořelo a náhle v duchu uslyšel zvláštní píseň. „Ten zpěv vycházel ze mě a nebylo možné ho zastavit.“ Všude kolem něj byli zvířecí duchové, které ale viděl jen on. „Takové vize přicházejí, když je člověk povoláný, aby z něj byl halaaita. Písně se rodí samovolně a není třeba je skládat.“

Dál a dál z něj proudily šamanské písně. V tu chvíli poslechl volání. Ostatní šamani mu poradili, že chce-li se naučit, co je třeba, musí žít v ústraní a setkávat se jen se čtyřmi bratrance, příslušníky kmene Vlků, kteří se o něj starali. Hlavní částí období výcviku a příprav bylo snění. „Musel jsem mít sny, abych mohl jednat.“

Zkušení medicinmani mu předávali své znalosti a Tens začal postupně pracovat se svými pacienty, ale ze všeho nejvíc spoléhal na vedení vycházející ze snů a vizí. „Začal jsem provádět diagnózu pomocí snění.“ Sny mu ukazovaly, jaké má v daném případě používat písni, kouzla a zvířecí duchy. Při určování léčby – přesněji řečeno, při stanovení zlého ducha, který vnesl nemoc do pacientova těla – vztáhl nejprve kouzla na sebe a pak rozšířil jejich sílu tak, aby působila i na pacienta. Kouzla nebyla nikdy spojena se skutečným předmětem, ale vždy šlo o něco, co pocházelo ze snů.

Prostřednictvím jednoho velmi mocného snu získal Tens duchovní kánoi, kterou využíval při léčení. „Jednou jsem ve snu spatřil kdesi za kopci kánoi. Od té doby se mi zjevovala hodně často. Někdy plula po vodě, jindy po oblacích. Když se někde objevil problém, viděl jsem ve vizích kánoi.“

Postupně shromáždil třiadvacet léčivých písni, které mu byly předány přímo ve snech a vizích. Díky snu poznal i píseň o Lososovi.

Vesnice bude vyléčena, jakmile do ní připluje duch Lososa.

Jednou měl sen, v němž mu dva zesnulí strýčkové dali do rukou chřestidla. Vzápětí proběhl domem Grizzly a pak se vznesl na oblohu mezi oblaka. Tens třásl chřestidly, vydával zvuky jako medvěd a náhle zahřmělo a on se vznesl vzhůru.

Ve své vizi putoval do podivné země plné včel, které ho bodaly do celého těla. A pak mu starodávná žena pomohla k dalšímu růstu. Tens zpíval:

Včely z úlů pobodaly moje tělo.

Díky Dávné matce jsem mohl dál rozvíjet
svou vizi. Hejahou!

V jiné vizi dopadl z velké výšky do kánoe, která ho vynesla na vrcholky hor, kde slyšel, jak spolu mluví duchové hor mající hlasy jako zvon. Tens zpíval:

Hory spolu rozmlouvají.

Při léčbě nejzávažnějších případů se Tens oblékl do oděvu z medvědí kůže, vzal si čelenku z medvědích drápů a přivolával síly nejsilnějšího severoamerického zvířete, jehož píseň poznal ve svých snech. Při takové události se shromáždili členové rodiny, přátelé a další šamani, aby vytvořili léčebnou komunitu.

Velmi často bylo třeba nalézt ztracenou duši a zachránit ji. „Když byl pacient hodně slabý,“ tak šaman „popadl jeho duši do rukou a jemně foukal, aby mohla lépe dýchat. Pokud to nepomohlo, vzal halaaita žhavý kámen z ohniště a držel nad ním duši. Občas na kámen dopadlo pár kapek tuku, které se rozpustily. Halaaita obracel duši v rukou, a tím ji posiloval.“ Nakonec přenesl duši do hlavy pacienta.⁹

TŘINÁCT ÚROVNÍ ŠAMANSKÉHO SNĚNÍ

Ruby Modestová vyrůstala v rezervaci Martinez v Jižní Kalifornii. Ve snu byla vyzvána, ať se stane šamankou (*pulou*), a pak poznala orla, který byl jejím spojencem a dal jí křídla, aby mohla létat. Na rozdíl od ostatních kavijských šamanů nepoužívala léčivé byliny, protože měla své sny.

Léčivé byliny jsou velmi účinné. Ale nepoužívají je všichni šamani. V tom musí být od začátku jasno. Já sama jsem šamanka, ale můj „spojenec“, jak ho nazývá Castaneda, tedy duchovní pomocník, který rozpozná šamana od obyčejných lidí, ke mně nepřišel proto, že bych užívala nějaké byliny, ale dostavil se během snění.

Modestová zjistila, že existují velmi účinné úrovně snění a že k dosažení jasné a čiré vize je zapotřebí postoupit na třetí úroveň a ještě výše. Její strýc byl snícím šamanem a naučil ji snít takovým způsobem, aby se dostala na tyto zajímavé úrovně. Modestová objasnila svou praxi antropologovi Guyi Mountovi takto:

Nejprve si musíte říct, že máte usnout na první úrovni běžného snění. Vědomí vám [během prvního snu] řekne, že máte ulehnout a usnout. Pak se vám zdá druhý sen. Je to druhá úroveň, jež je nezbytnou podmínkou pro opravdové snění. Strýc Charlie nazval tento proces „příprava na snění“. Předem si určíte, kam se chcete dostat nebo co chcete vidět, případně co se chcete dozvědět.

Na třetí úrovni zjišťujete a vidíte neobvyklé věci nepocházející z tohoto světa. Kopce a celá krajina mají úplně jiný ráz. Na druhé a třetí úrovni můžete mluvit s lidmi a vyptávat se na vše, co potřebujete vědět.¹⁰

A ještě řekla, že „duše během snění vystoupí z těla, takže člověk musí být hodně opatrný“. Když byla mladá, snila až do třinácté úrovně, ale pak nevěděla, jak se má vrátit zpátky. „Měla jsem různé sny a dál jsem usínala [v každé úrovni snění] a postupovala jsem na vyšší úroveň.“ Během tohoto rozsáhlého prožitku se setkala se svým spojencem, orlem zvaným Ahswit. Ale její duše se ztratila v říších snů. Několik dní byla částečně v kómatu, ve stavu spánku, z něhož ji nikdo nedokázal probudit. Její otec se jí snažil navrátit do těla, ale nedařilo se mu to. Nakonec se jí ujal strýc Charlie, který je odborník na navracení duší, našel její duši a zavedl ji zpátky do těla. „Když jsem se probudila, slíbili mi, že už nebudu snít tímto způsobem, tedy alespoň do doby, než budu sama vědět, jak se mám vrátit.“¹¹

Podmínkou návratu je vědět, „jak snít a zároveň myslet,“ abyste nezapomněli, kde jste zanechali tělo, a pamatovali si, na jaké úrovni snění se právě nacházíte, protože jen tak budete přesně vědět, jakým směrem se máte navracet.

Opět zcela jasně vidíme, že snění má určitý řád. Chceme-li se dostat na různé úrovně a navrátit se s dary tohoto světa, musíme provádět praxi a věnovat pozornost letu, aby byl bezpečný a měl správný směr. Všichni máme sny a snění může být nesmírně přínosné, nicméně snění probíhající až do třinácté úrovně opravdu není vhodné pro každého a pro nezsvíceného člověka může být dost nebezpečné!

Když prostřednictvím antropologa Guye Mounta posloucháte hlas Ruby, ocitnete se v přítomnosti moudré ženy mající běžné i velmi výjimečné schopnosti.

Vypráví, jak jí její děd řekl, jak má rozmlouvat se Stvořitelem a také jak má v okolním světě nacházet svůj a Jeho hlas. Popsala to těmito slovy:

Děd Francisco mě naučil, jak mám vzývat našeho Stvořitele Umana'aha. Řekl mi, že se mám sama vydat do hor, najít klidné místo a modlit se. Řekl, že mám říct úplně všechno, že mám mluvit o všem, co cítím a potřebuji, a pak čekat na odpověď.

V tom spočívá ono tajemství: musíte umět naslouchat. Nejdřív řeknete všechno, co máte na mysli, a mluvíte tak dlouho, až je mysl prázdná. A pak nasloucháte. On k vám promluví.¹²

Je to krásně řečeno a mělo by se to provádět každý den, ale hlavně v takové dny, kdy se cítíte ztraceni a nejisti. Vydejte se sami na zvláštní místo, kde uslyšíte promlouvat zemi. Vyjádřete všechno, co musí ven. Křičte, mluvte, dokud nejste úplně prázdní. A pak naslouchejte tak dlouho, až ucítíte vedení a sílu a budete vědět, že jste vytvořili prostor, v němž budete získávat dary.

V případě Ruby Modestové se toto zvláštní místo nacházelo v pohoří Santa Rosa ležícím nedaleko tradičního údolí, jež je původním domovem jejího lidu z kavijského kmene Psů. Já osobně mám své místo u jezera v tichém lese, kde mohu v klidu rozmlouvat se Stvořitelem, tedy pokud se neocitnu moc blízko sídla bobra – protože ten pak začne bušit ocasem – a také se stává, že ke mně naléhavě promlouvá svou řečí jestřáb rudoocasý.

Pro lid Ruby, který žije v Kavijské poušti, bylo uzdravování duše vždy hlavním léčebným zaměřením. Kavijský šaman zvaný *pul* se vyzná v různých oblastech léčení, které jsou všechny spojeny s tím, co osobně prožil a přežil. Takže není divu, že pro takového snícího šamana, jakým je strýc Charlie, je hlavním úkolem „léčení ztracených duší“.

Snící šaman zná důvěrně cesty a brány do mnoha různých světů, a proto je schopný objevovat astrální stopy, které za sebou zanechává

duše, jež vystoupila z těla a zbloudila. Pokud je věrný svému poslání, sleduje stopy tak dlouho, až najde, co hledá. Potom musí získat přízeň ztracené duše a nějak ji přemluvit, aby usedla na jeho dlaň, podobně jako motýl, a pak ji drží v jemném sevření, až ji nakonec navrátí zpátky do hlavy nebo srdce toho, kdo očekává její návrat.

Ruby Modestová popisuje, jak strýc Charlie navracel duši muži trpícímu chronickou únavou a narkolepsií. Pořád usínal, nemohl pracovat, nemohl řídit auto, nedokázal se na nic soustředit. Není divu, že takový typ spánkové poruchy byl diagnostikován jako následek ztráty duše. Ten muž usínal, protože v bdělém stavu byla část jeho bytí kdesi daleko od těla.

Charlie dokázal pomoci i v tomto případě. V domorodých kulturách bývá často uzdravení duše záležitostí celé komunity. Potřebujete přátele a rodinu a další odborníky, kteří vědí, co s vámi mají dělat. Charlie a jeho žáci zpívali a tančili a nemocný přitom hleděl do plamenů. Poté pacient začal klimbat a nakonec usnul – a šamani viděli, jak určité části jeho duše vylétají ven ze dveří. Charlie se za nimi rozběhl. Pronásledoval je k hřbitovu, kde zahlédl, jak se duše snaží dostat do země mezi hroby zesnulých členů rodiny. Chtěla být v hrobě s někým, koho nemocný člověk miloval. Možná to bylo způsobeno zármutkem, nebo tím (což je názor Charlieho), že se duši nelíbil způsob života, jaký nemocný dosud vedl. Každopádně šaman je tu proto, aby měl požadované výsledky. Charlie podupával na místě, kde je hrob, a bránil zbloudilé duši v přístupu do podsvětní říše. Pak ji chytil do rukou jako poletující hmyz.

V rukou ji držel až do chvíle, kdy se vrátil do kruhu lidí stojících u ohně.

Byla tam a vypadala jako hodně maličký človíček. Byla nahá a stála na dlani strýce Charlieho. Ten pak na duši vyfoukl tabákový dým a vrátil ji zpátky fontanelou v lebce. Potom přejel muži po hlavě orlími péry. A v tu chvíli byl muž v pořádku. Probudil se a už nikdy neměl v životě problémy.¹³

Jakmile v naší společnosti obnovíme praxi uzdravování duší, možná také procitneme a přestaneme mít v životě tolik problémů.

SNÍCÍ ŠAMAN ZE ŠVÝCARSKA

Pokud vás zajímá, jak vypadá snící šaman ze Západu, nahlédněte do *Červené knihy*, kterou napsal Carl Jung. Shromáždil spoustu materiálu, z něhož vznikla kniha připomínající středověký zdobený rukopis, protože obsahuje úžasné kaligrafie a Jungovy vlastnoruční ilustrace. V podstatě je to souhrn zápisků z jeho deníků a „černých knih“, které psal v období své „konfrontace s nevědomím“, kdy kráčil na rozmezí šílenství a geniality. Líčí, jak ho „duch z hlubin“ zbavil pohodlných racionálních názorů na „ducha naší doby“ a noc co noc ho vláčel děsivými stadii iniciace podsvětí říše.

Červená kniha není pro slabší národy. Jsou v ní sice nesmírně krásné pasáže, jaké v jeho jiných dílech nenajdete, ale zároveň líčí závrtné pády do hrůzných míst a ječícího šílenství. Když jsem ji četl, v jednu chvíli jsem ji chtěl zahodit – a nejspíš bych to udělal, kdyby nebyla velká a těžká jako náhrobní kámen a já měl strach, že něco rozbiju.

V kráteru temného a děsivého podsvětí, kde černí hadi hrozí, že zničí rudé slunce, se setkává s prorokem Eliášem a jeho „dcerou“ Salome, ďábelskou kráskou, jež nechala utnout hlavu biblickému Janu Křtiteli. Salome vypráví Jungovi – k jeho velkému údivu – že jsou bratr a sestra, děti Matky Marie. Jung jí nevěří a bojí se o zdravý rozum, a tak na ni zakřičí, že ona i Eliáš jsou pouhé „symboly“. Eliáš ho pokárá slovy: „My jsme stejně reální jako lidé kolem tebe. Tím, že nás nazveš symboly, nic nevyřešíš.“ A potom Jungovi řekl: „Tvoje myšlenky jsou mimo tvé bytí, stejně jako stromy a zvířata jsou vně těla.“¹⁴

Jung se snažil vést dál běžný život významného psychoanalytika a otce pěti dětí, ale jeho smysl pro realitu byl výrazně narušený hrubou silou nočních vizí a zároveň prožíval období synchronicity, když cítil, jak na něj naléhají síly hlubšího světa. V prosinci roku 1913 pronesl brilantní

přednášku na setkání členů Curyšské psychoanalytické společnosti. O tři dny později říká v noci Eliášovi: „Mám pocit, že mnohem reálněji žiju tady“ – v podsvětí – „a přesto se mi tu nelíbí.“¹⁵

Jung prochází peklem. Hovoří s Červeným ďáblem. Bojuje s Býčím bohem, kterého zmenší na velikost vejce, aby se mu vešel do kapsy, a potom starého rohatého boha zase oživí. Vyje na mrtvý měsíc a vykládá temnému moři o spojení dobra a zla, ale sám svým výkřikům nevěří.

Pak vejde do knihovny nacházející se v děsivé lesní bažině v naději, že tam nalezne útočiště a klid. Když ho knihovník požádá, ať si vybere knihu, jakou by chtěl číst, k překvapení obou si Jung zvolí *Následování Krista* od svého středověkého oblíbence Tomáše Kempenského. A opět si uvědomíme, že tento zoufalý poutník je ve středním věku, protože mu před pár měsíci bylo čtyřicet. Diskutuje s knihovníkem o tom, co by znamenalo napodobovat dnes Krista. Ale pak si uvědomí, že Kristus nikoho nenapodoboval, a tak usoudí, že musí jít svou vlastní cestou a zaplatit za ni hodně vysokou cenu, protože po ní před ním nikdy nikdo nešel, takže není zmapovaná a vyšlapaná.

Objeví cestu vedoucí z knihovny do kuchyně a rozmlouvá s příjemnou matronovitou kuchařkou. Ve vzduchu je cítit velké napětí, protože jím prolétávají spousty neklidných mrtvých vykřikujících cosi o návratu do Jeruzaléma. Jung chce vědět, proč ti mrtví nedošli klidu, a jejich vůdce mu řekne, že jim to musí vysvětlit on. Jung sdělí mrtvým, že nemají klid, protože v životě vykonali špatné skutky. Náhle se ho chytí jeden mrtvý a Jung vykřikne: „Zmiz, démone. Nežil jsi animálně“ – čímž myslí, že nežil instinktivně a přirozeně pomocí smyslů.

Vykřikne tak hlasitě, že přijde ostraha a odvede ho do blázince, kde malý obtloustlý profesor po velmi krátkém rozhovoru stanoví diagnózu a prohlásí, že jde o „náboženské pomatení“. „Tak to vidíte, mí drazí. Napodobování Krista dnes zavede člověka do blázince.“

Zavrou ho do místnosti, kde jsou dva další pacienti. Jeden je naprosto letargický a druhému se scvrkává mozek. Jung se přirovnává ke Kristovi ukřižovanému mezi dvěma zloději. Jeden z nich se dostal nahoru a druhý dolů. Jungova mysl se zaměří na otázku jednání s mrtvými, protože

v kuchyni si uvědomil, že jich je mnohem víc, než si myslel – „mrtví... poletovali vzduchem a od nepaměti žili pod střechami jako netopýři.“ Ví, že to vyžaduje „tajnou a hodně podivnou práci“, ale netuší, jak by ji mohl provádět z místa, kde je zavřený.

Naslouchá hlasu vychvalujícímu pomatenost, který ztotožňuje se svou duší: „Šílenství je zvláštní formou duše a lne ke všem naukám a filozofiím, ale ještě víc ke každodennímu životu, protože život je sám o sobě nelogický.“

V noci se všechno v jeho pokoji změní v černá mračna. Zdi se začnou hrozivě vlnit. Náhle se ocitne v kuřáckém salonku na velkém zaoceánském parníku, kde se opět objeví malý tlustý profesor v krásném obleku, nabídne mu drink a přitom mu říká, že je třeba, aby se mu Jung svěřil do péče, protože je naprostý blázen. Poté se objeví apatický muž z pokoje a prohlásí, že je Nietzsche a tudíž i Spasitel.

„Je to noc, během níž se prolomily všechny zábrany... kameny se změnilly v hady a všechno živé zmrzlo.“ Když se zase ocitne v uzamčené místnosti blázince, stále víc se zaplétá do sítí slov a představ. V duchu si říká: „Nic, co děláš, se nesmí stát pravidlem, protože tím bys všechno jen posiloval.“ A přesto si po chvíli uvědomí, že pronáší jeden zákon o životě za druhým způsobem, jakým mluvil Nietzsche, s nímž se ztotožnil blázen po jeho levici.

Netuší, zda je den, nebo noc, a náhle uslyší dunění větru a pak spatří, jak se k němu valí velká zeď temnoty. „Leze po ní šedý červ soumraku. Má kulatou tvář a směje se.“ Jung otevře oči a hledí do veselé kulaté tváře kuchařky. „Vy jste ale pořádný spáč,“ řekne mu. „Spal jste přes hodinu.“

Jung si myslí, že je vzhůru, ale samozřejmě pořád sní a je hodně daleko od svého fyzického domova. Na rozdíl od běžných příběhů, které není obtížné objasnit a vyřešit, jde v tomto případě o procitnutí do snění, kdy se dál nacházíme v rozsáhlém horečnatém snu, z něhož není úniku.

Ve chvíli, kdy jsem měl chuť odhodit *Červenou knihu*, jsem zrovna došel k místu, kde Jung líčí, jak ho jakási žena, která tvrdila, že je jeho duše, přinutila sníst kus jater zavražděné dívky.¹⁶ Byl jsem znechucený

a zvedl se mi žaludek. Ale pak jsem se donutil číst dál, abych prošel s Jungem celou jeho děsivou šamanskou poutí vedoucí mnoha úrovněmi podsvětí.

Sám Jung přiznává, že ten, kdo čte poslední kapitolu první části *Červené knihy*, kterou nazval „Liber primus“, vytrženou z kontextu, musí nutně dospět k závěru, že autor byl blázen. Je brilantní a erudovaná, ale šilená. A přesto Jung dokázal z tak nebezpečného dobrodružství přesahujícího hranice zdravého rozumu odvodit své postřehy o „psychologické objektivitě“ patřící mezi nejpodnětnější části jeho pozdější práce. Na základě rozhovorů s postavami ze snů a úsilí začlenit a vyvážit síly, které je ovládaly, založil svou metodu aktivní imaginace. Holandskému básníkovi Rolandu Holstovi řekl, že dílo *Psychologické typy* vzniklo rozvedením třiceti stran z *Červené knihy*.¹⁷ Zjevně jde o strany, na nichž se setkává s Eliášem a Salome – poté, co Junga drtil ve svém sevření obrovský černý had tak dlouho, až z něj stříkala krev a jeho hlava se změnila ve lví hlavu – a Salome mu říká: „Ty jsi Kristus.“¹⁸

Jung se v jedné přednášce z roku 1925 ohlíží na tuto epizodu svého vnitřního a transpersonálního života v souvislosti s katastrofickou Velkou válkou, kterou nastínily některé jeho vize. Řekl: „Tato nevědomá fakta nelze vědomě vnímat, pokud se jim sami neodevzdáte. Jestliže dokážete překonat strach z nevědomí a ponoříte se do něj, tato fakta začnou žít vlastním životem. A mohou se vás zmocnit tak silně, že se téměř nebo opravdu zblázníte. Tyto obrazy... tvoří část dávných mysterií. Jsou to výplody fantazie, z nichž mysteria vlastně vznikala.“¹⁹

O téměř půl století později v doslovu k *Červené knize* uvádí, že by skutečně zešílel, kdyby „nebyl schopen vstřebávat mocné síly původních prožitků.“ Některé metody, které v této souvislosti vytvořil, jsou vhodné pro každého z nás. Zapsal celé putování do svých deníků a ze svých zápisků pak sestavil knihu. Hledal a vytvořil obrazy vyváženosti a integrace tvořící fascinující sérii mandal. A také vymyslel postup, který nazval aktivní imaginace, jehož základem je neodmítání postav a obsahů snů a fantazií, ale naopak práce s nimi a využívání dramatu k léčení a řešení situace.

„Ponořil jsem se do tajemné záhady,“ prohlásil Jung poté, co ho drtil černý had a následně ho oslovila Salome.²⁰ Když čteme *Červenou knihu*, uvědomujeme si, jak vysokou cenu musel Jung zaplatit za svou moudrost, a oceňujeme jeho nesmírnou odvahu a postupné zvládnání sebe sama. Je to záznam o šamanském pohroužení do podsvětní říše líčící velmi dlouhou zkoušku a zasvěcení do domů temnoty, z nichž méně odolná mysl a chabý duch nemají šanci najít cestu zpátky domů.

Jung stvořil z hlubokých šamanských prožitků, spojených s pevným základem vědy, vzdělání a vlastní praxe, hlubinnou psychologii, jejíž centrum tvoří sny. Uvědomoval si, že lidé většinou žijí v jednom či dvou patrech budovy, jíž je mysl, a neznají ostatní úrovně a místnosti. Brzy zjistíme, že ve snech o domech (i v dalších snech) začínáme vnímat, co je na dalších patrech. Když Jung mluví o vnímání a integrování toho, co se nachází v našich ostatních osobních domech, používá slovo *individuace*.

Zároveň vytvořil slovník pojmů označujících to, co žije na různých úrovních těchto domů. Mnohé termíny jsou díky jeho pokračovatelům dobře známy, i když ne vždy bývají používány správně. Jedním z nich je *stín* označující části bytí, které se nám nelíbí, neznáme je nebo je nechceme znát. Stín může být negativní nebo pozitivní. Dále tu jsou *anima* – žena v muži a *animus* – muž v ženě. Jung později uvedl, že „rozpoznání stínu je to, co nazývám učením. Ale práce s animou je mistrovství, jaké mnozí lidé nezvládnou.“²¹ Spory mezi obyvateli nájemního domu jsou nevyhnutelné stejně jako konflikty a „rozdílnosti“ ve vnějším světě. „Neexistuje jiné řešení než trpělivé snášení protikladů, jež pramení z vaší vlastní podstaty,“ říká Jung v jednom dopise. „Sami se sebou prožíváte konflikt, stavíte se pro a proti ve snaze roztavit neslučitelné substance, mužské a ženské prvky, v ohni utrpení, a tím vytvořit pevnou a neměnnou podobu toho, co nazýváme cílem života... Jsme ukřižováni mezi protiklady a prožíváme muka, dokud se nevytvoří ona usmiřující třetí podoba.“ A co to vlastně je? Je to vykročení k našemu vyššímu Já. Vyžaduje to určitý „přístup k tajemnu“, jenž Jung označil za základ své práce: „Hlavním smyslem mé práce není soustředit se na léčení neuróz,

ale spíše se zajímám o přístup k tajemnu... Tento přístup je skutečnou terapií, a jakmile začnete prožívat tajemno, zbavíte se prokletí patologických jevů. Už samotná choroba získá tajemnou povahu.“²³

Jung při své praxi využíval některé typické nástroje šamana, který ví, že nabídnutí té pravé písně či příběhu může změnit chování těla, a zná velmi dobře energie duše. Jung jednou souhlasil, že se setká s ženou, která trpěla „nevyčísitelnou“ nespavostí a předchozí léčba nebyla účinná. Jung si v její přítomnosti uvědomil, že se mu vybavila ukolébavka, jakou mu v dětství broukala jeho matka. A tak ji začal zpívat nahlas. Byla to píseň o dívce sedící v malém člunu, který pluje po řece plné lesklých ryb. Evokovala rytmus větru a vody. Jungova pacientka byla okouzlena. A následující noci nespavost úplně zmizela. Její lékař chtěl znát Jungovo tajemství. „Jak mu mám vysvětlit, že jsem uslyšel něco ve svém nitru? Byl jsem na rozpacích. Copak jsem mu mohl říct, že jsem jí hlasem své matky zazpíval ukolébavku? Takové „okouzlení“ je nejstarší formou medicíny.“²⁴

Jung coby snící šaman věděl a často zdůrazňoval, že sny nám ukazují, po čem duše v životě touží. V knize *Vzpomínky, sny, myšlenky* říká: „Celý den mívám vzrušující nápady a myšlenky. Ale při své práci využívám jen ty, k nimž mě nasměřují mé sny.“ Byl vždy ochotný nechat se podněcovat sny a přijmout směr, jaký mu ukazují.

Když putoval po posvátných místech Indie, přeneslo ho určité životně důležité poslání nečekaně zpátky do Evropy. Jung se ve snu ocitl s přáteli na ostrově ležícím poblíž pobřeží jižní Anglie. Stál pod hradem, který byl osvětlený tlumeným světlem svící. Věděl, že ten hrad je domovem Svatého grálu. Ale grál tam ještě nebyl. Jung se ve snu dozvěděl, že jeho posláním je proniknout do temného opuštěného domu, vzít grál, který tam byl uschován, a odnést ho do jeho pravého domova. Jung si sen vyložil jako úkol vnímat sám sebe jako člověka ze Západu a podle toho také jednat. „Bylo to, jako by se mě sen ptal: ‚Co děláš v Indii? Radši hledej pro sebe a své soupeřníky léčivou nádobu zvanou *salvator mundi*, kterou tak naléhavě potřebujete.“²⁵

Když byl Jung v roce 1946 po srdeční embolii na rozhraní života a smrti, dostal ve snu velmi účinný podnět k samoléčbě. Ležel v posteli a napsal anglickému dominikánskému knězi (Victoru Whiteovi) tužkou dopis, ve kterém vylíčil sen, jenž mu poskytl naději. Ve snu spatřil na obloze modravý diamant odrážející se na hladině poklidného jezera. Tichá jednoduchost spontánního výjevu mu po předchozích bouřlivých a obtížných letech dodala sílu a stala se pro něj útočištěm.

Na sklonku života byl Jung ve snu vyzván, ať zpřístupní svou práci širšímu okruhu čtenářů a nepíše výhradně pro malou skupinu učenců, vědců a psychoanalytiků.

Přestože v každém knihkupectví najdeme spoustu nových vydání a výborů z Jungova díla, jen velmi málo lidí ho dnes čte a chápe (na rozdíl od jungovských výkladů). Jeho rozsáhlé znalosti a mistrná znalost klasických děl – jeho monografie je poseta řeckými a latinskými slovy – mnohé spíše odrazuje.

Nicméně v posledním zásadním eseji se Jungovi podařilo vyjádřit své nejlepší a nejoriginálnější názory způsobem, který je pochopitelný i pro širší veřejnost, aniž by cokoli zjednodušoval nebo vynechával. A dosáhl toho právě díky snu.

V roce 1959 Jung vystupoval ve velmi lidsky pojatých rozhovorech, které s ním natočil redaktor BBC John Freeman. Když je viděl ředitel Aldus Books, dostal skvělý nápad: Proč nepožádat Junga, ať napíše knihu pro širokou veřejnost? Když Freeman tlumočil žádost ředitele, Jung to rázně odmítl. Bylo mu osmdesát a nechtěl tím marnit čas, který mu ještě zbýval. Ale pak se mu zdálo, že stojí na veřejném místě a přednáší velkému počtu lidí, kteří ho nejen bedlivě poslouchají, ale zároveň chápou, o čem mluví.

Ten sen změnil jeho rozhodnutí. Jung se pustil do psaní knihy, která vyšla po jeho smrti pod názvem *Člověk a jeho symboly*. Vynaložil obrovské úsilí a požádal důvěryhodné kolegy, například Marii-Louise von Franzovou, aby přispěli svými kapitolami. Jeho osobním příspěvkem byl dlouhý esej nazvaný *Přístup k nevědomí*. Esej je natolik jednoduchý, jak je to v případě Junga možné – což znamená, že se nesmíte nechat odradit,