

Elgio Stephen Gallegos

Osobní totem

Zvířecí imagínace, čakry a psychoterapie



MAITREA

OSOBNÍ TOTEM

Eligio Stephen Gallegos

Osobní totem

Zvířecí imaginace, čakry a psychoterapie



2012

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Gallegos, Eligio Stephen

Osobní totem : zvířecí imaginace, čakry a psychoterapie / Eligio Stephen Gallegos ; [z třetího vydání anglického originálu ... přeložila Lenka Adamcová]. -- 1. vyd. v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2012. -- 185 s.

Název originálu: Personal totem pole process

ISBN 978-80-87249-36-9

159.964.26:159.954.3 * 133.5:118 * 592/599 * 159.96 * 165.242.1 * 159.923.5 * 615.851

- aktivní imaginace

- čakry

- zvířata -- psychoanalytické aspekty

- sebepoznání

- rozvoj osobnosti

- psychoterapie

- populárně-naučné publikace

615.8 - Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

Autor velmi děkuje za svolení k přetisku materiálů následujícím zdrojům:

Transpersonálnímu institutu (Transpersonal Institute) za materiál z „*Zvířecí imaginace, systém čaker a psychoterapie*“ (*Animal Imagery, the Chakra System and Psychotherapy*) v The Journal of Transpersonal Psychology, 1983, ročník 15, číslo 2, str. 125-136, copyright 1983, © Transpersonal Institute.

Hokuseido Press za materiál ze „*Zen v západní literatuře a orientální/východní klasice*“ od R. H. Blytha, v USA vydal E. P. Dutton, © The Hokuseido Press.

Eligio Stephen Gallegos

Osobní totem

The Personal Totem Pole Process

Copyright © Eligio Stephen Gallegos, 2012

Translation © Lenka Adamcová, 2012

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2012

ISBN 978-80-87249-36-9

Poděkování

Rád bych vyjádřil svůj hluboký dík především těm úžasným a hluboce lidským klientům, z jejichž upřímných přání osobnostně se vyvíjet tato kniha vznikla. Dobře věděli, že když mi umožňují použít své velmi osobní materiály, pomáhají tím růst i dalším lidem. „Naděje!“ řekla Sue, když jsem se jí zeptal na hlavní dojem, jaký na ni udělal první koncept této knihy, „naděje pro ty, kdo tak zoufale potřebují a přejí si růst.“

Melu Bucholzovi, jenž od samého počátku chápal hloubku, význam a hodnotu Metody osobního totemu, poskytoval mi svou neochvějnou podporu a dělá to i nadále, posílám své nejvroucnější poděkování.

Obzvlášť bych chtěl poděkovat Abdulu Dalalovi za jeho osobní integritu a spirituální světlo a Ma Prem Male, ať se právě nachází kdekoliv, kteří mě tolik naučili. Speciální poděkování bych rád vyjádřil řadě dalších, kteří svým vlastním způsobem podporovali a propagovali práci s Osobním totemem. Patří mezi ně: Stuart Alpert, Mollie Babizeová, Naomi Bressettová, Andrea a Manus Campbellovi, Lisa Dicksonová, Barbara Dreyerová, Edie Hartshorne, Twainhart Hill, Lisa Kaye, Phyllis Knightová, Florence Korzinsko, Winafred Lucasová, Rhonda Lunsfordová, Carolyn Marksová, Rene Pelleya, Roger Luscombe, Hugh Redmond, Suzanne Rosselotová, Paul Shepard, Nancy Swaffordová, Judy Thibeauová, Jason Vance, Joye Votaw, Edith Wallacová a Nancy Zastrowová.

Jsem neobyčejně zavázaný oněm úžasným lidem, kteří četli, opravovali, komentovali a jinak pomáhali, aby tento rukopis, buď částečně nebo celkově, došel svého vzniku. Patří k nim: Richard Allen, Kacey Carmichael, Laura Chasinová, Rosalie Douglasová, Richard Erdos, Kay Gallegosová, T. George Harris, Dick Katz, Dolores LaChapelleová, Barbara Oglesbyová, Johnn O'Sullivan, Teresa Rennicková, Ann Robertsová, Dianne Timberlakeová, Margaret Vasingtonová a Miles Vich.

Obzvláště vděčný jsem Mary Morganové a Davidu Callardovi za podporu a přípravu druhého vydání a Elizabeth Kincaid-Ehlersové, Ph.D. za její profesionální korektury.

Přípravu třetího vydání navrhla a dala mu podobu moje žena a spoluputnice Mary Digginová. Její neutuchající nasazení a oddanost práci na Osobním totemu byly neúnavné a bylo krásné být jich svědkem.

Předmluva ke druhému vydání

Od vydání první verze Osobního totemu v roce 1987 se používání a popularita této metody podstatně zvýšily. Mnozí psychoterapeuti si uvědomují hodnotu, hloubku, přesnost a plnost, s nimiž čakrová zvířata vedou léčení a růst. Terapeuti pracující s tělem tuto metodu uznávají jako doplněk ke své vlastní práci. Umělci si jí váží při zrání své kreativity. A lidé obecně docházejí k poznání jejího významu coby hluboce vědoucí dimenze sebe samých, jež jim poskytuje podporu a vedení zevnitř.

Metoda osobního totemu byla začleněna do profesionálního výcviku v bioenergetice a Gestalt terapii na Hartford Family Institute, kde vyučují Stuart Alpert a Naomi Bressettová. Margaret Vasingtonová ji úspěšně použila v jedné státní věznici a kniha o její práci se připravuje k vydání. Margaret tuto metodu také představila terapeutům v Irsku a v současnosti v této zemi vede výcvik.

Rene Pelleya, lékař, používá tuto metodu při zotavování pacientů z drogových a alkoholických závislostí v nemocnici Mount Sinai Hospital v Miami na Floridě. Kia Woodová ji uzpůsobila k používání při přechodových rituálech s dospívajícími lidmi. S Billem Plotkinem jsme použili tuto metodu jako významný doplněk při hledání vize pod hlavičkou Animas Valley Institute a Returning to Earth Institute. Na počátku roku 1990 začal vycházet čtvrtletní informační bulletin přinášející novinky o událostech a vývoji ve zvířecí imaginaci a příbuzných tématech. Tento zpravodaj vydávají Rhonda Lunsfordová a Nancy Zastrowová.

V současné době je v přípravě řada rukopisů a doufejme, že vyjdou v roce 1990. Margaret Vasingtonová pracuje na díle Joeova cesta: hrdinské tažení jednoho muže za vlastní duši (Joe's Journey: One Man's Heroic Quest for his Soul), knize o části její práce v jedné z nejpřísněji zabezpečených institucí. Zrnka osvětlení: smrt, znovuzrození a transformace prostřednictvím imaginace (Seeds of Enlightenment: Death, Rebirth, and Transformation through Imagery) je příběhem Reneho Pelleyi

o jeho vlastním putování a vyjde tento rok v nakladatelství Moon Bear Press. Setkání s pozoruhodnými zvířaty (Meetings with Remarkable Animals) je souborem příběhů vyprávěných různými lidmi o jejich práci s vnitřními zvířaty. Zvířata čtyř oken: integrace čtyř způsobů poznání: myšlení, smyslového vnímání, cítění a imaginace (Animals of the Four Windows: Integrating the Four Modes of Knowing: Thinking, Sensing, Feeling, and Imagery) je mým záznamem o práci se čtyřmi funkcemi vědomí podle Carla Junga. V počáteční fázi se nyní nachází ve spolupráci vznikající dílo Zvířecí imaginace: příručka pro profesionály (Animal Imagery: A Handbook for Professionals), jež popisuje víc technických aspektů používání této metody.

Kromě toho vzniká soubor kazet. Tyto kazety nejsou určené coby výchozí bod pro začátečníky, ale jsou míněné pro používání lidmi, kteří už mají s Metodou osobního totému nějaké zkušenosti, a mají jim umožnit pokračovat v práci, jestliže momentálně nemají k dispozici žádného jiného průvodce.

Uplynulé dva roky jsem zasvětil téměř výhradně výcviku dalších lidí v práci s osobním totemem. Tento výcvik probíhá v Palo Alto a Big Bear Lake v Kalifornii, ve West Hartfordu v Connecticutu, v Miami na Floridě, v Bostonu v Massachusetts, v Lavalette v New Jersey, v Santa Fe v Novém Mexiku a na Long Islandu v New Yorku. Informace o seminářích, výcviku a bulletinu najdete v dodatku.

Před třiceti lety byla psychoterapie nahlížena jako záležitost poslední možnosti. Návštěvu terapeuta klienti prožívali se studem a tajili ji. V dnešní době je psychoterapie zdravou cestou a rozdíl mezi terapií a růstem do plnosti potenciálu člověka není nikterak zřetelný. Velké množství lidí se zajímá o samotnou práci terapeuta. Velmi mnoho lidí vnímá jako svou prvořadou úlohu pomáhat ostatním ve vývoji.

Vývoj fyzický, psychický i spirituální je přirozený proces, který postupuje zevnitř navenek a k jeho uskutečnění dochází tehdy, jestliže nastanou žádné traumatické či rušivé události, jež by způsobily ulpění energie člověka na těchto událostech. V současné kultuře je však trauma tak všudypřítomné, že si dokonce přestáváme jeho velkou část vůbec

uvědomovat. Pozoruhodné knihy Alice Millerové popisují některé z těch „nejskrytějších“ aspektů traumatu způsobeného kulturními vlivy. Terapie pomáhá tato traumata vyléčit, aby růst a vývoj mohl pokračovat. Růst nemůže probíhat přirozeně bez plného začlenění celé naší bytosti. Dosažení této celistvosti je paradoxně zároveň cílem růstu. Řízená imaginace obecně a Metoda osobního totemu konkrétně napomáhají vytvoření této celistvosti, aby léčení a růst mohly probíhat komplexněji.

V naší kultuře nebývala představivost neboli imaginace nikdy používána systematicky jako nástroj, jenž by pomáhal získat porozumění našemu světu, přestože by se mohlo jednat o přístup s hodnotou rovnající se vědecké metodě. Stěží jsme se teprve dotkli povrchu možností, jež nám imaginace skýtá při dovádění našeho života k plnosti a bohatosti, které jsou naším nezpochybnitelným dědictvím. Doufám, že tato kniha bude jednou z bran, jež nám umožní vstoupit do této pozoruhodné dimenze sebe samých.

Santa Fe, Nové Mexiko

1. března 1990

Předmluva ke třetímu vydání

Dvaadvacet let nyní uběhlo od druhého vydání této knihy a pětadvacet od jejího vydání prvního. Kniha se neustále prodává s překvapující pravidelností. Jsem nyní samozřejmě starší, mnohem hubenější, ale stejně plešatý, nemám už ale takovou výdrž, jakou jsem měl coby mladistvý pětapadesátník.

Oblíbenost Metody osobního totemu stále narůstá. Ve Spojených státech pracuje po mnoho let Debra Vickroyová obětavě jako prezidentka International Institute for Visualization Research (IIVR), Mezinárodního institutu pro výzkum vizualizace, podpůrné neziskové instituce, jež je nástupcem IVR. Ona a Dianne Timberlakeová rovněž pořádají pravidelná shromáždění praktikujících stejně jako výcvikové semináře ve Spojených státech a v nedávné době začaly s vedením seminářů odpovídajících požadavkům dalšího vzdělávání v Kalifornii.

Nejdůležitější rozmach Metody osobního totemu (MOT) se však přesunul do značné míry do Evropy i do ostatních částí světa. Výcvik a semináře probíhají v Austrálii, Rakousku, Kanadě, Dánsku, Francii, Německu, Velké Británii, Guatemale, Irsku, Itálii, Makedonii, Polsku, Portugalsku, Švédsku a Švýcarsku.

Na návrh Andrey Campbellové byl v roce 1990 založen každoroční Festival zvířat (Festival of the Animals), který se uskutečňuje na řadě míst ve Spojených státech, Evropě a Austrálii. Energie tohoto festivalu je velmi pozoruhodná, lidé se setkávají jako staří dobří přátelé, přestože se spolu vidí poprvé v životě. Odlišné jazyky a kultury nejsou vůbec žádnou překážkou. Tato setkání probíhají na úrovni hlubší, než je jazyk a kultura, neboť při nich odhalujeme své přirozené lidské společenství, existující před tím, než jsme se začali identifikovat se svými vlastními invencemi.

Já sám jsem pokračoval v psaní a publikování. K mým dílům patří *Animals of the Four Windows: Integrating Thinking, Feeling, Sensing and Imagery* (*Zvířata čtyř oken: integrace myšlení, citění, smyslového vnímání*

a imaginace), vydané v roce 1992, román *Little Ed and Golden Bear* (*Malý Ed a zlatý medvěd*), vydaný v roce 1993 a *Into Wholeness: The Path of Deep Imagery* (*Do celistvosti: cesta hlubinné imaginace*), vydaná v roce 2001. Některé z těchto knih byly přeložené také do němčiny, italštiny a francouzštiny.

I další autoři publikují knihy, pro něž byla impulzem vzniku Metoda osobního totemu nebo tuto metodu v určitém rozsahu zmiňují.

Rosalie Gallegos Chavez Douglasová, moje sestra a zkušená umělecká terapeutka, byla jednou z prvních lidí, kteří začali praktikovat Metodu osobního totemu krátce po jejím objevení. Napsala nádhernou knihu o vlastním putování s čakrovými zvířaty nazvanou *The Circus Cage: A Journey of Transformation* (*Cirkusová klec: cesta transformace*). Tato kniha vyšla v roce 1992 v nakladatelství Moon Bear Press.

Jedinečná kniha Reneho Pelleyi-Khouriho *Seeds of Enlightenment: Death, Rebirth and Transformation through Imagery* (*Zrnka osvícení: smrt, znovuzrození a transformace prostřednictvím imaginace*) vyšla v nakladatelství Moon Bear Press v roce 2004.

Trebbe Johnsonová napsala *The World is a Waiting Lover: Desire and the Quest for Beloved* (*Svět je čekající milenec: touha a hledání milovaného*), New World Library, 2005.

Jenny Garrisonová napsala *Imagery in You: Mining for Treasures in Your Inner World* (*Imaginace ve vás: dobývání pokladů ve vašem vnitřním světě*), Outskirts Press, 2006.

Patricia Rüeschová vydala *Frage dein Krafttier: Heilende Botschaften für alle Lebenslagen* (*Zeptej se svého silového zvířete: léčivá poselství pro všechny životní situace*), Kosel-Verlag, 2006.

Christian Lerch vydal knihu o své vynikající práci s dětmi ve Švýcarsku, nazvanou *Kinder entdecken ihre innere Kraft: Integrative Imaginationsarbeit* (*Děti odhalují svou vnitřní sílu: integrální práce s imaginací*), Arbor-Verlag, 2007.

Phee Brooks Licisová vydala svou knihu *Dancing in my Grandfather's Garden: Unearthing the Soul of the Feminine and the Gift of Deep Imagery* (*Tanec v zahradě mého dědečka: odhalování duše ženskosti a dar*

hlubinné imaginace) na počátku roku 2012 v nakladatelství Moon Bear Press.

Beginning With the End: A Memoir of Twin Loss and Healing (Začít od konce: zpráva o ztrátě dvojčete a o léčení) od Mary R. Morganové vyjde v roce 2012 ve Vantage Point Books. Tato kniha mezi jinými zkušenostmi zkoumá i léčivou sílu Metody osobního totemu při práci s hlubokým osobním zármutkem.

Kromě této revize Osobního totemu vyjde v roce 2012 moje další kniha nazvaná *Living Chakras: Gathering Wholeness (Živoucí čakry: shromažďování celistvosti)*. Rovněž pracuji na další knize s názvem *Control and Obedience: The Human Illness (Kontrola a poslušnost: lidská nemoc)* a na románu, jemuž jsem zatím nedal žádné jméno.

Moje manželka Mary Digginová je zkušenou redaktorkou nakladatelství Moon Bear Press a věnuje se také řadě svých dalších zájmů, mezi něž patří výroba keramiky v apačské tradici, stala se vůdčí osobností apačského spirituálního léčení a potních obřadů, pracuje na vytváření internetových stránek a na získání titulu Ph.D. v oblasti mytologických studií na Pacifica Graduate Institute ve městě Carpinteria v Kalifornii.

A v tomto krátkém časovém úseku se samozřejmě neobyčejně rozšířilo používání internetu, jenž poskytuje možnosti okamžitého sdílení informací a spojení s lidmi po celém světě. Zastihnout nás můžete na adrese www.deepimagery.org.

Jsem hluboce vděčný svým společníkům, kteří mě provázejí na mé cestě, těm jmenovaným i nejmenovaným. Respektuji kroky, jež byly na této cestě podniknuty, stejně jako ty, jež podniknuty nebyly. Dospěl jsem k poznání, že je to život sám, co nás unáší a čemu musíme zasvětit svou existenci. Jsme tak zvláštní kombinací života, nesoucí s sebou víc bakterií, než máme buněk ve svém těle, bakterií, které jsou základní součástí našeho života a bez nichž bychom rychle zemřeli. Podobným způsobem jsme si vybudovali celou řadu odlišných životních cest a naším úkolem, dá-li se říci, že máme nějaký jediný úkol, je shromažďovat veškeré tyto životní projevy v jediné bytosti. Země samotná je tak prostoupena životem, že jsme zde v dobré společnosti. A bez nejmenších pochybností je

možné říct, že Univerzum samotné je živoucí bytostí, ohromnou, nekonečnou živoucí bytostí v neustálém procesu rozvoje a my jsme pouhými mikroby, jimž se stalo domovem, osidlující tak samo sebe pro plné fungování své vlastní úžasné evoluce.

A tento milovaný kousek země nacházející se na řece Rio Grande v horách severního Nového Mexika, země, jež s sebou nese historii a tradice mnohem starobylejší než Spojené státy, země obývaná bobry, mývaly, vydrami, kanadskými husami, lesními kachnami, orly bělohlavými, orly skalními a káněmi rudoocasými, stejně jako našimi dvěma kočkami jménem Scamp a Bob Bob Bob, se stala tvůrčím domovem, kde mohu stárnout a s láskou a péčí stále poskytovat pomoc tomuto fantastickému a nesprávně chápanému světu. A nesmím zapomenout na kojoty, kteří nás občas v noci častují svými serenádami.

Nakonec bych rád uvedl, že po opětném přečtení tohoto rukopisu po dvaadvaceti letech mě překvapilo, jakým způsobem jsem v něm používal slovo „indián“ pro označení domorodých obyvatel severozápadního pobřeží. Jsem si vědom, že se jednalo o hrubě nevhodné pojmenování, jež nás odhaluje coby potomky jistých Evropanů, kteří jaksi nevěděli, kde že se to vlastně ocitli. Zcela jednoznačně jsem tímto slovem nechtěl nikoho pohanět. Kulturu a komunitu národů severozápadního pobřeží chovám ve velké úctě, mnohokrát jsem tuto oblast procestoval a byl jsem hluboce pohnut jejich velkolepými výtvary, jež jsou pro mě důkazem nejen hlubokého pochopení nezbytnosti začlenění všech našich životních projevů a vědomí do plného lidství. Jejich umění je také ztělesněním poznání, že lidská bytost v sobě musí slučovat vše, čím je, v rovnováze a harmonii, aby mohla plně vzkvétat.

S úctou

Eligio Stephen Gallegos
River Spirit, Nové Mexiko, 2012

Trička a totemy

V roce 1979 jsem opustil pozici profesora psychologie na jedné malé univerzitě, kde jsem působil dvanáct let, a přesunul jsem se na západní pobřeží, abych tam podstoupil postdoktorskou stáž v psychoterapii.

Jednou ze záležitostí, jež mě za doby učitelování stále více zajímaly, byla funkce představivosti v lidském růstu a vývoji a používání řízené imaginace, neboli vizualizace, v terapii. Tento zájem původně vzešel z intenzivních a bohatých snů, jež jsem zažíval od dětství, a vážného nedostatku porozumění jejich místu v mém životě. To mě vedlo ke studiu snů, třebaže jen málo lidí kdy skutečně sny studovalo, a k zorganizování několika výukových kurzů o psychologii snění.

Zde se mi otevřely dveře ke skvělým spisům C. G. Junga a vedlo mě to rovněž ke dvěma knihám, které mě významným způsobem nasměrovaly k představivosti. Jednou z nich byla pozoruhodná kniha Jamese Hillmana *ReVisioning Psychology (ReVizionářská psychologie)*, knižně vydaná verze jeho Terry Lectures, které přednášel na Yale University v roce 1972. Jeho brilantně sepsaná teze zní, že základní funkcí mysli je vdechovat život světu tím, že žije, hlasitě se vyjadřuje a věnuje pozornost všemu, co existuje, takže můžeme naslouchat tomu, co nám svět kolem nás chce říct, a prožívat svět z perspektivy každého prvku tohoto světa. Takové zaměření umožňuje hlubším prvkům v nás samotných účastnit se na projevech a uvědomování a formulovat náš vztah k okolnímu světu a jeho vztah k nám a osvobodovat nás od odpovědnosti za myšlenku, že hlas a uvědomování si patří pouze k oné konkrétní identitě, kterou nazýváme sebou samými.

Další knihou byly *Waking Dreams (Bdělé sny)* od Mary Watkinsové. Watkinsová, jež toto téma začala původně zkoumat ve snaze porozumět vlastní představivosti a nakonec na něj sepsala svou dizertační práci při završení doktorantského studia psychologie, sleduje používání imaginace v celých dějinách. Tato publikace na mě udělala hluboký dojem

a pomohla mi pochopit nejen to, jak málo o představitivosti víme, ale také to, jak my coby kultura záměrně představitivost potlačujeme: znevažujeme ji, negujeme a učíme, že nemá žádný významný vztah ke „skutečnému světu“.

Takže když jsem v APA Monitor narazil na inzerát popisující postdoktorskou stáž v oblasti humanistické a holistické psychoterapie v Oregonu, okamžitě jsem odeslal na příslušnou adresu dopis s vyjádřením svého zájmu. Byl jsem překvapen, když mi hned týden nato volali a nabídli mi tuto pozici, kterou jsem bez zaváhání přijal.

Krátce po příjezdu na západní pobřeží jsem zkoumal celou řadu dostupných vývojových a tréninkových seminářů a zařídil jsem si týden v proslulém Esalen Institute, centru osobního vývoje, založeném Michaelem Murphym v šedesátých letech dvacátého století, jež bylo jakýmsi vůdčím hnutím osobního vývoje v naší době. Vybral jsem si seminář nazvaný Radix, systém, jenž se pokouší člověka dovést k jedinému kořeni (latinsky radix) jeho emocí, mysli a těla. Tento seminář se mi zdál poučný a nápomocný, třebaže imaginace byla v této metodě zastoupena minimálně.

Atmosféra v Esalenu byla příjemná. Bylo to místo, kde se růst, integrace a celistvost těšily prvořadému zájmu. Kde lidé vypadali zdraví, vitální a vnímaví. Kde byli ochotni být otevření, zranitelní a receptivní. Kde růst do nejpříněší lidskosti jedince byl považován za nejdůležitější možnou cestu.

Jak se týden blížil ke konci, chtěl jsem si koupit tričko jako upomínku na svůj inspirativní pobyt. Naneštěstí žádná z těch, jež byla v obchodě v Esalenu, neměli v mojí velikosti, tak jsem se rozhodl zastavit se v San Francisku a nějaké si koupit tam. V San Francisku jsem nemohl sehnat žádné, jež by v sobě neslo ducha podobného prožité události. Dokonce jsem nemohl ani najít žádné, které by se mi líbilo. Vypadalo to, že všechna na sobě mají jen naprosto nevkusné obrázky rockových skupin nebo fotbalových týmů a to bylo skutečně na hony vzdálené tomu, o čem byl Esalen.

Pokračoval jsem ve shánění nějakého příhodného trička a byl jsem nucen uznat, že to, co jsem považoval za jednoduchý nákup, je opravdový

problém. S pocitem naprosté marnosti jsem si nakonec koupil bílé tričko a sadu barevných tužek na textil s odhodláním vyrobit si hmatatelnou upomínku na svůj pobyt v Esalenu vlastnoručně.

Můj první pokus byl velmi prostý. Použil jsem logo z Bollingen Press – čtyři kruhy, jež jakoby vyzařují z jediného bodu ve středu. Nakreslil jsem obrazec černou barvou a měl jsem z něj pocit prostorovosti. Můj druhý design byl převzatý z nějakého obrázku domorodého afrického štítu a byly na něm použity barvy červená a modrá. Od tohoto okamžiku začaly být vzorce stále detailnější a složitější a brzy jsem se začal zabývat designy pocházejícími od domorodých kmenů severozápadního pobřeží.

Tyto domorodé národy – Nootka, Haida, Kwakiutl, Tsimshian a Coast Salish – jsou pravděpodobně nejproslulejší coby řezbáři totemů a jsou to zřejmě ti nejlepší dřevorezbáři v dějinách lidstva. Motivy, které jsem začal používat na svá trička, byly ty, které malovali na přední stranu svých úžasných dřevěných domů nebo je vyřezávali na truhlice či do argilitových desek.

Dlouho mě tyto motivy fascinovaly, aniž bych přesně věděl proč, a jak jsem s nimi pracoval, začal jsem jim lépe rozumět a hlouběji do nich nahlížet. Tyto motivy jsou pozoruhodně spleťité, vysoce stylizované a s jistými zajímavými vzájemnými spojitostmi. Typicky na nich bývají zachycena zvířata a často obsahují velké množství prvků, jež někteří současní umělci nazývají „ovoidy“ (Stewart, 1979).

Tyto útvary jsou oválné, kulaté nebo čtyřúhelníkové s oblými rohy a jsou použité na celém motivu, na dlaních rukou a chodidlech nohou, na uších, očích, břiše, loktech a kolenních kloubech. Někdy bývají označovány jako „výplň prostoru“, jako by to byla jejich hlavní funkce.

Jak jsem s těmito motivy pracoval stále víc a víc, začal jsem si najednou uvědomovat, že tyto ovoidy jsou ve skutečnosti oči a že každé zvíře znázorněné těmito primitivními umělci je plné očí! Je to zvíře, jež si je totálně vědomé svého světa, zvíře, které vidí nejen svými očima, ale i rukama a nohama, ušima, všemi svými klouby, svým srdcem a břichem a genitáliemi! Tito umělci znázorňovali totální uvědomělost! Aby tohle bylo možné objevit, bylo potřeba vnímat svět z pohledu tohoto zvířete,

představovat si sám sebe jako toto zvíře a prožitou zkušenost pozorně zkoumat.

Na těchto motivech se objevil ještě další fascinující prvek: každé zvíře jako některé ze svých součástí obvykle obsahovalo jiná malá zvířata. Když jsem nosil svá trička v teplejších měsících roku, začali je moji přátelé a blízcí spolupracovníci na nich rozpoznávat. Pár triček jsem rozdál jako dárky některým lidem při zvláštních příležitostech.

Jednoho dne mi klientka, s níž jsem se vídal teprve krátce, řekla, že má nějaký motiv, který by mě mohl zajímat jako obrázek na moje trička. Poděkoval jsem jí za nabídku, aniž bych tušil, co od toho mám čekat, a okamžitě jsem na to zapomněl. Na začátku našeho dalšího sezení mi podala papírový sáček a já se jí zeptal, co to je, protože to vypadalo jako něčí oběd. Odpověděla, že to je motiv, o němž se domnívá, že by se mi mohl líbit na moje trička. Letmo jsem nahlédl do sáčku a spatřil tam korálkový přívěsek vyrobený převážně z jasně oranžových a černých korálek. Řekla mi, že si ho můžu na nějakou dobu nechat, tak jsem jí poděkoval a položil si ten sáček na stůl.

Později toho odpoledne, když jsem se chystal odejít z kanceláře, jsem objevil ležící sáček a co bylo zvláštní, znovu mě napadlo, že si tam někdo zapomněl oběd. Sáček jsem otevřel a lekl jsem se, když jsem tam spatřil přívěsek. Až poté, co jsem dorazil domů, jsem si ho blíž prohlédl. Byl to dlouhý korálkový nákrčník, k němuž byl připojen kruhový přívěsek zhruba sedm a půl centimetru v průměru. Motiv na něm byl zvláštní, protože nebyl symetrický a já si nemohl vzpomenout, že bych kdy viděl korálkový indiánský přívěsek, jenž by byl asymetrický. Kromě toho jsem nebyl schopný odhalit, co onen motiv znázorňuje. Důkladně jsem si ho prohlédl a ukázal ho manželce. Motiv podle všeho znázorňoval nějaký konkrétní objekt, nikdo z nás ale nedokázal říct, o co by se mohlo jednat. Ten přívěsek mě začal fascinovat a položil jsem si ho vedle svého psacího stroje, kde jsem se na něj denně díval. Zdálo se, že se jedná o nějakou optickou iluzi, jež ale nenabývala žádných jasných tvarů, a člověk, který se na ni díval, nevěděl, co dělat, aby ji dostal do správného úhlu či vzdálenosti.

A najednou to tam bylo! Orel s křídly roztaženými vysoko na nebi vynořující se ze slunce. Bylo to tak zřetelné, že jsem nedokázal pochopit, proč jsem to neviděl už dřív.

Udělal jsem si velký náčrtek tohoto motivu a začal mě silně zajímat jeho původ. Při našem dalším sezení jsem vrátil přívěsek klientce a zeptal se na něj. Řekla mi, že kdysi žila v jedné rezervaci amerických domorodých obyvatel, a když se chystala k odjezdu, přinesl jí šaman tento přívěsek a řekl jí, že ho vyrobil speciálně pro ni a chce, aby si ho vzala s sebou, až bude odjíždět. Od té doby ho měla. Zeptal jsem se jí, jestli pro ni má nějaký zvláštní význam a ona mi odpověděla, že patří mezi to nejcennější, co má. Překvapilo mě to kvůli tomu, jak bezstarostně mi ho přinesla v papírovém sáčku a nechala mi ho. Nedokázala mi o něm říct nic dalšího.

Při naší terapii jsem ji ten den prováděl vizualizací, jež se často využívá v psychosyntéze. Při ní je člověk veden k tomu, aby si v představách, před svým vnitřním zrakem, našel cestu vedoucí do nějaké jeskyně na boku hory. Hluboko v této jeskyni je jasně ozářená prostora, kde sedí moudrá stará osoba, někdo, s nímž může člověk rozmlouvat o důležitých aspektech vlastního života a růstu. Tato bytost představuje „vyšší Já“ (Miller, 1978).

Moje klientka se na začátku ocitla někde v lese na procházce. Poté, co si prohlédla okolí, našla cestu vedoucí ven z lesa a k nějaké hoře. Byl zářivý slunečný den, když si tak vykračovala po cestě. Potom mi řekla: „Dál cesta prudce zahýbá doprava a v místě toho ohybu něco vidím, nedokážu ale říct, co to je.“

Požádal jsem ji, ať jde dál po cestě a poradil jí, že až se přiblíží, mohla by poznat, o co se jedná. Ona pak řekla: „Aha, to je nějaký totem, je na něm vyřezáno mnoho zvířat. Vidím, že na vrcholku je vyřezaný orel a těsně pod ním je nějaké další zvíře, nemůžu ale říct, jaké, a další je medvěd. Pod medvědem je několik dalších, nevidím je ale dost jasně, abych dokázala rozeznat, o jaká zvířata se jedná.“

Dál šla po zatáčející cestě a pokračovala, dokud se nedostala k jeskyni v horách, vstoupila do ní a setkala se s moudrou starou bytostí,