

Čo je pravda?

Aténa sa zjavuje Odyseovi. V čase Trójskej vojny ľudia vnímali bohov ako zmyslovo konkrétne halucinácie.

Psychológia a neuroveda 21. storočia odhaľujú tajomstvá, ktoré boli kedysi výlučným vlastníctvom zasvätených a kúzelníkov. Jedným z takých tajomstiev je aj *lucidny spánok*. Je to schopnosť bdiť vo sne, ktorá bola dávno známa tajným školám. Tvorila prvý stupeň zasvätenia. Akademický svet ju však objavil až v 80. rokoch zásluhou Stephena LaBergea z univerzity v Stanforde. LaBergeovi *oneironauti* (snoplavci) komunikovali zo sna pomocou očných pohybov, pričom prístroj sledoval mozgové vlny a ukazoval, že naozaj snívajú. Dôkazy presvedčili odborníkov, ktorí dovtedy popierali bdelé snívanie ako ničím nepodložený okultný mýtus, že ide o skutočnú schopnosť.

Človek však dokáže nielen bdiť vo sne, ale aj za bdenia snívať. V mojom vlastnom výskume *angelológie* (náuka o anjeloch)

Prečo bdejúc snívame a ako sa prebudit' do skutočnosti?

text a foto: Emil Páleš • www.sophia.sk

som si kládol otázku: Prečo ľudia na celom svete po tisícročia tvrdili, že videli či počuli anjelov a rôzne božstvá? Zhruba až do čias Homéra prevládala iná forma vedomia, pri ktorej snová realita presvitla do bdelého stavu. Ľudia snívali za dňa. Odyseus skutočne videl Aténu, Mojžiš počul Boží hlas.

Nielen ako vnútorný hlas a obraz, ale ako zmyslovo reálnu inteligentnú halucináciu v priestore mimo seba. V súčasnosti je niečo také zriedkavé a nazýva sa to *hypnagogický* stav. Nové intelektuálne vedomie prekrylo starú formu vedomia. Tá však pretrváva v nás ako archeologická vrstva duše, ktorá žije pod prahom toho, čo si uvedomujeme.

V posledných desaťročiach pozornosť psychológov upútala technika zvaná *priming* (= pred-formovanie, podmalovanie). Začala sa skúmať v súvislosti s jazykom, no čoskoro sa ukázalo, že účinkuje na všetko vrátane ľudského úsudku. Povedzme, že vidíte ťažko čitateľné slovo: *s.st...* Prečítate ho ako *sestra*, pokiaľ tomu slovu predchádzalo

slovo *doktor*. No ak predtým padlo slovo *informačný*, tak sa vám ako prvé v mysli vynorí slovo *system*. Problém je v tom, že vy to slovo naozaj *uvidíte*. Nebudete si vedomí alternatív, nerozhodnete sa medzi nimi slobodne. Podvedomie to vyrieši za vás a predloží vám rovno hotový výsledok.

V oblasti zrakového vnímania je to veľmi názorné. Namaľujte si dve identické, rovnako vysoké postavy alebo dva štvorce rovnakej farby. Ak do pozadia jednej z postáv vložíte perspektívu, bude sa javiť oveľa väčšia. Ak vedľa jedného zo štvorcov nakreslíte niečo, čo naň akoby vrhalo tieň, štvorec zmení farbu. Naozaj budete *vidieť* vysokú postavu a štvorec inej farby. Neubránite sa tomu dojmu ani vôľou. Zdá sa vám napríklad Mesiac väčší, keď vychádza na obzore? O koľko? Vidíte ho na vlastné oči celkom reálne? Dokážete ho vidieť inak? Zamysleli ste sa nad tým niekedy?

Priming znamená, že vystavenie jednému podnetu či vzorcu vnímania ovplyvňuje

odpoveď na iný podnet, ktorý príde po ňom. Prvý podnet najprv aktivuje v podvedomí celú sieť asociácií s ním spojenú – a v jej svetle si už vyložíme či dotvoríme všetko, čo príde. Prečítajte si charakteristiky nasledujúcich dvoch osôb, Adama a Zoltána.

Adam je inteligentný, pracovitý, impulzívny, kritický, tvrdohlavý, závistlivý. Zoltán je závistlivý, tvrdohlavý, kritický, impulzívny, pracovitý, inteligentný. Čo si o nich myslíte? Nemáte z Adama lepší dojem? Volá sa to haló efekt: vo svetle prvého dojmu si vykladáme všetko nasledujúce.

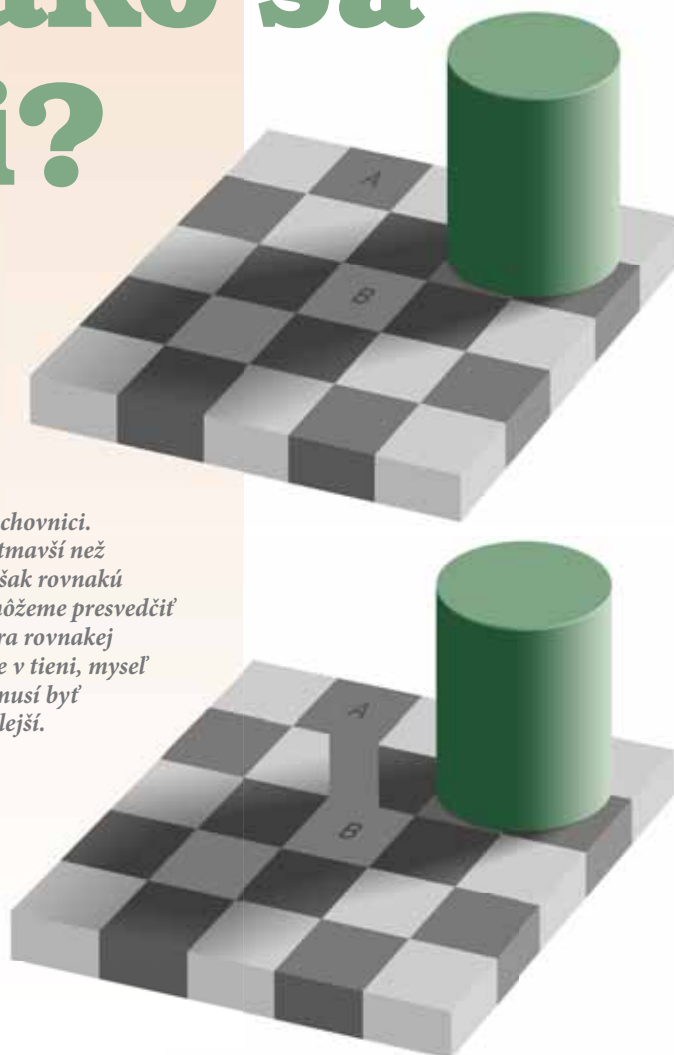
Podvedomá myseľ totiž okamžite aktivuje určité prototypy a zostavuje súvislý, príčinné prepojený príbeh. Je s tým hotová v milisekundách a predloží nám výsledok skôr, než by sme mohli o čomkoľvek vedome uvažovať. Je pochopiteľné, že inteligentný a pracovitý Adam sa musí rozčuľovať a kritizovať lajdákov a hlupákov vo svojej firme. Ale závistlivý a tvrdohlavý Zoltán, ak je navyše aj inteligentný a vytrvalý – o to horšie.

sme tušili. Odborníci to zdržanlivo označili za *znepokojujúce* zistenie. Ešte horšie je to, že ľudia tomu nechcú veriť. Domnievajú sa, že sú sami pôvodcami svojich rozhodnutí. Znalec si však môže napláňovať ich budúce myšlienky. Tak v jednom experimente ľudia na vlastné oči sledovali zrážku dvoch automobilov. Potom dostali úlohu odhadnúť, akou rýchlosťou sa autá pohybovali, keď sa zrazili. Odhady sa veľmi líšili: polovici účastníkov sa zdalo, že išlo o dvakrát vyššiu rýchlosť, než druhej polovici. Komu sa čo bude zdať, to už experimentátori rozhodli vopred. Zúčastnení si ani neuvedomili, kedy ich ovplyvnili, trebárs už len formuláciou otázky.

Pri inom pokuse sa na jednej univerzite sledoval kútik, kde si ľudia mohli urobiť kávu alebo čaj a vložiť za to určitý príspevok do pokladničky. Na stene viseli plagáty: niekedy tam bola príroda, kvetinová lúka. Inokedy tvár, upretý pohľad očí. Keď tam boli oči, v pokladničke sa vyzbieral trojnásobok – len preto, že sa niekto díval! V ďalšom pokuse sa ľudia domnievali, že robia jazykový test. Iba jedna skupina

v ňom mala viac slov súvisiacich so starobou: šediny, dôchodok či Florida (kam radi chodia americkí dôchodcovia). Nič si neuvedomili, ale opustiť miestnosť sa na chodbe pohybovali pomalšie než ostatní. Ich podvedomie okamžite spojilo súvislosti a aktivovalo všetky starecké asociácie. Ďalší pokus ukázal, že podprahovo prezentovaná idea peňazí robí z ľudí sebcov. Stačí, ak sa v matematickej úlohe objaví slovo dolár, v kúte je pohodená krabica od hry Monopoly, na počítači u sekretárky sa (akoby náhodou) objaví šetrič obrazovky s fotografiou Wall Street. A už sa ľudia nechcú družiť s bližnými: dávajú si ďalej od seba stoličky, strácajú ochotu zdvihnúť druhému padnuté pero...

K veľkým tajomstvám javiskových kúzelníkov patrí predovšetkým to, že majstrovsky narábajú s našou pozornosťou. Odpútajú či upútajú našu pozornosť na niečo, takže si potom nevidíme ani slona pred nosom. Alebo vidíme niečo, čo tam nie je. Jeden taký pokus s pozornosťou sa stal veľmi známym. Účastníci pri ňom sledovali záznam z basketbalového zápasu.



Ilúzia tieňa na šachovnici. Štvorec A sa javí tmavší než štvorec B. Majú však rovnakú farbu, o čom sa môžeme presvedčiť priložením papiera rovnakej farby. Pretože B je v tieni, myseľ predpokladá, že musí byť v skutočnosti svetlejší.

Vedci prenikli ku skrytým zákonitostiam podvedomej mysle a naučili sa ju ovládať. Teraz sa to využíva v reklame, marketingu a mediálnej komunikácii. Treba niečo predoslať, niečo vynechať, niečo s niečím spojiť – a máme kýžený výsledok. Pod vplyvom primingu zákazníci kúpili dvojnásobok tovaru. Realitní makléri výrazne menili svoje odhady cien nehnuteľností, hoci to kategoricky popierali. Sudcovia nevedomky udeľovali vyššie či nižšie tresty. Chcete, aby sa preferencie voličov na podporu školstva zvýšili o istý počet percent? Stačí umiestniť volebné urny do budovy školy. Pri jednom pokuse ukazovali ľuďom fotografie neznámych mužov s otázkou, o kom si myslia, že by bol schopný politik. Na výsledku mali výrazný podiel dominantné črty tváre, napríklad hranatá brada. No vysvitlo, že veľká časť obyvateľstva takto volí aj skutočných politikov: ich voľba súvisí so všetkým možným, len nie s kvalitou volebného programu daného politika. Naše voľby do veľkej miery nemajú zmysel.

Dôkazy sú jednoznačné: ľudský úsudok sa dá ovplyvňovať do oveľa väčšej miery, než



Mesačný kľam. Oba Mesiace na obrázku sú rovnako veľké. Horný vnímame ako väčší, pretože je zasadený do hĺbkovej perspektívy.

Každý nezaujatý divák videl, že v priebehu zápasu medzi hráčov vošla veľká čierna gorila, zastavila sa uprostred, búchala sa seba vedome do prs a pomaly prešla na druhý koniec ihriska. No diváci, ktorí dostali za úlohu spočítať prihrávky medzi hráčmi v bielych dresoch, nič nevideli.

Veda tu poodhalila čosi, čo patrilo k znalostiam čarodejov a čo sme poznali len z rozprávok. Čarodej vás môže zakliať. Môže z vašej mysle vyvolať povedzme spomienku na udalosť, ktorá sa nikdy nestala. A vy veríte, že ste pri nej boli. Ľudia totiž nechápu, ako vznikajú spomienky. Pamätáte sa napríklad, ako ste boli na plavárni? Vidíte sa v bazéne, ako plávate? Myslíte si, že je to spomienka na to, čo ste videli? Nie je. Nikdy ste nestáli na okraji bazéna a nedívali ste sa na seba, ako plávate! Čo nazývate spomienkou, nie je záznam podobný kamere – je to spätná rekonštrukcia obrazu s pomocou vedomostí o danom dni.

Nasledujúci experiment ukazuje, aké vážne dôsledky to môže mať. Na ulici sa odohral trestný čin. Polícia požiadala viacerých okoloidúcich, aby prišli na súd ako svedkovia. Dosvedčili, že obžalovaný sa dopustil trestného činu. Videli ho na vlastné oči. Odsúdili ho. Potom spoza závesov vyšli bádatelia v bielych pláštach a oznámili, že to bola naplánovaná udalosť a fiktívny súd. Premietli videozáznam, čo sa naozaj stalo.

Každé poznanie je citovo podfarbené. City rozhodujú o tom, čo si všimneme, čo si zapamätáme a akým spôsobom spojíme fakty do celku.

Odsúdený nič neurobil! Medzi náhodnými okoloidúcimi a budúcimi svedkami mali komplikov, ktorí pomohli mysliať svedkov skonštruovať spomienku na niečo, čo sa nikdy nestalo.

Zo všetkých faktorov primingu je najúčinnejším *podmaľovanie* či podfarbovanie emóciami. To dokáže človeka doslova zakliať, spôsobiť závislosť, spútať ho neviditeľnými psychickými putami pevnejšími ako železné reťaze. Švajčiarsky psychiater Luc Ciompi pri svojej práci vyvinul pojem *afektívna logika*. Skúmal najprv psychicky chorých a časom si uvedomil, že to platí pre nás všetkých. Dlhú sa totiž tvrdilo, že ľudské rozhodovanie a úsudok sú vedené len rozumom a logikou, pričom emócie

v tom nehrajú rolu alebo to iba narušujú. Vďaka vynikajúcim bádateľom ako sú Ciompi a ďalší dnes vieme, že myslenie a emócie sú spletené ďaleko intímnejším spôsobom, než sa donedávna predpokladalo. Emócie sú *kognitívny operátor*. Každé poznanie obsahuje emocionálny rozmer, pretože vzniká spolupôsobením citov.

City hrajú kľúčovú rolu aj pri zrode všetkých vedeckých objavov – už v okamihu, keď sa vynára inšpirácia a ešte skôr než sa začne rozumové uvažovanie. City rozhodujú už o tom, čo si všimneme a čo unikne našej pozornosti. Ďalej o tom, čo si zapamätáme a čo zabudneme. Ešte než začneme o čomkoľvek rozmýšľať, city už preosiali všetok materiál a predostreli nám len jeho malú časť. Ďalej sa spolu s rozumom podieľajú na zostavovaní nášho obrazu sveta. Rozum sa sústreďuje na fakty a detaily. No cit ich spája, zväzuje do celku, do nejakej figúry. Na všetko sa dá dívať z rôznych uhlov. Vaše cítenie určuje, ako sa na veci dívate. Počiatočné afekty neskôr zapadnú do podvedomia a zostanú nám vybehané kolajničky myšlienkových zvykov, ktoré sa zdajú byť jediné možné. Existujú preto rôzne logiky: logika lásky, logika strachu, logika optimistu či pesimistu. Logik je toľko, koľko základných emócií. Všetci si zakladáme svetonázor na faktoch a rozume. Ale nemôžeme sa dohodnúť, pretože naše poznanie koreni v iných inšpiráciách.

Púštni otcovia z neskej antiky, ako svätý Anton Veľký či Evagrius z Pontu, boli mnísi – bádatelia, objavitelia vnútorných svetov. Opísali sedem arcidémonov, ktorí inšpirujú sedem kardinálnych hriechov. Je to sedem zlých myšlienok, od ktorých sa odvíjajú všetky ostatné zlé myšlienky. Do veľkej miery sa kryjú so súčasnou klasifikáciou porúch osobnosti. Lucifer stelesňuje narcizmus, Satan asociálnu osobnostnú poruchu. Opísali aj sedem archanjelov, čo takmer presne zodpovedá siedmim druhom inteligencie, ako ich preskúmal harvardský psychológ Howard Gardner. Inteligencia verbálna, priestorová, abstraktno-logická, emocionálna, kinestetická, introspektívna a pozorovacia sa obsahovo zhodujú s archanjelmi Rafaelom, Zacharielom, Michaelom, Anaelom, Samaelom, Orifelom, Gabrielom alebo s božstvami Merkúr, Jupiter, Sol, Venuša, Mars, Saturn, Luna. Psychológovia by museli poznať démonológiu, angelológiu a astrológiu, aby im to raz udrelo do očí.

Sú to tieto bytosti, archonti gnostikov, čo nami pohybujú ako bábkami na neviditeľných nitkách. Benjamin Libet z kalifornskej univerzity pozoroval v priamom prenose mozog počas rozhodovania. Zistil, že prípravný potenciál k rozhodnutiu možno namerať v hlbších vrstvách mozgu už o 300 milisekúnd skôr, než sa v mozgovej kôre začneme vedome rozhodovať. Pociť, že sa rozhodujeme, je ilúzia. V skutočnosti myslením už len dodatočne zdôvodňujeme, o čom rozhodli iné sily bez nás. Mnohí bádatelia to vzali za definitívny dôkaz, že nemáme žiadnu slobodnú vôľu.

Toto je polnoc nášho článku. Veda nás dovádza k poznaniu, že nie sme svojprávni. Aspoň sa tak zdá. Takmer vždy je to aj pravda, ale nie vždy. Uvedomiť si, aký je náš súčasný pocit slobody falošný, je prvým

krokom ku skutočnej slobode. Libet sám našťastie pochopil, o čo ide. Skrytá myseľ nám neustále ponúka riešenia, ktoré sa už hotové vynárajú na hladinu vedomia. Väčšinou ich nekriticky vykonáme. Väčšinou je to aj v poriadku. Umožňuje to rutinné činnosti. Netreba myslieť na každý sval pri riadení auta či hraní na klavíri. Sú to zvyky, automatizmy. No vedomá myseľ – aj keď je pomalšia – môže návrhy podvedomia dodatočne prehodnotiť a zamietnuť, ak chce. Libet hovorí: *vetovať*. Lenže väčšinou nechce, pretože máme sklony k myšlienkovému lenivosti a pasívne nasledujeme vnútorné impulzy.

Mohol by niekto použiť priming, aby nás presvedčil, že $2 \times 2 = 5$? Nemohol, pretože matematické pravdy sú jednoznačné. Sú v plnom svetle nášho vedomia. Kúzla fungujú len v pološere neistých dojmov a viacznačných pojmov. Tam sa odohráva spoločenské zlo a tam vládnu moderní čierni mágovia. Čary fungujú tým lepšie, čím menej si ich uvedomujeme. Ak vám na nepostrehnuteľný zlomok sekundy premietnu plechovku Coca-coly, kúpíte si ju skôr, než keby vás presvedčal reklamný agent. Ak človeku pri dobrom jedle púšťajú istú hudbu, potečú mu už pri počutí tej hudby sliny ako Pavlovovmu psovi. No len čo si uvedomí, že ho manipulujú, kúzlo zmizne! To je rozdiel medzi človekom a zvieratom. Človek si môže uvedomiť sám seba. Zóna sebauvedomenia je len ako malý ostrov uprostred mora nevedomia. Je to však ostrov slobody, z ktorého môžeme začať spoznávať a pretvárať sami seba.

Vedomá a nevedomá myseľ sa v starej reči nazývali sférou Slnka a sférou Mesiaca. Sebauvedomenie, sloboda a zodpovednosť sú darom slnečných mocností – Michaela či Apollóna – človeku. Na stenách Apollónovho chrámu v Delfách

stála vytesaná tá najdôležitejšia rada zo všetkých: Spoznaj sám seba! Spoznaj skrytý pôvod svojich vlastných pohnútok! Apollón vskutku očisťuje, vyslobodzuje. Veda dnes dáva nový význam prastarej múdrosti: nový význam dostáva indické učenie o *máji*, že svet je len sen. Rozjasňuje sa nám, ako sa to vlastne Budha prebudil, a prečo osud pramení z falošného stotožňovania sa (*avidya*), pri ktorom človek prijíma podvedomé pohnútky za svoje vlastné.

Nachádzame sa v duchovnej vojne. Všade zúri boj o ľudskú pozornosť, o ľudské vedomie. Náklady na upútanie či odpútanie ľudskej pozornosti sa rátaajú v biliónoch a prevyšujú svetový rozpočet na zbrojenie. Existuje len jediná cesta ku slobode: začnime si klásť vlastné ciele z vlastnej iniciatívy! Namiesto pasívneho reagovania na podnety zvonku (to jest aj z podvedomia), inak zostaneme navždy ovládanými bábkami. Ak ľudia dostali posthypnotickú sugesciu vykonať niečo nemorálne, zabránilo im v tom len ich presvedčenie, charakter. Kto nie je o ničom presvedčený, nemá žiadne pevné hodnoty, je hračkou a nezbadá to, lebo chytré ego mu vždy všetko zdôvodní. Prikázania ako Mojžišovo desatoro tu nie sú len pre ochranu spoločnosti, ale aj pre nás samých. Slúžia nám ako zrkadlo sebapoznania, zábradlie nad priepaťou. Hodnotová indiferentnosť je preto hlavným heslom démona súčasnosti. Tak totiž nespoznáme, že nekonáme my, ale niekto iný v nás.

V druhej časti článku si povieme, ako tie isté skryté impulzy utvárajú celé kultúrne epochy v rytmickom striedaní duchov času, prečo sa dejiny cyklicky opakujú a ako sa dajú predpovedať. A nakoniec, prečo čistá pravda svitá iba celistvo, harmonicky rozvinutej osobnosti. ■



RNDr. Emil Páleš, CSc.

(1966) vyštudoval kybernetiku a viedol výskumný projekt v umelej inteligencii na Slovenskej akadémii vied. Neskôr založil neziskovú organizáciu *Sophia* venovanú integrálnym štúdiám. Od roku 2004 vedie víkendovú *Školu angelológie*, ktorú absolvovali stovky študentov. Tridsať rokov skúma príčiny a vzorce tvorivosti v dejinách kultúry. Objavuje spoločné zákonitosti individuálnej psychológie, spoločenských foriem a evolúcie prírody. Ukazuje tiež, ako sú podobné poznatky obsiahnuté v obrazných tradíciách staroveku a stredoveku. Jeho pôvodným príspevkom je objav a podrobné zdokumentovanie semimilénových (približne 500-ročných) cyklov v dejinách. V roku 2008 mu Karlova univerzita udelila cenu Zdeňka Kleina za najlepšiu prácu o etológii človeka. Viac o jeho práci nájdete na www.sophia.sk.