

protés, ale uchvacuje jako literární historik svojí učeností a básnickým vzletem.

Je znám český historik, který téměř pozbyl zraku. Deset let nečetl žádné knihy, jeho paní mu předčítala. K tomu onemocněl chorobou páteře a byl nucen ležeti dlouhé měsíce bez hnutí. I krmiti ho museli. Ale za těchto deset let tělesné bezmocnosti stal se uměleckou veličinou známou celé Evropě a svůj osud nesl úžasně vyrovnaně; pracoval, četl, myslil a diktoval.

Američanka Helena Kellerová ztratila v útlém věku zrak i sluch. Dorozumívali se s ní signály fukanými do dlaně. Našla však úžasnou učitelku, Miss Sullivanovou, která se jí cele věnovala a učinila z této bytosti, žijící ve věčném temnu, bytost mluvící, znalou jazyků a studovanou, dokonce spisovatelku. Helena se vdala a vedle jiných krásných knih napsala jednu zvláště hodnotnou: „O optimismu“.

Tito vítězové života mohou nám zdravým býti často vzorem. Ale ptám se: je nutno, aby člověk byl krutě postižen nějakým tělesným nedostatkem, chce-li sáhnouti k nevyužitým oblastem ducha a uplatnit své schopnosti více než bývá zvykem?

Shrneme-li dosavadní poznatky o podvědomí, shledáváme:

1. Každý z nás vlastní síly a inteligenci, která je příbuzná s mocí a moudrostí Nejvyššího.

2. Člověk může tyto schopnosti své duše buď rušit nebo k svému prospěchu využít.

3. Čím lépe poznáváme tyto síly, tím schopnějšími se staneme pro tvoření radostných nálad a udržování zdraví, svěžesti a pružnosti do vysokého věku.

PRÁH VĚDOMÍ

Stupně a příčiny citlivosti. - Obsáhlost nepostřehnutých vněmů. - Co je duševní práh. - Možnost jej snížit a zvýšit. - Čemu podléhá citlivost. - Chorobné stavy u zdánlivě zdravých. - Komplexy z dětství. - Účinky pochovaných zážitků. - Co způsobila změna smýšlení. - Střežený a nestřežený práh vědomí a citů.

Někteří lidé jsou citliví jako vlások v hodinkách; při nejmenším dotyku každý nerv v jejich těle se otrásá. Jiní jsou citově tak otužilí, že svou písničku budou hvízdát doprovodem k trhání skály dynamitem.

Protože citlivost jeví se v rozmanitých podobách, velmi záleží na tom, abychom rozeznávali chorobnou přecitlivělost k věcem, kterých si jiní lidé nevšímají, od zdravých citů.

Mnozí se ovšem domnívají, že jejich citlivost je vrozená nebo že je chorobou, které se nelze zbavit, leč by někdo učinil epochální objev nejzvláštnější nemoci, kterou, počínaje Saulem, trpívali kdys jen králové.

Citlivost nemá překročiti jisté meze, aby místo k užítku nebyla ke škodě. Přijímáme tak ohromný počet vněmů ze světa nás obklopujícího a v hlubinách našeho podvědomí děje se tolik věcí, že je těžko míti o tom jasnou představu.

Zdá se, že není žádných hranic pro dojmy, které může naše podvědomí vnímat, přijímat a zodpovídat bez našeho vědomí. Naproti tomu naše vědomí snese jen jistý počet dojmů a je-li míra překročena, nastává porucha v nejrozličnějších podobách nervosity a špatných nálad.

Jen si představme, co se děje každých pět minut, když jdeme po ulici. Sta obrazů odráží se ustavičně na sítnici našeho oka. Naše oko vidí každou linii v tvářích okolodoucích, každou drobnůstku jejich oděvu, ozdobu na domech, vyvěšený štít, věci vyložené v oknech, dlažbu ulice, koleje a vozy a celé tucty jiných věcí. Uši slyší každý zvuk v obvodu slyšitelnosti, každé zazvonění a zatroubení, hlas lidí, kroky jejich a šustot jejich šatů. Kůže cítí, je-li chladno nebo teplo a čich zachycuje hojnost všelikých zápachů. Některá část podvědomí cítí dotek dláždění ulice podpatky bot, dotek šatů na těle, pohyb a polohu celého těla a sotva vzpomínám na nekonečný proud zpráv a dojmů od všech orgánů těla a všech psychických vlivů.

Z těchto vněmů jen malinká částička zaujme naši pozornost. Co nás zajímá a nějak se vnucuje, to v běžném slova smyslu vidíme, slyšíme, vnímáme. Vše ostatní vnořuje se do podvědomí, aniž by vzbudilo zvláštní pozornost.

Málo lidem je povědomo, že nic se v jejich organismu neděje, o čem by podvědomě nevěděli. Práci podvědomí zvláště nápadně je vidět u náměsíčníka, když kráčí po střeše, aniž by obyčejné vědomí o tom vědělo; a může spadnouti, vzbudíme-li náhle toto vědomí.

Podvědomá inteligence musí vědět, jak mnoho světla vstupuje do očí, aby zornice stáhlo nebo rozevřelo, po případě víčkům dalo signál ke stažení záclon. Musí vědět, jak mnoho krve stoupá do žaludku, do hlavy nebo do nohou. Je-li kůže zvenčí podrážděna zimou, vysílá více krve z nitra těla na povrch. Jestli se ruka více namáhá, posílá více krve do svalů ruky. Musí vědět, jak mnoho okysličeného vzduchu vstupuje do plic a zda se jedy vyměšují a vydechují.

Vše se děje zpravidla skrytě, aby vědomí nebylo obtěžováno.

Přicházíme k bližšímu popsání prahu vědomí, což je v této souvislosti věc zvláště důležitá. Pochopiti plně, co je práh vědomí a jak jej lze snížit nebo zvýšit, je jedním z hlavních poznatků živého umění a mistrovství nad náladami.

Boris Sidis ve svém díle o základech normální a abnormální psychologie nazývá stupeň, až ke kterému buňka je citlivá a reaguje na určité podráždění, prahem podráždění nebo prahem stimulačním. Jako vítr musí dosáhnouti jisté prudkosti, má-li vehnati dešť přes vyvýšený práh dovnitř domu, podobně počitek musí míti dosti síly, aby překonal překážky u prahu vědomí.

Tento duševní práh nemívá vždy stejnou výšku. Bývá zvýšen nebo snížen duševním automatismem, závislým na obsahu našeho vědomí a dále na zájmu, jež jistým věcem přikládáme. Prudkost čili intenzitu podráždění nemůžeme kontrolovati, avšak zájem, který něčemu přikládáme, patří do oblasti svobodné volby.

Každý má na vybranou, kterým myšlenkám a tělesným podrážděním chce přáti, anebo které chce od prahu vědomí odháněti. Je možno zvýšiti práh vědomí, vystavěti před ním násyp lhostejnosti k jistým vzrušením, zavřítí duševní brány a stáhnouti záclony. Anebo lze snížiti práh vědomí, že nepatrné svrbění kůže cítíme jako píchání špendlíkem.

Jsou prahy vědomí, které se mění často a lehko. Je-li někdo hladov a jídlo mu chutná, práh vědomí je hodně snížen. Jestli však se člověk dosyta najedl, musí pokrmu býti velmi lákavé, aby ještě vzbudily jeho pozornost, neboť práh

vědomí v takový čas je velmi vysoko. Sedlák má zájem o hospodářství, proto přes práh jeho vědomí se velmi snadno dostane něco, co je v souvislosti s jeho zálibou. Módní dáma má velmi nízký práh vědomí pro všechno, co se týká módy. Ziskuchtivý chytne se na všechno, na čem by se dalo něco vyzískat. Ctižádostivý je nakloněn slyšet o svých dobrých vlastnostech. Jinými slovy, náš charakter spoluurčuje, jak se nás něco dotkne, zdali nás něco zajímá nebo nezajímá.

Kdo si navykl věnovati přílišnou pozornost pochodům ve svém těle, neodolatelně bude své tělesné pocity zveličovat, až dospěje tam, že nepatrná zpráva z podvědomí projeví se jako pobuřující symptom. Kdo si navykl napínat pozornost, aby zachytil každý podezřelý šramot v tělesném organismu, bude často vystrašen nějakým lomozem a zdánlivým nebezpečím.

Jestli někdo dovolí celé řece jistých podráždění, aby se přelévala přes práh jeho vědomí, ať se nediví, začne-li se topit v špatných náladách. Bude-li nadto se radit s několika lékaři, méně svědomitými, než je pravidlem, stane se mu jako paní, které každý řekl něco jiného, až konečně věřila, že má ischias, srdeční vadu, neurastenii, kornatění cév a že se může zbláznit.

Anebo mohl by se octnouti v posici zdravého, červeno-lícího a duševně čilého pána ve velmi zodpovědném postavení, který mě ujišťoval, že trpí na vysýchání míchy, že není něco v pořádku s jeho srdcem, že je v nebezpečí se zbláznit a nejvíc že ho trápí, že není schopen se oženit. Myslel vše vážně a jsem jist, kdyby tomu byl ještě rok věřil, všechny z obávaných věcí by se byly postupně dostavily vlivem autosugesce.

Je jisto, že citlivost podléhá z velké části našemu osobnímu výběru. Ptáme se tudíž, co určuje ten výběr? Příčinou přecitlivělosti bývá často abnormální touha po pozornosti. Člověk cítí v některém ohledu nedostatečnost, která ho zamrzí. Snad tu nespokojenost potlačuje. Vznikají pak různé podněty ke konání něčeho, co vzbudí pozornost, jakou si člověk vědomě ani nepřeje. A přece může přinášeti nějaký druh požitku.

Jinou příčinou přecitlivělosti bývá komplex z dětských let, kdy si člověk navykl, aby na něj byl brán neobyčejný ohled. Též to může býti pocit, že není dost milován a povšimnut. Anebo přál si míti někoho zvláště rád, ale našel porozumění. Tak ztrácí pomalu zájem na všem jiném kolem sebe a svou pozornost a citlivost obrací k pěstění nějaké slabosti, která vyvolává sama sebou pozornost a potřebu zvláštního posluhování.

Tak u mnohých vyvíjí se přecitlivělost k zevním podrážděním, nebo bolest, pálení nebo píchání, jichž kořeny vězí pod prahem vědomí.

Způsob, jakým se jistá sensitivnost nebo citlivost jeví, bývá nahodilý. Zakládá se obyčejně na tělesné nevolnosti, která jen náhodou byla spojena s věcí, s kterou vnitřně nesouvisela. Na př. někdo pocítil nevolnost při otevřeném okně. Vlivem starých pověr a sugescí spojil ve své mysli nevolnost s průvanem a bojí se průvanu víc a víc, takže cítí píchání, postřehne-li, že soused má okno otevřené.

Někdo pocítí nevolnost při jídle. Při tom upoutá jeho pozornost kousek jídla a ihned vznikne sugesce, která způsobuje nevolnost pokaždé, kdykoli takové jídlo uvidí. Někdo už z dětství chová odpor k jídlu, které mu bylo

sugestivním připodobněním k něčemu odpornému zoškli-
veno.

Jisté slečně při zpívání prostředních rejstříků se staho-
valo hrdlo a měla pocit, že se dusí. Nejpodivnější však bylo,
že mnohem těžší dolní i vysoké rejstříky zpívala s lehkostí
a nikdy při nich onoho nepříjemného pocitu neměla. Psychoanalytickým šetřením se zjistilo, že vyšla z rodiny,
která její touze nerozuměla; když se začala učit zpěvu,
byla z domova provázena výčitkami, jež v ní vzbudily
velkou lítost, jež jí hrdlo stahovala. A protože tytéž svaly
v krku, které se stahují při lítosti, jsou činny při zpívání
prostředních rejstříků, začaly se jí tyto svaly stahovat,
kdykoli chtěla zpívat prostřední rejstříky.

Nejeden bolestný pocit zakládá se na dávno pochova-
ných zážitcích. Hysterické osoby trpí většinou následkem
nějakých vzpomínek.

Ať jakékoli pohnutky způsobují přecitlivělost, přece jest
ona velmi neuspokojivým vyjádřením nitra. Nestáváme se
tím šťastnějšími ani důležitějšími. Člověk může změnou
smýšlení a převýchovou najíti mnohem lepší a krásnější
vyjádření sebe.

Není potřebí podrobovat se slabostem, špatným nála-
dám a pocitům, které z toho či onoho důvodu se přivěsily
na naše proměnlivé „já“ a provádějí s ním svůj čertův tanec.
Je známo dost případů, jak lidé se osvobodili od přecitli-
vělosti a utrpení. A co mohli oni, to může každý, kdo se
odhodlá vítězit.

Dívka, která mohla jísti jen tekutou stravu, byla tak ne-
mohoucí, že její dvě sestry, které chodily do práce, musely
ji obsluhovat jako malé dítě. Pouhá změna smýšlení u ní

způsobila, že jedla všechno, obstarávala domácnost a sty-
děla se, že se nechávala předtím tak obsluhovat.

Jakýsi doktor v době, kdy pracoval na osmém vydání
jedné ze svých knih, byl v tak ubohém stavu, že nosil dvojí
spodní vlněné prádlo z bázně před nachlazením. Nosil
vatu v uších. Cítil bolest při doteku šatů, tak citlivá byla
kůže na celém těle. Svaly u krku měl tak slabé, že ne-
udržel rovně hlavu. Trpěl stálou únavou a zácpou. Když
se podařilo změnit jeho smýšlení, omládl o 20 let a vysmál
se svým nemocem.

Na světě jsou dvojí lidé: jedni otročí svým citům, druzí
nad nimi vládnou. Jedni mají práh vědomí nestřežený a
jsou vězni ve svém vlastním domě; jiní povznesli svoje vě-
domí nad všední trampoty a zlosti a žijí v jasu slunečních
paprsků dobré nálady.

PITVA LIDSKÉHO JÁ

Význam a vliv „já“ na náladu. - Je rozdílné od vědomí a osobnosti. - Hranice mezi vědomím a podvědomím. - Podvědomí je funkcí duše. - Jeho přeceňování a podceňování. - Jak vzniklo a z čeho se skládá. - Záhady duše. - Automatismy a komplexy. - Vědomé měnění „já“. - Vytváření nových „já“ podle vlastní volby. - Cesta k plnějšímu životu.

„Já“ člověka je středem jeho radostí a žalů, bojů a starání, štěstí a neštěstí. Někdo se oddává opilství jen proto, že se při tom cítí silnější, že jeho „já“ bývá povzneseno nad obyčejné pocity. Většina rodinných nesvárů mívá své nejvlastnější příčiny v tom, co si ten který o sobě myslí. Podobně neshody v kancelářích, v dílnách, spolcích atd.

Lidské „já“ je rozdílné od vědomí. Život duše jeví se v různých vědomích: v nevědomí, v souvědomí, v podvědomí a v nadvědomí. Vědomí našeho „já“ předcházelo všeobecné vědomí, jak můžeme pozorovati u každého dítěte. Nejprve mluví o sobě v třetí osobě — a teprve později objeví se prvý zákmit vědomí jeho „já“.

Lidské „já“ je také něčím úplně odlišným od osobnosti. Ta objímá všechno, čím člověk je a čím žije, kdežto „já“ je toliko jedním z projevů osobnosti.

Naše „já“ má své sídlo na hranici mezi vědomím a podvědomím, jak bylo zjištěno narkosou a také jinými způsoby. Při pomalé narkose, za účelem takového studia konané, jeví se následující pochod:

Nejprve ztrácí člověk smysl pro místo, potom pro čas,

kausality (příčinnost a účinky), poznávání, sluch, zrak, hmat, potom obrazotvornost, na devátém místě ustupuje souvislé myšlení. Teprve na místě desátém ztrácí člověk vědomí svého „já“. Potom následuje vstup do podvědomí. Podobný postup lze pozorovati při umírajících. Naposled zaniká činnost srdce.

Naše „já“ — a to zdůrazňuji — je toliko jednou z funkcí naší duše, i když velmi důležitou. Je to funkce časná, pozemská, měnivá — a řekl bych, že i v mnohém ohledu klamavá.

Zdá-li se, že lidské „já“ trochu podceňuji nebo ponižuji, zdůrazňuji, že bývá přeceňováno, přehodnocováno, ba zbožňováno, že se s ním tropí modloslužba, že bývá vydáváno za alfu i omegu, počátek i konec lidského bytí, a že jsem vzhledem k tomu oprávněn ukázati, že zabírá v myslích lidských příliš velké místo tam, kde by nemělo, a naopak.

Učiníme dobře, když svému „já“ občas připomeneme, že tu nebylo, když jsme se narodili, že se ztrácí při spánku, že se scvrká na nulu v hypnose, že je potlačeno u náměsíčníků při jejich nočních pochůzkách, že je možno ho zaplašiti narkosou, zkrátka, že je něčím fysickým, od tělesných stavů závislým, že má jen dočasné a obmezené úkoly a že má jenom tolik moci a práva, kolik mu přiřkneme. Naučíme se rozlišovati mezi představou svého „já“ a svým nejvlastnějším bytím, které je mnohem vyšší a širší. Naše nejvlastnější bytí má moc i právo kdykoli a kterékoli „já“ svrhnouti a nové „já“ nastoliti.

Lidské „já“ je především výslednicí společenských vztahů a dojmů, kterými jsme sebe s okolním světem spojili. Naše „já“ se ustavičně modeluje, přetvořuje a přizpůsobuje.

U mnohých i pouhá změna šatu, civilního nebo uniformy, působí na zbarvení jeho „já“. Jestli někdo byl povýšen, zbohatl, obdržel čestný titul, obyčejně to poněkud, a někdy hodně, pozměňuje jeho „já“.

Jsou lidé, kteří si své „já“ ukovali na kovadlině tvrdého sebezapírání a cílevědomé sebekázně. Je to jejich nejvlastnější „já“, a kdyby je rozkrájel, to „já“ jiným nebude, a kdyby jim nabízel všechny poklady světa, na tom „já“ by se nic nezměnilo.

Jsou jiní — a těch není málo — kteří mají své „já“ prodejné. Někteří prodejní nejsou, ale jejich „já“ plove na vodě jako smetí. Neví, čím je a co je. Něktěrych lidí „já“ podobá se egyptské mumii nebo panáku z kamene, tak jsou konservativní!

Je zajímavé sledovati, jak lidské „já“ vzniká. Kdybychom je porovnali s kobercem z mnoha kousků, našli bychom, že jedna část je vzata ze zvyků, představ a pojmů domu rodičovského. Jinou část dodali kamarádi, jinou škola, jinou církev, jinou různé pudy, jinou povolání, politika, národnost, rasa, stav, četba, složení těla, zdravotní stav, podnebí, okolí, životní zkušenosti atd.

Jádro našeho „já“ tvoří zpravidla naše největší záliba. Je-li člověk lakomý, zabírají peníze a co s nimi souvisí jeho mysl především, takže čím dál více se ztotožňuje s penězi a oceňuje sebe množstvím nabytých peněz. U jiného to může být něco jiného, jako pohlavní pud, parádivost, panovačnost atd., nebo také nějaký životní ideál, s kterým se člověk ztotožnil.

Po stránce biologické možno se přesvědčiti, že nejen každá buňka v těle jeví do jisté míry samostatný život, ale

i různé skupiny buněk. Žlázové buňky jako by měly svůj stát, který se dal do služby celého organismu tělesného. Podobně buňky nervové, mozkové, svalové, krevní, kosterní a jiné. Všechna tato soustátí našeho těla, všechny biliony jednotlivých buněk různě seskupených, mají svou ústřední vládu v podvědomí.

Tím přicházíme k záhadám duše. Podle jistých zákonů tvoří se v podvědomí tak zvané automatismy a komplexy a každý z nich podobá se politické straně ve státě, která usiluje o nadvládu, o svrhnutí toho, čemu říkáme „já“.

Každý takový komplex může se proměnit v „já“ a vydávat se za zvláštní osobnost. Obyčejně převládne jeden komplex, a sice ten, který je podložen nejsilnějšími zážitky a pudy.

To nevylučuje vzbouření, převraty a revoluce. Stává se, že zesílí najednou více komplexů a nastane porucha, takže člověk slyší v sobě hlasy jakoby různých osob. Někdy bývá „já“ se svého trůnu svrženo a některý z potlačených komplexů dostane se na trůn a dá si zvláštní jméno. To vše se děje, když člověk sebe nezná, své nálady neovládá a své „já“ vědomě nepřetvořuje. Za nejvýznamnější a za nejúčinnější duševní činnost považují vědomé a úmyslné tvoření, změnění nebo docela svržení našeho „já“ a nastolení jiného, lepšího.

Zažil jsem něco podobného třikrát ve svém životě. Ve svém osmnáctém roce prožil jsem dopodrobna všechno, čemu se říká obrácení nebo znovuzrození. Ona zkušenost obsahovala všechny prvky vědomého vytvoření nového „já“, jenže každý z těch prvků měl tehdy jiné jméno, než jakých užívá moderní psychologie. Vlivem přednášek, rozmluv

a čtení vytvořila se nejprve představa toho nového „já“, při čemž bylo stále útočeno na staré „já“. To, co mohlo také postupovati vývojově, zvolna, událo se, aspoň v mém vědomí, pojednou. Vždy jsem čekal, že něco zvláštního se stane, nějaký zázrak, a v té chvíli že svleču starého člověka a obléknu nového. A to se také jednou stalo. Ve svém vědomí jsem se odtrhl od staré představy o sobě a ztotožnil jsem se s novou představou, před tím vytvořenou. Zažil jsem veliké vzrušení, radost a vůbec vše, co jsem si představoval, že musím zažít a co jsem slyšel od druhých, že zažili. Všechny zhuštěné a nahromaděné sugescie staly se pojednou účinnými — ovšem, více v mém vědomí, neboť vytvoření charakteru vyžaduje čas a úsilí. To si mnozí „obrácení“ neuvědomili a proto i výsledek byl neúspěšný. Právě tak jako vlivem sugescí může si člověk představovati sebe horším, než je, může po svém přerození považovati se za lepšího, takže se jeví mezi starým a novým „já“ mnohem větší propast, než odpovídá skutečnosti.

Po druhé, když mi bylo 35 let. Byla to psychologicky nejvýš zajímavá zkušenost. Tenkrát jsem to nazýval „křest Duchem svatým“. Žil jsem tehdy celý týden pod vlivem nejsilnějších náboženských sugescí, jaké si může člověk představit. Nechyběly posty a celonoční modlitby uprostřed mnoha vážných mužů stejného smýšlení a se stejným očekáváním. Stav, po kterém jsem dlouho toužil, k jehož dosažení jsem podnikl cestu do Anglie k tak zvaným Keswickským Revival meetings, se skutečně dostavil a žil jsem potom asi pět týdnů jako u vytržení.

Po třetí jako unitář, než jsem se odvážil jíti zpět do vlasti a započítí práci, kterou konám. Rozdíl od předešlých zku-

šeností byl v tom, že jsem vše prožíval na základě svých vědomostí a zkušeností psychologických, že to nebyl stav dále přechodný, o který bych se musel báti, a konečně, že pozitivní hodnoty byly nejen znásobeny, ale také rozšířeny o schopnost působiti léčivě na různé duševní stavy jiných. Kromě toho dostavila se větší schopnost k tvořivé práci. Zkrátka lepším poznáním a ovládnutím hlubin vlastní duše a zákonů, podle kterých Bůh s člověkem pracuje, mohu dnes konati více práce s menší námahou než kdykoli před tím.

Podobné přerody, transformace duševní, pozorujeme jmenovitě u všech silných náboženských osobností. Je mezi nimi ovšem veliký rozdíl a nechci je stavěti na jednu úroveň. Je však nepopíratelné, že Budhovo obrácení má něco podobného s Ježíšovým zápasem na poušti, než se dal Janem pokřtiti. Obrácení Pavla má podobnost s obrácením Tolstého. Apoštol Petr prožil tři přeměny v Novém Zákoně napověděné.

Avšak takový přerod může prožítí člověk sebeprostší. Je žádoucí, aby každý vědomě vycházel „ze sebe“ tak často, kolikrát se mu podařilo vytvořiti si vyšší a životnější představu svého „já“, s kterou se pak v náporu veškerého mravního úsilí ztotožní a na této úrovni zůstává, než se mu podaří učiniti další krok kupředu.

Viděl jsem v životě mnoho takových přeměn. Obrátili se opilci; zanechali starého života zlostníci a prchlivci; vešli do nového života vášnivci všeho druhu; staří pesimisté stali se optimisty; osoby obtížené svými a jiných lidí starostmi osvobodily se a mnohé, co je dříve zajímalo a otravovalo, je více nezajímá. Ještě mnohem více je těch,

kteří se uzdravili z různých neduhů a chorob, jejichž kořinky měly původ duševní. Nejvíce je těch, kteří žili spokojeně, ale jsou dnes o mnoho šťastnější a jejich život je více těšší, neboť se naučili žít životem plnějším, krásnějším, vítězným.

Přicházíme na svět s dispozicemi k vítěznému a krásnému životu, ale tyto dispozice je nutno podnitit, aby se uplatnily. Darma se dítě narodilo s očima a schopností vidět, bylo-li ponecháno navždy ve tmě. Ono potřebuje podráždění slunečními paprsky. Tak je s uchem a s každou jinou vlohou. Čím více a krásnějších podnětů člověk měl, tím více schopností k plnějšímu životu v sobě probouzí.

Jiné podněty vyvolá hřbitov nebo nějaká hřbitov podobná společnost a docela jiné podněty vzbudí bubláni potoka, vůně lesa, zpěv ptactva nebo společnost, která pěstuje tvůrčí život.

Největší chudobou není nedostatek hmotných věcí, nýbrž nedostatek podnětů k probuzení sil a schopností dřímajících v nás. Bohatým je, kdo svými probuzenými a vypěstovanými vlohami nachází mnoho styčných bodů se světem vůkol a mnohostranný poměr ke všemu, co jej obklopuje. Chudým je boháč, který má málo vztahů k skutečnému životu. Hyne uprostřed hojnosti. Kolik smyslů člověk probudil, tolik nových světů se mu otevřelo.

Člověk se sobeckým „já“, v snaze, aby mnoho jen pro sebe získal, čím dál více ztrácí, protože jeho „já“ má čím dál méně skutečných, živých vztahů k životu. Ale čím více paprsků lásky ze sebe k druhým vysílá, tím více své „já“ rozšiřuje a širšími oblastmi sympatií je spojuje a tím více zakouší jednotu veškerenstva.

SKRYTÉ TOUHY A ZÁLIBY

Schopnost voliti city. - Vnitřní rozpory a utajená přání. - Proč nemáme nepřijemné city potlačovat. - Příčiny některých zlostí a smutků. - Skryté kořinky nálad. - Jak sebe v sobě hledat. - Choutky divochů a lidí dnešních. - Americká výstřednost. - Alkoholism a citlivost-kářství. - Záměrné a nechtěné vybíjení citů.

Je možno, aby člověk měl něco rád, o čem je přesvědčen, že to nenávidí?

„Jsem hrozně vzteklý,“ povídá mi jistý obchodník, „povězte mi, jak se té neřesti zbavím!“

„Přestanete býti vzteklým, až se vám vzteklost přestane líbit,“ zněla moje odpověď.

Udiveně se na mne zahleděl a povídá: „Nedovedu si představit, jak bych tuto vadu mohl ještě více nenávidět. Po každém výbuchu mě chytne lítost.“

Odpovídám: „I tu lítost máte rád, jako opilec kořalku.“

Nyní nevěděl, je-li to žert nebo myslím-li to vážně. Myslel jsem to velmi vážně a jeho vzteklost zmizela, jakmile se mi podařilo ho přesvědčit, že ji přece jen míval rád i s lítostí a s veškerým vzrušením, které s tím souviselo.

Jistá paní po každém výbuchu své prchlivosti mohla si oči vyplakat — a přece prchlivost i s těmi proudy slz patřila k domnělým nezbytnostem jejího duševního života, asi jako u jiného klení nebo cigareta. Poznala se a tím se vyléčila.

Dobře vím, jak těžko někdo uvěří, že má zalíbení ve svých