

PLAVĀ•NĀ• MRTVĀ%HO ĀELOVĀŠKA

StĀ™eda, 06 leden 2010

Na první pohled mĀ™e titul tohoto Ā•lĀnku asociovat pĀ™itmnost buĀ• nĀ•Ā•eho detektivního nebo esoterického. SkuteĀ•nĀ• však mnohem prozaiĀ•tĀ•jší. Jedná se o název experimentálního pokusu amerických (myšlĀ•no Ā•ijících v USA) neurofyziologĀ™ a neuropsychologĀ™. Ale zaĀ•nĀ•me pĀ•knĀ• od zaĀ•átku.

SouĀ•asný Ā•lovĀ•k Ā•ije ve svĀ•tĀ• obrovského mnoĀ•ství vnĀ•jších podnĀ•tĀ™. Tyto podnĀ•ty jsou pomocí našeho smyslu pĀ™enāšeny do mozku, jenĀ• musí umĀ•t tyto rozliĀ•né podnĀ•ty zpracovat. Jedním z hlavních problémů našeho mozku spojených s pĀ™emírou pĀ™ísunu vnĀ•jších podnĀ•tĀ™ je schopnost koncentrace. Koncentrovaně myšlĀ•ní. Tato schopnost našeho myšlĀ•ní je v posledních letech díky rozmachu tzv. "informaĀ•ní společnosti" vystavována historicky dosud neznámé zkušenosti. Je zapotĀ™ebí si uvĀ•domit, Ā•e lidská pozornost je pĀ™vodnĀ• monistická. To znamená, Ā•e svoji pozornost zamĀ•Ā™ujeme vĀ•dy pouze a toliko jedním směrem, tedy Ā•e jsme schopni si uvĀ•domit pouze jednu myšlĀ•nku. ZmnoĀ•ování našeho pozornosti se díky pĀ™sobení rozliĀ•ných percepčí v posledních desetiletích projevuje i ztĀ•ením koncentrovaného myšlĀ•ní. VýstiĀ•ným pĀ™íkladem pĀ™sobení mnoĀ•ství rozliĀ•ných, zejména audiovizuálních podnĀ•tĀ™ je televizní kultura. ObzvlášĀ• pĀ™íznaĀ•ným jsou hudební klipy, v nichĀ• se v rychlém sledu za sebou stĀ™ídají rĀ•zné zábĀ•ry, tedy vjemy a pozorovatel není schopen usmĀ•rnit svou pozornost na tolik podnĀ•tĀ™ souĀ•asnĀ•. Tato "klipová kultura" zpĀ™obuje nesoustĀ™edĀ•nost bĀ•Ā•ných pozorovatelĀ™. To má za následek neschopnost udržet koncentrovanou pozornost pĀ™i jakémkoli mentálním výkonu. RoztĀ•kanost se projevuje napĀ™íkladem v tom, Ā•e dnešní mladí lidé nejsou bezproblémovĀ• schopni reprodukovat souvisle jak obsah klipu (to snad ani není moĀ•né), tak zejména pĀ™eĀ•tený text. To se výraznĀ• projevuje u vysokoškolských studentĀ™ v okamĀ•cích, kdy mají interpretovat literární pramen svého samostudia. UvāĀ•me-li, Ā•e se o nĀ•kterých dĀ•jinných obdobích zmiĀ•ujeme jako o: "Lidu popelnicových polí", pak naše potomci se jednou moĀ•ná budou vyjadĀ™ovat o naše době jako o: "Lidu klipové kultury".

Je velmi pravdĀ•podobné, Ā•e lidé pĀ™vodnĀ• vyuĀ•ívali svou pozornost pomĀ•rnĀ• omezenĀ•, tj. nemĀ•li potĀ™ebu rozložit koncentraci na tolik podnĀ•tĀ™. Evidentním dĀ™kazem monistického zaloĀ•ení naše pozornosti (koncentrace) je ontogeneze lidské psychiky. NapĀ™íkladem dlouhou dobu lidé Ā•etli napsané texty nahlas, aby se jednak lépe soustĀ™edili, ale aby si i lépe zapamatovali obsah Ā•teného. Zhruba aĀ• v období renesance se zaĀ•ínā objevovat Ā•tení pro sebe, tedy potichu. Od té doby se také datují urĀ•ité potĀ•e pĀ™i hlasitĀ•m Ā•tení. Ā•lovĀ•k, jenĀ• si Ā•te potichu, má dojem, Ā•e Ā•te naprosto srozumitelnĀ•, avšak skuteĀ•nost je Ā•asto zásadnĀ• odlišnā. HlasitĀ• Ā•tení bývá nesouvislé, mnohdy zadržované. Rozdíl mezi sebevidĀ•ním a tebevidĀ•ním je pak velmi markantní. A naopak existují i lidé, kteĀ™í dodnes rádi Ā•tou nahlas a tím se nejen lépe koncentrují, ale i snāze si zapamatoávají Ā•tený text. Je vhodné vzpomenout i souĀ•asnĀ• negativní aspekty hlasitĀ•m Ā•tení. K nejběžnějším vĀ•tkám patĀ™í menší rychlost takového Ā•tení a "ztrāta Ā•asu". OsobnĀ• velmi rád Ā•tu nahlas, dokonce se snaĀ•ím Ā•íst psaný text sprāvnĀ•, tj. podle zásad sprāvného pĀ™ednesu. Lidé z mého bezprostĀ™edního okolí na tuto skuteĀ•nost reagují podráĀ•dĀ•nĀ•, protoĀ•e jsou jedni z vyrušování ze svého soustĀ™edĀ•ní, jednak jim vadí "neefektivnost" takového pĀ™ednesu. PovaĀ•uji to za teatrální ztrātu Ā•asu a energie. NeuĀ•domují si však, Ā•e napĀ™íkladem kladením dĀ™azu v hlase na dĀ™leĀ•ité informace v textu dochází k výraznĀ• snazšímu a dlouhodobĀ•jšímu uchování v pamĀ•ti té které informace. Tato schopnost - Ā•íst potichu - není dostateĀ•nĀ• vyvinutā u dĀ•tí. Proto uĀ•itelé na národní škole (prvním stupni ZDŠ) v rámci výuky trivia doslova nutí dĀ•tí Ā•íst nahlas a nabádají k takovému Ā•tení i jejich rodiĀ•e v domĀ•cí pĀ™ípravě na výuku. RodiĀ•e Ā•asto ze stejných dĀ™vodĀ™ - viz výše - radĀ•ji dĀ•t nechají Ā•íst pro sebe, neĀ• ale rušeni. Schopnost umĀ•t sprāvnĀ• Ā•íst nahlas umoĀ•Ā•uje totiĀ• pozdĀ•jší dovednost umĀ•t sprāvnĀ• Ā•íst potichu. Ta je úzce spjata se schopností se koncentrovat na jakýkoli mentální výkon. Proto mĀ™Ā•eme konstatovat, Ā•e ten, kdo nedokāĀ•e sprāvnĀ• Ā•íst nahlas, není posléze schopen sprāvnĀ• Ā•íst ani pro sebe a ve svĀ•m dĀ™sledku se ani dĀ™slednĀ• soustĀ™edit. V souĀ•asnosti je tento problém poruchy koncentrace (koncentrovaného myšlĀ•ní) umocĀ•ován tím, Ā•e znaĀ•nā Ā•ást populace opouští psanĀ• slovo jako zdroj informací a pĀ™echází na audiovizuální a auditivní podobu získávání informací. Elementárním pĀ™íkladem odklonu od vizuálního vnímání psaného slova je vysokā míra chybovosti v pravopisu Ā•eského jazyka. DĀ™íve, kdyĀ• lidé více získávali informace Ā•tením psaného textu, mĀ•li zafixovanou vizuální podobu slova a to následnĀ• pouĀ•ívali vĀ•tšinou sprāvnĀ•, aĀ•koli nedokázali teoreticky zdĀ™vodnit sprāvnost pouĀ•itého tvaru. Hlavním vodítkem byl vizuální vjem slova pĀ™i Ā•tení, jakási dĀ™ívĀ•jší povĀ•domost o danĀ•m výrazu. Dnes, kdy informace jsou získávány zejména audiovizuálnĀ• Ā•i auditivnĀ•, a to z rozhovoru, pĀ™ípadnĀ• z televize Ā•i jiných sdĀ•lovacích prostředkĀ™ (video, kino, rozhlas) se povĀ•domost o bĀ•Ā•nĀ• pouĀ•ívanĀ•m tvaru slova zcela jasnĀ• vytrácí. SlyšenĀ• není vodítkem pro slovo psanĀ•. Samostatnou kapitolou je fenomén krátkých textových zpráv (SMS), kdy jakákoli kodifikace psaného projevu jazyka bere za své. NapĀ™íkladem masivní pouĀ•ívání zkratk (mtr - mám tĀ• ráda), anglicky (náĀ•stí - pls, prosím - pls), pĀ™ípadnĀ• obrázkových symbolĀ™ (smajlík) - vede ke zkratkovitĀ•mu nejen Ā•tení, ale zejména myšlĀ•ní! A v tom je zásadní problém dnešní doby. Lidé pĀ™estávají být schopni sprāvnĀ•, tj. logicky nerozpornĀ• myslet. A tento stav pak Ā•asto vede mnohé jedince ke kompenzaci svých kognitivních nedostatkĀ™ jinými, "alternativními zpĀ™oby myšlĀ•ní", které zdĀ•nlivĀ• pĀ™ekonávají existující obtĀ•e. Ale to je vskutku pouze zdĀ•nlivĀ•!

Objem vnĀ•jších podnĀ•tĀ™ pĀ™sobících na lidský mozek je velmi dĀ™leĀ•itý. Na stranĀ• jedné mĀ™Ā•e mozek obě strany rozložit a druhá pak pokračovat. K destruktivnímu pĀ™sobení na naše myšlĀ•ní mĀ™Ā•e docházet jak pĀ™i malĀ•m, tak velkĀ•m mnoĀ•ství vnĀ•jších podnĀ•tĀ™. PĀ™ed lety bylo experimentálnĀ• prokázáno, Ā•e vytvoĀ™íme-li u človĀ•ka prostĀ™edí blokáce naše vnĀ•jších podnĀ•tĀ™ (omezení vnĀ•jších podnĀ•tĀ™), tak se naše myšlĀ•ní zcela nepĀ™írozenĀ• zaĀ•ne toĀ•it okolo jedné jediné myšlĀ•nky. Tomuto efektu se také Ā™íkā kognitivní lopingová rotace. A byl to právnĀ• v úvodu Ā•lĀnku zmiĀ•ovaný laboratorní pokus amerických neurofyziologĀ™ zvaný

„plavání mrtvého „lovka“, který nám poskytl dostatek informací k tomuto tématu.

Představme si muže, který je oděn do skafandru, jenž je naplněn vzduchem, a takto vybavená zkušební osoba ponořena do nádoby s kapalinou. Nádoba je hermeticky uzavřená, tichá a neosvětlená. V takto vytvořeném laboratorním prostředí, kdy se „lovka“ podobá vzduchové bublině vznášející na hladině vody, dojde brzy k propadnutí se do spánku. Pokusná osoba se po probuzení ocitne ve stavu, kdy je naprosto „asova“ i prostorově dezorientovaná. Není schopna rozlišovat vertikálně (nahoru versus dolů), ale nedokáže určit ani vlevo versus vpravo. V tomto stavu se pokusná osoba ocitá ve zvláštním světě, které je v porovnání s běžnou zkušeností zcela nezvyklé a atypické. Pakliže v tomto stavu bude zkušební osobě poskytován vnější podnět, například sluchový, to může být jedno stále dokola se opakující slovo, pak myšlení testovací osoby se zastaví (zabrzdí) a ta je schopna myslet pouze a toliko na ono jedno slovo. Nutkavě se opakující, lopingově se opakující myšlenka. Takový stav může vést až k psychickému traumatu. Podobný stav lze zakusit i při vyšetření MRI (magnetickou rezonancí). Z osobní zkušenosti vím, že je-li pacient zasunut do tunelu MRI, pak v úzkém prostoru (není schůdné pro klaustrofobiky), při zavěšených očích a ve vřivém, udypitorném hluku má podobný stav kognitivní lopingové rotace nastat. Určité zvuky asociují některá slova z přirozeného jazyka a „lovka“ není schopen se oprostit nutkavě vtíravého pocitu, že slyší stále dokola jedno a totéž slovo, které se zvukově podobá v tunelu přitomnému zvuku. Tento stav myslí, je-li dlouhotrvající, může způsobit poškození lidské psychiky. V okamžiku, kdy pokusnou osobu osvobodíme z monotónních vnějších podnětů například tím, že ji začneme používat namísto jednoho stále se opakujícího slova běžnou lidskou řečí. Uzamčení v kognitivní lopingové rotaci poměrně rychle pomine. Takový stav bývá často nazýván různými esoterickými příznaky. Nicméně pravda je taková, že příčina, přání i výsledek takového stavu je velmi snadno racionálně vysvětlitelný, takže se o nic esoterického nejedná.

Marek Matějka (text je součástí knižní publikace, která shrnuje autorovy přednášky na témata spojená s „tajemstvími“ lidské psychiky.)