

# AKROPOLITÁN

ČERVENEC-SRPEN 2026

č. 193



# AKROPOLITÁN

FILOZOFIE – KULTURA – DOBROVOLNICTVÍ

Elektronický časopis č. 193, červenec–srpen 2026

Filozofie, kterou navrhujeme, je způsob života dostupný všem, což znamená uplatňování učení velkých mudrců v praxi.

Kultura je uskutečňování lidských hodnot v životě, čímž se stává aktivní, využívá kvality každého člověka a rozšiřuje obzory.

Dobrovolnictví je plodem vůle vložené do služby ostatním. Neexistuje větší bohatství, než je ochota.

**BRNO**

[www.akropolis.cz/brno](http://www.akropolis.cz/brno)

**HRADEC KRÁLOVÉ**

[www.akropolis.cz/hradec](http://www.akropolis.cz/hradec)

**LIBEREC**

[www.akropolis.cz/liberec](http://www.akropolis.cz/liberec)

**OLOMOUC**

[www.akropolis.cz/olomouc](http://www.akropolis.cz/olomouc)

**OSTRAVA**

[www.akropolis.cz/ostrava](http://www.akropolis.cz/ostrava)

**PLZEŇ**

[www.akropolis.cz/plzen](http://www.akropolis.cz/plzen)

**PRAHA**

[www.akropolis.cz/praha](http://www.akropolis.cz/praha)

**ZLÍN**

[www.akropolis.cz/zlin](http://www.akropolis.cz/zlin)

**Šéfredaktorka**

Slavica Kroča

**Odpovědná redaktorka**

Ivana Hurytová

**Redakce a grafická úprava:**

Eva Bímová,

Martina Flaitingrová, Ondřej Aksamít,

Jana Aksamítová, Petra Pavlíčková,

Samuel Bíma, Aleš Gabriel

Nová Akropolis se nemusí plně ztotožňovat s obsahem uveřejněných textů, odpovídají za ně výhradně jejich autoři.

Všechna práva vyhrazena.

Tento časopis nebo jakákoli jeho část nesmí být reprodukovány v jakékoli formě bez předchozího písemného svolení vydavatele.

5



**BÝT NA SLUNCI**



**KLID V CHAOSU**

7



**TAJEMSTVÍ PAMĚTI**

10



**FRANTIŠEK KŘIŽÍK**

13

15



**PŘIROZENÁ LÉČBA  
PODLE ARNOLDA RIKLIHO**



Léto a čas dovolených nám nabízejí příležitost vydat se na cesty, objevovat místa, která jsme dosud nepoznali, nebo se naopak vracet na místa oblíbená, která nám přirostla k srdci. Obdivujeme majestátnost hor, nasloucháme šumění lesa, pozorujeme nekonečný obzor moře či noční oblohu posetou hvězdami, procházíme velkolepými stavbami, které nám zanechaly dávné civilizace. V takových chvílích se v nás probouzí tušení, že krása, kterou obdivujeme, je odrazem něčeho hlubšího, co přesahuje chápání našich smyslů.

Právě zde začíná filozofická cesta: úžasem nad krásou světa a otázkami po jejím původu. Nestačí nám krásu pouze obdivovat, ale toužíme pochopit, odkud pramení, proč se nás tak hluboce dotýká a jakou pravdu o životě nám odhaluje. Po takové cestě nás vede neoplatónský filozof Plotínos. Konkrétní projev krásy pro něj není konečným cílem, ale prvním krokem na cestě k poznání věčného a neměnného Bytí.

Na začátku této cesty je milovník. Milovník je přitahován krásou, kterou vidí kolem sebe. Viditelná krása je pro něj prvním krokem na cestě poznání. Pokud na ní vytrvá, začne postupně objevovat, že rozmanitost krásných forem má společný pramen, jedinou Krásu, z níž vše krásné vychází. Zároveň pochopí, že tato Krása se neprojevuje pouze v tělesných podobách, ale také v lidských činech, umění, vědě a ctnostech.

Dalším stupněm je hudebník. Hudebník je mimořádně vnímavý ke krásě, která se projevuje v harmonii, rytmu a vzájemném souladu. Naslouchá zákonům života, slyší melodii přírody i svého srdce. Krása jej vede k hledání řádu, jenž poskytuje všemu i všem správné místo v Universu. Postupně rozpoznává jednotu skrytou za rozmanitostí a nachází hlubší propojení tam, kde dříve viděl pouze jednotlivosti.

A nakonec je zde filozof. Plotínos jej nazývá „okřídlenou duší“. Ne proto, že by se vzdal světa, ale protože jeho pohled přirozeně směřuje vzhůru a odhalená moudrost dává jeho životu tolik potřebný smysl. Touží porozumět tomu, co je trvalé uprostřed tolika změn, a hledá pravdu, která nezávisí na vnějších okolnostech. Každý krok na cestě životem se pro něj stává příležitostí k poznání sebe sama i světa, a čím více se přibližuje tomu, co je věčné, tím více se v něm probouzí vzpomínka na to nejlepší a nejkrásnější, co nosí ve své duši.

Až se letos vydáme na cesty, věřím, že objevíme místa, která nás okouzlí nejen svou krásou, ale také nám pomohou na chvíli se zastavit a ponořit se do svého nitra, abychom se spojili s tím nejlepším, co nosíme ve své duši. Poté se budeme vracet domů nejen s novými vzpomínkami, ale také s novou energií, radostí, vnitřním klidem a odhodláním vkládat krásu a dobro do každodenního života.

Přeji všem radostné a krásou naplněné léto.

Eva Bímová

# O TEORII A PRAXI



Řecký učenec zkoumal oblasti kolem řeky Nil. Pyšný na své znalosti hledal na starodávných místech tajemství přírody i lidí, kteří tam žili dávno před řeckou civilizací.

Při jedné příležitosti musel překročit řeku, a tak nastoupil na loď. Starý převozník rázně vesloval a pozorně sledoval vodní hladinu. Najednou se ho učenec zeptal:

*Znáš astronomii?*

*Ne, pane.*

*Tak to jsi ztratil čtvrtinu života.*

*Umíš filozofovat?*

*Ne, pane.*

*Tak jsi ztratil další čtvrtinu svého života.*

*Víš něco z historie světa?*

*Ne, pane.*

*Přišel jsi tedy o další čtvrtinu života.*

Vtom vratkou loďkou zalomcoval poryv větru. Převrátila se a oba muži spadli do řeky. Převozník zamířil mohutnými tempy ke břehu. Učenec mizel pod hladinou, křičel z plných plic a bojoval o život.

Převozník se k němu vrátil, snažil se jej zachytit a volal:

*Umíš plavat?*

*Ne!*

*Tak to přijdeš o celý svůj život!*

(převyprávěno z knihy José Carlose Bermeja *Příběhy pro uzdravení duše*)

# BÝT NA SLUNCI

*Delia Steinberg Guzmán*

My lidé, tak náchylní k následování módních trendů diktovaných společenskými konvencemi a zvyklostmi, bychom se měli naučit řídit se módou, která prospívá naší pravdivosti a přirozenosti. Mám na mysli, abychom se oblékali podle módy ročních období, podle rytmu, který udává právě sama příroda.

Tím nechceme objevit nic nového. Starověké civilizace uctívaly roční cykly nikoliv z prostoduchosti, nýbrž z hluboké znalosti základních zákonů životních rytmů.

Pravdou je, že většina lidí nevědomky a bezděčně uctívá slunce, a i když to není náboženský kult v archaickém smyslu, je to kult světský a moderní, v němž není nutné příliš se zabývat metafyzickými vlastnostmi zářivé hvězdy, nýbrž stačí ocenit její zjevné hmotné projevy. Existuje potřeba vyjít z uzavřených prostor, užívat si čerstvého vzduchu, „být na slunci“. Mořské pláže, řeky, potoky a bazény získávají zvláštní kouzlo, v němž se snoubí síly vlastní vodám a jiná, velmi jedinečná síla slunce.

Být na slunci znamená být na světle, znamená zbavit se nejen oděvu, ale především starých a opotřebovaných psychických prvků. Začínající léto s sebou přináší výslovnou touhu začít nové věci, načrtnout plány pro bezprostřední i vzdálenější budoucnost, opustit smutek a bolest, aby se dal prostor novým pozitivním citům.

Slunce vylepšuje vzhled všech věcí propůjčujíc jim část svého mimořádného lesku. Proto se nám vše zdá krásné a jsme schopni zastavit se a pozorovat to, co sice vidáme každý den, ale nikdy jsme to tak jasně nevnímali. Ulice naší každodenní rutiny je jiná, stejně jako jsou jiné tváře lidí, s nimiž sdílíme hodiny a hodiny práce a jejich společnost. Stromy jsou skutečně jiné – i když kořen zůstává stejný – a okolí se naplňuje novými zvuky, včetně ptáků, kteří, ve velkém městě nezpozorovatelní, se nám svým cvrlikáním snaží naznačit, že se v přírodě něco změnilo.

Léto podněcuje přátelství a důvěrnost a podporuje něco, co bychom snadno mohli nazvat zralostí, stejně jako u plodů země. V lidech je klid, který nepramení pouze z dovolené, ale z celkového rytmu našeho okolí. Existuje větší schopnost dávat, pomáhat těm, kdo to potřebují, radovat se s těmi, kdo se radují, a trpět s těmi, kdo trpí.

Je věcí filozofů nabízet a přijímat tento nový trend, který se mění, aniž by sám měnil, a podporuje životní cykly, aniž by je narušil. Je na filozofech, aby následovali letní módu. To znamená zbavit se staré kůže, zbavit se prvků opotřebovaných zkušeností a zaměřit se na nové možnosti jednání a vnitřního uskutečňování. To znamená přizpůsobit se konstruktivnímu a klidnému duševnímu rozpoložení, zralému jako jsou plody přírody. Být s létem znamená uznat výhody světla, praktikovat vnitřní vyjasnění, poznání sebe sama i ostatních, ctít pravdu a upřímnost a žít, jako by naše já bylo pro sluneční paprsky průzračné. Převzít tuto módu znamená pro filozofa zavázat se k rozjímání, k tomu vybrat si své nejlepší ctnosti a pečlivě plánovat setbu na příští zimu, aby ani jedno stéblo v lidských brázdách nerostlo náhodně. Znamená to nabídnout ruce a srdce ostatním, podporovat trvalá pouta. Znamená to pozvednout oči a rozpoznat velký zázrak, který prožívá příroda a který tudíž může prožít každý z nás v té míře, v jaké se na něm podílíme.

Léto je život.

A filozof, který miluje Moudrost, který ji hledá v každém koutku zkušenosti, také miluje Život, cení si ho, slouží mu a kráčí spolu s ním k novým a jistým obzorům. □



# KLID V CHAOSU

*Tereza Goliášová*

Téma vnitřního klidu je v dnešní době mimořádně aktuální. Často se mluví o stresu, o rychlém životním tempu, neustálých změnách, nedostatku času i o pocitu zahlcení. Mnozí lidé touží po schopnosti zachovat si klid v náročných situacích, reagovat s rozvahou a nenechat se vykoléjit nečekanými okolnostmi. Přesto však téměř každý někdy zažil i opačný stav: chaos, zmatek, paniku, stres nebo pocit ztráty kontroly.

Nepředvídatelné situace, změny a nejistota jsou přirozenou součástí života. Ne vždy je možné jim zabránit nebo je ovlivnit. O to důležitější je zaměřit se na to, co ovlivnit lze: vlastní přístup, vnitřní stabilitu a schopnost zachovat si klid i tehdy, kdy vnější okolnosti klidné nejsou.

Přestože se může zdát, že hledání vnitřního klidu je především tématem moderní uspěchané společnosti, mnohá doporučení nacházíme již ve starověké filozofii. Myslitelé různých kultur a civilizací se tímto tématem zabývali po staletí. Vypadá to tedy, že touha po klidu provází člověka odjakživa. A protože vnější klid nelze vždy zajistit, hledali lidé cesty k dosažení toho vnitřního.

Následujících šest principů představuje nadčasovou inspiraci, která nám může pomoci lépe zvládat náročné situace a posílit duševní rovnováhu.

## **Pěstovat ctnosti**

Jedním ze základních prostředků k dosažení vnitřního klidu je rozvoj ctností. O jejich významu hovořili filozofové napříč starověkými civilizacemi Východu i Západu. Přestože dnes slovo ctnost nepůsobí příliš moderně, nemění to nic na jeho nadčasovém významu: označuje totiž ty nejlepší lidské kvality a vlastnosti.

Odpověď na otázku, jak nám pěstování ctností může pomoci ke klidu, se skrývá v etymologii. Slovo ctnost má totiž v latině stejný kořen jako slovo síla. Znamená to tedy, že se rozvíjením vlastních kvalit stáváme vnitřně silnějšími. Pokud například pracujeme na své trpělivosti, odvaze nebo vytrvalosti, víme, že se na sebe v tomto směru můžeme spolehnout. A také se nám s námi

samotnými žije o poznání lépe, než kdybychom byli stále netrpěliví, zbabělí a všechno vzdávali při první překážce. Díky této vnitřní práci zjistíme, že se můžeme v mnoha situacích opřít sami o sebe, a toto poznání nám dodá mnoho vnitřní jistoty a klidu.

### **Chtít poznávat**

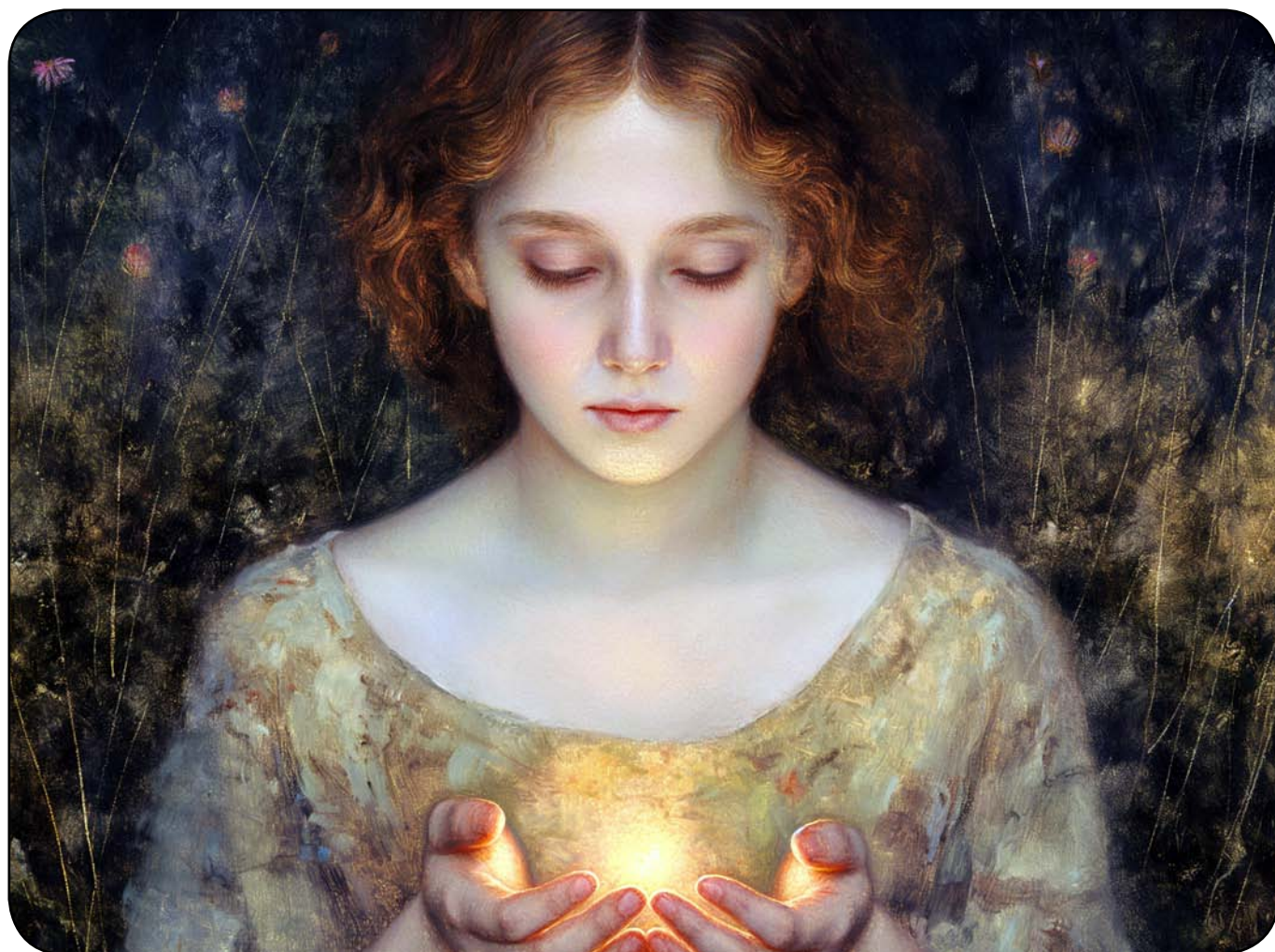
Dalším důležitým prostředkem k dosažení duševního klidu je poznání: poznávání sebe sama, života i světa kolem nás. Situace, kterým nerozumíme, v nás totiž velmi často vyvolávají neklid. Strach, nejistotu a nervozitu v nás probouzí především to neznámé: když nevíme, jak něco funguje, jak s tím zacházet, co očekávat, jak něco řešit, jak reagovat...

Není proto náhodou, že slavný nápis nad delfskou věštírnou ve starověkém Řecku vybízel každého příchozího k tomu, aby poznal sám sebe. Sebepoznání i poznávání světa totiž přispívají k lepší orientaci v životě, a tím i k větší míře vnitřního klidu.

### **Nebát se o klid bojovat**

Třetí rada možná na první pohled působí paradoxně. Nabádá nás totiž, abychom se o svůj vnitřní klid nebáli bojovat. Boj většinou vnímáme jako naprostý opak klidu; může se však stejně tak stát nástrojem, který nás ke klidu dovede.

Zdroje neklidu totiž nejsou vždy pouze vnější. Často vznikají uvnitř nás: v našich emocích, náladách nebo obavách. A pokud bychom nikdy nepřepřali svoji špatnou náladu, nezmítali nad svým strachem nebo neovládli svůj hněv – zkrátka nevynaložili úsilí na překonání něčeho, čím sami sebe od klidu vzdalujeme –, jak bychom ho kdy mohli dosáhnout?



O tomto vnitřním boji, který bychom mohli spíše chápat jako ochotu pracovat na sobě a vyvíjet úsilí, velmi poutavě vypráví starodávný indický text *Bhagavadgíta*. Jeho hlavní hrdina Arjuna řeší totéž dilema: bojovat, nebo nebojovat? Přestože je tento příběh velmi starý, dotýká se témat, která nás provázejí každý den: umění správně se rozhodnout, rozptýlit pochybnosti a odvážit se udělat první krok.

## Udělat si spojení ze své mysli

Významnou roli při nastolení vnitřního klidu hraje také způsob, jakým pracujeme se svou myslí. Přestože věta o tom, že „všechno začíná v hlavě“, zní trochu jako klišé, obsahuje důležitou pravdu. To, jakým způsobem zpracováváme a interpretujeme situace, s nimiž se v životě setkáváme, a jaké myšlenky si v náročných chvílích vytváříme, zásadně ovlivňuje naše prožívání i jednání.

V obtížné nebo nečekané situaci může naše mysl reagovat katastrofickými scénáři, bezmocí a přesvědčením, že problém nelze zvládnout. Stejnou situaci je však možné vnímat i jinak: jako komplikaci, která sice není příjemná, ale kterou lze postupně řešit.

Rozdíl mezi těmito dvěma postoji nespočívá pouze v míře klidu, kterou díky nim pocítíme. Nastavení naší mysli významně ovlivňuje také míru pravděpodobnosti, že situaci vyřešíme úspěšně. Pozitivní přístup sice automaticky nezaručuje, že všechno dobře dopadne, avšak vytváří prostor pro hledání řešení. Negativní přístup naopak vede k rezignaci a tím, že se do žádné akce raději ani nepustíme, sami sobě znemožníme její úspěšné zvládnutí.

Práci s myslí věnovala velkou pozornost tibetská filozofická tradice. Inspiraci lze nalézt například v krátkém textu *Hlas ticha*, který se věnuje právě vnitřnímu rozvoji a práci s vlastním nitrem.



## Přijmout skutečnost a hledat rovnováhu

Další inspirace pochází z buddhistické filozofie. Jednou z jejích základních myšlenek je totiž poznání, že bolest, trápení nebo neklid jsou přirozenou součástí lidského života. Tato myšlenka může působit překvapivě osvobozujícím dojmem. Díky ní už totiž nemusíme považovat každé období neklidu za selhání nebo něco nepřírozeného, neboť obtíže a dočasná ztráta rovnováhy k životu zkrátka patří.

Přijetí této skutečnosti nám zároveň umožňuje lépe se na podobné situace připravit. Pokud člověk počítá s tím, že obtížné chvíle přijdou, nejsou pro něj tak ochromující. A když pak v určité chvíli ztratí stabilitu nebo vnitřní klid, může se k nim opět vědomě a aktivně navracet a znovu hledat to, co Buddha nazýval zlatou střední cestou.

## Zavést řád

Poslední princip může v dnešní době možná působit poněkud kontroverzně. Je jím totiž obrovská hodnota, kterou do našeho života přináší řád.

Mnozí lidé jej dnes vnímají jako něco omezujícího nebo příliš strnulého a dávají naopak přednost spontánnosti a tvořivému chaosu. Klasická filozofie jej však považovala za důležitou ctnost, která – jako koneckonců všechny hodnoty – vnese do našeho života mnoho dobrého v případě, že nalezneme správnou míru.

Určitá míra řádu je totiž pro člověka zcela jistě prospěšná a pravděpodobně i nezbytná. Představme si to na jednoduchém příkladu. Líbilo by se nám, kdyby všechny věci v naší domácnosti byly bez ladu a skladu nahromaděny na jednom místě? Jak dlouho bychom v takovém zmatku hledali to, co právě potřebujeme? A jak rychle bychom se asi snažili znovu zavést nějaký systém a pořádek?

Stejně to funguje i uvnitř nás samotných. Pokud máme chaos v myšlenkách nebo citech, těžko se nám bude hledat vnitřní klid. Když se ale sami v sobě vyznáme, máme uspořádané myšlenky a jasno ve svých pocitech, získáváme pevnější půdu pod nohama.

Tuto myšlenku vystihuje citát svatého Augustina: *Zachovejte řád a řád zachová vás*. V náročných obdobích může být právě návrat k pravidelnosti, systému a známým opěrným bodům důležitým zdrojem stability. Také čínský filozof Konfucius pokládal řád – především ten vnitřní – za jednu z nejdůležitějších hodnot. Jeho myšlenky nejen na toto téma můžete nalézt v díle *Hovory Konfuciovy*.

Vnitřní klid pravděpodobně není stavem, kterého lze dosáhnout jednou provždy. Nejde o trvalou nepřítomnost problémů, stresu nebo nejistoty. Spíše jde o schopnost těmito situacemi procházet s větší stabilitou a nadhledem díky opoře, kterou dokážeme poskytnout sami sobě.

Filozofické tradice různých kultur ukazují, že člověk není na hledání klidu sám. Už po staletí existují myšlenky, doporučení a postupy, které mohou každému pomoci zvládat životní obtíže vyrovnanějším způsobem. Na nás pak už jen záleží, které z těchto inspirací jsou nám nejbližší a které se rozhodneme pozvat do svého života. □

## Z použité literatury:

Seneca: O duševním klidu, Supraphon, Praha 1984

Blavatská, H. P.: Hlas ticha – vybrané fragmenty z „Knihy zlatých pravidel“ pro denní použití učedníků, Nová Akropolis, Praha 2008

Konfucius: Hovory Konfuciovy, Nová Akropolis, Praha 2010

Bhagavadgíta – píseň vznešeného; Uttaragíta – píseň zasvěcení, Nová Akropolis, Praha 2012

Rejzek, J.: Český etymologický slovník, Leda, Voznice 2012

# TAJEMSTVÍ PAMĚTI

*Jiřina Koubková*

Pokud si někdy stěžujeme na vlastní paměť, tak obvykle na její děravost; zapomeneme něco udělat, nevybavíme si jméno nějakého člověka, nebo potřebujeme až příliš času na to, abychom si do paměti uložili učivo ke zkoušce či nový pracovní postup. Pokud si něco pamatujeme, máme pocit, že je vše v pořádku. Psychologické výzkumy ale ukazují, že i když si na něco vzpomínáme, ještě to neznamená, že se to opravdu stalo přesně tak, jak si vybavujeme. Paměť totiž nefunguje jako záznamník, který zachytí a uchová přesný a neměnný obraz prožitých zkušeností. Spíš připomíná neustále aktualizovaný příběh, který naše mysl znovu a znovu skládá z různých informací – a přitom ho může nenápadně měnit. Nejedná se přitom o selhání paměti, ale o její přirozenou funkci.

## Jak si pamatujeme

Když prožijeme nějakou situaci, naše paměť uloží různé prvky zvláště: vizuální detaily, prožité emoce, význam, který pro nás daná situace měla... Když si pak danou situaci vybavíme, nestane se to, že by nám paměť přehrála kompletní „film“, ale znovu skládá celkový obraz z dostupných prvků. Do této rekonstrukce ale vstupují naše pozdější znalosti či zkušenosti a také nálada, kterou v době vybavování vzpomínky máme, nebo aktuální životní situace. Ve výsledku se tak rekonstrukce může poněkud lišit od původního prožitku.

Na tuto záludnost lidské paměti narážejí policisté či soudci při svědeckých výpovědích, historikové, kteří zjišťují, že vyprávění pamětníků se někdy neshodují s doložitelnými fakty o dané době, a nakonec i každý z nás, když se s kolegy, přáteli či příbuznými přeme o tom, jak jsme se v minulosti na něčem domluvili, a každý z nás si je naprosto jistý zcela jinou verzí události.

Pozměněné vzpomínky přitom nemusí být nijak mlhavé. Psycholožka Elizabeth Loftus, která se pozměněnými vzpomínkami zabývala zejména v souvislosti s právní problematikou svědeckých výpovědí, dokázala prostřednictvím řady experimentů, že paměť dokáže vytvořit velmi živé a přesvědčivé vzpomínky i na události, které se ve skutečnosti nikdy nestaly. Lidská mysl zkrátka pracuje s aktuálními zkušenostmi, znalostmi, představami o sobě samém i o světě, a případná prázdná místa doplňuje tak, aby celkový obraz příběhu našeho života odpovídal tomu, o čem jsme právě teď přesvědčeni.

## Proč se to děje?

Na první pohled to může vypadat jako nedostatek paměti, ale přestane nám to tak připadat, pokud pochopíme, čím naše paměť skutečně je: není skladištěm informací nebo historickou kronikou, kam se díváme jen tak pro zajímavost. Paměť nám pomáhá orientovat se v přítomném okamžiku a plánovat budoucnost. Pokud se tedy my sami měníme a vyvíjíme, je jen přirozené, že se spolu s námi mění a vyvíjí i obsahy naší paměti. Například na nějakou bolestivou situaci se s odstupem let můžeme dívat jako na obohacující zkušenost. Vzpomínky na trápení, nejistotu nebo rozčilení mohou ustoupit, a naopak si uvědomíme pozitivní aspekty, které jsme v danou chvíli třeba ani nevnímali: například vděčnost k blízkému člověku, který nám v těžkých chvílích stál po boku, nebo hrdost na vlastní síly, které nám umožnily problém překonat. Kdyby naše paměť uchovala situaci přesně tak, jak jsme ji prožili, navěky bychom si pamatovali jen klubko bolestivých emocí. Protože ji ale během let několikrát aktualizuje, s každým vybavením nepatrně upraví a uloží v trochu jiné podobě, po letech máme posilující vzpomínku, která více odpovídá našemu současnému já, zkušenějšímu a schopnějšímu si s obtížemi poradit, než našemu já tehdejšímu.

Na druhé straně, stejný proces může působit proti nám. Pokud dovolíme, aby se náš život stal spirálou zklamání a neúspěchů, pokud sami sebe postavíme do role oběti, naše paměť tomu začne přizpůsobovat i předchozí zkušenosti, a najednou nevidíme nic pozitivního nejen v přítomnosti, ale ani v minulosti.

## Co z toho vyplývá?

Ze všeho dosud uvedeného můžeme odvodit několik praktických rad.

Pokud nám někdo s naprostou jistotou tvrdí, že se něco odehrálo určitým způsobem, a my jsme se stejnou jistotou přesvědčení o opaku, nepovažujme ho hned za lháře. Možná si to pamatujeme správně my. Možná on. Možná je pravda někde úplně jinde.

Pokud nám v nějaké situaci opravdu záleží na tom, abychom měli později k dispozici přesný a nezkreslený záznam, použijme zápisník. Je pro tento účel uzpůsoben mnohem lépe než naše paměť.

Pokud celý svůj dosavadní život vnímáme jako jeden velký horor, zkusme zapracovat na tom, jak vnímáme přítomnost. Až zase získáme pocit, že jsme schopni aspoň v maličkostech uspět, že můžeme aspoň některým lidem důvěřovat a můžeme prožívat chvílky radosti, určitě takové poklady najdeme i v minulosti.

Na svém postoji k životu zapracujme i v případě, že v naší minulosti naopak vidíme jen samé sluncem zalité dny. Většina lidských bytostí se občas dopouští chyb a ty s sebou nesou menší či větší neúspěchy. Pokud si nic takového nepamatujeme, pak jsme buď mimořádně vzácná bytost, nebo spíše kráčíme životem se zavřenýma očima.

Na závěr ještě jednou zdůrazníme, že účelem tohoto článku nebylo vyvolat nedůvěru ve vlastní paměť. Životu je vlastní změna a vývoj, a je tedy jen přirozené, že se stejné procesy odehrávají i v naší paměti. Nejsme stroje, ale živé bytosti, které mohou růst a rostou. Proč by tedy něco v nás mělo zůstat stále stejné? □

## Z použité literatury:

Kassin, S. M.: Psychologie, CPress, Brno 2012

Schacter, D. L.: Sedm hříchů paměti – jak si pamatujeme a zapomínáme, Paseka, Praha 2003



# VESLOVAT PROTI PROUDU, Jorge Ángel Livraga

Těm, kteří čtou moje články poprvé, bych chtěl říci, že to jsou rozjímání, jsou to doteky, jsou to některé myšlenky. Také chci, abyste věděli, že tento způsob obracet se na vás používáme proto, že věříme, že každý člověk je rozeným filozofem, což znamená, „že jsme všichni filozofy“; že neexistuje žádná univerzita, která by mohla filozofy vytvářet; titulem lze odměnit řadu technických poznatků, ale neexistují univerzity, které utváří filozofy, stejně jako neexistují ty, které by utvářely básníky či hudebníky. Člověk tento neklid nosí ve svém nitru. Člověk je „filo-sofos“ neboli „milovník moudrosti“, milovník hloubky věcí.

Tento filo-sofos se nachází v nás všech. Je pouze otázkou, jak říkal Sokrates, najít sebe sama. Najít sebe sama, abychom se znovu našli, abychom v onom zrcadle zahlédli svou novou tvář, svou vnitřní tvář, kterou můžeme mít, hlubokou tvář.

A vycházejíce z této hluboké tváře se můžeme pustit do dnešního tématu „Jak se sny stávají skutečností“. Nebudu mluvit o snech ve fyzickém smyslu, neboli o spánku a bdělosti, nýbrž o snech jako iluzi, jako archetypech; jinými slovy o tom všem, co se nachází za fyzickými věcmi.

Vím, že existuje zákon gravitace, který umožňuje, aby voda tekla z hory do moře, ale tento zákon gravitace je mechanický a za ním musí existovat nějaké Bytí a toto Bytí, jak říkával Calderón de la Barca, je snem, který sní řeka.

Řeka je řekou a teče, protože sní o tom, že teče; ptáci jistým způsobem sní o tom, že jsou ptáky, a jistým způsobem i my sníme o tom, kým jsme.

Všichni máme ve svém nitru řadu snů, některé umělecké, další rodinné, ekonomické, sociální, politické. Všichni mají sny. Někdy si myslíme, že proto, že nějaký člověk je chudý nebo chodí jinak oblečený, nemá možnost snít. Ale možnost snít máme nějakým způsobem my všichni.

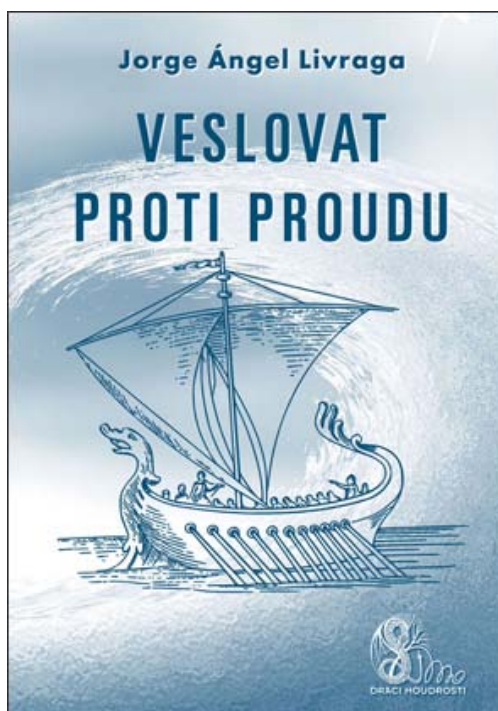
My všichni jsme ve spojení s onou vnitřní Entitou, v níž žijí archetypy a kde se nacházejí sny. My všichni někdy ve své skromnosti, při svém rozjímání cítíme chvění velkých záblesků snů. Existují záhadné hlasy, které nám diktují básně, jež možná nikdy nenapišeme, protože jsme až moc stydliví, abychom to udělali.

Existuje zvláštní hudba, ale my ji neumíme zahrát, protože neumíme ovládat žádný nástroj nebo proto, že nemáme o hudbě žádné znalosti. Máme tisíce nápadů, jak uskutečnit to či ono, avšak většinou to nelze, protože nemáme dostatek finančních prostředků.

V našem nitru existuje archetypální svět, v našem nitru existuje pradávne volání po Dokonalosti, po Dobru, po Svornosti, po Lásce. Volání silné, mocné a nepřetržitě, které nás nikdy neopouští. Je to volání, které nikdy nezestárne, kterému nena-

rostou šediny; bez ohledu na naše stáří v nás toto volání přetrvává, přetrvává..., přetrvává..., přetrvává...

... A pokud nemáme sny, následujme tedy sen někoho jiného, ale nezůstávejme beze snů. Ani hvězdy nedržíme v rukou, a přesto jsme se naučili dívat se na hvězdy, které jsou na nebi. Nemáme ani prameny vody ve své hrudi, a přesto jsme se naučili pít z horských pramenů.



# FRANTIŠEK KŘIŽÍK



*Pavel Goliáš*

Z mých školních let se mi vybavuje vzpomínka na obraz nade dveřmi fyzikální učebny. V černém rámu byla fotografie staršího důstojného pána s vousy a brejličkami. Pod ní byl nápis *František Křižík – český elektrotechnik*. Na rozdíl od ostatních osobností, jejichž fotografie taktéž visely v učebně, nebyl pohled pana Křižíka nijak přísný. Připadalo mi, jako by vyjadřoval zájem o všechno, co se v okolí děje. A tak se mu podařilo vzbudit ve mně sympatie nejen ke své osobě, ale k celému oboru, jemuž se v životě věnuji.

František Křižík, často přezdívaný novináři své doby „český Edison“, patří k nejvýznamnějším osobnostem české techniky a průmyslu. Narodil se 8. července 1847 v Plánici do chudé rodiny ševce a posluhovačky. Byl jejich jediným dítětem. Rodiče mu samozřejmě chtěli zajistit co možná nejlepší budoucnost. Rada jeho strýce, že nejlepší investice do budoucnosti je vzdělání, nasměrovala celou rodinu k tomu, aby Františkovi umožnila studia.

Absolvoval základní školu v rodné Plánici, tzv. podreálku v Klatovech a reálné gymnázium v Praze. Maturitní zkoušku však neskládal, protože se za ni platilo. Díky podpoře profesora Václava Zengera mohl přesto studovat na Pražské polytechnice (dnešní ČVUT) jako mimořádný posluchač.

Během studií musel pracovat. Opisoval noty, doučoval, a později získal místo v dílně Markuse Kaufmanna, kde se vyráběla telegrafní a signalizační zařízení. K elektrotechnice jej tak dle jeho vlastních slov nasměrovala náhoda: setkal se s pracovníkem zmíněné firmy, který za sebe právě hledal náhradu. Pro tuto firmu později vymyslel první významný vynález v oblasti železniční signalizace.

Po studiích Křižík působil u několika železničních společností jako opravář a technik. Práce u dráhy ho inspirovala k dalším nápadům na zlepšení zabezpečovacích zařízení, které výrazně zvýšily bezpečnost provozu. Zlom však přišel roku 1878, kdy navštívil Světovou výstavu v Paříži a seznámil se s Jablčkovovou obloukovou lampou. Její nedostatky ho přiměly k vlastnímu vývoji a už v roce 1880 si nechal patentovat zdokonalenou obloukovou lampu s automatickou regulací, která mu přinesla světový úspěch i zlatou medaili na pařížské elektrotechnické výstavě v roce 1881.

Získané prostředky investoval do podnikání. V pražském Karlíně založil elektrotechnický závod, který vyráběl obloukové lampy, dynamo, elektromotory i vybavení pro elektrárny. Stal se průkopníkem elekt-

rifikace českých zemí. Podílel se na osvětlení Národního divadla, otevřel první městskou elektrárnu na Žižkově a roku 1891 na Jubilejní výstavě ohromil veřejnost světelnou fontánou i první pražskou elektrickou tramvají. Později vybudoval také první elektrickou dráhu Tábor–Bechyně. Veškerá jeho činnost se však neodehrávala pouze na poli vědy a techniky, angažoval se také společensky. Bez jeho organizačních a propagačních aktivit by se například zmiňovaná Jubilejní výstava pravděpodobně vůbec neuskutečnila.

Co zapříčinilo, že se František Křižík stal tak významnou osobností? On sám opakovaně zdůrazňoval, že úspěch není dílem náhody, ale výsledkem soustavné práce a zkoušení. Jeho zásadní motto znělo *Práce vítězí*.

Ve svých pamětech popisuje stovky pokusů a omylů, z nichž se rodily vylepšené konstrukce. Zároveň často upřednostňuje praktická, jednoduchá řešení před složitými teoretickými konstrukcemi. Ve vzpomínkách vysvětluje, jak jednoduchá úprava mechanismu nebo regulace často přinesla větší spolehlivost než komplikované novinky. Proto říká: *Kdo chce něco dokázati, musí počítati s mnohými nezdary a trpělivě je překonávati*. Anebo také: *Nejlepší je řešení jednoduché a spolehlivé; složitost často přináší více potíží než užitku*. Tento pragmatismus mu pomáhal při zavádění techniky do reálného provozu.

Křižík byl spíše technickým než obchodním typem člověka. Přesto si byl vědom toho, že vynález nestačí, ale že je také třeba zajistit financování, výrobu a servis. Ve svých pamětech popisuje, jak se učil obchodním pravidlům, jak řešil financování závodu a proč považoval organizaci výroby za stejně důležitou jako technický nápad. Byl přesvědčen, že *vynález bez výroby a servisu je jen poloviční dílo*. Proto kladl velký důraz na laboratoř a také na dělníky a spolupracovníky, které považoval za klíčové pro realizaci velkých projektů. Velmi si vážil praktických dovedností řemeslníků. V jeho pamětech se často objevují úvahy o tom, že *technika má sloužit lidem a zlepšovat život ve městech i na venkově* – od osvětlení divadel po elektrifikaci tratí a zemědělství. Křižík vnímal techniku jako nástroj pokroku, nikoli jako cíl sám o sobě.

Zemřel 22. ledna 1941. Zanechal po sobě nejen řadu vynálezů a technických inovací, ale i odkaz člověka, který zásadně ovlivnil podobu moderní české společnosti. Jako technik nám odkázal mnoho praktických vynálezů. Jako člověk nás však může inspirovat také svou nesobeckostí a upřímným zájmem o své spolupracovníky, kteří tyto vynálezy realizovali, stejně jako o kvalitu života lidí, kterým tyto vynálezy mohly být k užitku. □

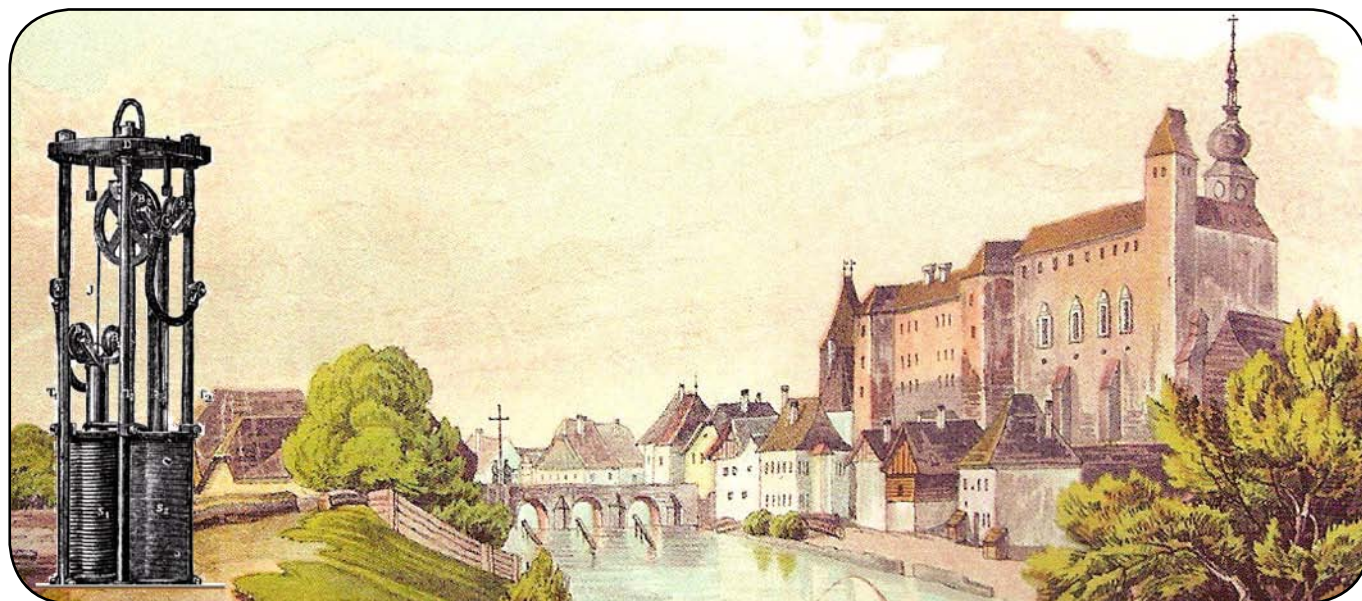
## Z použité literatury:

Maška, E.: František Křižík, Orbis, Praha 1946

Gutwirth, V.: Příklad Františka Křižíka – o jeho životě, díle a době, Fr. Borový, Praha 1941

Kottas, J.: František Křižík, Horizont, Praha 1987

Křižík, F.: Paměti Františka Křižíka, ČEZ, a.s. ve spolupráci s NTM, Praha, 1997



# PŘIROZENÁ LÉČBA PODLE ARNOLDA RIKLIHO



*Ivana Hurytová*

Jsou osobnosti, jejichž jméno čas překryje pláštěm zapomnění, přestože jejich myšlenky žijí dál, i když pod jinými jmény. Jedním z takových lidí je Arnold Rikli, který patří k nejvýznamnějším průkopníkům přírodního léčení. Tento švýcarský léčitel a propagátor zdravého životního stylu proslul především svými metodami založenými na působení slunečního světla, čerstvého vzduchu, vody a pohybu. Jeho názory byly často přijímány s nedůvěrou, ale mnohé z nich předběhly svou dobu a dodnes nacházejí odezvu v moderní medicíně a wellness přístupech.

Arnold Rikli se narodil 13. února 1823 ve švýcarském městě Wangen an der Aare do rodiny průmyslníka. Původně měl pokračovat v rodinném podnikání zaměřeném na barvení textilu. V mládí se skutečně zapojil do vedení továrny, avšak práce s chemikáliemi a náročné pracovní podmínky se negativně podepsaly na jeho zdraví. Měl vážné zdravotní obtíže, a začal hledat alternativní způsoby léčby. Zajímal se o vodoléčbu a postupně dospěl k přesvědčení, že největší léčivou silou představují přírodní síly.

Milníkem v jeho životě se stal pobyt v tehdejší Veldes, dnešním slovinském Bledu. Přijel k Bledskému jezeru v roce 1852 na zotavenou a byl okouzlen prostředím, čistým horským vzduchem a krásou okolní přírody. V okolí jezera vyvěrají teplé minerální prameny, a vytvářejí tak unikátní mikroklima tohoto místa. Místo má i svůj silný *genius loci*. V pradávých dobách byla na malém ostrově v jezeře svatyně slovanské bohyně Živy.

Rikli byl přesvědčen, že zde našel ideální prostředí pro uskutečnění svých představ o přírodním léčení. V roce 1855 na tomto místě založil léčebný ústav, který se stal brzy věhlasným po celé Evropě. Do Bledu se začali sjíždět pacienti z Rakouska, Německa, Francie, Ruska i dalších zemí.

Rikli vytvořil vlastní léčebný systém, založený na tom, že byl pacient maximálně vystaven harmonickému působení světla, vzduchu a vody. Svým pacientům doporučoval dlouhé pobyty na čerstvém vzduchu, procházky v přírodě, bosou chůzi v ranní rose, koupání, otužování, sluneční lázně a střídanou, spíše rostlinnou stravu. Zvláštní důraz kladl na těsný kontakt těla s okolním prostředím, a proto někteří návštěvníci jeho zařízení trávili část dne jen v lehkém oděvu nebo téměř nazí. Takové praktiky byly ve viktoriánské době považovány za velmi odvážné a často budily pohoršení.

Rikliho známé motto znělo: *Voda je dobrá, vzduch je lepší, ale světlo je nejlepší ze všeho*. Věřil, že sluneční záření představuje jeden z nejdůležitějších faktorů lidského zdraví. Záměrné vystavování těla slunci bylo už v 19. století považováno za riskantní a nevědecké, lékaři Rikliho přístup odsuzovali a považovali jej za šarlatána. Dnes víme, že přiměřené vystavení se slunečnímu záření podporuje tvorbu vitamínu D a má významný vliv na psychickou i fyzickou kondici člověka.

Přestože Rikli nebyl vystudovaným lékařem, získal velkou popularitu a jeho léčebné metody ovlivnily rozvoj přírodního léčení. Současně však čelil kritice odborníků, kteří mu vytýkali nedostatek vědeckých důkazů a některé sporné názory. Přestože nedokázal všechny své metody zdůvodnit vědecky, jeho intuice ho vedla k přirozené léčbě za pomoci přírodních zdrojů. Významně přispěl k rozvoji světelné terapie, hydroterapie a lázeňství.

Arnold Rikli zemřel 30. dubna 1906. Bled je dodnes spojován s tradicí přírodního léčení a zdravotní turistiky, jejíž základy položil. Mnohé jeho stezky, léčebné areály i historické budovy se staly součástí kulturního dědictví regionu. Rikli je proto připomínán nejen jako léčitel, ale také jako vizionář, který pomohl proměnit malé alpské městečko v jedno z nejznámějších evropských lázeňských a turistických center.

Můžeme říct, že se zde opět setkáváme s příkladem člověka v dějinách, který se navzdory nepochopení a odmítání své doby nevzdal svých myšlenek. Pocítil vnitřní volání a sílu intuice a dokázal přetvořit své sny ve skutečnost. □



## ČERVENEC–SRPEN

*Stoicismus v moderním světě? Proč ne!*  
Kurz

*Praktická rétorika*  
Kurz

## INSPIRATIVNÍ POSLECH LÉTO S YOUTUBE

KLIKNĚTE NA NÁZEV:

*H.P. Blavatská: Klíč k teosofii*

*Dobrovolnictví jako cesta*  
*Nová Akropolis | Den Země 2026*

*Aristoteles: Povídání o štěstí | Filozofie  
šťastného života*

*Hlas Ticha: výběr z posvátných tibet-  
ských textů*

## SLEDUJTE NÁS



[@NovaAkropolisCR](https://www.youtube.com/@NovaAkropolisCR)



[Nova.Akropolis.Ceska.republika](https://www.facebook.com/Nova.Akropolis.Ceska.republika)

Tento kurz praktické filozofie shrnuje myšlení nejvýznamnějších filozofů Východu i Západu. Stopy, které zanechali v dějinách, nás mohou každý den inspirovat na cestě rozvoje vlastních potenciálů a smysluplného života. Studium má srovnávací charakter a zkoumá filozofické dědictví lidstva prostřednictvím různých myslitelů a směrů.

## Kurz FILOZOFIE PRO ŽIVOT

### PROGRAM KURZU

Přírodní filozofie a záhada života  
Člověk a jeho přirozenost  
Moudrost Indie: správné jednání  
Tibetská mystéria: ovládání mysli  
Buddhova filozofie: vnitřní síla  
Starověká Čína: věda o harmonii  
Výzva života ve společnosti  
Platon a mýtus o jeskyni: probouzení duše  
Aristoteles: hledání štěstí  
Plotin: neoplatonická škola  
Důležitost výchovy  
Egypt: spravedlnost jako kolektivní impuls  
Řím a stoikové  
Filozofie dějin: paměť a zkušenost  
Dějiny a mytologie  
Historické cykly  
Svoboda a osud

### a... praktická cvičení

Nedílnou součástí kurzu jsou cvičení pro rozvoj přirozených schopností každého člověka, jako je pozornost, koncentrace, paměť, imaginace, ovládnutí emocí a vůle, která vycházejí z tradičních učení a témat kurzu.

*„Bohatý je, kdo je moudrý.“*

*Horatius*

