

AKROPOLITANEC

— ZA BOLJŠEGA ČLOVEKA IN BOLJŠI SVET —



ČUSTVA IN NJIHOV VPLIV
NA NAŠE ZDRAVJE



GORDIJSKI VOZEL



KOMU PRIPADA
DARILO?



www.akropola.org

FILOZOFIJA

KULTURA

PROSTOVOLJSTVO

TEČAJ PRAKTIČNE FILOZOFIJE

NOVA AKROPOLA 



12. 2. ob 20h
Ljubljana

21. 2. ob 20h
Maribor

AKROPOLITANEC

NOVA AKROPOLA | kulturno društvo

www.akropola.org

FEBRUAR 2018 | ŠT. 32

NASLOV

NOVA AKROPOLA | Ljubljana

Wolfova 8, 1000 Ljubljana

01/25 11 487

NOVA AKROPOLA | Maribor

Tyrševa 7, 2000 Maribor

02/620 32 40

040 709 955

ODPIRALNI ČAS:

PON–ČET 18h–22h

IZDAJATELJ

NOVA AKROPOLA SLOVENIJA

akropolitanec@akropola.org

UREDNIŠTVO

Glavni urednik: Stjepan Palajsa

Urednik: Andrej Praček

Prevajalka in lektorica: Klavdija Blažun

Grafična oblikovalka: Nija Androjna

B E S E D A
U R E D N I K A

RAZPLET ČUSTVENIH MREŽ

Čustva nam omogočijo polnost in intenzivnost doživljanja, so tista, ki obarvajo vsako naše doživetje. Na primer vsa fizična zadovoljstva bi bila le stimulansi, suhoparni živčni signali, če jih ob tem ne bi spremljala intenzivna čustva. Prijeten pogovor in topel objem ne bi bila prijetna, če se nanju ne bi čustveno odzvali. Tudi razgled z gorskih vrhov ob jasnem vremenu, ali poslušanje šelestenja listov v tišini gozda, ali spokojen pogled na škrlatno nebo ob sončnem zahodu – vse to doživljamo znotraj sebe, prek čustev. Ker želimo živeti intenzivno, ker želimo stvari doživeti in ker so za to pomembna prav čustva, vidimo, kako se vsa naša življenja vrtijo okoli njih.

Vemo pa, da so čustva tudi vir naših največjih bolečin, da se v naših neuresničenih željah, pričakovanjih ali fantazijah skrivajo vzroki naših nezadovoljstev.

In iz izkušenj vemo celo, da nas včasih instinktivno preplavljajo čustva, ki jih ne bi želeli in ki ne bi bila niti potrebna, ker zanje ni realne osnove. Kljub temu se pojavijo, ostanejo v nas in se kakor težka siva zavesa spustijo med nas in druge, med nas in svet, ter s sivino obarvajo naše počutje in naše delovanje. Zaradi tega sivino prenašamo še naprej na druge in tudi druge ovijemo v našo težko sivo zaveso ...

Tudi če se tega zavedamo, smo po navadi nemočni, da bi te zaveso razgrnili, nemočni, da bi stvari doživeli take kakršne zares so, jasne, čiste, in v svojem bistvu lepe ...

Nenadzorovana čustva, ki izvirajo iz naših neukročenih instinktov, torej ustvarijo težave, kjer jih dejansko ni.

Če imamo čustva, je to zato, ker so za človeka nujna. Omogočijo nam lahko globino doživljanja, radost ... vendar le, če jih znamo nadzirati, če znamo z njimi upravljati. Izkaže pa se, da nismo gospodarji svojih čustev in da namesto tega ta upravljajo z nami.

Zakaj je tako težko nadzirati svoja čustva? Odgovor je enostaven – ker tega nočemo! Ali ker se za to odločimo le površinsko oziroma mlahavo vztrajamo le do prvega upora čustev, ki skušajo še naprej uveljavljati svojo vladavino.

V TEJ ŠTEVILKI:

- ZNANOST: ČUSTVA IN NJIHOV VPLIV NA NAŠE ZDRAVJE 5
- ZNANI POJMI: GORDIJSKI VOZEL 10
- ZGodbica: KOMUPRIPADA DARILO? 12
- HUMOR: IZVIRNI GREH 13

Ne zavedamo se, kaj človek resnično je, da smo mi tisti, ki posedujemo čustva, in da smo mi tisti, ki morajo upravljati z njimi, da bi se izrazili, da bi doživljali. Ne zavedamo se, da so čustva le sredstvo izražanja in doživljanja, podobno kot je to telo. Namesto tega se v naši nevednosti s čustvi enačimo in mislimo, da so v njih naša edina orodja, ki jih lahko uporabljamo. Zato pri reševanju težav poskušamo s čustvi premagati čustva, kar pa je Siziŕovo početje. Na tak način čustvene mreže le še bolj zapletamo in smo vse bolj ujeti vanje.

Da bi prenehali z neskončnim zapletanjem v njihove niti, kjer nas vsak nov premik še bolj omreži, je treba orodje za izhod poiskati nekje zunaj, nad področjem čustev ... Z mečem volje je treba odločno in brezkompromisno presekati gordijski voz, ki smo ga leta in leta zapletali.

Edini način, kako premagati določeno čustvo, je ta, da se mu ne prepustimo in da se z njim celo ne ukvarjamo.

Vendar ne moremo kar zanikati dela sebe, ga kar odrezati, ker bi se znašli v praznini. Ta pa se bi kmalu spet zapolnila in to s tem, kar je dostopno v našem psihičnem svetu. Torej zapolnilo se bi z istim in stvari se ne bi razrešile.

Zato moramo najprej svoje življenje napolniti z nečim novim, trdnejšim in bolj smiselnim. In ker polnega kozarca naše psihe ne bomo mogli napolniti, bomo prisiljeni odliti staro vodo.

Tedaj ne bo več tako težko zapustiti stare in moteče predstave, ker jih bomo zamenjali z novimi.

Vendar naj ta zamenjava ne bo naša lažja in lažna izbira. Naj novi vzgibi ne izvirajo ponovno iz instinktov, ki so se tokrat le spretno preoblekli v nekakšne ideale ...

Ne zamenjajmo rdeče vode z oranžno, zamenjajmo jo raje z bistro, s prozorno, čisto. Vnesimo v svoje življenje jasnost, ki izhaja iz resničnih idealov – ne tistih, ki obljublajo le meni ožjo dobrobit, temveč globoke človeške ideale, ki s svojim prispevkom nikogar za nič ne prikrajšajo in nikomur ne škodijo. Najboljši način za razrešitev naših psihičnih zapletov je ta, da gradimo nekaj, kar nas presega, saj bomo tako opravili dvojno dejanje. Kot prvo se s svojimi pomanjkljivostmi ne bomo več utegnili ukvarjati, zato bodo izgubile moč in počasi odtekle iz našega življenja, nato pa bomo vanj z našimi zavestnimi prizadevanji prinesli nekaj novega, bolj integrirajočega.

Človek mora pozabiti na sebe, da bi pridobil sebe.

S temi besedami, izposojenimi iz tibetanske zakladnice modrosti, bi rad povzel in zaključil svoje misli, in naj ostanejo v razmislek, naj visijo kot zlati ključi nekje na zidu naše zavesti, da jih bomo nekega dne lahko prepoznali in uporabili ter z njimi odklenili vrata, ki nas bodo pripeljala v večjo svobodo, bližje drugim in sebi.

Andrej Praček

Urednik



ČUSTVA IN NJIHOV VPLIV NA NAŠE ZDRAVJE

DR. ISABEL ALZINA

Danes močno primanjkuje zdravja. Okoli nas je toliko bolečine in trpljenja ... Naš svet je bolan od strahu, jeze, udobja, pretiranega materializma, zmede, bolan od pomanjkanja duhovnosti, vere in značaja ... Spoznali smo, da svoje dobrobiti ne moremo več zaupati ekonomskim sistemom, zdravnikom ali dandanašnjim politikom, ki so izgubili smer. Na srečo pa nam nova odkritja odpirajo druge, čudovite možnosti.

Če spremenimo prepričanje, se lahko spremeni vsa kultura okoli nas. Včasih smo verjeli v resnico, ki jo je podajala Cerkev, in kadar smo si želeli odgovorov, smo se odpravili k možu v črni halji. Danes pa odgovore poiščemo v znanosti, pri "možu" beli halji. Včasih smo častili bogove in duhove v naravi

(animizem), zatem so prišla politeistična verovanja, ki so nato prepustila mesto enemu samemu Bogu v monoteističnih religijah; danes pa verjamemo v bolj materialistične stvari. To je materializem znanosti, ki verjame bolj v fizično kot v duhovno. Ampak na srečo se stvari spreminjajo, dogaja se nekaj presenetljivega ... Dejansko lahko danes tukaj govorim o pričujoči temi ravno zato, ker so že na obzorju nova prepričanja.

Z vami bi rada podelila idejo, ki se mi zdi nadvse zanimiva, in sicer idejo o "kreativni kulturi": manjša skupina ljudi, ki je del druge, večje skupine in razmišlja drugače, lahko ustvari semena nove civilizacije, in sicer takrat, ko število oseb v tej manjši skupini doseže kvadratni koren 1 % vsega prebivalstva.

Če na primer v Almeriji živi 200.000 prebivalcev, bi 1 % celega mesta znašal 2000 ljudi, kvadratni koren 2000 meščanov pa 44,7. Tako bi v Almeriji zadostovalo že 45 ljudi z drugačno idejo, da bi spremenili prepričanje celega mesta.

Zdravniki si počasi snemamo prevezo z oči racionalizma in materializma zadnjih stoletij ter tako spoznavamo, da psihe ne moremo ločiti od telesa. Danes postaja na različnih ravneh zdravja vse pomembnejši svet naših misli in čustev.

DANES POSTAJA NA RAZLIČNIH RAVNEH ZDRAVJA VSE POMEMBNEJŠI SVET NAŠIH MISLI IN ČUSTEV.



Kaj mislim pod pojmom "zdravje"? Stanje dobrega – fizičnega, mentalnega, duhovnega in socialnega – počutja, ne pa le odsotnosti bolezni. Človeško bitje je celota, sestavljena iz različnih delov: telesa, energije, čustev, uma in duha, pri čemer na slednjega ne mislim z religijskega, temveč s čisto človeškega vidika.

Kaj je bolezen? Bolezen je v osnovi pomanjkanje harmonije med posameznimi deli. Znotraj določene celote, ki je lahko vesolje, planet, kot je Zemlja, država, kot je naša, družba, družina ali določena oseba, ... bi bila bolezen spopad med deli, ki sestavljajo to celoto – nekaj, kar je porušilo harmonijo, oziroma nekaj, kar je na svoj način poseglo v smer sistema, ki mu pripada. Lahko bi rekli, da gre za enega od delov, ki se upira celoti – temu pravimo bolezen. Ko nas boli koleno, bomo rekli, da imamo težave s kolonom. Zakaj? Zato ker v tem trenutku naše koleno ni usklajeno s potrebami večje celote.



Bolečina vpliva na nas na različnih ravneh. Razumeti moramo, da obstajajo različne ravni bolečine: fizična bolečina v kolenu ali bolečina zaradi udarca s kladivom po prstih ni enaka psihični bolečini (ta je večja), ki bi jo občutili ob izgubi ljubljene osebe ali če ne bi bili razumljeni. In ni enaka bolečini, ki izhaja iz tega, da ne bi poznali niti samih sebe, ali ne bi vedeli, čemu živimo ali katero pot ubrati na razpotjih, ki jih je v življenju tako veliko, ali ker bi mislili, da nečesa nismo sposobni narediti, ali ker bi nam tisti grozni glas v nas govoril: "ne morem," ali ker bi čutili bolečino ob nerazumevanju določene krivice.

ZNOTRAJ DOLOČENE CELOTE BI BILA BOLEZEN SPOPAD MED DELI, KI SESTAVLJAJO TO CELOTO – NEKAJ, KAR JE PORUŠILO HARMONIJO.

Naše celotno življenje zaznamuje določena vrsta bolečine, pomanjkanje nečesa, trpljenje, ki nam ga povzroča odsotnost tega, kar si želimo. Ampak prav to pomanjkanje je tisto, kar nas spodbudi, da se podamo na pot, da hodimo in hodimo skozi življenje, da bi osvojili to, po čemer hrepenimo. Bolečina sama po sebi zato ni slaba; lahko bi celo rekli, da je dobra, čeprav jo težko sprejmemo in si želimo le, da nas čim prej zapusti. Tisto slabo, tisto, kar povzroča v nas bolezen, je odnos, negativni odnos s katerim se soočamo z bolečino, in ne bolečina sama.

TISTO SLABO, TISTO, KAR POVZROČA V NAS BOLEZEN, JE ODNOS, NEGATIVNI ODNOS S KATERIM SE SOOČAMO Z BOLEČINO, IN NE BOLEČINA SAMA.

Iz tega razloga lahko sklepamo, da bo, če hočemo ohraniti ali znova vzpostaviti zdravje, za nas ključnega pomena sprememba perspektive: bolečino in težke okoliščine v življenju moramo razumeti kot učitelja, ki nam hoče pokazati, kaj je treba spremeniti in popraviti ali nas vsaj spodbudi, da preizprašamo svoje poglede. To je priložnost, da ponovno najdemo ravnotežje in osvojimo zdravje – na fizični, čustveni,

mentalni in duhovni ravni. Na kratko lahko rečemo, da je bolezen – ki je na videz tako kruta – v resnici sama po sebi dobrodejna in v naše dobro, in če jo razumemo pravilno, pomembna na poti k spoznanju naših največjih napak. Če torej bolezen zdravimo pravilno, bo postala sredstvo, s katerim bomo odpravili napake in s tem postali veliko boljši kakor prej. Trpljenje je torej možnost za popravek, tu je, da nam pokaže lekcijo, ki nam je prej ni uspelo razumeti na drugačen način, zato trpljenja nikoli ne bomo izkoreninili, vse dokler se ne naučimo določene lekcije.

ALI LAHKO OBVLADUJEMO SVOJA ČUSTVA, SVOJ PSIHIČNI SVET?

Ali lahko dejansko obvladujem svoj um? Vsekakor. Filozof Jorge Ángel Livraga je dejal, da ni nič nemogoče, da obstajajo le ljudje, ki živijo v napačnem prepričanju, da je nekaj nemogoče narediti. Lahko popolnoma zapremo oči in si predstavljamo sliko, ki si jo želimo ... Obstajajo študije, ki potrjujejo, da se ob vizualizaciji slike v umu sproži enak fiziološki odziv v telesu, kot če bi to, kar si vizualiziramo, začutili ali videli v resnici. Če to ne gre, si samo poskusimo predstavljati, da jemo limono, in bodimo pozorni, koliko časa mine, preden se prične v ustih proizvajati slina. To nam lahko v različnih trenutkih našega življenja izjemno koristi. Zame je bilo vedno tako in tudi vam predlagam, da si vsakokrat v trenutku žalosti, tesnobe ali jeze poskušate predstavljati nekaj lepega ...

Kadar si želimo nekaj dobrega spoznati, se je zmeraj zanimivo poglobiti v etimologijo, na primer tega, od kod izvira beseda "emocija": kot toliko drugih besed tudi ta beseda izvira iz latinske besede *emotio, emotionis*, ki sta izpeljanki iz glagola *emovere*. Ta glagol pa se tvori z glagolom *movere* – "gibanje, gibati" – in predpono *e*, ki pomeni "iz". To bi nekako pomenilo "spraviti v gibanje". Naše emocije, naša čustva so gibalo, motor. In če se ta motor pokvari, se ne moremo več gibati, in če se ne moremo več gibati, zbolimo. Življenje je namreč gibanje. Emocija spravlja v gibanje, razum pa usmerja in vodi: *"Razum zgradi most, srce pa je tisto, ki ga prečka."* (Nisargadatta, hinduist)

PRIBLIŽNO 70% BOLEZNI ČLOVEŠKEGA BITJA IZVIRA IZ ČUSTVENIH STANJ

Človeka so od nekdaj zaposlovali čustva ter nadzor ali nenadzor nad njimi. Ta so naš najhujši bojni konj, s katerim se vsak dan, skoraj nenehno spopadamo ... Čustva nas spremljajo vedno in povsod. Iz njih izhajajo vsa naša dejanja, naj privzamejo obliko želja, iluzij, upanj ali strahov ... Potem so z nami med samim dejanjem in zbujejo užitek, gnus, zabavo ali zdolgočasenost. In prav tako spet priplavajo na površje po koncu dejanja, po katerem občutimo zadovoljstvo, otožnost, pogum, obžalovanje ali tesnobo.

Upoštevajmo, da so čustva kratkotrajna in izhajajo iz avtonomnega živčnega sistema. Na čustva lahko gledamo kot na subjektivne prilagoditvene odzive, ki v nas zbudijo določeno čustveno stanje (dobro, srednje ali slabo počutje), pri katerem pride do fizioloških sprememb. To pomeni, da se spremeni delovanje našega telesa, ki lahko glede na stopnjo in jakost dražljaja, ki jih je spremembe povzročil, v najslabšem primeru privede do akutne ali kronične bolezni, v najboljšem primeru pa do zdravja ali okrevanja. V življenju je vse na čudovit način dualno.

ČUSTVA V NAS ZBUDIJO DOLOČENO STANJE, PRI KATEREM PRIDE DO FIZIOLOŠKIH SPREMENB V TELESU.



KAKO NAŠA ČUSTVA VPLIVAJO NA ZDRAVJE?

Vedno več strokovnjakov na resen in metodičen način bolezenska stanja povezuje z neustreznimi čustvenimi odzivi ali psihološkimi vplivi.

V zvezi s tem se bom oprla na nekatera izjemna sodobna odkritja:

Psiconeuroinmunoendocrinoecología (dr. Jorge Carvajal): to delo je nastalo v 70. letih prejšnjega stoletja. Gre za študijo medsebojnih vplivov misli in telesa ter posledic teh vplivov za zdravje.

V medicini se začneta dogajati isto, kot se je zgodilo na področju fizike. Na področju fizike smo začeli odkrivati vse več delcev, nato smo poskušali poiskati pradelec. Pri tem smo se tudi ustavili, vse dokler nismo odkrili, da delcev ni, temveč da obstajajo samo polja, koncentracija silnic polja in to vozlišče silnic polja imenujemo "delec". Za opazovalca je to delec, to pomeni, da ga vidimo kot delec, vendar dejansko ne gre za delec, temveč za proces. V univerzumu ni delcev, temveč so samo procesi enotnega toka, ki se nato razveja v manjše tokove. Tako fiziki gledajo na svet. Prej so svet opazovali in opisovali z mehničnega, kvantnega, relativnostnega ali elektromagnetnega vidika. Kot da bi bil svet velika riba in bi nekateri opazovali oči ter dejali: svet je oko, je "naprava" za procesiranje, zbiranje svetlobe.

Drugi so opazovali plavuti in dejali: ne, svet je fizični, mehanični pojav, nekakšno veslo, ki vzvalovi vodo. Drugi, pesniki, so se zadržali na luskah rib, opazovali njihov lesket in si predstavljali svetlikajoče se odseve sončnih žarkov. Toda nekdo, ki se dvigne višje in vidi vse tiste, ki opazujejo majhne dele te živali, vzklíkne: toda to je riba!

Znova moramo plavuti povezati z luskami, z očmi, z vodo, s plavanjem ter jim dati smisel, cilj. Vrniti se je treba k celostni medicini. Na srečo zdaj dejansko celotna znanost in razvoj poskušata znova združiti to, kar smo ločili,



da bi to lahko razumeli, saj v nasprotnem primeru vse lahko dojemamo samo razumsko, ne moremo pa dojeti smisla. Za psiho-nevro-immuno-endokrino-ekologijo je smisel učenje, vsi naši sistemi so strategije učenja, toda te strategije so celostne. V možganih se ne zgodi nič, ne da bi se to odrazilo tudi v ledvicah in v zadnji celici telesa. V mojih mislih se ne zgodi nič, kar se ne bi hkrati odrazilo tudi v moji fiziologiji. Nič, kar je povezanega z menoj, se ne zgodi, ne da bi se hkrati odrazilo v mojem genomu in atomskih jedrih (*dr. Carvajal*).

Dr. Hamer (internist, onkolog in radiolog) je pri svojem delu v 80. letih odkril, da vsaka bolezen izvira iz šoka ali travme, ki nas doleti povsem nepredvideno. V trenutku, ko pride do nepričakovanega konflikta, šok vpliva na določen del možganov in povzroči poškodbo (pozneje imenovano hamerjevo žarišče), ki je pri slikanju možganov vidna kot skupina svetlih koncentričnih obročev. Možganske celice, ki prejmejo dražljaj, pošljejo biokemični signal ustreznim celicam v telesu in povzročijo nastanek raka, nekrozo tkiva ali izgubo funkcij, odvisno od tega, kateri del možganov prizadene šok.

"V MOJIH MISLIH SE NE ZGODI NIČ, KAR SE NE BI HKRATI ODRAZILO TUDI V MOJI FIZIOLOGIJI. NIČ, KAR JE POVEZANEGA Z MENOJ, SE NE ZGODI, NE DA BI SE HKRATI ODRAZILO V MOJEM GENOMU IN ATOMSKIH JEDRIH."

DR. CARVAJAL

Hamer je lahko potrdil svoja odkritja z več kot 40.000 študijami primerov. Rezultat tega znanstvenega dela je diagram "psiha-možgani-organi", ki kaže na bolezen, vsebino biološkega konflikta, pa tudi vzrok in lego na sliki možganov, kjer je mogoče opazovati določeno poškodbo. Metoda, s katero se raziskuje psihološki vzrok bolezni, se imenuje dekodifikacija in jo danes uporabljajo številni raziskovalci.

Dethlefsen in Dahlke, "Krankheit als Weg" ("Bolezen kot pot"), ki sta se opirala na Junga, sta začela javno pisati o vplivu psihe na fizične bolezni.

Vse več študij kaže na povezavo med mislimi in čustvi tudi na področju biologije (*Bruce Lipton, Epigenética, 2009*). Na celice, genetski kod, vključno z nevrottransmitterji, nenehno vplivajo naše misli in prepričanja – dejansko gre za energijo, ki jo je mogoče izmeriti, za vibracije in valove, ki vplivajo na materijo in molekule našega telesa (*Rupert Sheldrake, 2002*). Prepričanje tako pomeni dožemanje ali misli, zaradi katere se določena kemična spojina izloči iz možganov v kri. Pozitivno prepričanje omogoči zdravo rast, negativno prepričanje pa na rast slabo vpliva. Kadar torej spremenimo prepričanje, se spremeni tudi kemična sestava naše krvi, ki nadzoruje genetiko in naše vedenje.

Obstaja dovolj znanstvenih dokazov, da genetski determinizem (to, da smo posledica našega genetskega koda) ne drži, temveč da je ključnega pomena tudi okolje, v katerem so celice. Ni dovolj genov, da bi bilo mogoče pojasniti zapletenost življenja ali človeških bolezni. Ni mogoče postaviti niti aksioma evolutivne biologije posameznega gena ali proteina ter je treba upoštevati tudi druge možnosti, povezane z nadzornimi življenjskimi mehanizmi. Miš ima isto število genov kot človek a sta vseeno tako različna ...


V zadnjem desetletju se z razvojem epigenetike ("nadzor nad genetiko") pogled na življenje spreminja. Odkrili so veliko pomembnost proteinov, ki prekrivajo DNK, podobno kot

srajčni rokav prekriva roko. Ker ti proteini prekrivajo DNK, ni mogoče dekodificirati genov. Obstajajo tudi zunanji, okoljski vplivi na te proteine, ki spremenijo njihovo prostorsko razporeditev in ki so ločeni od dela DNK, ki se po odstranitvi prekrivne plasti lahko razbira. Okoljski vplivi torej nadzirajo DNK. Odkrili so tudi, da okoljski vplivi, med katerimi so prehrana, stres ali čustva, lahko spremenijo branje gena, ne da bi spremenili sam gen, in sicer prek regulacijski proteinov. Zaradi okoljskih vplivov lahko iz enega samega genetskega modela nastane več kot dva tisoč različic proteinov.

Celična membrana, ki je sestavljena iz dvojne plasti fosfolipidov, predstavlja dejanske "možgane" celice, ker ima nalogo, da "inteligentno" vzajemno vpliva na okolje, da bi prišlo do določenega odziva.

Zmožnost vzajemnega vpliva celice na zunanje okolje prek membrane izhaja iz skupine najrazličnejših proteinov, ki sestavljajo membrano, občutljivih na vrsto zunanjih in notranjih dražljajev.

Glede na ta odkritja psihosomatska medicina poskuša bolnika usmeriti k čustvom kot vzroku za blokado psihične energije, da bi se ta znova normalno pretakala in da bi tako lahko fizično telo, na katerem se odraža fizični svet psihičnih napetosti, ponovno okrevalo.

Psihosomatski vidik bolezni in zdravja je že ugotovljen in potrjen v fiziki, nevroznanosti in biologiji. 

**PSIHOSOMATSKA MEDICINA POSKUŠA
BOLNIKA USMERITI K ČUSTVOM KOT
VZROKU ZA BLOKADO PSIHIČNE ENERGIJE.**



GORDIJSKI VOZEL

Zgodba o gordijskem vozlu se začne nekje v 8 stol. pr. n. št. v Frigiji, maloazijski državi v današnji Turčiji, ki je šla v tem obdobju skozi veliko krizo, ker ni imela kralja.

Gordios je bil reven kmet iz Makedonije, toda bil je zadnji potomec kraljevske družine. Nekega dne se je orel spustil z neba in se usedel na oje njegove volovske vprege. To si je Gordios razlagal tako, da bo nekega dne postal kralj. Orel se dolgo ni premaknil z ojesa in Gordios se je odločil, da bo voz odpeljal v Sabazijevo preročišče. Na mestnih vratih je srečal jasnovidno dekle, ki mu je svetovalo, da prinese žrtev bogu Sabaziju.

Nato mu je reklo: "Popotnik, dovoli mi, da grem s teboj in ti pomagam pravilno prinesiti žrtev."

Gordios je odgovoril: "Videti si modra in obzirna mlada ženska. Ali si se pripravljena poročiti z menoj?"

"Da, takoj ko bo žrtvovanje opravljeno," je odgovorila.

Med tem pa je bilo Frigijcem v preročišču zapovedano,

naj priznajo za kralja prvega človeka, ki se bo do templja vozil na volovski vpregi. Voz se je kmalu pojavil skupaj z Gordiosom in njegovo podpornico. Kmalu zatem je bil razglašen za kralja.

Gordios je ustanovil mesto, ki je po njem dobilo ime Gordium in je postalo glavno mesto Frigije. Volovsko vprego so shranili v tempelj kot simbol kraljevske oblasti. Jarem so na voz pritrdili s tako zapletenim vozlom, da ga ni nihče mogel razvozlati. Legenda pravi, da ga je spletel sam Gordios.

Z vozom v templju pa se je pojavila tudi prerokba, da bo tisti, ki razveže gordijski voz, postal vladar cele Azije. Mnogi so poskušali, a uspelo ni nobenemu – vse do Aleksandra Makedonskega, ki je v to deželo pripotoval leta 333 pr. n. št..



Aleksander se je najprej trudil razvozlati voz, vendar ni bil uspešen. Nato je uvidel, da ni pomemben način, kako bo voz razvozlan, zato je potegnil meč in ga z enim udarcem presekal na dvoje. Odšel je iz Gordiuma in zavladal Aziji.

"Sekanje gordijskega vozla" od takrat označuje drzno rešitev za zapleteno težavo, ki je ni mogoče razvozlati na običajen način. Takšne rešitve se drugi ne spomnijo ali pa si je ne upajo izpeljati.

Če zadeve ne rešujemo takoj, se težave nakopičijo in se zapletejo v nerešljivo vozlo. Takrat nobeno počasno razvozlanje ne bo prineslo rezultatov. Treba je poseči po meču naše volje in odrezati tisto, kar nas bremeni. Veliki ljudje so vedno znali presekati svoje gordijske vozle.

Naj omenimo še nekaj dodatnih simboličnih elementov te zgodbe, ki se po navadi ne

poudarjajo, vendar so vseeno pomembni. Gordijski vozlo ima isti pomen kot meč v kamnu iz mita o kralju Arturju. Tudi tam je veljalo, da bo tisti, ki potegne meč iz kamna, zakoniti kralj cele Anglije. Ti dve dejanji sta na simboličen način dali legitimnost Arturjevi oziroma Aleksandrovi vladavini.

Tudi volovski voz je imel za ljudi tega časa simboličen pomen. Vladar naj bi bil tisti, ki vleče težko breme države s svojo močjo proti cilju, ki so ga določili bogovi. Delo, dolžnost, odgovornost ter vizija cilja, h kateremu usmerja državo, naj bi bile značilnosti dobrega vladarja. V voz ne bi smeli biti vpreženi šibki, leni ali tisti, ki ne peljejo proti cilju, temveč proti izpolnitvi svojih interesov. 🏹



KOMU PRIPADA DARILO?

Nekega dne je šel Buda z množico menihov in nun skozi vas. Izbral si je senco velikega drevesa, kjer bi vsi skupaj lahko sedli in si odpočili od vročine. Pogosto je izbral takšne trenutke, da je poučeval, in tako je začel govoriti. Kmalu so vaščani izvedeli za obisk učitelja in mnogi so se zbrali okrog njega, da bi ga poslušali.

Nek osoren mladenič je stal ob strani in opazoval, kako množica postopoma narašča. Zdelo se mu je, da preveč ljudi prihaja iz mesta v njegovo vas in vsakdo je nekaj prodajal ali poučeval. Nestrpen zaradi naraščajoče množice je zakričal na Budo: "Pojdi stran! Želiš nas le izkoristiti! Vi, učitelji prihajate in govorite lepe besede in potem prosite za hrano!"

A Buda se ni vznemiril zaradi žalitev. Ostal je miren ter še naprej je izžareval ljubezen in prijaznost. Vljudno je prosil mladeniča, naj stopi naprej. Nato ga je vprašal: "Mladi gospod, če nekemu kupiš lepo darilo, a ga ta oseba ne sprejme, komu potem to darilo pripada?"

Mladeniča je nenavadno vprašanje presenetilo: "Darilo bi še naprej pripadalo meni, kajti jaz sem ga kupil."

"Točno tako," je odgovoril Buda. "Sedaj si me žalil in se jezil name. Toda če ne sprejemem tvojih žalitev, če se ne užalim ali razjezim, bodo te žalitve padle nazaj nate – tako kot se darilo vrne lastniku."

Mladenič je sklenil roke in se počasi priklonil Budi. Spoznal je, da se je naučil pomembno lekcijo. In tako je Buda zaključil, da bi vsi slišali: "Tako kot ogledalo odseva predmet, tako kot mirno jezero odseva nebo, bodite pozorni, da je vse, kar govorite ali delate, dobro. Dobrota bo vedno povrnjena z dobroto in zlo bo vedno povrnjeno z zlom."

IZVIRNI GREH



NAPOVEDNIK DOGODKOV

Dogodki za mesec FEBRUAR in MAREC 2018.

Dogodki potekajo v prostorih društva v Ljubljani in Mariboru ali na vnaprej razpisani drugi lokaciji.



TEČAJ PRAKTIČNE FILOZOFIJE

Ciklus predavanj

PONEDELJEK, 12. MAREC, OB 20:00

Nova Akropola - Wolfova 8, Ljubljana

Predstavitve: vstop prost!



C. G. JUNG - FILOZOFIJA IN PSIHOLOGIJA

Tečaj

Začetek: **PETEK, 16. FEBRUAR, OB 18:00**

Nova Akropola - Wolfova 8, Ljubljana

Cena tečaja: 30 €



TEČAJ PRAKTIČNE FILOZOFIJE

Ciklus predavanj

SREDA, 21. FEBRUAR, OB 20:00

Nova Akropola - Tyrševa 7, Maribor

Predstavitve: vstop prost!



MARIE CURIE - ČUDEŽNA MOČ UMA IN VZTRAJNOSTI

Predavanje

ČETRTEK, 8. MAREC, OB 18:30

Knjižnica Bežigrad - Einspielerjeva 1, Ljubljana

Vstop prost!



KAKO OBVLADATI ČAS?

Predavanje

SREDA, 14. MAREC, OB 18:00

Nova Akropola - Tyrševa 7, Maribor

Vstop: 4 €, študenti: vstop prost!



GOVORICA TELESA

Tečaj

Začetek: **PETEK, 23. MAREC, OB 19:00**

Nova Akropola - Wolfova 8, Ljubljana

Cena tečaja: 30 €

KNJIGE IN REPLIKE V PRODAJI

Knjige in replike lahko kupite v prostorih društva.

Lahko jih naročite tudi preko maila na info@akropola.org.

NAŠE KNJIGE



FORMAT 130 x 205 mm
64 STRANI
TRDA VEZAVA
CENA: 10 €



FORMAT 130 x 205 mm
159 STRANI
TRDA VEZAVA
CENA: 12 €



FORMAT 130 x 205 mm
102 STRANI
TRDA VEZAVA
CENA: 10 €



FORMAT 105 x 148 mm
32 STRANI
MEHKA VEZAVA
CENA: 2 €

ARHEOLOŠKE REPLIKE

Arheološke replike so kopije motivov iz različnih časovnih in kulturnih obdobj in predstavljajo kulturno dediščino človeštva. Vsak posamičen izdelek je skrbno izdelan v ateljeju Nove Akropole. Vsaka replika ima tudi simboličen pomen, zato je lahko odlično darilo.

Grčija in Rim



Egipt



Slovenija





**RESNICA NI TO, KAR BI SI ŽELEL;
JE TO, KAR JE,
IN MORAŠ SE PODREDITI NJENI MOČI
ALI ŽIVETI LAŽ.**

MIYAMOTO MUSASHI

www.akropola.org