

Propletená existence: Ego, jednota a božské pole

Lokāḥ Samastāḥ Sukhino Bhavantu

„Kéž jsou všechny bytosti všude šťastné a svobodné.“

Cesta, na kterou se chystáte vstoupit, není pouhým průzkumem vědy, filozofie či spirituality. Je především receptem. Receptem na rozpuštění ega, na zmírnění sevření strachu a chamtivosti a na probuzení k hlubší pravdě, že jsme již jedno s Bohem, s přírodou a s celým vesmírem.

Ego je užitečný nástroj. Umožňuje nám orientovat se v každodenním životě, rozlišovat mezi sebou a druhými, sledovat cíle. Když je však považováno za celou naši podstatu, stává se vězením. Ego je to, co nás nutí bát se smrti, co nás vede k hromadění a boji, co nás oslepuje vůči utrpení druhých. Vytváří iluzi oddělenosti, a z této iluze pramení krutost, vykořisťování a zoufalství.

Překonat ego neznamena zničit sebe sama, ale prohlédnout jeho iluzi. Stejně jako moderní fyzika odhaluje, že částice jsou excitacemi polí, je i ego excitací božského pole vědomí. Ego povstává a klesá jako vlna na oceánu, ale oceán zůstává. Smrt není zničením, ale návratem. Oddělenost není konečná, ale dočasná.

Světové tradice moudrosti to vždy věděly. Buddhismus učí, že lpění na egu je kořenem utrpení. Védánta prohlašuje, že pravé já (*Átman*) je totožné s Brahmanem, nekonečným základem bytí. Křesťanští mystici psali o odevzdání sebe sama Bohu a sufijští básníci zpívali o zničení (*faná*) v božské lásce. Všude je poselství stejné: nejvyšším cílem není posílit ego, ale rozpustit je v bezmeznosti.

Tato kniha proplétá poznatky vědy, filozofie a spirituality, aby ukázala, že jednota není jen mystickou intuicí, ale pravdou zapsanou v tkanině reality. Kvantové propletení, ekologická vzájemná závislost, teorie informace a mystické zkušenosti se sbíhají v jednom uvědomění: nejsme fragmenty, ale projevy celku.

Účelem není abstrakce. Je jím transformace. Probudit se k propletenosti znamená žít jinak: se soucitem k druhým, s úctou k Zemi a s otevřeností vůči božskému. Rozpuštěním ega rozpouštíme strach. Rozpuštěním chamtivosti rozpouštíme vykořisťování. Vzpomenutím si na naši jednotu přinášíme uzdravení – sobě, sobě navzájem a planetě.

Kéž tato práce slouží jako průvodce, recept a dar. A kéž jejím ovocem není nic menšího než uskutečnění *Lokāḥ Samastāḥ Sukhino Bhavantu*: světa, ve kterém jsou všechny bytosti šťastné a svobodné, protože iluze oddělenosti byla překonána a oceán si vzpomněl na sebe v každé vlně.

Iluze oddělenosti

Každodenní život je prožíván pod kouzlem oddělenosti. Každé ráno se probouzíme s pocitem, že jsme jediným, ohraničeným „já“, odděleným od druhých kůží těla a hranicemi mysli. Tento pocit ega je nezbytný pro orientaci ve světě. Dává nám ucelený příběh, umožňuje nám říkat *toto je můj život* a umožňuje nám jednat s patrnou autonomií.

A přesto pod tímto povrchem něco v nás ví, že oddělenost je křehká. Závisíme na vzduchu, jídle, vodě, teple a lidské společnosti. Zadržení dechu na dvě minuty, pokles krevního cukru nebo ticho izolace stačí k rozpuštění iluze nezávislosti.

Věda tuto hlubší intuici potvrdila. Samostatné ego nemá jasnou hranici: biologové nám připomínají, že naše těla jsou plná mikrobiálního života, bez kterého bychom nepřežili; neurovědci popisují vědomí jako konstrukci, kterou mozek spojuje dohromady; a fyzici hovoří o hmotě samotné ne jako o pevné a oddělené, ale jako o vzorcích energie v síti polí.

Mystické tradice to předvíдалy už dávno. Buddha učil, že „já“ (*atta*) není konečné, ale svazek procesů bez trvalého jádra. Védántští filozofové prohlásili, že Átman – pravé Já – není individuální ego, ale je totožné s Brahmanem, univerzální realitou. Sáfijové zpívali o ztrátě sebe sama v Milovaném, křesťané o umírání ega, aby Bůh mohl žít uvnitř.

Pocit individuality tedy není nepravdivý ve smyslu klamné iluze. Je nepravdivý v tom smyslu, že je neúplný. Ego je povrchovou vlnou, užitečnou, ale ne konečnou. Hlubší pravda, čekající na objevení, je propletenost: že naše bytí je již vždy vetkáno do celku.

Pole, ne částice

Po staletí si fyzika představovala vesmír jako sbírku částic podobných kuličkám na ku-lečníku, pohybujících se v prostoru, narážejících a rozptylujících se jako kuličky. Tento pohled odrážel obraz ega o sobě samém: oddělený, autonomní, ohraničený. Ale 20. století tuto vizi rozbilo.

Teorie kvantového pole odhalila, že to, co jsme kdysi považovali za „částice“, vůbec nejsou nezávislé objekty. Jsou to **excitace polí** – vlny na neviditelných oceánech energie, které prostupují celým prostorem. Elektron je vlnou v elektronovém poli, foton vlnou v elektromagnetickém poli. Hmota sama je vibrační.

Teorie strun posouvá tuto myšlenku dále a navrhuje, že pod poli leží jediná základní realita: vibrující struny energie, jejichž rezonance vytvářejí vzhled všech částic. Rozmanitost hmoty je hudbou hranou na jednom kosmickém nástroji.

Důsledky jsou hluboké. To, co nazýváme „věcmi“, není samo o sobě nezávislé; jsou to poruchy hlubšího kontinua. Vesmír není skladištěm objektů, ale symfonií vibrací.

Tento obraz je překvapivě podobný mystickým vizím. Upanišady popisují Brahman jako základní realitu, jejíž projevy jsou všechny formy. Buddhistské metafory přirovnávají svět k síti drahokamů, z nichž každý odráží všechny ostatní. Ego je v tomto světle jako částice: lo-

kalizovaná excitace **božského pole**, které některé tradice nazývají Bohem, jiné Tao, jiné čistým vědomím.

Pokud je veškerá hmota excitací fyzických polí, pak je ego excitací božského pole – vlnou vědomí, která se dočasně jeví jako „já“. Stejně jako žádný elektron neexistuje odděleně od svého pole, žádné já neexistuje odděleně od oceánu vědomí.

Ego jako excitace božského pole

Ego působí pevně, trvale a centrálně. Ale je spíše jako hřeben vlny: krátce vytvořený, dynamicky udržovaný, poté opadající. To, co se jeví jako izolované „já“, je fluktuací božského pole – bezmezného základu bytí.

Védánta to vyjadřuje v učení *Tat Tvam Asi* („Ty jsi To“): Átman, individuální já, není ničím jiným než Brahmanem, univerzální realitou. Já není oddělené od božského pole, ale jeho dočasným projevem.

V buddhismu je ego odhaleno jako *anatta* – ne-já – složenina procesů, mylně považovaná za trvalé jádro. To, co zůstává, když ego mizí, je samo vědomí: neohraničené, zářivé, nedělitelné.

Křesťanští mystici jako Mistr Eckhart hovořili o nejhlubším základu duše jako o jednotě s Bohem. „Okno, kterým vidím Boha, je stejné okno, kterým Bůh vidí mě,“ napsal, čímž zrušil hranici mezi člověkem a božstvím.

V tomto světle není ego ani chybou, ani nepřítelem. Je nezbytnou excitací, která umožňuje vědomí lokalizovat se, mít zkušenosti, putovat. Nikdy však není konečné. Jeho osudem je opadnout zpět do pole, odkud přišlo.

Smrt tedy není zničením, ale návratem. Stejně jako se vlny rozplývají ve vodě, aniž by zničily moře, tak se ego rozpouští, aniž by zmenšilo božské pole. To, co umírá, je dočasná excitace; to, co zůstává, je věčný oceán.

Smrt jako návrat

Smrt je konečnou hranicí individuality. Pro ego se smrt jeví jako vymazání, konec příběhu, konečné ticho. Naše kultury vybudovaly propracované obrany proti tomuto strachu – mýty o nesmrtelnosti, sliby nebe, hledání technologického překročení. Ale co když smrt vůbec není zničením? Co když je návratem?

Fyzika poskytuje překvapivou paralelu. Ve vesmíru nic skutečně nezmizí. Hmota se transformuje, energie mění stav, ale základní substance přetrvává. Hvězda se zhroutí do bílého trpaslíka nebo černé díry, ale její prvky se rozptýlí do vesmíru, osévajíce nové světy. Samotná informace, podle **holografického principu**, nikdy není zničena. I když černé díry pohltí hmotu, informace, které nesla, jsou považovány za zakódované na horizontu událostí.

Mystické tradice tuto pravdu předvídaly. Upanišady přirovnávají smrt k řekám, které se vlévají do moře: jednotlivé proudy se rozpouštějí, ale voda zůstává. Buddhismus mluví o nirvāṇě jako o uhašení plamene – ale ne do nicoty; do nepodmíněného, nekonečného. Sufijové popisují smrt jako *faná*, zničení ega, po němž následuje *báqá*, přetrvávání v Bohu. Křesťanští mystici líčí smrt jako svatbu duše s božským milovaným.

Pokud je ego excitací božského pole, pak je smrt okamžikem, kdy tato excitace opadne, uvolní se zpět do klidu, který vše zahrnuje. Stejně jako oceán není zmenšen, když vlna opadne, tak ani božské pole není zmenšeno, když ego mizí. Ztracena je pouze iluze oddělenosti.

Vidět smrt tímto způsobem znamená přeformulovat ji z tragédie na dovršení. Život je krátkým tancem vlny; smrt je návratem k moři. Daleko od vymazání nás smrt odhaluje naše spojení s tím, co nikdy neumírá.

Propletenost a nelokalita

Jedním z nejpodivnějších odhalení kvantové mechaniky je, že vesmír není lokální tak, jak si představuje naše intuice. Propletené částice, jakmile jsou spojeny, zůstávají korelované bez ohledu na vzdálenost. Einstein, znepokojený, tomu říkal „strašidelné působení na dálku“. Ale experimenty to potvrdily bez pochyb. Svět je nelokální.

Propletenost rozpouští klasický pohled na nezávislé objekty. Dva fotony na opačných koncích galaxie nejsou dvěma oddělenými věcmi, ale jedním rozšířeným systémem. Jejich oddělenost je prostorová; jejich bytí je sdílené.

Mystici dlouho popisovali realitu podobnými termíny. Buddhistská metafora **Indrový sítě** představuje vesmír jako nekonečnou mříž drahokamů, z nichž každý odráží všechny ostatní. V sufismu píše Rúmí: „*Nejsi kapka v oceánu. Jsi celý oceán v kapce.*“ Křesťanští mystici hovořili o společenství svatých, neviditelné jednotě spojující všechny duše napříč časem a prostorem.

Nelokalita kvantové fyziky se stává vědeckým ohlasem těchto poznatků. Vědomí také nemusí být omezeno na lebky. Když mystici zažívají jednotu se všemi věcmi, když meditující cítí, jak se hranice jejich já rozpouštějí, mohou se dotýkat stejné pravdy: oddělenost je zdáním, propletenost je realitou.

Pokud je ego vlnou božského pole, propletenost ukazuje, že každá vlna rezonuje s každou jinou. Pole není fragmentované, ale kontinuální. Probudit se znamená uvědomit si, že vědomí jednoho není osamělou jiskrou, ale součástí ohně, který hoří všude.

Informace, paměť a kosmický archiv

Moderní fyzika stále více nahlíží na vesmír optikou informací. Aforismus Johna Wheelera, „*To z bitu*“, naznačuje, že to, co nazýváme hmotou – částice, pole, dokonce časoprostor – vychází z informačních procesů. Realita není v podstatě „věcí“, ale vzorci vztahů, kódovanými jako obrovský výpočet.

Tento pohled přetváří způsob, jakým přemýšlíme o paměti a identitě. Naše osobní identita se zdá být zakořeněna v paměti, ale neurověda ukazuje, že paměť je křehká, neustále přepisovaná. Pokud individualita závisí na paměti a paměť je nestabilní, jak reálné je já, které tak urputně bráníme?

Zároveň fyzika naznačuje, že informace sama o sobě možná nikdy nezmizí. V teorii černých děr se kdysi vedly spory, zda informace padající do černé díry je ztracena navždy. Nyní převládá shoda, že je zachována: i když je zamíchána za hranice rozpoznání, informace zůstává zakódována ve struktuře časoprostoru.

Mohlo by to platit i pro vědomí? Když mozek přestane fungovat, jeho specifické vzorce se rozpustí, ale informace, které nesly, nemusí být vymazány, ale absorbovány do kosmického archivu. To nenaznačuje osobní nesmrtelnost v egoickém smyslu – pokračování „mě“ s mými preferencemi a vzpomínkami – ale něco jemnějšího: že esence zkušenosti, jakmile vibruje v božském poli, zůstává jeho součástí navždy.

Mystické tradice opět rezonují. Upanišady trvají na tom, že nic z pravého bytí není ztraceno. Whitehead ve své procesní filozofii napsal, že každý okamžik zkušenosti je převzat do Boží paměti, věčně uchován. V buddhismu představuje myšlenka *álaja-vidžňána* – sklad vědomí – nádrž, ve které je zaznamenán každý otisk mysli.

Věda a spiritualita se tak sbíhají: individualita se rozpouští, ale pole si uchovává každý stopu. Já není vymazáno, ale integrováno. Paměť jako ego-definovaný příběh končí, ale paměť jako účast v kosmickém poli pokračuje. Žít znamená zapsat se do věčného hologramu; zemřít znamená splynout s jeho celistvostí.

Rozpuštění ega jako nejvyšší cíl

Z pohledu ega se rozpuštění jeví jako děsivé. Ztratit individualitu se zdá jako smrt sama: zánik paměti, osobnosti a svéprávnosti. V mnoha moderních západních myšlenkách je individualita považována za posvátnou – za samotnou podstatu svobody a důstojnosti. Přesto v tradicích moudrosti světa není rozpuštění ega ztrátou, ale osvobozením.

Buddhismus popisuje **nirvánu** jako zánik touhy a ega, uvolnění iluze oddělenosti. Daleko od nicoty je nirvána probuzením k realitě nepodmíněné hranicemi já. Ve Védántě je nejvyšším uvědoměním **móksa**: objev, že Átman (pravé já) není ego, ale samotný Brahman, nekonečný a věčný. V sufismu mluví mystici o *faná* – zničení ega v Bohu – následovaném *báqá*, přetrváváním v božské přítomnosti. V křesťanské mystice psali světci o **unio mystica**, mystickém spojení, kde se duše a Bůh stávají jedním.

V každém případě je „riziko“ ztráty individuality přetvořeno jako **konečný cíl**. Ego, jako vlna na povrchu moře, je dočasné. Rozpustit se neznamená zmizet, ale probudit se jako oceán.

Věda tento metaforu také podporuje. Teorie kvantového pole nám říká, že to, co se jeví jako částice – oddělené, samostatné – jsou ve skutečnosti excitace kontinuálních polí. Pole přetrvává, když excitace mizí. Pokud je ego excitací božského pole, pak smrt a rozpuštění ega nejsou zničením, ale návratem. Vlna opadne, ale oceán zůstává.

Nejvyšším cílem tedy není zachování individuality, ale její překročení. Lpět na egu znamená zůstat v exilu; rozpustit se znamená vrátit se domů.

Spekulativní obzory – Vědomí Bose-Einsteinova kondenzátu

Věda nabízí lákavé obrazy toho, jak by takové překročení mohlo vypadat v tělesné podobě. Jedním z nejpodivnějších stavů hmoty je **Bose-Einsteinův kondenzát (BEC)**, kdy částice ochlazené téměř na absolutní nulu spadnou do jediného kvantového stavu a chovají se jako jeden sjednocený celek. Normálně to vyžaduje teploty chladnější než hluboký vesmír, ale jako metafora je to silné.

Co by znamenalo, aby se vědomí stalo Bose-Einsteinovým kondenzátem? Namísto miliard neuronů, které střílejí částečně nezávisle, by vědomí spadlo do dokonalé koherence. Já by již nebylo rozděleno na fragmenty myšlenek, paměti a vnímání. Vědomí by bylo jedno.

Takový stav je znovu a znovu popisován v mystické literatuře. Buddhistické osvícení je často charakterizováno jako bezmezné vědomí přesahující dualitu subjektu a objektu. Křesťanští kontemplativci hovořili o „ztracení v Bohu“, kde žádné rozdíly nezůstávají. Sufi-jští básníci básnili o rozpuštění v lásce, jako cukr mizí ve vodě.

Spekulativně bychom si mohli představit, že v takových stavech by vědomí mohlo překročit běžné hranice prostoru a času. Pokud je vědomí v základu kvantové, pak by dokonalá koherence mohla odemknout nelokalitu: mysl již není vázána na tělo, ale rezonuje s polem veškerého bytí. Mystické zkušenosti bezčasovosti, bezmeznosti a jednoty by mohly být záblesky takového stavu.

Zde se věda a mystika opět sbíhají: konečný obzor vědomí nemusí být vůbec individualitou, ale koherencí s polem. Já, které se rozpustí v dokonalé jednotě, není ztraceno, ale naplněno.

Žití propletenosti

Pokud je jednota naší nejhlubší pravdou a rozpuštění ega naším nejvyšším cílem, jak bychom tedy měli žít nyní, uprostřed individuality? Odpověď zní: vědomým prožíváním propletenosti.

Etické důsledky

Probudit se k propletenosti znamená rozpoznat, že hranice mezi já a druhým jsou dočasné. Soucit se stává přirozeným, ne jako morální povinnost, ale jako uznání skutečnosti. Ublížit druhému znamená ublížit sobě; pečovat o druhého znamená pečovat o sebe. Etika zakořeněná v propletenosti přesahuje pouhou povinnost a stává se sladěním s realitou.

Ekologické důsledky

Propletenost také přetváří náš vztah k Zemi. Nejsme vnějšími uživateli přírody, ale orgány v těle Gaii. Vzduch, který dýcháme, jídlo, které jíme, ekosystémy, které nás udržují, nejsou „zdroji“, ale rozšířeními našeho vlastního života. Správcovství nevychází z citu, ale z uznání: les je našimi plícemi, řeka naší krví, atmosféra naším dechem.

Duchovní praxe

Mystické tradice dlouho pěstovaly způsoby rozpuštění ega do pole:

- **Meditace** v buddhismu ztišuje iluzi já, odhaluje vědomí bez hranic.
- **Sebezkoumání** ve Védántě se ptá: „Kdo jsem?“ dokud ego neopadne a nezůstane jen čisté vědomí.
- **Kontemplativní modlitba** v křesťanství obrací duši dovnitř, dokud nespočine v Bohu.
- **Dhikr** v sufismu opakuje jméno Boží, dokud já a Bůh nejsou dva.

Moderní věda potvrzuje transformační sílu těchto praktik. Neurověda ukazuje, že hluboká meditace ztišuje „výchozí síť mozku“, obvody odpovědné za myšlení odkazující na sebe. Subjektivní zprávy o rozpuštění ega korelují s měřitelnými změnami v mozkové aktivitě, což naznačuje, že mystická jednota není halucinací, ale skutečným způsobem vědomí.

Žít s povědomím o oceánu

Žít propletenost znamená nést toto povědomí do každodenního života. Každý okamžik je příležitostí si připomenout: „Nejsem jen touto vlnou. Jsem oceánem.“ Vděčnost, pokora a soucit přirozeně plynou z tohoto uznání. I obyčejné činy – jídlo, dýchání, mluvení – se stávají posvátnými, když jsou viděny jako projevy božského pole.

Závěr: Oceán zůstává

Na začátku této cesty jsme se ptali, co znamená, že všechny věci jsou propojené – že život, vědomí a samotný vesmír mohou být propletené. Putovali jsme kvantovou fyzikou, ekologií, filozofií a mystikou. Každá cesta, navzdory svému jazyku, ukazovala na stejný obzor: **já není oddělené, individualita je dočasná a jednota je nejhlubší pravdou.**

Teorie kvantového pole nám ukázala, že to, co se jeví jako částice, jsou excitace polí, dočasné vlny v neviditelném kontinuu. Teorie strun dodala, že rozmanitost je hudbou – vibracemi jednoho základního nástroje. V této vizi se hmota sama rozpouští do vztahu, rytmu a rezonance.

Ekologie odhalila, že život není mozaikou druhů, ale rozsáhlým systémem vzájemné závislosti. Lesy mluví prostřednictvím houbových sítí, oceány cirkulují živiny jako krev, Země dýchá jako celek. Hypotéza Gaii přetváří planetu ne jako pozadí, ale jako organismus – a nás jako jeho buňky.

Filozofie prohloubila zkoumání. Fenomenologie ukázala, že vědomí nikdy není oddělené, ale vtělené, propletené se svým světem. Lockovy úvahy o paměti nám připomněly, že iden-

tita je křehká, konstruovaná a rozšířená v čase. Panpsychismus naznačil, že vědomí není omezeno na jednotlivce, ale prostupuje realitou, přičemž každá mysl je odrazem celku.

Mystika nás zavedla dále. V Upanišadách jsme objevili učení: *Tat Tvam Asi* – ty jsi To. V buddhismu odhalila doktrína ne-já ego jako iluzi. V sufismu rozpustil *faná* sebe sama do Boha. V křesťanské mystice dovršila *unio mystica* lásku v božském spojení. Všude bylo ego odhaleno jako vlna, božské pole jako oceán.

Co je tedy smrt? Věda nám říká, že energie a informace nikdy nejsou ztraceny. Mystika nám říká, že individualita nikdy není konečná. Společně potvrzují: **smrt je návratem**. Vlna opadne, oceán zůstává. Ego se rozpustí, pole přetrvává.

A co cíl? Zde leží největší paradox. Ego se bojí rozpuštění – lpí na trvalosti, děsí se ztráty. Ale tradice moudrosti prohlašují, že rozpuštění není koncem, ale cílem. Ztratit já znamená probudit se k celku. Nirvána, mókša, theosis, osvícení: každé jmenuje stejnou pravdu. Nejvyšším cílem není zachování individuality, ale její překročení.

Věda také šepotá o tomto osudu. V propletenosti zahlédneme vesmír, kde oddělenost je iluzí. V holografickém principu vidíme, že informace nikdy nejsou zničeny. V Bose-Einsteinových kondenzátech vidíme, jak může rozmanitost splynout v koherenci. Nejsou to důkazy mystiky, ale rýmují se s její vizí: individualita se rozpouští, ale pole zůstává.

Co tedy znamená žít propletenost? Znamená to soucit: vědět, že ublížit druhému znamená ublížit sobě. Znamená to správcovství: pečovat o Zemi jako o naše větší tělo. Znamená to duchovní praxi: meditaci, kontemplaci, vzpomínání – ne k útěku ze života, ale k probuzení v něm. Žít propletenost znamená žít s povědomím, že každá myšlenka, každý čin, každý dech je vlnou v božském poli.

Na konci nás metafora vlny a oceánu přivádí domů. Vlna povstává, tančí a opadne. Bojí se svého konce, ale oceán nikdy nekončí. Vlna nikdy nebyla oddělena od oceánu – pouze dočasně tvarována jako „já“. Když se rozpustí, nic není ztraceno. Oceán zůstává, rozlehlý, bezmezný, věčný.

Probudit se k této pravdě znamená žít bez strachu, zemřít bez lítosti a vidět v každé bytosti ne druhého, ale sebe sama. Iluze oddělenosti opadne a to, co zůstane, je jednoduchá, nekonečná pravda:

Nikdy jsme nebyli vlnou. Vždy jsme byli mořem.

Reference

Fyzika a teorie informace

- Bell, J. S. (1964). *O paradoxu Einsteina Podolského Rosena*. Physics Physique Физика, 1(3), 195–200.
- Bohm, D. (1980). *Celistvost a implicitní řád*. Routledge.
- Greene, B. (1999). *Elegantní vesmír: Superstruny, skryté dimenze a hledání konečné teorie*. W. W. Norton.

- Hawking, S. W. (1975). *Tvorba částic černými dírami*. Communications in Mathematical Physics, 43(3), 199–220.
- Penrose, R. (1989). *Nová mysl císaře*. Oxford University Press.
- Susskind, L. (2008). *Válka o černé díry: Můj boj se Stephenem Hawkingem, aby byl svět bezpečný pro kvantovou mechaniku*. Little, Brown.
- Wheeler, J. A. (1990). „Informace, fyzika, kvantum: Hledání spojníc.“ In *Komplexita, entropie a fyzika informace*. Addison-Wesley.
- Zurek, W. H. (2003). *Dekoherence, vlastní výběr a kvantové počátky klasického*. Reviews of Modern Physics, 75(3), 715–775.

Vědomí a neurověda

- Hameroff, S., & Penrose, R. (2014). *Vědomí ve vesmíru: Přehled teorie ‚Orch OR‘*. Physics of Life Reviews, 11(1), 39–78.
- James, W. (1902/2004). *Různé druhy náboženské zkušenosti*. Penguin Classics.
- Metzinger, T. (2009). *Tunel ega: Věda o mysli a mýtus o já*. Basic Books.
- Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *Vtělená mysl: Kognitivní věda a lidská zkušenost*. MIT Press.

Filozofie a procesní myšlení

- Leibniz, G. W. (1714/1991). *Monadologie*. In R. Ariew & D. Garber (Eds.), *Filozofické eseje*. Hackett.
- Locke, J. (1690/1975). *Esej o lidském chápání*. Oxford University Press.
- Merleau-Ponty, M. (1945/2012). *Fenomenologie vnímání*. Routledge.
- Nágárdžuna (2. století). *Múlamadhjamakakáriká* (Základní verše o střední cestě). Různé překlady.
- Whitehead, A. N. (1929/1978). *Proces a realita*. Free Press.

Duchovní a mystické tradice

- Anonymní (14. století). *Mrak nepoznání*.
- Eckhart, M. (cca 1310/2009). *Základní kázání*. Paulist Press.
- Rúmí, J. (13. století/1995). *Základní Rúmí*. Přeložil Coleman Barks. HarperOne.
- Upanišady (cca 800–200 př. n. l.). Překlady Eknath Easwaran (1987) a Patrick Olivelle (1996).
- Buddha (cca 5. století př. n. l.). *Dhammapada*. Různé překlady.
- Al-Ghazálí (11. století/1998). *Výklenek světél*. Islamic Texts Society.

Ekologie a systémové myšlení

- Capra, F. (1996). *Síť života: Nové vědecké chápání živých systémů*. Anchor Books.
- Lovelock, J. (1979). *Gaia: Nový pohled na život na Zemi*. Oxford University Press.
- Margulis, L., & Sagan, D. (1995). *Co je život?*. University of California Press.

Slovník pojmů

Álaja-vidžňána (*sanskrt*)

„Sklad vědomí“ v buddhismu Jogáčára. Odkazuje na základní vrstvu mysli, která uchovává všechny karmické otisky a zkušenosti – jakési nevědomé semeniště vědomí.

Átman (*sanskrt*)

Vnitřní já nebo duše v hinduistické filozofii. V Advaity Védántě je Átman nakonec totožný s **Brahmanem**, univerzálním vědomím.

Báqá (*arabština*)

V súfijské mystice stav „přetrvávání v Bohu“ poté, co bylo já zničeno (*faná*). Znamená trvalé spojení s božstvím.

Bose-Einsteinův kondenzát (BEC)

Stav hmoty vytvořený při extrémně nízkých teplotách, kdy částice zabírají stejný kvantový stav a chovají se jako jediný sjednocený celek – v rukopisu často používán metaforicky k ilustraci jednoty vědomí.

Brahman (*sanskrt*)

Konečná, neměnná realita ve filozofii Védánty – nekonečná, věčná a základ všeho bytí. Všechny formy a já jsou považovány za projevy Brahmana.

Vědomí (Výchozí síť mozku)

Neuronová síť v mozku aktivní během odpočinku a myšlení odkazujícího na sebe. Výzkum ukazuje, že meditace a zkušenosti rozpuštění ega často **potlačují** tuto síť, což koresponduje se ztrátou hranic já.

Dhikr (*arabština*)

Súfijská oddaná praxe zahrnující opakování božských jmen nebo frází, používaná k soustředění srdce a rozpuštění ega do vzpomínání na Boha.

Ego

Psychologický pocit „já“ – sebeobraz, s nímž se ztotožňujeme. V mnoha duchovních tradicích je ego považováno za dočasnou konstrukci, nikoli konečné já.

Propletenost (kvantová)

Kvantový jev, kdy dvě nebo více částic zůstává propojených tak, že stav jedné okamžitě ovlivňuje stav druhé, bez ohledu na vzdálenost. Používá se metaforicky k popisu duchovní a existenciální jednoty.

Faná (*arabština*)

Súfijský termín pro zničení ega nebo já v božství. Je to rozpuštění individuální identity, často následované *báqá*.

Pole (Teorie kvantového pole)

Kontinuální entita prostupující prostorem, z níž vznikají částice jako lokalizované excitace nebo vlny. V rukopisu použito jako metafora pro **vědomí** nebo **božskou přítomnost**.

Hypotéza Gaii

Vědecká teorie navržená Jamesem Lovelockem, která naznačuje, že Země funguje jako samoregulující, živý systém. Často používána v ekoduchovních a systémových myšlenkových kontextech.

Holografický princip

Teoretická fyzikální myšlenka, že všechny informace v objemu prostoru mohou být reprezentovány jako zakódovaná data na hranici tohoto prostoru. Naznačuje, že **informace nikdy nejsou skutečně ztraceny**, ani v černých dírách.

Indrova síť

Mahájánská buddhistická metafora popisující vesmír jako nekonečnou síť propojených drahokamů, z nichž každý odráží všechny ostatní – symbol vzájemné závislosti a neoddělenosti.

Lokāḥ Samastāḥ Sukhino Bhavantu (*sanskrt*)

Posvátný chorál znamenající „Kéž jsou všechny bytosti všude šťastné a svobodné.“ Vyjadřuje soucit a touhu po univerzálním blahu.

Mókša (*sanskrt*)

Osvobození od cyklu zrození a smrti v hinduismu – uvědomění, že Átman je jedno s Brahmanem a že ego je iluzí.

Nirvána (*sanskrt/páli*)

Uhašení touhy a ega v buddhismu. Není to zničení, ale osvobození od podmíněné existence – stav bezmezného vědomí a míru.

Nelokalita

V kvantové mechanice myšlenka, že částice mohou být korelované přes obrovské vzdálenosti okamžitě, což odporuje klasickým představám o oddělenosti. V rukopisu použita k podpoře mystické myšlenky propleteného vědomí.

Panpsychismus

Filozofický pohled, že vědomí je základní a všudypřítomnou vlastností vesmíru – že veškerá hmota má nějakou formu vědomí.

Tat Tvam Asi (*sanskrt*)

Klíčové učení Upanišad znamenající „Ty jsi To.“ Prohlašuje základní totožnost mezi individuálním já (Átmanem) a konečnou realitou (Brahmanem).

Unio Mystica (*latina*)

„Mystické spojení.“ V křesťanské mystice splynutí duše s Bohem v lásce a vědomí přesahujícím dualitu.

Védánta

Škola hinduistické filozofie, která interpretuje Upanišady, zdůrazňující nedualitu (Advaity) Átmanu a Brahmana.

Dualita vlny a částice

Princip, že kvantové entity (jako elektrony nebo fotony) mohou vykazovat vlastnosti podobné vlnám i částicím, v závislosti na kontextu. Odráží metaforu rukopisu o egu jako vlně a božském poli jako oceánu.