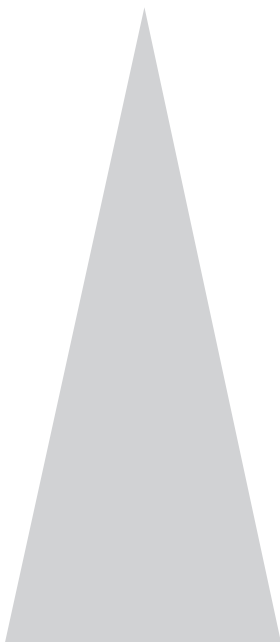


MISTROVSTVÍ
Robert Greene



MISTROVSTVÍ



Robert Greene



audiolibrix

MISTROVSTVÍ

Robert Greene

MASTERY

Copyright © 2012 by Robert Greene, Inc.

Překlad: Lenka Adamcová

(překlady všech citací jsou vlastním dílem překladatelky této knihy)

Sazba: Nina Orlová

Obálka: Tereza Švarcová

Odpovědná redaktorka: Hana Jarčevská

Tisk: Tiskárny Havlíčkův Brod a. s.

Vydalo Nakladatelství Audiolibrix
Makovského 1334/26, Řepy, 163 00 Praha 6
v roce 2023 jako svou 34. publikaci
První vydání

Připomínky: audiolibrix.cz/pripominky
Detail titulu: audiolibrix.cz/mistrovstvi
Objednávky knih: audiolibrix.cz/objednavky

Při diskusi o knize použijte hashtag #mistrovstvi

Knihy je dostupná také jako audiokniha
na audiolibrix.cz/mistrovstvi

České vydání © Audiolibrix s. r. o. 2023

Všechna práva vyhrazena
audiolibrix.cz/nakladatelstvi

Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována
za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem
bez písemného souhlasu vydavatele.

ISBN 978-80-88407-42-3 (hardback)
ISBN 978-80-88407-45-4 (epub)
ISBN 978-80-88407-48-5 (pdf)

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

Anně

OBSAH

ÚVOD	19
-------------	----

NEJVYŠŠÍ SÍLA	19
----------------------	----

Vyšší inteligence – definice mistrovství – tři fáze mistrovství – intuitivní inteligence – spojení s realitou – latentní síla v každém z nás

EVOLUCE MISTROVSTVÍ	23
----------------------------	----

Naši primitivní předkové – evoluce lidského mozku – schopnost odpoutat se a soustředit se – sociální inteligence prvotních hominidů – zrcadlové neurony – vžijte se do objektu svého zájmu – dokonalé ovládnutí času – práce s jádrem lidské mysli – spojení s našimi dávnými kořeny

KLÍČE K MISTROVSTVÍ	28
----------------------------	----

Charles Darwin následuje své inklinace – stopy všech velkých mistrů – naše jedinečnost a primární inklinace – politické bariéry v dosažení mistrovství – definice génia – hanobení konceptu mistrovství – role touhy v mistrovství – nebezpečí pasivity – tvárnost mozku – přehled strategií a biografických postav v této knize

I.

OBJEVTE SVÉ POSLÁNÍ:

ŽIVOTNÍ ÚKOL	37
---------------------	----

Disponujete vnitřní silou, která se vás snaží vést k vašemu Životnímu úkolu – k tomu, co máte uskutečnit v čase, který je vám vyměřen k životu. První krok

směrem k mistrovství vede vždy dovnitř – zjištění, kým skutečně jste, a opětovné propojení s touto vám vlastní silou. S tímto vědomím najdete cestu ke vhodné kariéře a vše ostatní se vyjasní. Nikdy není pozdě se na tuto cestu vydat.

SKRYTÁ SÍLA	39
<i>Leonardo da Vinci</i>	

KLÍČE K MISTROVSTVÍ	43
<i>Příklady mistrů vedených pocitem osudové předurčenosti – zárodek vaší jedinečnosti – opětovné propojení s vlastní inklinací – definice „poslání“ – volba životního poslání – najděte si své místo – cesta k úspěchu – zjistěte, kdo doopravdy jste</i>	

STRATEGIE PRO ODHALENÍ VAŠEHO ŽIVOTNÍHO ÚKOLU	47
--	----

1. Vraťte se ke svému počátku: Strategie prvotní inklinace	48
<i>Albert Einstein – Marie Curieová – Ingmar Bergman – Martha Grahamová – Daniel Everett – John Coltrane</i>	
2. Zaujměte ideální místo: Darwinovská strategie	51
<i>V. S. Ramachandran Yoky Matsuokaová</i>	
3. Vyhněte se falešné cestě: Strategie vzpoury	54
<i>Wolfgang Amadeus Mozart</i>	
4. Rozlučte se s minulostí: Adaptační strategie	56
<i>Freddie Roach</i>	
5. Najděte si cestu zpátky: Strategie „život, nebo smrt“	59
<i>Buckminster Fuller</i>	

Z JINÉHO POHLEDU	61
<i>Temple Grandinová</i>	

II. PODDEJTE SE REALITĚ: IDEÁLNÍ UČŇOVSTVÍ	65
---	----

Po absolvování formálního vzdělání vstupujete do té nejkritičtější fáze svého života – druhého praktického vzdělávání známého jako učňovství. Zavčasů se musíte poučit a kráčet po cestách vybudovaných těmi největšími mistry,

minulými i současnými – při ideálním učňovství transcendujícím všechny oblasti. Na této cestě si důkladně osvojíte nezbytné dovednosti, ukážete svou mysl a proměníte se v nezávisle myslícího jedince připraveného na kreativní výzvy na cestě k mistrovství.

PRVNÍ TRANSFORMACE 67

Charles Darwin

KLÍČE K MISTROVSTVÍ 72

Definice ideálního učňovství – cíl učňovství jako transformace sebe samého

Fáze učňovství – tři kroky neboli režimy 74

První krok: Důkladné pozorování – pasivní režim 74

Ztlumte své projevy – sledujte pravidla – posilujte rozložení sil a vztahy – interpretace příběhu Charlese Darwina – poznejte své prostředí

Druhý krok: Získávání dovedností – praktický režim 76

Získání implicitní (tacitní) znalosti – středověký učňovský systém – cyklus zrychlených návratů – přijměte jednotvárnost – frontální kortex a učení – zautomatizování vědomostí – magické číslo 10 000 hodin

Třetí krok: Experimentování – aktivní režim 81

Postupné sebeprosazování a experimentování – překonání strachů

Získávání dovedností v moderním světě – závažnost učňovství – spojení mezi zrakem a rukama – vy jste ten, kdo buduje

STRATEGIE PRO ZAVRŠENÍ IDEÁLNÍHO UČŇOVSTVÍ 83

1. Važte si učení víc než peněz 84

Benjamin Franklin – Albert Einstein – Martha Grahamová – Freddie Roach

2. Nepřestávejte rozšiřovat své obzory 86

Zora Neale Hurstonová

3. Vraťte se k pocitu podrážek 90

Daniel Everett

4. Důvěřujte procesu 94

Cesar Rodriguez

5. Jděte vstříc odporu a bolesti	97
<i>Bill Bradley</i>	
<i>John Keats</i>	
6. Učte se ze selhání	100
<i>Henry Ford</i>	
7. Kombinujte „jak“ a „co“	103
<i>Santiago Calatrava</i>	
8. Postupujte metodou pokus-omyl	106
<i>Paul Graham</i>	
Z JINÉHO POHLEDU	109
<i>Wolfgang Amadeus Mozart – Albert Einstein</i>	

III.

VSTŘEBEJTE SÍLU MISTRA:

VZTAH S UČITELEM

111

Život je krátký a váš čas pro učení a kreativitu je omezený. Bez jakéhokoli vedení můžete ztratit cenné roky snahami o získání vědomostí a praxe z různých zdrojů. Místo toho se musíte řídit příkladem mistrů všech dob a najít si vhodného učitele. Vyberte si mentora, který bude nejlépe vyhovovat vašim potřebám a propojí vás s vašim Životním úkolem. Jakmile vstřebáte jeho vědomosti, musíte jít dál a nesetrvávat v jeho či jejich stínu. Vaším cílem je své učitele vždy překonat v mistrovství a dokonalosti.

ALCHYMIE POZNÁNÍ

113

Michael Faraday

KLÍČE K MISTROVSTVÍ

120

Důležitost pokory – hodnota učitelů – vztah mezi učitelem a jeho chráněncem – učení jako alchymie – výklad příběhu Michaela Faradaye – Alexandr Veliký – hodnota osobního kontaktu – nalezení a přivolání učitele – známé postavy nebo knihy jako učitelé – učitel jako otcovská postava – kdy se odstříhnout od mistra

STRATEGIE K PROHLoubENÍ VZTAHU S MENTOREM 127

1. Vyberte si mentora podle svých potřeb a inklinací 127

Frank Lloyd Wright – Carl Jung – V. S. Ramachandran – Yoky Matsuokaová

2. Dívejte se hluboko do mentorova zrcadla 131

Hakuin zendži

3. Přetvářejte jejich myšlenky 135

Glenn Gould

4. Vytvořte si atmosféru vzájemné výměny 137

Freddie Roach

Z JINÉHO POHLEDU 141

Thomas Edison

IV.

BERTE LIDI TAKOVÉ, JACÍ JSOU:

SOCIÁLNÍ INTELIIGENCE 143

Největší překážkou v naší snaze o dosažení mistrovství často bývá emocionální vyčerpání, jemuž jsme vystaveni při řešení odporu a manipulací ze strany lidí kolem nás. Nesprávně chápeme jejich záměry a reagujeme způsobem, jenž vyvolává zmatení nebo konflikt. Sociální inteligence je schopnost vidět lidi v tom nejrealističtším možném světle. Pokud hladce proplouváme sociálním prostředím, máme víc času a energie soustředit se na studium a získávání dovedností. Úspěch dosažený bez této inteligence není skutečným mistrovstvím a nebude mít dlouhého trvání.

VŽIJTE SE DO NICH 145

Benjamin Franklin

KLÍČE K MISTROVSTVÍ 151

Lidé jako hlavní sociální tvorové – naivní pohled nás drží zpátky – výklad příběhu Benjamina Franklina – upravte svůj přístup

Konkrétní znalosti: Porozumění lidem	156
<i>Nonverbální komunikace – dávejte pozor na signály – hledání společných emocionálních prožitků – intuitivní porozumění lidem – hledání vzorců – nebezpečí prvního dojmu</i>	
Všeobecné znalosti: Sedm zhoubných skutečností	159
<i>Závist</i>	
<i>Konformismus</i>	
<i>Nepružnost</i>	
<i>Sebestřednost</i>	
<i>Lenost</i>	
<i>Nestálost</i>	
<i>Pasivní agresivita</i>	
<i>Sociální inteligence a kreativita</i>	
STRATEGIE PRO ZÍSKÁNÍ SOCIÁLNÍ INTELIGENCE	165
1. Nechte za sebe mluvit svou práci	165
<i>A. Ignaz Semmelweis</i>	
<i>B. William Harvey</i>	
2. Vybudujte si patřičnou image	170
<i>Teresita Fernándezová</i>	
3. Vnímejte sami sebe tak, jak vás vnímají druzí	174
<i>Temple Grandinová</i>	
4. Vydržte to s pošetilci	178
<i>Johann Wolfgang von Goethe – Josef von Sternberg – Daniel Everett</i>	
Z JINÉHO POHLEDU	183
<i>Paul Graham</i>	
V.	
PROBUĎTE DIMENZIONÁLNÍ MYSL: KREATIVNĚ-AKTIVNÍ	185
<i>Když nashromáždíte vědomosti a dovednosti a osvojíte si pravidla, jež platí v oboru vaší činnosti, měla by vaše mysl začít projevovat větší aktivitu a využít</i>	

tyto vědomosti způsobem, jenž odpovídá vašim inklinacím. Místo abyste se spokojili s tím, co víte, musíte rozšiřovat své vědomosti do souvisejících oblastí a zásobovat svou mysl podněty pro vytváření nových spojení mezi různými nápady. Nakonec se postavíte proti pravidlům, která jste si osvojili, a budete si je formovat a uzpůsobovat tomu, co vyhovuje vašemu duchu. Taková originalita vás dovede do výšin síly a moci.

DRUHÁ TRANSFORMACE 187

Wolfgang Amadeus Mozart

KLÍČE K MISTROVSTVÍ 193

Prvotní mysl – konvenční mysl – dimenzionální mysl – interpretace Mozartova příběhu – tři základní kroky

První krok: Kreativní úkol 197

Změňte svůj koncept kreativity – hledání velké bílé velryby – Thomas Edison, Rembrandt, Marcel Proust a nejvyšší kreativní výzvy – primární zákon kreativní dynamiky – najděte si něco, proti čemu budete rebelovat – zůstaňte realističtí – vzdejte se pocitu bezpečí

Druhý krok: Kreativní strategie 199

A. KULTIVACE NEGATIVNÍHO POTENCIÁLU 199

Keats o tvůrčím procesu – definice negativního potenciálu – Mozart a Bach – Einstein a negativní potenciál – Shakespeare jako ideál – Faraday o pokoře – negativní potenciál jako nástroj k otevření mysli

B. POČÍTEJTE S VROZENÝM ŠTĚSTÍM 202

Mozek je duální systém zpracovávání dat – definice „vrozeného štěstí“ – William James a mentální hybná síla – udržování otevřeného ducha – Louis Pasteur a vrozené štěstí – Thomas Edison, vrozené štěstí a zaznamenávání zvuku – plynulá mysl – strategie vrozeného štěstí Anthonyho Burgesse a Maxe Ernsta – kultivace vrozeného štěstí – analogické myšlení a Galileo

C. ZMĚŇTE MYSL POMOCÍ „PROUDU“ 205

Charles Darwin a proud – definice „proudu“ – naši primitivní předkové a proud – obcházení proudu – Buckminster Fuller a artefakty – důležitost vytváření objektů – smyčka zpětné vazby

D. ZMĚŇTE ÚHEL POHLEDU

209

*Typické vzorce myšlení, které je třeba změnit**Soustředíte se na „co“ místo „jak“**Vyhnete se zkratkám – soustředíte se na strukturu – získáte cit pro celek
– důležitost vztahů ve vědě**Spěcháte se zobecňováním a opomíjíte detaily**Přepněte z makro na mikro – Charles Darwin a mikrostudie svijonožců
– Leonardo da Vinci a jeho pozornost vůči mikrodetailům při malbě
– nechte se vést detaily**Potvrzujete obecně přijímané vzorce a nepřihlížíte k anomáliím**Nadměrná závislost na paradigmatech – cena anomálií – Marie
Curieová a anomálie radioaktivity – zakladatelé Googlu a anomálie
– anomálie pohánějící evoluci**Fixace na to, co je přítomné, opomíjení toho, co schází**Sherlock Holmes a negativní podněty – Gowland Hopkins, negativní
podněty a kurděje – uspokojení nenaplněných potřeb – Henry Ford,
negativní podněty a montážní linka – obraťte svůj emocionální pohled
– překážky jako příležitosti*

E. VRAŤTE SE K PRIMÁRNÍM FORMÁM INTELIGENCE

214

*Intelligence našich primitivních předků – lidský mozek jako multifunkční
nástroj – gramatika jako omezení – myšlení za hranicí jazyka – příklady
známých lidí, kteří přemýšleli v obrazech – omezení paměti – používání
náčrtů a modelů – Schiller, Einstein, Samuel Johnson a synestézie***Třetí krok: Kreativní průlom – napětí a vhled**

217

*Vysoké vnitřní standardy mistrů – nechat být – Einstein, odstup a objevení
relativity – Richard Wagner dokončuje svou operu ve snu – jak mozek
dosahuje vrcholů kreativity – bloky, jež předcházejí osvětlení – náhlý výtrysk
geniality u Evarista Galoise – potřeba napětí – vytvořte si termíny – Thomas
Edison a vyvíjení tlaku***Emocionální pasti**

220

Pocit sebeuspokojení

<i>Konzervativismus</i>	
<i>Závislost</i>	
<i>Netrpělivost</i>	
<i>Okázalost</i>	
<i>Nepružnost</i>	
STRATEGIE PRO KREATIVNĚ-AKTIVNÍ FÁZI	224
1. Autentický projev	224
<i>John Coltrane</i>	
2. Skutečnost s velkou perspektivou	228
<i>V. S. Ramachandran</i>	
3. Mechanická inteligence	233
<i>Bratři Wrightovi</i>	
4. Přirozené schopnosti	238
<i>Santiago Calatrava</i>	
5. Volný prostor	243
<i>Martha Grahamová</i>	
6. Nejvyšší cíl	247
<i>Yoky Matsuokaová</i>	
7. Evoluční únos	250
<i>Paul Graham</i>	
8. Dimenzionální myšlení	255
<i>Jean-François Champollion</i>	
9. Alchymická kreativita a nevědomí	261
<i>Teresita Fernándezová</i>	
Z JINÉHO POHLEDU	264
<i>John Coltrane – August Strindberg</i>	

VI.

ZKOMBINUJTE INTUITIVNÍ S RACIONÁLNÍM: MISTROVSTVÍ

267

My všichni máme přístup k vyšší formě inteligence, k té, která nám umožňuje vnímat více ze světa, předvídat trendy, reagovat rychle a přesně za jakýchkoli okolností. Tato inteligence se kultivuje tak, že se hluboce pohroužíme do oblasti svého studia a zůstaneme věrni svým inklinacím bez ohledu na to, jak nekonvenční se náš přístup může zdát ostatním. K těmto schopnostem je lidský mozek předurčený a my budeme přirozeně směřovat k tomuto typu inteligence, pokud budeme následovat své inklinace k jejich nejzazším hranicím.

TŘETÍ TRANSFORMACE

269

Marcel Proust

KLÍČE K MISTROVSTVÍ

275

Příklady mistrů se širším vnímáním – intuice – mystifikovaná síla – intuice vyššího řádu – dynamika – získání intuitivního citění celku – Jane Goodallová a její cit pro šimpanze – cit Erwina Rommela pro bitvu – splynutí racionálního s intuitivním – mistrovství po 20 000 hodinách – čas jako klíčový faktor – kvalitativně obohatte čas strávený studiem – interpretace Proustova příběhu

Kořeny mistrovské intuice

282

Vosička kutilka – intuice a naši primitivní předkové – paměťové stopy v mozku – Bobby Fischer a paměťové stopy – řešení složitosti – získání tolerance vůči chaosu – zvyšování paměťových schopností – příklady intuice vyššího řádu a mladistvá svěžest

Návrat k realitě

287

Přehled evoluce od počátku – vzájemná propojenost veškerého života – nejvyšší skutečnost – naše moderní renesance – návrat k celku – změněný mozek mistra

STRATEGIE PRO DOSAŽENÍ MISTROVSTVÍ

290

1. Napojte se na své prostředí: Primární síly

290

Ostrované z Karolín

2. Využívejte své silné stránky: Nejvyšší účel	294
<i>A. Albert Einstein</i>	
<i>B. Temple Grandinová</i>	
3. Proměňte sami sebe prostřednictvím praxe: Intuitivní talent	305
<i>Cesar Rodriguez</i>	
4. Vnitřně se ztotožněte s detaily: Životní síla	309
<i>Leonardo da Vinci</i>	
5. Rozšiřujte si rozhled: Celkový obraz	314
<i>Freddie Roach</i>	
6. Podvolte se ostatním: Pohled zevnitř	318
<i>Daniel Everett</i>	
7. Zkombinujte všechny formy poznání: Univerzální muž/žena	324
<i>Johann Wolfgang von Goethe</i>	
Z JINÉHO POHLEDU	330
<i>Falešné já – pravé já – demystifikovaný génius – váš smysl v životě – uvědomte si svůj potenciál</i>	
ŽIVOTOPISY SOUČASNÝCH MISTRŮ	333
PODĚKOVÁNÍ	339
VYBRANÁ LITERATURA	341
REJSTRÍK	347

ÚVOD

NEJVYŠŠÍ SÍLA

Každý má své štěstí ve vlastních rukách jako sochař surový kámen, z něhož bude tvarovat své dílo. Ale s tímto druhem umělecké činnosti je to stejné jako se všemi ostatními. Rodíme se pouze se schopností se jí věnovat. Dovednost formovat materiál v to, co si přejeme, se musíme naučit a pozorně ji kultivovat.

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Existuje určitá forma síly a inteligence představující vrcholný bod lidského potenciálu. Je zdrojem největších lidských úspěchů, nejvýznačnějších děl a objevů v dějinách. Je to inteligence, jež není vyučována ve školách, ani se jejímu analyzování nevěnují věhlasní profesori. Každý z nás ale v určitém okamžiku už na vlastní kůži zažil její záblesky. Často k nám přichází ve chvílích napětí – když musíme dodržet důležitý termín, jestliže nutně potřebujeme vyřešit nějaký problém, pokud se ocitneme v krizové situaci. Nebo může přijít jako výsledek soustavné práce na určitém projektu. V každém takovém případě se pod tlakem okolností cítíme nezvykle nabití energií a soustředění. Naše mysl je pohlčena úkolem, který máme před sebou. Tato intenzivní koncentrace spouští všechny možné nápady – přicházejí k nám, když usínáme, zdánlivě odnikud, jako by pramenily z našeho nevědomí. V takových obdobích jako by druzí méně vzdorovali našemu vlivu. Možná jsme vůči nim pozornější nebo se zdá, jako bychom měli jistou zvláštní moc, která u nich vzbuzuje respekt. Běžně můžeme život prožívat v pasivním modu a průběžně reagovat podle potřeby na různé

události, ale ve dnech či týdnech intenzivního soustředění máme pocit, že je v naší moci určovat běh událostí a konat.

Mohli bychom tuto moc vyjádřit následujícími slovy: Po většinu času žijeme ve vnitřním světě snů, tužeb a nutkavých myšlenek. V období výjimečné kreativity nás ale pohání potřeba uskutečnit něco, co má praktický efekt. Donutíme se vyjít ven ze své komfortní zóny obvyklých vzorců a spojit se s vnějším světem, s ostatními lidmi, s realitou. Místo tékání sem a tam ve stavu trvalého rozptýlení se naše mysl soustřeďuje a proniká do jádra čehosi reálného. V těchto okamžicích jako by naši mysl – obrácenou navenek – zaplavovalo světlo ze světa kolem nás, a my, náhle vystaveni novým detailům a myšlenkám, získáváme větší inspiraci a kreativitu.

Jakmile je po termínu nebo krize skončí, tento pocit síly a zvýšené kreativity se obvykle vytrácí. Vracíme se do svého stavu rozptýlení a pocit, že máme vše pod kontrolou, je pryč. Kdybychom jen dokázali tento stav záměrně navodit nebo ho nějakým způsobem udržet déle při životě... zdá se nám ale příliš tajemný a prchavý.

Problémem je, že tato forma síly a inteligence je buď coby předmět studia opomíjena, nebo je obklopena celou řadou mýtů a neporozumění, což vše ještě přispívá k její neuchopitelnosti. Představujeme si, že kreativita a genialita se vynořují z neznáma, že jsou plodem vrozeného talentu nebo možná správného duševního rozpoložení či příznivého naklonění hvězd. Odhalení tohoto mystéria by znamenalo obrovskou pomoc – pojmenování onoho pocitu moci, prozkoumání jeho kořenů, definování typu inteligence, jež k němu vede, a pochopení, jak je možné ho navodit a udržet.

Pojmenujme si tento stav slovem *mistrovství* – pocit, že máme větší kontrolu nad realitou, nad druhými a nad sebou samými. Byť se může jednat o cosi, co my zažíváme jen na krátkou chvíli, pro jiné – pro mistry v jejich oboru – se z toho stává životní cesta, jejich způsob vnímání a prožívání světa. (Mezi takové mistry patřili kromě mnoha dalších například Leonardo da Vinci, Napoleon Bonaparte, Charles Darwin, Thomas Edison a Martha Grahamová.) A základ této síly tvoří jednoduchý *proces* vedoucí k mistrovství – postup, který může absolvovat každý z nás.

Tento proces nebo postup je možné připodobnit následovně: Dejme tomu, že se učíme hrát na klavír nebo nastupujeme do nového zaměstnání, kde si musíme osvojit určité dovednosti. Zpočátku jsme outsideri. Naše prvotní dojmy z klavíru nebo z pracovního prostředí jsou založené na předem vytvořených úsudcích a často obsahují element strachu. Když začínáme studovat hru na klavír, nahánějí nám klávesy spíš hrůzu – nechápeme vztahy mezi klávesami, strunami, pedály a vším ostatním, co vstupuje do vznikaní hudby. V novém

pracovním prostředí si nejsme vědomi vztahů a poměrů sil mezi lidmi, neznáme psychologický přístup svého nadřízeného ani pravidla a postupy považované za zásadní pro úspěch. Jsme zmatení – vědomosti, které v obou případech potřebujeme, jsou mimo náš dosah.

Do podobných situací můžeme sice vstupovat nadšení z toho, co se můžeme naučit nebo co můžeme s nově získanými dovednostmi dělat, rychle ale zjistíme, jak moc tvrdé práce máme před sebou. Hrozí nebezpečí, že propadneme pocitům znučenosti, netrpělivosti, strachu a zmatení. Přestaneme pozorovat a učit se a náš postup se zastaví.

Pokud se nám ale podaří tyto emoce zvládnout a necháme věci plynout správným směrem, začne se vynořovat cosi pozoruhodného. Když budeme dál pozorovat a následovat vedení druhých, získáme jasný náhled, naučíme se pravidla a zjistíme, jak věci fungují a zapadají do sebe. Když se budeme dál procvičovat, začne nám jít naše činnost lehce a dokonale ovládneme základní dovednosti, což nám umožní čelit dalším a zajímavějším výzvám. Začneme si uvědomovat souvislosti, jež pro nás byly předtím skryté. Pozvolna získáme důvěru ve vlastní schopnost řešit problémy nebo překonávat slabosti pomocí neúnavné vytrvalosti.

V určitém bodě se z žáka staneme praktikem. Začneme zkoušet vlastní nápady, a získávat tím cennou zpětnou vazbu. Používáme své rostoucí vědomosti a zkušenosti stále kreativnějším způsobem. Místo abychom se jen učili, jak věci dělají druzí, získáváme a uplatňujeme vlastní styl a individualitu.

Jak jdou roky, a my zůstáváme věrni tomuto procesu, dochází k dalšímu skoku – na úroveň mistrovství. Klaviatura už není cosi mimo nás. Vstřebali jsme ji do sebe a ona se stala součástí našeho nervového systému, dokonale ji ovládáme. Ve svém povolání už máme cit pro skupinovou dynamiku, pro momentální stav věcí. Dokážeme tento cit uplatňovat v mezilidských vztazích, hlouběji nahlížet do druhých lidí a předvídat jejich reakce. Jsme schopni činit rozhodnutí rychle a vysoce kreativní. Dostáváme nápady. Naučili jsme se pravidlům tak dobře, že teď můžeme být těmi, kdo je boří nebo přetvářejí.

V procesu vedoucím k této nejvyšší podobě síly rozlišujeme tři významné fáze neboli úrovně. První je *učednická*, druhá *kreativně-aktivní* a třetí *mistrovská*. V první fázi stojíme tak trochu mimo hru, učíme se co možná nejvíce základních elementů a pravidel. Máme jen částečný přehled o prostředí, v němž se pohybujeme, a naše možnosti a síla jsou tím pádem omezené. Ve druhé fázi už máme díky spoustě praxe a pohroužení náhled do celého soukolí, chápeme, jak spolu různé elementy souvisejí a spolupracují, a tím pádem získáváme ucelenější a hlubší porozumění předmětu svého zájmu. S tím přichází i nová síla – schopnost experimentovat a s jednotlivými elementy si kreativně hrát. Ve

třetí fázi je naše úroveň vědomostí, zkušeností a soustředění tak hluboká, že jsme schopni vidět zcela jasně celý obraz se všemi souvislostmi. Máme přístup k jádru života – k lidské přirozenosti a k přírodním jevům. To je důvodem, proč se díla mistrů dotýkají samé podstaty naší bytosti. Umělec zachytil cosi z esence reality. Proto dokáží vynikající vědci objevovat nové fyzikální zákony a vynálezci nebo podnikatelé přicházet s něčím, co si dosud nikdo nedokázal ani představit.

Můžeme tuto sílu nazývat intuicí, ale intuice není ničím jiným než náhlým a bezprostředním pochopením toho, co je skutečné, bez potřeby slov nebo vzorců. Slova a vzorce mohou přijít později, ale tento záblesk intuice je tím, co nás nakonec přivádí blíž skutečnosti, protože naše mysl je při něm náhle osvětlena určitou částí pravdy, předtím skrytou nám i ostatním.

Zvíře má schopnost učit se, ale povětšinou se při kontaktu s okolním prostředím spoléhá na své instinkty, aby ho ochránilo před nebezpečím. Za pomoci instinktů dokáže jednat rychle a účinně. Člověk se při snaze porozumět prostředí, jež ho obklopuje, spoléhá na myšlení a racionalitu. Přemýšlení ale může být pomalé a ztratit svou účinnost. Velká část našeho obsesivního, vnitřního myšlenkového procesu má tendenci nás odpojovat od světa. Intuitivní síly mistrovské úrovně jsou směsicí instinktivního a racionálního, vědomého a nevědomého, lidského a zvířecího. Je to náš způsob navazování rychlých a silných spojení s okolím, způsob, jak se vcítit nebo myšlenkami ponořit do věcí a jevů. Jako děti jsme měli něco z této intuitivní síly a spontánnosti, obvykle je ale vytěšňují všechny možné informace, které naši mysl časem zahlcují. Místrů se do tohoto dětského stavu vracejí a jejich díla demonstrují úroveň spontánnosti a přístupu do nevědomí, ale na mnohem vyšší úrovni, než je tomu u dětí.

Pokud ve svém vývoji dojdeme až do tohoto vrcholného bodu, aktivujeme intuitivní sílu skrytou v každém lidském mozku, sílu, kterou jsme možná už zakusili, když jsme intenzivně pracovali na nějakém problému nebo projektu. Ve skutečnosti se během života se záblesky této síly setkáváme často – například když tušíme, co v nějaké konkrétní situaci bude následovat, nebo když nás z ničeho nic napadne dokonalé řešení nějakého problému. Tyto okamžiky jsou však prchavé a nejsou založené na dostatečných zkušenostech, aby šlo zajistit, že se budou opakovat. Když dosáhneme mistrovství, ovládneme tuto intuici jako svou schopnost, je to výsledek, k němuž jsme se postupně dopracovali. A protože svět oceňuje kreativitu a tuto schopnost odhalovat nové aspekty reality, přináší nám to také ohromnou praktickou moc.

Uvažujte o mistrovství následovně: V celé historii se muži a ženy cítili uvězněni limity svého vědomí, nedostatkem kontaktu s realitou a neschopností ovlivňovat svět kolem sebe. Hledali všechny možné zkratky k rozšířenému

vědomí a k pocitu kontroly v podobě magických rituálů, hypnotických stavů, zaklínání a látek navozujících změněné stavy vědomí. Zasvěcovali své životy alchymii při hledání kamene mudrců – těžko identifikovatelné substance proměňující veškerou hmotu ve zlato.

Tento hlad po nějaké zázračné zkratce přežívá až do dnešní doby v podobě jednoduchých receptů na úspěch, konečně odhalených prastarých tajemství, kdy pouhá změna přístupu či postoje přitáhne tu správnou energii. Všechno toto úsilí má v sobě zrnko pravdy a praktičnosti – například důraz kladený v magii na hluboké soustředění pozornosti. Veškeré toto hledání se ale ve své podstatě zaměřuje na cosi nereálného – na snadnou cestu k praktické síle a moci, k rychlému a snadnému řešení, k El Doradu myslí.

Mnozí lidé se ztrácejí v těchto nekonečných fantaziích, současně ale ignorují jednu skutečnou sílu, kterou mají k dispozici. A na rozdíl od magie a zjednodušujících receptů máme v celých dějinách důkazy o materiálních výsledcích této síly – významné objevy a vynálezy, úchvatné budovy a umělecká díla, technické vymoženosti, jež máme k dispozici, což jsou vše výtvořiny mistrovské mysli. Tato síla dává těm, kdo ji ovládají, takové spojení s realitou a schopnost měnit svět, o nichž se dávným mystikům a mágům mohlo jen zdát.

Po celá staletí lidé staví kolem takového mistrovství zeď. Nazývají ho géniem a uvažují o něm jako o čemsi nedosažitelném. Nahlíží na něj jako na produkt privilegovaného vrozeného talentu nebo zkrátka jen příznivé konstelace hvězd. Udělali z něj jev tak těžko postižitelný jako magie. Tato zeď je ale imaginární. Zde je to právě tajemství: náš mozek je výsledkem šesti milionů let evoluce a právě tento vývoj mozku nás má víc než cokoli jiného dovést k mistrovství, k latentní síle v každém z nás.

EVOLUCE MISTROVSTVÍ

Tři miliony let jsme byli lovci-sběrači a díky evolučním tlakům tohoto způsobu života se nakonec vyvinul tak přizpůsobivý a kreativní mozek. I dnes máme ve svých hlavách mozky lovců-sběračů.

RICHARD LEAKEY

Dnes je to pro nás těžko představitelné, ale naši nejdávnější lidští předkové, kteří se před nějakými šesti miliony let odvážili vydat na travnaté pláně východní Afriky, byli pozoruhodně slabá a zranitelná stvoření. Byli vysocí ani ne metr pa-desát. Chodili vzpřímeně a dokázali na dvou končetinách běhat, zdaleka ale ne

tak rychle jako čtyřnozí predátoři, kteří je pronásledovali. Byli hubení a nebyli nijak zvlášť schopni bránit se rukama. Neměli možnost v případě napadení použít žádné drápy, tesáky ani jed. Kvůli sběru ovoce, ořechů a hmyzu nebo vyhledávání mršin, jimiž se také živili, se museli vydávat na otevřenou savanu, kde se stávali snadnou kořistí levhartů nebo smeček hyen. Tak slabí a v malém počtu mohli snadno vyhynout.

A přesto se v průběhu několika milionů let (což je na časové ose evoluce pozoruhodně krátký úsek) tito naši fyzicky celkem nevýrazní předkové dokázali proměnit v ty nejimpozantnější lovce na planetě. Co mohlo zapříčinit tak zářačnou změnu? Někdo se domnívá, že zvrát způsobilo to, že se začali pohybovat na dvou končetinách, což jim uvolnilo ruce a mohli si s protilehlými palci a přesným úchopem vyrábět nástroje. Tato fyzická vysvětlení ale nepostihují podstatu. Naše dominance, naše mistrovství nevychází z našich rukou, ale z našich mozků, z proměny naší mysli v ten nejmocnější známý nástroj v přírodě – daleko mocnější než jakýkoli dráp. A u zrodu této *mentální* transformace stály dva prosté biologické rysy – *vizuální* a *sociální* – které primitivní humanoidi začali používat.

Naši nejstarší předkové vzešli z primátů, kteří po miliony let obývali prostředí korun stromů a u nichž se časem vyvinul jeden z nejpozoruhodnějších zrakových systémů v přírodě. Aby se mohli v tomto prostředí rychle a účinně pohybovat, vznikla u nich extrémně komplikovaná oční a svalová koordinace. Oči se jim postupně vyvíjely do pozice na přední straně hlavy, díky čemuž získali schopnost binokulárního, prostorového vidění. Tento systém poskytuje mozku vysoce přesné trojrozměrné a podrobné vizuální informace, mívá ale dosti zúžený záběr. Zvířata s tímto druhem vidění – na rozdíl od tvorů s očima po stranách nebo napůl po stranách hlavy – obvykle bývají zdatní predátoři (jako například sovy a kočky). U primátů žijících na stromech se tento typ vidění vyvinul za jiným účelem – aby se mohli snadno pohybovat ve větvoví a efektivněji vyhledávat plody, bobule a hmyz. Vyvinulo se u nich rovněž detailní vnímání barev.

Když naši dávní humanoidní předkové opustili stromy a vydali se na travnaté pláne savany, začali se postupně pohybovat ve vzpřímené pozici. S již dobře vyvinutými zrakovými schopnostmi dokázali vidět na velké vzdálenosti (žirafy a sloni jsou sice vyšší, oči mají ale umístěné po stranách hlavy, což jim zajišťuje odlišné, panoramatické vidění). Umožňovalo jim to zahlédnout predátory daleko na obzoru a sledovat jejich pohyb i za šera. Mohli tudíž během pár sekund nebo minut vymyslet, jak se dostat do bezpečného úkrytu. Současně byli schopni identifikovat všechny možné důležité detaily ve svém bezprostředním okolí – stopy a další důkazy o pohybu predátorů nebo barvy a tvary kamenů, které mohli případně použít jako nástroje.

V korunách stromů se takto výkonný zrak vyvinul kvůli potřebě rychlého vnímání a reagování. Na otevřených travnatých pláních tomu bylo naopak. Bezpečí a nalezení potravy záviselo na pomalém, trpělivém pozorování okolí, na schopnosti rozpoznávat detaily a na zaměření se na jejich možný význam. Přežití našich předků záviselo na intenzitě jejich pozornosti. Čím déle a pečlivěji pozorovali, tím lépe byli schopni rozlišit mezi příležitostí a nebezpečím. Kdyby jen rychle přehlédli obzor, mohli by toho sice zahlédnout o hodně víc, jejich mysl by to ale zahltilo informacemi – příliš mnoha detaily pro tak ostrý zrak. Lidský vizuální systém není uzpůsobený pro zběžné prohlížení, jako je tomu například u krav, ale pro hloubku zaostření.

Zvířata jsou uzavřena ve věčné přítomnosti. Jsou schopna se poučit z nedávných událostí, snadno je ale rozptýlí to, co mají přímo před očima. Naši předkové během dlouhého časového období postupně překonali tuto základní zvířecí slabou stránku. Tím, že se dost dlouho dívali na nějaký objekt a nenechali se rozptýlit ani na pár vteřin, dokázali se na okamžik odpoutat od svého bezprostředního okolí. Díky tomu byli schopni nahlížet různé vzorce, zobecňovat a uvažovat dopředu. Získali tak mentální odstup, který jim umožňoval přemýšlet a uvědomovat si, a to i v tom nejmenším měřítku.

U těchto prvotních lidí se vyvinula schopnost odstupů a myšlení jako jejich primární výhoda ve snaze vyhnout se predátorům a najít potravu. Spojovala je s realitou, k níž jiní živočichové neměli přístup. Myšlení na této úrovni bylo nejvýznamnějším bodem zvratu v celé evoluci – nástup vědomé, uvažující mysli.

Druhá biologická výhoda je méně zjevná, ale ve svých důsledcích stejně mocná. Všichni primáti jsou z podstaty sociální tvorové, ale kvůli své velké zranitelnosti na otevřených pláních měli naši nejstarší předkové mnohem větší potřebu soudržnosti skupiny. Byli na skupině závislí kvůli nutnosti ostrážitého pozorování predátorů i obstarávání potravy. Obecně měli tito první hominidé mnohem víc sociálních kontaktů než ostatní primáti. V průběhu stovek tisíc let nabývala jejich sociální inteligence na složitosti a umožňovala těmto předkům vzájemnou spolupráci na vysoké úrovni. A stejně jako u našeho chápání přírodního prostředí tato inteligence závisela na intenzivní pozornosti a soustředění. Nesprávné chápání sociálních impulsů v pevně semknuté skupině se mohlo stát velmi nebezpečnou záležitostí.

Prostřednictvím evoluce těchto dvou rysů – *vizuálního a sociálního* – byli naši primitivní předkové schopni zhruba před dvěma až třemi miliony let vymýšlet a rozvíjet složité lovecké dovednosti. Postupně se stávali kreativnějšími a tuto složitou dovednost zdokonalovali na úroveň umění. Stali se sezónními lovci, rozšířili se po celé euroasijské pevnině a podařilo se jim přizpůsobit se celé řadě klimatických podmínek. A v průběhu této rychlé evoluce jejich

mozek zhruba před 200 000 lety narostl v podstatě do velikosti, jakou má moderní člověk.

V devadesátých letech dvacátého století jedna skupina italských neurovědců objevila něco, co by mohlo pomoci vysvětlit tuto zvyšující se loveckou zdatnost našich primitivních předků, a tím následně i něco o mistrovství tak, jak existuje dnes. Při studiu mozku opic zjistili, že určité motorické řídicí neurony se aktivují nejen ve chvíli, kdy zvířata vykonávají určitý konkrétní čin – jako při vyvíjení tlaku na páčku, aby dostala za odměnu burák, nebo chytání banánu do ruky – ale že se aktivují i ve chvíli, kdy opice sledují, jak tyto úkony provádí někdo jiný. Těmto neuronům se záhy začalo říkat *zrcadlové neurony*. Toto aktivování neuronů znamená, že daní primáti prožívají podobné pocity, když tu-těž aktivitu vykonávají i pozorují, což jim umožňuje představit si sami sebe na místě toho druhého a vnímat jeho pohyby, jako by je dělali sami. Vysvětlovalo by to schopnost mnoha primátů napodobovat druhé a zřejmou schopnost šimpanzů předvídat plány a činy protivníka. Spekuluje se o tom, že tyto neurony se vyvinuly díky sociálnímu způsobu života primátů.

Nedávné experimenty dokázaly existenci takových neuronů u lidí, ale na mnohem sofistikovanější úrovni. Opice nebo primát dokáže vnímat nějaký čin z pohledu jeho konatele a představit si jeho úmysly, my to ale dokážeme dovést ještě dál. Bez jakýchkoli vizuálních vodítek nebo jakéhokoli činu ze strany druhých se dokážeme *vžít do jejich mysli* a představovat si, co si asi mohou myslet.

Vyvinutí zrcadlových neuronů našim předkům dovoľovalo vyvozovat přání ostatních na základě těch nejnepatrnějších indicií, a tudíž zvyšovat vlastní sociální dovednosti. Sloužilo také jako zásadní prvek při výrobě nástrojů – bylo možné se naučit vyrobit nástroj díky napodobení postupu toho, kdo to už uměl. Co je ale možná nejdůležitější, poskytovalo jim schopnost *vcítit se* do všech kolem sebe. Po letech studování určitých zvířat se s nimi dokázali ztotožnit a uvažovat jako ona, předvídat vzorce jejich chování, a zvýšit tak svou schopnost vystopovat a zabít kořist. Toto *vcítění se* bylo možné používat i na anorganické aspekty okolního prostředí. Při výrobě kamenného nástroje se zkušenosti jedinci cítili spojení se svými nástroji. Kámen nebo dřevo, s nimiž pracovali, se staly prodloužením jejich ruky. Cítili, jako by se jednalo o jejich vlastní tělo, což jim poskytovalo nad nástroji mnohem větší kontrolu jak při jejich výrobě, tak při používání.

Těchto schopností mysli bylo možné dosáhnout a využívat až po letech zkušeností. Po dokonalém ovládnutí určité dovednosti (stopování kořisti, výroby nějakého nástroje) se tato činnost zautomatizovala a při provádění této dovednosti se už mysl nemusela zaměřovat na konkrétní kroky a mohla se soustředit na něco vyššího – třeba co si kořist může myslet nebo jaký je to pocit

vnímat nástroj jako součást ruky. Toto *vcítění se* bylo preverbální (tedy před vznikem řeči) verzí inteligence třetí úrovně – primitivní ekvivalent intuitivního citu Leonarda da Vinciho pro anatomii a krajinu nebo Michaela Faradaye pro elektromagnetismus. Mistrovství na této úrovni znamenalo, že naši předkové dokázali činit rozhodnutí rychle a účinně, protože plně rozuměli svému prostředí a své kořisti. Kdyby se tato schopnost nevyvinula, mysl našich předků by snadno zahlcovala spousta informací, které museli pro úspěšný lov zpracovávat. Tato intuitivní schopnost se u nich vyvinula stovky tisíc let před vznikem jazyka, a proto když tuto úroveň inteligence zažijeme, zdá se nám to jako cosi preverbálního, jako síla přesahující naši schopnost popsat ji slovy.

Poučení: Tento dlouhý časový úsek hrál zásadní roli v našem mentálním vývoji. Zásadně změnil náš vztah k času. Pro zvířata je čas velký nepřítel. Pokud jsou potenciální kořisti, může pro ně příliš dlouhé pobývání na určitém místě znamenat rychlou smrt. Pokud jsou to predátoři, dlouhé čekání bude znamenat jen to, že jim kořist uteče. Čas jim také přináší fyzické chátrání. Naši lovečtí předkové tento proces do pozoruhodné míry zvrátili. Čím víc času trávili pozorováním něčeho, tím hlubší získávali pochopení a spojení s realitou. Se zkušenostmi se jejich lovecké dovednosti vyvíjely. Se soustavnou praxí se zlepšovala jejich schopnost vyrábět užitečné nástroje. Tělo jim sice mohlo stárnout a chátrat, mysl se ale dál učila a přizpůsobovala. Využívání času s takovými výsledky je zásadní součástí mistrovství.

Vlastně můžeme říct, že tento revoluční vztah k času podstatným způsobem změnil lidskou mysl jako takovou a dal jí jistou konkrétní kvalitu neboli *jádro*. Když si uděláme dostatek času a intenzivně se soustředíme, když věříme, že nám absolvování procesu trvajícího měsíce či roky přinese mistrovství, pracujeme s jádrem tohoto úžasného nástroje, který se vyvinul v průběhu mnoha milionů let. Neomylně se posouváme na vyšší a vyšší úroveň inteligence. Vnímáme hlouběji a realističtěji. Cvičíme se a děláme věci šikovněji. Učíme se myslet samostatně, nezávisle. Získáváme schopnost řešit složité situace, aniž by nás to zahlcovalo. Následováním této cesty se stáváme *Homo magister*, mužem či ženou mistrem.

Pokud jsme přesvědčeni, že můžeme přeskočit některé kroky, vyhnout se vývoji, magicky získat moc díky politickým konexím nebo snadným postupům, nebo se spoléháme na své vrozené talenty, jdeme proti tomuto jádru a ničíme své přirozené síly. Stáváme se *otroky* času – jak ubíhá, slábneme, ztrácíme schopnosti, chytáme se do pastí nějaké neperspektivní kariéry. Stáváme se zajatci názorů a strachů druhých. Místo aby nás mysl spojovala s realitou, od skutečnosti se odpojujeme a uzavíráme se v těsné komoře myšlení. Člověk, jehož přežití záviselo na soustředěné pozornosti, se mění ve tvora rozptýleného, jevy

zachycuje jen letmo a není schopen uvažovat, ale ani nemá možnost spoolehnout se na své instinkty.

Je vrcholem hlouposti domnívat se, že v průběhu svého krátkého života, za pár desítek let svého vědomí, dokážete nějakým způsobem přenastavit konfiguraci svého mozku pomocí techniky nebo zbožného přání, a přemůžete tak účinek šesti milionů let vývoje. Pokud půjdete proti jádru, může vám to přinést dočasné rozptýlení, čas ale nemilosrdně odhalí vaše slabosti a vaši netrpělivost.

Velkou spásou pro nás všechny je, že jsme zdědili nástroj, jenž je pozoruhodně tvárný. Naším předkům – lovcům-sběračům – se v průběhu času podařilo získat mozek současných kvalit tím, že vytvořili kulturu, která se dokázala učit, měnit a přizpůsobovat okolnostem, která nebyla vězněm neskutečně pomalého postupu přirozené evoluce. Naše současné mozky mají stejnou moc, stejnou tvárnost. V kterémkoli okamžiku se můžeme rozhodnout, změnit svůj vztah k času a pracovat s jádrem s vědomím jeho existence a moci. S elementem času pracujícího pro nás můžeme změnit své špatné návyky a pasivitu a posunout se vzhůru po žebříku inteligence.

Uvažujte o této změně jako o návratu ke své radikální, hluboké lidské minulosti, kdy se propojujete se svými předky – lovci-sběrači – a udržujete s nimi velkolepou kontinuitu v moderní podobě. Prostředí, v němž fungujeme, je sice možná odlišné, náš mozek je ale v podstatě stejný a jeho schopnost učit se, přizpůsobovat se a ovládat čas je univerzální.

KLÍČE K MISTROVSTVÍ

Člověk by se měl naučit zachytit a sledovat onen záblesk světla, jenž prolétne jeho myslí zevnitř, spíše než velkolepost a brilantnost bardů a světců. On však svou myšlenku nechává bez povšimnutí, neboť je jeho. V každém geniálním díle rozpoznáváme své vlastní zavržené myšlenky; vracejí se k nám s jistou odcizenou vznešeností.

RALPH WALDO EMERSON

Jestliže se všichni rodíme v podstatě se stejným mozkem, s víceméně stejnou konfigurací a kapacitou pro dosažení mistrovství, proč v celých dějinách jen omezený počet lidí skutečně vynikl a realizoval tuto potenciální schopnost? Z praktického hlediska je to pro nás ta nejdůležitější otázka.

Obvyklá vysvětlení pro Mozarta a Leonarda da Vinciho se točí kolem vrozeného nadání a geniality. Jak jinak si vysvětlit jejich až nadpřirozená díla než

s ohledem na něco, s čím už se narodili? Ale tisíce a tisíce dětí vykazují v určité oblasti výjimečné schopnosti a nadání, ale poměrně málo z nich něčeho významného vůbec kdy dosáhne, zatímco ti, kteří jsou méně úžasní v mládí, často mohou dokázat mnohem víc. Vrozený talent nebo vysoké IQ není zárukou a vysvětlením pro budoucí úspěchy.

Jako klasický příklad si můžeme uvést životy Sira Francise Galtona a jeho staršího bratrance Charlese Darwina. Podle všech měřítek byl Galton vysoce geniální, s výjimečně vysokým IQ, výrazně vyšším, než měl Darwin (jedná se o odhady odborníků z doby po vzniku tohoto systému měření). Galton byl zářivý chlapec, u něhož se předpokládala zářná vědecká kariéra, nikdy se mu ale nepodařilo plně ovládnout žádnou z oblastí, do nichž se pustil. Byl notoricky roztěkaný, což bývá častý případ geniálních dětí.

Oproti tomu Darwin je dnes oprávněně oslavován jako excelentní vědec, jeden z nemnoha, kteří navždy změnili naše nahlížení na život. Jak sám Darwin připustil, byl „úplně obyčejný chlapec, intelektuálně spíš pod úrovní běžného standardu... Nemám nijak zvlášť rychlé chápání... Moje schopnost sledovat dlouhou a čistě abstraktní linii myšlení je velmi omezená“. Darwin ale nepochybně disponoval něčím, co Galtonovi scházelo.

Odpověď na tuto záhadu nám může v mnoha ohledech poskytnout pohled na počátky Darwinova života. Jako dítě měl Darwin jednu hlavní vášeň – sbírání biologických vzorků. Jeho otec, lékař, chtěl, aby kráčel v jeho stopách a studoval medicínu, a tak ho přihlásil na univerzitu v Edinburghu. Darwin v tomto oboru nenašel zalíbení a byl pouze průměrným studentem. Otec mu proto ze zoufalství, že jeho syn nikdy ničeho pořádného nedosáhne, vybral církevní kariéru. Když se na ni Darwin připravoval, sdělil mu jeden jeho bývalý profesor, že loď *Beagle* Jeho Veličenstva se chystá brzy opustit přístav a vydat se na plavbu kolem světa a že potřebují doplnit posádku o lodního biologa, který bude mít za úkol sbírat vzorky, jež budou následně posílány zpátky do Anglie. Přes otcovy protesty Darwin tuto práci přijal. Così v něm tato cesta silně přitahovala.

Jeho vášeň našla najednou dokonalé uplatnění. V Jižní Americe dokázal nasbírat nejneuvěřitelnější škálu vzorků a také zkamenělin a kostí. Dokázal spojit svůj zájem o rozmanitost života na planetě s čímsi významnějším – se zásadními otázkami o původu druhů. Vložil do této činnosti veškerou svou energii a nashromáždil tolik vzorků, že se v jeho mysli začala formovat jistá teorie. Po pěti letech na moři se vrátil do Anglie a zbytek svého života zasvětil jedinému úkolu – podrobnému rozpracování své teorie o evoluci. Musel se přitom vypořádávat s obrovskou dřinou – například osm let studoval výhradně svijonožce, aby si vybudoval renomé biologa. Musel si vypilovat vysoce vytříbené politické a sociální dovednosti, aby se dokázal vypořádat s předsudky proti své teorii ve

viktoriánské Anglii. A v průběhu celého tohoto procesu mu posilu a podporu zajišťovala jeho láska k tématu a spojení s ním.

Základní prvky tohoto příběhu se opakují v životech všech velkých mistrů v dějinách lidstva: mladistvá vášeň nebo záliba, náhodné setkání, jež člověku umožní nalézt její uplatnění, učednická praxe, během níž se naučí soustředit se a začne ze své činnosti čerpat energii. Tito jedinci excelují díky schopnosti tvrději pracovat a rychleji postupovat ve vývoji, což vše vychází z intenzity jejich touhy učit se a z hlubokého spojení, které cítí s oblastí svého zájmu. A v jádru intenzity tohoto úsilí se ve skutečnosti skrývá genetická a vrozená vlastnost – nikoli talent nebo genialita, které je nutné rozvíjet – ale spíš hluboká a silná *inklinace* k určitému konkrétnímu tématu.

Tato inklinace je odrazem jedinečnosti člověka. Tato jedinečnost není cosi pouze poetického nebo filozofického – je to vědecký fakt. Každý jsme geneticky jedinečný. Naše genetická struktura nikdy dříve neexistovala a nikdy se už nebude opakovat. Tato jedinečnost se nám odhaluje prostřednictvím přirozených preferencí, které cítíme pro určité aktivity nebo předměty studia. Tyto sklony mohou mířit k hudbě nebo matematice, k určitým sportům či hrám, k řešení složitých problémů, ke kutění a budování nebo k hraní si se slovy.

Ti, kdo později vyniknou svým mistrovstvím, prožívají tyto sklony hlouběji a jasněji než ostatní. Cítí je jako jisté vnitřní nutkání. Ovládají jejich myšlenky a sny. Ať náhodou, nebo čistým úsilím si najdou cestu ke kariéře, v jejímž rámci mohou své sklony a zájmy rozvíjet. Takové intenzivní spojení a touha jim umožňují vydržet bolestivé aspekty celého procesu – nedostatek sebedůvěry, hodiny jednotvárné práce a studia, nevyhnutelné komplikace a nezdary a nekonečné jízlivé poznámky závistivců. Vybudují si odolnost a sebedůvěru, které ostatním scházejí.

V naší kultuře máme tendenci stavět na roveň myšlení a intelektuální schopnosti s úspěchem a pozitivními výsledky. V mnoha ohledech jsou to ale emocionální schopnosti, co odlišuje ty, kdo dokonale ovládají nějakou oblast, od těch, kdo jen vykonávají určitou práci. Úroveň naší touhy, trpělivosti, vytrvalosti a sebedůvěry nakonec hraje mnohem větší úlohu v úspěchu než pouhé myšlenkové schopnosti. S pocitem motivace a nabití energií dokážeme překonat téměř cokoli. Znuděná a roztěkaná mysl se naopak zpomaluje a my jsme stále pasivnější.

V minulosti se mohli samostatně zvolené kariéry věnovat a dokonale ji ovládnout jen elita a lidé s téměř nadlidským množstvím energie a elánu. Člověk se rodil pro armádu, nebo byl připravován pro vládnutí, byl-li vybrán z příslušníků té správné společenské třídy. Pokud projevoval touhu a nějaký talent pro takovou práci, byla to většinou náhoda. Miliony lidí, kteří nepatřili do

té správné společenské třídy, nebyli patřičného pohlaví či etnické skupiny, byly striktně zbaveny možnosti jít za svým vnitřním hlasem. I když lidé chtěli realizovat své inklinace, přístup k informacím a vědomostem vztahujícím se k dané oblasti měly pod kontrolou společenské elity. Proto se v minulosti objevovalo jen tak málo mistrů a proto jsou tak moc nápadní.

Tyto společenské a politické bariéry ale z velké většiny zmizely. Dnes máme přístup k informacím a vědomostem, o nichž se dávným mistrům ani nezdálo. V současnosti máme víc než kdy jindy možnost a svobodu jít za svými zálibami a realizovat své sklony, jimiž všichni disponujeme coby součástí naší genetické jedinečnosti. Je doba, kdy slovo „géníus“ ztrácí na své tajuplnosti a exkluzivitě. My všichni máme k takové inteligenci blíže, než si myslíme. (Slovo „géníus“ pochází z latiny a původně označovalo strážného ducha, jenž dohlížel na zrození každého člověka. Později začalo označovat vrozené vlastnosti, jimiž je každý člověk jedinečným způsobem obdařený.)

Přestože žijeme v době bohaté na možnosti dosáhnout stavu mistrovství, kdy se stále víc a víc lidí může věnovat svým niterným inklinacím, čelíme jedné z posledních překážek v dosažení takové síly, překážce celospolečenské a záludně nebezpečné: samotný koncept mistrovství je znevažován a spojován s čímsi staromódním, a dokonce nepřijemným. Obecně není vnímán jako hodný usilování. Tento hodnotový posun má původ teprve v nedávné minulosti a je možné ho vystopovat k okolnostem typickým pro naši dobu.

Žijeme ve světě, který se zdá stále víc mimo naši kontrolu. Naše živobytí je vystaveno napospas globalizovaným silám. Problémy, jimž čelíme – ekonomické, environmentální a další – nemůžeme vyřešit svým individuálním jednáním. Naši politikové jsou nepřístupní a nereagují na naše přání. Přirozenou reakcí člověka, když se cítí zahlcený, je stáhnout se do různých forem pasivity. Pokud se o nic moc nesnažíme, jestliže omezíme okruhy svého konání, můžeme si vybudovat iluzi, že máme svůj život pod kontrolou. Čím méně pokusů o cokoliv, tím menší máme pravděpodobnost selhání. Jestliže se nám podaří udělat to tak, aby se zdálo, že vlastně nejsme zodpovědní za vlastní osud, za to, co se nám v životě děje, je naše zřejmá bezmocnost únosnější. Z tohoto důvodu nás přitahují určité scénáře: většinu z toho, co děláme, předurčuje genetika; jsme pouhými výtvary své doby; individualita je jen mýtus; lidské chování je možné zredukovat na statistické trendy.

Mnozí tuto změnu v hodnotách dovádějí ještě o krok dál a své pasivitě dávají pozitivní masku. Živí v sobě romantickou představu sebedestruktivního umělce, který nad sebou ztrácí kontrolu. Cokoli, co zavání disciplínou nebo usilováním, se jim jeví jako přemrštěné a zastaralé. Podstatný je pro ně pocit, na jehož základě umělecké dílo vzniká, a jakýkoli náznak řemeslné dovednosti

nebo usilovné práce tento princip znesvěcuje. Začínají přijímat věci dělané lacině a rychle. Představu, že by museli vynaložit spoustu úsilí, aby získali to, co chtějí, boří stále dostupnější technické vymoženosti, které udělají spoustu práce za ně, což podporuje myšlenku, že si tohle všechno zaslouží – že mají nezpochybnitelné právo mít a konzumovat to, co chtějí. „Proč se zatěžovat dlouholetou prací kvůli dosažení mistrovství, když můžeme mít takovou moc s velmi malým úsilím? Technika všechno vyřeší.“ Tato pasivita dokonce hlásá vlastní morální postoje: „Mistrovství a síla jsou zlo; je to sféra patriarchálních elit, které nás utiskují; síla a moc je z podstaty špatná; lepší je ze systému úplně vystoupit,“ nebo se aspoň chovat tak, aby to tak vypadalo.

Pokud si nedáváte pozor, zjistíte, že vás tento přístup nenápadnými cestami také zasahuje. Nevědomky budete snižovat své nároky na to, čeho jste v životě schopni dosáhnout, což může snižovat intenzitu vašeho usilování a disciplíny pod úroveň účinnosti. Budete se přizpůsobovat společenským normám a budete naslouchat víc ostatním než vlastnímu vnitřnímu hlasu. Můžete si začít budovat kariéru na základě toho, co vám říkají kamarádi a rodiče, nebo podle toho, co se zdá lukrativní. Jestliže ztratíte kontakt se svým vnitřním hlasem, můžete v životě dosáhnout jistého úspěchu, ale absence skutečné touhy naplnit vlastní poslání vás nakonec dostihne. Začnete pracovat mechanicky. Začnete žít pro volný čas a okamžitá potěšení. Tímto způsobem se budete propadat do stále větší pasivity a nikdy se nedostanete přes první fázi. Možná budete stále víc frustrováni a deprimováni a nikdy si neuvědomíte, že zdrojem vašich pocitů je odloučení od vlastního tvůrčího potenciálu.

Než bude pozdě, musíte si najít cestu k vlastním inklinacím a věnovat se jim za pomoci neuvěřitelných zdrojů a příležitostí doby, do níž jste se narodili. S vědomím zásadní důležitosti touhy a emocionálního spojení s vlastní prací, jež jsou klíčem k dosažení mistrovství, můžete nechat pasivitu této doby pracovat ve svůj prospěch a ona vám může sloužit jako motivační prostředek ve dvou důležitých ohledech.

Zprvu musíte svou snahu o dosažení mistrovství vnímat jako něco extrémně důležitého a pozitivního. Svět překypuje problémy, z nichž mnohé jsme sami zavinili. Jejich vyřešení bude vyžadovat obrovské úsilí a kreativitu. Nezachráníme nás, jestliže se budeme spoléhat na genetiku, techniku, magii nebo příjemné vystupování. Potřebujeme energii nejen na řešení praktických záležitostí, ale také pro vytváření nových institucí a pravidel, jež budou odpovídat našim změněným okolnostem. Musíme vytvořit svůj vlastní svět, nebo zemřeme na nečinnost. Potřebujeme znovu najít cestu ke konceptu mistrovství, jenž nás před tolika miliony let definoval jako druh. Nejedná se o mistrovství za účelem získání nadvlády nad přírodou nebo ostatními lidmi, ale kvůli rozhodování

o našem osudu. Pasivní, ironický přístup není chladnokrevný ani romantický, ale patetický a destruktivní. Právě vy se stáváte příkladem toho, čeho je možné dosáhnout coby mistr v moderním světě. Vy přispíváte k té nejdůležitější záležitosti ze všech – k přežití a prosperitě lidské rasy v době stagnace.

Zadruhé musíte sami sebe přesvědčit o následujícím: lidé získávají intelekt a vlastnosti mozku, jaké si prostřednictvím svého počínání v životě zaslouží. Bez ohledu na všeobecně rozšířené genetické vysvětlení našeho chování nedávné objevy v neurovědě rozvracejí naše dlouholetá přesvědčení, že mozek je pevně geneticky daný, že jeho kvality jsou vrozené a neměnné. Vědci dokazují úroveň skutečně značné tvárnosti mozku a toho, jak naše myšlenky předurčují naši mentální krajinu. Zkoumají vztahy mezi silou vůle a fyziologií, to, jak zásadně může mysl ovlivňovat naše zdraví a fungování. Je možné, že bude objeveno stále víc a víc informací o tom, jak hluboce si budujeme různé vzorce ve svém životě prostřednictvím určitých mentálních operací – jak jsme skutečně zodpovědní za spoustu toho, co se nám děje.

Lidé, kteří jsou pasivní, si vytvářejí mentální krajinu značně pustou. Kvůli nedostatku prožitků a činností všechna možná spojení v jejich mozku odumírají z důvodu nepoužívání. Při snaze působit proti pasivnímu trendu současné doby musíte pracovat na tom, abyste zjistili, jak daleko můžete rozšířit kontrolu nad okolnostmi svého života, a vytvořili si takový druh myšlení a intelektu, který si přejete – nikoli pomocí drog, ale prostřednictvím činů. Když spustíte mistrovskou mysl ve svém nitru, dostanete se mezi těmi, kdo zkoumají rozsah možností lidské síly vůle, do první linie.



V mnoha ohledech je možné přesun z jedné úrovně inteligence do další vnímat jako jistý druh transformačního rituálu. Jak postupujete, staré myšlenky a náhledy umírají. S probouzením nových sil jste vtahováni do vyšších úrovní vnímání světa. Berte *Mistrovství* jako cenný nástroj, jenž vás bude provádět tímto transformativním procesem. Tato kniha je koncipovaná tak, aby vás dovedla z nejnižších úrovní na ty nejvyšší. Pomůže vás iniciovat do prvního kroku – objevení vašeho *životního úkolu* neboli poslání, a k tomu vám poskytne návod, jak si vybudovat cestu, jež vás dovede k jeho naplnění na různých úrovních. Poradí vám, jak naplno využít své učňovství – naučí vás různým strategiím pozorování a učení se, které vám v této fázi nejlépe poslouží; jak si najít dokonalé učitele; jak rozklíčovat nepsaná pravidla taktického chování; jak kultivovat sociální inteligenci a nakonec jak poznat, kdy je čas opustit učňovské hnízdo, postavit se na vlastní nohy a vstoupit do aktivní, tvůrčí fáze.

Vysvětlí vám, jak pokračovat v učebním procesu na vyšší úrovni. Ukáže vám nadčasové strategie pro kreativní řešení problémů, pro udržování mysli uvolněné a přizpůsobivé. Ukáže vám, jak získat přístup k méně vědomým a primitivnějším úrovním inteligence a jak přestat nevyhnutelné projevy závnosti, s nimiž se po cestě budete setkávat. Objasní vám síly, které prostřednictvím mistrovství získáte, a nasměruje vás k onomu intuitivnímu niternému pocitu vašeho pole působnosti. A nakonec vás zasvětlí do filozofie, do způsobu myšlení, jenž vám usnadní následování této cesty.

Myšlenky obsažené v této knize jsou založeny na rozsáhlém výzkumu v oblastech neurovědy a kognitivní vědy, na studiích kreativity i na životopisech velkých mistrů minulosti. Mezi ně patří Leonardo da Vinci, zenový mistr Hakuin, Benjamin Franklin, Wolfgang Amadeus Mozart, Johann Wolfgang von Goethe, básník John Keats, vědec Michael Faraday, Charles Darwin, Thomas Edison, Albert Einstein, Henry Ford, spisovatel Marcel Proust, tanečnice Martha Grahamová, vynálezce Buckminster Fuller, jazzový umělec John Coltrane a klavírista Glenn Gould.

Pro objasnění, jak je možné tuto formu inteligence uplatnit v moderním světě, bylo do výzkumu zapojeno a podrobně dotazováno devět současných mistrů. Jsou to: neurovědec V. S. Ramachandran, antropolog-lingvista Daniel Everett, počítačový inženýr, spisovatel a vůdčí osobnost technického startupu Paul Graham, architekt-stavitel Santiago Calatrava, bývalý boxer a současný trenér Freddie Roach, robotická inženýrka a konstruktérka ekologických technologií Joky Matsuokaová, vizuální umělkyně Teresita Fernándezová, profesorka živočišné výroby a industriální designérka Temple Grandinová a bojový pilot – eso – letectva USA Cesar Rodriguez.

Životní příběhy těchto různorodých soudobých osobností rozptylují dojem, že mistrovství je cosi zastaralého nebo elitářského. Vycházejí ze všech možných oblastí života, společenských tříd a etnik. Síla a schopnosti, jichž tito lidé dosáhli, jsou zjevně důsledkem úsilí a postupného procesu, nikoli genetiky nebo nějakého privilegia. Jejich příběhy také odhalují, jak je možné takové mistrovství přizpůsobit naší době, a ohromné schopnosti a sílu, které nám mistrovství může přinést.

Struktura *Mistrovství* je jednoduchá. Kniha obsahuje šest kapitol, jež postupně sledují vývojový proces. První kapitola je výchozí bod – objevení vašeho poslání, vašeho životního úkolu. Druhá, třetí a čtvrtá kapitola se zabývají různými prvky učňovské fáze (schopnostmi učit se, spoluprací s učiteli, osvojováním si sociální inteligence). Pátá kapitola se věnuje kreativně-aktivní fázi a šestá kapitola nejvyššímu cíli – mistrovství. Každá kapitola začíná příběhem některé z proslulých světových osobností, jenž ilustruje celkový koncept

kapitoly. Následující část nazvaná Klíče k mistrovství vám poskytne podrobnou analýzu dané fáze, konkrétní nápady, jak tyto vědomosti uplatnit ve vašem případě, a způsob uvažování potřebný pro plné využití těchto myšlenek. Po Klíčích následuje část podrobně rozebírající strategie mistrů – současných i minulých – kteří na své cestě používali různé metody a postupy. Tyto strategie vám mají poskytnout ještě hlubší pochopení možností praktické aplikace myšlenek představovaných v této knize a inspirovat vás k cestě ve stopách mistrů, protože vám ukazují, jak jsou jejich schopnosti pozoruhodně dosažitelné.

Příběhy všech současných a některých minulých mistrů se prolínají několika kapitolami. V takových případech se mohou občas opakovat určité biografické informace za účelem rekapitulace, co se odehrálo v předchozích fázích jejich života. Číslo stránek v závorkách odkazují na tyto dřívější zmínky.

Nakonec je třeba zdůraznit, že tento proces procházení jednotlivými úrovněmi inteligence nelze vnímat jako výhradně lineární, směřující k určitému druhu vrcholného bodu známému jako mistrovství. Celý váš život je svého druhu učňovským procesem, ve kterém uplatňujete své schopnosti učit se. Pokud jste pozorní, je pro vás všechno, co se vám děje, určitým poučením. Kreativitu, kterou získáte při tak hlubokém studiu nějaké dovednosti, je potřeba neustále obnovovat, a mysl musíte stále uvádět do stavu otevřenosti. I povědomí o vašem poslání je třeba během života revidovat, protože změny okolností vás mohou donutit změnit jeho směřování.

Když se posouváte směrem k mistrovství, dostává se vaše mysl blíž k realitě a životu jako takovému. Vše, co je živé, se nachází ve stavu kontinuální změny a pohybu. Ve chvíli, kdy se zastavíte v domnění, že jste dosáhli své vytoužené úrovně, určitá část vaší mysli se dostane do fáze rozkladu. Ztratíte těžce vydotyhou kreativitu a ostatní to začnou cítit. Je to schopnost a inteligence, kterou je nutné soustavně obnovovat, jinak vyhasne.

Nemluvte o nadanosti, o vrozených talentech! Můžeme si vyjmenovat význačné osobnosti ze všech možných oblastí, jež byly jen velmi málo nadané. Tito lidé získali věhlas, stali se „génii“ (jak tomu říkáme) za pomoci vlastností, jejichž absencí by se nikdo, kdo věděl, které to jsou, nechvástal: všichni disponovali vážností schopného řemeslníka, jenž se nejprve učí dokonale zkonstruovat části, než se odváží budovat nějaký velký celek. Všichni si na to udělali dostatek času, protože měli větší potěšení z dobře vytvořených malých, druhotných věcí než z efektu oslnivého celku.

FRIEDRICH NIETZSCHE

