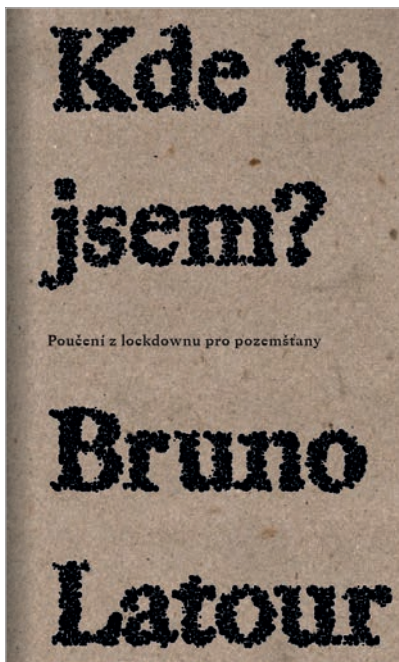
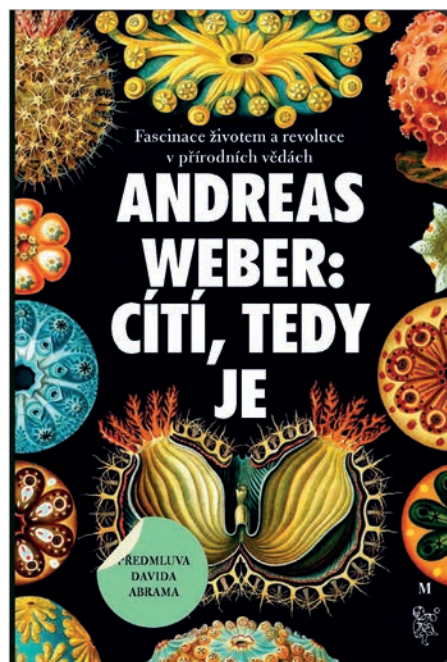


Novinky o duši



Kde to jsem? Bruno Latour, Neklid

Pandemie covidu a dlouhé lockdowny celé lidstvo vytrhly z běhu každodennosti, obnažily naši globální zranitelnost a ukázaly, jak může v budoucnu vypadat nevlídný svět plný nejistot, klimatických rizik a restrikcí. Nedávno zesnulý významný francouzský sociolog a filozof Bruno Latour tuto unikátní historickou zkušenost zaznamenal jako příležitost přehodnotit svůj vztah k životnímu prostředí, přírodě a životu vůbec. Kde končí hranice člověka? Za slupkou jeho kůže, nebo uvnitř betonových skulin jeho pečlivě budovaného městského prostředí? Jak vylézt z role „pána tvorstva“, který si konzumem a nekonečným růstem řeze životadárnou větev pod nohama? Latour do své esejistické hry přibírá Řehoře Samsu z Kafkovy *Proměny* a dává tomuto hrdinovi proměněnému ve hmyz nový význam – předvádí ho jako bytost osvobozenou od namyšleného lidství, tvora, který již nemusí dualisticky oddělovat prostředí od sebe sama ani od změní ostatních organismů, které dohromady tvoří vzácnou, tenkou živoucí vrstvu na podivné kouli plující vesmírem. *Kde to jsem?* je naléhavý vykřičník za celoživotní práci myslitele, který se nebál vystoupit z oparu kavárenského filozofování a mluvit o lidské společnosti přímo z jejího středu.



Cítí, tedy je Andreas Weber, Malvern

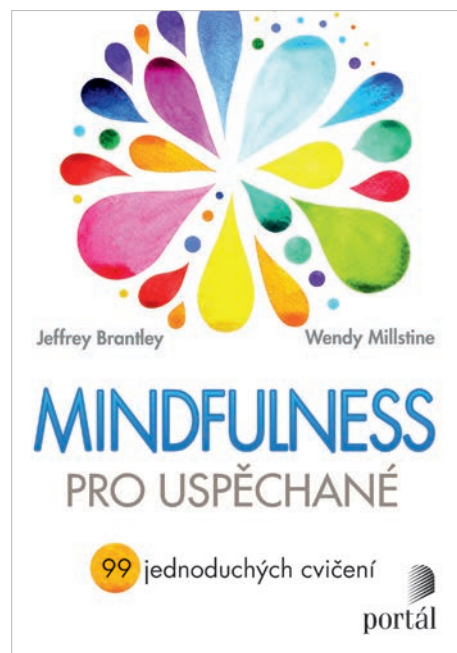
Tato mikrorecenze čítající pouhých tisíc znaků nedokáže pojmut hloubku a význam, který nejnovější kniha biologa a „poetického ekologa“ Andree Webera přináší do světa vědy a jejích rozprav o významu vědomí a života vůbec. Weber říká naplno, co se už poslední léta šušká na konferencích a „překvapivě“ znovuobjevuje ve výzkumech: živé organismy nejsou hodinky sestavené z oddělených mechanických kousků, ale bytosti naplněné subjektivním vědomím a individuálním citem, který je esencí žití. Vyzývá k revizi hranic mezi biologií, psychologií a dalšími obory a snaží se hledat odpovědi na naléhavé otázky, kterým se už nemůžeme dále vyhýbat: co odlišuje organismy od strojů? Co je to vědomí? Proč lidstvo cítí tak hlubokou náklonnost k přírodě? Tuto vzácnou knihu, v níž by se snad každá druhá věta mohla stát motivačním citátem připnutým na ledničku, nečteme příliš rychle, výkonově. Vychutnáme si stránku po stránce, vracíme se k větám, při nichž jsme se v nitru zachvěli. Tento záchvěv může být připomínkou elektrizující touhy dýchat a růst, upomínkou citu, který sdílíme s ostatním životem na planetě – na nějž kvůli myslí očarované průmyslem a digitálními technologiemi zapomínáme.





Ani na to nemyslete George Marshall, Host

Britský sociolog a odborník na komunikaci environmentálních témat George Marshall si umínil, že přijde na kloub tomu, proč lidé hromadně ignorují hrozbu klimatické změny. A vyrazil do terénu. Mluvil třeba s předním současným myslitelem Danielem Kahnemanem, klimatickými aktivisty nebo ředitelem ropné společnosti Shell. Navštívil komunitu popíračů v americkém Texasu i významné vědce z Harvardu. Připojil bystré postřehy ze současných „zelených narativů“ médií, politiků či populární kultury a proložil čísly ze studií. V reportážním formátu kniha odhaluje individuální i celospolečenské obranné mechanismy, které brání plnému uvědomění rizika, jemuž čelíme. Ukazuje nám na příkladech také živé fenomény sociální psychologie jako efekt přihlížejícího, pluralitní ignorace nebo efekt klouzavého „my“. Díky tomu je nám jasnější, proč na nás v komunikaci naléhavosti klimatické změny nefungují lední medvědi a jak velkou roli v tom všem hrají naše evolučně staré kognitivní procesy. Marshall na závěr připomíná důležitý moment: umožníme-li si legitimně prožít environmentální úzkost a žal, podpoří nás to v přijetí závažnosti situace – společně prožitý smutek spojuje a pomáhá najít nový mentální prostor, odkud čerpat energii do složitějších časů.



Mindfulness pro uspěchané Jeffrey Brantley, Wendy Millstine, Portál

Pět minut mindfulness denně? Psychiatr Brantley a spisovatelka Millstine tvrdí, že vám i takto malá zastavení můžou od podlahy změnit život. Útlá knížka čtenáře opravdu nezdržuje a jde rovnou k věci. Provází nás v úvodu několika jednoduchými kroky: jak vědomě dýchat, jak si nastavit záměr meditace a jak ho dobře ukotvit. Zbytek knihy nabízí 99 krátkých mindfulness aktivit – od jednoduché relaxace přes vědomé pití čaje a pozorování noční oblohy plné hvězd až po cvičení vděčnosti, laskavosti nebo sebekoučovací otázky. Kniha neslibuje víc než její název – pro uspěchané jedince, kteří „učtou“ každý den jen pár řádek, je ideální. Podrobnější kontext nebo cestu, kudy jít v rozvoji vědomého bytí, hledejte jinde. Ke snazšímu vyhledávání vhodného cvičení by prospělo je roztrždit podle vhodného místa, kde je provádět, nebo je alespoň zřehlednit pomocí piktogramů nebo barev. Opomenutý editorský zmatek v obsahu a seznamu kapitol orientaci ještě víc ztěžuje. Přesto jde o užitečný počín, který ponechán na nočním stolku může zůstat milou pozvánkou ke zklidnění po zběsilém pracovním dni. ●

Recenzovala Jitka Holasová.

