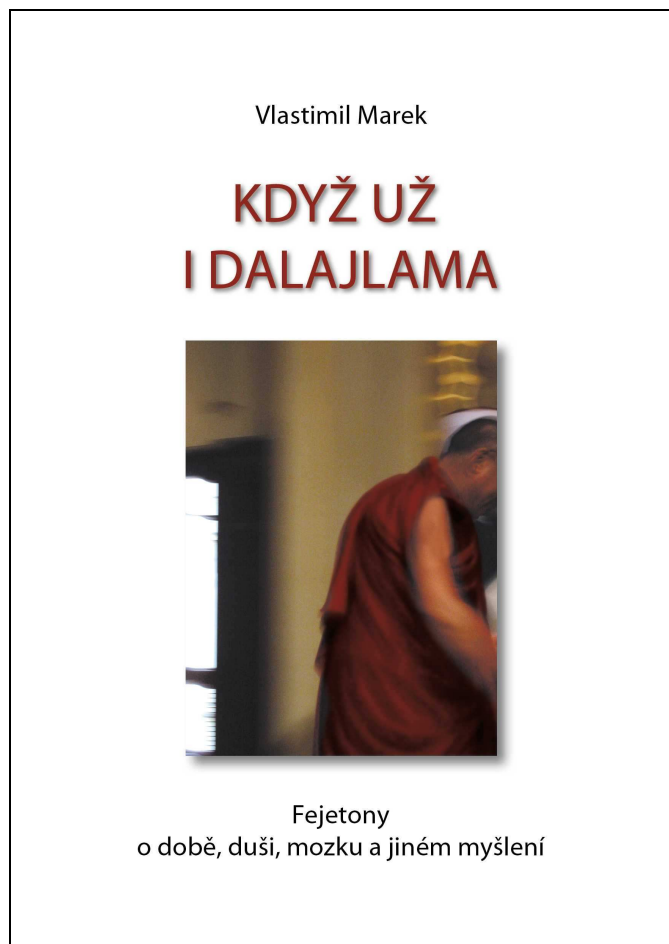


# Vlastimil Marek: Když už i dalajlama



**Vyšlo v roce 2006**  
**Cena: 170,-**

184 stran, 56 fejetonů, 21 autorských  
fotografií

Autor rád poskytne rozhovor

Vydalo a distribuuje: Nakladatelství Stehlík  
Brixovy Dvory 194, 384 51 Volary  
Tel. 388333519, e-mail: ivos.stehlik@tiscali.cz  
www.knihystehlik.com

## Knih:

Nejen duchovními mistry všech dob (těmi jaksi nepřímo), ale dnes jsme vyzýváni i přímo a otevřeně ke změně myšlení. Naposledy a důrazně o to požádalo shromáždění laureátů Nobelových cen v prosinci 2001: „Abychom přežili ve stále rychleji se měnícím světě, musíme se naučit myslet jinak, nově.“ Ukázalo se, že „programy“ evolucí vtištěné do našich mozků jsou dnes neuvěřitelně zastaralé, a že nemůžeme žít, ale ani myslet, aniž bychom své myšlenky „nenamáčeli“ v emocích, což ovšem kvalitu našeho racionálního uvažování značně snižuje. Rozčilený a nešťastný mozek se totiž rozhoduje úplně jinak než mozek šťastný a spokojený. Dnes už doslova „vidíme“, co se děje v mozku při té či oné činnosti, a zjistili jsme, kromě jiného, že např. buddhismus, lépe řečeno, pravidelná meditace, přináší štěstí. Že mozek lze a je třeba „trénovat“ právě tak jako biceps nebo paměť. Že myslíme většinou omezeně, ale máme na víc. Že bychom měli umět občas defragmentovat svůj hard disk, a začít vnímat a myslet jinak. Jiné myšlení je spíše pravohemisférové než čistě racionální, se zvládnutými emocemi, spíše paralelní či holistické, než lineárně logické. Materialisté odpustí, spíše duchovnější než materialistické. Jinými slovy, jiné myšlení je založeno na hlubším poznání sebe sama, na pravidelném tréninku, na soucitu a meditaci. Schopné nazírat věci v proporcích a souvislostech. Vědomé si svých omezení, tedy tolerantní k jinému způsobu vnímání či interpretace. Ne statické, účelné, zkoumající z odstupe detail, ale vitální, organické, spontánní a hravé, zúčastněné, celostní a se zpětnou vazbou k celku a vztahům. Uznává rozmanitost, pluralitu, menšiny, výjimky a multikulturnost (nebazíruje tedy na jednotě, univerzalitě, majoritě a standardizaci). Ne pouhá fakta, ale souvislosti.  
*(ukázka z fejetonu Jiné myšlení)*

**Vlastimil Marek** (\*1946) je hudebník, hudební publicista a terapeut, volný novinář, zenový buddhista, lektor a spisovatel. V 70. a 80. letech byl jednou z vůdčích osobností české alternativní rockové scény (hrál ve skupinách Extempore, Elektrobus, Amalgam, MCh band, ale také s Jakubem Nohou a Emilem Pospíšilem). V roce 1986 byl vzat do vazby a obviněn z „poškození zájmů republiky v cizině“ za organizování gongového koncertu míru. Po roce 1989 začal přispívat do různých novin a časopisů, připravovat čtvrtletník Mana a BARAKA, vysílat své autorské pořady o hudbě (dodnes Čro3 Vltava), vydává nahrávky tibetských mís (viz DVD Za hudbou). Přednáší na soukromé univerzitě Nové doby. V 90. letech přivezl do ČR např. tibetské mísy, alikvotní zpěv, zorganizoval první kurzy hry na didžeridu aj. a roky organizoval a vedl kurzy Umění naslouchat. Pravidelně publikuje své fejetony na internetu (www.osud.cz, www.esoterica.cz). Vydal např. knihy Český zen a umění naslouchat (1994), sbírku fejetonů Něco v síti (1999, rozebráno), kultovní knihu Tajné dějiny hudby (1999), vizionářskou knihu o přirozených porodech Nová doba porodní (2002), praktickou knihu o tom, proč naše hudba neléčí Hudba jinak (2003), a instruktážní knihu o meditaci Návod na použití člověka (2004).

Knih volně ke stažení na adrese  
<http://www.baraka.cz/Marek/knihy/pdf/dalajlama.pdf>