

Přemýšlíme, vnímáme, ovládáme tělo, jsme lidé. Používáme mozek. Obávám se ovšem, že na místo tohoto tvrzení bychom v booleovské algebře museli dosadit NEPRAVDA. Většinu času – ne-li všechen – ovládá on nás (nebo někdo či něco jeho prostřednictvím?). Třetinu dne prospíme. Sny jsou prostředkem mozku, jak se vyrovnat se zátěží? No moc relax (reset) to pro něj není, když bez našeho přičinění musí řídit dýchání, krevní oběh a další pochody. A nedělá to jen během spánku. Ale proč, kde bere motivaci, kdo ho to naučil? Divná úvaha? Přistihli jste se někdy, jak čtete za chůze bez toho, že byste vnímali cestu jako takovou? Upadli jste? V drtivé většině případů ne. Dobře, byl to kus cesty, kterou znáte. Kterou váš mozek zná – jako pes, co jde po čuchu. Ústa si rozbijete až ve chvíli, kdy si ten stav uvědomíte. To je pro mozek šok. Dokud jste mu do toho nekecali, zvládal to. Názornější je to při chůzi ze schodů. Seběhnete je automaticky, bez přemýšlení, klidně i v noci poslepu. V momentě, kdy se ale nad chůzí doslova zamyslíte, učiníte krok do prázdna – přes dva schody, prostě klopýtnete.