

RECENZE KNIHY

BOOK REVIEW

Benjamin Kuras, český spisovatel, dramatik, překladatel a publicista.

Recenzované dílo: MARTIN JAN STRÁNSKÝ (2024). *Vzestup a pád lidské mysli*. ISBN 8090922139.

Máte-li za celý rok čas přečíst jen jednu knihu, měla by to být tato. Já vím, že znalci angloamerické literární kritiky poznali, že jsem právě ocitoval jedno z jejích otřepaných klišé. Ale přísahám, že jsem je dosud na žádnou jinou recenzi nepoužil. Tato kniha by navíc měla být povinnou četbou pro pedagogy, zdravotníky, právníky a praktikanty kreativních profesí. Nedoporučuji ji politikům, mohli by se z ní dovědět o sobě něco, co raději nevědí.

Českoamerický neurolog Martin Jan Stránský už do českého veřejného povědomí zapustil kořínky varovnými přednáškami o negativních účincích digitální technologie na mozek, provázenými častým refrénem „tohle není názor, to je věda“. Ti z nás, kdo ho znají déle, vědí, že je taky vydavatelem internetového časopisu *Přítomnost* a majitelem velkého domu s noblesní kavárnou a pankáčským nočním klubem. Taky ještě zábavný povídkář příběhů vesnického lékaře, zručný muzikant a vytříbený srandista.

To vše tomuto jeho neurologickému dílu (celoživotnímu, tvrdí on sám) dává rozmach, který nenechává na pokoji téměř žádnou sféru lidské činnosti, od zdraví a psychiky přes vědy a technologie po politiku, kulturu, náboženství a vzdělání. Zatímco k četbě většiny vědecké literatury (i té „populárně-vědecké“) laický čtenář potřebuje vydávat energii na pracné soustředění a přemýšlení, tato kniha „se čte sama“, jak praví jiné recenzentské klišé.

Cítíte se v ní jako na gumovém člunku pomalu a pohupovaně plovoucím klidně tekoucí řekou a prožíváte blažený požitek z poznávání a dozvídání (představte si Miloše Zemana na jeho rybníku za slunného dne). Čtete si román, jehož hrdinou je lidský mozek. Jednotlivé kapitoly dočítáte s napětím, jak to bude dál. Je napěchovaný informacemi, které zde musíme scvrknout do mikrozkratky postačující sotva na to, aby se vám po knize sbíhaly sliny.

Vyplouváte z té mrňavé kuličky explodující do velkého třesku (na čísi příkaz „budiž světlo“) a rozstříkující se do milionů galaxií a miliard tělísek, z nichž jedno se stává naší zemičkou, na níž z bublající „prvotní polévky“ vyplouvají prvky postupně se spojující v molekuly života, které spouštějí řetězec proměn, jemuž říkáme evoluce a jehož hlavním hnacím motivem je přežití. Sledujete v tom dramatu postavičky zvané buňky, jichž máte v těle 37 bilionů, všelijak propojených. Ty obsahují ještě mrňavější skřítky zvané geny a dědičné spletnice RNA a DNA.

My zde přeskočíme miliardy let evoluce a stříhneme rovnou na hotový mozek, který už z opičího evolvoval v lidský těmito hlavními událostmi: Vzpřímenost na dvou nohách, chůze a běh, šikovnost rukou. Oheň a tepelná úprava potravy. Skupinová spolupráce, dorozumívání, jazyk. Tak se mozek stává orgánem učenlivým a mění lidoopa v unikátního tvora schopného řídit svůj vývoj i vývoj okolí a ostatních živočichů.

Přeskočíme celou podrobně popsanou anatomii mozku a poznamenejme si jen něco z jeho činností. Mihotají se nám tu biliony neuronových propojení, jichž je víc než hvězd v Mléčné dráze, a počítají rychlostí bilion bajtů za sekundu. Jejich hromadění informací dělá z mozku obrovskou knihovnu nebo počítač se speciálními regály podle různých funkcí. Třeba jen na trávení pracuje 100 milionů nervových buněk, komunikujících se 100 biliony organismů a bakterií v zažívacím traktu.

Dozvídáme se, jak vzniká paměť ukládáním faktů do vzorců a asociací a jak se asociacemi zpětně vybavuje. Co je paměť implicitní (pro věci samozřejmé a rutinní) a explicitní (události a významy nerutinní). Jak funguje paměť krátkodobá a jak dlouhodobá. Jakou třídící a ukládací funkci má spánek. Jaké signály vytvářejí, jakou náladu. Jak vzniká deprese ovlivněná zevně nebo vzniklá zevnitř. Jak pozitivně využít deprese ke zpomalenému přemýšlení. Co je autismus a co demence. Jak oddalovat demenci posilováním a rozšiřováním neuronových spojů vícejazyčností a rozličností zájmů a činností. Jak je mozek posilován a rozšiřován hudbou. Jak je důležité vyzývat mozek k novým úkolům a brát chyby jako proces objevování a učení.

Ten probíhá v těchto třech fázích: 1) Shromažďování informací a ukládání do tematických oddílů, 2) Vzájemné propojování, porovnávání a rozlišování, 3) Interpretace, pochopení, moudrost a kreativita. A aby bylo učení úspěšné, musí projít všemi třemi fázemi. Tak si mozek osvojuje nástroje k řešení problémů stylem „4K“: kritické myšlení – kooperace – kreativita – komunikace.

Ale pozor: mozek je lenoch a musí být postrkován vnějšími podněty. K tomu slouží „zrcadlové neurony“ specializované na napodobování druhých. Podnětem k učení může být i negativní emoce jako nuda, strach nebo „pozitivní frustrace“. Lépe se učí z papíru než

z obrazovky, neboť vjem je zesílený podnětem hmatovým a snazší zapamatovatelností stránky jako kompletního obrazu.

Objevujeme, jak vznikají emoce a jak jsou „párované“ (láska–nenávisť, strach – troufalost), jak je naše rozhodování vědomě nebo podvědomě řízeno na jedné straně vyhýbáním se negativním zážitkům, na druhé touhou po odměně, která nemusí být hmotná, stačí emocionální (pocit štěstí, rozkoše). Jak snadno se necháváme svést k chybnému rozhodování předsudky, zkreslením informací, prvním dojmem, velikostí, kontextem, jmény nebo vzezřením osob.

Zaznamenáváme různé a dosud neuzavřené vědecké debaty o tom, co vlastně je vědomí, zda vzniká v mozku, nebo zda naše osobní mysl je součástí nějakého kosmického vědomí. Jak nejnovější objevy a teorie kvantové fyziky a kvantové mechaniky mohou vědecky osvětlit spiritualitu a zážitky kosmického splynutí, v podobě kvant vzájemně propojených na vzdálenosti až mezigalaktické a mezičasové. Jak nesmrtelnost našich elektronů a neuronů (energie nezaniká, jen se přeměňuje) by mohla vědecky vysvětlit mystické teorie nesmrtelnosti a reinkarnace. A jak se vše, co mysl dělá a prožívá (a že je toho v knize ještě mnohem víc), promítá do fyzických projevů v mozkové struktuře, sledovatelných sofistikovanou technologií. Jednou z těch, které nás dovedly „na vrchol vzestupu lidské mysli“.

Tako se s blaženým pocitem štěstí pohupujeme v tom našem gumovém člunku plovoucím tou pomalou řekou, prodchnutí pýchou, jaký je ten náš mozek kabrňák. S uznalým úsměvem nad vtípky, jaké vědec dokáže do vyprávění vpašovat, jako „Archanděl Gabriel neustále poletoval kolem, čímž se ocitl jak v hebrejské Bibli, tak v Novém zákoně a Koránu“. Odtud už můžeme jen stoupat ke hvězdám.

Najednou, jako rána do hlavy, nás probere tato věta: „Cesta do budoucnosti zde nabírá velmi nebezpečný směr.“ A následuje tsunami sýčkování.

Překročení hranice. Pád do propasti. Pokles emoční inteligence. Nové paradigma mění naše mozky. Potlačuje zavedené mezilidské komunikace a odsouvá rozumu stranou. Oslabuje paměť. Snižuje celkovou inteligenci a schopnost soustředění a rozhodování. Poškozuje komunikaci tváří v tvář a hlubší přemýšlení. Ubírá pocit štěstí. Přispívá k současné erozi a destrukci našich neuro-evolučních rysů a deformuje naši mysl a schopnost vzájemné komunikace.

Naše IQ už několik desetiletí klesá, jak mladé generace tráví dlouhé hodiny na sociálních sítích a počítačových hrách. Počet sebevražd přesahuje počet válečných úmrtí. Každý třetí člověk trpí poruchami. Nová návyková technologie z nás dělá hlupáky a mění naši mozkovou anatomii směrem k celkové degeneraci. A není to názor, je to věda.

Mobilní telefon je injekční stříkačka, kterou do našich mozků proudí toxiny, pomocí algoritmů, jež nedokážeme ovlivnit. Nad tím naším hloupnutím bdí počítačové programy monitorující informace o každém obyvateli jakéhokoli velkého města. A to jsme na sebe ještě plně nepustili umělou inteligenci.

Naškrábli jsme tady jen tu příslovečnou špici ledovce. Pro větší podrobnosti, do jaké kolosální evoluční šlamastyky jsme to zabředli, si už budete muset zalistovat ve Stránského knize vzestup a pád lidské mysli. Jak se to on snaží řešit, se tady už nedovíte. Jednak na to nemáme místo, jednak by to bylo jako prozradit předem, že vrah je zahradník.

Benjamin Kuras je autorem devatenácti anglicky psaných rozhlasových a divadelních her, čtyř anglických a více než třiceti českých knih a pravidelným sloupkařem několika periodik. Píše také pro web [Neviditelný pes](#), pro tištěný časopis i internetový mediální portál [Deník To](#)*.

*Se souhlasem autora recenze převzata z deníku TO (www.denik.to)