

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

Leonardo da Vinci

KLÍČE K MISTROVSTVÍ 43

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

STRATEGIE PRO ODHALENÍ VAŠEHO ŽIVOTNÍHO ÚKOLU 47

1. Vraťte se ke svému počátku: Strategie prvotní inklinace 48

*Albert Einstein – Marie Curieová – Ingmar Bergman
– Martha Grahamová – Daniel Everett – John Coltrane*

2. Zaujměte ideální místo: Darwinovská strategie 51

*V. S. Ramachandran
Yoky Matsuokaová*

3. Vyhněte se falešné cestě: Strategie vzpoury 54

Wolfgang Amadeus Mozart

4. Rozlučte se s minulostí: Adaptační strategie 56

Freddie Roach

5. Najděte si cestu zpátky: Strategie „život, nebo smrt“ 59

Buckminster Fuller

Z JINÉHO POHLEDU 61

Temple Grandinová

II.

PODDEJTE SE REALITĚ:

IDEÁLNÍ UČŇOVSTVÍ 65

Po absolvování formálního vzdělání vstupujete do té nejkritičtější fáze svého života – druhého praktického vzdělávání známého jako učňovství. Zavčas 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 podřízenosti 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 vaším 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 INTELIGENCE** 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 nejreálnějším 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

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

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

Možek 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 – soustředte se na strukturu – získejte 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 nákresů 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 osvícení – náhlý výtrysk geniality u Evarista Galoise – potřeba napětí – vytvořte si termíny – Thomas Edison a vyvíjení tlaku

Emocionální pasti

220

Pocit sebeuspokojení

Konzervativismus

Závislost

Netrpělivost

Okázalost

Nepružnost

STRATEGIE PRO KREATIVNĚ-AKTIVNÍ FÁZI 224

1. Autentický projev 224

John Coltrane

2. Skutečnost s velkou perspektivou 228

V. S. Ramachandran

3. Mechanická inteligence 233

Bratři Wrightovi

4. Přirozené schopnosti 238

Santiago Calatrava

5. Volný prostor 243

Martha Grahamová

6. Nejvyšší cíl 247

Yoky Matsuokaová

7. Evoluční únos 250

Paul Graham

8. Dimenzionální myšlení 255

Jean-François Champollion

9. Alchymická kreativita a nevědomí 261

Teresita Fernándezová

Z JINÉHO POHLEDU 264

John Coltrane – August Strindberg

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 cítění 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 obohaťte 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
REJSTŘÍK	347