

# Psychospirituální krize

# Mimořádné stavy myšlení

- ▶ Změny v myšlení
- ▶ Změny časového prožívání
- ▶ Ztráta pocitu kontroly
- ▶ Změny ve vyjadřování emocí
- ▶ Změny v obrazu těla
- ▶ Změny v percepci
- ▶ Posun ve vnímání významu a významnosti
- ▶ Zážitek nesdělitelnosti někomu, kdo neměl podobnou zkušenost
- ▶ Pocit jako bychom se znovu narodili
- ▶ Hypersuggestibilita

# Diferenciální diagnóza PK a psychózy

- ▶ Začátek je ovlivněn stresující životní událostí nebo účastí na spirituální praxi
- ▶ Extatické ladění, ale může též doprovázet úzost
- ▶ Pouze mírně dezorganizované myšlení
- ▶ Halucinace „vyššího řádu“, viz např. transcendentní hlasy
- ▶ Zachované testování reality
- ▶ Dobré sociální fungování před tím, než začaly mimořádné stavy vědomí
- ▶ Vhled, že se něco uvnitř změnilo
- ▶ Absence paranoidního myšlení, pouze přiměřený strach
- ▶ Nastavení pozitivního postoje a ochota zkoumat vnitřní prožitky
- ▶ Omezené trvání změněných stavů vědomí
- ▶ Zlepšení sociálního fungování po epizodě

# Nejčastější spouštěče

- ▶ Spontánní objevení příznaků z vnitřních zdrojů
- ▶ Ohrožení života (závažná nemoc, nehody, operace)
- ▶ Extrémní fyzická zátěž, spánková deprivace
- ▶ Perinatální události (porod, spontánní potrat, interrupce)
- ▶ Silné sexuální zážitky
- ▶ Silné emoční prožitky, např. ztráta blízké osoby, traumatizace
- ▶ Série životních nezdarů
- ▶ Intenzivní meditační praxe; systematické provádění praktik, jejichž cílem je aktivovat spirituální energie

# Nejčastější spouštěče II

- ▶ Takové použití psychedelických látek, které nerespektuje bezpečný setting
- ▶ Náhlá ztráta struktury života a neschopnost ji nahradit něčím jiným
- ▶ Kombinace výše uvedených bodů

# Formy psychospirituální krize

## 1. probuzení kundalini

- ▶ Aktivace Prany nebo krije
- ▶ Fyziologické potíže
- ▶ Jogínské fenomény
- ▶ Psychologické a emoční projevy
- ▶ Mimosmyslové zážitky
- ▶ Parapsychologické zážitky
- ▶ Prožitek samádhi, osvícení

## 2. Šamanská cesta

- ▶ Iniciační krize
- ▶ Život ohrožující nemoci, reakce na traumatizaci
- ▶ Fyzické utrpení a setkání se se smrtí – následuje znovuzrození
- ▶ Tyto zkušenosti umožňují šamanům vstoupit do mimořádných stavů vědomí

# 3. Aktivace centrálního archetypu jako cesta k probuzení

- ▶ Člověk ponořený do světa mýtu; cítí se izolovaný
- ▶ Téma smrti, rozcházení
- ▶ Boj mezi dobrem a zlem
- ▶ Apoteóza: zážitek zbožštění
- ▶ Posvátný sňatek
- ▶ Nová společnost



## 4. Psychické otevření, otevření mimosmyslového vnímání

- ▶ Předvídání budoucnosti
- ▶ Věštění
- ▶ Telepatické zážitky
- ▶ Poltergeist fenomény (kontakt s duchy)
- ▶ Synchronicita (smysluplná koincidence)

# Další podoby PK

- ▶ 5. karmické vzorce, vzpomínky na minulé životy
- ▶ 6. posedlost
- ▶ 7. channeling
- ▶ 8. zážitek jednoty, s nečím, co nás přesahuje
  - ▶ - 8a) pocit jednoty
  - ▶ - 8b) transcendence času a prostoru
  - ▶ - 8c) numinozita
  - ▶ - 8d) obtížná sdělitelnost
  - ▶ - 8e) paardoxnost