

Kapitola **Strach ze zahlčení je strachem ze smrti**

úsek

text

datum

Shrnutí
odstavce

Antecepční subjekt může obstát v prostředí tehdy, pokud stíhá antecepovat včas hrozící nebezpečí. Ve chvíli, kdy na něj útočí ze všech stran další a další podněty a bude-li se snažit je zpracovávat, rychle se zaplní dostupný prostor v operačním seznamu. Nový, třeba i životně důležitý podnět není kam zařadit.

Antecepční subjekt má tedy ze zahlčení oprávněný strach, který je strachem z přehlédnutí život ohrožujícího podnětu (např. chodec telefonuje s manželkou, že právě přišel o zaměstnání, ona mu vyčítá, že zničí celou rodinu a on vstoupí do vozovky před projíždějící autobus. Nebo zajíc štvaný 4 psy - viz kapitola "Život = strukturovat seznam". Nebo Matka samoživitelka chodí do práce, stará se o problémové dospívající děti a dozví se, že její zestárlá matka vážně onemocněla a bude potřebovat její soustavnou péči. Samoživitelka se zhroutí a posléze ji postihne infarkt.)

Většina antecepčních subjektů proto nečeká na okamžik, kdy je přicházející podněty zahltní, ale začnou je odmítat už při kritickém zaplnění operačního seznamu.

Důsledke k1 **Krátký operační seznam**

A-subjekty s kratším operačním seznamem odmítají nové a rozvíjející podněty, protože by je mohly zahltní.

Poznámka **Vnitřně bohatý člověk je naprosto překvapen, proč jej ten druhý tak tvrdošíjně odmítá vyslechnout. Nechápe, že tu jde druhému o život.**

Důsledke k2 **Svižné strukturování seznamu**

Aby bylo možné udržovat nadkritickou délku volného operačního seznamu, musí AA položky svižně strukturovat a uklízet. V době strukturování může postupovat tím účinněji, čím má více volných pozic, kde je lze přeskupovat.

Důsledke k3 **Duševní hygiena je podmínkou úspěchu**

Základem úspěšnějšího života je vždy zvyk duševní hygieny ať už rekapitulace dne v modlitbě u věřících, nebo v meditaci či zápisky do deníčku.

Důsledke k4 **Dlouhý operační seznam**

Pro lidi s velmi nadprůměrnou délkou operačního seznamu je charakteristická schopnost se zajímat o spoustu věcí a přemýšlet o nich.

Důsledke k5 **Chování krátkých seznamů**

Pro lidi s podprůměrnou délkou operačního seznamu je velmi obtížné se vzdělávat. Škola je pro ně utrpením, nechápou komplikovaný svět kolem sebe. Obvykle hledají někoho úspěšného, komu budou loajální za příslib ochrany. Svůj idol napodobují v nedůležitých podrobnostech, jako části oblečení, způsob chůze či oblíbené průpovídky.

Důsledek k6 Lidé s kratším seznamem jsou pořádnější

k6

Lidem s kratším seznamem může pomoci, uspořádají-li si své věci a myšlenky systematicky. Mohou lépe zvládat složitost života, pokud se včas naučí pravidelné duševní hygieně. Bude jim zůstat větší volný prostor v operačním seznamu. To samé platí i o zvýšené potřebě pořádku v jejich okolí.

Důsledek k7 Jak vznikne odpor ke vzdělání

k7

Děti bývají lačné informací, ale pokud jim zaplníme jejich seznam nedůležitými položkami, můžeme zejména u těch s kratším seznamem vyvolat odpor ke vzdělávání na celý život.

Důsledek k8 Krize přeplněného seznamu

k8

Pokud je seznam přeplněn, nezatříděné položky jsou bez náhrady přemazány novými událostmi, a člověk si vůbec nepamatuje, že k příslušné smazané události došlo.

Závěr Zahlacený systém zanikne

Antecepce leží v samotném jádru existence života. Nebýt jí, systém by propadl zahlcení a rozpadu. Jestliže však některý AA dopustí své vlastní zahlcení, takže jeho antecepce přestane fungovat, zanikne v chaosu. V lidském životě říkáme, že se někdo zbláznil nebo zkolaboval.