

# Amy o vývoji procesové teorie

Amy Mindell, podzim 2002

Přibližně před šesti měsíci jsem si uvědomila, že procesová teorie, kterou jsem se tak dlouho učila a která mi byla tak nápomocná v práci se sebou i s jinými, je uprostřed rozmachu. I přes to, že jsem v hloubi svého srdce věděla, že základy procesové práce, její praxe i teorie jsou v neustálém pohybu, moje lineární mysl se stále držela toho, co jsem se učila a předpokládala, že všechno zůstane stejné, jako vždy.

Nicméně, v průběhu posledních pár let se vynořilo významné rozšíření a prohloubení procesové teorie. Začalo to přibližně před pěti lety, kdy se Arny vrátil ke svému studiu teoretické fyziky. (V 60-tých letech ukončil magisterský studijní program na MIT a vydal se studovat na ETH, technický institut v Curychu.) Nedávno se Arny začal soustřeďovat na kvantovou fyziku, konkrétně na myšlenky obklopující kvantovou vlnovou funkci – základní vzorec ukrývající se za hmotou, který může být formulován matematicky, ale nemůže být přímo pozorován. Objevil, že kvantová vlna není jenom matematický konstrukt, ale že je to něco, co může být zažito díky uvědomění si našich nejjemnějších zkušeností. Arny rozvinul tyto myšlenky v „Quantum Mind“ a „Techniky snění v bdělém stavu“ a společně jsme je během několika minulých let dále rozšiřovali o empirické poznatky na našich seminářích (pozn. 1).

V tomto článku se pokusím udělat náčrt několika základních myšlenek o tom, jak tyto nedávné studie rozšířily procesovou teorii a jak je tato nová oblast propojená a zásadní pro dřívější teorii a koncepty.

Kde jsme to byli?

## Signály

Do teď, mé porozumění procesové teorie zahrnovalo studium prvků, jako pozornost (uvědomění), signály, smyslové kanály, primární a sekundární procesy, dvojité signály, hranice, proces amplifikace a rozvíjení (unfolding).

Pochopila jsem, že signály odkazují na kousky informací, jako například tělesné pohyby a gesta, obrazy, které vidíme, zvuky, které slyšíme, pocity v našem těle atd. Toto jsou signály, které:

- vytrvávají
- mají tendenci se opakovat
- mohou být formulovány slovy
- mají dualistický charakter ve smyslu oddělených částí ve vztahu k ostatním částem a polaritám
- jsou vázané na kanál – jsou vnímané skrz různé smyslové kanály
- jsou blíž nebo vzdálenější od naší momentální identity

Některé z těchto signálů jsou konsensuální nebo naopak nekonsensuální.

*Konsensuální signály* mohou být pozorovány, může být o nich mluveno, mohou být zachyceny na video nebo být měřeny v ambulanci lékaře. Většina lidí se shodne, že existují. Jsou „reálné“ *ve vztahu k dané kultuře*. Do této kategorie signálů patří tělesná gesta, která můžeme vidět nebo o nich mluvit stejně jako symptomy a tělesné zkušenosti, které mohou být měřeny nebo pozorovány.

*Nekonsensuální signály* zahrnují *snové* aspekty našich zkušeností, které trvají dostatečně dlouho na to, aby o nich bylo možné mluvit a popisovat je a zároveň se nedá říct, že by je ostatní mohli považovat za „reálné“ nebo se na nich mohli shodnout. Takové signály zahrnují *snové* obrazy, subjektivní pocity, že mě někdo dloube do žaludku, vnitřní hlas kritika atd.

Zajímavá situace nastává, když *zvažujeme dvojité signál*. Dvojitý signál odkazuje na situaci, kdy se dva rozdílné signály objeví zároveň. Jeden signál, se kterým se ztotožňuji a druhý signál, dvojitý signál, se kterým se neztotožňuji. Například ve vztahové situaci se můžu obrátit vůči vám a říct, že si chci povídat. Moje tělo signalizuje pohyb otáčení k vám a má slova jsou primární signály blízké mé aktuální identitě. V tu samou dobu, když mluvím, se moje oči upírají směrem dolů a naznačují, že se snaží projevit nějaký další proces. Tento signál je sekundární odlišný od mého primárního záměru, a proto dále od mé momentální identity.

V tomto případě mé konsensuální signály zahrnují mé natočení se a mluvení k druhému člověku *a zároveň* upírání mých očí k podlaze (protože můžeme pozorovat a mluvit o všech těchto signálech). Nicméně, je tady *snový*, nekonsensuální aspekt dvojitého signálu. Když rozvinu tento signál mých očí upírajících se směrem dolů, mohu toto zažívat, jako vcházení do jeskyně a přibližování se meditativnímu stavu. Ostatní se nutně nemusí shodnout na tomto subjektivním popisu mé zkušenosti. Podobně, když mám bolesti v žaludku, alopatická medicína může měřit množství kyseliny uvnitř mého žaludku a může říct, že mám pálení žáhy nebo gastroezofageální reflux. Toto je konsensuální aspekt signálu. Nicméně je tam také simultánní nekonsensuální, *snový* aspekt bolesti žaludku, který můžu zažívat jako obrovský oheň, spalující vše, co mi brání ponořit se do mé kreativity!

V průběhu let bylo studium výše uvedených typů signálů pro procesovou teorii ústřední.

## **Pre-signály**

Dovolte mi teď podívat se na rozšíření procesové teorie. Arnyho studie neměřitelné kvantové vlnové funkce, která existuje před hmotou, ukázala k *dalšímu* typu signálu. Arnie začal uvažovat nad tím, jaké typy signálů můžeme zažívat předtím, než se stanou „materiálními“ nebo jasně definovatelnými; to

znamená, předtím než setrvají a mohou být pojmenovány slovy. Jeho intuice ho vedla k objevení *jemných signálů* neboli *pre-signálů*.

Pre-signály mohou být zažívané jako jemné tendence, které se objeví *předtím*, než mohou být verbalizovány například nepatrná tendence se pohnout před faktickým pohybem. Tyto pre-signály neboli zážitky jemného cítění, jak je nazval, jsou jako semínka, ze kterých vyrůstají více zjevné zkušenosti. Jinými slovy, když tyto zážitky jemného cítění vyvstanou, začnou se rozpadat na části a polarity a projevují se v stabilnější formě skrze vícero kanálů. Všeobecně si tyto jemné signály uvědomujeme až později, když už se manifestovaly zjevnějším a trvalejším způsobem.

Signály v této nové oblasti jsou:

- jemné, sotva patrné
- nekonsensuální (lidé se neshodnou na těchto zážitcích)
- prchavé
- nemůžou být dostatečně verbalizovány
- nejsou dualistického charakteru, což znamená, zážitek jednoty bez přítomností polarit nebo částí
- pre-kanálově orientované, což znamená, že se objevují dříve, než vyjádření přes jakýkoli smyslově orientovaný kanál

Arny ukázal, že interpretace kvantové vlnové funkce jako jemné vrstvy zkušeností, které předcházejí materiálnímu světu, byla popsána mnoha lidmi po celém světě, například konceptem "Snění" australských Aboridžinců, které leží za a dává možnost zrození fyzického světa. Nebo taoistický koncept „Taa, které nemůže být pojmenováno“ – matka všech věcí. Spirituální tradice to mohou nazývat jednotou, duchem nebo pocitem jednoty. Arny toto nazval celou říší zkušeností, *Esencí* nebo *Esencí jemného cítění (Sentientem)*. Samozřejmě, protože tato pocitová oblast nemůže být úplně formulována slovy, žádný z popisů není dostatečně správný. Přinejlepším popisy ukazují pouze směr k těmto neměřitelným zkušenostem.

Předzvěst Esence

Předtím, než budu pokračovat v teorii, chtěla bych přemýšlet nad možnostmi, že říše jemného cítění existovala v procesové práci už před tím, ale nebyla úplně přímo vymezená. Má intuice mi říkala, že v nějaké formě musela být přítomna, protože můj zážitek esence se zdál být naprosto zásadní pro pochopení procesu. Tady jsou některé z počátečních myšlenek o možných předzvěstech.

*Proces*: Samotný koncept procesu vyjadřuje neustálý proud zkušeností, neustálou změnu. Proces zahrnuje proudění mezi Taem, které může být pojmenováno a Taem, které pojmenováno být nemůže. Tao, které nemůže být pojmenováno je základnou všech procesů, kreativní studna, ze které plynou všechny věci.

*Snový proces a Snové tělo:* Věřím, že Arnyho originální koncept *snového procesu* je jednou z dřívějších popisů esence. Navzdory tomu, že můj trénink se vždy zaměřoval na signály, které mohou být viděny a je možné o nich mluvit, vždy jsem věděla, že vyzařují z hlubokého a stále kreativního snového procesu: hlubokého a záhadného vzoru, který se nakonec manifestuje skrz různé kanály a signály, jež můžeme identifikovat a zažívat. Navíc Arnyho koncept *Snového těla* (poznámka 4) byl průkopnický koncept, který ukazoval směrem k jemné oblasti, ležící za fyzickými zkušenostmi.

*Neredukovatelná zkušenost:* Před mnoha lety, Arny mluvil o „neredukovatelné“ zkušenosti (poznámka 5) jako o momentu, kdy primární a sekundární zkušenost zmizí, nebo se spojí a my se ocitneme jednoduše v plynutí procesu. V ten moment na místo polarit přichází zážitek jednoty. Arny řekl: „Něco je neredukovatelné, pokud to nemůžete rozpitvat a zkoumat bez toho, abyste to zničili“ (poznámka 6). Tohle směřovalo k říší esence a ne-duality. Před mnoha lety jsem vytvořila vývojový diagram, který narážel na tuto neredukovatelnou zkušenost a který ukazoval, že jakmile vstoupíme do primárního procesu, potom sekundární a všechny ostatní možné procesy zkolabují do jednoho jednotného zážitku.

*Spirituální kanál:* Bylo jisté období, ve kterém jsme mluvili o „spirituálním“ kanálu. Nikdo přesně nevěděl, co to znamená, ale myslím, že to bylo předzvěstí říše jemného cítění. Spirituální kanál odkazoval na zážitky lidí, které byly velice těžko formulovatelné do slov nebo skrz jakékoli jiné známé smyslově orientované termíny. Lidi mluvili o spojení s duchem, o všeobjímajícím pocitu jednoty, který je dovedl za všechny polarity.

*Práce s kómatem:* I navzdory tomu, že se až do teď o tom přímo nemluvalo, práce s kómatem se vždy spoléhala na schopnost pomáhajícího spojit se s říší jemného cítění a hlubokým transovým stavem komatózního člověka. Pomáhající se zaměřuje na ty signály, které mohou být pozorovány stejně jako na jemné tendence, které se objevují před vyjádřením obličejových grimas, pohybů rukou, obrazů atd. Poněvadž mnozí lidé v kómatu, obzvláště ti, kteří utrpěli zranění mozku, nemají vnitřní spojení, které by jim pomohlo vyjádřit se navenek. Spojení s těmito nejranějšími tendencemi je stěžejní pro komunikaci, podporu a rehabilitaci (poznámka 7).

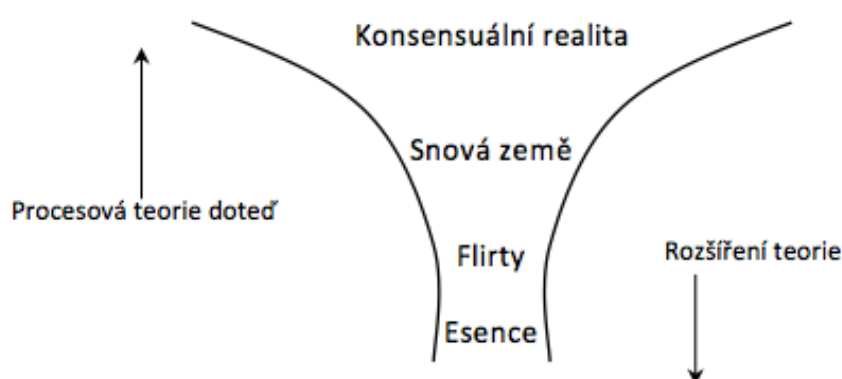
*Předchůdci v psychologii a spiritualitě:* Mnozí předchůdci procesové práce z oblasti psychologie naráželi na říší jemného cítění v konceptech jako Jungovo nevědomí a Freudovo podvědomí. Transpersonální psychologie později dovedla psychologii k říší jemného cítění tím, jak se pokoušela zaměřit na možnost člověka jít za hranice ega a zaměřit se na více spirituální a transcendentní stav (poznámka 8). Autentický pohyb (terapeutická metoda, pozn. překl.) se k tomuhle stavu přibližoval pomocí soustředění se na pocit, že „je námi hýbáno“ („being moved“).

Také mnohé, pro vývoj procesové práce důležité, spirituální disciplíny ukazují směrem k říší jemného cítění. Zen se soustřeďuje na oblast „žádná mysl“ nebo „kreativní mysl“, Taoismus se soustřeďuje na „Tao, které nemůže být pojmenováno“, mnoho meditačních a mystických směrů se také soustřeďují na

pocit jednoty, nebo na počátek a tok zkušeností. Šamanismus je zásadní pro říší jemného cítění, protože se zaměřuje na transové stavy a zážitky přesahující běžný prostor a čas.

## Mapa realit

V zájmu zařazování některých novějších teoretických konceptů do většího celku, nakreslím Arnyho mapu (níže.) různých úrovní reality (poznámka 10). Tato mapa nám pomáhá vidět, kde ve vztahu k ostatním oblastem, kterými jsme se doted' věnovali, leží esence.



**Konsenzuální realita** je, znova, každodenní realita, na které se většina lidí shodne, záležitosti našeho světa, konsenzuální aspekt tělových symptomů a signálů, o kterých můžeme diskutovat, a na kterých se můžeme shodnout. Tyto zkušenosti jsou konsenzuální a dualistické.

**Snová země** zahrnuje snové zážitky a signály, které přetrvávají jako obrazy z našich snů, naše subjektivní prožívání symptomů, například pocit, že mi svěrák drží hlavu, pocit, že mě někdo dloube do žaludku a zahrnuje subjektivní zážitek našich dvojitých signálů, například oči směřující dolů jako signál vcházení do jeskyně a začátku meditace. Tyto zážitky jsou nekonsenzuální a dualistické.

Dosud se procesová teorie zaměřovala převážně na tyto dvě oblasti.

**Úroveň Esence** je oblast jemných tendencí *předtím*, než mohou být formulovány do slov, jako například *tendence* k pohybu před samotným pohybem. Zkušenosti se jeví jako semínka, nebo jádra zážitků, ze kterých vyvstávají další říše Konsenzuální reality a Snové země. Toto je oblast nekonsenzuální a zkušenosti v ní jsou jemné, prchavé a nemohou být verbalizovány.

Arny mluví o zážitcích v této oblasti jako o bytí mimo běžný prostor a čas a bytí „ne-lokálním“. Když zažíváme tuto říší jemného cítění, bere nás to ze světa dualit a přináší nás do hlubokých, nekonečných, nebo kosmických aspektů nás samých, které často máme možnost zažívat například při hluboké meditaci, během

extatických stavů, v zážitcích blízkých smrti nebo skrze užívání drog a návykových látek.

Těsně nad úrovní Esence (Sentientu) nacházíme úroveň **flirtů**. Flirty jsou první formou, kterou se svět esence projevuje. Sentient se jeví jako rychlý, probleskující neverbálními vjemy, vizuálními flirty, náladami a předtuchami.

Flirty leží mezi duálními a neduálními světy. Mají dualistický charakter, protože *je vidíme*. Když se k nim však přiblížíme a reflektujeme je, zažíváme s nimi (nedualistické) spojení (poznámka 11).

## **Hranice a marginalizace**

Další z konceptů, které byly pro procesovou teorii zásadní, je *hranice*. Hranice odkazuje na ohraničení našeho známého světa, bránu mezi naším primárním a sekundárním procesem. Hranice je proto spojenec duálního světa a jeho různých částí v Konsensuální realitě a Snové zemi.

V momentě, když vstoupíme do oblastí esence a flirtů, potřebujeme další pojem. Arny představil koncept *marginalizace*, který odkazuje na velice jemný proces marginalizace esenciálních a flirtu podobných zážitků před tím, než se objeví v každodenní pozornosti (poznámka 12).

## **Pozornost**

Přidání flirtů a úrovní esence vyžaduje další rozlišení a rozšíření konceptu „pozornosti“, který poukazuje na oblast našeho zaměření. Existují 3 typy pozornosti, které doprovází mapu nakreslenou výše.

- *První pozornost* se zaměřuje na konsensuální realitu, činnosti našeho světa a konsensuální signály.
- *Druhá pozornost*, jak ji popsal Don Juan, se zaměřuje na snovou zemi, nekonsensuální fenomén. Doteď se procesová práce zaměřovala na tyto 2 aspekty naší pozornosti, které dohromady ustanovují, co Arny nazývá „Vědomí“. Vědomí na to, aby bylo schopné zaregistrovat signály, rozlišit části a pomoci jim rozvinout se, vyžaduje jisté množství jasnosti a přesnosti.
- *Třetí pozornost* má dočinění s tím, co Arny nazývá „lucidní pozornost“, co znamená schopnost uvědomit si jemné tendence a pre-signály v říších flirtu a esence. Lucidní pozornost vyžaduje zamlženou, prázdnou mysl, která je zahalená dostatečně na to, aby zaregistrovala a podpořila jemné zážitky.

## **Paralelní světy a hyperprostory**

Existují ještě další koncepty z kvantové fyziky, které jsou zásadní pro pochopení různých úrovní zážitků. Nejnápomocnějším je koncept paralelních světů. Jednoduše řečeno, paralelní světy znamenají simultánní existenci vícero světů. Obecně se soustředíme jenom na jeden, zatímco přehlídíme ostatní.

Teorie paralelních světů usuzuje na to, že se můžeme pohybovat od jakékoli úrovně zážitků k jiné. Například, když začneme v Konsensuální realitě, můžeme se sami sebe zeptat na esenci daného zážitku. Pokud začneme s pocitovými zážitky v Esenční rovině, můžeme pozorovat, jak tyto tendence přirozeně rozvíjejí kreativitu do Snové země a Konsensuální reality.

Koncept *hyperprostorů* je ve fyzice velice spjatý s paralelními světy. Hyperprostor je dimenze. Kvantová fyzika nám říká, že když jsme zaseklí v jedné dimenzi, můžeme se přesunout do jiné dimenze a najít tak řešení. Když nemůžeme rozvázat uzel ve třech dimenzích, přidejte čtvrtou. Co se týče psychiky, pokud jsme zaseklí v Konsensuální realitě s problémem, jděte do Snové země. Když to nepomůže, stále můžeme jít do Esence.

## **Pole záměrů**

Během několika minulých let jsme s Arnym prozkoumávali aspekty Esence a Flirtů na našich seminářích Lucidního snění, Písně kamenů, Kvantové medicína a v poslední době Velkého léku (Lucid Dreaming, Stone Songs, Quantum Medicine, Big Medicine; pozn. překl.). Když jsme tuhle oblast začali prozkoumávat experimentálně, cítila jsem se, jako bych přicházela domů. Bylo to, jako kdy bych odjakživa žila vedle světa esence, ale nikdy jsem neměla slova, která by ho identifikovala nebo mu rozuměla. Přesto teď vím, že to vždy byla základna, ze které jsem rozuměla světu jako dítě a která je teď v mé dospělosti, základnou pro mou kreativitu a lásku k hudbě, umění a tanci. Vždy jsem cítila, že mnou hýbou neviditelné síly a pocity, které jsem nemohla identifikovat, ale které mě zároveň obklopovaly a popoháněly.

Na našem semináři Velký lék jsme se zaměřili na velmi specifický aspekt světa Esencí zvaného Pole záměrů. Pole záměrů je pojem, který Arny použil pro re-interpretaci kvantové vlnové funkce (poznámka 13). Jednoduše řečeno, Pole záměrů je něco jako záhadné pole, které námi hýbe; jako magnetické pole, které nás organizuje a provází životem; provázející vlna, neviditelná a neměřitelná. Často zažíváme toto záměrné pole v zážitcích blízkých smrti, kdy se plně vyjádří, i když tu vždy je a jemně námi hýbe a ovlivňuje naše životy. Záměrné pole může být chápáno jako naše nesmrtelné já, které ovlivňuje naše životy a zároveň plyne dál za ně.

Arny mi dal velice dobrou analogii, která mi pomohla pochopit vztah mezi esencí, Pole záměrů a ostatními oblastmi zkušenosti. Řekl, že esence je název pro obecnou říší zážitků jemného cítění. Dá se to přirovnat k měsíci na obloze. Pole záměrů může být potom vnímáno jako gravitační pole přitahující vlny v oceánu. Můžeme vidět jeho efekt, ale nemůžeme ho přímo zahlédnout. Je neviditelné, přesto zřejmé. Vlny symbolizují způsob, jak se Pole záměrů projevuje ve Snové zemi a Konsensuální realita tak může být chápána jako loď, která pluje na hladině.

Jedním z nejlepších způsobů, jak zažít sílu a směřování Pole záměrů, je sednout si na kraj své židle. Prociťujte i tu nejjemnější tendenci k pohybu, ale ještě se

nehýbejte. Zaznamenejte tu tendenci, zůstaňte jí nablízku. Nakonec nechejte tuto tendenci rozvinout skrze vaše tělo do pohybu a začněte ji vyjadřovat v obrazech, zvucích nebo slovech a možná vám spontánně vysvětlí svůj smysl.

## Shrnutí

Samozřejmě je toho mnohem víc, co se dá objevovat ohledně Sentientu, říše jemného citění a rozrůstání procesové teorie. Doufám, že tyto počáteční myšlenky nás všechny inspirují k tomu, učit se víc o fascinující teorii. Na závěr mi dovozte nabídnout vám tabulku k přehlednému spojení všech konceptů dohromady (poznámka 14). Věřím, že pro vás bude užitečná ve vašem propájení minulosti s přítomností a tvoření budoucnosti.

ÚROVEŇ	KR/NKR	Dual./ Nedual.	Signály	POP Koncepty	Metody
<b>KONSENSUÁLNÍ REALITA</b>  Každodenní realita, „reálná“ část symptomů (např. „krevní tlak, bolest hlavy, kyselina v žaludku – konsensuální jména a míry) signály a KR část dvojitého signálu, např.: oči směřující k zemi při mluvení)	KR  Všeobecný souhlas, lidé se na zážitcích shodnou	Dualistická  Části	Setrvávají, mohou být pozorovány a formulovány do slov	Signály, smyslově orientované informace, dvojité signály, primární a sekundární kanály, vědomí	Pozornost (uvědomění), pozorování signálů, amplifikace, rozvíjení, hranice atd.
<b>SNOVÁ ZEMĚ</b>  Snové figury, snové aspekty symptomů (např.: bodající bolest v hlavě, oheň v žaludku), subjektivní zkušenost „Cítím se prostorně“, snový aspekt dvojitých signálů, např.:	NKR  Neexistuje všeobecný souhlas. Lidé se na těchto zážitcích neshodnou.	Dualistická  Části	Vytrvávají dostatečně dlouho, aby byly formulovány do slov, často se opakují, nedokončené, sekundární	Stejně jak nahoře, nedokončené, sekundární, neobsazené kanály, hranice, vědomí	Pozornost (uvědomění), pozorování signálů, amplifikace, rozvíjení, hranice atd.



oči směřující dolů prožívané jako vstup do jeskyně					
<b>FLIRT</b> Probleskující, neverbální vjemy nebo „flirty“, které chytí naši pozornost	NKR Nedá se na nich všeobecně shodnout	Mezi duálními a neduálními světy	Probleskující signály,  Přetrvávají dost dlouho na to, si jich všimnout, jsou velice rychlé a prchavé	Marginalizace  Flirty  Jasnost  Pre-signály	Zamlžená mysl,  Chytání flirty, jít do esence a nechat ji rozvinout
<b>ESENCE</b>  Pre-signály, Jemné tendence a vágní intuice, které nemůžou být verbalizovány = Pole záměrů, kvantová vlna, pilotní vlna, vodící vlna, Snění, Tao, které nemůže být vysloveno, Jednota, nesmrtelné Já, Mu, zlaté semínko květu, esence cítění	NKR Nedá se na nich všeobecně shodnout	Neduální Bez částí	Pre-signály Jemné, namohou být formulovány nebo verbalizovány, neviditelné a neměřitelné, nelokální, pre-signálové, základ, ze kterého vyrůstají běžné signály v snové zemi a konsensuální realitě.	Marginalizace  Pre-signály  Tendence  Jasnost	Jemné tendence pohybů, pomalé pohyby a mikro pohyby, které napomáhají nahlédnutí esence zážitku, práce s kómatem, ptaní se, co bylo předtím, než se zážitek stal velkým, atd.

## Reference a poznámky

**Mindell, Amy.**

Alternative to Therapy: A Few Basic Process Work Principles. Newport, OR: Zero Publication, 2002.

Coma, A Healing Journey, a Guide for Family Friends and Helpers, Portland, OR. Lao Tse Press, 2000.

Metaskills: The Spiritual Art of Therapy. Tempe, AZ: New Falcon, 1995.

Metadovednosti - spirituální umění terapie. ANAG, Olomouc 2009.

### **Mindell, Arnold.**

(to be published) The Quantum Source of Healing. 2003.

Dreambody: The Body's Role In Revealing The Self. Sigo Press, 1982, Portland  
OR: Lao Tse Press 2000.

Kóma: klíč k probouzení. Nakl. Tomáše Janečka, Emitos, Brno 2008.

River's Way: The Process Science Of The Dreambody. London and Boston:  
Penguin, 1985.

Techniky snění v bdělém stavu. Fontána, Olomouc 2007.  
Telo a Sny. Stimul, Bratislava 1992.

The Dreammaker's Apprentice: The Psychological and Spiritual Interpretation of  
Dreams. Charlottesville, N.C.: Hampton Roads, 2001.

The Quantum Mind, Journey To The Edge Of Psychology And Physics. Portland  
OR: Lao Tse Press, 2000.

Working With The Dreaming Body. London, England. Penguin-Arkana, 1984,  
Portland, OR.: Lao Tse Press, 2000.

### **Mindell, Arnold and Amy.**

Riding the Horse Backwards: Process Work in Theory and Practice. London:  
Penguin-Arkana, 1992.

### **Pallaro, Patrizia, ed.**

Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan  
Chodorow. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 1999.

### **Walsh, Roger N., Vaughan, Frances (eds).**

Beyond Ego: Transpersonal Dimensions in Psychology. Los Angeles: Jeremy P.  
Tarcher, Inc., 1980.

### **Poznámky**

1. Arnold Mindell, Quantum Mind, 2000; Dreaming While Awake, 2001, česky: Techniky snění v bdělém stavu, Olomouc: Fontána, 2007.
2. Viz Arnyho Working with the Dreaming Body and River's Way, moje Metaskills (česky Metadovednosti - spirituální umění terapie. ANAG, Olomouc 2009.) a Joe Goodbreadovo Dreambody Toolkit.
3. Viz Quantum Mind, Dreaming While Awake a The Dreammaker's Apprentice.
4. Dreambody: The Body's Role in Revealing the Self.
5. Viz naše Riding the Horse Backwards, str.68-70.
6. Ibid., str.68.
7. Viz moje Coma: A Healing Journey a Arnyho, Coma: The Dreambody Near Death.
8. Viz Roger Walshovo and Frances Vaughanové Beyond Ego: Transpersonal Dimensions in Psychology.
9. Viz například Authentic Movement: Essays by Marty Starks-Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow.
10. Pro mnoho dalšího k této mapě a následujících konceptech viz Dreaming While Awake a Quantum Mind k tématu hyperprostorů a paralelních světů.
11. Arny popisuje tento proces reflektování (který může být nalezen také matematicky ve vzorci kvantové vlny) v Quantum Mind kapitola 8, Dreaming While Awake kapitola 6, a v The Dreammaker's Apprentice, str.74-76.
12. Viz Arnyho diskuzi na téma Budhizmu v Dreaming While Awake, kapitola 4.
13. Viz Arnyho přicházející knížku, The Force of Dreaming.
14. Tato tabulka rozšiřuje Arnyho tabulku v The Dreammaker's Apprentice str.39.

Přeložil: Mgr. Oleg Šuk

Zdroj: <http://www.aamindell.net/690/processwork-theory-applications/processwork-history/amy-on-the-evolution-of-process-theory/>