

Vážené kolegyně, kolegové,

cogito ergo sum... ano, ale co se děje, když nemyslíme? Správná odpověď na zdánlivě jednoduchou otázkou kupodivu není nic, ale naopak vyšší aktivita v některých oblastech mozku, především parietooccipitálně, v kuneu a posteriorním cingulu. To jsou oblasti, jejichž metabolismus se zvyšuje v klidu, tedy když ležíme, máme zavřené oči, ale nespíme, nemáme žádný úkol, pokud vůbec myslíme, rozhodně ne intenzivně, pozornost je mimo hru. Je to tzv. default brain – stav mozku, kdy nic neděláme. Zatímco se věnujeme dolce far niente, mozek přijímá informace z vnějšího i vnitřního prostředí, vyhodnocuje je jako nezajímavé až do chvíle, kdy je informace relevantní, pozornost je vybudena a stav default brain mizí. Teorie default brain mi pomohla porozumět jevu, který jsem opakovaně sledoval markantně v průběhu sjezdu v přímořském hotelovém komplexu na Sardinii na začátku sezóny. Ledovým větrem se prodíralo jen pár neurologů, žádní hosté, avšak zaměstnanci byli nastoupeni v plném počtu v zcela prázdných obchodech, kadeřnictvích, kavárnách. Zaujala mne schopnost personálu civět po celou pracovní dobu před sebe bez nejmenších známek jakékoliv aktivity. Bez knih, bez TV, někdy snad puštěné rádio, často ani to ne. Chodil jsem kolem a divil se. Nezdálo se mi, že by ty prodavačky a kadeřnice meditovaly či dosáhly nirvány prostřednictvím jógy, holotropního dýchání nebo jiných technik. Nakonec jsem dospěl k neuvěřitelnému závěru – ony (náhodou tam muži nebyli) nemyslely. Ptal jsem se kolegů a potvrzovali, ano, skutečně někteří lidé umí dlouhodobě nemyslet. Zkuste to, neumí to každý. I když se může zdát, že je nemyšlení u někoho spíše pravidlem než výjimkou. Což jistě neplatí pro naše kolegy. Příležitost pro sladké nicnedělání u nich asi nebude příliš častá, nepochybně však platí jiný fyziologický proces, související také s teorií default brain. Jde o aktivitu ventrálního mediálního prefrontálního kortexu, který je rovněž aktivní v klidu a deaktivován při nárůstu pozornosti. Tato kůra má bohaté spoje s různými oblastmi kortexu, a také s oblastmi zapojenými do regulace emocí. Předpokládá se, že je důležitá pro emoční zpracovávání kognitivních procesů. Mé tvrzení není úplně evidence based, přesto si troufám předpokládat, že uvedený kortex je u vás, milé kolegyně a kolegové, hypertrofický, nebo alespoň hyperfunkční. Nepochybnou příčinou je rozkoš z myšlení. Naše práce nám pro ni poskytuje bezpočet příležitostí.

Přestože nemyšlení u některých jedinců není zcela vzácný jev, Descartes měl pravdu. Model default brain ukazuje, že myslíme, i když si myslíme, že nemyslíme.

Na Vaše příspěvky se i s redakční radou těší a přeje vám, aby jejich psaní vybudilo ještě větší aktivitu ventrálního mediálního prefrontálního kortexu,

prof. MUDr. Ivan Rektor, CSc.
předseda redakční rady